

科维德 19 (电 晕) – 学习视角

(Kē wéi dé 19 (Diàn yūn) – xuéxí shìjiǎo)

由于科罗纳病毒（科维德-19）危机，世界正面临封锁。在没有疫苗的情况下，这是唯一能真正帮助平缓感染曲线的步骤。与此同时，这种封锁使世界经济陷入衰退。现在，经过一段漫长的封锁期，各国正在寻求放宽其锁定规则，这是重启经济活动所必需的。科罗纳大流行重塑，今天的生活与新学习 –

Yóuyú kē luō nà bìngdú (kē wéi dé-19) wéijī, shìjiè zhèng miànlín fēngsuǒ. Zài méiyǒu yìmiáo de qíngkuàng xià, zhè shì wéiyī néng zhēnzhèng bāngzhù pínghuǎn gǎnrǎn qūxiàn de bùzhòu. Yǔ cǐ tóngshí, zhè zhǒng fēngsuǒ shǐ shìjiè jīngjì xiànrù shuāitūi. Xiànzài, jīngguò yīduàn màncháng de fēngsuǒ qī, gèguó zhèngzài xúnqiú fàngkuān qí suǒdìng guīzé, zhè shì chóngqǐ jīngjì huódòng suǒ bìxū de. Kē luō nà dà liúxíng chóng sù, jīntiān de shēnghuó yǔ xīn xuéxí –



在家工作 (Zàijiā gōngzuò)

在家工作是一种现代的方法，它采用技术，无论物理位置如何；一个人可以工作。这次病毒爆发迫使世界各地的公司及其员工在家工作。在家工作，文化已成为企业继续运转的选择之一。主要是在家工作，既省钱又省时。企业不需要在办公空间和基础设施方面产生巨额费用。但是，需要一个强大的技术系统才能继续在家工作。此外，员工还可以节省旅行费用和时间。

Zàijiā gōngzuò shì yī zhǒng xiàndài de fāngfǎ, tā cǎiyòng jìshù, wúlùn wùlǐ wèizhì rúhé; yīgè rén kěyǐ gōngzuò. Zhè cì bìngdú bàofā pòshǐ shìjiè gèdì de gōngsī jí qí yuángōng zàijiā gōngzuò. Zàijiā gōngzuò, wénhuà yǐ chéngwéi qǐyè jìxù yùnzhuǎn de xuǎnzé zhī yī. Zhǔyào shì zàijiā gōngzuò, jì shěng qián yòu shěng shí. Qǐyè bù xūyào zài bàngōng kōngjiān hé jīchǔ shèshī fāngmiàn chǎnshēng jù'è fèiyòng. Dànshì, xūyào yīgè qiángdà de jìshù xìtǒng cáinéng jìxù zàijiā gōngzuò. Cǐwài, yuángōng hái kěyǐ jiéshěng lǚxíng fèiyòng hé shíjiān.



在家锻炼 (Zàijiā duànliàn)

社会疏远，规则对健身俱乐部、健身房、体育俱乐部等锻炼场所施加了限制。因此，家，已成为室内运动和室内游戏的中心。人们甚至在他们的公寓/阳台上跑马拉松。物理训练师还设计了在线程序来留住他们的客户。为了打破单调，大多数人已经计划了一天的日程安排，其中包括各种健身活动，如运动，瑜伽，冥想，阅读，唱歌和跳舞，除了办公室工作。



Shèhuì shūyuǎn, guīzé duì jiànshēn jùlèbù, jiànshēnfǎng, tǐyù jùlèbù děng duànliàn chǎngsuǒ shǐjiāle xiànzhì. Yīncǐ, jiā, yǐ chéngwéi shìnèi yùndòng hé shìnèi yóuxì de zhōngxīn. Rénmen shènzhì zài tāmen de gōngyù/yángtái shàng pǎo mǎlāsōng. Wùlǐ xùnliàn shī hái shèjìle zàixiàn chéngxù lái liú zhù tāmen de kèhù. Wèile dǎpò dāndiào, dà duōshù rén yǐjīng jìhuàle yītiān de rìchéng ānpái, qízhōng bāokuò gè zhǒng jiànshēn huódòng, rú yùndòng, yújiā, míngxiǎng, yuèdú, chànggē hé tiàowǔ, chúle bàngōngshì gōngzuò.

家常菜 (Jiācháng cài)

虽然没有证据表明吃外面的食物会传播病毒。但由于关门，餐馆、餐饮摊位、酒店都关门了，所以人们开始定期在家做饭。这可能导致更好的健康和免疫力。



Suīrán méiyǒu zhèngjù biǎomíng chī wàimiàn de shíwù huì chuánbò bìngdú. Dàn yóuyú guānmén, cānguǎn, cānyīn tānwèi, jiǔdiàn dōu guānménle, suǒyǐ rénmen kāishǐ dìngqí zàijiā zuò fàn. Zhè kěnéng dǎozhì gèng hǎo de jiànkāng hé miǎnyì lì.

解锁爱好 (Jiěsuǒ àihào)

人们重新发现了自已的爱好，并花时间去追求它们。它很有趣，富有挑战性和娱乐性。这些活动改变了整个家庭的观点和情绪。还有助于创建了解自我见解的新方法。



Rénmen chóngxīn fāxiànle zìjǐ de àihào, bìng huā shíjiān qù zhuīqiú tāmen. Tā hěn yǒuqù, fùyǒu tiǎozhàn xìng hé yúlè xìng. Zhèxiē huódòng gǎibiànle zhěnggè jiātíng de guāndiǎn hé qíngxù. Hái yǒu zhù yú chuàngjiàn liǎojiě zìwǒ jiànjiě de xīn fāngfǎ.

留在盒子里 (Liú zài hézi lǐ)

人们已经明白呆在一一定的界限内的重要性，无论是在家里还是日常需要购物。科学家已经提到，一个人可以感染与其他受感染的人和表面密切接触。因此，人们开始使用手套和口罩，而在拥挤的地方。一些家庭成员与其他家庭合作，使用在线模式进行互动和娱乐。



Rénmen yǐjīng míngbái dāi zài yīdìng de jièxiàn nèi de zhòngyào xìng, wúlùn shì zài jiālǐ háishì rìcháng xūyào gòuwù. Kēxuéjiā yǐjīng tí dào, yīgè rén kěyǐ gǎnrǎn yǔ qítā shòu gǎnrǎn de rén hé biǎomiàn mìqiè jiēchù. Yīncǐ, rénmen kāishǐ shǐyòng shǒutào hé kǒuzhào, ér zài yōngjǐ dì dìfāng. Yīxiē jiātíng chéngyuán yǔ qítā jiātíng hézuò, shǐyòng zàixiàn móshì jìnxíng hùdòng hé yúlè.

良好的卫生-实践 (Liánghǎo de wèishēng- shíjiàn)

人们学会了用消毒剂洗手，在外出时用面罩遮住脸，避免触摸眼睛、脸部、鼻子和嘴巴，从而保护自己。此外，每个人都清洁和通风他们的家没有帮手。



Rénmen xuéhuile yòng xiāodú jì xǐshǒu, zài wàichū shí yòng miànzhào zhē zhù liǎn, bìmiǎn chù mō yǎnjīng, liǎn bù, bízi hé zuǐbā, cóng'ér bǎohù zìjǐ. Cǐwài, měi gèrén dōu qīngjié hé tōngfēng tāmen de jiā méiyǒu bāngshǒu.

更大的成就...无污染环境 (Gèng dà de chéngjiù... Wú wūrǎn huánjìng)

普遍封锁导致污染水平下降，空气质量改善，水道更清晰，能见度提高，无噪音污染（喇叭、建筑工程、大声音乐）等。几只鸟回到城市，也许我们都可能接受，小的变化是大自然的一大回报。



Pǔbiàn fēngsuǒ dǎozhì wūrǎn shuǐpíng xiàjiàng, kōngqì zhí liàng gǎishàn, shuǐdào gèng qīngxī, néngjiàndù tígāo, wú zàoyīn wūrǎn (lǎbā, jiànzhú gōngchéng, dàshēng yīnyuè) děng. Jǐ zhǐ niǎo huí dào chéngshì, yěxǔ wǒmen dōu kěnéng jiēshòu, xiǎo de biànhuà shì dà zìrán de yī dà huíbào.