



## 长老会伯特利堂 – 冠状病毒-19 咨询 10/2020

(2020 年 4 月 23 日)

### 旅游/出国

1. 延迟所有海外的行程，以减少感染冠状病毒-19 的风险。若需要出国，请提高警惕。
2. 从海外回国后，请严谨遵守缺席假或居家隔离通知。
3. 若需要出国，不要接近动物，包括禽类和鸟类；不要食用生的或未经煮熟的食物；也不要到人多的地方，或接近身体不适的人。
4. 从国外回到新加坡时，密切观察你的健康状况 14 天；若身体不适<sup>1</sup>，尽早求诊。通知医生你的行程历史。若有发烧或呼吸道征兆（咳嗽、呼吸困难），戴上口罩并在还未抵达之前，通知诊所。不要随意更换医生。
5. 会友若有与从任何国家回新加坡的人近距离接触，必须密切观察你的健康状况 14 天。若有不适，尽早求诊。

### 个人卫生及社会责任

6. 经常用肥皂洗手。避免用手触摸你的脸。
7. 若身体不适，尽早求诊。
8. 咳嗽或打喷嚏时，若没戴上口罩（如在家中或运动时），用纸巾遮盖嘴巴和鼻子。
9. 尽社会责任，因为这是减缓病毒传播的关键。<sup>2</sup>

<sup>1</sup> 不适的症状包括但不限于发烧、痛疼、咳嗽、气喘、流鼻涕、喉咙痛、腹痛、腹泻。

<sup>2</sup> 卫生部之新闻稿：[减缓冠状病毒-19 继续传播的断路器](https://www.moh.gov.sg/news-highlights/details/strong-national-push-to-stem-spread-of-covid-19)，2020 年 4 月 3 日。也参阅 <https://www.moh.gov.sg/news-highlights/details/strong-national-push-to-stem-spread-of-covid-19>，2020 年 4 月 21 日。

10. 在公共场所，就算没有身体不适，**必须依法**戴上口罩，以保护自己和他人；避免人多的地方、与他人身体的接触及常被触摸的触点；避免触摸你的脸；保持与他人之间至少 1 米的安全距离。
11. 除了有必要的事务，如购买食物或必需品，或需要紧急医疗服务以外，尽量避免外出。<sup>3</sup> **除非有特别准许，每一个家庭每次只限一人能够外出。**<sup>4</sup>
12. 70 岁或以上的年长者，及患有慢性疾病<sup>5</sup>的人，尽量留在家中不外出。避免与年长者及患有慢性疾病的人近距离的接触。
13. 与确诊或疑似病例者有近距离接触，或需申请缺席假，或收到居家通告或隔离指令的会友必须尽早通知教会办公室，严谨遵守通告指令不外出，也不能于上述期间去教会。
14. 谨守有关当局的防疫措施。
15. 除非你的工作被有关当局列为是必要的，你就必须留在家中工作；也按照当局的规定，不到学校上课。<sup>6</sup>
16. 保持冷静，小心警惕。
17. **鼓励您下载使用官方的 TraceTogether 运用程序，来支持国家的防疫措施。**
18. 不要随意相信或散播假资讯。
19. 留意官方的最新资讯。以下建议几个资讯来源：  
<https://www.moh.gov.sg/covid-19>;  
<https://go.gov.sg/whatsapp>

### 现场崇拜及其他教会事工的暂停<sup>7</sup>

20. 基于冠状病毒-19 疫情全球性及在本地的恶化，所有现场崇拜及宗教聚会从 3 月 26 日晚上 11 时 59 分至 6 月 1 日（包括在内）暂停<sup>8</sup>。若情况没有好转，暂停或会延长。

---

<sup>3</sup> 如上。

<sup>4</sup> 参 <https://www.moh.gov.sg/news-highlights/details/strong-national-push-to-stem-spread-of-covid-19>, 2020 年 4 月 21 日。

<sup>5</sup> 慢性疾病包括却不局限于糖尿病、慢性心脏、肺部、肾脏病，削弱免疫系统的病症，等。

<sup>6</sup> 如上。居家教育课程的详细内容可在 2020 年 4 月 21 日的教育部新闻稿寻获。

(<https://www.moe.gov.sg/news/press-releases>)。

<sup>7</sup> 其他教会事工不包括伯特利日间托管中心及学前教育中心，其管辖范围属儿童托管中心委员会及幼儿培育署 (ECDA)；众圣纪念堂及众圣之家的管辖范围属其董事会及有关当局。

<sup>8</sup> 长老会伯特利堂于 2020 年 4 月 5 日发布从 3 月 21 日至 5 月 4 日暂停崇拜的咨询通告。

21. 同时，教会的其他所有活动及事工也会从 2020 年 3 月 24 日至 2020 年 6 月 1 日（包括在内）暂停<sup>9</sup>。这些事工包括，但不局限于以下的项目：

- a. 聚会
  - i. 小组
  - ii. 团契（如乐龄、少年、青年、妇女、男性，等）
  - iii. 其他（如兴趣小组、茶叙时间，等）
  - iv. 异像 2A 活动
  - v. 祷告会
  
- b. 装备
  - i. 主日学
  - ii. 查经班
  - iii. 门徒训练课程
  - iv. 讲座、论坛、研讨会、大型会议及类同活动
  - v. 洗礼班
  - vi. 婚前及其他辅导
  
- c. 与礼拜有关联的活动
  - i. 诗歌班练习及呈现
  - ii. 崇拜彩排
  - iii. 视频/音响彩排
  
- d. 会议
  - i. 长执会
  - ii. 崇拜事工委员会
  - iii. 其他附属长执会的事工委员会（如财务、设施管理、宣教、社会关怀、人事，等）
  - iv. 其他委员会
  - v. 堂议会
  - vi. 于伯特利堂举办的长老会华文中会会议（如牧师的鉴选及按立）
  
- e. 庆祝及佳节活动
  - i. 婚礼及婚姻注册<sup>10</sup>
  - ii. 佳节活动如中秋节、感恩活动，等。

22. 鼓励领袖及会友使用远程方式（如 Zoom、FaceTime，等）彼此联系及牧养。强烈建议不要举办私人宗教活动，在同一屋檐下的家人除外。<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> 长老会伯特利堂于 2020 年 4 月 5 日发布从 3 月 24 日至 5 月 4 日暂停其他教会事工的咨询通告。

<sup>10</sup> 文化、社区及青年部的咨询：给予宗教机构的提升安全距离措施，2020 年 4 月 4 日。

<sup>11</sup> 如上。

23. 教会办公室同工必须留在家中工作。<sup>12</sup> 他们于**阻断措施时期**，无论任何理由，都不容许到**工作场所**。<sup>13</sup>

## 丧礼及奔丧

24. 丧礼及奔丧依旧被容许，但不能在同一时间里有超过 10 人在场（宗教及其他丧事工作者除外；但人数必须减至最低）。<sup>14</sup>
25. 以上活动务必要谨守防疫措施，包括收集奔丧者的个人资料，以方便接触者追踪，体温检测及旅行和健康申报。身体不适者、14 天之内出过国的人、正处于隔离指令或居家通知期间的人，务必要拒绝进场。必须经常为场地作清理和消毒，包括频密被触摸的地方。必须增进场地通风。必须提醒奔丧者保持个人卫生及负社会责任。也必须遵守有关当局对聚会之密度、强度及长度的指导原则。<sup>15</sup>
26. **密度**指的是人与人之间的距离。必须于任何时段（包括排队）、任何地点及任何礼仪中谨守人与人之间至少 1 米的安全距离，及避免身体接触的规定。
27. **强度**指的是体液分布量，必须减至最低点。既然唱诗歌被有关当局视为高密度的活动，崇拜时禁止唱诗歌。<sup>16</sup> 在任何时段、任何地点及任何礼仪中戴上口罩。奔丧者之间的交流也必须锐减。<sup>17</sup>
28. **长度**指的是人与人接触的时间的长短，必须透过简化及局限于重要的礼仪，减至最短。必须提醒奔丧者不要逗留，并尽早离开。<sup>18</sup>

## 与神联系、圣徒相通

29. **阻断措施期间**，鼓励众会友常常藉祷告、读经、默想、灵歌，**独自或与同住一个屋檐下的家人**敬拜神，与神联系。
30. 鼓励众会友藉简讯、电话及其他不直接接触的方式，彼此联系交通。

---

<sup>12</sup> 如上。

<sup>13</sup> <https://covid.gobusiness.gov.sg/faq/essentialworkers>。非关键必要服务的业主本身被允许回到营业地点打理一些无法远程打理的关键的业务，或索取有必要的东西或文件。伯特利堂现委任主理牧师及教会经理负责此任务。

<sup>14</sup> 文化、社区及青年部的咨询：*给予宗教机构的提升安全距离措施*，2020 年 4 月 4 日。

<sup>15</sup> 如上。

<sup>16</sup> 如上。

<sup>17</sup> 如上。

<sup>18</sup> 如上。

## 关爱他人

31. 基督徒当关爱我们的邻舍。我们可以为冠状病患、家人、医疗人员及其他前线工作者、外劳、政府机构、国家及世界祷告。我们也可以透过参与教会爱心基金的奉献，和其他方法，帮助有需要的人。
32. 我们不但要谨防歧视和无理的批判，也要尽本分支持抗炎行动，成为神祝福的管道。

## 不断演变的疫情及咨询的更新

33. 由于不断演变的冠状病毒-19 大流行病情还未稳定下来，此咨询将于有需要的时候更新。

长老会伯特利堂

发布于 2020 年 4 月 23 日，中午 12 时