节后返程多防护 疫情防控不能忘

市疾控中心提醒：多病共防 筑牢健康防护网

蚌报融媒体记者 张婷婷 实习生 张洁妹

随着节后的“返工潮”、“返学潮”的来临，人员流动和聚集性增加，进一步加大了流感等呼吸道传染病和新冠肺炎的传播风险，能否安全顺利返程成为节后最受关注的话题。市疾控中心提醒广大市民，疫情防控之弦不能松，仍需时刻做好个人防护。

错峰出行 返程途中科学佩戴口罩

市疾控中心提醒，春节期间，全国的疫情形势总体保持平稳，但部分地区的疫情仍然有传播扩散的风险。因此建议返程人员应尽量错峰出行，避开返程高峰期，返程返岗途中也要注意做好防护。部分地区要求春节后返程人员需持核酸检测阴性证明，返程人员要及时关注目的地疫情变化和疫情防控的政策措施。

需要注意的是，近14天内，有国内疫情发生地所在县（市、区、旗）旅居史的人员，非必要不来（返）蚌；若确需来（返）蚌，需持48小时内新冠病毒核酸检测阴性证明，并在到达目的地后第一时间主动向所在社区（村）、所在单位（或居住宾馆）报告，积极配合属地做好核酸检测、健康监测等各项防控措施。

凡从国内疫情发生地所在地市的其他县（市、区、旗）来（返）蚌人员，需持48小时内新冠病毒核酸检测阴性证明，到达省内目的地后积极配合属地落实核酸检测、健康监测等相关措施。

如您节后从省外非疫情地区来（返）蚌，为了您和家人的健康，倡导您抵蚌后主动进行至少1次核酸检测并做好14天自我健康监测。

返程途中提前准备好口罩、手消等防护用品，做好个人防护，尽量选择自驾方式出行，如需乘坐公共交通工具，应全程佩戴口罩、做好手卫生。自身出现可疑症状时，及时报告和就近就医，同时尽量避免接触其他人员。

多病共防 共享健康生活

流感、水痘、流行性腮腺炎、手足口病、诺如病毒等多类传染疾病也进入高发时段。市疾控中心建议，市民要注意预防，尤其是儿童要按期接种和补种相应疫苗，才能更好地预防疾病，远离疾病。

实践证明，接种疫苗是预防春季各类传染病发生的最有效方法，无论是成人还是儿童建议定期到医院接种门诊进行咨询，按照规定要求及时注射相关预防疫苗，防患于未然。常见传染病如水痘、风疹、麻疹、手足口病等最有效的防控手段都是接种相应疫苗。

“每个类型的传染性疾病都有一定发病规律与特点，掌握它就能牵住防治这些疾病的牛鼻子。”市疾控中心专家建议，在春季更应该保持环境清洁和通风，必要时进行消毒，保持公筷制、分餐制、咳嗽打喷嚏时注意遮挡等良好卫生习惯。注意合理膳食，增加营养，加强户外锻炼，保持乐观心态，保证充足睡眠。如有发热、咳嗽等呼吸道感染症状，要及时戴口罩到有发热门诊的医疗机构就诊。幼托机构、学校等应加强晨午检，及时发现患儿，及时隔离并去医院诊治，尤其是患病学生不要带病上课。

核酸采样点 春节“不打烊”

新春走基层

本报讯（蚌报融媒体记者 陈昂文/图）2月5日早上，在蚌山区疾控中心统筹安排下，43岁的医务工作者孔维强来到胜利三小核酸采样点，按规范要求做好个人防护，做好采样前的各项准备工作，9点准时开始核酸采样。

移动采样室面积不大，只有四五个平方米，里面的设施一应俱全。孔维强和搭档李秀洁分工明确，三个窗口功能不同。首先市民拿着社区开具的免费核酸检测介绍信到第一个窗口；然后在第二个窗口出示核酸检测预约二维码，李秀洁扫码后与粘贴在采样管上条形码绑定，完成信息登记；最后来到第三个窗口，带着两层医用手套的孔维强快速准确地进行核酸采样，每采一人手套都要进行消毒。

“啊！啊！你的舌头顶住了，再来一次吧！”孔维强要一次次的进行引导，确保按规范要求咽拭子采集到扁桃体及咽后壁。还有一些小朋友，因为紧张害怕甚至哭闹起来，孔维强还要想方设法哄好孩子，在张嘴的一瞬间完成有效采集。

为了提高采样和检测效率，按照上级统一要求，采样采取十人一组，咽拭子放在同一个采样管内，然后放入专门的送检箱里，送检箱规范消毒后由专人将送到蚌埠兰卫医学检验所进行检测，数小时后就可以通过安康码上的“核酸检测报告”查询结果。

“儿子今年上初三，平时学业繁重，原本想春节期间陪陪儿子，没想到接到了采样点工作任务。”孔维强介绍，接到任务后，家人非常支持，在经过系统培训后，他便安心投入紧张的核酸采集中。

刚刚从外地回到老家的赵先生介绍，在回家之前就和社区居委会取得了联系，提前做好登记，回到家后，第一时间拿着介绍信前来进行免费核酸检测，感觉真温暖！在此，感谢采集点默默付出的医务人员！

图为孔维强为市民采集核酸。

记者从市卫健委了解到，为方便居民进行核酸检测，全市共有73个核酸检测机构、340个临时采样点，每天采集万余份标本，分布在三县四区各大医院和社区内，为了让全市人民过一个平安祥和的春节，上千名疾控人员和医务工作者奋战在核酸采集一线。

春节期间，我市各景区迎来客流高峰

文明旅游成为普遍共识

文明旅游

本报讯（融媒体记者 何沛）春节期间，我市各大旅游景点、景区也迎来了客流高峰。记者在走访中发现，文明出游已经成为普遍共识，

连日来，记者走访了市区的龙子湖风景区、张公山风景区、涂山风景区等，发现大部分游客都能自觉配合园区内工作人员进行体温检测、有序进场，同时自觉维护景区卫生，爱护景区内一草一木。

“在这里游玩，像随地扔纸巾、矿泉水瓶这样的行为已经很少见了，也很少看到有人在景区乱涂乱画、随地吐痰的。”在龙子湖风景区游玩的游客苏先生说。

记者看到，在景区内部随处可见安装垃圾箱、文明提示牌等，景区工作人员也进行同步检查，及时劝阻游客的不文明行为。每位游客主动践行文明旅游，成为一道道亮丽风景。

记者从我市相关部门了解到，今年春节假期，我市景区景点和文化场所加大文明旅游公益宣传力度，利用各类平台发布文明旅游指南、疫情防控提示等。节日期间，增加文明旅游引导，组织员工和志愿者开展文明告知、文明提醒、文明规劝，全社会文明旅游氛围日益浓厚。

上学生喜欢的课

蚌埠三中 郭荣

教育大家谈

主办：蚌埠市教育局 蚌埠日报社

怎样上课，学生才会喜欢？相信每一位站在讲台上的老师都会认真反复地思考这个问题，春节假期，在研读了北京十一学校魏老师的《怎么上课，学生才喜欢》后，我受益良多，对自己的课堂教学也进行了反思，要让学生爱上英语课，让英语课成为学生的快乐课堂。

“别忘了，我们都是当过学生的人。我们喜欢听哪种老师的课呢？”魏老师在书中问到这样一个问题，把我的思绪带回了学生时代，带回到曾经的课堂，回忆起曾经的老师，我的答案当然是喜欢风趣幽默的老师了，他们常常能在课堂上带给我们新的东西，让我们感到意外！时至今日，我已站在讲台多年，而我想无论时代怎样变迁，学生们对老师的期许是不变的，那就是一个老师必须能够站在学生的角度思考，用学生们喜爱的方式说话，上课，这不仅能激发学生们的兴趣，更能让他们将学到的知识内化为自身的修养，提高自身的素质。写到这里，不禁让我想到隔壁班的语文课，每次上课总能听到隔壁班传来阵阵笑声，我想有这样一位幽默的老师上课，学生们想不喜欢语文课也难呀！课后我经常向这位语文老师请教，他说作为教师，我们无需总把自己摆在至高无上的地位，这无形中让自己与学生有了距离感，我们要懂得以最真实的自我去面对学生，与他们分享自己的人生与思考，对他们施加教育的同时，我们也从学生身上受到一定的教育及影响。我想这也正是印证了那句古话，亲其师才能信其道！

“学生喜欢了我的课，那就是一节好课吗”对于这个“好”字，我想它应该有更加广义的定义。这节课有新意吗？这节课有亮点吗？这节课培养学生思考能力了吗？这节课启发学生思维了吗？对于这些问题，我也在书中找到了答案。魏老师说“好问题”是一堂课成功的关键。好问题，能激发学生的好奇心，使课堂真正走进学生内心。学生是课堂的主角，当我们用有价值有挑战性的信息提问时，就给了学生思考和表达的机会，而在学生回答问题时，我们也要善于多多追问，引向深入，他们的思维在课堂上得到拓展，形成新的知识和自我见解，而这一过程，也恰恰是英语教学中培养学生核心素养的良好体现。

“上了一节好课，就是一个好老师了吗？”我继续思索，继续探求答案。曾经的我认为认认真真教好课本知识，当一名普通的中学教师就可以了。可是魏老师却提出了这样一个观点，永远不要把自己只当作一个中学教师，而要把自己当作这个学科的一个学者。只有关注了学术前沿，教师的思想，才能够从高度来俯瞰教材。也只有拥有了足够的知识和素养，才能在课堂上游刃有余，所以拓展学术视野对教学的帮助是不可估量的。仔细想想也确实如此，作为一名英语老师，要看的文章上至天文，下至地理，包罗万象，因此能及时地了解跨界知识，追踪前沿知识是不可或缺的。

新学期就要开始了，新的征程就要启航了，我想只有不断地学习，不断地思考，才能够真正地上好让学生喜欢的每一堂课。

今日天气

多云转阴 -2－9℃

周五天气	周六天气
阴转小雨 3－8℃	小雨 3－5℃

昨日14时空气质量

空气质量指数 42
首要污染物 ——
空气质量状况 优

昨日饮用水源地水质

淮河蚌埠闸上断面水质
Ⅲ类（三类）

人体舒适度指数	穿衣指数		
2级	7级		
冷，很不舒适	适宜穿厚毛衣、棉衣或羽绒服		
紫外线指数	**晾晒指数**	**晨练指数**	
2级	3级	3级	
较弱	晾晒条件一般	可以晨练	

来源：市气象局 市生态环境局 整理：陈瑶

少女离家出走 铁警温暖守候

本报讯（融媒体记者 何沛）近日，一60岁左右的女士急匆匆向正在广场上巡逻民警求助：“警察同志，请帮忙找下我孙女。因为学习问题，我俩吵了几句，她就摔门走了！”

“当天上午10时左右，接到这位王女士的求助。”蚌埠站派出所客运二大队副大队长王飞虎告诉记者，经过询问得知，今年寒假，因为儿媳妇工作忙，就把12岁的孩子小胡送到蚌埠老家后，便又匆匆赶回山东滕州上班。眼看着年也过完了，王女士见孙女对作业不上心，就督促她在家好好学习看看书，因此发生矛盾。小胡趁王女士出门的时候，离家出走准备坐火车回滕州。

得知小胡没有身份证，便不能直接购买火车票，王飞虎立即带着王女士赶到售票大厅。二人刚进售票大厅，就发现了小胡。王飞虎立刻将小胡带到民警值班室休息。

王飞虎一边让王女士联系小胡的母亲，一边与小胡谈心聊天。“说了近一个小时，女孩意识到自己的问题，主动和我谈起心来。”王飞虎说。

晚上8点多，小胡妈妈驾车从滕州赶到了蚌埠。小胡看到妈妈满脸的焦虑和疲惫，不禁红了眼眶。

在跟随奶奶、妈妈回家前，小胡不忘和王飞虎告别，“谢谢警察叔叔，给警察叔叔添麻烦了！”

送患儿车辆深陷拥堵车流中 交警跨地域护送患病儿童

本报讯（融媒体记者 何沛）“前方车辆请让行，靠边行驶，一名患病儿童急需送医抢救，请让行，请让行！”2月8日下午，一辆闪烁警灯、鸣着警笛的警车引领一辆浙C号牌的私家车一路争分夺秒往宁洛高速南京方向疾驰。听到民警的喊话后，途中的各类车辆纷纷主动为警车让路。蚌埠高速交警紧急开道，护送患病儿童前往南京医院救治的一场紧急救助正在进行……

当天16时25分，高速交警二大队民警刘剑、辅警石新宝在宁洛高速往南京方向疏导交通时，接到交警支队指挥室报警称，有一辆车牌号浙C的车辆，车上载有患病儿童，情况十分危急，需要得到救助。

接警后，刘剑、石新宝第一时间赶到现场。“经过简单询问，患者是来自蒙城的一名不到一周岁儿童，因为胆囊梗塞要立即赶往南京儿童医院救治。当时车流量大，车辆几乎寸步难行，家属最终在宁洛高速淮河特大桥161公里处时报警寻求帮助。”

刘剑告诉记者，民警接到报警的时候，这辆车已经深陷在淮河特大桥上车流之中。

随即，刘剑立即明确线路，通过引导喊话等方式在最短的时间内将患者的车辆从车流中疏导出来，并拉响警笛，全力以赴为病人开辟了一条“绿色通道”，一直将私家车护送至滕州境内。

16时58分，刘剑将私家车交接至滕州高速交警四大队，完成了“生命接力”。在家属的连声感谢中，刘剑、石新宝二人匆匆返回工作岗位。

暖新闻

践行社会主义核心价值观

蚌埠市发改委部分农副产品价格监测信息

名 称	单 价	名 称	单 价	名 称	单 价
粳 米	￥2.92	山 药	￥5.39	香 菜	￥8.67
面粉1	￥2.44	生 姜	￥5.00	青 菜	￥3.35
大豆油	￥61.89	莲 藕	￥5.28	茼 蒿	￥4.83
食用调和油	￥68.33	洋 葱	￥2.56	菠 菜	￥4.22
猪后座肉	￥14.62	胡萝卜	￥2.89	韭 菜	￥4.67
鲜牛肉	￥40.22	蒜 头	￥5.56	长茄子	￥5.17
鲜羊肉	￥43.33	土 豆	￥2.47	青 椒	￥5.44
鸡 蛋	￥5.24	大 葱	￥4.50	西红柿	￥6.67
小仔鸡	￥15.00	芹 菜	￥3.72	黄 瓜	￥5.44
鲫 鱼	￥11.78	黄豆芽	￥2.28	冬 瓜	￥2.44
四季豆	￥11.22	莴 笋	￥4.59	西蓝花	￥6.22
毛 豆	￥7.72	蒜 苗	￥3.94	大白菜	￥2.00

以上为2022年2月9日部分农副产品市场均价，供参考。
单位：元/500克 油：元/5升