



从严从实 全力打好疫情防控战



一线医务人员话短情长 白衣执甲 无畏向险

记者 严梓宁

5月5日5时,区中医医院护士缪勤旭刚刚结束方桥区域的核酸采样,满身疲惫的她向记者讲述一线医务人员的酸甜苦辣,几度情不自禁热泪盈眶……

每天都是未知,随时准备出发

4月,我区出现疫情后,缪勤旭和她的团队就开启了逆行。“每天不知道去哪里出任务,只知道把行李箱备着,时刻准备出发。”连轴奋战的日子,让她不知道外面的星沉月落。

5月4日12时,缪勤旭结束西坞街道的核酸采样,身体与精神双重疲惫的她,没过多久就接到同事电话:需要医务人员支援方桥。“许多同事从凌晨4点开始

连续工作8小时,到中午脱下防护服时,被汗水湿透的衣服能拧出水,但大家每次接到任务,二话不说立刻出发。”同事的敬业,让缪勤旭忍不住竖起大拇指。

“我们就像是突击队,不分昼夜随时待命,哪里需要就去哪里。”缪勤旭说,在各地“战场”,大家穿着防护服,背后写着单位和名字,比划的一个“OK”,竖起的大拇指,这些日常最普通的动作,成为彼此之间最常见的交流和鼓励。

市民支持,是最大鼓励

当记者问缪勤旭最多一天采样多少人数时,她愣神片刻说,数量已经难以体现工作的不易。

“有时上门采样,会遇到个别市民的不配合不理解,导致进度拖慢。”缪勤旭说,市民的埋怨,可以默默忍

受,但若是核酸采样的任务未能及时完成,就可能影响整个防疫大局。

与时间赛跑,医务人员的心里眼里只有核酸样本。“大家的身体和精神会有扛不住的时候,但不能和家人说,因为怕他们担心;不能和女朋友说,因为可能不理解;不能和同事说,因为大家都一样。”缪勤旭说,尽管艰辛,但身边关切和支持的目光依旧很多。

前有“逆行者”,后有“贴心人”。在医务人员到达方桥时,因为情况紧急,环境非常简陋,大家只能站着采样,一站就是好几个小时。没过多久,附近村民搬来桌椅板凳和茶水,并自发引领大家排队。“数以万计的样本,需要‘双向奔赴’。”缪勤旭说,市民的体恤和配合是对医务人员最大的支持和鼓励,只要

万众一心,必能共克时艰。

留下的遗憾,终将弥补

因为疫情,很多医务人员许久没有回过家,因此错过了许多重要时刻。“过年时,我们讨论外甥订婚的日子,还有许多重要的节日也已经安排好了,没想都错过了。”简简单单的话语,难抵缪勤旭心中遗憾。

“自己的年纪在团队里算是大姐,丈夫和孩子都不需要操心,但许多同事的孩子还很小,正需要陪伴,可没有一人退缩。”每次出发前,缪勤旭会仔细检查他们的防护服是否穿着到位。

一袭白衣,何以无所畏惧?“是信念。”她说,医务人员从来都不认为自己是英雄,医者仁心是使命,大家坚信,那些被疫情耽搁的美好时光,终将在卸下“盔甲”的那一刻弥补回来。

暂停堂食是战“疫”有力之举

锦溪杂谈

沈晓萍

5月1日,区新型冠状病毒感染肺炎疫情防控工作领导小组发出紧急通知,暂停全区聚集性活动,要求酒店、饭店等餐饮单位暂停堂食服务。正值“五一”假期,这是做好疫情防控的关键一环,也是降低疫情传播风险的一项有力举措。

立夏已至,阳光甚好。不少市民认为不能堂食,就到别处“众乐”。约上三五好友,在翠绿的草地上野餐,去大自然踏青。但全区疫情防控形势依然严峻,作为市民,切不可在思想上麻痹大意和盲目乐观,要坚持“少出门、少聚集、不聚

会、不聚餐”。这既是对自己负责,也是对他人和社会负责。

作为餐饮行业的从业者,关键时刻要以疫情防控为重,严格落实防疫规定,主动收起桌椅,在显眼处张贴“不提供堂食”告示。同时,做好订餐外送或到店自取的配套服务,确保容器清洁,做好配送人员个人防护,倡导“无接触式”送餐。此外,继续保持场所卫生,加强从业人员健康管理。

作为市场监管部门,要大力开展禁止堂食宣传,加大巡查和指导力度,及时依法依规严肃查处违法行为。对于网络订餐平台的监管,不能大而化之,要督促其严格落实疫情防控举措,担起食品安全责任。

疫情带来的影响和困难是暂时的,只要我们绷紧防疫这根弦不放松,就一定打赢疫情防控阻击战。

慈善总会收到捐款157万元 爱心企业向方桥赠物资

本报讯(记者 袁伟鑫 通讯员 吕娜)5月3日,区慈善总会的微信账号收到3万元和5万元的两笔匿名捐款,备注信息上均写有“用于方桥防疫”。

据了解,从5月3日开始,众多爱心企业和个人通过区慈善总会向方桥街道捐款,定向用于疫情防控。其中,通过微信转账的共有4笔。截至昨天16时,区慈善总会累计收到来自企业及个人的捐款共157万元,还收到了价值近10万元的爱心物资。

又讯(记者 邬诚挺 通讯员 竺盛涌)5月5日,我区多家企

业给方桥街道送去爱心物资,助力方桥打赢疫情防控阻击战。

当天14时30分,一辆满载物资的货车缓缓驶入方桥街道办事处,志愿者和街道工作人员共同将爱心物资卸下。这批物资由宁波华侨豪生大酒店捐赠,包括66箱矿泉水、30箱饮料、100箱坚果、100箱牛奶、100箱面包和100箱八宝粥。这些物资将分发给一线抗疫人员和生活上需要帮助的人。

此外,宁波市奉化区青林工贸有限公司向街道捐赠了30000只N95医用防护口罩。

保“三区”用电无忧

本报讯(记者 马乐乐 王层裕 通讯员 盛家豪)疫情发生后,区供电公司紧急行动,保障方桥街道“三区”各要点电力供应。

接到任务后,江口供电所立即联系居住在方桥街道的9名员工,成立“三区”抗疫抢修小分队。连日来,他们奔赴多个临时核酸采样点和防疫卡口,负责保供电和小型抢修。此外,区供电公司还成立专项保供小组,护航临时“方舱”蔬菜批发市场的照明和工作用电。



洋博士化身采样“大白”

志愿者中有个外国友人叫Danny

本报讯(记者 黄嘉婷 通讯员 葛梦园)“啊——麻烦张开嘴。”昨天上午9时,在锦屏街道锦山公园核酸采样点,外国友人Danny正在为居民做核酸采样。

Danny来自澳大利亚,6年前来中国留学,已取得上海交通大学医学博士学位。一年前,他和

妻子一起来到奉化。此次疫情发生后,他想发挥自己的专业优势,为抗疫出一份力。

“我本来就是医生,奉化突发疫情,我想帮忙做些什么。”了解到社区正在招募志愿者,他便打电话报了名。Danny表示,先前也做过核酸采样点的志愿者,比较熟悉流程,

而且两个星期之前,他在区人民医院参加过核酸检测相关培训,并取得了《新冠病毒核酸采样培训合格证书》。

“得知外国友人来当志愿者,我很惊讶,他的中文说得非常好。”长岭社区党委书记徐黎峰表示,“恰巧我们比较缺少这方面人才,5月5日

晚,我就通过电话联系他,把他安排到这个采样点。”

“很开心可以帮忙,感觉我也是个奉化人。”Danny表示,如果需要志愿服务,不管是早上、晚上还是深夜,他都可以参与,“我希望疫情早点结束,带着孩子回家看望父母。”

胡美丽做出美丽决定

物业经理主动进小区战“疫”

本报讯(记者 袁伟鑫)“盈园小区可能有新冠阳性感染者?我马上回来……”5月1日下午,正在参加女儿订婚仪式的胡美丽接到同事电话,匆匆从余姚赶回奉化,进入方桥街道宁南新城盈园小区,和同事一起战“疫”。

胡美丽是小区物业经理。5月4日,记者通过微信联系上她,得知经过几天忙碌,小区疫情防控工作已逐渐理顺。

“5月1日晚上,有一幢楼的业主要转运去集中隔离点,我们挨家挨户通知业主准备日常生活用品,并协助防疫部门转运人员。接着,我们又通知小区业主做核酸检测,忙得脚不着地。”胡美丽介绍,5月2日,他们忙着分发物资,当晚又有一幢居民要转运隔离。就这样,物业人员和志愿者一起,一直忙到次日凌晨。

据了解,宁南新城盈园小区共

有六幢楼,2175人。原本小区有22名物业工作人员,但因为当时处于交接班时间,且另有两名工作人员是小区居民需要被隔离转运,所以实际在岗人员只有胡美丽和5名男保安。这种情况下,他们一岗多职,尽可能做好物业服务。胡美丽说,最忙的时候,不少热心业主前来帮忙,但为了防疫,都被劝回。

作为有着2000多人的居民小区,物业工作十分繁杂,平时经常

需要处理各类矛盾。然而,患难见真情,在疫情防控的关键时期,物业和业主携手抗疫,共度时艰。“刚进‘三区’时,内心比较紧张,但不管情况如何,我总要在。”胡美丽说。

随着疫情防控的深入,工作压力有所减轻。胡美丽表示,目前大家的心态都比较好,虽然这样的状态还会持续一段时间,但相信可以共同克服眼前困难。

疫情防控期间如何缓解心理压力



防疫知识

疫情下,很多人出现各种心理困扰,如恐慌、不敢出门、失望、易怒、过于乐观等情绪。对此,我们应该如何应对并有效缓解呢?

以下是专家对四类人群的建议:

1. 感染者:感染者最易出现恐慌、不安、孤独、无助、压抑、抑郁、悲观、愤怒、紧张等情绪,还可能产生被他人疏远躲避的压力、委屈、羞耻感等。这种时候,必须正视疾病,谨遵医嘱,并将心理问题告诉心理医生,按医嘱服药。
2. 有基础心理疾病者:既往有

抑郁、焦虑、躁狂等精神障碍病史的人,应参照先前医嘱服药。如果感到病情加重应及时就医,调整用药或者接受医生给予的心理帮助。

3. 医务工作者:特殊时期,医务工作者需关注自己的心理和身体健康。首先是要做好个人医学防护;其次要注意休息,保证体力;最后要寻求心理解压方式,如找好友线上聊天,观看喜爱的电视节目,下班后在家适当做放松运动等。如果仍然感到心理压力过大,甚至出现焦虑、抑郁、恐慌等症状,应引起重视,及时咨询线上心理门诊,拨打心理咨询热线或者就医。

4. 普通民众:普通民众应减少出门频率,如非必要最好不出门。外出去公共场所时应注意戴好口罩,手不摸摸、勤洗手。鞋子回家放在玄关,不入房间,并用酒精消毒。

遗失声明

周欢欢遗失浙江省医疗住院收费票据(电子),票据号码0636380187,金额2827.91元,特此声明。

电力营销服务系统升级公告

尊敬的电力客户:

为进一步提升优质服务水平,我公司计划于2022年5月7日16时至2022年5月14日8时开展电力营销服务系统升级工作,期间公司所辖各供电营业网点、网上国网、“国网浙江电力”微信公众号和支付宝生活号、浙里办APP、浙江政务服务网、联网银行等各渠道用电业务办理、电费缴纳工作将暂停。故障报修业务正常开展,客户可以通过拨打电力客户服务热线95598等渠道进行报修。具体影响如下:

5月7日16时至5月14日8时,电费缴纳暂停。期间欠费不计违约金,不实施欠费停电措施。

5月9日8时至5月14日8时,用电业务办理暂停。期间确有紧急需求的,请至属地供电营业厅应急窗口办理。

系统升级后,用户户号由原10位升级为13位,新户号为:330+原户号。

升级期间带来的不便,敬请谅解。如有疑问,可咨询电力客户服务热线95598,我们将竭诚为您服务。

特此公告。

国网浙江省电力有限公司
2022年5月5日

隔离学生上网课遇难题

民警化身“防疫书差”送资料上门

本报讯(记者 柳家欢 通讯员 奕超超)“小田,今天上网课了吗?还缺不缺资料?有什么需要和我说。”昨天上午,方桥派出所民警林筠博再次来到宁南新城盈园小区,了解一名隔离学生的学习情况。

原来,5月5日当天,民警林筠博和辅警王科明在方桥街道管控区执勤时,接到一名就读于武岭中学的高一学生求助。该生因疫情居家隔离无法返校,本打算在家里

上网课,但网课资料还在学校。“孩子的学习耽误不得!”得知消息后,林筠博立即联系学校老师,并委托在溪口的朋友将学习资料从武岭中学送至方桥卡口,交由执勤人员送进宁南新城盈园管控区。“谢谢警察叔叔,有了这些资料,可以安心在家上网课了。”当林筠博通过接力方式,把书本送到后,小田一个劲表示感谢。

与小田交流中,林筠博得知其父母于此前去了集中隔离点,家中只剩下他和妹妹两个人。虽然小田

表示会照顾好自己和妹妹,但林筠博总不放心两个孩子。考虑再三后,林筠博决定揽下为他们送饭的活,并趁着送饭间隙督促他们学习。昨天中午11时许,林筠博像往常一样去送饭,发现小田正在做习题,就上前询问有什么学习上的困难。林筠博今年25岁,是个团员民警,但在为民服务上,他一点也不稚嫩,是派出所里公认的热心好青年。

“爸妈,我和妹妹现在在家上网课呢,警察叔叔帮我们拿来了学习

资料,你们放心吧。”当天,小田还向父母打去视频电话“报平安”。视频那头的父母得知孩子学习未受影响,又有民警照料,心里满是安慰。

无独有偶。家住宁南桂苑3幢的高中生小张这两天也遇到了同样问题,民警屠建杰通过多方努力,顺利将书本送到。“五一”假期结束后,方桥街道“三区”内不少学生遇到类似问题,方桥派出所民辅警在做好疫情防控的同时,化身“防疫书差”,化解学生燃眉之急。