



文明健康·有你有我 | 良好心态

与心灵相约
与健康同行

亭雅畔



心理咨询

倾诉烦恼舒缓心情 主动沟通及时减压

滁州市文明办

做好个人防护 抗击新冠肺炎
每个人都是自己健康的第一责任人

居家防护 您都做到了吗?

- 勤洗手、常通风
- 打喷嚏遮口鼻
- 少外出、不扎堆
- 正确佩戴口罩
- 合理膳食、适度运动
- 心态平和，不信谣、不传谣
- 从疫情防控重点地区和高风险地区返回的人员应主动进行登记，按规定接受集中或居家隔离14天

积极配合做好健康监测，如出现发热、干咳、乏力等症状，应及时报告并按要求就医。



中宣部宣教局、国家卫生健康委宣传司 指导
中国健康教育中心 制作



富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

依法依规信访秩序

维护社会和谐稳定

由市级文明单位 来安县人民政府信访局 特约刊登