

树立积极乐观心态 提高网课学习效率

哈尔滨市第一专科医院专家分享心理防疫知识

况很正常。

增加仪式感

进行环境设置,把学习区和休息区分开,最好有独立的书房,远离外界诱惑。

找到学习意义

家长和孩子可以在比较轻松的气氛中交流,帮助孩子找到学习的意义;学习可以使我们的头脑灵活、思维敏捷、了解世界和我们自己。

降低期待值

家长和孩子都应该降低期待值,老师不是专业主播,在网课中出现不尽如人意的情况很正常。

善于发现积极面

家长可以和孩子讨论疫情和疫情防控措施,帮助孩子更好地理解接纳现状。

合理放松学会倾诉

家长首先应该接纳自己的焦虑情绪,这样可以潜移默化地让孩子接纳现阶段暂时不能回学校的情况,降低孩子的焦虑。同时,也需要掌握一些方法帮助自己和孩子合理放松,如:适当运动、与孩子多交流、利用休息时间和孩子一起做家务等。

科学提高学习效率

告诉孩子写作业是有科学依据的,根据艾宾浩斯遗忘曲线原理,最近学习的知识最容易遗忘,所以主动写作业复习是特别必要的,可以巩固新学习的知识。

防疫微课堂



志愿服务暖人心

倡导引导劝导督导 只为“罩”顾好您

香坊区新香坊街道多措并举推动“口罩行动”走深走实

本报讯(吴昌林 记者 刘妹媛)连日来,香坊区新香坊街道新时代文明实践所、站持续开展形式多样的“口罩行动”宣传引导活动,营造全民共筑疫情防控防线的浓厚氛围。

“麻痹思想不能有,常戴口罩勤洗手,戴上口罩两米远,病毒不把你身沾。”街道新时代文明实践所将志愿者制作的原创动画视频广泛发布到工作群及居民微信群内,引导居民养成全民佩戴口罩的文明好习惯。

“大爷,口罩送您一个,别舍不得换,安全第一呀!”在会展社区新时代文明实践站,志愿者们拿着印有“全民戴口罩,你戴口罩的样子真美”的彩色手举牌化身疫情防控宣传员,在辖区内保供门店、重点场所等地进行宣传引导,倡导大家做好自己健康的第一责任人。口罩虽轻,彰显文明;口罩一戴,安全常在。下一步,新香坊街道将继续用实际行动充分发挥好新时代文明实践志愿服务队伍作用。

防控一线,他们个个都是“多面手”

香坊区城管局党员小分队下沉社区战疫一线筑牢防疫屏障

本报讯(刘振东 记者 黄晏君文/摄)

“谢谢你们党员小分队的9名党员,是你们连续多天24小时在一线帮助我们抗疫,你们是14号区域所有居民的主心骨!”27日9时许,香坊区红旗街道新地社区党委书记陆晓辉对下沉到社区防疫的香坊城管局党员小分队郭领、赵宏宇等人激动地说。

11月21日15时,香坊区城管局运输一中心接到支援红旗街道办事处指令。区城管局立即成立了由运输一中心9名党员组成的党员小分队进驻红旗街道新地社区,按要求对该区域人员进行流调和排查。党员小分队负责的14号区域有6栋楼,28个单元,由于当地楼房比较老旧,没有电梯,下沉队员们只能徒步爬楼。穿上防护服,携带消杀等器具逐层逐户排查,并在楼道消杀,一个单元爬上去大家已汗流浹背。最终,9名党员连夜工作,在凌晨按时完成了流调排查任务。

截至11月27日下午,党员小分队已经在14号区域连续坚守了6天6夜。由于24小时轮流上岗,防疫人员人手不足,9名党员每人都身兼数职。他们不仅负责扫码录入、输入核酸信息、楼道消杀,还要承担辖区内居民生活物资的配送、辖区围栏的修补、劝阻行人不要随意走动等任务,哪里有需要哪里就会出现他们的身影。新地社区党委书记陆晓辉对记者说:“区城管局党员小分



党员小分队连夜配送居民生活物资。

队和其他单位下沉到我们社区的干部一起守护着新地社区2768户居民的安全,他们就是社区老百姓的主心骨。”

26日中午,党员小分队队长郭领在接受记者采访时介绍,26日凌晨,他又接到了区指挥部指令,将要去一家隔离宾馆执行防疫任务。他说:“大家都表示要发挥党员的先锋模范作用,发扬城管人吃苦耐劳的精神,一起坚守到14号区域战疫胜利的那一天!”

记者在向他们表达敬意后,也记录下了这9位党员的名字:郭领、赵宏宇、刘昌朕、齐卫东、韩笑、王磊、赵宇鹏、莫朋、唐博。

防疫·攻坚

Fang Yi Gong Jian

抗疫“娘子军”：“就想让大伙儿吃上热乎的饭！”

本报讯(王天驰 崔栋博 记者 王铁军)连日来,五常市山河屯林区干部职工下沉社区共同抗击疫情,辖区内的龙山宾馆也不例外。作为女同志居多的职工下沉队伍,“娘子军”克服困难,在卡口值班、餐饮保障以及客房服务中坚守岗位、勇于担当。

“我们每天准备600份左右的盒饭,这些是给龙南社区的,那些是给医院的,还有咱们民警同志、城管同志和各卡口的工作人员都要一一送到,一天送三顿,他们在一线冲锋陷阵,我们保障后勤。”龙山宾馆经理表示,“虽说我们大多是女同志,但能让大伙吃上一口热乎饭,苦点累点不算啥!”

“别看我们是女同志,在值守中我们可一点不含糊。”负责客房管理的薛丽丽说。从早5时到9时,风尘仆仆的她刚从龙山小区值班卡口回到宾馆,脱下厚重的棉衣换上工作服,又马不停蹄地开始对客房进行消杀。

随着后厨的饭菜出锅,薛丽丽又要和其他工作人员一样,为几百份盒饭盛饭、打菜、打包装箱。她们克服不同的困难,勇挑重担做好后勤保障,她们是不知疲惫、坚守岗位“的女汉子”,也是战“疫”中当仁不让的“娘子军”。

防疫·前行

Fang Yi Qian Xing

为加快推进垃圾分类提供法治保障

市城管局相关负责人就《哈尔滨市生活垃圾分类管理条例》热点问题进行解答(一)

本报记者 霍 亮

● 为什么要制定《条例》?

答:2017年,国务院转发了国家住建部、发改委制定的《生活垃圾分类制度实施方案》,明确要求哈尔滨市在内的46个重点城市先行先试。为推进我市生活垃圾分类工作,2020年市政府出台了《哈尔滨市生活垃圾分类管理条例》,但由于政府规章法律效力有限,不能全面解决生活垃圾分类工作中的诸多问题,按照中央提出的加强生活垃圾分类管理立法工作的要求,结合工作实际,有必要通过制定地方性法规,规范生活垃圾分类投放、收集、运输、处理等活动,为我市加快推进生活垃圾分类工作提供法治保障。

● 《条例》的立法依据是什么?

答:制定《条例》主要依据《中华人民共和国固体废物污染环境防治法》《城市生活垃圾管理办法》《黑龙江省城市市容和环境卫生管理条例》《哈尔滨市城市市容和环境卫生条例》《再生资源管理办法》。重点参考《北京市生活垃圾管理条例》《上海市生活垃圾管理条例》《厦门经济特区生活垃圾分类管理条例》。

● 《条例》的主要内容有哪些?

答:《条例》共七章三十三条,包括第一章总则,第二章规划与建设,第三章分类投放,第四章收集、运输与处理,第五章监督管理,第六章法律责任,第七章附则。

● 《条例》的适用范围是怎么规定的?

答:根据我市实际,《条例》第二条第一款将适用范围限定为本市行政区域内城市、镇的建成区,建成区以外的开发区、园区、旅游风景区,以及其他实行城市管理区域的生活垃圾的分类投放、收集、运输、处理及其监督管理活动。

● 工业固体废物、医疗废物、建筑垃圾是按照生活垃圾管理吗?

答:不是。《条例》第二条第二款规定,工业固体废物、医疗废物、建筑垃圾的投放、收集、运输和处置按照相关法律、法规和有关规定执行。

● 什么是生活垃圾?

答:《条例》第二条第三款规定,生活垃圾是指在日常生活中或者为日常生活提供服务的活动中产生的固体废物,以及法律、行政法规规定视为生活垃圾的固体废物。

● 生活垃圾分类为哪几类?

答:《条例》第三条明确我市生活垃圾分类为可回收

《哈尔滨市生活垃圾分类管理条例》(以下简称《条例》)已由哈尔滨市第十六届人民代表大会常务委员会第二次会议于2022年6月27日通过,黑龙江省第十三届人民代表大会常务委员会第三十五次会议于2022年8月26日批准,该《条例》将于2022年12月15日起施行。

对于这部关系到千家万户和全市机关企事业单位的《条例》,市城管局相关负责人围绕该《条例》出台的背景和公众关心的问题进行了解答。

物、有害垃圾、厨余垃圾和其他垃圾。

● 哪些生活垃圾是可回收物?

答:《条例》第三条第(一)项规定,可回收物是指适宜回收利用的生活垃圾,包括纸类(含饮料纸基复合包装)、塑料、金属、玻璃、织物等。

● 哪些生活垃圾是有害垃圾?

答:《条例》第三条第(二)项规定,有害垃圾是指《国家危险废物名录》所列的生活垃圾中的危险废物,包括居民日常生活中产生的废荧光灯管、废含汞温度计、废含汞血压计、电子类危险废物、废药品、杀虫剂和消毒剂及其包装物、废油漆和溶剂及其包装物、废矿物油及其包装物、废胶片及废相纸、废铅蓄电池、废镍镉电池、废氧化汞电池等。

● 哪些生活垃圾是厨余垃圾?

答:《条例》第三条第(三)项规定,厨余垃圾是指易腐烂的含有机质的生活垃圾,包括家庭厨余垃圾、餐厨垃圾、其他厨余垃圾。

● 哪些生活垃圾是其他垃圾?

答:《条例》第三条第(四)项规定,其他垃圾是指除可回收物、有害垃圾和厨余垃圾之外的生活垃圾。

● 我市生活垃圾分类管理的原则是什么?

答:《条例》第四条明确我市生活垃圾分类管理坚持党委领导、政府主导、社会协同、全民参与、科学规划、城乡统筹、因地制宜、综合利用的原则。

● 各级政府对生活垃圾分类管理承担什么职责?

答:《条例》第五条明确了市、区、县(市)人民政府职责。市人民政府统一领导生活垃圾分类管理工作,将生活垃圾分类工作纳入本市国民经济和社会发展规划,确定生活垃圾分类管理目标,建立生活垃圾分类工作协调机制,统筹设施规划布局,保障资金投入。区、县(市)人民政府负责组织实施本辖区生活垃圾分类管理工作,建立生活垃圾分类工作协调机制,制定生活垃圾分类管理

措施,落实市人民政府确定的生活垃圾分类管理目标,保障资金投入。

● 生活垃圾分类管理政府各部门职责分工是如何规定的?

答:《条例》第六条明确了市、区、县(市)市容环卫部门对本市生活垃圾分类管理工作的综合协调、统筹规划、指导监督和检查考核,并组织实施本条例的职责,区、县(市)市容环卫部门对本辖区生活垃圾分类工作的协调、指导、监督和管理等职责,以及生态环境、商务、住房和城乡建设、教育等部门做好生活垃圾分类管理相关工作职责。《条例》第十一条明确了市、县(市)商务、生态环境、市容环卫等部门将生活垃圾分类管理纳入城乡固体废物分类治理专项规划的职责。《条例》第十二条明确了市、区、县(市)市容环卫部门制定厨余垃圾和其他垃圾处理设施建设计划并组织实施的职责及市生态环境部门制定有害垃圾处理设施建设计划并组织实施的职责。《条例》第十三条明确了商务部门制定再生资源回收网点规划的职责。

● 街道办事处、乡镇人民政府承担哪些生活垃圾分类管理职责?

答:《条例》第七条第一款规定,街道办事处、乡镇人民政府负责推进本辖区生活垃圾分类工作,落实生活垃圾分类日常管理措施,指导社区居民委员会、村民委员会组织动员辖区内单位和个人参与生活垃圾分类工作。《条例》第十八条第三款规定,街道办事处、乡镇人民政府应当对本辖区内生活垃圾分类投放管理责任人履行管理责任情况进行监督。

● 社区居民委员会、村民委员会在生活垃圾分类管理中应当做什么工作?

答:《条例》第七条第二款规定,社区居民委员会、村民委员会应当协助街道办事处、乡镇人民政府做好宣传、动员工作,组织、指导居民分类投放生活垃圾。

● 谁应当承担生活垃圾分类投放义务?

答:《条例》第八条第一款规定,单位和个人应当承

担生活垃圾分类投放义务,依法履行生活垃圾产生者责任。

● 机关、事业单位在生活垃圾分类工作中应当起什么作用?

答:《条例》第八条第二款规定,机关、事业单位等应当在生活垃圾分类工作中起示范带头作用。

● 如何加强生活垃圾分类的宣传教育?

答:《条例》第九条规定,市、区、县(市)人民政府及其有关部门、街道办事处、乡镇人民政府和群团组织应当加强生活垃圾分类的宣传教育,新闻媒体应当开展生活垃圾分类知识的公益宣传,学校应当将生活垃圾分类纳入教育内容,组织开展生活垃圾分类知识普及、教育和实践活动。

● 如何投诉举报违反生活垃圾分类管理规定的行为?

答:《条例》第十条第一款明确了任何单位和个人均有权对违反生活垃圾分类管理规定的行为进行投诉举报的权利。《条例》第十条第二款明确了建立投诉件举报受理制度及调查处理流程。

● 对新建、改建或者扩建住宅、公共建筑、公共设施等建设工程的生活垃圾分类收集设施配套建设是如何规定的?

答:《条例》第十四条规定,新建、改建或者扩建住宅、公共建筑、公共设施等建设工程,应当按照国家标准配套建设生活垃圾分类收集设施,并与主体工程同时设计、同时施工、同时投入使用。

● 谁是生活垃圾分类投放的责任主体?

答:《条例》第十六条第一款明确了产生生活垃圾的单位和人是生活垃圾分类投放的责任主体。

● 生活垃圾应当如何投放?

答:《条例》第十六条规定,产生生活垃圾的单位和人应当将生活垃圾分类投放至相应的收集容器,可回收物可以交售至再生资源回收服务点。体积大、整体性强或者需要拆分再处理的家具、家电等大件可回收物,应当预约回收单位上门收集。

● 如何进行生活垃圾分类投放管理?

答:《条例》第十七条规定,生活垃圾分类投放实行管理责任人制度。