

街头“荧光绿”变身“抗疫急先锋”

环卫人脱下工装换上防护服，在隔离点、核酸采集点、垃圾转运点筑起一道环卫抗疫安全线

A 每天要走3万步 19个小时不停歇

李智是一名党员，现任道里区环境卫生清洁中心业务负责人。全员核酸检测开始后，他带领着20多名志愿者第一时间赶往康安社区进行支援。为了既能更好地支援核酸检测工作，同时兼顾本职工

毅然奔赴至各核酸采集点、居家隔离点、集中隔离点，配合社区、医护人员开展核酸采集，承担起医疗垃圾的转运工作，用环卫工人一如既往

的奉献精神为冰城筑起疫情防控的坚固屏障。他们就是道里区环境卫生清洁中心的抗疫先锋队。



环卫工人在核酸采集点工作。

D 小口喝水润嗓子 一天工作16小时

孙彬，12年党龄，现任道里区环境卫生清洁中心办公室主任。她是第一批参加支援社区全员核酸检测的，每天不亮就赶到采集点，不顾天气寒冷潮湿，帮助医护人员提前做好核酸采集的准备工作。待居民前来参加核酸采集后，协助社区和医护人员对参检居民进行扫码登记、信息采集、维持秩序、解答居民疑问等工作。

有时，排队等候居民较多，她一边维持秩序，安抚居民情绪，一

边为等候居民宣传当前防疫形势、疫情防控知识以及政府决策，常常说得口干舌燥、喉咙沙哑。由于时间紧、工作重、人手缺，为了节省上厕所的时间，她只是小口喝点水，润润嗓子继续工作。从6时到22时，她每天要工作16小时以上，作为一位女性，她像男同事一样要求自己，其他志愿者让她坐一会儿歇歇脚，她说，“和不辞辛苦的医护人员相比，我这点累不算什么，大家心往一处想、劲往一处使，一定会战胜病毒，取得胜利。”

B 每天接230个电话 400点位转运医疗垃圾

蔡治伟，道里区环境卫生清洁中心机扫队分队长，17年工龄的老环卫人。9月21日晚上，和家人一起吃团圆饭的蔡治伟接到了集结的号令，他毫不迟疑地穿上了熟悉的“白色战袍”。“一定记住先消毒，袖口要系紧，绝不能松懈”，每到一

个核酸检测采集点，他都是一边第一个冲上去消毒，一边不厌其烦地“唠叨”。

采集点医疗垃圾转运工作没有固定时间，只要接到街道办事处的电话，他们就要出动，一件防护服每天要穿20多个小时，所以他能少吃饭就少吃饭、

能不喝水就不喝水，而且防护服不透气，每次工作完他都汗流浃背、衣服湿透，外冷内湿、又饿又渴，却毫不影响他的战斗力。

400多个采集点位、每天230余个电话，他接起电话、明确点位、制定路线、调配车辆、带队冲锋，所有动作一气呵成，迈出的步伐坚定沉稳，他说，“疫情当前，要勇往直前；百姓在后，更要以身为长城”。

C 每天穿防护服17小时 负责密接人员隔离工作

刘鹏飞是一名退伍军人，现任道里区清洁中心乱贴乱画清理中队临时工。9月26日接到工作指令后，他第一时间前往新阳路隔离点24小时驻守，负责密接人员隔离工作。虽然直接跟密接人员接

触，危险系数高、任务重，但他毫不畏惧。每天近17个小时都穿着防护服的他，穿梭在隔离点协调医疗组、安全保卫组、后勤保障组安排人员入住、隔离点人员核酸取样等工作，还主动向不理解

的市民解释隔离流程的必要性、病毒扩散的危害，常常同样的话要说上百遍，嗓子说哑了，他就哑着嗓子继续说。9月28日晚，市卫健委领导检查工作时，评价他“最晚接点，最快建成，最早接收”。军人退伍不褪色，他用实际行动诠释了男儿本色和环卫人的奉献精神。



汇聚“凡人微光” 照亮有爱生活

2021年10月7日 晴

放心。

6天5夜的战“疫”一线并肩工作、共同进行集中隔离，我们这些人结下了深厚的友谊，特别是现在大家伙食一样、作息趋同、结伴锻炼……虽有墙和门相隔，却彼此心存挂念，相互鼓励、温暖着。

我们的相互鼓励、关心，已经成为一种“群体社会支持能量”，为很多小伙伴提供了精神动力。打量着窗外我热爱着的城市，回眸审视内心，我发现，隔离生

活让我有了“慢”下来的心境，也更在意体会很多曾经被忽略的情感。这些天，我格外关注来自疫情防控一线的动人瞬间：脱下婚纱换“白甲”的“夫妻兵”、隔着栅栏为村民做核酸采样的工作人员、俯身为独居老人修马桶的“大白”……他们是别人家的父亲、妻子、儿女，也是亲朋而难见的“志愿者”“逆行者”，在这座城里，“凡人微光”汇聚到一起，照亮了生活，感动着你我。

本报记者罗彦坤于集中隔离点

“有你们，这个秋天很暖”

“暖秋”礼包送到隔离居民家门口



温暖互动

本报讯（侯记者 杜菲菲文/摄）隔离不隔心，门里门外显真情。“谢谢大家这段时间为我们的辛苦付出，真心地感谢你们”……10月7日，一条条暖心留言，隔着居家隔离的房门，从手机传递给道外区南马路街道辖区的街道、社区工作人员，当天，辖区92户居家隔离人员收到由爱心人士助力购买、社区工作人员统一配送给大家的“慰问礼包”，收

到礼包的居民们说：“有你们，这个秋天很暖。”

为进一步加强对配合疫情防控工作的居民的关心关爱，南马路街道迅速响应道外区委、区政府关于开展“抗疫·暖秋”行动的号召，在哈尔滨市青年企业家协会青年团的助力下，购买了鸡蛋、牛奶、酸奶、蔬菜等价值2万元的爱心物资，为每户居家隔离人员送去温暖。

送上爱心柚 抗疫齐加油

不能继续服务的志愿者为“疫”线送温暖



本报讯（李丽艳 记者 梁可心）10月5日，平房区开展第六轮全员核酸检测工作，在万米社区碧水湾核酸采集点服务的志愿者们，意外收到了经过精心加工的“爱心柚子”及温暖果茶。

原来，“爱心柚子”和果茶是参加过碧水湾核酸采集点志愿服务的志愿者谭达和戴安娜送来的。由于店铺重新开业和上班，他们不能再参加志愿活动了。

“在参加前几轮核酸采集工作时，我们也在冷风中坚守过，所以知道这份辛苦。”戴安娜说，虽然不能到现场帮忙了，心里却始终牵挂着曾经一起战斗的“战友”们，所以买了柚子，让它代替助力，为“疫”线工作人员送去能量。

戴安娜在柚子皮上雕出爱心形状，及“T”和“U”字母，希望工作人员在吃起来方便的同时，还能感受到爱心的温暖。

我不撤，每天最后一个离开的必须是我。”

现在，魏超卓还在巴彦一线继续工作，而他只是冰城公安民警的一个缩影。在抗疫前线，无数民警前赴后继，擎旗冲锋，用自己的身体筑起守护冰城人民生命安全的血肉防线。

人民相信，有这样的队伍，不远处，就是山河无恙。

我们期待，他们平安归来。

与病毒竞速的数据尖兵

承担流调重任的冰城公安民警们的辛苦付出，他们不仅要从海量的数据中寻找出有效的点滴信息，更要身向险境，寻访现场找到病例活动的蛛丝马迹。而作为网安支队的中流砥柱，魏超卓的战场不仅仅在荆棘遍布的前沿关口，还在网络攻坚的阵地。在完成

我省追逃追赃再添战果 外逃人员魏奇回国投案

本报讯(纪宣)近日，在中央追逃办统筹协调和黑龙江省追逃办具体指导下，经哈尔滨市、尚志市两级纪检监察机关、公安机关共同努力，外逃人员魏奇从厦门入境投案，积极配合调查。

魏奇，男，汉族，1960年5月出生，哈尔滨黎华家具装饰购物中心法定代表人、哈尔滨东江农业科技发展有限公司法定代表人、哈尔滨先发置业有限公司实际控制人，涉嫌单位行贿犯罪，2014年9月外逃。2015年3月，哈尔滨市尚志市人民检察院对其立案侦查，并

通过国际刑警组织发布红色通缉令。监察体制改革后，该案移交哈尔滨市尚志市监委办理。

哈尔滨市追逃办负责人表示，魏奇归案是哈尔滨市纪检监察机关认真贯彻落实党中央决策部署和十九届中央纪委五次全会精神、十二届省纪委五次全会精神，坚持受贿行贿一起查、一起追，扎实推进职务犯罪国际追逃追赃专项行动的重要成果。下一步，将继续深入推进反腐败国际司法执法合作，坚持有逃必追、一追到底，始终保持追逃追赃高压态势。

以“艺”战“疫”

冰城高校学子用画笔为哈尔滨加油

本报讯(郭鹏程 记者 王铁军)为了弘扬伟大抗疫精神，讲述哈尔滨人的抗疫故事，由哈尔滨学院团委、艺术与设计学院联合举办的以“艺”战“疫”为哈尔滨加油主题绘画作品展，10月7日在哈尔滨学院黑龙江四大精神文创展览馆启动。展览旨在弘扬时代主旋律，传颂哈尔滨人民抗击疫情的精神，本次活动由校大学生艺术创作协会、艺术与设计学院分团委协办，艺术与设计学院学生党支部承办，200余名学生参与了创作，征集作品300余幅。

本次展览展出作品主题鲜明，形式新颖，内容丰富，是非常好的大学生思想政治教育素材，共有《哈尔滨加油》

《为哈西抗疫点赞》《共产党员先上》《送餐路上》《再次逆行》《战胜病毒》《大学生志愿者》等60余幅作品参展，并在哈尔滨学院艺术校区教学楼阳光大厅开始巡展。

同学们在创作的过程中，阅读了大量的资料，加强了政治思想理论学习，对伟大抗疫精神有了更深刻的理解。他们通过画笔内化于心，更加坚定了自己的理想信念，同时提升了自己的专业水平。

据悉，此次展览是哈尔滨学院“弘扬龙江精神、共同战胜疫情”主题文创继“武汉加油”展览之后，第二次大规模、高质量的作品创作，将通过线下和线上两个渠道进行展示，为抗疫加油。

教你科学保持身心健康

本报讯(记者 刘菊)为帮助市民科学防疫，哈尔滨日报社联合哈尔滨市卫健委开启《防疫“心”知识》心理科普专栏，帮助市民正确面对心理健康问题。今天，栏目邀请了哈尔滨市第一专科医院八病房副主任潘志超，教市民如何科学保持身心健康。

潘志超表示，生活中，市民应学会觉察自己的体验和情绪，每个人的承受能力及心理素质是不同的。当出现烦躁、莫名的担忧、愤怒或躯体不适、头痛、腰背痛、睡眠不好、白天感觉自己状态不如从前、经常“恍惚”、注意力不集中，饮食状况不佳、回避社交等情况时，要注意可能是情绪出现了问题。

如何调节情绪问题？潘志超建议，市民要学会分享自己的生活体验，可以通过网络社交平台、电话、视频等各种方式和亲人、朋友进行沟通交

流，充分的倾诉和倾听，不仅可以疏解情绪、缓解焦虑，还可以增进对彼此的了解。现代社会的工作生活过于忙碌，很多人很少与父母交流，甚至很少陪伴家人，建议大家放慢脚步，给自己思考交流的机会，遇到的困难，向父母家人寻求帮助，与朋友交流谈心。同时，交流和分享体验有利于获得理解，并有机会获得更多的心理支持。还应保持规律作息、适量运动。良好的睡眠、科学的饮食和适量的运动，不仅有利于铸就健康的体魄，也有助于心理健康，是抵抗病毒感染的基础。适度的体育锻炼有利于睡眠，可以在家做瑜伽、太极等。当情绪问题自我调节效果不好时，应尽快寻求专业帮助。除了到医院就诊外，现在很多医院和医生都开通了网上咨询，居家也可得到专业的帮助。

哈尔滨疫情防控取得阶段性成效

(上接第一版)

四是全面推进核酸检测。截至10月6日24时，哈尔滨市已经完成六轮全员核酸检测，共检测4821万人次。绥化市北林区已完成五轮全员核酸检测，累计检测259.5万人次；绥化市北林区以外的其他县、市已分别完成2-3轮核酸检测，绥化市累计检测912.6万人次。

五是科学开展医疗救治。坚持集中救治和中西医协同治疗，国家、省级专家每日会诊、查房，“一人一策”个体化治疗，全力做好救治工作。截至目前，本轮疫情96例患者全部收治在黑龙江省新冠肺炎救治中心（即哈医大一院群力院区）截至今天凌晨，累计治愈出院12例，均转入哈尔滨市第二医院进行康复治疗，哈尔滨市累计检测84例患者生命体

征平稳。六是切实加强社会面管控。哈尔滨市及时发布第28号公告，暂时关停辖区内所有网吧、娱乐场所、电影院等九小场所及密闭经营场所；巴彦县全域落实交通管制和人员管控措施。对生活必需品供应和价格情况开展每日监测分析，保障市场供应充足，全省生活必需品市场供应量足价稳。葛洪表示，下一步，全省要继续慎终如始抓好疫情防控工作，坚持疫情不除、认识不松、力度不减、措施不撤，严格落实社区管控措施，防范社区传播风险；严格落实医院感染防控措施，坚决防止院感发生；科学规范做好隔离点管理，坚决避免交叉感染；依法依规做好封控和管控小区的解封工作，统筹做好疫情防控工作，加快恢复社会生产生活。