

# 减少人和人接触的 10 个要点

新型冠状病毒感染症是谁都会有感染的风险, 谁都使人感染的风险。

为了保护和你身边人的生命, 让我们重新审视一下日常生活吧。

<p><b>1</b> 视频电话 网上返乡探亲</p> 	<p><b>2</b> 挑选人少的时间 一个人或避免和 太多人到超市购物</p> 	<p><b>3</b> 避免和太多人 慢跑 挑选人少的时间 去公园</p> 
<p><b>4</b> 不急需的购物 网上购物</p> 	<p><b>5</b> 视频聚餐</p> 	<p><b>6</b> 就诊 远距医疗 以远距视频就诊</p> 
<p><b>7</b> 锻炼体力, 瑜伽 居家 视频</p> 	<p><b>8</b> 餐饮 外带, 外送</p> 	<p><b>9</b> 居家工作 通勤以维持社会功能、从事 医疗、基础建设及物流工作 的人为主</p> 
<p><b>10</b> 交谈时 戴口罩</p> 	<p><b>避开3密</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 通风不好的密闭空间</li><li>2. 人群聚集的密集场所</li><li>3. 近距离谈话等的密切接触场面</li></ol> <p><b>洗手 · 咳嗽礼节 · 通风, 健康管理</b> 也很重要</p>	