



昨天上午,我市主城区小学、幼儿园正式复课,孩子们回到了久违的校园。记者昨天早晨在城中小学门口看到,学生们按要求佩戴口罩,测温后排队入校——

# “疫”别多日子归 校园又闻读书声



终于复课了。记者徐培钦

## 复课让学生和家长都开心

昨天早晨,在城中小学门口送孩子上学的家长 and 往常一样,即送即走,但也有部分家长在孩子入校后,仍站在校门口、围墙边向学校内探望。“太好了,终于复课了,这下心里踏实了。”家长费凌娜说道,“我和孩子爸爸都要上班,总担心孩子一个人在家里会出问题。虽然学校在网课设置上有很多让家长放心的地方,但我们还是对线上学习的效率等方面感到焦虑。”

“我很早就希望回学校上课了,今天回到教室后,我很激动,和同学们聊起了自己居家学习生活的点点滴滴。”这是城中小学六(2)班同学茅译予的心里话。她表示,在居家学习期间,大家都可以通过网课相见,虽然一个月没有见到“真人”,再见面时大家并没有生疏感。

据了解,昨天,我市主城区高中、初中和小学、幼儿园学生、儿童均到校到园复课复学,相关学校、幼儿园均运行稳定,秩序井然。

## 复课后将开展专项督察

“拿好各自的午饭,回到自己的位置上……”昨天中午,崇川区永兴幼儿园的孩子们排着队拿好自己的午饭,坐在自己的椅子上,享用复课后的第一顿午餐。记者发现,为了做好疫情管理,孩子们吃饭的桌子也用透明隔板隔离好,杜绝交叉感染。

永兴幼儿园园长陈荣芬说:“复课后,幼儿园严格按照区教育局有关疫情防控的规定执行。除午餐

外,我们将幼儿接送时间、课间的玩耍时间等实行严格错时管理,确保幼儿安全健康。”

崇川区教体局体卫艺科科长曹春华表示,复课复学后,辖区内学校、幼儿园均要严格校门出入管理,严格落实“日报告”“零报告”制度和晨、午检制度,严格落实每天师生员工20%的核酸抽检,确保校园内疫情防控体制的顺利运行。

他说:“复课复学后,崇川区教体局将通过‘四不两直’的方式对全区小学、幼儿园开展现场督察。”

## 家长不要传递负面情绪给孩子

经过一个月的线上学习,一些家长和学生面对线下学习会出现哪些问题?如何解决?记者采访了崇川区心理健康教研员周萍。

周萍表示,在前一阶段的情况了解中,发现有同学因返校的临近,出现了焦虑和紧张的情绪。她说:“对于孩子出现这种情绪,孩子和家长都要主动接纳。在返校前后出现上述情绪,是孩子个体自我防护的一种体现,只要通过积极暗示、转移注意等,这种情绪很快就会消失。”周萍认为,要相信孩子经得起疫情的考验,有时候适应不同状态的变化,可能是一瞬间,也可能需要几天。

周萍提醒学生家长:危机状态下,家长们接收到的信息多,担心的事情更多,家长很难接受孩子在家里一副放松或者无序的状态,家长的心理感受用“内忧外患”这个词语来描述便很贴切。但无论处于什么状态下,家长都要切记不要将自己的焦虑等负面情绪传递给孩子,懂得控制好自己的情绪,才是良好亲子关系建立的开端。 本报记者沈樑

崇川疾控发布健康提示:

## 解封不是解防 防控不能松懈

**晚报讯** 从昨天起,全市除封控区、管控区以外的其他区域进入常态化疫情防控状态,有序恢复正常生产生活秩序。崇川区疾控中心发布健康提醒:尽管我市疫情防控阻击战取得了阶段性胜利,但“解除”不等于“解防”,当前疫情防控形势依然严峻复杂,市民防控措施依旧不能松懈。

广大市民应继续坚持“防疫三件套”,牢记“防护六还要”。居家时,注意通风换气,做好清洁消毒。外出时,正确佩戴口罩,做好个人防护,加强手卫生,保持1米以上安全社交距离,不扎堆,不聚集,注意咳嗽礼仪,保持健康生活方式。发现异常要第一时间上报所在街道社区进行处置。

当前,全程接种疫苗仍可以有效降低奥密克戎变异株引起的住院、重症和死亡风险。接种加强针,还能有效降低奥密克戎变异株引起的突破感染风险。疫苗是预防控制新冠肺炎最经济、最有效的手段,更是每一位公民应尽的责任和义务。每位市民要做到应接尽接,特别是“一老一小”等重点人群以及需要加强免疫接种的人员。如尚未接种疫苗,请尽快预约登记,根据安排有序到疫苗接种点接种新冠疫苗。

广大市民应密切关注国内疫情动态,从官方新闻媒体获取疫情有关信息,不造谣、不信谣、不传谣,对无法甄别真伪的疫情信息不转发、不传播。非必要不出市,不前往有疫情发生的地区,所有市外来(返)崇人员需提前向所在社区、单位(或入住酒店)报备,携带48小时内核酸检测阴性证明,并严格落实相应的健康管理措施。

市民应遵守所在社区、工作单位

及各种场所关于疫情防控的相关规定,自觉遵守测温、查验健康码和行程卡、核酸检测、扫描场所码等防控要求,行程卡带“\*”人员、健康码“红码”“黄码”人员不得进入公共场所和人员密集场所,不得乘坐公共交通工具。

市民还应加强健康监测,自己和家人一旦出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅(味)觉减退、腹泻等症状,请立即到就近发热门诊就诊,主动、如实告知个人旅居史、活动史和接触史,就医过程中请佩戴口罩,尽量避免乘坐公共交通工具。

尽管目前餐饮服务场所堂食已经恢复,但疾控专家建议市民仍应减少不必要的聚集和聚会,严禁大规模的聚集。家庭私人聚会聚餐要控制人数和时长,提倡隔位就座,使用公筷公勺或实行分餐制;有流感等症状者不参加。

市民应注意安全收取快递。非必要不从境外高风险地区邮购商品,谨慎邮购国内有本土疫情报告所在地区的商品。关注个人快递包裹的原发地和集散地是否在中高风险地区,尽量采用无接触式收取快递,收取快递包裹时,应做好个人防护,并利用消毒剂等进行消毒。禁止通过网购、代购、海淘等方式购买来源不明、无相关证明的进口冷链食品。

此外,市民应积极配合社区或单位组织的核酸检测工作。采样时,自觉排队、保持2米间距,规范佩戴口罩、做好个人防护。疫苗接种48小时后方可参加核酸检测。

崇川疾控提醒:面对疫情,人人都是防线,在疫情防控形势持续向好、生产生活有序恢复的关键阶段,我们每个人更须切实扛起自己的责任,坚决巩固来之不易的胜利成果,共同守护崇川福地! 记者冯启裕

## “解封不解防”自律者最美



“期待已久”“终于等到这一天”……市疫情防控2022年第59号通告4日晚11时22分在“南通发布”微信公众号上推出,虽已是深夜,但阅读量很快突破10万+,市民们在评论区表达着喜悦。由此可见,“解封”一事多么牵动众人心。

“解封”固然可喜,但远未到放松的时候。正如崇川区疾控中心发布健康提醒所言:尽管我市疫情防控阻击战取得了阶段性胜利,但“解封”不等于“解防”,当前疫情防控形势依然严峻复杂,市民防控措施依旧不能松懈。

可以毫不夸张地说,南通疫情防控

阻击战之所以能取得成效,与广大市民的无私付出与大力配合密不可分。尤其是,听从政府号召,自律自强抗疫——这看似寻常的举动,是市民高素质的体现,其实也是一种“共克时艰”。换句话说,人人都自律,就是对防控的最大贡献。

何谓自律?有文章这样归纳:自律,就是将两件事做到极致的能力——一是做不喜欢但应该做的事情;二是不去做喜欢但不应该做的事情。常态化疫情防控下,我们要坚持做好戴口罩、测温、查验两码、核酸检测等应该做的事,不做集聚、隐瞒行程等不应该做的事情。

面对突如其来的疫情,人人都是受害者,但人人也都是战斗者。“解封不解防”,考验的是你我他的自律能力。让我们携手继续加油,坚持到底,才能也必将获得最后的胜利! 孟祥华

## 特教中心复课秩序井然 高考“云考场”将启用

**晚报讯** 聋六年级学生上《沟通与交往》课,聋中专3班同学们在画室临摹色彩画、盲中专一年级学生上足疗课……昨天,南通特殊教育中心在做好疫情防控的同时有序恢复线下教学,该校中专部11名备战高考的残障学生也已全部返校。

特教中心副校长施建军介绍,上月中下旬,几名聋生已陆续在家

中参加了浙江特殊教育职业学院和绥化学院的线上高考。他们还将报考北京联合大学特殊教育学院、长春大学特殊教育学院、南京特殊教育师范学院等高校,报考专业为计算机、艺术设计、针灸推拿等,这几所高校考试时间和考试方式还未定,“学校‘云考场’”上月初已布置好,可以为各所高校举行的线上考试提供保障。” 记者尤炼