



科学规范戴口罩

垃圾分类助环保

咳嗽喷嚏掩口鼻

社交距离保持好

膳食多样巧搭配

戒烟限酒

拒野味

早晚刷牙, 清洁通风

作息规律爱运动

重庆市民健康公约

膳食多样巧搭配 控盐减糖油要少
 分餐公筷拒野味 戒烟限酒应做到
 早晚刷牙勤洗手 清洁通风很重要
 咳嗽喷嚏掩口鼻 社交距离保持好
 乱吐乱扔莫要为 科学规范戴口罩

文明如厕讲卫生 垃圾分类助环保
 有序就医先预约 定期体检打疫苗
 作息规律爱运动 少玩手机多远眺
 乐观豁达好心态 和睦家邻常欢笑
 健康责任在自己 幸福生活步步高

重庆市卫生健康委员会
 重庆市爱国卫生运动委员会办公室
 重庆市精神文明建设委员会办公室

公益广告

重庆日报

漫画/乔宇 王艺军

