

金秋“双节”将至，市健康促进中心提醒您

旅游“五做好” 聚会“三牢记”

“双节”将至，国庆加中秋连休八天，正值秋高气爽，不少人外出游玩或聚会有计划。出门旅游如何做好防护？假期参加聚餐聚会等活动是否有风险？目前仍处于常态化疫情防控阶段，上海市健康促进中心送上“双份”健康提示：外出旅游“五做好”，节日聚会“三牢记”！ 青年报记者 顾金华

迎国庆、迎进博、迎新春，秋冬季爱国卫生运动全面启动。昨天上午，上海市2020年秋冬季爱国卫生运动新闻通气会在上海市健康促进中心举行。

目前我国境内旅游风险程度较低，但随着秋冬季传染病高发季节来临，存在新冠肺炎疫情与秋冬季传染病流行叠加风险，市健康促进中心提醒市民朋友，外出旅游记得“五做好”：

一是“做好出行准备”，了解目的地疫情风险等级和防疫政策，查询景区限流、预约等资讯，提前规划并准备好健康码，出行前准备好口罩、免洗消毒液、纸巾、自用筷子勺子、水杯等个人用品，在外住宿要提前预定卫生条件良好的酒店；

二是“做好旅行防护”，乘坐飞机、火车、汽车、地铁等公共交通工具时全程佩戴口罩，并配合交通部门采取的各项防控措施，尽可能少触碰公共物品，勤用流动水加肥皂或洗手液按照“七步洗手法”规范清洗双手，在外不方便时可用免洗消毒液，彻底清洁双手前不要触摸眼口鼻，建议采用非接触式的电子化支付方式；

三是“做好饮食卫生”，选择干净卫生、通风良好的餐馆就餐，避免拥挤，可错峰就餐或打包外带享用，也可考虑自备食物，不喝生水、不食用野味，

两人以上合餐时应使用公筷公勺；

四是“做好行程记录”，包括飞机、火车等公共交通工具的班次、时间和座位号，住宿宾馆、用餐餐馆和娱乐场所的名称、地址、房间号及同伴人员等，一旦出现相关情况可及时追溯；

五是“做好健康监测”，旅行过程中出现发热、干咳等症状，立即就近到医院发热门诊就诊。

“金九银十”喜事多，假期参加聚餐聚会等活动也要注意保持距离，做到“三牢记”：

一是牢记防护，与人近距离接触以及在密闭或通风不好的场所应佩戴口罩，并保持一米以上的社交距离；

二是牢记卫生，勤洗手，就餐时使用公筷，避免个人餐具直接接触菜品；

三是牢记健康，节日期间不暴饮暴食，注意荤素搭配，饮食有度并配合适量运动，尤其提醒有发热、咳嗽等症状的人员，应避免参加聚集性活动。

备口罩、勤洗手、常通风，外出不扎堆、聚会不忘形、放松不放松！市健康促进中心表示，对于新冠疫情仍要外防输入、内防反弹，希望每个市民都能穿好“无形的防护服”，金秋佳节每个家庭健康又幸福。



在陆家嘴，许多游客在合影留念的时候戴着口罩。

青年报资料图 记者 施培琦 摄

相关

2020年秋冬季爱国卫生运动全面启动

市爱卫办副主任、市卫健委健康促进处处长王彤介绍，为贯彻落实市委、市政府关于秋冬季疫情防控工作的总体部署，今年9月至明年2月，全市深入开展秋冬季爱国卫生运动。

一是迎国庆，从9月中旬至10月上旬，主要针对各类商圈、旅游景点、沿街商户开展不卫生行为巡查和劝阻，结合秋冬季防病科普宣传月，加强疫情防控科普宣教，并督促各单位做好环

境清洁、秋季蚊虫防控和日常消毒工作；

二是迎进博，从10月中旬至11月中旬，主要针对国家会展中心及周边五个街镇、重要接待场所，全面开展环境清理和病媒生物控制工作，组建市、区二级的进博会病媒生物控制和环境消毒应急响应保障队伍，对涉会酒店和场所开展日常巡查，落实并完成展会期间保障任务，同时将组织开展全市统一的秋季灭鼠活动；

三是迎新春，从11月下旬至明年2月，重点推进周四卫生大扫除活动，组织做好老旧小区、城中村和城乡结合部、背街小巷、集（农）贸市场、环卫设施、建筑（动拆迁）工地、沿街商户等七类场所的卫生管理，并落实督导与反馈，同时加强常态化清洁消毒，完善公众洗手配套设施，启动越冬蚊虫专项控制行动，进一步巩固疫情防控常态化工作成果。

居民矛盾怎么解 民生建议怎么提
信访创新研讨会开到群众“家门口”

人民城市人民建 人民城市为人民

上海市虹口区人民政府、上海市律师协会协办的“共建共治共享理念下基层信访工作模式创新”专题研讨会在虹口区四川北路街道举行。在这场开到老百姓“家门口”的研讨会上，基层干部、小巷总理、社区群众与社区治理领域的专家学者思想碰撞、互相启发，共同为吸纳民智民慧、把矛盾化解在基层提供“最接地气”的方案。

昨天下午，由国家信访局信访理论研究（上海）基地、上海市信访办、上海市信访学会、上海市社区发展研究会主办，上

海市虹口区人民政府、上海市律师协会协办的“共建共治共享理念下基层信访工作模式创新”专题研讨会在虹口区四川北路街道举行。在这场开到老百姓“家门口”的研讨会上，基层干部、小巷总理、社区群众与社区治理领域的专家学者思想碰撞、互相启发，共同为吸纳民智民慧、把矛盾化解在基层提供“最接地气”的方案。

青年报记者 刘昕璐



基层信访工作模式创新专题研讨会举行。

受访者图

打造“家门口”信访服务体系
融入社区“微治理”

“人民城市人民建，人民城市为人民”，把握人民城市的主体力量，要充分发挥街镇、社区在基层治理中的基础性作用。

市信访办主任、信访学会会长王剑华强调，信访工作是社会治理体系的重要组成部分，本身就为群众而生、从群众中来、到群众中去、让群众满

意，信访工作融入社区“微治理”，要持续完善“家门口”的信访服务体系，激活城市治理的“神经末梢”。

王剑华指出，源头治理的重心、办法、活力都在基层，信访工作的创新、转型，要不断向服务型、合作型、建议型、“家门口”发展，让家门口信访服务真正好用、管用，符合人民所思所盼，符合基层所需所愿，在赋能基层、服务群众中提升信访工作治理效能。

建立“下沉式”信访机制
在基层化解矛盾

作为全市8个中心城区中第一家创建成功“人民满意窗口”的虹口区四川北路街道，街道党工委副书记，沈嗣全说，截至8月底，街道全面推广信访“民意直通车”服务矩阵，有效形成川北辖区1个街道，3个中心，3个驿站，22个居委“家门口”信访工作服务体系，引导居民通过网络就能反映诉求，街道信访窗口与去

年同期相比，接待量减少20%左右。在全面推广信访“家门口”服务后，如何创新基层信访工作模式，沈嗣全认为有三点需要深入思考：一是如何发挥联系群众的优势，提高问题解决、协调的便捷性；二是如何整合各方资源，畅通信访办理渠道；三是如何推行激励机制，打造优秀的信访代理队伍。

居民代表、黄浦区半淞园路街道的崔艳秋表示，当下，有问题找居委，已经是很多老百姓的

习惯性选择，“下沉式”的信访机制建立将充分发挥基层化解矛盾的优势，让老百姓的情绪在第一时间就得到及时的疏导，让老百姓可在家门口就近、及时提出问题，获得熟悉、温暖的调解和处理。很多居委干部善于聆听，过程中大哥、大姐、阿姨叫个不停，往往在“熟人文化”前面，疏通了情绪，缓解了矛盾冲突，放宽了预定“想要结果”的尺度，更好地促进社区的依法治理、和谐共处。