

冰城心内科网红医生

用短视频普及医学知识 “一不小心”获赞20余万

拍摄科普短视频初衷：让更多人走出误区

生活报讯（记者周琳）“失恋后，心真的会痛吗？”“是真的，这是心碎综合征……”最近，一位女医生对着镜头普及医学知识的短视频引来众多网友观看和留言。视频中的主角是哈尔滨市第一医院心内科主任医师李莹，从事心内科工作24年，如今，她又多了一个“特殊身份”——网红健康科普达人。她笑言：“自己算不上网红，只不过是互联网时代医学知识的‘搬运工’。”近日，生活报记者听李莹讲述了她拍摄短视频背后的故事。



超燃防疫rap 各路人才“整活”

冰城这所高校“宅校”时光节奏感十足

生活报讯（见习记者崔凯歌 记者吕晓艳）“勤通风！勤洗手！没有必要的事不乱走，不撒谎！不瞒报！防疫决不能开玩笑。”这段韵律十足、朗朗上口的单押rap来自哈尔滨工程大学船舶学院辅导员王超、刘永超。生活报记者了解到，该校师生在封校期间频频“整活”，唱rap、跳广场舞、健身打卡、用心干饭，将“宅校”的课余时光过得丰富多彩、节奏感十足。

“整活达人”辅导员创作无瓶颈
节奏感满满单押rap上线

“有多久同学之间没有聚在一起欢笑，有多久没在校园内摘下防疫的口罩，有多少师生打响了防疫的口号，只为了恢复平日校园内的吵闹。”这首名为《同心抗疫薪火相“船”》的说唱词生

操场上的快乐广场舞“宅校”也要动起来

除了有才的辅导员们，封校期间的哈工程学生们也是“无所不能”。rap唱起来，舞蹈也要跳起来。同学们在南体操场安排上了广场舞，伴随着轻快的乐曲跳起舞蹈，心情也跟着愉快起来。广场舞的组织者是来自数学学院的2021级本科生李乐，



羽毛球、橄榄球、keep 打卡 运动自律不停歇

“宅校”期间，运动打卡也不能停歇。打球、小球划破体育馆上空的空气，军体操场上，投球手使出浑身解数将棒球抛出完美的弧线；南体操场上，橄榄球训练正在进行。动力与能源工程学院2020级本科生罗悦佳给自己定下

化学工程学院2021级本科生许熠彬选择在繁忙的学业之外用绘画来丰富课余生活。对于她来说，拿起画笔的那一刻整个世界都变得安静了，“画笔下的世界是完全自由的，我总是忍不住沉浸其中。”宿舍里，正在练习书法的2020级人文社会科学学院研究生袁伟铭说：“疫情期间我有了更多时间独处，这对于热爱书法的我来说是提升自己的机会。”

组乐队、练书法、弹吉他 课余生活多姿多彩

启航剧场的歌声仍在回荡，哈工程学子们琴棋书画样样在行。机电学院2021级研究生荣恩誉选择用唱歌的方式来放松心情，每到周末，挑几首喜欢的歌，缓解学习压力，在歌声中度过快乐时光。智能学院2020级的李泽晨与2021级的张懿将弹吉他作为疫情期间学习和生活的一种调剂，“弹唱几首自己喜欢的歌，录一段视频会使自己更有成就感”。材料科学

外地人看到短视频来就医
发布至今收获9.2万粉丝

李莹表示，门诊接诊中，经常遇到市民咨询一些令人哭笑不得的谣言。“很多市民拿着网上的文章来问我，一看就毫无科学依据，他们却深信不疑。”李莹表示，最无奈的是，有时候家人也会看到一些文章发给李莹。见到一位病人就得说一次，时间长了，她感觉这种科普方式治标不治本，接诊量有限，还有很多人无法了解。为此，她便琢磨着通过拍摄短视频，让更多人了解心脏方面的一些知识。

第一条短视频拍了好几个小时 发布后800多人点赞

以至于拍了很多遍都不满意，拍了好几个小时才完成。

“晚年不想有病，知道这一点就够了。”就这样，2021年2月14日，李莹在网络上发布了第一条短视频，没想到，因为语言轻松易懂，很快引来800多人点赞。小试牛刀后，李莹也觉得这种科普方式很好，于是逐渐进驻多个网络平台，把很多关于心脏方面的医学常识制作成科普短视频发布。

2022/3/24
星期四
壬寅年二月廿二



主管/主办：黑龙江日报报业集团 出版：黑龙江日报报业集团生活报 国内统一连续出版物号：CN 23—0017 总第11682期 今日12版

能力作风建设年

作风关乎能力 能力事关民生

生活报首席评论员 静伟

今年是全省机关“能力作风建设年”。如何加强领导干部的能力作风建设，省委书记许勤提出了要求，“在提升专业化能力素质上下功夫，把知识学习好储备好，把业务研究深研究透，把本领锻炼高磨砺，不断提高适应新时代、贯彻新理念、创造新业绩的能力。在狠抓工作落实上见成效，要胸怀大局、不要自说自话，推动工作格局由小向大转变；要雷厉风行、不要拖拖拉拉，推动工作节奏由慢向快转变；要严谨细致、不要粗枝大叶，推动工作态度由粗向细转变；要求真务实、不要务虚作假，推动工作方法由虚向实转变；要真抓实干、不要坐而论道，推动工作导向由说向做转变；要追求卓越、不要自甘平庸，推动工作标准由低向

高转变。”
机关单位、领导干部的作风如何，能力怎样，很多就折射在一件件的民生“小事”上。干事担事，是干部的职责所在，也是价值所在。是真心为民，还是敷衍塞责，要看问题的解决、工作的效果，要看群众的获得感满意度。
生活报最近几篇报道，就反映出一些领导干部的能力和作风问题。“阿城四中教师线上组团补课”一事，为什么在哈尔滨市阿城区教育局的调查和处理结果公布之后，依然会引发家长的质疑？一个重要的因素，就是现在连违规补课的持续时间，这样一个基本且核心的事实都没有搞清楚：16天？51天？或者是刚刚认定的20多天，前后数字的差别之大，让人不禁怀疑阿城教

育局同志的工作能力。又或是作风问题，导致了调查结果的不实、不细、不准。据了解，其实查清并不难，只要看“钉钉”的课时记录就一目了然。
还有生活报“春净行动·舒心家园”系列报道，我们最大的感触就是：很多问题是否解决，非不能也，是不为也。垃圾长时间堆积，市民能看到，记者能看到，辖区的领导干部应该也能看到。一经报道就能解决，这到底是能力问题，还是作风问题？
相比之下，呼玛县妇联等相关部門在干什么？他们组织了古稀老人、全职妈妈、残疾人，创建了妇女手工编织基地，为她们找事做，找活干，找钱挣，也让他们在围绕编织的工作和社交中，找到了生活的幸福感和意义所

在。这看似小事，却是有能力的正事。他们能够看到这些人群面临的困难和需求，主动出手，为她们创造一个环境，找到一条出路。正是他们为民政想、为民办事的优良作风，焕发出巨大的能力和能量，带动更多的人一同做事，解决了这些人的民生难题。
一年之计在于春，全省“能力作风建设年”的号角已经吹响，希望我们的机关单位、领导干部，都能够焕发出盎然生机、勃勃斗志，“剪”掉态度和作风上的“枯枝败叶”，正如许勤书记要求的，“增强斗争精神，坚决整治形式主义官僚主义、不作为慢作为和群众身边微腐败等问题，坚决纠治不正之风，为市场主体和人民群众，创造放心安心舒心环境。”

“阿城四中老师违规补课
教育局调查补了16天”后续

阿城四中多位家长质疑：
补课16天？
至少50天！

生活报讯（记者王萌）18日，生活报报道了“阿城四中学生家长反映，质疑老师有偿补课被踢出群”一事。经阿城区教育局调查，该校七年级任教语文、数学、英语学科四名教师存在线上违规补课问题，累计时间16天，最短14天，相关教师受到处分。调查结果发出后，阿城四中反映情况的几名学生家长质疑，认为从他们掌握的证据来看，补课时间远不止16天！

当天，阿城四中几名反映情况的家长给生活报记者提供了一张钉钉在线课堂的课时记录截图，截图上显示的补课时间是去年的10月30日。一名家长表示，“有课时记录是在去年的10月30日，印象中补课时间要更早，从去年初一开始没几天就开始补课，即便从10月30日计算，两个学期的双休日，再加上寒假，也不止16天。”据家长们回忆，寒假期间从1月7日补到22日，过完年又从2月10日补到22日，寒假就补了27天。再加上平时双休日补课，总课时至少能达到50天。

从去年10月30日至今年的3月13日，去掉寒假两个学期共有12个双休日，按照家长们的说法，再加上寒假补课的27天，是51天。

（下转A05版）

邹君和姐妹们的
手工编织 火出了圈了



见习记者 刘维娜
生活报记者 李丹

近日，在大兴安岭呼玛镇有一个让人欣慰的消息，呼玛县妇女手工编织基地获得了全国三八红旗集体荣誉！提到这个团队就不得不提到一个人，她就是呼玛县妇联主席邹君，在她的带领下，一个钩针、一把剪刀、一团毛线，信手拈来的小玩意儿，在呼玛县城乡妇女手里，成了实现创业梦的阶梯。23日，生活报记者采访了邹君，听她讲述针线碰撞背后那些五味杂陈的故事。

女村民精美编织引关注
2017年，在呼玛县一次农业



大集上，有一个特殊的摊位引人注目，摊位上是一个个用钩针编织的可爱小玩具、精美小挂件、漂亮的毛衣等毛线手工艺品，这是呼玛镇荣边村民高雪花利用闲暇时间用钩针编织的，也引起了呼玛县妇联主席邹君的关注。
同年8月，邹君和呼玛镇副镇长带着电视台记者来到了高雪花家走访。“我们大兴安岭地区冬闲时间较长，妇女们闲赋在家时可能打麻将、唱歌跳舞，看见这个项目的时候，我们就考虑到它的优势，能够让妇女在家做，正好利用冬闲的时间忙活起来。”邹君对生活报记者说。（下转A05版）