

众志成城 同心抗疫

窦建华:守护疫情期间心理健康“绿码”

□本报记者 王利平

11月11日,通辽市出现新一轮疫情,主城区实行临时管控,所有小区进行临时封控,所有机关、企事业单位居家办公,所有市场主体、经营场所全部暂停营业,中小学、幼儿园开展线上教学,高校及中等职业院校实行封闭式管理。

窦建华是一名专职心理咨询师,也是通辽心理咨询师协会秘书长。作为经验丰富的心理咨询师,她第一时间想到的是如何在疫情期间为更多的人提供心理疏导服务。“疫情来得突然,大家生活节奏被打乱,有的居家办公、有的居家上网课,很多老年人没有了户外运动交流的空间,还有很多居家隔离管控人员要进入一种封闭的生活状态,情绪受到不同程度的影响是人之常情。”

为了能够有效地帮助更多人解决情绪问题,窦建华积极联系通辽心理咨询师协会相关人员研究对策;招募

心理咨询师志愿者并组织培训,开展居家期间群众情绪疏导工作;向通辽市卫健委主动请缨参与隔离人员情绪疏导;组织面向咨询师和普通市民的疫情心理疏导公益课等。

本轮疫情发生后,通辽心理咨询师协会共招募33名咨询师志愿者,时刻准备到相关群组中做心理疏导工作。为320名专业心理咨询师人员进行心理危机干预线上公益培训,有效地提升了大家的危机干预专业水平。同时,面向群众,每天开设一次疫情心理疏导公益课,在多个微信群里并机直播,开播10天来,受益者达到1.2万多人次。面对隔离人员和社区群众,咨询师志愿者就近提供心理疏导服务。

早在2020年初,窦建华就响应市委、市政府的号召,代表协会开通了疫情危机干预公益热线,当年直接服务

300多人次,间接服务1.3万多人次。2020年2月13日,为应对霍林郭勒市新冠肺炎疫情,通辽心理咨询师协会成立了心理危机干预小组,组织了为期20天的电话危机干预活动,因此荣获了内蒙古心理学会抗击疫情先进单位荣誉称号。

近三年来,通辽心理咨询师协会通过心理援助热线平台,为有心理援助需求的群众提供各类心理咨询服务,并培训了270多名心理咨询热线志愿者,不断锻炼和提高志愿者的心理服务水平,为全市的社会安全稳定和健康发展作出了应有的贡献。

心理健康服务是疫情防控工作的重要一环。窦建华与其他心理咨询师志愿者们在人民群众需要的时候挺身而出,一起疏导群众焦虑恐慌情绪,传递温暖与关怀,以专业力量为战胜疫情筑起了心理健康“防护墙”。

科区民政局志愿者助力包联社区做好核酸检测工作

本报讯(记者 郝曦晖)为进一步巩固疫情防控成果,按照科尔沁区委、区政府安排部署,11月20日,科尔沁区民政局组织了59人参加的核酸采样志愿队,深入铁路街道天桥社区、二六八社区、枫景社区和民主桥社区开展核酸检测工作。

晨曦初露,当大家还在甜蜜的梦乡时,科尔沁区民政局核酸采样

志愿者们从各自的家中奔赴到包联社区,迅速转变角色,穿戴好防护用品,两人一组到各个采样点和行动不便的居民家中入户开展核酸采样工作。他们虽然不是专业团队,但党员干部们用有序、高效的工作能力和作风展现了民政人的风采和担当,为人民群众筑起一道坚固的疫情防控“绿色防线”。

战“疫”一线 扎旗文旅人以“艺”抗疫

本报讯(记者 王欢)近期,扎鲁特旗文旅局按照疫情防控指挥部要求及时部署、主动作为,认真贯彻落实各级有关疫情防控最新要求,迅速组织文旅系统全体干部下沉到抗疫一线,文旅系统广大党员坚决扛起疫情防控政治责任,奋勇冲在疫情防控第一线,在急难险重任务中作表率、当先锋,让党旗在基层一线高高飘扬。

另外,文旅人在奔赴一线的同时,立足本职,以“抗疫”为主题,充分发挥文艺特长开展主题

创作,以不同艺术形式歌颂无私奉献的奉献精神,展现战“疫”一线的感人事迹,用文化力量、艺术担当,鼓舞士气、振奋精神,为抗击疫情贡献文艺力量。截至目前,已创作好来宝作品《自觉防疫好疫情》《携手并肩共抗疫情》《齐心协力抗击疫情》《抗击疫情》等,《白衣天使》《祝愿大家平平安安》等版画、国画作品,进一步增强了大家打赢疫情防控阻击战的信心和决心,起到了“战斗员”和“宣传员”的作用。

包联单位同心抗疫勇担当

□本报记者 周静

近日,通辽市出现新冠肺炎确诊病例后,各社区包联单位迅速行动,组织人手赶赴社区,主动扛起防疫重任。

排队时,老人忽然摔倒……

11月11日,疫情发生后,施介街道平安社区包联单位科尔沁区住建局第一时间组织党员干部,来到平安西社区,协助社区共同做好疫情防控工作,推动各项防控措施落细、落实。在开展全员核酸检测过程中,有一位老人突发身体不适,险些摔倒,幸好被在一旁维护现场秩序的包联单位工作人员一把扶住。经询问,老人说自己患有“三高”,当天下楼时没有多想,但此刻感觉体力不支,已经无法自行行走。正在现场的施介街道与科尔沁区住建局工作人员在了解情况后,立即安排医务人员对老人进行初步身体检查,确认并无大碍后,及时协调了一辆轮椅,护送老人回家。由于老人家住的楼层较高,没有电梯,楼梯狭窄,坡度陡,只能抬着轮椅小心翼翼地一步步挪上去,当大家把老人安全送回家时,已累得满头大汗。

感谢有你,暖心好大哥

突发的疫情,一夜之间,让我们的城市变得安静,在这紧要关头,施介街道平安南社区全体工作人员、街道包联干部拧成一股绳,冲锋在前线。

他们在连续7天的全员核酸检测工作中,各司其职,配合默契。尤其是包联干部周赛

举,已近50岁,患有严重腰间盘疾病,不顾自身安危,忍着病痛,协助社区做好取送物资、搭帐篷、后勤保障、装箱转运等各项工作。特别是看到有的居民来不及下楼做核酸,他主动拿着小喇叭在小区内逐栋楼一遍又一遍喊居民做核酸。腰疼得受不了时,他就贴上热敷贴,坚持继续奋战在岗位上。

与社区拧成一股绳

面对通辽市突如其来的疫情,施介街道博艺社区的包联单位通辽市退役军人事务局和科区退役军人事务局全体党员干部职工把群众的生命安全和身体健康放在第一位,配合社区疫情防控工作。

他们严格按照工作流程要求,负责对出入社区的车辆、人员逐一进行临时出入证查验、信息登记,扎实做好疫情监测、排查和预警等工作。同时,还当好疫情防控宣传员,广泛宣传防疫知识,增强群众自我防护意识,科学佩戴口罩,注意保持1米社交距离。

“社区有需要,群众有困难,我们就应该主动站出来,这是我们作为包联单位的责任和义务。”面对此次突如其来的疫情,各包联单位下沉社区工作人员充分发挥了示范带动作用,与社区工作人员团结一心,用生命守护生命,用真情凝聚人心,全力以赴奋战在疫情防控第一线,交出了一份有力度更有温度的疫情防控暖心答卷。

倡导光盘净餐桌 吃不了最好“兜”着走

光盘行动 驰而不息



本报讯(记者 康桂君)“服务员,打包!”11月20日中午,在科尔沁大街西段田园餐厅,在用完餐离开的时候,市民陈恒叫服务员拿来餐盒,将剩菜打包。“我们经常来这里吃饭,吃不完的,会打包带回家。”陈恒说。采访中记者发现,随着“文明餐桌”宣传的持续广泛,如今,剩饭打包成了文明用餐的“标配”。

长久以来,市民请客吃饭习惯讲究面子,菜要好,饭要足,点菜并非按需而行,3个人吃饭,起码点4个人的菜,吃不完不要紧,不然就没面子。而通辽的饭店普遍菜量大,菜肴经常吃不完,总不好意思打包,认为在客人或朋友面前打包没面子。

“正因为很多人吃饭要面子,点菜量超过实际所需,每天都产生大量的餐厨垃圾,造成粮食资源的巨大浪费。”通辽市市场监督管理局相关负责人介绍,今年以来该局开展了“科学用餐遏制餐饮浪费”主题专项行动,要求各餐饮单位加强公务接待、会议、培训、宴会等集体用餐管理,将科学供餐理念贯穿到餐饮经营的全过程,从“刀尖”抓起,减少原料的浪费,降低餐厨垃圾产生量。鼓励餐饮服务单位多推出“半份菜”“半份饭”,主动提醒顾客“适量点餐、剩餐打包”,在菜单上标明食材份量,在套餐上注明建议消费人数。鼓励餐饮协会从行业自律角度发布倡议,引导各餐饮服务单位切实履行社会责任,在顾客点餐时进行避免浪费的提示。

通辽市市场监督管理局相关负责人呼吁,消费者要身体力行,传承传统美德,做到合理消费,文明用餐,科学饮食。

一份盒饭让出浓浓警民情

本报讯(记者 李晶)在这场没有硝烟的战役中,温暖瞬间随时随地上演。在寒冷的冬夜里,饥肠辘辘时,一份热腾腾的盒饭,让刘师傅(化名)从舌尖一直暖到心里。

11月16日,由于疫情防控需要道路封控,刘师傅从赤峰市运送物资进开鲁,因未及时了解相关消息,导致其暂时滞留在大车滞留区,由于事先毫无准备,他已经准备好饿肚子了。当晚,开鲁县公安局环食药侦大队正在开展街面巡逻,执勤民警小薛与刘师傅交流过程中,了解到这一情况,便随手将自己刚领到的盒饭和矿泉水送给了老刘。

“快趁热吃吧,还有什么困难及时反映,我们一定全力解决。也请您克服一下暂时的困难,积极配合,让我们一起努力,争取早日取得这场战役的胜利!”小薛真诚的行动和话语,让来自异乡的老刘甚为感动,不由竖起了大拇指。

一份盒饭,一瓶矿泉水,一句关怀的话,此时此刻显得格外珍贵和温馨。此次疫情防控阻击战打响后,开鲁县公安局环食药侦大队全体辅警恪尽职守,昼夜奋战在抗疫一线,用实际行动诠释了忠诚担当,全心全力护卫着人民群众的平安健康。

科左中旗拘留所 筑牢疫情防控线

本报讯(通讯员 包全喜 特约通讯员 吴立新)科左中旗拘留所按照局党委统一部署,再次实行封闭执勤模式,全面落实疫情防控各项措施,全力打赢疫情防控这场仗、硬仗。

“一盘棋”抓统筹。统筹安排警力,第一时间落实AB班全封闭执勤模式运行。统一食宿和管理,严把食品采购关,所有进所物品一律进行消杀,确保绝对安全。

“一张网”抓防控。对全体在押人员及民辅警每日进行核酸检测一次,严守拘留区大门,拘留所内除工作人员以外任何人员、车辆、物品不予入内,坚决做到全链条发力,切实把疫情阻挡在高墙之外。

“一股劲”抓学习。加强战时思想政治工作,在封闭期间自主学习党的二十大精神,以及各项规章制度和法律法规,展现左中公安良好的精神风貌。



学习宣传贯彻党的二十大精神

二十大精神我来“写”



为深入学习宣传贯彻党的二十大精神,11月22日,奈曼旗白音他拉苏木开展“学习贯彻党的二十大精神——我来写”活动,摘选党的二十大精神中的部分金句进行书法创作,用书法艺术的形式学金句、写金句、悟金句,以实际行动践行党的二十大精神。

活动现场,党员群众、嘎查村书法爱好者、新时代文明实践志愿者20余人在白音他拉苏木新时代文明实践所共同书写党的二十大精神金句,大家用笔墨传情,在感受传统书法艺术魅力的同时,领悟金句蕴含的精神和思想内涵。

通过此次学习,让党员群众感受传统文化的同时深刻领悟党的二十大精神的金句内涵,感悟习近平总书记的大国情怀、为民情怀,汲取奋进力量。

李程楠 摄

“检消”协作 多点聚焦 科区探索消防安全联合监管新模式

本报讯(记者 郝曦晖 通讯员 白玲)为切实加强消防行政执法与公益诉讼检察协作配合,以法治手段推进消防安全治理体系和治理能力现代化,全面提升科尔沁区消防安全管理水平,11月22日,科尔沁区消防救援大队与科尔沁区人民检察院召开公益诉讼检察保障消防安全联合协作联席会。

会上,双方领导针对辖区存在的消防车通道占用、电动自行车违规充电、自建房安全隐患多、小区物业管理单位消防安全主体责任落实不到位等共性问题,围绕如何加强消防行政执法与公益诉讼衔接,强化消防安全监督管理职责,共同推动消防安全责任落实,构建社会化消防格局等方面进行了积极的讨论交流,并达成一致共识。

下一步,科尔沁区消防救援大队与科尔沁区人民检察院将持续完善“检消”协作配合机制,打造“检察监督”+“消防监管”+“安全治理”新模式,充分发挥“检消”协作配合优势作用,通过定期会商交流研讨,共同研究重大疑难复杂问题,破解消防安全责任落实难题。

周艳霞:“蒸”出好日子

□初佳宁

按农村的老习惯,眼下又快到了“猫冬”的时候。然而,奈曼旗土城子乡东龙沟村周艳霞家里却迎来了繁忙的时候。走进周艳霞家,黄米面、红豆馅,一双手正在蒸屉上飞舞着,周艳霞正忙的热火朝天,一旁的桌子上摆满了冒着热气的粘豆包,黄澄澄的粘豆包飘出香气惹人垂涎。

以种地为生的周艳霞一直在琢磨家庭增收的“门路”,她考虑了很多方向,但小时候家人围坐一起包包包的热闹场景一直让她记忆犹新,她特别想把这份幸福、团圆的滋味传递下去。一次偶然的机会,她在“抖音”“快手”上得知有不少人喜欢农村的粘豆包,正好自己会这手艺,还能在农闲时多一份收入,于是她便开始制作粘豆包。

销售初期,因为没有知名度,客户订单量又小,周艳霞承受了很大的压力,也受了很多委屈,但她没有放弃。她尝试了各种各样的办法,坚持每天发朋友圈、做

短视频、主动上门,送给亲戚朋友邻里品尝,随着大家对粘豆包口感的认可,顾客们口口相传,加之豆包质量的可靠,慢慢的周艳霞有了不少客户。

小小粘豆包,包裹着家乡的味道,更解锁了周艳霞人生的“新篇章”。

产品好不好,一吃就知道。周艳霞粘豆包的好口碑,离不开她的用心制作,周艳霞做的粘豆包在土城子乡集市、周边乡镇市场、商店、网上已经有了不小的名气。在网上,周艳霞将粘豆包销往全国各地,最近卖到了深圳,小小粘豆包,铺就了周艳霞的致富路。周艳霞用老味道“包”住了乡愁,“粘”牢了市场。去年一个冬天,她就生产销售了10万斤左右的粘豆包和年糕,销售额达到10多万元。

这让周艳霞更坚定了信心。“东龙沟是我的家,致富不能忘大家。”这两年周艳霞的订单量越来越多,她希望和村民一起制作粘豆包,共同奔向好生活,“蒸”出好日子,“蒸”出新希望。