



志愿之光 温暖大厂

加强消防演练 提高处突能力



日前,县消防救援大队在幸福城小区开展疫情防控消防演练。整个过程紧张有序,各组衔接顺畅、配合默契、反应敏捷、处置有效,圆满完成了各项救援任务,进一步提高了消防队伍在疫情防控期间的应急处置能力。

郭志媛 何赛 文/图

县新时代文明实践中心组织开展“践行雷锋精神,我们共同战‘疫’”主题志愿服务活动

本报讯 (王莹)3月5日是全国第57个“学雷锋纪念日”,我县作为第二批新时代文明实践中心试点县之一,在全县范围内开展了“践行雷锋精神,我们共同战‘疫’”主题志愿服务活动,全面弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,在全社会营造了向上向善的文明新风尚。

县新时代文明实践中心立足实践、提前部署,在“燕赵志愿云”平台发布志愿服务计划,招募志愿者,组织开展了“疫情防控宣传、志愿值守、爱心帮扶”等志愿服务活动,使志愿者们积极投身到疫情防控的第一线和复工复产的岗位中。

雷锋精神是一面永不褪色的旗帜,在平凡岗位和日常点滴中迎风招展。疫情当前,志愿者们冲锋在前,用不同的方式弘扬雷锋精神,共同抗击疫情。“我是党员,我先上!”疫情发生以来,志愿者们在全县各部门新时代文明实践分队的组织下,纷纷主动参与到防疫一线执勤、公共区域卫生消毒、文明行为倡导等学雷锋志愿服务活动中。

“我们来检查一下电线路。”在廊坊顶津食品有限公司内,供电公司新时代文明实践分队的志愿者们主动上门对该公司电源线路、配电设备开展拉网式检查,从供电“关键部位”到“分支网络”做好全面体检,切实助力企业复工复产。

“您想剪个什么发型?”北辰街道永安里新时代文明实践分队组织开展“学雷锋”义务理发活动,几位爱心理发师上阵支援,为坚守在各个小区卡口的执勤人员提供义务剪发服务,让执勤人员以崭新的精神面貌投入到工作中。

他们化身保安,在防控卡口严防死守;他们义务检修电器,助力企业复工复产;他们自愿行动,为奋战一线的防控人员义务剪发、买菜送药……志愿者们在县新时代文明实践中心的号召下,以实际行动践行雷锋精神,将志愿服务遍撒在县城的每一个角落,传递着大厂温度,为夺取疫情防控和经济社会发展双胜利凝聚起强大的正能量。

“您想剪个什么发型?”北辰街道永安里新时代文明实践分队组织开展“学雷锋”义务理发活动,几位爱心理发师上阵支援,为坚守在各个小区卡口的执勤人员提供义务剪发服务,让执勤人员以崭新的精神面貌投入到工作中。

“白衣战士”刘桂兰:我与疫情共进退

战疫情 大厂白衣天使在奉献

本报讯 (周少红)武汉胜则湖北胜,湖北胜则全国胜。我县驰援武汉的“白衣战士”刘桂兰勇敢逆行、英勇奋战,用责任与担当书写着“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的医者仁心。

“不知不觉来到武汉已经半个多月了,各地战友为了同一个目标聚到了一起,在工作上团结协作,在生活上互帮互助,志愿者们为我们排忧解难,住院患者帮我们当翻译员,执勤人员冲我们竖起大拇指,大喊‘加油!’正是因为这些感动,让我明白了中国为什么能够这么快把疫情遏制住。我为自己是中国人而骄傲。”这是“白衣战士”刘桂兰在武汉战“疫”一线写下的一段话。从刚开始的忐忑焦虑,到现在的从容应对,刘桂兰说,在“战场”上短短数日,她就收获了很多直触心

底的感动,一股充满斗志的力量在心中涌动。

带着使命和责任,战疫情,斗病魔,一时一刻都不能含糊。“现在武汉的气温逐渐升高,穿上防护服,戴上护目镜,查房、下医嘱、写病历、观察病情,不到一个小时,里面的衣服就湿透了,呼吸都非常困难。”刘桂兰说,但自己必须全力以赴,不辜负家乡人对自己的期望。

刘桂兰参与救治的医院是因公殉职在战“疫”一线的彭银华医生生前工作的医院。英雄已逝,精神永存。刘桂兰说,接续榜样力量,传承奋斗之魂,穿上这身白大褂,就责无旁贷。

远赴湖北,孩子是心中最大的牵挂。工作间隙,刘桂兰总会通过视频看看两个孩子,和家人聊聊天。大女儿李梓萌说:“妈妈,我给您叠了千纸鹤,希望妈妈保护好自己,多救治几个病人。”她将对妈妈的思念融入寓意平

安顺利、吉祥健康的千纸鹤中。

小女儿李梓溪同样带给妈妈惊喜。李梓溪说:“妈妈,我学会了一首诗。床前明月光,疑是地上霜。举头望明月,低头思故乡。武汉加油!妈妈加油!”

成长,往往就在一瞬间。刘桂兰说,疫情防控期间,她狠心给小女儿断了奶。孩子却和妈妈之间有一份天然的心有灵犀,愣是不哭不闹,让人格外心疼。刘桂兰说:“等打赢这场战‘疫’,我要好好抱抱孩子。”

舍小家温馨换大家安宁,值得且光荣。刘桂兰说,春天已经到来,樱花也会盛开,疫情防控形势一天天在好转,一切都会很快好起来,胜利在向你们招手。武汉,这座英雄的城市必将重焕光彩。

编者语:待到春风十里时,愿有樱花漫盛世。“白衣战士”,全县人民为你加油,白衣褂、破楼兰,赤子切记平安还。



图为穿好防护服的刘桂兰。图片由受访者本人提供

疫情防控显担当 爱心助力不停步

本报讯 (记者郭志媛 谭淼)新冠肺炎疫情防控牵动着每个大厂人的心,连日来,我县爱心企业及个人纷纷以实际行动助力疫情防控,为抗击这场没有硝烟的战争尽一份心、出一份力。

疫情无情,人间有爱。防控攻坚,八方支援。大厂东进自动化设备有限公司全体员工慷慨解囊,一次性向疫情防控后勤保障组捐赠防控资金20万元。总经理丁耕付说:“公司发出捐款倡议后,全体员工纷纷响应,短短几天时间就捐款20万元,大家都想为疫情防控工作贡献力量。”

反哺社会是企业的责任。大厂益恒公司向县疫情防控后勤保障组捐赠10万元;廊坊景隆重工机械有限公司向县疫情防控后勤保障组及县发展和改革局捐款捐赠物共计20万元,并组织

企业员工捐款92600元,为防控一线的工作人员送去温暖,副总经理田向东说:“作为企业这是我们应该做的,希望能为抗击疫情尽一份绵薄之力,带动更多的企业加入到这场爱心接力中,共同打赢疫情防控阻击战。”

疫情防控,没有局外人。我县的爱心人士也积极行动起来,用大爱真情支援疫情防控工作。邵府镇邵府村村民向县公安局送去了N95口罩、一次性手套、次氯酸钠等防护用品;祁各庄镇陈家村村民向县红十字会捐款10800元。

涓流汇沧海,积土成山丘。一场场爱心接力不断上演,一点一滴温暖不断汇聚。我们坚信,没有一个冬天不可逾越,没有一个春天不会来临。在我们的共同努力下,一定能打赢这场疫情防控阻击战。

党性不褪色 战“疫”显担当

大厂战疫党旗红

本报讯 (孙浩)在新冠肺炎疫情防控这场没有硝烟的战争中,我县很多老党员老心不老,充分发挥先锋模范作用,当仁不让地冲在疫情防控一线,用实际行动筑起维护群众生命安全和身体健康的安全防线,让党旗在疫情防控斗争第一线高高飘扬。

“戴口罩,勤洗手,注意个人卫生。”在潮白家园三期涵碧园小区门口,一位戴着口罩、精神矍铄的老人,正在给往来居民测量体温,还不忘对他们叮嘱。

这位老人名叫曾德生,今年68岁,已经有42年党龄了。当得知社区正在开展新冠肺炎疫情防控工作后,他第一时间主动“请战”。曾德生说:“作为一名老党员,关键时刻就得站出来,发挥

我的光和热。”

从2月8日开始,曾德生天天在门卫协岗,还自发组织了楼门长志愿者防控小组,每天汇报工作内容。社区工作人员多次劝他回去休息,可他却说,自己一定要站在抗击疫情的第一线。曾德生说:“比起坚守在一线的医务工作者,我做的这些不算什么。”

在我县,像曾德生这样,关键时刻

主动请缨的老党员还有很多。燃料公司小区的王守生、新风小区的刘世伟等老党员,都主动尽一份力,担一份责,站岗执勤、轮流值守,忙碌在疫情防控第一线。疫情面前不言老,忠诚誓言不能忘,岁月易逝,他们初心不改。曾德生说:“我虽然退休了,但党性决不能‘退休’。我坚信,大家众志成城,一定能打赢这场疫情防控阻击战。”

防控疫情,老年人该怎么做? 合理补充营养提高免疫力

在新冠肺炎疫情流行期间,很多重症患者都是中老年人。中老年人本身患有多种疾病,全身脏器功能减退,再加上咀嚼和吞咽功能下降,导致本身进食不足,容易被感染病毒之前就有消瘦和营养不良的情况。而消瘦和营养不良,将会导致免疫功能的下降,经不起病毒感染的打击。所以,老年人一定要通过合理补充营养,提高营养储备,尤其是增加肌肉含量,才能增强免疫力。

鉴于老年人行动不便,有时难以制作营养全面的食物,加之其食欲下降,进食量很难达到每日热量和营养的需求。建议选择以下口服营养补充剂:口服全营养补充剂;复合维生素矿物质补充剂;优质蛋白质补充剂。这3种营养补充剂,每一种都有很多品牌和规格,可以分别选择一种,搭配使用。当老年人体重

慢慢上升时,代表免疫力也得到改善。当然,营养补充剂最好到医疗机构购买,并在医生的指导下使用。

合理饮食应该注意什么?均衡饮食,尤其重视摄入优质蛋白(牛奶、蛋、大豆制品、肉类)和新鲜蔬菜水果;适当补充营养素,如蛋白质类、不饱和脂肪酸、调节肠道免疫功能的膳食纤维以及复合维生素和矿物质补充剂等;避免短期内因活动减少造成肥胖和血糖升高。控制好体重和血糖,对于维持肥胖和糖尿病人的免疫功能尤其重要。对于肥胖的患者来说,如果运动过少,血液黏稠度升高,会增加栓塞性疾病发生的危险,如脑中风、心肌梗死和肺栓塞,所以,建议老年人合理补充营养,避免吸烟和饮酒,适当增加运动,提高免疫力。

(摘自《人民日报》)

大厂战疫群英谱

一抹“志愿红” 温暖一座城

本报讯 (孙浩)春寒料峭,总有一种深情,让我们倍感温暖。在这个因新冠肺炎疫情而与众不同的春天,我县广大志愿者危难时刻,挺身而出,不惧艰险、不怕苦累,坚守在防控一线,奋斗在不同的工作岗位,用爱温暖彼此奋勇向前。

青年有担当,战“疫”有力量。在得知社区急需志愿者参与一线防控工作后,刚毕业的95后青年志愿者刘海雯第一时间主动请缨,开始了起早贪黑的抗“疫”工作。她每天

早早起床,为居民测体温、作登记,一点儿不敢马虎。换岗休息时,她又拿起抹布喷壶,为办公大厅进行消毒,不留一个死角。刘海雯说:“我要尽自己所能,做好防控工作,展现当代大学生的青春风采与责任担当,为打赢疫情防控阻击战贡献力量。”

在我县,像刘海雯这样的志愿者,还有很多。步行街社区党员志愿者李智从大年初三加入疫情防控志愿服务队伍后,每天早晚两班倒,没

有休息过一天。为有效减少人员外出流动,李智还积极参加爱心蔬菜免费送上门的党员志愿服务活动,风雨无阻,不怕苦累,不畏风险。李智说:“社区就是我们的大家庭,为了大家的健康和幸福,我多付出点没什么。”

疫情就是命令,防控就是责任。50岁的华安南路社区志愿者陈宝华勇挑重担,自愿担当起了“保卫”所住小区的责任,组织人员,安排值班,长期的忙碌让陈宝华的身

体有些吃不消,但他并没有因此“下岗”,还是继续奋战在一线。社区工作人员劝他多休息,他却说:“疫情不退,我不能退。”

哪有从天而降的英雄,不过是挺身而出的凡人。我县的志愿者们不求索取、只讲奉献,勇于担当、敢于逆行,全力以赴守护全县人民群众的生命安全和身体健康,用实际行动践行初心和使命,在疫情防控一线勾勒出一抹抹温暖亮丽的“志愿红”。

贾书莲:巾帼有力量 妇女显担当

本报讯 (李欣岩)在新型冠状病毒肺炎疫情防控工作中,陈府镇王唐庄村党支部书记贾书莲对内做好统筹规划、入户排查、宣传引导,对外进行卡点值守工作,充分展现了巾帼不让须眉的精神风貌,为维护群众生命安全和身体健康贡献了自己的力量。

在王唐庄村口,志愿者们正在为村民测量体温、登记数据,其中一个忙碌的红色身影,就是47岁的村党支

部书记贾书莲。自大年初二以来,她带领村“两委”干部和志愿者开展入户排查工作,完善人员信息台账,及时更新数据上报镇政府,并建立微信群,发放宣传资料,向群众宣传疫情防控知识,同时,坚持到卡口执勤,连续工作30多天。贾书莲说:“作为村党支部书记,在疫情防控工作中必须当先锋、作示范,带头做好各项防控工作,保障村民安全和健康。”

贾书莲带领村干部将预防新冠肺炎明白纸发放到每家每户。一份明白纸的内容,她要重复成百上千次。在她的带领下,村民们不造谣、不信谣、不恐慌、不聚集,真正实现了群防群治。村民王德春说:“戴口罩、勤洗手、不聚会、多通风,在村干部的宣传带动下,村民的防护意识有了明显提高。”

疫情面前彰显坚定力量,新时代

中国妇女巾帼不让须眉的精神风貌,舍小家、为大家的责任担当以及牢记使命、砥砺前行的党员初心,在贾书莲身上淋漓尽致地体现了出来。贾书莲说:“关键时刻,党员干部就要挺身而出、靠前指挥,使每一个党支部都成为一个战斗堡垒,每一名党员都成为一面高高飘扬的旗帜。相信在大家的共同努力下,一定能打赢这场疫情防控阻击战。”

警惕! 骗子冒充老师收费诈骗

因疫情防控需要,当下学校“停课不停学”,大多组织在网上进行教学。我省多地公安机关接到有人冒充老师潜入QQ、微信群以“疫情延期开学”“网上授课收学费、材料费”为由实施诈骗的警情。

2月3日,唐山市某小学教师张某报警:QQ群内有人冒充班主任白某向家长收费。经查,此前白某同意一名自称是学生家长的人入群。2月3日,群内一名头像和昵称均与白某相同的人发布消息称,学校即将举办英语辅导班,一年费用1300元,培训结束后教育局补贴800元,并发布了微信收款二维码,告知家长扫码付款。群内6名家长看到消息后付款。后白某发现此人冒充自己发布假消息,将该人移出QQ群,但为时已晚。

骗子是如何混进班级群的呢?省公安厅反电信诈骗中心民警揭秘,诈骗分子在QQ或者微信内搜索班级的群聊关键字,便出现大量的群聊信息,如果该群没有设置相应的验证机制,或者管理员验证不严格,骗子们可能冒充某学生家长进入。骗子进群后,伪装成学生家长添

加老师QQ或者微信,潜水观察老师的活动规律,找机会将自己的头像换成和老师一样的头像,并修改备注名。诈骗分子大多会利用休息时间发布假收费通知,催促家长及时通过二维码缴费,利用时间差,让老师不能及时发现。

“避免上当,老师和家长都要做好防范。”民警提示,首先,老师或群管理员应该开启入群验证功能,实行实名制,对每一位入群的身份进行审核,避免陌生人随意加入家长QQ、微信群。另外,老师应加强对家长QQ、微信群成员身份核查,对身份可疑人员,及时清除出群。

“家长要学会分辨信息真假。”民警表示,学校一般不会在群内发送二维码要求家长通过网络转账的方式支付学费,家长一旦收到任何扫码交费的消息,切勿急于汇款,一定要直接与班主任或校方核实真伪。

(摘自《河北日报》)

举案说法

