

春运进行时
这份出行防护指南请收好



1月7日，2023年春运拉开帷幕。今年春运期间客流总量预计约为20.95亿人次，同比增长99.5%。春运平安健康出行，这份防护指南请收好。

个人出行
加强全过程防护

加强个人健康防护

- 勤洗手、少聚集，科学佩戴口罩，做好个人卫生
- 疫情流行期间减少聚集性活动，加强个人防护



主动避免带症状出行

- 出现发热等症状时，及时进行抗原或核酸检测
- 感染后或者发热等症状未消失前，避免乘坐公共交通工具
- 疫情流行期间或疫情严重时，倡导患有基础疾病的老年人及孕妇、儿童等减少出行，降低自身及家人感染风险

倡导错峰错峰出行

- 密切关注目的地疫情流行情况
- 科学制定出行计划，合理选择出行方式和出行时间，理性错峰错峰出行
- 尽量减少聚集，降低感染风险

温馨提醒

旅客出行高峰期

腊月廿八（1月19日）火车票……1月5日开售
腊月廿九（1月20日）火车票……1月6日开售
除夕（1月21日）火车票……1月7日开售

将出现两个返程高峰

1月27日（正月初六）前后
2月6日（正月十六）

联程火车票可一并办理退票免收手续费

铁路责任或不可抗力造成旅客退票，联程火车票可一并办理退票，且免收退票手续费

旅客在办理补票、变更等业务时，不再收取手续费

扩大非高峰方向票价折扣优惠列车范围

倡导采用无接触服务

- 倡导优先通过互联网、手机客户端等方式购票
- 优先采用手机、扫码等手段支付
- 在客运场站购票时，倡导优先使用电子客票售票终端等智能设备



温馨提醒

儿童铁路购票优惠新变化

- 随同成年人旅客乘车的儿童
- 年满6周岁且未滿14周岁的……购买儿童优惠票
- 年满14周岁的……购买全价票

每一名持票成年人旅客可免费携带一名儿童乘车

儿童年龄按乘车日期计算未滿6周岁且单独占用席位

超过一名时，超过人数应当购买儿童优惠票

学生铁路购票优惠新变化

- 学生优惠票不再规定乘车时间限制
- 学生旅客可在一学年内任意时间购买4次单程优惠票



合法合规携带消毒用品

铁路出行

- 禁止托运和随身携带酒精等易燃易爆物品
- 旅客在旅途中如有消毒需求，可使用消毒湿巾、消毒棉片等替代
- 消毒凝胶每位旅客限带1件，且单体容器容积不能超过100毫升



飞机出行

- 浓度>70%的酒精消毒剂不能携带登机也不能办理托运
- 浓度≤70%的酒精消毒剂不能携带登机但可以办理托运

应放置在标识清晰的零售包装内，每瓶不超过500mL



加强出行全过程防护



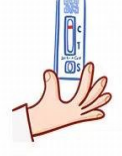
- 进出站、购票、安检、候乘等尽量保持人际距离、减少聚集

- 出行全过程佩戴口罩，注意咳嗽礼仪，做好手卫生
- 具备条件的分散就坐
- 有慢性基础病的乘客，根据需要随身携带对症药品

自驾出行
强化旅途防护

出行前加强健康监测

- 密切关注自身和家人健康状况，出现发热等症状时及时进行抗原或核酸检测
- 未排除感染风险前或出现发热等症状时，倡导暂缓出行
- 疫情流行期间或疫情严重时，不建议老年人、孕妇和儿童等免疫力较弱的人群进行长途旅行



做好出行物品准备

- 根据出行距离和天气情况，提前准备必要的生活物资和防疫物资
- 慢性基础病患者根据需 要随身携带对症药品



旅行途中强化防护

- 做好全过程健康防护，加强车辆通风消毒
- 保持合理人际距离，做好手卫生
- 在服务区内下车休息时，戴口罩，不聚集、不扎堆，减少逗留时间
- 到餐饮区就餐时进行手消毒，尽量保持人际距离，不能满足间隔用餐条件时，倡导打包至室外用餐
- 在收费站通过人工窗口缴费时，戴好口罩



营运驾驶人员
加强自我健康监测

做好个人健康防护

- 坚持健康生活方式，保持生活规律和充足睡眠
- 工作之外尽量少去人群密集和通风不良场所，减少参加聚会等聚集性活动，倡导“两点一线”生活方式



加强自我健康监测

- 密切关注自身健康状况，如出现发热等症状及时报告单位，开展抗原或核酸检测
- 有发热等症状或感染后不满足7天的，不建议上岗



加强车船清洁消毒

- 做好车辆船舶卫生管理，出现乘客呕吐时及时清洁处理
- 车辆进入高速公路服务区休息时，及时开窗通风换气
- 客运车船在行驶过程中，使用空调外循环模式
- 具备条件的车船，每趟次运营结束后全面开窗通风



返乡初期要注意

做好健康监测

规范佩戴口罩

减少与家中老年人尤其是合并基础性疾病者的接触

了解居住地乡村医疗卫生机构联系方式



返乡后出现症状怎么办

返乡后，出现发热、干咳、乏力、咽痛等新冠病毒感染相关症状时，联系乡镇卫生院或村卫生室

由乡村医务人员提供必要的健康咨询、健康监测、抗原检测、用药指导等服务

无症状感染者、轻型病例

居家治疗，不外出
居家期间尽可能减少与家人接触
及时求助村民委员会和村卫生室，获得对症治疗药物和抗原检测试剂盒

症状明显的

到发热门诊就诊

出现多日持续高热、呼吸困难等情况的

及时求助村民委员会和村卫生室，获得指导和协助向上级医院转诊

走亲访友要注意

规范佩戴口罩、勤洗手

尽量少聚集、少聚餐

注意咳嗽礼仪

返乡出行要牢记

科学理性认识新冠病毒和疫苗接种

有意愿的健康人员可参加村组志愿服务

健康生活，规律作息、健康饮食、多喝水、保持良好心态

协助家中老人签约家庭医生，帮助通过微信、短信、电话等多种形式进行健康咨询

资料来源：国家卫健委、交通运输部、中国民用航空局、北京日报客户端等

人民日报客户端