

蔬菜、大米、泡面……热心市民慰问防疫一线工作人员

## 有一种爱叫“花式投喂”

**本报讯** 自新冠肺炎疫情发生以来,各界爱心人士都竭尽全力筹集物资支援抗疫一线,嘉定的企业家、普通市民也在积极贡献力量。这些举动,温暖了防疫一线工作人员,传递着灾难之下的人间真情,汇聚起打赢疫情防控阻击战的磅礴力量。

“还是老灶头烧出来的菜饭好吃!”2月22日中午,外冈镇葛隆村办公室飘出阵阵香味,原来是村民高永先一家为村干部送来了加餐。高永先早年失去独子,爱人受此打击变得体弱多病。村干部时常上门嘘寒问暖,小到饮食起居,大到贫困救助,在方方面面给予帮助和支持。“我早把他们当成自己的孩子了。现在是非常时期,他们每天都奋斗在防疫一线,我就想帮他们烧点小菜,让他们吃得好点。”说起村干部,高永先神情难掩慈爱。

高永先一家的善举感动着身边的

人,邻居高介康得知后,二话不说主动加入加餐行列。他带着自家地里的菠菜、大白菜、萝卜等新鲜蔬菜,和高永先一起商量开出了一周的菜单。就这样,两家人每天轮流为葛隆村的村干部准备菜肴。“吃在嘴里,暖在心里。”看着他们斑白的鬓发和朴实的举动,村干部们动情地说。

“这些是我自家种的小菜,希望社区工作人员能吃得好点,保重身体!”2月19日,家住新城路街道嘉乐社区的徐老伯,委托家人把近30公斤卷心菜送到社区居委。今年77岁的徐老伯是一名有50余年党龄的老党员,他在嘉定新城(马陆镇)那儿有块自留地,平时种些蔬菜。当看到疫情期间社区工作人员和志愿者忙里忙外,就想给他们送些蔬菜,改善下伙食。

无独有偶,同一天,安亭镇30个社区的社区工作人员和志愿者也收到

了“暖心菜”。一早,龚冈村的一处蔬菜大棚内,几位村民正在帮承包经营户陈俊收菜。来自河南的陈俊今年31岁,来到龚冈村已有5年多时间。他种的生菜、冰草因品质优良,销往上海各大西餐厅。疫情发生后,他了解到安亭很多社区防疫人员,每天忙得只吃方便面,就决定把他种的蔬菜送给他们,“我的菜没打过农药,是有机食品。”在村民们的帮衬下,1500多公斤生菜采摘包装完毕。随后,陈俊开车将菜送到镇地区办,由地区办转赠给辖区30个社区。不少社区工作人员品尝后赞不绝口:“生菜又嫩又甜,好吃!”

2月18日,位于金山区的上海市公共卫生临床中心的20名医护人员,也收到了一份甜蜜的礼物——蜂蜜浆。这是嘉定工业区越华社区退休党员苏品成,对抗疫一线医护人员表达的感谢和关爱。

今年69岁的苏品成曾在海军服役过7年,退役后回到家乡,成了一名专业养蜂人。疫情发生后,苏品成内心焦急,特别是看到医护人员前赴后继、英勇无畏地奔赴前线,深受触动。“虽然我捐得不多,但这都是自己养的,吃着放心。希望一线医护人员保重身体,用更饱满的精神打赢这场战斗!”2月17日一早,他特地开车载着20瓶蜂蜜浆来到上海市疾控中心,将其交给工作人员,委托他们送到上海市公共卫生临床中心的医护人员手中。其实,苏品成给医护人员赠送蜂蜜浆已不是第一次了。2003年“非典”时期,他也曾给上海市卫生局捐赠过一箱蜂蜜浆,让卫生局转赠给一线的医护人员。

除了送菜、蜂蜜浆外,南翔镇的企业家还为防疫一线工作人员送去了大米和泡面。这两天,上海祥森米业有限公司负责人王长龙及家人忙得热火朝

天,由于疫情期间工人们都未复工,1000公斤大米的打包运送工作,只能由王长龙及其爱人、侄子三人完成。随后,他们便将装着优质黑龙江大米的袋子装车,分别送至南翔医院和南翔镇社区卫生服务中心。

疫情发生后,王长龙就一直关注着各方消息。当他看到一线工作人员为疫情防控奔波忙碌到只能吃泡面、饼干时,他和爱人当即决定捐赠大米。“我们没有防护服和口罩,但有大米啊!我们可以让医护人员每天都吃上香喷喷的大米饭!”王长龙说。

和他有相同想法的上海昌成科技有限公司负责人郑启诚,也将自掏腰包购买的400箱泡面,送往辖区各居村。他说:“一线工作人员太辛苦了。我选了红烧牛肉、老坛酸菜、卤香牛肉等多个口味,让大家在辛苦工作之余能吃上口热的。”

嘉融媒综合采访

## 爱心义剪解决“头”等大事

**本报讯** 受疫情影响,开门营业的理发店寥寥无几,让理发这件看似简单的小事,成了不少人的难事。

“太感谢了,在这个特殊的时候,还能想到我们!”2月18日,家住菊园新区嘉悠社区的老人赵挺宽,握着社区工作人员庄志良和苏鸣的手连连感谢。原来,社区居委考虑到不少理发店都未营业,而社区里的独居老人、高龄老人和纯老家庭都在为理发发愁,便组织社区工作人员上门免费理发。为尽可能降低病毒传播的风险,社区工作人员佩戴了口罩,准备了消毒液。赵挺宽高兴地说:“给我解决了大难题,贴心!”

那些奋斗在一线的防疫工作人员,同样也有着这样的苦恼。徐行镇曹王村志愿者赵建青这几天一直带着鸭舌帽,别人以为他是为了保暖,其实他是为了遮发。村民陈婷知道后,特意邀请从事理发行业的陈炳志,为村内防疫一线工作人员免费理发。“简直焕然

一新!我原本10天就要理一次发,这次过了20多天了。”理完发的赵建青觉得一身轻松。陈炳志告诉记者,所有工具事先都会用紫外线消毒,毛巾也是人手一条绝不混用。“每次理完,我都会对工具消毒一遍,理发间每次也只允许两个人进。”陈炳志表示,今后还将走进其他村居提供免费理发。

在华亭镇,一支由专业理发师组成的爱心志愿义剪队,连日来奔走在社区卫生服务中心、派出所、检查站等场所,为一线工作人员解决“头”等大事。“我都长出鬓角和刘海了!”医护人员郭万奎笑着说。剪短、打薄……只见理发师娴熟地挥舞着手中的梳子和剪刀,理完后郭万奎看上去精神多了。义剪队成员孙志高表示,志愿者上岗前须经过一系列必要检查,做好个人防护和工具清洁消毒工作。为避免人员集聚,理发服务分批进行。“看着他们理完发后满意的眼神,我们也感到欣慰。”孙志高说。

嘉融媒综合采访

## 沪苏合力助“失踪”老人回乡

**本报讯** 在防疫抗疫的特殊时期,各地都加紧了街头流浪人员的管理。得益于此,2月17日,“失踪”36年的老人在沪苏两地人员的帮助下,顺利回到了家乡外冈镇周泾村。

76岁的范义(化名)父母早逝,除一个过继在外的妹妹外便无依无靠。1984年10月,他在一个夜晚选择了不辞而别,之后去过连云港、常熟等地,靠干苦力、捡废旧物品等为生。一年前,他漂泊到了无锡市惠山区钱桥街道南塘社区,靠着好心人施舍度日。

2月11日晚,范义突发疾病晕倒在地,南塘社区工作人员获悉后第一时间拨打了120,并和医护人员一同将他送至医院急救。“老伯伯,您家住哪里?”无锡警方赶来后,范义颤颤巍巍地在纸上写下了“上海市嘉定区外冈镇新镇周泾大队”几个字。无锡警方

随即与嘉定警方取得联系。

外冈派出所收到相关信息和老人照片后,与失踪人员信息进行了比对,发现范义的名字确在失踪人口的名单上。2月17日,亲属初步确认后,在两地警方的协助下,范义顺利回到了家乡外冈镇。但令人遗憾的是,范义73岁的妹妹身体欠佳尚在住院,加上他是返沪人员,两人目前还无法相见。回沪的范义目前由外甥女婿都先生陪同,一起居家健康观察14天。村委会表示,将尽力协助其家属妥善安排后续之事,让这位身世坎坷的老人安享晚年。

通讯员 邓妙华

## 房屋出租

嘉定区丰庄路333号二楼出租,出租面积180㎡。安亭镇墨玉路玉兰一村23东出租,出租面积122㎡。安亭镇墨玉路83号底楼南侧门面房出租,出租面积62㎡。祁连山南路2245号二楼出租,出租面积216㎡。清河路62底楼门面房出租,出租面积70㎡。安亭镇安诚路318弄10号202室出租,出

租面积132.88㎡。安亭镇安诚路318弄11号201室出租,出租面积115.07㎡。具体事宜面议。有意者请与邮政综合办联系,联系人:高先生,联系电话:18019798322。

## 遗失声明

钱华锋,遗失上海市公共汽车和电车客运从业人员培训合格证,证件号100220,声明作废。



春风拂,梅瓣轻。日前,古猗园内暗香浮动,已绽放的梅花品种有宫粉、绿萼、白梅等,有的白里透红,有的洁白典雅,有的粉色如霞……成片的梅花像云霞装扮着大地,点缀着春日。古猗园目前虽处于闭园状态,但市民可通过微信公众号“上海古猗园”,线上游园赏花。

通讯员 李琦/摄

战“疫”期间如何穿好“心理防护服”?

## 心理援助热线24小时线上服务

**本报讯** “我睡不好,胸口闷,喘不过气……”2月18日8:30,嘉定区心理援助热线接线老师、国家二级心理咨询师余国荣,接到一位女青年来电求助。受疫情影响,这位女青年每日都很焦虑,且无法得到有效纾解,无奈之下拨通了心理援助热线。“我很理解你的心情,疫情导致大家无法出门,时间长了心情难免压抑,出现身体不适很正常……”在余国荣的耐心劝慰下,女青年的情绪逐渐缓和。

自新冠肺炎疫情发生以来,嘉定区心理援助热线(021-39590800)24小时在线,23名心理老师在线向市民提供心理疏导等公益服务,舒缓和减轻市民因疫情所致的心理困惑,为市民穿上“心理防护服”。

“2月1日至今,我们已经接到50多通来电,都是与疫情有关的焦虑、担

忧以及相关政策的咨询。”嘉定区心理援助热线项目负责人、国家二级心理咨询师王婉仙介绍,接线老师会尽力疏导求助者的负面情绪,帮助对方重新建立克服困难的信心和勇气。

疫情当前,有人焦虑恐慌,听到一声咳嗽都浑身紧张;也有人身体稍有不适,就担心自己被病毒感染,濒临崩溃。“这日子过不下去了!”2月19日10:00左右,市民丁阿姨拨通了热线电话,向接线人员诉苦,“疫情发生前,我就咳嗽了好几个月了,现在每天都担心自己被感染,晚上睡不着,心慌得不得了!”丁阿姨还从网上看到许多夸张、负面的疫情消息,例如返沪人员增多、超市东西买不到等。此外,她还发现自己最近有几次出门后,体温忽高忽低,更加深了她的恐惧。

接线老师方昉告诉丁阿姨,类似

的情况大家都会经历,建议她尽量少看网络上的一些负面的、不实的信息,多看官方消息,同时对一些存在偏颇和不实的消息进行了澄清,“我们希望她能多沟通、多倾诉,放松心情后,若身体上的不适还未消除,再去医院就诊。”经过近20分钟的疏导,丁阿姨逐渐放松下来,甚至与老师玩笑:“说出话来舒服多了,听你这样一讲,我顿时觉得自己体质蛮好,应该没什么问题。”

“疫情,改变了我们的生活方式。多数人闷在家里,每天接收的信息都是关于疫情的消息,有的人心理承受能力差,确实需要疏导。”方昉表示,除了普通市民外,那些奋战在抗“疫”一线的医务人员、公安干警、社区工作人员等,若出现恐慌、焦虑、抑郁、失眠等情况,也应及时寻找心理援助。

记者 刘静娴