

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——一



【勤洗手】

手脏后，要洗手；做饭前，餐饮前，便前，护理老人、儿童和病人前，触摸口鼻和眼睛前，要洗手或手消毒；外出返家后，护理病人后，咳嗽或打喷嚏后，做清洁后，清理垃圾后，便后，接触快递后，接触电梯按钮、门把手等公共设施后，要洗手或手消毒。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——二



【科学戴口罩】

乘电梯时，乘坐公共交通工具时，进入人员密集的公共场所时，应佩戴口罩；出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状时，就医时，建议佩戴医用外科口罩或以上级别口罩。口罩需及时更换，每个口罩累计佩戴时间不超过8小时。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——三



【注意咳嗽礼仪】

咳嗽打喷嚏时，用纸巾捂住口鼻，无纸巾时用手肘代替，注意纸巾不要乱丢。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——四



【少聚集】

疫情期间，少聚餐聚会，少走亲访友，少参加喜宴丧事，非必要不到人群密集的场所。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——五



【文明用餐】

不混用餐具，夹菜用公筷，尽量分餐食；食堂就餐时，尽量自备餐具。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——六



【遵守1米线】

排队、付款、交谈、运动、参观、购物时，要保持1米以上社交距离。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——七



【常通风】

提倡勤开窗通风，每日开窗通风2-3次，每次20-30分钟。温度适宜时，可使窗户常开。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——八



【做好清洁消毒】

日常保持房间整洁。处理进口冷冻食品的炊具和台面，病人及访客使用的物品和餐饮具，要及时做好清洁消毒。收取快递时，用75%的酒精或含氯消毒剂等擦拭或喷洒快递外包装，拆封后及时丢弃外包装，并做好手卫生。空调使用前，要对空调壁挂机过滤网、蒸发器表面、进出风口进行清洗和消毒。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——九



【保持厕所卫生】

马桶冲水前盖马桶盖，经常开窗或开启排气扇，保持存水弯水封。定期清洁消毒厕所内卫生洁具和地面，表面有脏污或霉点时，要及时清洁消毒。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——十



【养成健康生活方式】

加强身体锻炼，坚持作息规律，保证睡眠充足，保持心态健康；健康饮食，戒烟限酒；做好每日健康监测，有发热、干咳、乏力、咽痛等症状时，及时就医。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——十一



【核酸检测】

按要求配合做好常态化疫情防控和本土疫情处置中的核酸检测，确保“应检尽检”，对自己和家人的健康负责。

淮北市
传媒中心
Huabei
Media Center

公民防疫基本行为准则——十二



【疫苗接种】

响应国家新冠病毒疫苗接种政策，3岁以上适龄无接种禁忌人群应接种疫苗，做到“应接尽接”，保护个人健康。