

中秋出游回来,我会被隔离吗?

宁波疾控解答最新隔离政策

中秋假期即将到来,不少市民已经规划好了旅游出行路线,但是一想到国内部分地区的疫情,便开始担心:“中秋出游回来,我会被隔离吗?”“如果隔离,需要多久呢?”就此,我们咨询了宁波市疾病预防控制中心相关专家。

14+7

浙江省对国内中高风险地区或参照中高风险地区管理的来浙返浙人员,严格实行“14+7”健康管理措施,即14天集中隔离+7天居家健康观察。

14+7+7

浙江省对入境人员(入境人员指除澳门外所有境外地区,包括香港、台湾的入境人员)严格实行“14+7+7”健康管理措施,即14天集中隔离+7天居家健康观察+7天日常健康监测。

2+14

对福建省:厦门市、莆田市、泉州市泉港区来浙人员实行“2+14”健康管理措施,即核验2天(48小时)内核酸检测阴性证明,实施14天日常健康监测。

省防控办经对福建厦门市当前疫情形势的综合研判,要求福建厦门市同安区来浙返浙人员暂缓来浙返浙;如仍来浙返浙的,严格落实“14+7”健

康管理措施(从8月30日开始追溯)。

对于福建省其他地区来浙返浙人员,倡导到达后主动进行一次核酸检测。

集中隔离、居家隔离、日常健康监测有何不同?

集中隔离

集中隔离一般是在隔离疫情管理人员安排的酒店进行集中隔离管理;集中隔离期间,应当尽可能减少直接接触,近距离接触时需做好佩戴口罩等个人防护措施;所有观察对象在观察期间不允许与其他观察对象接触。除工作人员外,严格限制人员进出。如确需前往集中观察点内公共区域活动时的,应当佩戴医用防护口罩,彼此间保持至少1米距离,减少逗留时间,尽量不触碰公共区域物品及设施;单人隔离使用的厕所每天消毒1次。

居家健康监测

居家医学观察者最好单独居住;房间内不应使用空调,尤其不能使用

和其他房间共通的中央空调;条件允许的情况下;尽量使用单独卫生间,避免与其他家庭成员公用卫生间;房间内应当配备体温计、口罩、消毒剂等防护用品;拒绝一切探访,其他人员尽量不进入隔离房间;隔离房间内可不戴口罩,离开时必须戴好口罩;观察期间不得外出,如必须外出,经所在社区医学观察管理人员批准后方可,并佩戴一次性外科口罩,避免去人群密集场所。

日常健康监测

在日常健康监测期间(居家生活中)减少与家人直接接触,非必要不外出,尽量控制活动范围,不得离开宁波市域范围,确需离开宁波的须向社区(村)提前报备行程;外出时须全程规范佩戴医用外科口罩,做好个人防护,切实保持安全社交距离,不得乘坐公交车等公共交通工具,不与他人拼车;不去人群聚集、人流量大的地方,不探亲访友、不堂食。不得参加会展、旅游、聚餐、聚会、现场会议等聚集性活动,不得进入学校、养老院、福利院等特定机构,不得进入影

剧院、歌舞厅、浴室、网吧、酒吧(KTV)、各类市场、商场、超市、场馆等室内密闭场所,不得开展线下教学、培训等活动;提倡日常健康监测期间远程办公、居家办公。

需前往工作场所的,须向单位报告,错时上下班,限定活动范围,工作期间设立单独场所并不得与他人接触,不在使用集中式空调的场所办公,不进入单位食堂就餐;日常健康监测期间保持乐观心态,注意休息,加强营养。

每日做好体温测量、症状监测并记录,定时向管控责任人反馈健康状况。期满至综合服务点进行1次免费核酸检测;一旦出现发热、咳嗽、嗅(味)觉改变或丧失、腹泻等异常症状的,应第一时间向所在网格、社区(村)、单位报告,佩戴医用外科口罩,乘坐镇街转运车前往就近的发热门诊就医,并主动告知医务人员旅居史、接触史等情况。

另外,需要强调的是,隔离政策可能会随疫情动态变化,请大家持续关注官方动态。

记者 任诗妤 通讯员 林慧波

中秋夜想在“空中赏月” 选择航班有哪些门道?

中秋赏月是我国的传统民俗。长久以来,小伙伴们都是在地面赏月,但如果天公不作美,碰到阴雨天气,就难免留下遗憾。如果能够乘坐“赏月航班”飞入高空,跃过云层,那就不会受到天气困扰,还能更近距离欣赏到云海之中的中秋圆月,丰富视觉体验。

座位、朝向以及时段都有讲究

“赏月航班”,即在中秋节晚间,搭载旅客在空中赏月的航班。民航飞机巡航时的飞行高度在云层之上,所以中秋节当晚在高空欣赏到满月的机会很大。

这里需要注意的是,即便坐上了中秋节晚上的航班,也不一定能透过舷窗看到空中的月亮,这个和座位、朝向以及乘机时段都有关系。

今年的赏月航班集中于9月19日至9月22日,其中以9月21日中秋节当天的航线最为推荐。

据悉,中秋当天19:00至20:30月亮在偏东方向,此时以东北-西南方向的航班为最佳;到20:30至22:00,此时皓月当空,则以东西方向为赏月的最佳航线。

这些航线,是赏月的不错选择

要想在飞机内观赏到中秋圆月,座位选择十分有讲究:乘坐飞机高空赏月,19:00-20:30,南向北航向的航班的赏月佳座位于客舱右侧靠窗

(F排),由北向南航向的航班的赏月佳座位于客舱左侧靠窗(A排)。

20:30-22:00期间,由东向西航向的航班的赏月佳座位于客舱左侧靠窗(A排),由西向东航向的航班的赏月佳座位于客舱右侧靠窗(F排)。

简单一点来讲,就是从南往北飞,右侧靠窗;从北往南飞,左侧靠窗;从东往西飞,左侧靠窗;从西往东飞,右侧靠窗。想看月亮,记得要避免开机翼位置。

对此,作为国内首家开创“赏月”这一主题航班的航空公司,春秋航空从2013年开始就将“赏月航班”作为每年中秋的传统保留项目,今年中秋,春秋航空也在宁波机场推出了这些“赏月航班”:

19:00-20:30南北方向的航线:
9C8546,长春到宁波(南北,A排);
9C8557,宁波到湛江(南北,A排);
9C8632,珠海到宁波(南北,F排);
9C8683,宁波到哈尔滨(南北,F排)。

20:30-22:00东西方向的航线:
9C6328,兰州到宁波(东西,F排)。

想选到心仪的座位,乘客可通过

春秋航空官网、APP、微信进行选座。春秋航空国内航线指定座位免费选座,建议广大旅客在航班起飞前至少24小时完成选座。

中秋带月饼乘机,要注意这些

不少朋友会比较关注中秋节出行的机票价格,相比春节、五一、国庆,中秋节的机票价格一般会更优惠。有关数据显示,今年中秋期间机票价格堪称历年最低,不少航线机票价格比高铁还要便宜。比如中秋节当天的9月21日和22日,宁波飞潮汕现在还有110元特价票;9月20日,宁波飞青岛也有210元的特价票,飞西安才350元。

此外,中秋带月饼乘机也有讲究,首先带刀叉、酒类的月饼礼盒一定要办理托运;国外部分国家禁止收寄含有肉类、蛋等成分的月饼,出行前也要看各地食品通关规定,还有像冰淇淋、冰皮月饼以及有一些特殊造型的月饼,可能会在飞行过程中由于气温和气压的变化容易融化或变形,出行前都要先了解清楚。 记者 范洪

出行提醒

十一长假火车票 今起发售

本报讯(记者 范洪 通讯员 徐峰)根据火车票15天预售期规则,从9月17日起,铁路12306网站开始发售10月1日火车票。

旅客可通过12306网站、铁路12306手机App、电话订票、自动售票机、车站窗口和代售点方式购买车票,具体起售时间可通过,12306网站(含客户端)查询。

铁路部门提醒旅客,出行前还请及时了解出发地和目的地疫情防控政策,合理安排行程,在旅途中加强个人防护,少聚集、勤洗手、戴口罩,共同营造健康安全的出行环境。

