



11月1日0时-16时

哈尔滨市新增本土新冠阳性感染者3例

其中确诊病例1例在重点人群筛查中发现

哈尔滨市发布24小时心理危机干预热线

■心理危机干预热线:0451-82480130

■未成年人心理健康辅导热线:0451-96311

本报讯(记者 王越)11月1日,哈尔滨市政府新闻办召开疫情防控专场新闻发布会,市卫健委副主任杨超作主旨发布。

2022年11月1日0-16时,哈尔滨市新增本土新冠病毒阳性感染者3例。其中确诊病例1例,在南岗区重点人群筛查中发现;无症状感染者2例,阿城区1例,在隔离管控人员中发现,双城区1例,在重点人群筛查中发现。新增阳性感染者均已闭环转运至定点医疗机构进行隔离观察治疗。

10月27日我市发生输入性疫情以来,近日陆续检出多例阳性感染者。为有效防止疫情输入、外溢、扩散,快速扑灭本轮局部疫情,经专家组研判,市指挥部发布疫情防控73号公告,进一步强化疫情防控措施。请大家积极配合严格遵守。

一是从严控非必要人员流动。六个主城区内人员非必要不出主城区,阿城区内人员非必要不出本区,确需外出的需持48小时内2次核酸检测阴性证明,凭“龙江健康码”绿码通行。外出就医的人员和车辆不受出入限制。

二是从严管理重点场所、重点机构。重点场所严格执行“扫码、测温、戴口罩”、查验48小时内核酸检测阴性证明,从业人员需规范佩戴N95口罩,人员密集、空间密闭场所瞬时接纳顾客人数不得超过最大承载量的50%。七区内夜市暂停经营;严格早市管理,禁止现场就餐。

三是从严控聚集性活动。从严审批大型会议、培训、会展、文艺演出等聚集性活动。倡导喜事缓办、丧事简办、宴会不办,举办丧事活动要及时向属地社区(村)报备。倡导居民群众不聚集、不聚会、不聚餐。

四是从严管控各类风险区。高风险区实行“足不出户、上门服务”。中风险区实行“人不出区、错峰取物”,居民原则上居家。临时管控区实行临时封闭管理,居民原则上居家。

五是从严落实外防输入措施。凡市域外抵返哈人员需持48小时内核酸检测阴性证明,提前48小时向目的地所在社区(村)、宾馆酒店和单位报备,抵哈后实行落地核酸检测。涉疫城市抵返哈人员,本人和共同居住人要一同落实相应管控措施。

抵返哈货运车辆司乘和同行人员,需全过程实行“点对点”闭环管理;进入物流园区、农集贸市场,需进行一次“核酸+抗原”双检测。确需在哈停留的,严格按照外来人员管理规定落实分类管控措施。

间接入境人员在主动报备基础上,严格实行“手递手”闭环管理,落实相应管控措施。

请大家务必要时刻绷紧疫情防控这根弦,牢固树立“每个人都是自己健康第一责任人”的理念,自觉遵守各项防疫规定,按要求参加核酸检测。市民群众如出现发热、干咳、乏力、咽干、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等症状,勿自行服药,需规范佩戴口罩,尽快到就近的医疗机构发热门诊诊治,就诊过程中避免乘坐公共交通工具,并主动告知旅居史、接触史。

再次呼吁广大市民都能参与到疫情防控中来,主动支持配合各项防控举措,团结一心、众志成城,争取在最短的时间内打赢疫情防控阻击战歼灭战。

本报讯(记者 王越)11月1日,在哈尔滨市政府新闻办召开的疫情防控专场新闻发布会上,哈尔滨医科大学医学心理学博士陶雨春作发布。

疫情居家或隔离,阻隔了现实的交往和联系,难免产生孤独寂寞的情绪。孤独感是一个人的正常情绪体验,感到孤独,不必紧张,可以采取一些积极的方式排解。最直接的方式就是保持和人的联系,适当宣泄,比如:找亲友电话畅聊,或者最近比较流行的云团聚,群视频聊天、吃饭,群里活动打卡等等。第二,进行体育运动,也可以调节情绪。科学研究证实,运动可以促进大脑分泌让人快乐的物质。运动要达到一定的标准,一周至少3次以上,每次半小时以上,快走、慢跑、跳绳等等,

以身体微微出汗,心跳稍快为宜。第三,我们可以试着调整思维,放松心情,来享受孤独。孤独或许是一件好事,让我们可以摒除外界干扰,有更多时间深入思考,比如:潜心学习一项技能,或者做一个长远规划等等。当然,如感到产生了抑郁、焦虑等心理问题,影响到工作、学习、生活的,就要寻求专业人士的帮助。

哈尔滨市政府设置了一个心理咨询热线,24小时都有专业的心理咨询师接听,市民朋友们,如果有需要,可以拨打电话。哈尔滨市心理危机干预热线0451-82480130,未成年人心理健康辅导热线0451-96311。

在心理健康方面,有两个群体要特别关注。

一个是独居老人。子女要多关

心老人,多打电话沟通,或疫情防控允许的情况下,多去陪伴老人。社区也要在生活和情感上给予老人更多的关注。

另一个群体是中小学生。因为疫情原因,孩子们经常线上、线下转换,加之,有的家庭父母工作繁忙,无暇陪伴孩子,有些孩子会觉得空虚无聊,以致依赖网络电子产品,寻求满足。家长要尽量抽时间陪伴孩子,高质量的陪伴,家人远离手机,仅仅一个小时,也是非常有意义的。还有家长要多关注、理解、接纳孩子的情绪及时疏导。

哈尔滨市心理危机干预热线0451-82480130,未成年人心理健康辅导热线0451-96311。希望大家都能通过积极有效的方式保持一个健康平和的心态。

快速开展流调排查及核酸检测 严格管控涉疫区域和经营场所

阿城区全面开展各项防控工作

本报讯(记者 王越)本轮疫情发生后,阿城区采取了哪些防控和保障措施?11月1日,在哈尔滨市政府新闻办召开的疫情防控专场新闻发布会上,阿城区副区长赵立君回答了记者提问。

截至11月1日14时,阿城区与某电商产业园确诊病例关联的阳性感染者共5人,其中1名新冠肺炎确诊病例(轻型)、4名新冠肺炎无症状感染者(为轻症同住人员)。以上5人均在集中隔离管控中发现,已及时转运至定点医院救治。

出现阳性病例后阿城区主要做了以下四方面工作:

一是快速开展流调排查及核酸检测。发现阳性病例后,我区迅速对阳性病例密接人员及活动轨迹、风险场所全面开展流行病学调查。截至11月1日14时,共排查一密338人、二密614人,已全部落实管控措施,核酸检测结果均为阴

性。根据流调病例活动轨迹,连夜发布紧急寻人通告。10月29日至11月1日,进行了区域核酸检测,10月29日、30日、31日结果均为阴性,11月1日结果待出。

二是严格管控涉疫区域和经营场所。经专家综合研判,市指挥部决定,自2022年10月29日11时起,将亿达帝景小区风险等级调整为高风险区,小区内1067户、2251人全部第一时间管控到位,实行静默管理,所有涉疫场所暂停营业。发布《关于部分场所暂停经营的通告》,自10月30日14时起,全区九小场所、非生活必需密闭场所、早晚市暂停营业,从严控制聚集性活动。为有效防止疫情外溢,10月29日晚,启动防外溢交通卡口11个,对出区人员查验24小时内核酸检测阴性证明,凭健康码绿码通行。

三是集中开展“四大行动”。严格落实市指挥部73号公告,印发了

阿城区关于全面开展“四大行动”的通知,集中开展“口罩”行动、“报备”行动、“扫码”行动、“核酸检测”行动。全方位阻断疫情的传播。区级各督导组以及行业部门加大督导力度,重点督导全区扫码、测温、戴口罩、核酸检测、抵返阿人员报备情况。

四是加强物资保障和人文关怀。迅速组织机关干部下沉管控小区,成立下沉干部临时党支部、隔离区域“云端”临时党支部,召开网络支部委员会会议,传达上级疫情防控决策部署,广泛开展沟通交流,互相鼓舞激励。协助做好健康监测、清洁消杀、物资配送,全力保障隔离区日常运转、日常供给;建立对接机制,全面做好就医保障;成立特殊群体关爱专班,稳定隔离区特殊幼儿。组建心理咨询援助团队,为隔离人员、工作人员提供心理帮助,确保身心健康。

哈尔滨市应对新冠肺炎疫情工作指挥部

关于调整哈尔滨市南岗区风险等级的通告

根据国务院联防联控机制有关要求,经专家综合研判,市指挥部决定,自2022年11月1日2时起,将哈尔滨市南岗区福顺尚都小区风险等级调整为高风险区。其他地区风险等级不变。

关于调整哈尔滨市双城区风险等级的通告

根据国务院联防联控机制有关要求,经专家综合研判,市指挥部决定,自2022年11月1日14时起,将哈尔滨市双城区同心乡同兴村裕斌屯高家窝堡风险等级调整为高风险区。其他地区风险等级不变。

道里区疾病预防控制中心 紧急发布寻人提示

现紧急寻找以下同时空人员:
2022年10月27日-10月31日
进入胡桃里乐队酒馆银泰城店
(道里区群力大道2399号银泰城
F1栋)的人员。

与以上时间、活动轨迹有交集、
重合的人员,请立即向居住地社区

(村屯)报备,不要外出,配合工作人员进行流调、核酸采样,落实相应疫情管控措施。请市民关注官方权威发布,不信谣、不传谣,自觉落实个人防控责任。对不主动报备,虚报、瞒报行程,造成疫情传播扩散的,有关部门将依法依规追究责任。