

黄南州新冠肺炎疫情防控处置工作指挥部通告(第16号)

目前,国内疫情防控形势仍然严峻,多地快递物品已检测出新冠病毒,存在一定的潜在风险。随着前期“双十一”网购高峰期和“两节”临近,快递商品交易量集聚,物流增长明显,物传人的风险剧增,为切实保护好全州各族人民群众的身体健康,巩固好当前防控成果,现就强化物流快递行业疫情防控通告如下:

一、企业及监管部门落实好主体责任。在疫情期,全州各物流快递企业要严格落实“先消毒检测、后分派寄递”的疫情防控制度,切实做好快递货物的核酸检测和处理场所、营业场所、运输工具、内部办公场所消毒、通风;

对境外、境内中高风险地区快递件一律停止寄递,对已经发往州域内的境外、境内中高风险地区快递物流货品要实施拦截、隔离管控,加强对封存快递件的消杀、核酸检测和处置工作,坚持“人、物、环境”同防,切实防范疫情通过寄递渠道传播和蔓延。

二、单位、社区做好规范物流投递。各单位、社区和居民小区要认真做好防范工作,快递一律不得进入单位、小区,社区居民小区设快递配送区域,消杀后实行无接触领取的防范措施。要求各物流快递从业人员实行实名预约投递、小区集中投递,实现无

接触配送措施。各单位干部职工严禁将快递包裹直接带入单位或办公区域。

三、居民做好取寄包裹防范措施。广大居民要及时关注国内疫情发展及中高风险地区分布情况,在疫情期理性消费,尽量避免网购,尤其严禁购买国内中高风险地区及国外代购任何商品物件,减少物流快递环节的感染风险。现已订购的物品在取寄包裹时戴好口罩、手套等防护用品,做好个人防护。拆件时尽量在户外,外包装严禁带入公共场所或室内,第一时间进行全面消毒;若收到来自风险区快递请不要擅自接触、打开包装,应当单独存放后报告

本辖区防疫部门处置。

四、做好从业人员健康监测。各快递物流企业要每日监测和登记从业人员健康状况,督促从业人员做好健康防护,定期对快递从业人员开展新冠肺炎疫情防控知识的培训。快递从业人员出现发烧、咳嗽、乏力等症状时,要立即到医院诊治排查。邮政物流主管行业部门要严格按照“应检尽检”工作要求,定期组织快递从业人员开展核酸检测,做好日常监管工作。

黄南州新冠肺炎疫情防控处置工作指挥部
2021年11月16日

倡议书:为爱逆行无偿献血

当前新型冠状病毒肺炎疫情防控工作正处于非常关键时期,受到疫情防控等多种因素影响,街头人流锐减,献血者大幅减少,每天采集的血量远不能满足急危重症患者、高危孕产妇的输血需求,临床供血日趋紧张。医院急需输血的患者却未减少,为缓解日益突出的血液供需矛盾,进一步保障临床用血,现向全州各级党政机关、军队、社会团体、企业事业组织、居民委员会及广大市民发出倡议:

生命呼唤血液,爱心需要奉献。我们在此诚挚倡议,号召大家一起加入热血战“疫”行动中来。在抗击疫情这个特殊时期“为爱逆行”,在身体健康和条件允许的情况下,可以选择来州中心血站献血点或电话预

约,加入无偿献血的行列。州中心血站将严格按照疫情防控要求,通过加强献血前疫情排查,严格献血场所的消毒,分时段采血等一系列安全防护措施,保障献血安全。

带好口罩、保护自己,捐献热血、拯救生命。让我们攻克时艰、热血同行,做最有爱心的践行者、奉献者和守护者!为坚决打赢新冠肺炎疫情防控阻击战贡献力量!

献血点地址:黄南州移动广场
尖扎县步行街口

献血热线:0973-8795936
15309730513

黄南州卫生健康委
黄南州中心血站
2021年11月18日

冬季行车安全

一、增强冬季行车安全意识

冬季霜多、雾多、雨雪多、气温低,环境复杂,对行车安全有较大影响。驾驶员应提高对冬季安全驾驶的认识,加强冬季驾驶的知识技能的学习,做到防冻、防滑、防事故,掌握处理冬季驾驶过程中常见问题的方法。切忌在冬季仍以其他季节的驾驶习惯行车。

二、及时了解路况信息

驾车出行前,提前通过电视、广播等方式掌握路况信息,提前做好应对准备。

三、车辆换季保养

要做好车辆的换季保养工作,对车辆制动、转向等系统及气路管道、水路管道、油路管道等各部件进行全面检查保养,为车辆装备必要的防冻装置,按规定添加机油、齿轮油。

四、防冻液

车辆在日常维护过程中,有可能在防冻液中加入过普通水,则必须更换防冻液。冷却液不足的要补足,否则会使发动机水温过高,导致发动机机件的损坏。更换防冻液要严格按产品使用说明操作,关键是要注意尽可能地放干净水,尽可能地排完气,不要产生“气阻”,要尽可能地加足,待发动车辆运转一会后观察情况,适量补足。要做到勤检查,勤补充。

五、蓄电池保暖及充电

汽车的蓄电池多为铅酸电池,在严寒的环境里往往会因受冻而降低功效,可采取适当措施为蓄电池保暖和充电。

六、注意检查轮胎

冬季气温寒冷,橡胶在低温环境里相对变硬、变脆,因此气压是否合适直接影响轮胎寿命和行车安全。气压过低,会使轮胎壁折曲度增大,加上低温很容易使胎壁橡胶发生断裂;气压过高会使轮胎抓地力降低。要注意检查各个轮胎的充气是否均衡。也可以考虑在冬季将车辆轮胎更换为冬季轮胎。

七、冰雪天气安装防滑链

冰雪天气,应在出行之前安好防滑链,不要在遇到冰雪路面之后再安装,因为临时停车安装防滑链比提前安装麻烦,也不利于安全。安装、拆卸前要将车辆停放在安全地带。如在繁忙的路上,需要设置必要的交通警示标志。安装防滑链后,行驶速度一般不要超过每小时50公里,并注意尽可能避免突然加速或减速。并可考虑携带铁锹、铁镐等防滑工具。

八、及时清除雾气

冬季汽车在行驶过程中由于室内外温差会令车窗凝结雾气,用暖风除雾的同时将前车门窗打开一点,其效果十分迅速有效。还应注意后窗除雾,以观察车后情况并增强倒车过程的安全性。

怎样消除新冠肺炎期间焦虑紧张心情

每个人都是自己心理健康的第一责任人,出现心理不适时,首先要自己担负责任,适度的紧张焦虑是积极应对疫情的前提。

出现过分的紧张焦虑时,自己要注意调整,具体如下:

- 1.识别自己过分的紧张焦虑;
- 2.积极调整、关注官方信息,寻找确定性的信息。不要被不确定的、非常夸大的信息吓住。过好自己的生活,关注当下,把自己的生活照顾好;
- 3.生活规律、饮食睡眠好、适度运动,可以调整、改善情绪;
- 4.做感兴趣的事情,比方养花做饭;
- 5.可以自己跟自己倾诉,写日记,描述自己的矛盾冲突、内心感受。

如果上述方法不合适,还有以下方法:

- 1.疫情期间有机会跟家里人在一起,可以跟家人交流,表达自己的情绪;可以通过

网络、视频、音频跟朋友或其他亲戚沟通交流,有可能倾诉、表达后得到建议;

2.如果不能缓解,需寻求专业人士的帮助。现在国家对救援已经很有经验,心理救援也发展很快,可以在网上搜索到全国各地心理救援热线。

无论是哪个地方、哪类身份,属于普通群众或被隔离群众,甚至疑似、确诊人群,都可以使用上述热线。还有其他很多医疗相关网站,也开通了心理的免费的义诊咨询,可以在线上咨询;

3.如心理治疗、心理咨询效果不好,有自伤、自杀的行为时,需要用药。此时需要紧急干预,在做好自我防护的基础上到医院精神科及时就诊,尽早解除疾病的痛苦。

黄南州科学技术协会 宣

遗失声明

▲青海省泽库县委秀镇让雄寺管会核准号为J8553000011801号开户许可证(正副本,编号:8510-00066009,账号:630001040006468)开户许可证声明遗失。
▲索南措的青D-31152号机动车登记证、牌照(前)声明遗失。
▲泽库县西卜沙乡团结村二社13桑加的7人户口簿声明遗失。
▲同仁小圆楼清雅斋老炒统一社会信用代码为92632321MA757L4053号个体工商户营业执照(副本)声明遗失。
▲同仁阿福小圆楼美食阁注册号为632321600072035号个体工商户营业执照(正副本)声明遗失。
▲扎西尖措的63232119870218227X号道路运输从业人员从业资格(客运)声明遗失。
▲泽库县宁秀乡拉格日村三社128号旦科加措1人户口簿声明遗失。
▲同仁县UNDP援助项目办公室核准号为Z855000002501号开户许可证(副本,编号:8510-00012030,账号:605001040009265)声明

遗失。
▲赵英的632321198210240023号驾驶证声明遗失。
▲久美克智的63232319960926071X号身份证、驾驶证声明遗失。
▲华旦扎西的青D-F3222号机动车登记证声明遗失。
▲黄南藏族自治州业余体校统一社会信用代码为12632300440400366F号事业单位法人证书(正本)声明遗失。
▲尖扎县城建设监督管理站青D-20102号机动车登记证声明遗失。
▲泽库县麦秀镇龙藏村六社15岗吉拉姆的T630084801号出生医学证明(副本)声明遗失。
▲同仁县畜牧兽医工作站青D-05339号机动车登记证、牌照(前后)声明遗失。
▲华吾扎西的青D-18812号机动车登记证声明遗失。
▲同仁县隆务镇加毛村完玛吉5人户口簿声明遗失。

黄南州公安交警支队 宣

及时接种疫苗

共筑健康家庭



黄南报社 宣

公告

同仁县草原工作站(统一社会信用代码:1263232144042101XL)拟向事业单位登记管理机关申请注销登记,现已成立清算组,组长:陈青红,请债权人自2021年11月

19日起30日内向本单位清算组申报债权。特此公告

同仁县草原工作站
2021年11月19日