关于暑期疫情防控的温馨提示

全体师生及各位家长：
 暑期将至，基于目前严峻复杂的新冠肺炎疫情防控形势。为确保
广大师生暑期身体健康, 现就新冠肺炎等传染病防控工作提示如下：
 一、继续绷紧疫情防控这根弦。由于对新冠病毒变异、传播规律
还没有完全掌握，ື䪽쇑䆰ᄑᄓ益Ⰰ，希望全校师生和各位家长不要
存有任何麻痹思想和侥幸心理，须时刻绷紧疫ថ防控这根弦。
 二、师生继续加强自我健康监测，密切关注共同生活ቹꡐ的家庭
成员及相关人员健康状况和风险接触信息监测。留意身体变化，一旦
发现有发热、乏力、咳嗽、打喷嚏及其他症状，要及时向家长和学校
老师报告，Ϻ做好个人防护的前提下，及时到当地指定医疗机构发热
门诊就诊并主动告知个人旅ቹ史和人员接触史，就医过程中尽量避免
乘坐公共交通工具，随时保持手卫生，减少接触公共场所的公共物品
和部位，避免用手接触眼口鼻。
 三、配合学校或社区，做好去过高中风险地区，或接触过高危人
群和物品的排查工作，若有此类ថ况主动向所Ϻ街道社区和学校及时
报备ភ，严格落实属地防控要求。学准一律不准返校，留
校学生和教职工暑假期间出入校门须配合学校保卫部门做好登记和
体温检测。坚持日常晨午晚检制度，如出现发热等症状应及时报告。
四、暑期到校工作的教职员工尽量实行“两点一线”上下班模
式，确需离开学校所Ϻ地的，须履行审批手续。

五、校外师生遵守属地疫情防控相关规定，减少不必要外出，
原则上不前往国外和国内中高风险地区、不跨省长途旅行，确需离开
居住地的，须向所在部门报告，并将行程报归口部门备案。全程做好
个人防护，返回后须在第一时间主动向所在社区和学校报告，并按规
定接受相关防控措施。
 六、加强个人防护，保持“一米线”、勤洗手、戴口罩、公筷制
等卫生习惯和生活方式，降低疫情传播风险。
七、做好生活和工作环境的通风换气和清洁消毒，注意保持室内
环境卫生和空气流通。
八、保持乐观开朗心态，规律作息时间，保持充足睡眠；加强体
育锻炼，提高机体免疫力。避开人员密集场所，避免到海边、江河、
湖泊、池塘等处游泳，谨防疫情传播和溺水事故。
九、注意食品卫生，加强营养摄入。制作食物时，生熟分开，食
品加工时一定要烧熟煮透，不吃生冷食物，不吃野生动物。
十、随时关注疫情动态，自觉遵守疫情防控法律法规，做好各项
防控措施的自觉落实。

 哈尔滨体育学院新冠肺炎疫情防控工作领导小组宣传组
2021 年 7 月 8 日