

# 新型冠状病毒病



继续保持警惕，迈向「新的生活方式」！

## 日常生活中的基本防疫措施

- 经常洗手和进行手部消毒
- 彻底遵守咳嗽礼仪（外出时戴口罩）
- 人与人的距离尽量保持2m（最少1m）
- 避免「3密」
- 尽量避免面对面的对话
- 避免来往疫情流行地区



# 新型冠状病毒病



继续保持警惕，迈向「新的生活方式」！

## 日常生活中的基本防疫措施



### 购物



一定的距离



- 一个人或在人少时购物
- 使用电子支付
- 制定计划并迅速完成购物
- 尽量避免接触展示品
- 在排队结账时，与前后方保持距离
- 利用网购和邮购服务

# 新型冠状病毒病



继续保持警惕，迈向「新的生活方式」！

## 日常生活中的基本防疫措施



### 娱乐和运动等



- 公园：选择人少的时间和地点
- 慢跑时保持少人数
- 路过别人时保持距离
- 活用视频在家中健身和练瑜伽
- 避免在小房间里呆太久
- 唱歌和应援时应保持距离或在线

# 新型冠状病毒病



继续保持警惕，迈向「新的生活方式」！

## 日常生活中的基本防疫措施



### 用餐



- 并排坐，不要面对面
- 尽量少说话
- 避免大盘子，食物该一人一份
- 避免斟酒和轮流喝一杯饮料
- 外带食物或利用配送服务
- 享受在室外空间用餐