

哈尔滨市疫情防控专场新闻发布会

11月22日
0-15时

哈市新增本土新冠病毒阳性感染者12例

其中确诊病例8例,无症状感染者4例

本报讯(记者 杜菲菲)11月22日,哈尔滨市政府新闻办召开疫情防控专场新闻发布会,市卫健委副主任杨超作主旨发布。

2022年11月22日0-15时,哈尔滨市新增本土新冠病毒阳性感染者12例,其中确诊病例8例,南岗区7例、香坊区1例;隔离管控人员中发现4例,社区筛查发现4例。无症状感染者4例,香坊区1例、南岗区1例、平房区1例、双城区1例;社区筛查发现2例,跨区域协查发现1例,隔离管控人员中发现1例。新增阳性感染者均已闭环转运至定点医院进行隔离观察治疗。

10月27日以来,我市连续发生多起前后叠加、点多链多源输入性疫情,我市外防输入压力持续加大。近日连续从主城区机场、火车站、高速公路卡口“落地检”和社会面筛查中发现多例阳性感染者,社区传

播风险高、反弹风险大,疫情防控形势极为复杂严峻。为快速有效处置当前疫情,市指挥部于11月20日发出《关于进一步强化当前疫情防控措施的通知》,请广大市民朋友积极配合严格恪守,切实增强防控意识,共同构筑坚强防线。

一是主动报备行程,配合流调排查。请市域外抵返哈人员积极配合疫情防控工作,按要求提前向目的地所在社区(村)、宾馆酒店和单位报备。旅途中本人和同行人员需全程做好个人防护,抵哈后配合落地核酸检测。来自高风险区的抵返哈人员,严格按照规定实行“点对点”闭环管理,本人和共同居住人需一同落实相应管控措施。

本市居民要密切关注每日公布的新增感染者轨迹信息和市区疾控部门的紧急寻人信息,如与阳性感染者活动轨迹

有交集,请主动向所在社区(村屯)、工作单位报告,并配合流调排查等防控措施。接到流调电话时,如实告知行程史、活动轨迹、接触人员等信息,不隐瞒情况。

二是履行个人防护责任,配合风险区管控。高风险区实行“足不出户、上门服务”,请市民朋友积极配合严格恪守。近日,哈尔滨市气温骤降,广大市民要关注气温变化,做好防寒保暖,居家期间保持室内空气流通和环境清洁,注意个人卫生,保证充足睡眠,坚持适量运动。社区要统筹做好高风险区疫情防控和物资供应、生活服务、就医保障、政策宣讲、心理疏导等各项工作,居民如有特殊需求,请第一时间与社区联系。

三是减少非必要出行,不聚集不聚餐。流调排查显示,病例轨迹涉及多类人员密集、空间密闭等重点场所,疫情期间

市民朋友尽量减少外出,不聚集不聚餐,非必要不前往人员密集场所。居民乘坐公共交通工具时配合落实“扫码、测温、戴口罩”等措施,全程做好个人防护。前往早市、农贸市场、商场超市等场所,一定要科学佩戴口罩,尽量减少逗留时间,并全程做好个人防护。采购返家后进行必要的手消毒。

请市民朋友牢固树立“每个人都是自己健康第一责任人”的理念,密切关注疫情动态,减少非必要出行。疫情期间按要求参加核酸检测,确保应检尽检,不漏一户、不落一人,不缺一次。做好本人及家人健康监测。如出现发热、干咳、乏力、咽干、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等症状,勿自行服药,尽快到就近的医疗机构发热门诊排查诊治。避免乘坐公共交通工具,就诊过程中主动告知旅居史、接触史。

抵返哈和间接入境人员均需提前报备

登录微信龙江健康码小程序,按提示进行填报

进行报备。

■报备方式

在微信中登录龙江健康码小程序,点击抵返哈尔滨登记栏,按提示进行填报。

■网上报备流程

1. 报备人基本信息,由系统根据注册信息自动获取,包括姓名、身份证号码、手机号码,如有同行人员,可代为报备。

2. 来源地信息,可选择“国内本土阳性感染者所在省(区、市)、境外地区、港澳台地区、国内低风险地区”四个选项;来源区域、入哈日期都可在系统内选择填报。

3. 乘坐的交通工具,可选择“火车、飞

机、汽车”选项进行填报。

4. 来哈目的,可选择“长期居住、出差旅游、途经中转、求学就医、其他”五个选项进行填报。

5. 选择到哈后入住区域,根据个人目的地选择到对应的社区(村)或酒店,并填写详细地址。

6. 选择7天内到访地,根据个人情况进行选择填报。

7. 确认无误提交申报。

■实施管控

报备信息自动分配到对应的社区(村)和宾馆酒店,社区(村)、宾馆酒店管理员要

及时审核,通过电话与报备人进行沟通,确认其返哈后具体住所,实时监管,并落实相应的管控措施,加强外地返哈人员的管理。各区、县(市)指挥部要指定专人加强对报备系统的管理和审核,切实落实好对抵返哈人员的管控。

孙凤龙说,希望居民朋友们为了个人、家人和所有人的健康安全,以积极的态度进行主动报备,群防群控,共同打赢疫情防控歼灭战。



扫“冰城+”二维码看报备操作视频

王兴国 本报记者 梁可心

自哈市本轮疫情发生以来,市委组织部包保下沉工作队严格落实“五包五保五下沉”工作要求,第一时间启动平战转换指挥体系,强化党建引领,突出“四个全覆盖”,与贵新社区干部、志愿者共同奋战,抓党建、抓防控、抓安全、抓服务,共筑疫情防控安全防线。

■建强战时“主阵地”

市委组织部包保下沉工作队立足强化党建引领,推动建立社区核酸检测点临时党支部,协助贵新社区开展各项疫情防控工作。

下沉工作队响应全市做好“龙江先锋”党建云平台 and “数字组织生活”推广应用工作号召,积极申请贵新社区成为“龙江先锋”党建云平台试点单位,并配备“智慧屏”一块,一方面为数字党建、数字组织生活开好头,更加直观地展示宣传党建知识、最新政策、政务公开等内容;另一方面,方便社区“挂图作战”,取代纸质辖区图和防疫流程图,使得《曲线街道贵新社区疫情防控实操手册》内容得到整合显示,既方便高效,又省时省力。

■吹响下沉“集结号”

市委组织部持续推动“包保下沉工作队协同包保单位、社区、网格”四级联动,有效整合各方力量,联合抗疫。自今年8月27日

“四个全覆盖”助力社区疫情防控

市委组织部下沉工作队与社区干部、志愿者共筑疫情防控安全防线

至今,累计有近300人次下沉干部支援核酸检测工作,工作时近1000小时。同时协助贵新社区完成集中隔离转运、居家隔离服务、九小门店巡查和巡逻值守等工作,扎实有力有效地保障辖区居民的生命安全。

■织密社区“安全网”

市委组织部包保下沉工作队连同社区干部、网格员,高频次全覆盖走访贵新社区所辖2046户居民,200余家“九小场所”,对照《曲线街道安全工作、疫情防控标准化考评(试行版)》清单,对商户燃气安全、消防安全、疫情防控三大项、24个方面,进行逐一查摆,量化评分。

针对检查中发现的安全隐患,当场向商户负责人提出具体整改要求,下发限期整改通知书,次日开展安全生产、疫情防控检查“回头看”,筑牢辖区安全底线。

■搭起干群“连心桥”

包保下沉工作队对接疫情期间居民各种服务需求,积极做好物资配送、送药上门、协



下沉工作队队员指导市民手机操作。

调就医等服务。尤其是紧盯“老弱病残孕”等特殊人群,及时解决突发问题。下沉工作队坚持一线访、一线问、一线督,把群众工作做深做细,用实际行动践行党的二十大精神。

防疫·前行

Fang Yi Qian Zhi

拓宽增收致富路 田野焕发新活力

农业经营主体和社会化服务,为乡村振兴源源不断注入动力。

■践行绿水青山理念 守住粮食安全底线

11月22日,在东安村的田间地头,一台台秸秆粉碎打捆机正在田间来回穿梭。将秸秆吞入“腹中”后“吐出”一捆捆整齐的圆柱形草垛。打包好的秸秆错落有致地排列在田间,等待装车离田。

在推进秸秆打包离田的同时,今年整地作业也紧锣密鼓地进入最后冲刺阶段。一望无际的农田里,大马力机车正在进行深松土地作业。整地机所过之处,黝黑、松软的土壤翻滚而出,为明年春耕提前做好准备。

“党的二十大报告提出,‘全方位夯实粮食安全根基,牢牢守住十八亿亩耕地红线’,‘建设宜居宜业和美乡村’。”安爱学说,东安村党支部正带领全体村民全力以赴,保护好绿水青山,守住粮食安全底线。

环境就是民生,青山就是未来,蓝天就是幸福。东安村把秸秆综合利用作为发展循环农业、生态农业、防治大气污染和建设美丽乡村的重要抓手,通过秸秆饲料化、能源化等利用模式,有效破解秸秆露天焚烧污染环境“顽疾”,村庄天更蓝、水更清、土更

黑,村容村貌和村庄气质同步提升。保护好“耕地中的大熊猫”,关键在于种养结合。东安村大力推进秋整地和免耕作业的保护性耕作模式,在县委推广中心的支持下,给黑土地开出“施肥配方”,为“耕地中的大熊猫”精心搭配了“营养餐”。不仅土壤有机质含量提升,全村的粮食总产量更是“芝麻开花节节高”。

安爱学说,下一步,东安村始终绷紧粮食安全这根弦,牢牢守住耕地保护红线,持续推进高标准农田建设,加强黑土地保护,为守护绿水青山,为端牢“中国饭碗”贡献力量。

■建强基层党组织

■当好振兴路上“领头雁”

“感谢你们又来看我们!”当东安村党员志愿服务队“红马甲”又一次走进“幸福大院”时,73岁的安全老人迎面走来,嘴里不住叨念着感谢的话。

“我们一直惦记着老人们呢,这不,一有时间就过来为大家服务了嘛。还有一件大事,咱们东安村明年计划启动进村道路拓宽改造工程,我们村‘两委’也想听听大伙儿的意见。”握住老人的手,村党支部的党员和老人们聊起大院的生活和村庄未来的发展,幸

福洋溢在每个人的脸上。

“党的二十大报告提出‘扎实推动乡村产业、人才、文化、生态、组织振兴’,全面推进乡村振兴取得新成效,组织振兴尤为关键。”安爱学说,“乡村迈大步,关键看支部。”作为“全国脱贫攻坚先进集体”,东安村党支部坚持党建引领,不断提升基层治理能力,形成村民共商、共建、共管、共享的格局,努力建设富有地域特色、承载田园乡愁、体现现代文明的特色田园乡村。

在村党支部的带领下,东安村集思广益,大胆创新,针对村里空巢、孤寡老人的实际情况,改变原来一户一宅重建的方式,因地制宜联建“幸福大院”,实现了“老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安”。

乡村治,百姓安。在村党支部的引领下,东安村施行乡村治理积分制和“爱心超市”服务,改变了以往志愿者单向服务的传统,让助人者受益,也让爱心得以“双向奔赴”,把看不见的乡村治理和乡风文明变得有准则、有刻度。

“我们农村党员干部干部誓将当好‘领头雁’,扛起抓党建促乡村振兴的政治责任,尽心竭力为村民办实事,再难的事也不难。”安爱学说,“党的二十大胜利召开后,全村上下干劲更足了,对未来充满了信心和期待。我们都是乡村振兴的追梦人,要深入学习贯彻党的二十大精神,紧跟时代脚步,奋力谱写新时代乡村振兴新篇章!”

注意,这些业务有调整

市人力资源服务中心业务“网上办”“预约办”

本报讯(记者 于勇澜)按照哈尔滨市应对新冠肺炎疫情工作指挥部要求,自2022年11月22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。办事人员搜索“哈尔滨人才服务”微信公众号,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,办事人员添加“哈尔滨人才导航”微信小程序,通过首页中“办事预约”专栏进行预约,预约成功后,按照预约时间佩戴口罩、扫码、测温后方可到现场办理。

市住房公积金管理中心倡议“能网办、不窗口”

本报讯(记者 刘述波)按照国家和省市相关疫情防控最新要求,日前,哈尔滨住房公积金管理中心发布倡议书,号召疫情期间公积金业务“能网办、不窗口”,“非必要、延后办”,“必要办、预约办”。

目前,哈尔滨住房公积金管理中心已开通“7x24”小时网办服务,有办理住房公积金业务需求的缴存职工和缴存单位,可通过哈尔滨住房公积金管理中心网上营业厅、手机App、微信公众号、支付宝小程序“随时办”、“掌上办”,足不出户线上办理。若必须到现场办理的紧急事项,请提前预约办理,预约通过后,还要科学佩戴口罩、扫双码、测温后方可到现场办理。

社保卡服务大厅办理业务须预约

本报讯(记者 于勇澜)根据疫情防控工作需要,避免人群聚集,结合实际工作,自2022年11月22日起,社保卡服务大厅(和兴路38号)社保卡业务全面实行预约制办理。

办事人员需提前预约办理时间,预约成功后,按预约时间前来办理。进入服务大厅的办事人员必须全程正确佩戴口罩,配合工作人员进行测温、扫“健康码、行程码”,提供48小时内核酸阴性证明,接受现场工作人员引导。

防疫·周知

Fang Yi Zhou Zhi

“六心法”小妙招调节心理情绪

本报记者 张巍

疫情不断反复,如何做好情绪调节呢?针对一些同学出现的焦虑、烦躁等负面情绪,哈一中心健康教育老师王越用“六心法”帮助学生进行居家学习心理调适,让同学们在疫情居家学习中告别负面情绪。

1.保持恒心

保持良好的心理状态,需要同学们制定一个持之以恒的合理计划方案,安排好每天要做的事情。保证一个健康的生活规律,特别是要保证合理膳食和充足的睡眠,对维护一个良好的心理状态极为重要。

2.放松身心

同学们可以增加形式多样的课外活动,可以多进行户外锻炼,多见见阳光。有研究表明,北欧国家因为冬季季节性心理疾病明显高于夏季。同学们在心情烦躁时可以探索适合自己的锻炼方式,做一些适度的锻炼,可以释放一些压力,也可以做一些自己感兴趣的事情。

3.培养专心

同学们在学有余力的情况下,可以在钻研一些事情。比如多年来想学却一直学不会的新技能,文学创作、小视频、剪辑、小语种等等来充实生活,并且享受这个过程。如果我们没有特别想钻研的事情,能保持上课下课专心学习也是不错的。

4.树立信心

从微小的事情中获得成就感,增强自信心。比如及时解出一道难题,也是我们一天的小胜利。同学们要

配合国家的防疫政策,坚定战胜疫情的决心。避免长时间阅读一些负面信息,使我们处于焦急的情绪中。同学们要注意转换想法,不信谣、不传谣,科学的信息管理,提高信息判断能力,关注当下美好的生活。

5.改变内心

现在同学们可以闭上眼睛,不要去想一只大白熊,不要去想一只戴着绿色帽子的大白熊,不要去想一只鼻子圆圆的大白熊。你会发现,越不让自己去想一只大白熊,我们反而会去总想起它。

那么如何改变内心?当无法控制外在因素的时候,我们可以尝试改变内心的认知,转变消极态度,培养积极乐观的情绪。健康向上的心态是强大的心理免疫力,一件事情的结果往往不是由事情来决定的,而是由你处理事情的心态来决定的。你是消极对待,还是积极对待,结果和过程都会发生质的变化。正所谓,塞翁失马焉知非福。凡事往好处想一想,积极心理的自我暗示,可以培养积极乐观的态度。

6.寻找知心

我们可以跟一些不能见面的朋友通过远程电话视频的方式保持积极的联系。彼此关心,分享感受,互相成为可以依赖的心理健康资源。如果自我心理调节效果不明显,同学们也可以通过寻找学校心理老师进行专业帮助。求助也是一种智慧的体现。

希望“六心法”心理小妙招可以帮助同学们告别负面情绪,心情愉快地进行居家学习。

