

阅读、练字、跳绳、做瑜伽、做家务……

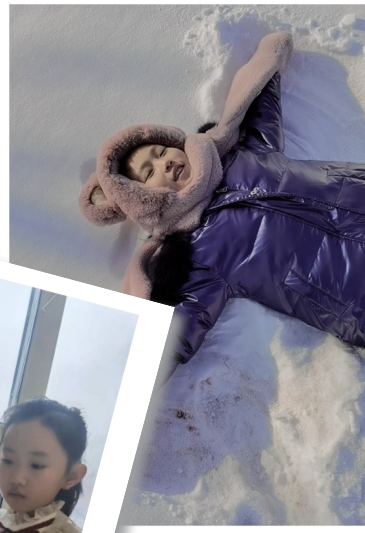
## 冰城宅家娃 晒出多彩

## 寒假生活

生活报讯(实习生 郭佳鑫 记者 吕晓艳)哈尔滨中小学校1月份以来就进入了寒假模式,没有假期补习任务的宅家娃都在干些啥?阅读、练字、跳绳、做瑜伽……近日,记者记录下了宅家女娃们丰富多彩的假期生活。



徐佳欣



刘尚瑜

### 哈师范附小五年级刘尚瑜: 做家务、烤糕点 每周看两部经典纪录片

期末考试结束了,哈尔滨市师范附属小学五年十二班的刘尚瑜同学迎来了寒假生活,这个假期,她给自己安排得非常充实。刘尚瑜每天都要做家务,洗碗擦地,感受父母平时的辛苦。每天的40分钟户外运动也必不可少,比如跳绳、跑步。

爸爸妈妈根据小尚瑜的学习情况,决定让她在假期里练习硬笔书法和口算。刘尚瑜每天要写一页硬笔书法、一页口算,口算大约是40道题。如果做错了,需要适当补做,还有古诗词的背诵积累。以及观看学校微信公众号里的“附小课程”,乐享语文和灵动数学。学习之余她还不忘学做点心,自己

动手烤出来的糕点真香呀!

聊起阅读书籍,这两天刘尚瑜在看《丁丁历险记》,她被丁丁的善良热心、勇敢智慧所感动,想要向丁丁学习。她还看了纪录片《国家宝藏》,边看边为我们国家悠久的历史自豪,“我们的古人太有智慧了!”

刘尚瑜还完成了学校大队部布置的以“赏冰乐雪”为主题的实践作业,拍了不少冰雪的照片,感受家乡冰雪的魅力。

此外,刘尚瑜的父母还向她推荐了“电影之夜”,每周有两晚用投影仪观看《中国》、《国家宝藏》等经典纪录片,通过纪录片了解中国。

### 哈师范附小五年级李佳璇: 每天跳绳五百下 爬两次16楼楼梯

哈尔滨市师范附属小学五年五班李佳璇的寒假也很丰富多彩,她做了各类详细的计划,包括学习计划、家务劳动计划、阅读计划和运动计划。

关于学习计划,寒假作业是学校布置的两本作业,背诵古诗词,如《滕王阁序》《小石潭记》。为此李佳璇的父母设置了奖惩机制,比如累计完成计划的当天内容,可以兑换成奖励,购买她喜欢的文具或玩具。而她喜欢的绘画在假期里也必不可少,动漫和水彩画都是她的长项。

在阅读方面,李佳璇已经开始读五年级的推荐书目了,包括《鹰巢之谜》、《少年变形记》、《青少年百科全书》等。父母还在书店给她买了一些经典名著,如“四大名著”、《简爱》、《骆驼祥子》等。最近,李佳璇正在读《列那狐的故事》,这本书是由法国的吉罗夫人

所写,从列那出生一直写到列那辞世,故事生动有趣。李佳璇告诉记者,她最喜欢的桥段是经典的列那偷鱼,讲述了列那为了一家人而出去偷鱼来维持生活,能看出列那是一个好父亲,却又是一个奸诈的小偷,他聪明狡猾,不过也常常会中别人的计。“这个�故事告诉我们许多道理,比如做人不应该太贪心,不然善恶到头终有报。”李佳璇感到受益匪浅。

李佳璇还制定了家务劳动计划,做早餐、扫地、刷碗、洗小件的衣服、浇花。她每天起床叠被子收拾书桌,收拾自己的衣服鞋帽,负责喂猫和给猫打扫卫生,偶尔还出门帮助父母买菜、取快递。

她的运动计划也在认真实践着,每天跳绳五百下、爬两次16楼楼梯、做瑜伽,每周还有一次线上的室内体能课,让自己快速提高体能。



李佳璇

### 东湖路学校三年级徐佳欣: 练字、读书 独立制作液体沙漏

东湖路学校小学三年级徐佳欣同学的假期充实而快乐,她不仅按时完成假期作业,自己动手做了小制作,还进行了体育锻炼。

老师留的寒假作业有每天练字、阅读、口算、做三年级上册的练习题。为此徐佳欣同学制定了详细的假期计划时间表,并且能严格按照时间表执行。她每天写一课三年级上册字帖,计时五分钟三十道混合口算、四道竖式计算的口算,都能很好的完成。

每天都有30分钟的亲子阅读时间,父母陪徐佳欣一起阅读《小卖部门前的七只猫》。徐佳欣深有感触,更加明白要关爱每个小动物的生命,每个生命都值得被守护。

另外还有实践活动,徐佳欣选择独立制作液体沙漏。需要的材料有透明的水瓶、吸管、颜料、热熔胶棒。她给记者介绍道,首先准备两个透明瓶子,取下瓶盖,粘在一起。在瓶盖中间打两个小孔,放入两根吸管,吸管放进去一端长一端短。然后在瓶子里加入水,拧好盖子把两个瓶子组合在一起,液体沙漏就完成了。制作成功的液体沙漏可以用来计量时间,让孩子更有时间观念,制作的过程中还可以让孩子明白一些科学的小知识。徐佳欣最爱玩的其实还是雪,今年冬天的大雪给她带来了无限乐趣。

## 沁沁园园 茶庄 普洱茶

疫情不挡茶香,冬季来临,茶来袭。  
沁园茶庄疫情期间推出几款特惠古树茶。  
普洱生茶:  
邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

邦戴纯料古树茶、临沧南迫古树茶、易武正山老树茶饼、老班章普洱茶、布朗山纯料饼、乔木青饼、大雪山生饼、千家寨古树茶。  
普洱熟茶:  
班章金毫、南糯山七子饼、宫廷贡饼、景迈老树茶、07宫廷散、勐海大叶散、糯香小沱。

## 哈尔滨市通报23日疫情

生活报23日讯(记者张立)今日,哈尔滨市人民政府新闻办公室举行疫情防控第十四场新闻发布会,通报哈尔滨市最新疫情防控情况。

1月23日18时,哈市新增新冠肺炎确诊病例3例,无症状感染者11例。其中,新增的3例新冠肺炎确诊病例和10例无症状感染者,均是在集中隔离医学观察中,通过“应检尽检”核酸检测发现,为正大实业的关联病例(其中8例为正大实业员工,3例为正大实业无症状感染者员工家属,2例为正大实业已确诊病例同单元邻居)。

**确诊病例1:**唐某某,女,34岁(为“1月21日无症状感染者29林某某”的妻子),现住利民开发区利业镇玉林村宛家屯,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎确诊病例。

**确诊病例2:**刘某某,女,48岁,现住利民开发区江霍华府三期,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎确诊病例。

**确诊病例3:**石某某,男,50岁,现住利民开发区对青山裕田村后裴家屯,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎确诊病例。

**无症状感染者1:**孙某某,女,48岁,现住利民开发区裕田街道谭家甸,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者2:**于某某,女,53岁,现住呼兰区双井镇新兴村振兴屯,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者3:**滕某某,女,48岁,现住利民开发区江霍华府二期,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

基因测序结果显示:

## 哈尔滨利民开发区、松北区和呼兰区的病例均与望奎同源

生活报23日讯(记者张立)今日,哈尔滨市政府新闻办公室举行疫情防控第十四场新闻发布会,通报了哈尔滨病例的溯源情况。

据介绍,经过紧张的流调溯源,密接排查和基因测序工作,哈市已确诊病例传播源头和传播链条清晰。

**(一)黑龙江正大实业有限公司病例情况**

当前,黑龙江正大实业有限公司发生的聚集性疫情,传播链条清晰,之

前和今天发布的全部病例均为该企业已确诊病例或无症状感染者的关联病例。对部分病例标本进行了基因测序,结果显示与望奎病例同源。

**(二)北京返哈病例情况**

确诊病例汤某于1月13日乘坐北京至哈尔滨的Z17次列车返哈。病例自2020年10月一直在北京与儿子共同居住生活,2021年1月18日接到北京居住地社区通知,其儿子核酸检测结果为阳性,被北京当地

染者。

**无症状感染者4:**孙某某,男,30岁,现住利民开发区名流新城(为“1月20日无症状感染者15张某某”的儿子),按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者5:**杨某某,男,14岁,现住利民开发区乐业镇正大养鸡场职工宿舍(为“1月22日确诊病例4杨某某”的儿子)。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者6:**尹某某,女,9岁,现住呼兰区乐水街新华小区(为“1月22日无症状感染者4鞠某某”的女儿)。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者7:**袁某某,女,51岁,现住利民开发区集奎城小区,正大食品有限公司员工。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。

1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者8:**刘某某,女,69岁,现住利民开发区利业街道玉林村宛家屯(为“1月21日无症状感染者29林某某”的母亲)。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者9:**严某某,男,38岁,现住呼兰区兰河街道幸福小区。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者10:**赵某,女,14岁,现住呼兰区兰河街道幸福小区。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

**无症状感染者11:**张某某,女,35岁,现住香坊区建成家园。按防疫要求,参加“应检尽检”核酸检测,结果为阳性。由120救护车转运至定点医院。1月23日,诊断为新冠肺炎无症状感染者。

观察,生命体征平稳。哈市建议,发扬全市上下团结一心、合力抗疫的可贵精神,坚持一周左右暂时居家,非必要,不出门,不聚会,不聚集,做好个人防护措施,筑牢疫情防控防火墙。当前,哈市各级防疫人员,正在加班加点,废寝忘食的进行流调和密接排查,争分夺秒和时间赛跑,请市民继续积极配合,提供真实、准确的信息,共同为坚决阻止疫情的传播和扩散做出应有贡献。



想了解详情  
可扫二维码

## 哈尔滨市公布 22日确诊病例及无症状感染者轨迹

生活报23日讯(记者张立)今日,哈尔滨市卫健委公布了1月22日9例确诊病例及5例无症状感染者涉及主要活动场所。

**确诊病例1:**孙某某,男,23岁。现住利民开发区南京路常青家园。1月6日-17日,每天18时、次日早6时从家出发去单位上夜班,乘坐呼兰9路公交车自区政府站至正大集团站往返。1月18日,18时到小区楼下取快递后回家。

**确诊病例2:**吴某某,女,52岁,现住呼兰区腰堡街道水师村。1月7日-17日,每天6时、19时乘坐通勤车上下班。1月18日,6时步行到水师村佳春超市购物。

**确诊病例3:**陆某某,女,51岁,现

住利民开发区裕田村大王屯。1月7日-18日,每天骑车上下班。1月17日,11时乘坐私家车到呼兰区艺剪坊理发。16时乘坐私家车至中心药店买药。

**确诊病例4:**杨某某,男,37岁,现住乐业镇正大养鸡场职工宿舍。1月8日-20日,在养鸡场工作。期间:1月13日,驾车到兰西县接孩子。1月16日,驾车到乐业镇接妻子一同前往乐业镇集市购物。

**确诊病例5:**孙某某,女,30岁,现住利民开发区裕田小区。1月7日,13时在南京路大宝全猪馆用餐,15时到酷米便利店购物。1月8日,17时到宝丰医药连锁(裕田店)购物。1月9日,6时到酷米便利店购物,16时到呼兰区四道街名都晓荷塘主题火锅就餐。1月10

日,7时到家楼下超市购物。8时乘坐私家车到呼兰区中心市场购物,10时到市场旁佳焙西点、辣小丫、蜜雪冰城购物。1月11日,18时到彩虹超市购物。1月12日,6时到酷米便利店购物,9时到兄弟果业、志杰果业(润恒水果批发市场)购物。1月13日-17日,多次到酷米便利店购物。其中,分别在13日17时,15日17时,16日12时,到宝丰医药连锁(德承店)购物;到宝丰医药连锁(裕田店)购药;李记小羔羊海鲜烧烤用餐。

**确诊病例6:**张某某,男,48岁,现住乐业镇正大养鸡场职工宿舍。1月7日,乘坐私家车到岳父家(利民开发区利民镇利民村张户屯);后到海宁皮革城2楼、4楼购物。1月9日-20日,乘

私家车上下班。

**确诊病例7:**孙某,男,31岁,现住呼兰区金色人文小区。1月7日-18日,乘私家车上下班。期间:1月10日,乘私家车到金安国际购物。期间,在吉野家吃饭,去中央商城马卡儿童装购物。1月15日,19时乘私家车到亲属家(呼兰区开发五号楼)。17时去比优特超市购物;18时前往亲属家(呼兰区开发五号楼)。

**确诊病例8:**祝某某,1月17日,被诊断为新冠肺炎无症状感染者,1月22日,转为新冠肺炎确诊病例。

**确诊病例9:**詹某某,1月20日,被诊断为新冠肺炎无症状感染者,1月22日,转为新冠肺炎确诊病例。

声明 注销  
通知 寻人  
业务办理电话  
89682777  
15504651777