

铁岭小学校鲁商校区 团结小学校 2023年起逐步执行 提前两年落户招生

生活报讯(记者吕晓艳)生活报记者从哈市南岗区教育局获悉,为深入贯彻落实《黑龙江省中小学校“四零承诺”实施细则(修订)(黑教规[2020]5号)及各级教育行政部门的相关政策,坚持“一区一策”,深入推进治理2000人以上“大校额”问题,逐步促进学位供需优质均衡,南岗区教育局决定发布新增购买住宅及落户时间限制政策的预警提示,并对家长普遍关心关注的小学招生政策予以强调。

一、铁岭小学校鲁商校区、团结小学校 2023年起逐步执行提前两年购买住宅并落户的招生政策。

自2023年3月1日起,铁岭小学校鲁商校区、团结小学校逐步执行新生入学在本校学区内购买住宅并落户的时间限制政策。

2023年2月28日之前,在本校学区内已购房并落户的新生入学不受两年购买住宅并落户的时间限制;2023年3月1日之后,在本校学区内购房并落户的新生入学执行提前两年购买住宅并落户的时间限制政策。即:2023年、2024年新生在本校学区入学依据的住宅及落户时间需在2023年2月28日之前;住宅和落户时间在2023年3月1日之后的人学新生将由区教育局统筹安置。

2025年新生入学过渡期结束,执行购买住宅及落户时间满两年及两年以上的招生政策。2025年新生入学依据的住宅和落户时间为2023年7月20日之前。从2025年起,新生入学以每年7月20日为节点,购买住宅及落户时间需满两年及两年以上;如果在学区内购买的住宅并落户时间未满两年及两年以上,房产和户籍则不能作为本校学区入学依据,由区教育局统筹安置。

论文将不再作为主要评价指标

这些新职业可以评职称了

生活报讯(记者梁晨)日前,人力资源社会保障部办公厅印发关于进一步做好职称评审工作的通知,提出动态调整职称评审专业,探索将大数据、区块链、云计算、集成电路、人工智能、技术经纪、创意设计等新职业纳入职称评审范围;支持各地围绕特色产业、重点产业链设立特色评审专业,开展专项评审。

通知要求,科学制定职称评审标准,以破“四唯”和立“新标”为突破口,坚持“先立后破”,力避“一刀切”、简单化,

突出品德、能力、业绩导向,分系列分专业修订职称评审标准。逐步开发专业技术类新职业标准,促进新职业标准与职业能力、淡化论文数量要求。各职称系列逐步将论文“必选”转变为成果“多选”,建立“菜单式”评价指标体系。

通知强调,各地各有关单位切实采取管用有效的措施推动改革任务落实落地落细;2023年6月底前完成各系列评审标准修订工作;2023年底前,系统梳理本地地区设置的职称评审专业,形成职称评审专业目录,向社会公布。

揭开龙江渔猎文明的神秘面纱

近日,“2022黑龙江冷水鱼·冬捕季”系列活动启动。历经千年静水深流的积淀,通过代代传承探索,龙江大地形成了“历史悠久、底蕴厚重”的独特渔猎文化。生活报记者 孟薇薇 图片由受访单位提供



确保59万户居民温暖过冬 道里区供热投诉限时答复

生活报讯(记者仲亮)30日,记者从道里区住建局获悉,根据市住建局下发《关于加强严寒期及“三节两会”期间供热工作的通知》,道里区政府专门召开了供热保障专题工作会议,对全区供热工作进行调度、布置。会议要求,供热企业客服电话要24小时畅通,同时,供热企业需在接到投诉8小时内到现场,48小时内办结,对暂时无法办结的投诉,要列入明年“冬病夏治”整改台账。

据悉,道里区目前的供热企业6家,负责全区59万热用户的供热工作。

会议指出,随着哈市进入严寒期,为确保居民温暖过冬,保证供热管网的安全运行,要求各供热企业加大巡检巡查力度、完善应急抢险预案,提前升温蓄热,避免因突然降温造成的供热波动。

同时,要求供热企业客服电话24小时畅通,需在接到投诉8小时内到现场,48小时内办结,对暂时无法办结的投诉,要列入明年“冬病夏治”整改台账,对群众反馈的问题做到件件有回音,事事有着落,力争达到居民100%满意。此外,各街道办事处要充分发挥社区居委会和群众监督员的作用,形成一个片长加联络员的工作机制,及时受理居民投诉,第一时间解决居民供热问题。

● 哈尔滨市平房区汇品味馅饼羊汤早餐店,统一社会信用代码:92230108MA1BYA6XX3,不慎将营业执照副本丢失,特此声明作废。

● 本人不慎将香坊区文景街棚改项目征收补偿协议丢失,协议人:张永富(补充协议),协议编号:01110604102,特此声明。

● 哈尔滨市长河特种涂料厂有限责任公司遗失上海浦东发展银行道里支行开户的公章一枚,声明作废。



详情扫描二维码

黑龙江华风家俱装饰材料市场有限公司不慎将房屋产权证号哈房 CF字第 005114 号、哈房 C 字 第 005113 号、南 00002162、南 00002163、南 00002173、南 00002174,6 本房屋所有权证丢失,特此声明。房屋所有权证登记地址是南岗区文道街 17 号,我公司承诺,哈国用(2002)字第 63045 号的《国有土地使用证》座落地址(南岗区文道街 19 号)与上述 6 本房屋所有权证为同一地址,与哈尔滨市不动产登记交易服务管理中心系统中哈国用(2001)字第 63045 号《国有土地使用证》为同一证件。

特此声明
黑龙江华风家俱装饰材料市场有限公司

2022 年 12 月 30 日

金福来全屋定制 家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所装修、工装整体家具定制;承接同行二手单柜体定制;工厂一站式服务—设计+加工+安装。
橱柜门、衣柜柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等級自选)。
工厂设有样板展厅,欢迎参观选购。
定制热线
18904515815
15846048899
工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路 592 号,金福来具有限公司

不愿与人直接交流 网上打字才能正常表达……

拿什么拯救你? 社恐的孩子

生活报讯(见习记者刘维娜 记者李丹)近日,为帮助青少年解决心理困惑、情感婚恋、工作压力等普遍性问题,从9月27日起,共青团黑龙江省委联合生活报开通“12355 你的心事我来听”专栏,为龙江青少年服务。专栏推出后,引起广大读者的关注,纷纷来电申诉说烦恼。本周,记者和心理咨询专家王宇老师,针对青少年社交恐惧症来为大家答疑解惑。



乖乖仔 竟患社交恐惧症

小强(化名)来到心理科就诊的时候已经将近18岁了,从12岁开始就被“恐惧症”严重折磨。小强打小儿是父母眼中的乖孩子,与其他同龄的男孩子到处调皮捣蛋不同,挨批评、请家长的事儿从来都轮不上他。上小学的时候,小强偶尔也会与几个同学的小伙伴一起玩耍,但这种景象在父母的印象中极少出现。上了初中,小强开始愈发地孤僻起来。

“好像从那时起,就很少见他参加学校的集体活动了,也没看到过关系好的小哥们到家里来找他。赶上逢年过节,他更是不像其他孩子那么兴高采烈,当时我们只觉得他性格内向罢了,甚至觉得男孩子安静点儿好,省得出去惹事儿……”如今再回忆当时的情形,小强的父亲后悔不已。

从初中起,小强有了“一个朋友都不想交”的想法,并且看见人多就开始莫名地紧张、恐惧,直到现在小强与人交流时都会头部冒汗、手脚发凉,说话时甚至会脸红、结巴。上寄宿制学校的小强,上课不敢提问,下课也不敢与人交流。每天他最自在的时间段就是在宿舍独处的时候,一旦舍友下课回来,或者有其他班同学过来串门儿,他就会迅速躲到厕所里,或者窜到床上把自己裹进被子里。可以说,几年的学校生活,他与舍友几乎是“零交流”。

“社交恐惧症越来越多地困扰着青少年。”王宇老师痛心地表示,一般认为儿童出现社交恐惧的最小年龄在11~12岁,但有研究证明,6岁的儿童就有可能出现社交恐惧,“社交恐惧症具有长期性,起病后要么继续恶化,要么是持续性病程自发缓解率低。如果儿童没有在早期得到有效治疗,则会延续到成年期。此外,恐惧症作为一种抑制儿童社会交往活动的精神性障碍,对儿童的身心发展造成很大的影响。”

如何摆脱社交恐惧症?
王宇老师提出了以下几种办法:

(1)尽快提高自我认识与自尊化。针对自己的问题罗列出“我是谁”“我要什么”“我怎么做”的自我概念,不断丰富、修正、完善,直至形成清晰完整的自我认识。通过镜子对话、催眠诱导等方式,不断重复自我认识,逐渐强化自尊。

(2)进一步丰富资源与信息储备。每次与他人交流前,可准备更加充实的方案,了解更多可能涉及的信息、知识,并进行必要的事先演练,通过储备的增加减少应变的焦虑。

(3)加强自己的专业语言训练。通过线上、线下各种方式,训练自己的发音、语言组织能力,观看并模仿演讲、脱口秀、配音等,直接提升语言能力,优化与人交流的基础。

游戏主播不洗澡不理发不出门

近日,一则“父亲辞掉工作陪伴网瘾儿子”的新闻登上热搜,本报对此也进行了报道。新闻里的主人公小涛,作为游戏主播每天没日没夜打游戏,不洗澡不剪发不出门,其父发现这个情况后,决定辞掉工作每天陪伴儿子,帮他戒掉网瘾并回归正常的社会生活。王宇老师说,“小涛是2002年出生的,从小就喜欢打游戏,中专毕业后去外地打了几年工才回的哈尔滨,然后在道外区租了个公寓自己住,现在从事网络游戏直播的工作。”李生告诉记者,3年前,他和妻子离婚了,之后因为照顾患病的父亲,他的妈妈也拥有了新的家庭,所以他们都没怎么和孩子联系。

“小涛是2002年出生的,从小就喜欢打游戏,中专毕业后去外地打了几年工才回的哈尔滨,然后在道外区租了个公寓自己住,现在从事网络游戏直播的工作。”3年前小涛的父母离婚了,今年10月,父亲发现小涛的房间脏乱,小涛已经半年多没洗澡、没下楼理发,吃饭全靠点外卖,一米七十多的身高,体重已涨到两百多斤,每天下午3点起床打游戏到凌晨。虽然劝阻过,但孩子只是嘴上答应,生活状态依然没有改变。于是,父亲决定辞职帮助小涛,最终,小涛恢复了正常的生活。

“像小涛这种情况,是存

在心理障碍的。他还有一个比较大的问题,就是有轻度的社交恐惧症。所谓的社交恐惧症指的是,对日常生活中的消极评价及尴尬场景的一种夸大的恐惧感(DSM-IV)。社交恐惧症是一种常见并具有潜在性致残的精神疾病,终生患病率可高达13.3%,社交恐惧者在令其恐惧的情景中会产生焦虑甚至恐慌感,基本症状包括颤抖、抽搐、眩晕、心跳加速、感到要晕倒、气短、出汗。”王宇老师告诉记者,引起恐惧的情景有可能是在公共场合用餐、接受和给予别人赞扬、没有预期地碰见熟人、需要眼神交流、与陌生人交谈、需要与周围的观众对话等。

“有些人在需要直接说话的时候,会变得笨嘴拙舌,但在打字聊天的情况下会放松很多。或者在打电话之前,有的老人需要酝酿很久,电话一接通则会更紧张,口舌打结,说话吞吞吐吐。沟通过程中,如果对方态度强势,就会匆忙挂断,不再与人交流。这些情况都是社

交恐惧症。”

通过分析,王宇老师告诉记者,社交恐惧症的形成原因,常有以下几种情况:

一是“直”而不“冲”。对人与事物的认识缺乏灵活性,且缺乏预判和应变能力,所以一旦出现需要变通的交流场景,他们就会立即言行失措、毫无主张。

二是反应太慢。

在与人交往中,只能借助文字慢慢整理思想的表达,尽量回避与人直接交流中的快速思考,用文字应对与他人沟通的挑战。

三是语言单一。只有在文字的单向叙述模式和自己习惯的格式与节奏中,才能把意思表达清楚,而不能适应使用直接交流的更多模式要求。

四是意志薄弱。一旦遇到障碍,哪怕是交流中小小的不顺畅或感受到来自对方的压力,会立即退缩,而非尝试应对。

五是缺乏人际经验。

由于自我认同不足,没有足够的正向、积极体验,所以无法具备与人交往的力量,也就无法抱着勇敢的信念在与人交流中感受生活的乐趣。