

投递前多轮消杀 营业场所每天消毒

我省多数快递企业春节不打烊

生活报讯(记者仲亮)在疫情防控的形势下,网购成为居民购买生活用品的重要渠道,但最近有市民反映,网购的商品迟迟收不到,是什么原因?当前国内国际快件在派送前都有哪些消杀工作,是否安全?春节期间能否正常收发快递?针对市民广泛关注的问题,28日,在全省疫情防控工作第69场新闻发布会上,省邮政管理局副局长姚伟明进行了解答。

提倡无接触方式进行派送

据介绍,目前按照全省不同地域疫情防控管控措施要求,绥化全境、哈尔滨呼兰区、大庆肇州县、齐齐哈尔昂昂溪等地快递网点处于停业状态。此外,全省还有一些地区车辆通行受限、部分小区实行严格封闭管控措施,给邮件快件运输、车辆通行和末端投递带来了困难。

这段时间,邮政管理部门一直在积极沟通协调,争取政策,打通堵点。经过争取,越来越多地方的快递小哥在做完核酸检测后,陆续回到工作岗位,恢

复邮件快件的末端投递服务。省邮政管理局为10余家快递企业开具了《群众生活必需企业资质证明》,为企业持续运营背书支撑。目前,全省已有3000余名从业人员接种完新冠疫苗。

在快递末端服务方面,管理部门要求在投递前,投递人员要与收件人电话联系,确定交接方式,投递过程中与收件人保持安全距离,提倡使用智能快件箱(信包箱)等无接触方式进行派送,在疫情封闭小区要投递到卡点委托转交。

一件快递要经多道消杀关

据介绍,邮政管理部门始终坚持“人、物、环境”三者同防的原则,国家邮政局根据疫情变化和行业特点已经制定完善下发了六版《疫情防控期间邮政快递业生产操作规范建议》,对于邮件快件消杀,场地、车辆、设备等的消毒,从业人员的防护都做出明确细致要求,尤其对于邮件快件消杀按照风险等级做出严格规范,每个入口环节和邮件快件投递前都要彻底消杀,国际邮件快件

还要通风放置足够时间才能进入下一步处理程序。一件快递到达收件人手中已经经过几道消杀关,企业的营业场所每天都会进行场地、设备、车辆等进行消毒,对冷链、国际进口和国内中高风险地区消毒和检测会加大频次,1-4小时进行一次。

姚伟明表示,尽管消杀很彻底,但还要提醒广大市民,收到邮件快件最好做消毒处理,去除外包装后及时洗手。

邮政、顺丰等春节“不打烊”

据介绍,目前,经向企业了解,我省邮政、顺丰、京东、韵达、中通、申通、百世、德邦、极兔等主要品牌企业均在官方网站公布了春节期间快递服务运营安排,多数企业在春节期间保持正常运营,能够满足广

大用户节假日期间的寄递服务需求,各品牌快递企业也将根据疫情防控最新要求适时调整服务项目和范围,同时也将督促企业提高服务质量,为广大群众持续提供优质便捷的快递服务。

我省27日疫情通报

生活报讯(记者仲亮)28日,在全省疫情防控工作第69场新闻发布会上,省卫生健康委员会二级巡视员刘彦诚通报了我省新冠肺炎疫情情况。

2021年1月27日0-24时,黑龙江省新增确诊病例28例,分布在绥化市望奎县17例,其中的5例是由无症状感染者转为确诊病例;哈尔滨市呼兰区7例;哈尔滨市利民开发区4例。

当日新增无症状感染者8例,其中,哈尔滨市呼兰区3例、绥化市望

奎县3例、哈尔滨市利民开发区1例、哈尔滨市香坊区1例。

当日全省治愈出院确诊病例18例,解除无症状感染者医学观察6例。无新增疑似病例和死亡病例。

从1月10日绥化市望奎县出现病例开始,截至1月27日24时,本轮疫情全省现有确诊病例496例,其中,危重型1例、重型26例、普通型319例、轻型150例;现有无症状感染者526例。

如何保持居家身心“双健康” 专家这样解答

生活报讯(记者仲亮)眼下,怎样提高居家期间的生活质量,保持身体和心理的“双健康”?针对市民关注的问题,28日,在全省疫情防控工作第69场新闻发布会上,哈尔滨医科大学附属第二医院内分泌科主任医师、博士生导师乔虹表示,要保持作息规律,合理膳食均衡营养,增强免疫力和抗病毒能力。

居家期间如何合理膳食?

乔虹表示,食物要多样化,包括谷薯类、鱼、肉、蛋、奶、豆类、新鲜蔬菜和水果等。每天不少于20种食物,不要偏食,荤素搭配。适量多饮水,每天不少于1500ml。每天食盐不超过6克,每天烹调用油不超过30克,糖每天控制在25克左右,居家期间一定限酒。另外,由于目前户

外活动较少,建议补充维生素D,适量补充复合维生素、矿物质等。**做哪些室内运动有益健康?**乔虹建议,健康人群需要保持摄入和运动量平衡,每天锻炼累计时间1小时左右。有健身器材的家庭,要充分利用器械进行有氧锻炼;无器械的家庭可选择瑜伽、体操、仰卧起坐、哑铃等项目,也可以达到很好的锻炼效果。注意控制声响和幅度,避免影响他人休息。

居家期间如何保持良好心情?

乔虹表示,市民要正确认识疫情,了解官方媒体报道的信息,不要捕捉负性的信息。接纳负面情绪,积极改善情绪,学会放松训练、深呼吸、蝴蝶拍都是较好的放松训练。寻找他人帮助,合理宣泄情绪,必要时也可寻求专业人员的帮助。

老年公寓

一元养老公司

招自理、半自理卧床老人,吃的好,住的好,玩的好,照护好,交通便利,配套设施全,药店、洗衣房、食堂、护士站、老年大学、琴棋书画活动室,24小时热水,空调,有线电视,无线网络等。哈西红城城3号楼
电话:0451-51025111/13936510333
乘坐57.58.82路区间车直达

信用卡

以下所有刊登的相关信息,仅提供咨询,如有交易请慎重并到相关部门核实证件,否则后果自负,本广告不承担任何法律责任,特此声明

贷款

各类疑难贷款
房产抵押贷款
无抵押贷款
(以上正规银行放款)
电话:15303605373

百业信息

宾馆出租出售

地址:哈尔滨市道里区...
李先生:18545620356

丢失声明

★ 哈尔滨市南岗区双福时尚小火锅店将黑龙江省食品小经营核准证正、副本,核准证编号: XJYB(2019)230103000602丢失。
特此声明作废

★ 哈尔滨市道里区常住果果香果超市遗失黑龙江省食品小经营核准证副本,核准证编号: XJYA(2020)230103000563。
特此声明作废

★ 哈尔滨鑫任枫建材经销有限公司不慎将税务登记证正、副本,税号:230103063677414,工商注册号:230103100323921,法定代表人:单晓彬。
特此声明作废

★ 哈尔滨市南岗区王岗镇振兴村王贵发将哈建土南五字第04-063号房屋土地使用证丢失,作废。
特此声明

★ 张依妍,女,于2018年6月1日出生于哈尔滨市第二医院,不慎将出生证明原件丢失,编号R2300871776。母亲姓名:金丽宏230119190011072949,父亲姓名:张海东;230422198409180318。
特此声明作废

★ 杨奕霞:不慎将与黑龙江宝宇房地产开发有限公司签订的,房屋坐落于道外区北马路北环路新建铁路开源街街合处,天邑澜湾6号楼2单元25层2502室的哈尔滨市商品房销售收入专用票据丢失,票据金额为33180元,票据号码为:NO.00130678。
特此声明作废

★ 穆楼市嘉诚房地产开发有限公司,不慎将公章、公章、财务专用章丢失,公章、财务号:23001706350050503024,开户行中国建设银行股份有限公司穆楼市支行。
特此声明作废

抗疫总动员

00后大学生安家睿

和妈妈并肩战疫 空闲时翻翻高数

生活报讯(记者王萌)齐齐哈尔市富裕县根据当前新冠肺炎疫情防控工作需要,面向全县招募疫情防控志愿者,一听到这个消息后,放寒假在家的大一学生安家睿第一时间到社区报了名,他被分到妈妈所在的社区。

安家睿是沈阳航空航天大学的大一学生,2002年出生。今年疫情发生后,看到妈妈这么辛苦,家睿坚持要报名志愿者,希望能为妈妈分忧。

14日,安家睿被分配到富裕县人保广场卡点协助全员核酸检测工作。“请您提前准备好身份证,我们的检测很快的,请大家耐心等待。”“请大家戴好口罩,保持安静,这样才能保护好自己。”志愿者安家睿不断重复检测要求、填报内容和提示语,引导居民们排好队,保持安全距离,进行有序检测。

检测第一天工作量很大,他不挑活,不畏寒,不畏难,坚守自己的岗位;他维护现场秩序,帮助市民顺利完成采样。有残疾人来做核酸检测,他主动帮忙推轮椅,来检测的市民都夸他:“小伙子非常有耐心,热情又细致,大家都愿意配合他的工作。”

卡点内的志愿者,安家睿是年纪最小的,有休息的机会他都让给别人,一天能站上8个小时,小安却说:“我年纪轻顶得住。”

而且,小安兜里一直揣着一本高数教材,有空闲就靠在墙边翻看



00后“事达”组合

做完信息登记 背40斤消毒液消毒

生活报讯(记者周琳)别人的寒假或许是追剧、宅家,可是在大一学生于城事和冷俊达眼中,这个寒假却变得更有意义了。原本是素未谋面的两个人,在看到哈尔滨市道外区招募疫情志愿者后,不约而同的报了名。就这样,两个00后组成组合,成为滨江街道春木社区核酸检测点的志愿者。

于城事和冷俊达都是春木社区居民,两人成为疫情防控志愿者后,被社区分到一个核酸检测点。一个是食品与工程专业的学生,在校做过“疫情防控”演讲;一个是医学类专业学生,运用自身所学知识,服务社区。就这样,两人在社区初次见面就互加微信,组成“事达”组合。“组合名字各取我们名字的一个字,也很有深意,希望大家都能平安健康,事事顺达,疫情防控取得最终胜利。”于城事说。

全民核酸检测时间紧、任务重,从早到晚连轴转。两名年轻人被分到信息登记组,信息登记核实工作属于高强度、高频率的重复性工作,在每名居民来做核酸检测时,志愿者们都要根据身份证核实居民填写的信息是否准确。对漏填、错填项要逐一询问并填

写完整。整理好每十人一组,进入下一程序,表格钉在一起并贴条形码。“抗击疫情人人有责,家里人知道我当防疫志愿者都非常支持,这次报名也是我父亲看到招募信息告诉我的。”于城事说。

26日,社区核酸检测点撤点,二人又参与了终末消杀工作,背着40斤重的消毒液,对大方里小学和道外少年宫两个检测点共10层楼进行了全面消杀。顺利完成了消杀工作后,换上防护服后,两人衣服已全部被汗水打透。

帮助他人的同时也在改变自己,原来性格有些腼腆的冷俊达在这次志愿者工作中也有了新变化。“一开始我不太熟悉工作流程,之前没有和居民打过交道,可能是戴着口罩和面罩,说话声音有点小,一些年纪大的听不清楚我说什么很着急,后来我放慢了语速,加大声音,把每字每句说清楚。”冷俊达说,特别是有来做核酸的小朋友临走前说谢谢大哥哥,让他的疲惫感瞬间全无元气满满,觉得这一切都是值得的。当志愿者学到的东西,是课堂上学不到的,我能感受到满满的正能量。

爱心志愿服务队

大学生老党员七旬奶奶……32名防疫志愿者组团来了



实习生 崔迎迎 生活报记者 于海霞

“他们中有刚放寒假回来的大学生,有年过七旬的老人;有的放着自家的小生意不做,还有的孩子才不到1岁……”近日,市民核酸检测期间,哈尔滨爱心志愿服务队队长王继辉和副队长吴洪松带领32名来自不同区的志愿者,加入到一线工作中。

21日,接到核酸检测任务的32名志愿者,分别被分配到道里区、南岗区、香坊区进行志愿服务工作,主要帮助社区工作人员进行物资上门投递、收取检测样本、记录核酸信息、指引检测路线等工作。

“虽然我们不在一起工作,但我们的心始终都是在一起的。”王队长说。三个区加起来共有10多个小区,为高效完成核酸检测任务,每一名志愿者都连续工作了三天以上。怕耽误时间不吃饭、怕浪费防护服不喝水、眼皮打架了都还在坚持……

王继辉和吴洪松更是以身作则,昼夜坚守在自己的服务岗位上。最终在志愿者们齐心协力的帮助下,完成了5000多个居民的核酸检测任务。

生活报招标公告

《生活报》拟对以下行业广告优势代理权公开招标,诚邀有资质,有实力,愿与生活报真诚合作,共同发展的广告公司积极参与。
招标行业:分类、中缝、招聘、服装、展会、好商品。
获取招标文件时间:1月29日至1月31日,每天9:00—16:30
投标文件递交截止时间:2月3日15:00
招标地点:哈尔滨市道里区地段街1号生活报社
咨询电话:0451-84615327 13613657905
(受疫情影响,到现场获取招标文件请做好个人防护并配合招标单位的防护要求!如无法到现场获取招标文件,可添加微信13613657905获取电子版招标文件。)
生活报社广告部
2021年1月29日