



MINISTRY OF  
MANPOWER



# CONNECT

*with*

# ACE

客工电子简报月刊



2023年  
2月份



本期的内容:

重要消息

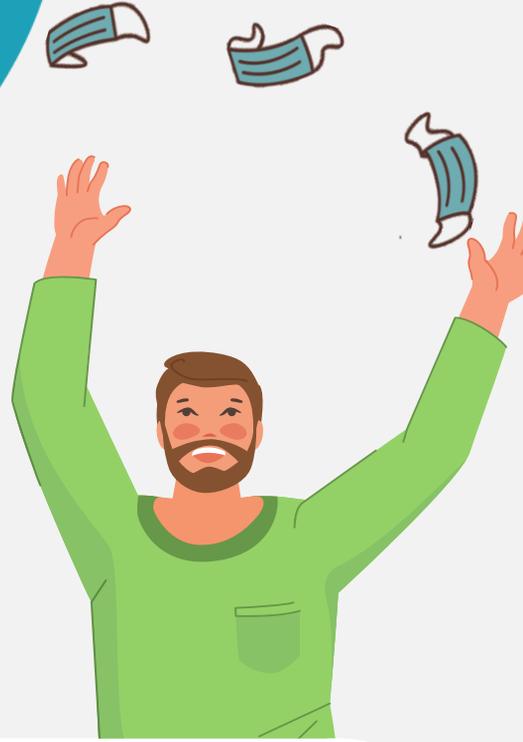
牙齿护理贴士

丰收节和农历新年  
庆祝活动

# 重要消息



冠病防疫措施从2023年2月13日开始将放宽

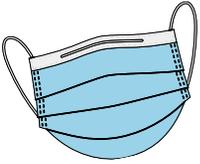


已更新的安全管理措施：



## 热门地点通行证

去往社区内任何地点，不再需要申请通行证。



## 戴口罩

乘坐公共交通工具时无需戴口罩。但是如果您感到不适，或身在拥挤的地方，我们鼓励您戴上口罩。在入职中心和客工医疗中心时，您仍需戴口罩。



## 在宿舍内扫描二维码

您无需扫描宿舍内的二维码

扫描二维码，或点击此处[链接](#)，查看自2023年3月1日开始实施的冠病检测措施更新，以及身体不适时的应对指南。



<https://go.gov.sg/stepdown-covid19-measures>

# 简单口腔护理快捷贴士!



每年看一次牙医



限制/减少含糖零食或饮料

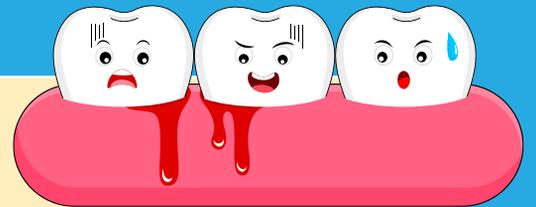


## 良好的刷牙习惯

- 每天刷牙2次
- 使用含氟牙膏, 每次刷牙至少2分钟
- 使用软毛牙刷 (每3个月更换牙刷)
- 每餐后漱口
- 每天刷舌头

## 警惕小心牙龈疾病!

- 牙龈发红、肿胀或变软
- 牙龈出血
- 口臭或口腔异味
- 如出现牙龈感染或口腔疼痛, 请立即看牙医



请参阅<https://go.gov.sg/health-library-mws> 以获取更多关于健康生活或心理健康的贴士。



<https://go.gov.sg/health-library-mws>

# 活动亮点



## 在大士南休闲中心举行的丰收节庆祝活动

本次庆祝活动由 Big At Heart 和各印度社区举办，他们为客工们带来了一系列精彩的活动和表演，这包括“瓦利”茶杯垫绘画，“蓝果丽”地画，Chowka Bhara棋盘游戏和传统民间舞蹈等。

工友们也享用了Tilgul 和Ellu Bella小吃和具寺庙风格的Pongal甜米饭等传统食物。现场还有二手市场，此外，工友们还获赠免费的再生肥皂。

非常感谢 Big At Heart 和各个印度社区合作伙伴给予工友们的祝福。我们希望每位庆祝丰收节的朋友都度过一个愉快的庆典！



## 在西雅惹兰都康举行的农历新年庆祝活动



这个农历新年，社区合作伙伴和青年志愿者齐聚一堂，为客工们带来创意性游戏、彩虹书法艺术和手工饰品制作活动。现场还有舞狮表演，大家都玩得很尽兴！

衷心感谢胜捷企业有限公司与我们共同举办这次活动！

## 客工免费理发服务



一队热心公益的理发师，为居住在泰戈尔区的43位客工提供了免费理发服务。

能持续不断的获得关爱和帮助，客工们表示感激并觉得很蒙福。

感谢MDI团队和 Hyland控股私人有限公司共同举办本次活动！



请扫描此二维码了解更多关于本年度国际移民日的各项活动，欢迎踊跃参加！



请密切关注我们的官方频道，以获取最新的消息和资讯！

-  [保障、关怀与接触小组的面簿Facebook页面](#)
-  [保障、关怀与接触小组的TikTok抖音频道](#)
-  [人力部的优免 \(YouTube\) 频道](#)