



战疫情 她在线

河北省心理干预协会：

两部心理援助热线已运行 456 小时

□ 中国妇女报·中国妇女网记者 周丽婷

“你好，这里是心理危机干预绿色通道，我是56号心理咨询师志愿者，我在这里听您诉说。”

“我回到家后什么也不想干，甚至无法平躺，呼吸困难，只能坐到天亮。”

1月18日凌晨1:00，心理咨询师晓白（化名）接到了护士敏敏（化名）的电话。敏敏在医院负责新冠疑似人员的护理工作，已经连续奋战十多天了，疲劳让她情绪低落，可她又担心自己状态不好会影响工作，因此有些愧疚和自责。晓白一边倾听，一边共情敏敏的辛苦，慢慢引导她接纳自己的脆弱与害怕。晓白问敏敏“你喜欢吃什么？喜欢做什么运动？”“食物能补充身体能量，运动可以调节肌肉紧张，而音乐、冥想与积极想象可以提升心理能量”。通话中，晓白带着敏敏练习了呼吸法与保护球冥想。40分钟后，敏敏的情绪便好了很多。

石家庄疫情暴发后，1月5日，河北省心理干预协会迅速集结60名专业心理咨询师志愿者、10名督导，开辟心理危机干预绿色通道。

1月9日，一场题为《疫情背景下如何应对焦虑》的战“疫”心理健康公益直播开讲。这场直播针对136名志愿者提供了心理健康辅导。河北省心理干预协会专家团队石聪欣说：“他们在社区协助一线医护人员做核酸检测。工作量大，工作环境艰苦。这样的培训对他们来说是非常必要的‘心理按摩’。”

半个月以来，心理咨询师们通过两部心理援助热线、微信一对一咨询、直播课堂等方式，为石家庄集中隔离区500名左右医学观察人员、100多位医护人员、冀城区的十几万中小学生及家长、河北某区2万多公安干警提供定向专业心理援助，守护心灵防疫线。

河北省心理干预协会会长钱永霞说：“疫情的发生，人们容易因信息的不确定性、生活环境的改变以及高负荷的工作，产生焦虑、恐慌，甚至造成创伤。我们开辟心理援助绿色通道，希望从专业角度为特殊人群提供心理支持，为夺取抗击疫情胜利贡献我们的一分力量。”

自1月5日心理援助绿色通道全面开通至1月23日24时，2部热线正常运行456小时，接听热线近百个，一对一空中个案30多例，直播心理公益课8场；同时为河北保定市公安局2万多名干警提供心理支持，目前已服务364人次。截至目前，河北省心理干预协会“心理援助热线绿色通道”直接为8000余人次提供了心理援助。

绿色通道开通以来，隔离区儿童、被单独隔离的中学生的心理问题引起协会的特别关注。石聪欣介绍，越是在成年人疲于应对外部事件，无暇顾及儿童的生活和情感需求的时候，这一事件对儿童的心理影响有可能越严重，也许当下的影响不明显，但是对儿童未来的影响深远。“我们根据不同年龄的心理需求，制定出了0~3岁、4~6岁、7~9岁、10~12岁等不同年龄段的分层心理干预方案，并向相关部门建议购买一些油画棒和绘本，发放给隔离区的孩子，使孩子们可以用表达性方式处理消极的情绪。我们的心理咨询师会教给家长如何和孩子们通过游戏提供情感支持，即使我们的心理援助结束了，对父母未来和孩子相处也有裨益。”石聪欣说接下来会采用直播课堂方式帮助这些隔离区的孩子，把疫情带给他们的心理创伤降到最小。



黑龙江绥化市青冈县巾帼志愿者积极协助医护人员进行居民信息登记工作。

河北石家庄：

两位女劳模冲在抗疫保供最前线

□ 中国妇女报·中国妇女网记者 周丽婷

1月20日上午11时，400只凌晨刚出锅的“金凤扒鸡”送到了位于石家庄市体育馆的“火眼”实验室。中午，夜以继日进行核酸检测的“白衣天使”们吃到了正宗的石家庄特产。

石家庄洛杉奇食品有限公司总经理李宗力对中国妇女报·中国妇女网记者说：“当前，抗击疫情进入关键阶段，生活物资供应是保障民生最重要的工作之一，公司作为石家庄市第一批线上保供单位，第一时间改变生产工艺流程，组织人员迅速开展线上销售、线下无接触配送，助力市民餐桌供应，



米鸿雁和员工一起制作面点。

为抗疫保供贡献力量。”

洛杉奇公司的车间里，穿着洁白工作服的工人们一派忙碌。全国五一劳动奖章获得者——董兰坤、米鸿雁，正带领各自的小分队，冲锋在抗疫保供最前线。

1月5日晚，洛杉奇公司领导班子召开视频会议，决定召集部分员工紧急回厂投入生产。1月6日凌晨2点，公司肉制品车间已经灯火通明，“人手短缺，生产难度很大，我们因疫情阻隔滞留在厂的十几个人经过18个小时奋战，将生产线上所有产品按工艺要求保质完成。”公司肉制品车间主任董兰坤说。

“现在每天接单量是平时的2倍，出货量达到春节销售旺季水平，我们必须全力以赴。”几天来，董兰坤的手机不离手，一天打出去、接进来的电话有多少她都数不清。“因为疫情管控，一些原料、辅料和包装材料供应上不来，我需要协调解决问题，帮助采购部门重新寻找、联络新的供应商。同时，还要带领团队组装惠民礼包，近几天组装礼包及礼盒共计1.5万盒。”

1月6日社区闭环管控后，洛杉奇烘焙车间主任米鸿雁在小区里当起了志愿者，主动参与到组织居民有序进行核酸检测的工作中去。

1月8日烘焙公司被新华区发改局认定为民生物资保障企业开始复工复产。米鸿雁马上逐一联系员工，协调他们在做好自身防护的前提下迅速到岗。

因疫情防控，洛杉奇旗下所有门店关闭，实施线上销售。“每天几百单，是平时工作量的两倍。”连日来，她和面点车间的员工基本上是晚上9点钟才能结束工作，一天要用去百十来袋面粉，生产2万多个面包。

洛杉奇公司从1月9日生产8个品种的面点到现在逐渐恢复到生产40个品类，米鸿雁带着大家“两点一线”地忙活，“大家都觉得在这特殊时刻需要做些什么，都有一种使命感。”米鸿雁说。

东北巾帼：疫情不退我不退

□ 中国妇女报·中国妇女网记者 贾莹莹

辽宁：连续12小时的坚守

岁末年初，辽宁突发疫情。“进入战时状态”的集结号吹响，辽宁各级妇联干部和妇女姐妹迅速投入战“疫”，用柔弱的肩膀扛起党委、政府赋予的责任，用女性特有的细腻和坚韧诠释着巾帼担当，成为抗疫一线亮丽的风景线。

防控就是责任，疫情就是命令。沈阳市妇联机关干部在元旦期间继续坚守在归国人员隔离酒店。在元旦期间送走了80名客人，又接收了80名客人的入住，严格落实各项制度，全力做好暖心服务，确保了隔离工作的安全有序。截至目前，共有1450名入境旅客在市妇联包保的隔离酒店安全解除隔离。

2020年12月31日，沈阳开始第一次全员核酸检测，沈阳各区县（市）妇联机关干部全部下沉到社区，参与全民检测工作。和平区全体妇联干部从元旦期间就开展坚守在一线，每天工作超过12小时。负责流动检测点服务工作的区妇联干部王丹连续长时间在户外工作，防护面罩上挂满了冰柱。沈北新区妇联全体干部从早上7点半奋战到晚上12点，浑南区妇联主席孙彩虹在露天为群众用手机扫码3天。苏家屯区妇联干部宫静利用

间歇组织现场工作人员跳广场舞驱除严寒。

社区工作者中绝大多数是女性，妇联主席中有的怀孕6个月、有的刚刚做完胃切除手术仅11天……但大家都义无反顾、毫无怨言地奋战在一线。

虽时值严寒冬日，辽宁妇女姐妹的战“疫”热情温暖着每一个角落。为进一步发挥妇联组织的“联”字优势，辽宁省妇联还组织各级妇联、妇联执委助力家庭、关爱儿童，开展“温暖战疫情 把爱带回家”特别行动，通过“3+1”妇女议事会模式及时了解家庭的实际困难，把党和政府的温暖送到千家万户。

吉林：398支巾帼志愿联防队在前线

“坚持人民至上、生命至上理念，把疫情防控作为当前的头等大事抓紧抓实抓到位，坚决阻断疫情进一步蔓延。”党有号召，妇联有行动。吉林长春市妇联第一时间行动起来，发动社会组织为抗击疫情贡献巾帼力量。

长春市女企业家协会和长春市归国女性人才协会迅速反应、积极行动，向协会会员发出倡议，在统筹企业疫情防控和稳工稳产的同时，号召企业员工、家属积极配合社区核酸检测工作，并鼓励

□ 中国妇女报·中国妇女网记者 徐旭

“滨河公园点位，预计采样1.2万人，需要30名医护，请接龙。”1月18日凌晨3:30，北京大兴区黄村医院社区科护士胡楠被采样接龙群的微信铃声吵醒，自大兴疫情发生以来，她和同事密切关注着群里的信息。

“想都没想就报了名。”早上8点，胡楠和同事们早就来到采样点做准备。采样点是临时搭建的帐篷，尽管配备的电暖器就在腿边，但还是挡不住寒风的“入侵”，不一会儿，胡楠的手脚就开始发麻。“疫情紧急，任务量大，真的是已经顾不上这些了。”

每采一个人，就要做一次手部消毒，此刻，手套不仅没有保温的作用，更加加剧了手部的寒冷。“感觉手已经不听使唤了，但还在不断重复着同样的动作。”在24日的采访中，胡楠告诉中国妇女报·中国妇女网记者，医院下夜班、休息的同志还在采样群里积极报名，随时待命。

从白天到深夜，当为最后一位群众完成采样时，天空飘起了雪花，胡楠、孙曼和同事们露出了微笑。当日，黄村医院共派出近百余名医护人员参与采样任务，共采集核酸样本2.7万余人次。

除了点位采样，黄村医院还承担着进入到潜在风险居民家中采样的应急任务。医护人员自带物资，挨家挨户进行咽、鼻、肛拭子和血清采集、环境检测……“穿着闷不透气的隔离服入户采样，真的是冰火两重天。”胡楠告诉记者，“里面的衣服全湿透了，热得不行。敲开另一家门之前，我们直接就在楼道里换隔离服，脱隔离服的那一刻，会感到冷风透心而过。”

前几天，李冬敏联系到一位从海外



医护人员在挑灯夜战。

归来的居民，对方要求晚上等孩子入睡了再采样。面对居民的特殊要求，李冬敏非常理解，“大晚上孩子看到我们这些‘大白’应该会害怕。”当天晚上12点，李冬敏和同事结束这家采样后，又联系了下户居民。采完样，这位居民问李冬敏，你们为什么就不能等到第二天呢？李冬敏说：“早一天采完，早一天打败病毒，咱们就早一天恢复正常的生活。”

在防疫一线的绥化市，绥化市妇联第一时间向各级妇联组织、全市广大妇女姐妹和家庭发出《倡议书》，号召广大妇女和家庭在疫情防控中发挥独特作用，同时采取务实举措，深入市妇联帮扶小区学府办事处吉泰社区水利家属楼，为居民送去米面油等抗疫物资56件，解决他们的生活困难，引导小区居民正确认识疫情，安心宅家抗疫，全力配合全市抗疫工作。

在落实好防疫要求的前提下，绥化市妇联干部下沉一线，实地了解他们在生活方面的困难，将积极争取到的抗疫物资发放到帮扶居民手中，叮嘱他们要正确认识疫情形势，相信官方消息，不信谣不传谣，配合社区防疫要求，做好个人防护。

在各级妇联组织的带动下，全省广大巾帼志愿者奋战在各个行业，成为寒冬中最为靓丽的一抹“巾帼红”。齐齐哈尔市巾帼志愿者尚欢、苏亚娟同齐齐哈尔医学院附属三院护士景姝组成的采集队，身着厚厚的防护服，按照分工挨户走访上门检测，冒着严寒共走访了186户居民。佳木斯市东风区巾帼志愿者逐栋逐户续传、摸排，将防控措施落实到户、到人。

一支支“巾帼红”团队不仅在疫情中给人带来了力量，更如同冬日暖阳般温暖着身边人。在牡丹江市林口县，巾帼志愿者陈冬梅熬制抗疫中药，免费分发给弱势群体增强身体免疫力。绥化市庆安县妇联组织巾帼志愿者先锋队为坚守在一线的工作人员送去姜枣茶。双鸭山市巾帼志愿者助力疫情防控工作，为卡点值班人员包馄饨。

点滴汇成江河，黑龙江广大妇女干部和妇女群众日夜坚守在抗疫一线，为了更多家庭的安宁，筑起坚不可摧的巾帼堡垒。

北京大兴区黄村医院女医护一线战“疫”
即刻出发！为了早一天打败病毒