

开工防护不能少 这份指南请收好

出门前

- 评估自己的身体状况,如有发烧、咳嗽等不适暂缓上班
- 准备好一天要用的口罩、消毒纸巾等
- 开窗通风30分钟



通勤途中

- 尽量选择步行、骑行、开私家车等
- 乘坐公共交通尽可能错峰出行,全程规范佩戴口罩
 - ▶ 尽量避免接触公共物品
 - ▶ 推荐采用无接触式付款
 - ▶ 咳嗽和打喷嚏时遮掩口鼻,不随地吐痰
- 乘坐出租车、网约车,建议后排落座,条件许可时开窗通风
- 使用共享单车前,擦拭消毒把手、椅座等部位



上班时

坚持佩戴口罩

- 随身携带口罩,视不同人群场景选择适宜的口罩
- 口罩佩戴超过一定时间或被浸湿、污染,应及时更换



适当保持空气流通

- 优先打开窗户,采用自然通风
- 使用空调时,也要定时开窗通风



保持个人卫生,勤洗手

- 到达工作场所后先洗手
- 接触电梯按钮、快递、清理垃圾、饭前便后等及时洗手
- 避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻



保持环境卫生清洁

- 及时清理垃圾
- 使用公用物品要加强清洁和消毒,用含酒精或含氯消毒液擦拭



减少聚集

- 同事之间讨论交流,注意保持距离
- 减少面对面交流,尽量线上沟通
- 减少集中开会,控制会议时长



安全就餐

- 尽量从家里带饭
- 外卖尽量无接触拿取
- 错峰就餐,如果去食堂或餐厅,避免扎堆
- 避免面对面就餐,不扎堆聊天,缩短用餐时间



回家后

- 将外套放在通风处,及时清洁双手,并开窗通风
- 把外套、鞋子、包等放置在固定房间的角落,及时清洗
- 尤其注意要给手机、钥匙等进行消毒
- 合理膳食、均衡营养
- 注意劳逸结合,规律作息,睡眠充足,保持心态健康
- 根据身体状况做康复运动,但避免高强度剧烈运动



资料来源:国家卫健委、北京市疾病预防控制中心、人民日报、上海发布、新华社等

人民日报客户端

淮南市红十字会收到迄今为止最大一笔捐款

3090万元!

这份爱深情又慷慨

本报讯(记者 李严)“3090万元,这是我会迄今为止收到的最大一笔捐款!”2022年12月31日,淮南市红十字会收到一笔3090万元捐款,该款项为淮南矿业(集团)公司向我市捐赠的疫情防控善款。

2022年年初,淮南发生新冠疫情,市矿团结一心全力抗疫,保障发生疫情的煤矿迅速恢复正常生产经营。2023年春节即将来临,作为国有企业,淮南矿业(集团)公司在做好安全生产和电煤保供的同时,积极履行社会责任,全力支持和配合疫情防控需要,践行国企担当,报经省国资委同意后,向淮南市红十字会捐赠3090万元用于全市疫情防控,并向公司所属谢桥煤矿所在地的颍上县红十字会捐赠2400万元用于当地疫情防控。据悉,在2020年抗击疫情中,淮南矿业(集团)公司向省红十字会捐赠1000万元,被中国红十字会授予“中国红十字人道勋章”。

淮南市红十字会将按照淮南矿业(集团)公司捐

赠意愿尽快拨付捐款,监督执行,执行情况及时公开公示,并向捐赠方反馈。



紧“药”关头

全力保障养老机构用药需求

本报讯(记者 孙鸿)当前疫情形势下,养老机构受到人力和物力双重挑战,连日来,淮南市民政局多方协调相关部门与社会资源,全力保障养老机构住养老人生命健康安全。

针对目前部分养老机构出现的药品短缺问题,市民政局在了解情况后,积极与市疫情防控指挥部对接,共协调乙酰氨基酚片、布洛芬片等药品及酒精、口罩、防护服等防疫物资30余万元,社会各界捐赠药品3000片,极大缓解了养老机构的药品

紧缺压力,也温暖了养老机构工作人员的心,用行动诠释民政部门为老年群体和养老机构工作人员服务的决心。

下一步,市民政局将继续对全市养老机构的老人身体健康状况进行监测,动态掌握药品储备、医疗救治、健康服务、应急处置预案建立等疫情防控工作开展情况,优先保障养老机构就医用药,及时为养老机构纾难解困、平稳渡过疫情流行期。

如何守护老年人健康?

这份新冠防治指南请收下!

本报讯(记者 孙鸿)当前,国家进一步优化了疫情防控措施,人员流动性急剧攀升,老年人尤其是高龄老年人,是感染的高风险人群。日前,淮河早报、淮南网记者从市民政局获悉,该局向全市特困老年朋友发出公开信,提醒他们如何有效防治新冠病毒感染,提升自身健康水平。

公开信建议老年朋友,不恐慌、不侥幸。面对新冠病毒感染,人群普遍易感,老年人及有基础疾病者感染后病情较重。因此,加强老年人群的预防控制十分必要。老年朋友既不能不在乎,也不要过度恐慌,要科学防控,做好自己健康的第一责任人。

不聚集、戴口罩。由于新冠病毒的传播方式主要为飞沫传播和接触传播,因此为了您的安全,应当尽可能不扎堆、不凑热闹,尽量减少外出,避免到人员密集的公共场所,如商场、车站、公共浴池、棋牌室、麻将馆等地。必须外出和乘坐交通工具时,要戴

好口罩。

勤洗手、讲卫生。在咳嗽或打喷嚏后,照护病人,制备食品之前、期间和之后,吃饭前,上厕所后,手脏时,接触过动物之后,要使用肥皂或洗手液并用流动的水洗手,不用污浊的毛巾擦手。

打疫苗、慎用药。无接种禁忌、符合接种条件的老年人应全程接种新冠病毒疫苗。冬春交替季节的温度变化较大,要注意保暖,尽量避免感冒。

勤监测、早治疗。避免接触发热、咳嗽或其他呼吸道症状的患者。出现发热、干咳等症状时,不带病外出或参加聚集性活动,不乘坐公共交通工具,非必要不出入公共场所,减少传播风险。根据需要适时进行核酸检测和抗原自测,做到早发现、早治疗。

学知识、不被骗。主动学习新冠病毒相关科学知识,关注官方权威发布信息,保持冷静理性,不信谣、不传谣,共同维护健康有序的社会秩序。