

致海外中北人的一封信

亲爱的老师、同学：大家好！

非常感谢大家在过去的一段时间里对疫情防控工作的大力支持，在异国他乡的你们为祖国和母校疫情防控工作的阶段性胜利做出了特殊的贡献！根据国家的部署和安排，学校及时采取有效的应对措施，切实保障了广大师生的健康和安​​全。请大家放心！

现在是我国乃至全球抗击新冠肺炎疫情的关键时期，学校在此向大家发出如下提示：

1. 请关注国家官方和权威网站关于新冠肺炎疫情的信息通报，不造谣、不信谣、不传谣，坚决维护国家利益和荣誉。

2. 遵守所在国的法律法规、风俗习惯，配合当地政府和疾控部门的防控举措，不惊慌，不盲目。

3. 重视自我防护。减少不必要外出，避免到人员密集场所，尽量不聚集，勤洗手、做好房间通风，根据当地情况佩戴口罩。

4. 关注身体健康。注意加减衣物、减少感冒风险，如出现发热、干咳、乏力以及呼吸困难等症状，应及时就医。

5. 增强身体免疫力。多饮水，均衡饮食，不食用生的或未熟透的肉制品，保持心情愉快，适度锻炼。

6. 确保自身安全。如遇歧视行为，保持冷静，妥善应对，尽量避免正面冲突。如自身正当权益受损，应循法律途径解决。

7. 遇到紧急情况，请及时与当地医疗（警察）部门、所在学校、中国驻外使领馆及中北大学国际交流合作处联系。

请老师和同学们加入微信群，给母校报个平安：



让我们同心战役、共渡时艰！

祝各位老师和同学工作顺利、学习进步、身体健康！

国际交流合作处

2020年2月28日