

文明健康 有你有我 公益广告

自觉行动 共同抗疫



严格落实疫情防控责任和措施
毫不松懈抓好常态化疫情防控

一、主动申报告知。

建议国内中高风险地区所在设区市（直辖市为所在区）人员暂缓来（返）浙，如必须来（返）浙，需持72小时内有效核酸检测阴性证明，途中切实做好个人防护，在来浙前须主动向本人所在村（社区）、单位报告，并同时向本人居住地所在村（社区）、单位或所住宾馆及时申报登记本人健康状况、旅居史，不得迟报、漏报、瞒报、谎报。要主动配合当地疾控部门和社区的调查登记、样本采集、日常健康监测、居家健康观察、集中隔离医学观察等防控措施。

二、注意旅行安全。

密切关注中高风险地区信息动态，合理安排旅程，非必要不前往中高风险地区所在设区市（直辖市为所在区）和已有本地确诊病例、无症状感染者报告尚未确定中高风险地区的设区市（直辖市为所在区）。外出旅行要全程做好个人防护，尽量不去人员密集场所，减少感染风险。

三、配合健康监测。

出入医疗机构、养老院、机场、车站、码头、商场、宾馆、电影院、农贸市场、景区等公共场所时应积极配合体温测量、健康码和疫苗接种情况查验。一旦出现发热、咳嗽等症状，应自觉佩戴口罩及时到就近的医疗机构发热门诊（诊室）就诊，不要乘坐公共交通工具，如实报告相关的旅居史和接触史。

四、尽快接种疫苗。

接种新冠病毒疫苗是预防新冠肺炎最经济、最有效的手段，也是每位公民享有的权利和应尽的义务。请符合接种条件的市民积极主动接种新冠病毒疫苗，共筑全民免疫屏障，预防新冠病毒感染的发生，降低重症及死亡的风险。

五、保持良好卫生习惯。

要正确佩戴口罩，做到勤洗手、常通风、不聚集，保持安全社交距离，咳嗽、打喷嚏时注意遮挡，使用公筷公勺，养成良好的卫生习惯。要积极响应当地政府的疫情防控措施要求，关注疫情防控信息，学习掌握卫生防病知识，做好个人防护。

防控新冠疫情

宁波疾控号召

宁波市民“六还要”！

- 口罩还要科学戴
- 双手还要勤清洗
- 室内还要常通风
- 社交距离还要留
- 场所规定还要守
- 健康心态还要有

宁波市疾病预防控制中心

宁波日报报业集团