

成都秋冬季节新冠肺炎居民防护指南发布(个人篇)

## 持续关注疫情动态 继续保持警惕 做好个人防护



当前,新冠肺炎处于全球大流行时期,成都市仍面临外防输入、内防反弹的压力。随着秋冬季节到来,流感等呼吸道传染病也蠢蠢欲动,疫情防控形势依然严峻,不能掉以轻心。为此,市卫健委、市疾控中心发布了秋冬季节新冠肺炎居民防护指南,提示大家持续关注疫情动态,继续保持警惕,做好个人防护,积极配合各项防疫措施,健康度过秋冬。

每个人都是自己健康的第一责任人,今日,我们关注防护指南——个人篇,当好自己的健康守护人。

**随时保持手卫生** 尽量少触碰公共物品;饭前便后、处理垃圾后、外出回家过后,马上用洗手液或肥皂

皂在流动水下洗手;不方便洗手时,先用湿巾擦去污渍,再用含酒精的免洗手消毒剂清洁双手;不要用脏手触摸眼鼻口等部位。

**经常开窗通风** 秋冬季节天气寒冷,仍然需要开窗通风,保持室内空气流通。选择气象条件适宜的时间段,每天至少开窗通风2至3次,每次20至30分钟,通风时注意防寒保暖;定期清洗空调滤网。使用中央空调时,要加大新风量,关闭回风。

**合理佩戴口罩** 外出时随身携带一次性医用口罩;在人员密集、空气流通差的室内公共场所,以及近距离接触他人时,要规范佩戴口罩。人员稀少、通风良好的场所,可不佩戴口罩;如果出现发热、咳嗽等症状,或与居家隔离、新冠肺炎出院康复人员共同生活,一定要佩戴口罩。

**注意咳嗽礼仪** 咳嗽、打喷嚏时,尽量用纸巾、手帕等捂住口鼻;

在没有纸巾、手帕时,可用手肘或衣襟掩住口鼻。

**减少聚集活动** 秋冬季节呼吸道传染病高发,尽量少去人员密集、阴冷潮湿、空气不流通的场所,减少与病毒接触的机会;若必须进入这些场所,请根据场所要求规范佩戴口罩。

**养成健康生活方式** 保持居家、办公及公共场所环境清洁卫生,不乱扔垃圾,不随地吐痰;注意个人卫生,不与他人共用水杯、餐具、脸盆、毛巾、牙刷等物品;天气寒冷时,仍要保持勤洗手、勤洗澡、勤换衣被的好习惯;关注天气变化,及时增减衣服,注意防寒保暖;合理膳食,适量运动,戒烟限酒,心理平衡。

**注意饮食安全** 不喝生水;处理生食、熟食的切菜板和刀具要分开使用;海鲜、禽畜肉类和蛋类要彻底煮熟再食用;提倡分餐制,或使用公勺、公筷用餐。

**远离野生动物** 不接触、猎捕、加工、运输、宰杀、食用野生动物;不侵扰野生动物栖息地。

**配合疫情防控** 主动配合各类场所疫情防控相关要求,如体温检测、人员登记、佩戴口罩等;协助、配合、服从相关部门开展的疫情防控工作,如实配合调查,不隐瞒个人行程和行为;境外及国内中高风险地区来(返)蓉人员及时按要求报告,配合进行健康管理。

**发病及时就医** 一旦出现发热、咳嗽等症状,要戴上一次性医用口罩、尽量采用步行或私家车前往医院就诊;如必须乘坐公共交通工具,要全程佩戴口罩、尽量减少触碰公共物品;如发病前有外出旅居史、异常症状人群接触史等要及时告知医生;如发现周围人群出现发热、咳嗽等症状,要与其保持一定距离,并提醒其及时就诊。

(原载于《成都日报》2020年11月5日08版)

悦来镇第二十届麻羊美食文化艺术节 将于明日开幕

本刊讯 渐入寒冬,又到了市民品羊肉汤的好时节。日前,记者从悦来镇了解到,明日,由县国际美食之都建设工作推进小组办公室、悦来镇、县商投局、县融媒体中心联合主办的2020年成都美食节大邑分会场“大邑2020年美食文化节”暨悦来镇第二十届麻羊美食文化艺术节将于该镇拉开帷幕。

据介绍,开幕式当天上午,主办方将延续往届麻羊美食文化

艺术节传统,轮番上演千羊巡街、麻羊祭祀、庖丁解羊、麻羊选美等保留项目,同时,还将集中展示悦来本地美食名店名菜,邀请现场观众共品羊肉汤。此外,明晚,主办方还将在悦来镇学校内举行美食文化综艺晚会,届时,观众不仅能欣赏到众多精彩的文艺节目,还能与巴蜀笑星王宝器等知名演员、歌手近距离交流。

(王波)

大邑美食书籍《美食大邑》编撰完成

本刊讯 为集中展示大邑饮食文化,进一步提高大邑知名度,助力疫情后的旅游经济发展,今年4月,政协大邑县委员会组织编撰了一部融美食、烹饪、历史、文化为一体的美食书籍《美食大邑》,目前已编撰完成。

据了解,本书由20余名大邑文学界和餐饮行业相关知名人士通过开展研讨、实地采风考察和现场制作等形式,耗时近半年撰写完成,力求全景式反映大邑美食起源、发展、创新历程。《美食大邑》一书共分四

个章节,分别是吃在大邑、名人与大邑美食、厨里乾坤和吃东道西。此书参考了大邑历年美食大赛选拔出来的优胜餐饮名单,基本涵盖了大邑的美食特色,包括大邑的名菜、名店和老字号。书中还记录了大邑有代表性、有历史渊源的美食故事,每个美食故事都经过筛选、推敲、整理,确保每个美食故事做到“精而美”,让《美食大邑》一书形象直观。

目前,《美食大邑》一书正进行出版对接,将于12月底前印刷出版。(政协)

我县电商快递企业奋战“双11”

本刊讯 随着一年一度的“双11”购物狂欢节拉开帷幕,我县电商、快递企业积极奋战拼业务,普通市民也抓住机会购得不亦乐乎。

近日,记者前往县电商孵化园,对我县企业参战“双11”的情况进行了探访。据介绍,与往年不同,今年“双11”活动分为两波。其中,11月1日至3日为第一波,11月11日为第二波。在第一波活动期间,我县各大电商企业通过促销活动,均取得了不错的成绩,仅县电商孵化园日均交易量就达到了3万件左右。

“我们店10月份就在网线上线了促销活动,并全面开通了预售通道。”当天,园区内企业成都飞牛宠物用品有限公司负责人一边清理、查看发货单,一边向记者介绍,公司是一家专门从事宠物用品的企业,11月1日至3日店内销量约800件,

是平时销量的三到五倍。

在第一波活动中,电商企业揽金不少,快递公司也随之迎来了业务高峰。大邑百世物流经理杨兴建高兴地表示,今年“双11”揽件量和派件量是平常的1.5倍,目前公司正加大马力,通过增加车辆和人手、加班加点办件,确保投递及时准确。

“好开心,这是我今年‘双11’收到的第8个快递了。”11月3日上午,家住县城滨河锦绣小区的余女士从快递员手中接过快递后告诉记者,她在10月中旬就开始关注网上的促销活动,陆陆续续往购物车里放了护肤品、服饰等10多样商品,并提前支付部分商品定金。她说:“现在在网上购物优惠力度大,快递投递速度也很快,网购已能满足自己的大部分购物需求。”

(陈佐发 王波 李俐)

国寿之窗  
欢迎拨打95519客户服务专线

守护美好 从一份保障开始

胡某某,男,49岁,于2020年2月1日在中国人寿保险股份有限公司大邑县支公司连续投保了男性安康保险,保费134元,2020年8月2日,被保险人胡某某经医院确诊为肺癌,经核实其出险情况属于保险责任范围,公司按照保险条款约定向胡某某给付特定疾病保险金40000元。

杨某某,男,82岁,于2020年7月1日在中国人寿保险股份有限公司大

邑县支公司连续投保了城镇职工补充医疗保险,保费280元,2020年10月9日,被保险人杨某某经医院确认为疾病身故,经核实其出险情况属于保险责任范围,公司按照保险条款约定向杨某某受益人给付身故保险金2000元。

(国寿大邑支公司)

相知多年 值得托付

走进七人普

## 全国人口普查条例

(上接40期4版)

### 第三章 人口普查的组织实施

**第二十四条** 人口普查对象应当按时提供人口普查所需的资料,如实回答相关问题,不得隐瞒有关情况,不得提供虚假信息,不得拒绝或者阻碍人口普查工作。

**第二十五条** 人口普查对象应当在普查表上签字或者盖章确认,并对其内容的真实性负责。

**第二十六条** 普查人员应当坚持实事求是,恪守职业道德,拒绝、抵制人口普查工作中的违法行为。

普查机构和普查人员不得伪造、篡改普查资料,不得以任何方式要求任何单位和个人提供虚假的普查资料。

**第二十七条** 人口普查实行质量控制岗位责任制,普查机构

应当对人口普查实施中的每个环节实行质量控制和检查,对人口普查数据进行审核、复查和验收。

**第二十八条** 国家统计局统一组织人口普查数据的事后质量抽查工作。

### 第四章 人口普查资料的管理和公布

**第二十九条** 地方各级普查机构应当按照普查方案的规定进行数据处理,并按时上报人口普查资料。

**第三十条** 人口普查汇总资料,除依法应当保密的外,应当予以公布。

全国和各省、自治区、直辖市

主要人口普查数据,由国家统计局以公报形式公布。

地方人民政府统计机构公布本行政区域主要人口普查数据,应当报经上一级人民政府统计机构核准。

**第三十一条** 各级人民政府统计机构应当做好人口普查资料

的管理、开发和应用,为社会公众提供查询、咨询等服务。

**第三十二条** 人口普查中获得的原始普查资料,按照国家有关规定保存、销毁。

**第三十三条** 人口普查中获得的能够识别或者推断单个普查对象身份的资料,任何单位和个人

不得对外提供、泄露,不得作为对人口普查对象作出具体行政行为的依据,不得用于人口普查以外的目的。

人口普查数据不得作为对地方人民政府进行政绩考核和责任追究的依据。

(未完待续)

大国点名,没你不行。

