

落地即检 即检即走 扎住疫情防控外防输入

——市交通运输局相关负责人就抵返哈人员落地管控政策答记者问

本报讯 根据当前疫情形势,针对公众普遍关心的抵返哈人员落地管控政策等相关内容,记者采访了市交通运输局副局长钟国伟。

问:在新一轮管控措施中,哈市为什么对抵返哈人员采取“落地即检”?

答:目前国内多个省市出现本土聚集疫情,哈市“外防输入、内防反弹”压力巨大。为切实做好防疫工作,迅速阻断疫情传播,交通管控组于3月13日制定了《关于落实抵返哈人员核酸检测落地即检工作方案》。

依据《方案》,自14日起,凡从省内口岸城市、中高风险地区和省外抵返哈人员要核

查行程码和健康码,查验48小时内核酸检测阴性证明,抵达哈尔滨市后即进行一次免费落地核酸检测,即检即走,无需等待核酸检测结果。目的就是扎住省门市门,守住外防输入,为全市疫情防控社会面动态清零赢得主动。

问:目前管控措施的落实情况如何?

答:为确保组织有序,人员畅通出行,不发生拥堵现象,各检查站根据机场、火车站、客运站、公路客流、车流等实际情况,增设了核酸检测通道、客流停留区域和核酸检测班组,增设现场管理人员,保证人员、车辆尽快

疏散,避免引发人员聚集、交叉感染。截至3月15日,全市18个区、县(市)已设置83个“落地即检”点位,覆盖域内机场、火车站、高速公路、国省干线公路防疫检查站。

各区、县(市)疫情指挥部作为责任主体均已启动“落地即检”。同时,我们还在抵哈航班、列车以及141台机场大巴、1924台公交车、3000台出租车车载显示屏上向公众播发“落地即检”“主动向社区报备”等相关要求,进一步扩大管控政策公众知晓率。

目前,从各检查点来看,抵返哈人员对我市“落地即检”措施表示理解,认为服务便利,并积极配合进行核酸检测。

问:您对抵返哈人员还有哪些提示?

答:目前疫情防控形势依然严峻,为了广大群众的健康,从省内口岸城市、中高风险地区或省外抵返哈人员,请提前向目的地所在社区报备,抵达后主动配合进行一次免费落地核酸检测。

目前哈市机场、火车站、客运站等场所设有专门引导员和核酸检测专用通道。抵返哈人员出站前请听从引导员指引,保持一米排队距离,佩戴好口罩,进入指定核酸检测区域,提前准备好健康码或个人身份证,现场检测人员采样后,即可出站离开。

哈市暂停办理 购房补贴现场申请

本报讯(记者 刘述波)3月15日,记者从哈市住建局了解到,根据《哈尔滨市应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作指挥部第53号公告》,为阻断疫情传播风险,哈市购房补贴现场申请工作即日起暂停办理。

去年10月,哈市出台促进房地产市场平稳健康发展16条举措,旨在稳地价、稳房价、稳预期,促进全市房地产市场健康平稳发展。根据相关举措,对与本地用人单位签订聘用合同或服务协议、缴纳6个月社保的,以及已自主创业的,年龄在35岁以下的各类人才,在哈市购置首套商品房时即可享受购房补贴。发放标准按照全日制博士10万元、全日制硕士生5万元、全日制本科生3万元、大中中专生(含技工院校)2万元。新市民在哈市购置首套商品房时也可享受购房补贴,购房补贴以货币形式一次性发放,发放标准为1万元。

哈市住建局相关工作人员介绍,住房补贴现场申请工作具体恢复时间将根据疫情形势适时确定,住建部门也将根据疫情防控形势适时调整购房补贴办理形式,满足市民需求。

一般事项暂停办 重要事项预约办

哈市不动产登记业务办理有调整

暂停办理

本报讯(记者 李赫)为进一步配合各部门做好疫情防控工作,有效减少人员聚集,确保不动产登记业务有序开展,按照《哈尔滨市应对新冠疫情工作指挥部第53号公告》的有关要求,在疫情防控期间,哈市不动产登记业务办理有关事宜已予以调整,具体如下:

一、不动产登记分中心服务大厅临时实行弹性办公。自3月15日起,该中心按照“人员最少,非必要不到岗”原则,实行A、B角工作制度,严格控制到岗集中办公人员。在此期间,各不动产登记分中心服务大厅实行非预约不办理方式,适量缩减各分中心预约数量,根据预约数量适当开放服务大厅受理窗口数量,待疫情稳定后恢复正常办公。

二、一般事项暂停办,紧急事项预约办。如企业、群众申请的登记业务是一般事项,建议疫情稳定后再行办理。如有必需到现场

办理的紧急事项,请提前登录哈尔滨市不动产登记交易事务中心官方网站或关注微信公众号在线预约。预约成功后,需带好相关材料,凭预约短信准时前往预约分中心办理。进入大厅时,请自觉、正确佩戴口罩,主动配合工作人员扫码、测温,办理过程中陪同人员不要进入服务大厅,办理完毕后立即离开,避免聚集。

三、建议线上办理,减少现场办理。公众可以登录哈尔滨市不动产登记交易事务中心官方网站或关注微信公众号,选择需要办理的业务,在线提出不动产登记业务申请。现我市可在线办理的业务包括:二手房买卖转移登记、商品房买卖转移登记、变更登记、换证登记、抵押首次登记、抵押注销登记。此外,也可拨打各分中心咨询电话,工作人员将提供业务解答,电话咨询时间为工作日8时至17时。

预约方式一

微信端预约

微信搜索关注“哈尔滨市不动产登记交易事务中心”微信公众号,点击“网上办事”“便民服务预约通道”。

预约方式二

网页端在线预约

电脑百度搜索“哈尔滨市不动产登记交易事务中心”或访问地址: <http://www.hrbbdc.org.cn/> 进入哈尔滨不动产网首页,进入“网上办事大厅”,点击“便民服务预约通道”。

市青年志愿者协会发出倡议:

积极有序投身 疫情防控工作

本报讯(记者 阴祖峰)日前,哈尔滨市青年志愿者协会向广大青年志愿者和各级各类青年志愿服务组织发出倡议:大力弘扬雷锋精神、志愿精神,积极有序投身疫情防控工作,展现新时代冰城青年的责任与担当。

一、做好个人防护,带头示范

青年志愿者、各级各类青年志愿服务组织要带头遵守市委、市政府有关疫情防控的各项规定,加强自身安全防护,严格落实防护措施;要带头学习宣传疫情防控知识,带头做到文明有序排队,自觉戴口罩、勤洗手、少聚集、用公筷,保持安全社交距离,为全体市民做出良好示范。及时劝导家庭成员少串门、少聚餐、减少去公共场所,出门戴口罩、回家要洗手,做好个人卫生、家庭卫生,保护好家庭成员的健康安全。

二、积极行动起来,就近服务

主动联系就近社区,参与联防联控工作、社会防疫管

理,宣传科学健康生活方式,引导群众加强自我防护。就近就便为社区等基层组织提供支持和帮助,帮助困难家庭、空巢老人、残障人士等弱势群体。协助所在社区、村镇的工作人员做好人员核酸检测、进出登记、体温测量、防疫宣传、秩序维护、生活保障等志愿服务工作。协助社区、村镇摸清居民需求,特别是对居家隔离观察的居民,做好基本生活的保障服务,帮助他们解决实际困难。

三、发挥各自特长,科学防疫

各级各类青年志愿者组织要根据疫情防控实际需求,科学设置志愿者岗位,积极组织有医学、心理、应急救援等专业技能的志愿者,在相关专业机构的统筹调配下,踊跃参与卫生防疫、心理服务、救助救护等志愿服务,助力全市疫情防控工作。为出行群众等提供体温监测、人员登记、防疫知识宣传、秩序维护、咨询引导和做好老年人群体的数字化便民等服务。

哈尔滨市各区县(市)青年志愿者协会咨询电话

哈尔滨市青年志愿者协会 87652235	
道里区:84550518	五常市:53522733
道外区:88997855	尚志市:53324402
南岗区:82736977	巴彦县:15004665239
香坊区:87280500	宾县:55009944
平房区:18668102025	依兰县:57223057
松北区:82122333	延寿县:53024276
呼兰区:57321167	木兰县:57083207
阿城区:18645085673	通河县:57436090
双城区:13796771818	方正县:15084638895

滑雪前先预约

3月14日,亚布力阳光度假村发出公告,严格按照哈市53号公告要求,落实疫情防控措施。目前,滑雪场全体工作人员已完成核酸筛查。雪场严格执行限量、预约、错峰要求,实行分时预约、扫码(健康码、行程码)入园,瞬时接纳游客人数不得超过最大承载量的50%。

亚布力景区还在度假区山门游客服务中心设立自费核酸检测点提供检测服务。

本报记者 王东



孩子上网课效率低,咋办?

市第一专科医院院长王喜为您支招

本报讯(隋欣 记者 刘菊)为了帮助市民加强自身健康管理,哈尔滨日报社联合哈尔滨市卫健委开启“防疫‘心’知识·加强自身健康管理”专栏。近日,记者采访了哈尔滨市第一专科医院院长王喜今,就孩子提高网课学习效率相关问题支招。

以积极的心态做好家校共育

家长要以积极的心态来面对目前一段时间的学习形势和学习方式,给孩子做出榜样。家庭教育的要旨在于少说多做,家长要尝试与孩子一起下载各种学习工具,表现出颇有兴趣地参与到孩子的线上学习中来,做孩

子的同学,孩子就会兴致盎然地开启学习。孩子上网课期间,家里就变成了一所小学校。课堂上的管理者就转移到家庭中了,家长要花时间精力做好助教,关注孩子的学习状态。另外,注意定时查看学校通知群或学科学习群,及时接收学校的信息,做好家校共育。

培养孩子养成良好学习习惯

如何培养孩子良好的学习习惯?王喜今建议,家长可以安排一个房间作为孩子学习的固定场所,保证孩子能在安静的环境中学习。

让孩子有固定作息,在家的作息最好能够与平时上课的作息一致。家长可以提醒孩子用闹钟在不同的时间点定时。

家长还应帮助孩子做好课前准备,提醒孩子居家线上学习时准备好相关书籍和学习用具。了解孩子学校使用的教学平台及使用办法并指导孩子正确听课和互动,尤其是小学生。但在孩子熟悉操作后不应一直陪学,不利于孩子自我学习习惯的养成。

想要提高上课效率,要让上课变得有仪式感,可以让孩子穿上校服端坐桌前。边吃

居家期间情绪烦躁,咋整?

市第一专科医院医生许冰岚为您解忧

本报讯(隋欣 记者 刘菊)15日,记者采访了哈尔滨市第一专科医院一疗科医生许冰岚,与市民分享居家期间如何处理情绪问题。许冰岚表示,面对情绪问题,市民首先应树立正确认识,要知道“隔离”并不可怕,这是在保护自己和身边人,大家要学会如何正确面对。

如何应对负面情绪

许冰岚表示,居家或隔离期间,人们会出现心焦、心烦等情绪,都是很自然的反应,不必过分强求自己保持镇定。如果去压抑情绪,反而会影响到后续的抗压能力。

出现负面情绪时,需要找到适当的发泄方法,比如打电话给朋友倾诉等。建议做一些可转移注意力的事情,帮助焦虑消退,如做自己喜欢做的事情、进行室内体育锻炼等。

如何保持自身心态平静

许冰岚提醒,生活中想要保持自身心态平静,首先关于疫情防控的消息应从正规渠道获得,不要过分关注,睡前可以不再查看新闻。生活节奏改变后,焦虑、心烦、睡眠质量变差等都是正常的,这并不代表自己是一名弱者,所以不需要对压力本身有太多的焦虑。

如果感到焦虑,可以尝试放松练习,每天做一两次即可。肌肉放松运动、呼吸运动、冥想、瑜伽等方式都会有所帮助。

安心稳步法

- 1.采取一个舒服的方式坐着,腿和手不要交叉。
- 2.慢慢地、深深地呼气与吸气。
- 3.观察四周,说出五个自己能看到的,但是不会让自己感觉困扰的东西。如“我看见地板,我看见我的床等。”
- 4.慢慢地、深深地呼气与吸气。
- 5.接着,说出五个能听见的声音。如“我听见了自己的呼吸,我听到了汽车的声音等。”
- 6.慢慢地、深深地呼气与吸气。
- 7.接着说出五个能感觉到的东西。如“我感觉到我坐着的椅子,我感觉到我鞋子里面的脚指头,我感觉到我的手放在扶手上,我感觉到我抿着的嘴唇,我感觉到我穿着的衣服。”
- 8.慢慢地、深深地呼气与吸气。
- 9.如果是父母帮助孩子做这个练习,可以让孩子们说出他们看到的周围的颜色,如“你可以说出你看到的五种颜色。你可以看到蓝色的东西吗?黄色的东西?绿色的东西?”

预约

市人力资源服务中心 “网上办”“预约办”

本报讯(记者 于勇澜)按照哈尔滨市应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作指挥部要求,自3月15日起,哈尔滨市人力资源服务中心所有业务全面实行“网上办”“预约办”。

网上办。办事人员可扫描关注“哈尔滨人才服务”微信公众号二维码,通过“在线业务”专栏,网上办理各项业务。

预约办。对确需现场办理的紧急事项,办事人员可扫描文后二维码添加“哈尔滨人才导航”微信小程序进行预约。



退票

老会堂音乐厅演出取消 即日起可办理退票

本报讯(记者 于秋莹)为进一步做好疫情防控工作,老会堂音乐厅将取消原定于3月16日上演的《黑龙江歌舞剧院交响乐团电影音乐专场音乐会》、3月18日上演的《民谣来袭唱响每个人心中的青春故事》以及3月19日上演的《“乐之四季·踏雪迎春”哈尔滨歌剧院歌剧团合唱重唱音乐会》,即日起歌迷可

办理退票。据了解,通过老会堂音乐厅自营渠道购票观众(包括老会堂音乐厅微信公众号、老会堂音乐厅售票处),务必保持电话畅通,耐心等待并妥善保管购票凭证或纸质票。线下购票听众及未接到工作人员电话的听众可致电老会堂音乐厅客服热线0451-51177878。

退费

中小学教师资格考试 未参加考生可办退费

本报讯(记者 周雪莉)日前,记者从省招生考试院获悉,受新冠肺炎疫情影响及管控措施影响,我省部分考生未能如期参加2022年上半年中小学教师资格考试,省招生考试院将对这类考生受理退费等事项。

考生因受疫情影响未能如期参加本次考试的,可申请退费。考生因不遵守考试规定而未能参加考试或因个人原因放弃考试的,不在退费范围内。受理时间为3月14日10时至3月17日16时,逾期未提交申请视为自愿放弃,不再受理。

延期

我省普通专升本 招生考试延期举行

本报讯(记者 周雪莉)日前,记者从省教育厅获悉,根据我省疫情防控工作需要,为保障广大考生、考试工作人员身体健康和生命

安全,经研究,决定将原定于2022年3月19日举行的2022年黑龙江省普通专升本招生考试推迟,具体考试时间视疫情情况另行通知。

