



让群众过一个特别而又温馨的春节

与苗族村民一起做黄粑、聊家常，祝福他们“日子越过越幸福甜美”；在生鲜超市察看春节前市场供应、年货供销、物价运行等情况，亲切询问大家年货备齐没有；走入基层社区，指出要让社区成为居民最放心、最安心的港湾……新春佳节即将到来之际，习近平总书记赴贵州看望慰问各族干部群众，强调各地区各部门要做好就地过年的服务保障工作，让群众过一个特别而又温馨的春节。

牵挂殷殷，情意切切。春节前夕看望慰问基层干部群众，是习近平总书记每年的一项重要活动。从“瘠苦甲于天下”的甘肃定西到内蒙古阿尔山哨所，从陕西梁家河窑洞到四川大凉山腹地，从北京老城胡同到云南少数民族特色村寨……总书记察民情、访民意，行程万里，人民至上。群众日子过得怎么样？生意好不好？脱贫攻坚任务完成得如何？春节期间“菜篮子”“米袋子”“果盘子”的供应能否跟得上？习近平总书记行之所至，言之所及，思之所向，无不关乎人民，彰显着大国领袖的人民情怀、共产党人的赤子之心。

今年的春节，注定不同寻常。正如习近平总书记

所强调的，“当前外防输入、内防反弹任务仍然艰巨。为减少疫情传播风险，提倡就地过年。”全国上下，就地过年的倡议一经发出，广大党员干部发挥模范带头作用，积极响应号召，以实际行动助力春节防疫大局；很多人改变返乡计划，有的甚至选择继续坚守工作岗位，畅想着“等春暖花开，再和家人一起团聚”。正所谓“不是不想家，是想为大家”，人们响应就地过年的号召，某种意义上也是舍小家、为大家，是在用个人和家庭的付出为防疫大局添砖加瓦。这份有责任有担当的守望，让今年这个特别的春节，有了更为特别的内涵、更值得铭记的记忆。

一个特别而又温馨的春节，如果说“特别”反映的是疫情防控的客观现实，那么“温馨”则是可以努力的目标。如何确保身处异乡也能感受到温馨的节日氛围？在北京，市属公园免费开放，2021年度北京惠民文化消费电子券、冰雪公益体验券发放提前启动；在上海长宁，选择留沪过年的外卖小哥，收到了写有“你是这个城市最靓的仔”的工作照，还将享受工会提供的通信补贴、健康医疗补贴、影音娱乐礼包等“新年礼包”；在江苏泗阳，学校精心设置“视频见面会”“家访

计划表”，关爱留守儿童，想方设法满足无法返乡的父母与孩子渴望团圆的诉求。一系列务实举措，既有力度也有温度，让就地过年者暖心，让在家过年者顺心，让人们在不断提升的获得感中切实感受到“此心安处是吾乡”。

一个特别而又温馨的春节，呈现着特别的“年味”。在中国传统文化里，春节本来就是一个感受家国情怀的时间节点。在这个春节，习近平总书记看望慰问各族干部群众，各地各单位推出一系列防疫情、保民生的务实行动，体现了以人民为中心的发展思想，这是国家对人民的呵护；在这个春节，无数人支持防疫大局，就地过年、文明过节蔚为风尚，展现出家国一体、家国同心的力量，这是人民对国家的担当。这样一种家国情怀，既是春节最为深厚的文化意蕴，更是中国战胜各种风险挑战、从胜利走向胜利的力量之源。

2021年，我们进入“十四五”时期，开启全面建设社会主义现代化国家新征程。进一步巩固拓展统筹疫情防控和经济社会发展的成果，继续齐心协力干、加油好好干，我们定能干成一番新事业，干出一片新天地！（来源：《人民日报》）



为迎接中国农历新年，法国邮政公司2月6日在巴黎举行牛年生肖纪念邮票发行仪式。这套由法国华人艺术家陈江洪设计的牛年生肖邮票共两枚，一枚票面上牧童手捧花枝坐在牛背上，牛头上戴着大红花；另一枚票面上则是胸前戴着大红花的黄牛。邮票票面上下方分别用法文和中文书写着“牛年”字样。（来源：新华社）

医生提醒：健康过春节，需要注意这些

春节即将来临，在广大市民欢度假期的同时，健康问题也不能忽视。近日，东南大学附属中大医院各科专家联合发出健康提醒：过年也有“节日综合征”，健康过春节，需要注意以下几点。

肠胃：年夜饭注意食物搭配，远离暴饮暴食

每年春节期间，也是肠胃疾病高发期。中大医院消化内科刘洋主治医师提醒，在吃年夜饭的时候，一定要注意食物的搭配、选择与烹饪方法，并且要控制食量。此外，有既往肠胃病史的人群和老人、儿童一定要注意保暖，不要受凉，饮食上不要吃生冷的食物。特别是有溃疡的人群，再去喝酒、吃火锅此类辛辣的食物，会对黏膜造成损伤，导致溃疡的加重。

大脑：牌桌上也要控制情绪，谨防中风

亲戚朋友相聚，难免围成一桌玩个牌搓个麻将，趁着节日的喜气娱乐身心。然而有人打牌时容易情绪激动，甚至因此引发脑梗。中大医院神经内科副主任郭怡菁主任医师提醒，春节期间气温变化大，天气寒冷，再

加上节日里生活规律被打乱，饮食较为油腻，老年人发生脑血管疾病的风险高。特别提醒广大老年人发生头晕头痛、言语不清、手脚麻木等症状时要尽快就医。天气寒冷时，老年人最好等太阳出来了再外出，保持作息规律，有意识地控制情绪，戒烟戒酒，节日期间也要注意清淡饮食，少油少盐。

眼睛：戒掉睡前坏习惯，让心灵的窗户好好休息

心灵的窗户弥足珍贵，应该得到小心翼翼地呵护，然而不少人因为放假“黑白颠倒”，晚上熬夜看直播、追剧。中大医院眼科主任栾洁主任医师提醒，想拥有明眸善睐的眼睛，就赶紧戒掉晚上玩手机的恶习。如果实在需要用手机，晚上可开着灯别让对比那么强烈，手机的屏幕亮度也可以调节到不那么刺眼，让眼睛看得舒服些。发现眼睛视物异常要及时就医，尽快找眼科医生详细检查。

心灵：给自己的精神和心情放个真正的假

节假日对一些高度紧张状态下工作的人群而言，突然闲下来无事可做，可能会有一种失落感，反而容易

出现抑郁、失落、焦躁不安等情绪。中大医院心理精神科侯正华主治医师提醒大家：这类人群保持良好的饮食习惯、作息规律很重要，避免睡眠过迟或睡眠过多，可以通过旅游、听音乐、读书等休闲方式来调节，给自己的精神和心情放个真正的假。另外，失去亲人的群体或子女不在身边的老年人、外地打工者，会感到思念、孤独、失落，也是节假日容易产生心理问题的人群，亲人或子女要多关心、多问候，使他们心理上不感到孤单。

中大医院感染管理科副主任程科萍提醒广大市民，在春节这个欢乐的节日里，同样不能放松疫情防控。外出时应注意加强自我防护，勤洗手、戴口罩，减少聚集。如果有需要跨区域流动，应向单位或所在社区居委会提前做好行程报告，配合做好疫情防控工作。出行前，应详细地了解目的地的疫情风险等级和疫情防控要求，避免前往疫情中、高风险地区。注意加强个人健康管理，日常要密切留意家人和自己的健康状况，如果有发热、乏力、干咳等不适症状，应尽早到就近的医疗机构就诊。（来源：交汇点）

江苏出台新冠疫情防控应急预案

保持二十四小时运行状态

2月6日，新华日报·交汇点记者从江苏省新冠肺炎疫情交通防控组获悉，日前已印发《江苏省新冠肺炎疫情交通防控应急预案》，明确对新冠肺炎疫情交通防控分四个应急响应等级进行分级控制。

《应急预案》明确了应急指挥机构和交通、公安、卫健委、海关、国家海事、民航、铁路等各部门职责，要求各地各单位落实常态化疫情防控措施，按照“外防输入、内防反弹”的要求，坚持可知可控、精准防控切实以“防得好”保障“放得开”。

《应急预案》要求各地各单位：强化疫情防控应急指挥机制，严格控制交通客流，完善运输组织方案，优化运力调配、避免旅客滞留和聚集，做好进站（机场）、候车（机、船）等站区空间快速测温 and 客流引导，积极开展联网售票、电子客票和定制客运服务，减少人员聚集和交叉接触；严格落实“两站一场一码头”和城市公共交通防疫措施，实施消毒通风、佩戴口罩、体温检测、分区分级客座率控制、“苏康码”核验、行程卡查验、卫生清洁、信息登记、发热乘客移交和从业人员健康监测、个人防护等措施；强化进出中高风险地区客运管控，强化国内中高风险地区来苏人员排查和转运，督促“两站一场一码头”利用健康码、行程卡、购票信息等认真排查国内中高风险地区来苏人员，设立接驳转运工作专班；做好入境人员闭环转运管理，以最严措施组织做好入境人员“点对点、一站式”接运工作；严格做好进口货物疫情防控措施，加强进口高风险非冷链集装箱货物运输防控；加强港口和船舶疫情防控。

当前，江苏省疫情防控工作领导小组已设立核酸检测力量调度、流调溯源、区域协查、交通管控等工作专班，分别由医疗救治组、预防控制组、社会及社区防控组、交通防控组牵头负责。江苏省交通防控组要求各地结合实际设立交通管控工作专班，省市两级交通管控工作专班保持24小时运行状态，密切跟踪疫情形势，一旦出现本土疫情要迅速派员赴当地指导，督促疫情发生地第一时间启动应急响应，严格做好交通防控、运输保障等各项工作。（来源：交汇点）

我国又一个新冠病毒疫苗附条件上市

北京科兴中维生物技术有限公司的新冠病毒灭活疫苗“克尔来福”2月5日获批附条件上市，这是我国获批的第二个新冠病毒疫苗。

国家药品监督管理局官网信息显示，国家药监局根据疫苗管理法、药品管理法相关规定，按照药品特别审批程序，进行应急审评审批，附条件批准该疫苗上市注册申请。

科兴中维随后表示，该疫苗用新冠病毒（CZ02株）接种非洲绿猴肾细胞（简称Vero细胞），经培养、收获病毒液、灭活病毒、浓缩、纯化和氢氧化铝吸附制成，不含防腐剂。疫苗的基础免疫程序为2剂次，间隔14天至28天，每一次人用剂量为0.5毫升。

2020年6月，该疫苗在我国获批紧急使用。2021年1月以来，印度尼西亚、土耳其、巴西、智利、哥伦比亚、乌拉圭等国陆续批准该疫苗在当地的紧急使用。

根据国家药监局规定，疫苗上市许可持有人需继续开展相关研究工作，完成附条件的要求，及时提交后续研究结果。

此前，国药集团中国生物的新冠病毒灭活疫苗已获国家药监局批准附条件上市。我国计划通过疫苗接种建立全人群免疫屏障，并向全民免费提供新冠病毒疫苗。（来源：新华网）

就在盐城过大年！

10万张免费门票 每个手机号每天限领一张

今年春节期间，广大市民和外地在盐工作人员将有机会免费获得10万张来全市旅游景区的门票……2月5日，记者从“我的盐城”APP建设推进会上获悉，此举旨在通过“上云增智”，构筑“一机游盐城、一图览文旅、一键畅服务”的智慧文旅服务架构，充分发挥“互联网+文旅”的优势，致力于打造盐城文旅的“最强大脑”。

眼下临近春节，为丰富广大市民和外地在盐工作人员假日生活，共享旅游发展成果，全市16家旅游景区，面向广大市民和外地在盐工作的人员推出10万张免费门票。

春节期间惠民旅游景区分别是：中华麋鹿园、丹顶鹤湿地生态旅游区、东台市天仙缘景区、东台市黄海森林公园景区、东台安丰古镇、东台条子泥、建湖九龙口景区、射阳安徒生童话乐园、大丰上海知青纪念馆、大丰荷兰花海景区、大丰梅花湾景区、盐都大纵湖湿地公园、盐都大纵湖东晋水城、阜宁金沙湖旅游景区、亭湖大洋湾生态旅游景区、盐城市盐立方广场等。

市民如何才能申请那些免费门票呢？

通过“我的盐城APP”首页的“景区惠民活动”专区进入预约页面，每个手机号每天限领一张。

门票预约时间：2021年2月6日—2月16日，每天限额发放；

门票使用时间：2021年2月11日—2月26日。

用户凭预约码到申请的景区检票口进行核验入园。

（来源：盐城新闻网）



禁止燃放烟花爆竹

保护环境 从我做起

禁放区域严禁燃放烟花爆竹

