

春运启动,返乡人员路上如何防护?来沪返沪人员应注意些啥?市疾控和医学专家提醒——

■本报记者 李晨瑛

春节脚步日益临近。为减少疫情传播,上海市疾控中心发出呼吁:鼓励大家就地过年,减少不必要出行,避免前往或途经国内中高风险地区。

对于即将返乡的人员,回家路上如何防护?来沪返沪人员又要注意哪些事项?沪上医学专家也送出一份健康年货锦囊:

出行前了解目的地疫情和防控政策,配合做好防控措施;途中做好个人防护,乘坐公共交通工具时全程正确佩戴口罩,随身携带免洗手消毒液,随时做好手卫生,减少进食,尽量与他人保持安全的社交距离。专家特别提醒:如果市民朋友一定要出行,出发前,请先评估风险三要素(目的地、交通工具、个人情况),提早准备三件套(目的地疫情及防控政策、核酸检测报告、个人防护用品)、出行途中三牢记(保持社交距离、做好个人防护、做好健康监测)。如果出现发热、干咳等症状,应在做好防护的情况下,立即就医。

请记住:保护好自己,就是给家人和自己最好的新春礼物!

出发前提早准备三件套,个人防护用品别忘带

春运大幕已经拉开,统计数据显示,上海的机场、铁路、长途客运站客流比预期出现明显下降。以春运首日为例,上海各大火车站发送旅客10.2万人次,仅为往年春运首日客流的三分之一,比正常工作日还要少。

“准备返乡的旅客,一定要提前做好准备,根据目的地要求进行核酸检测,配合做好防控措施。”上海市疾控中心应急管理处

陆殷昊提醒,出行前,不妨先评估风险三要素:目的地、交通工具、个人情况。首先,应避免前往或途经疫情中高风险地区以及中高风险地区所在的城市;其次,短途建议自驾出行,长途尽可能减少换乘,降低暴露风险;最后,建议老年人、慢性病患者、孕妇、儿童等易感人群避免远距离出行,如果出发前出现发热、干咳、腹泻等症状,应暂停出行计划。

同时,要提早准备三件套:详细了解目的地的疫情及防控政策,提前在目的地政府官网或官微上查询当地的疫情及防控政策,包括核酸检测要求和隔离措施;出发前,在出发地正规有资质的核酸检测机构进行核酸检测;带好防护用品,比如备足口罩、手套、免洗手消毒液、酒精棉球或消毒湿巾等个人防护用品。

“可以准备一个密封袋或保鲜袋,在必要时临时储存口罩。最好再准备一支笔或钥匙,可用于触摸按钮。”陆殷昊特别提醒,出发前别忘记自带水杯。

“市民朋友在返乡途中要坚持佩戴口罩,鼻子和嘴巴应用口罩严严实实地包裹起来。此外,可考虑戴一副比较大的眼镜或墨镜,也能起到一定程度的防护效果。”上海市第一人民医院呼吸科主任张曼补充,疫情期间出行,请尽量不要佩戴首饰,长发的女士最好将头发挽起。同时,建议市民在非正常时期、非常环境下,尽量选择穿面料比较光滑、容易擦拭的衣物。

短途尽可能自驾往返,长途旅程不妨错峰就餐

往返途中,在火车站、飞机场、汽车站等人流拥挤的地方,应该如何有效保护自己?

“如果在旅途中没做好个人防护的话,

评估风险三要素 提早准备三件套 出行途中三牢记

存在被感染的风险。因而在人群聚集的公共场所更要强调做好个人防护措施。”陆殷昊建议,市民应在出行途中牢记“保持社交距离、做好个人防护、做好健康监测”这三点。

在机场、火车站、汽车站等人流密集场所等候、测温、验码时,应根据现场提示,有序排队,尽量与他人保持一米以上的间距。

尽量错峰出行,建议市民短途尽可能选择自驾往返;乘坐公共交通工具时,应全程正确佩戴口罩,随时做好手卫生,减少接触公共物品,尽量避免非必要进食或饮水。

如果是长途旅程,张曼则提倡“错峰就餐”原则。“周围有人吃饭,你就不吃,避免多人一起摘下口罩的情况。”她表示,如果不是太过饥饿,可选择少吃或不吃,尽量延长就餐频次,其余时间应乖乖戴好口罩。“另外,很多人下了火车觉得饥肠辘辘,就近到小餐馆用餐,这也存在风险隐患,不提倡。可以选择将食物打包带回自己的住所。”

出行途中,大家也别忘了做好自己和同行家人的健康监测,妥善保存票据以备查询。一旦出现发热、干咳等症状,应及时联系乘务人员,到达目的地后及时就医,并告知医务人员旅居史。

如果市民选择自驾出行,在规划路线行程时,注意避开中高风险地区,准备好口罩、免洗手消毒液等个人防护用品。

“自驾驾车相对来说比较安全,不过也不要掉以轻心。”陆殷昊建议,在行车途中应注意开窗通风,高速公路休息站配合测量体温,在人群密集的公共场所佩戴口罩,如遇堵车,不要随意下车。就餐前应做好手卫生,休息站食堂注意与他人保持一米以上距离,尽量打包在车内食用。驾驶人或同乘旅客如出现发热等症状,应暂停出行计划,及

时就医。

私家车也别忘记定期消毒。陆殷昊提醒,要定期对门把手、车钥匙、方向盘等手接触频繁的部位使用75%酒精擦拭。但尽量避免使用酒精类消毒剂进行大面积消毒,以免引起火灾。如果车主使用75%酒精进行车内消毒,一定要开窗通风同时远离明火。消毒后,为保证消毒效果,应保持开车门通风30分钟以上再使用车辆。

返沪来沪人员按出发地和途经地疫情风险等级分类管理

目前,全球疫情仍不容乐观,累计报告确诊病例数已过亿。近期,国内多地区出现本地新增病例。针对返沪来沪的人员,市疾控中心也发出提醒:国内疫情中高风险地区人员暂缓来沪返沪,待所在地区风险等级降至低风险后方可来沪返沪。

来自国内疫情中高风险地区及其所在地级市(区)的来沪返沪人员,应在抵沪后12小时之内向所在居村委和单位(或所住宾馆)报告。要根据其出发地和途经地疫情风险等级实施分类管理,具体来

来自或途经高风险地区及其所在县(区、市)或当地政府宣布全域封闭管理地区:实施14天集中隔离健康观察,实行2次核酸检测;

来自或途经中风险地区及其所在县(区、市):实施14天严格的社区健康管理,实行2次核酸检测;

来自低风险地区:凭绿色健康码出行。

此外,来沪返沪人员应配合机场、车站、码头等交通客运场(站)以及居村委、单位、学校和宾馆的体温测量和健康码查验。

实现更多『第一』,推进高水平制度型开放

吃改革饭、走开放路、打创新牌

龚正调研外高桥保税区和高桥石化,指出要坚定不移

本报讯 市委副书记、市长龚正昨天调研外高桥保税区和高桥石化时指出,保税区是我国自由贸易园区探索实践的缩影。要深入贯彻落实习近平总书记考察上海重要讲话和在浦东开发开放30周年庆祝大会上的重要讲话精神,在市委的坚强领导下,坚定不移吃改革饭、走开放路、打创新牌,努力实现更多的“第一”,推进高水平制度型开放,为打造国内大循环的中心节点和国内国际双循环的战略链接作出更大贡献。

下午,龚正一行走进上海自贸区保税区展示馆,通过一组组数据、照片,详细了解外高桥保税区1990年成立以来开展的一系列首創性、引领性探索实践。龚正指出,要抓住数字化转型契机,综合运用大数据等手段,加大监管方式创新,既要管得住,更要管得好,让诚信守法企业畅行无阻,让违法企业寸步难行。要探索具有较强国际市场竞争力的开放政策和制度,进行更大程度的压力测试,力争取得更多突破。

随后,市领导实地察看上海国际艺术品保税服务中心、外高桥国际酒类展示交易中心,了解保税区在文化艺术品、酒类商品等领域开展保税展示交易的探索。在外高桥国际智能制造服务产业园,龚正听取园区促进高端装备贸易流通、技术交流的情况介绍,鼓励园区企业强化全球资源配置能力,实现更大发展。

市领导还来到中国石化上海高桥石化有限公司,听取企业经营发展情况介绍,勉励企业加大技术投入,严守安全生产红线,生态环保底线,持续打造新的竞争优势。

市领导翁祖亮参加调研。

上海展示法治为民办实事成果

本报讯 (记者张晓鸣)人民是城市的根本,法治是城市的基石。昨天,中共上海市委全面依法治市委员会办公室(简称“市委依法治市办”)举办上海市法治为民办实事成果展示暨2021年项目发布活动,主题为“人民城市法治守护”。

经市民投票,在2020年法治为民办实事十大项目中,市司法局的“非诉讼争议解决中心建设”项目、市公安局的“上海公安开具证明便民化”项目和市市场监管局的“制定经营者反垄断合规指引,促进市场公平竞争”三个项目获“最受欢迎项目奖”。在活动现场,这三个项目进行了交流展示。

经过一年来的努力,市、区非诉讼争议解决中心全部建成,取得了良好的成效。市司法局有关负责人介绍,2020年,全市非诉讼争议解决中心累计接收纠纷88498件,累计启动调解54680件,调解成功37715件,调解成功率69%。调解成功案件的总量,相当于一个中等规模的区级法院一年的案件审理量。70%以上的案件在7天内即调解成功,无一例反悔,大幅降低了当事人解决纠纷的成本。

市公安局有关负责人介绍:“开具有无违法犯罪记录证明和户籍证明,以前存在申办渠道单一,办理时限较长等问题。在优化办理流程并提升服务能效后,全市公安累计开具85万余张证明,预计减少群众跑腿100万余次,切实增强了对人民群众的获得感和满意度。”

市市场监管局的“制定经营者反垄断合规指引,促进市场公平竞争”项目,围绕进一步营造市场化、法治化、国际化的营商环境,制发《上海市经营者反垄断合规指引》,开全国之先河,首次以真实的说明性案例、情景化反垄断风险点进行阐述,促进竞争合规理念深入人心,竞争文化氛围广泛形成。

市委依法治市办在总结深化2020年经验做法的基础上,继续牵头开展2021年法治为民办实事活动。在全市范围进行征集申报,最终确定重点推进10个市级项目和10个区级项目。

其中,市级十大重点项目包括:一、市委依法治市办“线上发布并编辑出版上海城市法规全书”项目等;二、市信访办“推进法治化、制度化建设,不断拓展人民建议征集功能作用”项目;三、市公安局“上海市反电信网络诈骗中心预警劝阻”项目;四、市民政局“开展‘执法为民’打击整治殡葬领域非法违法活动专项行动”项目;五、市税务局“优化企业破产涉税事项办理”项目;六、市市场监管局“市场轻微违法违规经营行为免罚清单”项目;七、市知识产权局“中国(上海)知识产权保护中心建设”项目;八、市高级人民法院“一站式多元解纷服务”项目;九、市检察院“老年人特殊司法保护”项目;十、市工商联“商会法律服务乡镇(街道)”项目。

上海持续加强蔬菜价格监管 已出动执法人员1794余人次

本报讯 (首席记者徐晶卉)保障春节期间蔬菜价格基本稳定,市市场监管局日前召开稳定蔬菜价格专题会议,发布《关于进一步加强本市蔬菜价格监管的通知》以及《关于稳定蔬菜价格的提醒告诫函》,进一步加大市场巡查检查力度。

1月30日起,各级市场监管部门每日派员赴超市卖场、大型批发市场、农贸市场等开展专项检查。截至昨天,各级市场监管部门已出动执法人员1794余人次,检查蔬菜经营户2640余家,发放提醒告诫函3322余份。从现场检查情况来看,个别经营者对部分蔬菜商品未明码标价,执法人员已当场予以提醒告诫并督促商家整改到位。目前,上海并未发现价格欺诈、哄抬价格等违法行为。

昨天,市市场监管局组织本市生鲜类相关电子商务经营者召开稳定蔬菜价格约谈会,包括拼多多、盒马鲜生、叮咚买菜、饿了么、美团点评、天猫超市、京东到家、i百联、永辉生活等9家企业,提醒各相关经营者严格遵守价格法律、法规及政策,自觉增强社会责任感,切实加强价格自律管理,为消费者提供价格合理的相关商品,不得扰乱正常的市场价格秩序。

据悉,本市各级市场监管部门将持续加强蔬菜等基本民生商品的价格监督检查,如发现相关经营者存在捏造散布涨价信息、哄抬价格、相互串通操纵价格、价格欺诈等违法行为,市场监管部门将依据《中华人民共和国价格法》《价格违法行为行政处罚规定》等规定依法予以严惩,情节严重的可处100万元以上500万元以下的罚款;情节严重的可责令停业整顿,或者由市场监管部门吊销营业执照。

沪发热门诊增至122家遍布16个区

卫生部门提醒:发热切勿擅自用药,应及时前往发热门诊

本报讯 (记者唐闻佳)日前,上海市卫生健康委、上海市健康促进中心发布健康提示提醒市民:如果出现发热、咳嗽等症状,切勿擅自用药,应佩戴口罩及时、就近前往发热门诊就诊,这样既保护自己,也保护他人。当前,全市的发热门诊已增加至122家。

据市卫生健康委主任邬惊雷介绍,面对本地疫情和境外输入防控的双重压力,本市已进一步强化医疗救治力量配备。作为疫情防控重要的“监测哨”,疫情发生以来,本市持续加强发热门诊筛查能力。当前,全市发热门诊已增加至122家,遍布全市16个区,覆盖三甲医院、二级医院以及社区卫生服务中心等各类医院,留观床位总数达到1100余张,其中92家发热门诊配置专属CT,均配备核酸检测设备,强化发热门诊哨点功能,严格落实发热病人闭环管理。

本市采取新冠病例“集中救治”原则,设立定点医院,疫情发生以来,本市不断加强定点医院救治能力。当前,定点医院已建立市级专家24小时值守制度,坚持每日2次集体查房,落实“一人一方案”,并组织市级医院重症团队“整建制”入驻隔离病区抢救重症患者。

在现有定点医院基础上,全市范围内已确定一批后备定点医院,储备床位8000张,成立市区医院呼吸科、传染病学、重症医学科等专业人才组成的公共卫生事件救治队,可以随时增援定点医院。

不打无准备之仗,本市还加强了应急物资储备,当前,全市按照满足30天满负荷运转需要,做好防护用品、消毒用品、药品、检测试剂、救治设备等防控救治物资储备,未雨绸缪,有备无患。

右图:本市医院对进出人员进行严格的防疫管理。 本报记者 袁婧摄



今天“立春”,气温应景上升快

春节前申城最高气温都将保持在两位数

本报讯 (见习记者张天弛)“律回岁晚冰霜少,春到人间草木知。”今天22时59分,本市将迎来新一轮二十四节气的第一个节气——立春。立春节气代表着冬春两季的交替,而上海最近的天气也十分应景,暖湿气流势力强盛,虽偶有小雨侵扰,但不妨气温

迅速回暖。

气象资料显示,立春节气开始,申城天气将逐渐由阴冷转为暖湿,气温上升、降水增加。从目前的气象预报来看,本市2月天气妥妥符合立春节气的暖湿特征。根据上海中心气象台预测,今天本市将继续是晴

好天气,最高气温会升至13℃附近,不过风力有所增大,南到东南风4至5级、阵风6级。

新一轮升温通道也从今天开启。记者从上海市气象局了解到,未来一段时间占据申城天气主舞台的是来自西南的暖湿气流,本

市虽然云量增多、小雨频现,但这并不妨碍气温稳中有升。根据预测,本周剩余的日子里,上海最高气温一天高过一天,并将在本周六达到巅峰,最高气温直逼17℃。

值得注意的是,据上海市气候中心发布,申城常年立春节气的平均气温为3.3℃,而本周最低气温也在5℃,显然今年立春的平均气温将高于历史同期。

值得庆幸的是,目前来看,今年春节前申城不会出现强烈的冷空气活动过程。据预测,本市下周虽然有弱冷空气活动,带来小幅降温,但下周的最高气温都在10℃以上,温差也将进一步缩小,最低气温也有8℃,春节期间可谓天公作美。

多部门联合约谈房地产经纪机构、房企等

持续整顿规范上海房地产市场秩序

本报讯 (记者史博臻)为了进一步规范房地产市场秩序,根据上海房地产市场管理与执法联动工作机制安排,市、区房屋管理部门,市市场监督管理局,市城市管理行政执法局,市通信管理局,市公安局经侦总队、刑侦总队日前联合约谈了在本市经营的主要房地产经纪机构、销售代理公司和有代表性的房企。

与会部门对房地产销售领域的政策法规做了解读,通报了近期房地产领域违法违规行为查处情况。同时,要求房地产行业各类经营主体始终坚持住房不炒的定位,严格遵

守国家和本市相关法律法规,切实执行好国家和本市房地产调控政策。

会议明确,各房地产经纪机构在经营过程中,要不断加强对一线人员的管理,不得诱导、教唆、协助房屋买卖当事人违反或规避房地产调控政策、违反税收征管和金融监管政策法规;不得炒作房屋涨价、制造购房恐慌情绪的信息;不得参与经营贷、首付贷、消费贷等违法违规房地产金融活动;未经当事人同意或请求,不得通过电话、短信、电子邮件等方式发送房地产广告,推销房地产;新建商品住宅项目上市时不得以承

诺“保证摇到”“保证买到”等“碰瓷”,收取所谓“茶水费”“关系费”;要切实管理好所经营的互联网房产信息平台或门店展示橱窗,确保所发布房源信息的真实性、有效性。

同时,各房地产开发企业、销售代理机构要严格遵守相关法律法规,对未经批准(销)售的房地产项目不得宣传预(销)售价格、时间;要重视与微信公众号合作发布信息的管理,通过微信公众号或其建立的购房交流群,发布项目信息的,要严格遵守房地产广告发布相关规定;不

得人为制造、编造所谓项目热销的信息;不得通过所谓认购金或资金证明等形式,变相提高购房人首付款要求;要加强项目销售管理,不得有虚假宣传,价外加价等违法违规行为;设置的样板房内不得有违法搭建或占用共用部位装修等行为。

各行政主管部门将进一步加大房地产市场领域行政监管和执法力度,通过媒体曝光、信用惩戒、行政处罚、移送侦查等,多措并举,持续整顿规范本市房地产市场秩序,切实维护好购房人合法权益,促进本市房地产市场平稳健康发展。