

青岛市卫生健康委员会昨日发布倡议

进一步做好市民个人健康管理

当前,疫情防控形势依然严峻复杂,为有效做好我市“外防输入、内防反弹”工作,进一步压实“四方责任”,坚持个人是第一健康责任人的理念,更好保障广大市民生命安全和身体健康,共筑“防疫长城”,11月4日,青岛市卫生健康委员会发布关于进一步做好市民个人健康管理的倡议:

超过4小时。

三、注意咳嗽礼仪。咳嗽打喷嚏时,用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,注意纸巾不要乱丢。

四、少聚集。疫情期间,少聚餐聚会,少走亲访友,少参加喜宴丧事,非必要不到人群密集的场所。

五、文明用餐。不混用餐具,夹菜用公筷,尽量分餐食;食堂就餐时,尽量自备餐具。

六、遵守1米线。排队、付款、交谈、核酸采样、参观、购物等时,要保持1米以上社交距离。

七、常通风。提倡勤开窗通风,每日开窗通风2~3次,每次20~30分钟。温度适宜时,可使窗户常开。

八、做好清洁消毒。日常保持房间整洁。处理进口冷冻食品的炊具和台面,病人及访客使用的物品和餐饮具,要及时做好清洁消毒。收取快递时,用75%的酒精或含氯消毒剂等擦拭或喷洒快递外包装,拆封后及时丢弃外包装,并

做好手卫生。空调使用前,要对空调壁挂机过滤网、蒸发器表面、进出风口进行清洗和消毒。

九、保持厕所卫生。马桶冲水前盖马桶盖,经常开窗或开启排气扇,保持存水弯水封。定期清洁消毒厕所内卫生洁具和地面,表面有脏污或霉点时,要及时清洁消毒。

十、养成健康生活方式。加强身体锻炼,坚持作息规律,保证睡眠充足,保持心态健康;健康饮食,戒烟限酒;做好每日健康监测,有发热、干咳、乏力、咽痛等症状时,及时就医。

十一、核酸检测。按要求配合做好常态化疫情防控和本土疫情处置中的核酸检测,做到“愿检尽检”“应检尽检”,对自己和家人的健康负责。

十二、疫苗接种。响应国家新冠病毒疫苗接种政策,3岁以上适龄无接种禁忌人群应接种疫苗,做到“应接尽接”,保护个人健康。

观海新闻/青岛早报记者 杨健

链接 / 做核酸做好8件事

4日,市疾病预防控制中心通过官方微信公众号“青岛疾病控制”提醒市民,排队做核酸要做好8件事:

1、必带品,准备好。要带好身份证、手机,可携带适量酒精湿巾、备用口罩等。

2、戴口罩,不聚集。前往核酸采样点时,全程规范佩戴口罩。

3、遵指引,守秩序。要遵守工作人员的指引,提前做好健康码、采样码,耐心排队等待,不插队、勿拥挤。

4、不交谈,一米距。排队时为避免交叉感染,不要把口鼻露出来。

5、少吞咽,不清嗓。采样时应屏住呼吸,头稍往后仰,少吞口水,不清嗓子。

6、勿触碰,不乱放。不要用手直接接触操作台上的物品,不要触碰检测人员防护服。

7、戴口罩,不逗留。采样结束后立刻戴好口罩,有序离开。

8、手消毒,重清洁。采样完成后,应进行手部消毒。 观海新闻/青报全媒体记者 王世锋



志愿者打通服务居民“最后一米”

青岛各区市新时代文明实践中心组织志愿者确保采样工作有序开展

早报11月4日讯 当前,疫情防控形势依然严峻复杂,青岛各区市充分发挥新时代文明实践中心(所、站)阵地作用,组织动员各级志愿服务队、志愿服务组织和广大志愿者奔赴疫情防控一线,主动作为、争分夺秒、全力以赴助力全市疫情防控工作,让居民感受到暖心服务。

志愿者为居民贴心服务

“疫情就是命令”,文明实践阵地吹响“冲锋号”。面对一场突如其来的疫情,市南区新时代文明实践中心(所、站)立即行动,火速招募志愿者参与疫情防控。在八大湖街道核酸检测点,来自八大湖街道新时代文明实践所的志愿者们每天忙碌不停,“请扫场所码,做核酸保持三米线”,“勤洗手、常通风、戴口罩、不聚集”,他们用文明实践行动和力量筑牢疫情防控屏障,为抗疫贡献文明实践队伍力量。湛山街道新时代文明实践所在核酸检测点设立10个新时代文明实践志愿服务岗,党员志愿者、社区工作人员和医护人员联合组建多支志愿服务



志愿者(右一)在照顾做核酸检测的老人。

“小分队”,为老弱病残幼孕等特殊人群开辟“绿色通道”,主动提供搀扶、扫码登记等人性化服务,积极为行动不便、卧床不起的居民提供上门送检服务,全力保障采样工作安全有序开展,切实打通服务群众“最后一米”。

志愿助力,同心抗“疫”。李沧区振

华路街道各社区充分发挥新时代文明实践站的阵地堡垒作用,组织广大志愿力量50余人,发挥特长,有序参与,尽己所能支援和参与疫情防控行动,助力区域核酸检测工作。在社区核酸检测点现场,志愿者各司其职,布置核酸现场、维持秩序、对前来参加核酸检测的居民扫

码测温,还利用小喇叭在小区内进行流动宣传。对志愿者队伍来说,这已是常态化运作,一整套配合行云流水、干净利落。

“志愿红”成为亮丽风景

西海岸新区六汪镇各级新时代文明实践站根据疫情防控实际需要,组织调配志愿者有序参与巡查值班、人员登记、车辆疏导、信息排查、体温测量、消毒消杀等疫情防控工作。红马甲就是“战袍”,“志愿红”已经成为六汪镇疫情防控一道亮丽风景,温暖人心、凝聚力量。西海岸新区灵山卫街道实行“五个一”工作机制,力争实现群众生活服务保障“有求必应”。包括设置一处物资供应点,开通一条工作热线等。

城阳区棘洪滩街道新时代文明实践所动员各社区新时代文明实践站的志愿者们积极加入到疫情防控队伍中,全面筑牢疫情防控的坚固防线。即墨区通济街道广泛发动志愿服务力量,依托新时代文明实践站,成立多支志愿队伍,积极开展区域内核酸检测、防疫政策解读、流动人员摸排等工作,确保疫情防控工作落实到位。(观海新闻/青岛早报记者 杨健 摄影报道)

祝贺“青岛建安地产集团有限公司”正式更名为“青岛建信地产集团有限公司”

日前,因业务发展需要,经登记机关审批,“青岛建安地产集团有限公司”正式更名为“青岛建信地产集团有限公司”。

青岛建安地产集团有限公司创建于2015年,是建安控股集团建筑、装饰、地产大建筑产业板块一体化发展战略的重要组成部分。作为建安控股集团的核心业务之一,依托集团建筑领域产业链协同支持,坚守品质为生命线,专注于产品打磨,一步一步用作品树立起



市场信誉和品质。肩负“诚建时代精品,情筑美好空

间”的企业使命,建安地产立足青岛,稳步推进开发业务,相继开发或合作开发建设了时代国际广场、巴登花园、海山慧谷、平度御园新城、云岭世家、澜庭、玺悦、海洋智慧小镇、云玺天颂等重点项目,累计开发面积超100万平方米,获得了万千客户的信赖与认可。

2020年,建安地产拓耕城阳板块,前瞻性落子澜庭,以全新品质力作,开启城阳进阶人居时代序幕。

2022年,建安地产与天一仁和携手斩获东李板块,标志着集团地产板块再扩版图。

品牌焕新,荣耀启程。伴随此次企业更名,建信地产将全新升级更好服务,变的是名字,不变的是诚信敬业、品质至上的初心和对客户满意的追求。未来,建信地产将秉承匠心,以更有温度的服务,更硬核的精工产品,回馈每一个家的期盼,与您共赴美好生活新里程。