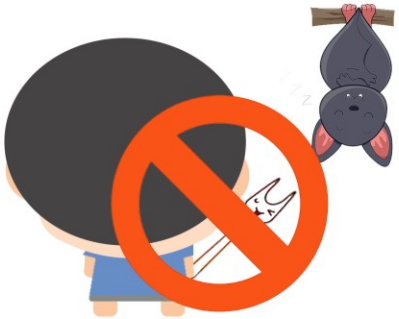
严格与动物保持安全距离

避免接触野生动物，做到不捕捉、不买卖、不驯养、不伤害，豢养宠物及养殖业行业人员在接触动物时应注意做好个人防护。



严格减少非必要出行

鼓励就地过节，减少旅途感染风险；尽量减少非必要的出行，多居家休息、学习，少串门、减少走亲访友。

严格做好个人健康监测

合理膳食，保证营养，适度运动，强身健体。一旦出现发热、咳嗽等症状，及时到正规医疗卫生机构就诊并全程佩戴口罩，尽量不要乘坐公共交通工具就诊。

严格遵守疫情防控要求

强化疫情防控个人主体责任，主动配合各类场所测量体温、登记信息、查验健康码等防控要求，配合问询，如实告知行踪和健康状况。

疫情防护“十严格”

海口市卫生健康委员会
海口市健康教育所

严格科学佩戴口罩

外出时随身携带口罩，乘坐公共交通工具或在超市、商场、农贸市场、电梯间等密闭环境和人员聚集场所，严格按要求正确佩戴口罩。

严格养成良好卫生习惯

勤洗手，打喷嚏和咳嗽时用纸巾或肘臂等遮挡口鼻，使用公勺、公筷，不乱扔垃圾，不随地吐痰，养成良好卫生习惯。

严格保持家庭清洁卫生

经常开窗通风换气，保持室内空气清新，深入开展爱国卫生运动，不留卫生死角，保持环境和家庭清洁卫生。

严格做好食品安全

不购买和食用野生动物，吃水果洗净、去皮，避免直接接触生食或半生食冷链食品，处理生食和熟食的菜板和刀具分开。

严格保持社交安全距离

工作和生活中注意保持1米及以上社交距离，减少人员拥挤和聚集。

严格控制人员聚集

严格控制聚会、联谊等聚集活动，简办“红白事”。提倡家庭私人聚会聚餐控制在10人以下。原则上取消公期、慰问、联欢、民俗宗教、迎神庙会等人员聚集性活动。