

# 郑州市教育局新冠肺炎疫情防控 工作领导小组文件

郑教疫防办〔2020〕122号

签发人：王中立

## 郑州市教育局新冠肺炎疫情防控工作领导小组 关于做好元旦期间学校疫情防控工作的通知

各开发区教育局，各区县（市）教育局，局直属各学校，市属事业及各民办学校，市属高校，省属驻市院校（园）：

当前，境外疫情仍在加速蔓延，国内零星散发病例和局部暴发疫情的风险始终存在，冬春季是呼吸道传染病的多发季节，加之节日临近人员流动性加大、聚集性活动增多，疫情防控形势依然严峻复杂。为进一步做好学校新冠肺炎疫情防控工作，切实保障师生生命安全与健康，根据市委、市政府和省教育厅近期有关疫情防控工作部署，现就做好元旦期间学校疫情防控工作通知如下：

**一、错峰安排放假、开学。**各学校要坚持错峰原则，统筹做好元旦放假、开学安排，防止人员聚集。充分利用钉钉健康打卡平台、风险预警系统等技术手段掌握师生员工假期去向、健康状况，做好风险排查。

**二、减少不必要出行。**密切关注国内中高风险地区变动情况，合理安排出行，原则上不前往国（境）外和国内中高风险地区，减少跨省、跨地区出行。

**三、合理安排行程，坚持错峰出行。**尽量避免去室内人多的密闭空间，减少走亲访友和人数较多的聚集，控制聚集人数规模，与他人接触时佩戴口罩、保持距离，经常洗手。

（一）各区县（市）教育局和学校非必要不举办聚集性活动。如举办一定要控制人数，50人以上要有完整的防控方案，要有防控措施。

（二）家庭聚集，最好控制在10人以下。

**四、在元旦出行过程中要做好个人防护。**乘坐公共交通工具时要全程佩戴好口罩，提醒他人戴好口罩，做好手卫生。

**五、落实四方责任，积极开展健康教育宣传。**引导师生员工注意家庭常通风、勤洗手、用公筷、分餐制，在公众交往保持一米以上距离，坚持规范佩戴口罩，咳嗽、打喷嚏注意遮挡等良好的卫生习惯；加强体育锻炼，保证均衡饮食和充足的睡眠；根据天气变化，适当增减衣服，防止着凉。

**六、做好多病同防。**除了预防新冠肺炎疫情，还要注意防范

禽流感、水痘、诺如病毒以及食物中毒，近期尽量避免前往活禽市场，不要购买活禽。不吃未烧熟煮透的食物以及未削皮的水果、生的蔬菜。

七、若出现发热、咳嗽等呼吸道症状，请及时就近前往医疗机构就诊。

附件：健康提示

2020年12月30日

## 附 件

# 健康提示

### 一、呼吸道疾病

- (一) 经常开窗通风，保持室内外空气流通。
- (二) 加强体育锻炼，保证均衡饮食和充足的睡眠。
- (三) 根据天气变化，适当增减衣服，防止着凉。
- (四) 养成良好的卫生习惯，勤洗手，不随地吐痰。
- (五) 尽量避免去人多拥挤或空气质量差的场所。

### 二、消化道疾病

- (一) 注意饮用水卫生，不喝生水。
- (二) 倡导聚餐时使用公筷公勺。
- (三) 注意饮食卫生，不吃不卫生或半生的食物，生吃瓜果蔬菜要彻底洗净。
- (四) 在烹饪中要注意生熟分离。
- (五) 注意妥善保管食物，剩余食物要冷藏，隔餐食物要彻底加热后才能食用。

### 三、健康饮食

- (一) 三餐合理，规律进餐，培养健康饮食行为，不暴饮暴食。
- (二) 平衡饮食，以谷类为主，多吃蔬菜水果，适量补充优

质蛋白质。

（三）在烹饪时要少盐少油，培养清淡饮食习惯，少吃高盐和油炸食品。

（四）零食与饮料要合理，尽量减少含糖饮料的摄入，提倡多饮用白开水。

（五）选购食物时，不建议直接品尝未加热的食物，避免用手直接拿取食物食用。

（六）在选购冷链食物时，应佩戴一次性手套，避免用手直接接触。