

新闻深1°

天天观点

重庆市十佳最美书店蓝月亮书店

# 以书为媒 打造妇女儿童儿童的温暖之家

- 在线下，蓝月亮书店组织开展“幸福密码 启慧万家”家庭教育活动、B612星球读书会、“小书萌”少儿馆公益阅读等活动
- 在线上，蓝月亮书店举办“名家名篇阅读分享会”“时间有限读书计划”朗读接力等活动，尤其是家庭教育和心理学的阅读会坚持了三年多，在疫情期间也没有中断过

□ 中国妇女报全媒体记者 任然  
□ 乐丁

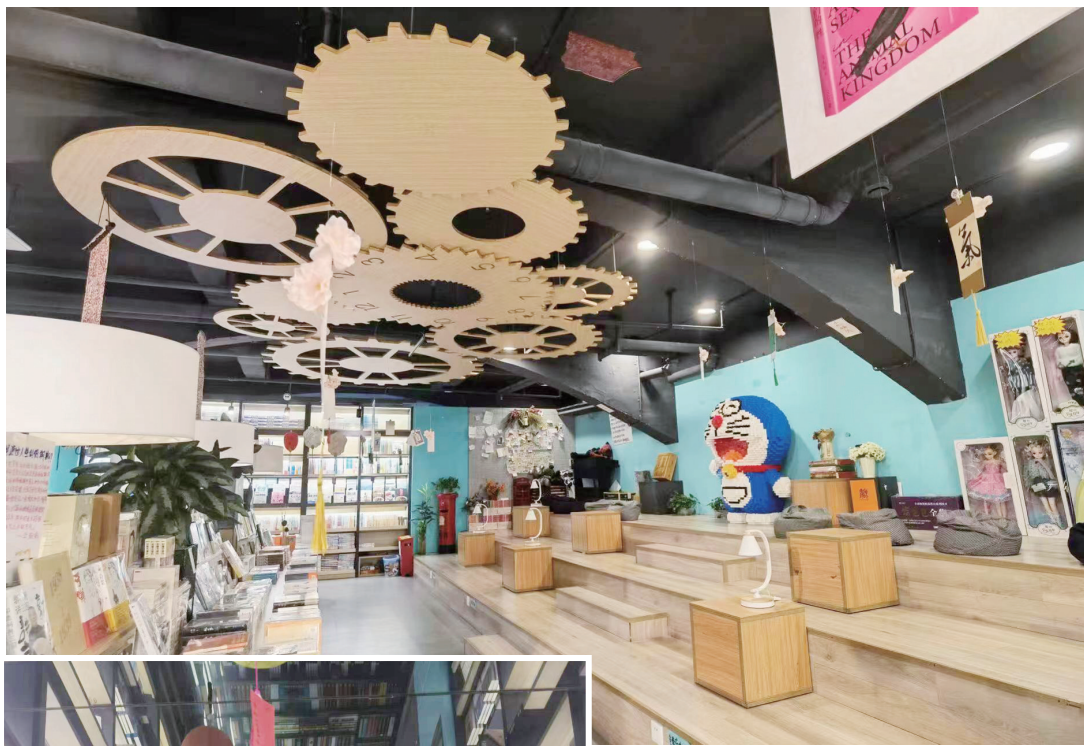
12月23日，重庆市璧山区的冬日暖阳晒得人身上暖暖的，忍不住想捧起一本书好好地阅读，在字里行间找寻生活和幸福的意义。如果在街头随意问一个路人，他们心中的最美书店是哪一家，十有八九都会指向陪伴了璧城人19年的蓝月亮书店。从最初的40平方米、2名员工，到如今的1500平方米、26名员工，藏书量达到15万余册，品类有2.8万多种的综合性体验式特色书店。从店主满足于自己爱好开起来的小书店到2022年“书香重庆”全民阅读系列推荐活动“十佳最美书店”，蓝月亮书店到底有什么样的魅力让璧城人心之所向，带着这样的疑问，中国妇女报全媒体记者走进书店里探访。

## 福泽自己 滋养他人

蓝月亮书店坐落在璧江城区一条商业街的负一楼。步入书店，一条36米长的“时光长廊”神秘又悠长呈现在眼前，在地面玻璃和天花板镜面的折射中，书籍五彩斑斓的影子让人仿佛置身梦幻的书海。“时光长廊”的两侧，可以品咖啡、购文创、做手作、阅读分享，让文化融入生活，在品尝精神食粮的同时也能品味人间烟火气。

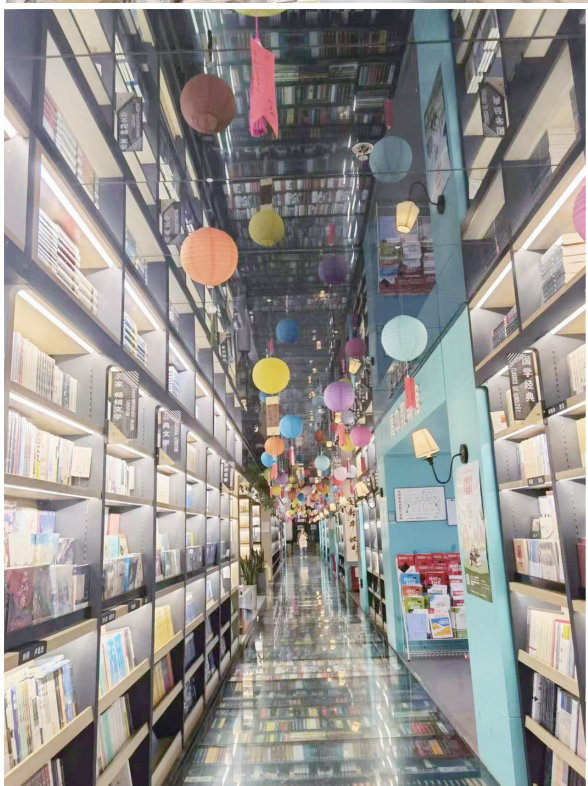
“阅读是改变自己最低的门槛。我自己喜欢读书，也想和大家一起分享。我相信开一家书店能福泽自己，滋养他人。”谈及开书店的初心，李英言语间满满都是对书的热爱。

李英的妈妈爸爸都是喜欢阅读的人，从小父母就要求李英每天坚持阅读，每年生日总会送她一本书，李英是在充满书香的家庭里长大的。后来，大学毕业的李英成家立业、结婚生子，日子按部就班地过着。直到有一天，她带着女儿在江津走亲戚时，无意中来到一条有着大大小小书店的街头，琳琅满目的书整整齐齐地摆在书架上，书店里的人或站或坐，沉浸在阅读



▲ 蓝月亮书店里随处可见精巧有趣的设计。

▲ 蓝月亮书店“时光长廊”。



中，空气中弥漫着舒适和恬静。刹那间，李英少年时想开一家书店的浪漫梦想像魔法棒中了一样绽放开来。当时，璧江除了新华书店，没有像样的民营书店。“我要开一家书店，摆上心爱的书，温暖爱书的人。”李英暗暗下了决心。

2003年，李英顶着压力四处张罗凑够22万元，创办了蓝月亮书店。“蓝月”是她女

儿的名字，她希望书店能和女儿一起成长。每周2次到主城淘书，时刻关注各方书讯，经常走访各色书店，不善言辞和推销的她把大多心思放在了选书上，人无我有、人有我优、人优我快，李英店里的书俨然成为璧江城的当红流量，吸引着爱书的人，当读者在好书中收获知识与力量，当书店的声名在读者间口口相传时，她收获了沉甸甸的成就感和幸福感。

## “妇女微家”进书店

在璧江，蓝月亮书店是一个特别的存在。李英说：“我想把书店打造成为一个温暖的家，无论喜悦或是悲伤，他们都可以在这里安祥地舒展身体和心灵。”开业之初的那群孩子已经长大，他们成家立业后又把自己的孩子带到店里读书。那些已经离开故土的孩子，仍然和李英保持着联系，在微信、QQ上畅聊着这些年的际遇。

李英还记得一位叫小米的小女孩。因为成长于经济困难的单亲家庭，小米性格

内向，在学校也是一枚小透明。但爱看书的她每周一定会到蓝月亮书店来“蹭”书看，在这里她可以随心所欲看很久，有时候还会拆开新书看。小心翼翼的小米从来没有和李英交流过，李英也从没有打扰过她。这样的默契一直持续到一个下雨天，当时小米冒着雨来到书店，衣服头发都打湿了，李英看着浑身发抖的小米，关切地拿出几张纸巾给她擦拭。李英的关心让小米十分感动，她怯怯地向李英“我每次都来蹭书看，你怎么从来不烦我？”“你喜欢看书，看进去了就行了。”李英笑着回答。从那以后，小米开始慢慢和这位知心姐姐有了交流，她会带来妈妈做的好吃的，与李英分享心中的小秘密。如今的小米已经是一家拥有20多家内衣连锁店的老板，她还时常会给李英寄来亲手做的小礼物，这份以书为媒的情谊让李英和小米都铭刻在心。

现在，李英除了坚持为读者选好书、推好书，还致力联合政府部门、学校以及智慧万家种子讲师等举办阅读分享活动，引导读者养成良好的阅读习惯、提升生活品质，营造阅读“家”的氛围。在线下，蓝月亮书店组织开展了“幸福密码 启慧万家”家庭教育活动、B612星球读书会、“小书萌”少儿馆公益阅读等活动，在全民阅读日向区图书馆捐赠了1000册图书；在线上，举办了“名家名篇阅读分享会”“时间有限读书计划”朗读接力等，尤其是家庭教育和心理学的阅读会坚持了三年多，在疫情期间也没有中断过。蓝月亮书店通过丰富多彩的活动给读者搭建了交流学习平台和心理疗愈场所，让爱书的人有了一个温暖的港湾。

“蓝月亮书店不仅是书和读者的家，也是妇女儿童儿童的温暖之家。”李英告诉记者。在蓝月亮书店店里，璧江区妇联和书店联合打造的“妇女微家”会客厅简约时尚。工作间隙李英和女员工会在这里举办活动，拉近彼此之间的距离。组织员工参与书店的阅读，让员工们也沉浸在浓浓的书香气息，让服务也更贴心和暖心。传统文化课、集市换书、设计专属绘本，一项项充满创意的活动让璧城女性和家庭纷纷走进书店，拿起纸和笔描绘幸福的生活。

# 国内是否仍有德尔塔毒株流行？抗新冠病毒药物怎么用？

## 国务院联防联控机制专家解答防疫热点问题

□ 新华社记者 董瑞丰 顾天成

近期，部分地方新增感染者处于快速增长期，各地想方设法保健康、防重症。目前国内是否仍有德尔塔变异株流行？抗新冠病毒药物该怎么用？针对公众关心的一些热点问题，国务院联防联控机制组织专家作出解答。

### 我国是否仍有德尔塔变异株流行？

近日，网络上有传言称，我国部分地区同时流行德尔塔变异株和奥密克戎变异株。对此，中国疾控中心病毒病所所长许文波表示，根据实时动态监测，国内没有发现德

尔塔变异株在流行，也没有发现德尔塔变异株与奥密克戎变异株重组。从12月初至今，国内监测到9个流行的新冠病毒亚分支，都属于奥密克戎变异株。

### 国内是否产生新的变异株？

许文波介绍，从12月初至今，中国疾控中心通过抽样调查，完成了1142个病例的全基因组测序，发现奥密克戎变异株亚分支BA.5.2和BF.7占全国流行的绝对优势，两者合计超过80%。此外，还有7个奥密克戎变异株亚分支也在流行。

许文波介绍，这些亚分支中没有发现特征性的基因组突变，都是境外输入而来。12

月共发现31个奥密克戎变异株亚分支输入国内，其中也包括正在国外加速传播的BQ.1、XBB等亚分支。

### 不同变异株是否会导致再感染？

北京大学第一医院感染科主任王贵强表示，对于绝大部分免疫力正常的人来说，半年内人体内都会存在有效的免疫抗体，同一毒株的二次感染概率极低，即便感染了也不会出现严重症状。

王贵强表示，如果出现新的变异株，或者新的亚分支表现出很强的免疫逃逸能力，是可能导致再感染的。根据人体内的免疫抗体，再感染的间隔时间越短，症状通常越轻，

间隔时间长了，症状就偏重。因此，本轮疫情过后，大家仍要注意做好健康防护。

### 抗新冠病毒药物该怎么用？

王贵强介绍，高龄老人，尤其是有基础病、没有接种疫苗的高龄老人，属于高风险人群，面对疫情要早发现早干预。一些口服的抗新冠病毒小分子药物，可以在发病或感染得到明确诊断后尽早使用，一般在5天内使用。

王贵强表示，这类抗新冠病毒小分子药物存在与其他不少药物相互作用的问题，也会有一些副作用，因此务必在医生指导下使用。此外，研究显示，这类药物不能用于预防性治疗，对重症患者的效果也不明显。

## “白肺”与原始毒株无关

据新华社北京12月27日电（记者寇华 顾天成）近期有群众反映，部分新冠病毒感染者在就诊过程中发现肺炎，甚至肺部CT出现“白肺”现象，猜测可能与感染了原始毒株或接种疫苗有关。在27日举行的国务院联防联控机制新闻发布会上，国家卫生健康委医政司司长焦雅辉对此回应：现在出现的所谓“白肺”与原始毒株和疫苗接种没有关系，当前的流行优势毒株仍然是奥密克戎毒株。

焦雅辉解释，并不是只要肺部出现了炎症就叫白肺，白肺是比较严重的肺炎表现，一般来讲，白色影像区域面积达到70%—80%被称为白肺。这个阶段，患者会出现低氧血症或呼吸窘迫，主要治疗方案是俯卧位通气和给氧治疗。加强原发病的病因治疗，有相当部分的白肺患者可以好转。

焦雅辉说，目前网络上有些“白肺”不是真正的白肺，在临床上白肺患者占比非常低，高龄合并严重基础疾病的患者更可能出现白肺。要加强老年人的健康监测，老年人发生感染尤其是出现呼吸困难等转重的情况，一定要及时就诊。

## 科普辅导+线上答疑+电话回访

# 江苏宿迁“7×24”不打烊呵护群众心理健康

□ 中国妇女报全媒体记者 茹希佳

“大夫好！核酸多次检查结果都是阴性，但总感觉喉咙发干，浑身不舒服，请问这是不是隐性感染？”“医生，我这几天阳了，但症状不明显，总担心会有后遗症。吃不好、睡不香，怎么办？”……

在江苏省宿迁市第三医院，临床心理科护士长王英歌每天都会接到许多类似的电话求助。疫情之下，很多市民产生了焦虑情绪，有些心态较好，可以自我调节，但有一些市民很容易陷入其中，无法自拔。此时，就需要心理疏导和心理援助。为了缓解疫情之下的群众心理压力，目前，宿迁市已开通24小时心理服务专线，由专业心理咨询师提供“7×24”不打烊的心理疏导服务。

“有些市民打电话来咨询，根据他们的叙述，我们判断他们属于‘幻阳症’，其实是对新冠的恐惧、焦虑心理，但只要不过度焦虑而影响生活工作，就属于一种正常的心理反应。”王英歌说，自从开通了心理服务热线，就大受欢迎，除本市来电外，还有大批市外、省外市民来电咨询。

此外，心理服务专线还通过“科普辅导+线上答疑+电话回访”的模式实现了全天候值守，除了针对疫情引起的恐慌、焦虑、抑郁、愤怒等不良情绪进行疏导，还包括一般的家庭关系处理、孩子教育、工作压力等引发的心理问题。

宿迁市卫健委疾控处副处长孙华维介绍，宿迁市按照每千人配备1名心理健康服务人员的比例组建了服务队伍，全市设立有5个服务热线，为社会公众提供全

候的心理健康咨询服务，引导广大市民能够有效缓解情绪压力，共同应对新冠疫情，保障大家的心理健康。

中国妇女报全媒体记者了解到，为防止已解决的心理问题出现反复，宿迁市卫健委要求各精神卫生专业机构要加强心理热线管理，及时了解和动态掌握公众关注的热点和各类来电人员的心理状态，做好评估和预判；依托精神卫生医疗机构、社会心理服务机构等专业资源，按照千人配备1名心理健康服务人员比例，组建有5050人的心理健康服务队伍，市、县两级设立5条全天候心理服务服务热线，同时也可通过12345进行转接，根据不同人群需求，为公众提供心理援助、心理支持、心理疏导、健康教育等有针对性的心理援助服务。

# 确保平稳有序实施新冠病毒感染“乙类乙管”

□ 新华社记者 彭韵佳

这是我国新冠疫情防控政策的一次重大调整——新冠病毒感染将自2023年1月8日起由“乙类甲管”调整为“乙类乙管”。调整后，感染者与密接人员隔离、疫区封锁、交通卫生检疫等防控措施也将做出相应调整。

当前，新冠疫情仍在全球持续流行。国内疫情总体处于快速上升阶段，受各地人群流动性、人口密度、人群免疫水平等差异，未来一段时间各地将陆续面临疫情流行的压力。这需要我们坚持人民至上、生命至上，将工作重心从防控感染转到医疗救治，确保平稳有序实施新冠病毒感染“乙类乙管”。

确保平稳有序实施新冠病毒感染“乙类乙管”，要继续做好相关防控和救治工作，千方百计地降低重症、减少死亡，维护人民健康。特别需要关注老年人、有基础性疾病等重症高风险人群的疫苗接种、个人防护和感染后的及时救治，最大限度减少重症和死亡。同时，也要加强病毒变异、疾病严重性、医疗资源使用情况的监测。

确保平稳有序实施新冠病毒感染“乙类乙管”，要加强药物供应保障。做好治疗新冠病毒感染相关中药、对症治疗药物、抗病毒药物、抗原检测试剂等准备，通过各种途径及方式，满足居民购药、用药需求。鼓励具备居家隔离条件的无症状感染者和轻型病例优先选择居家隔离治疗，为他们提供在线咨询、合理用药科普等。

确保平稳有序实施新冠病毒感染“乙类乙管”，要优化配置医疗卫生资源。要提前做好医疗资源准备，完善分级分类诊疗机制，加强基层诊疗能力建设，统筹新冠病毒感染者救治和日常医疗服务保障任务，尽最大努力不影响正常医疗服务。同时，也要关心关爱医务人员、维持社会经济日常运行的人员，合理安排工作。

平稳有序度过防疫政策调整期，需要每个人做好自己健康的第一责任人，保持平和心态、乐观心情，用平常心应对新冠疫情。我们倡导继续做好健康监测与个人防护，坚持戴口罩、勤洗手等良好卫生习惯，合理用药、正确就医。

## 新闻壹段评

### “不设限”的人生态度令人鼓舞

近日，一则“75岁外婆深夜改英语作业”的视频火上微博热搜。视频显示，深夜11时30分，75岁的“外婆”还在坚持写英语作业。据视频发布者介绍，外婆学英语主要是为了预防老年痴呆，其已在老年大学的英语兴趣班学习了四五年。

“外婆”之所以让人敬佩，除了孜孜以求的求知态度外，还有不为自己设限、随时迎接新的人生可能的心态。这种人生态度激励在“内卷”压力下，被迫“躺平”和“摆烂”的年轻人，从现实的桎梏中跳脱出来，方能看到更丰富、精彩的人生风景。

### 明确居家办公工资是有温度的法律

12月27日，最高人民法院发布《关于为稳定就业提供司法服务和保障的意见》。意见明确，除依法按协商程序降低劳动报酬外，用人单位安排劳动者通过居家办公或者灵活办公等方式提供正常劳动，劳动者请求按正常工资标准支付其工资的，人民法院应当依法支持。

疫情期间，不少感染者需要居家办公，居家办公期间的劳动报酬问题获得广泛关注。此次最高法院发布的意见，在平衡企业和员工利益的基础上，为劳动者争取合法权益提供了坚强的法律后盾。这次明确居家办公工资也为这个冬天增添了无限温暖。

### 公布仿冒金融平台类App值得点赞

“工信部反诈专班”公众号27日公布多个仿冒金融平台类App，并提醒注意分辨，谨慎下载。

近年来，仿冒金融平台类App让使用者蒙受重大损失，这些仿冒App拥有与正规金融平台相似的名称和极具欺骗性的界面，可一旦使用者注册登录后，内里乾坤却大有不同，五花八门的诈骗套路，在不知不觉中便掏空了使用者的“钱袋子”。工信部此举将这些鱼龙混杂的App揪出予以公示，无疑具有重要的警示作用，温馨提醒措成为守护老百姓“钱袋子”的实招，这也提醒广大用户树立理性借贷消费理念，注意保护个人信息，谨防上当受骗。

刘天红 整理点评

## 2023年春节联欢晚会首次彩排

中国妇女报全媒体记者周韵曦 发自北京 12月26日，中央广播电视总台《2023年春节联欢晚会》组织第一次彩排。晚会以“欣欣向荣的新时代中国，日新月异的更美好生活”为主题，通过各种艺术形式，充分展现开心信心、顽强奋进的主旋律。彩排在节目多样态呈现和各类技术手段的配合上取得初步成效。2023年春晚坚持守正创新，整台晚会类型丰富、形式多样，歌舞、戏曲、杂技、小品、微电影等节目充分传递出各族人民踔厉奋发、勇毅前行的精气神。参加排练的演员和艺术家们全力以赴，力求用最精美的呈现合力书写奋进新征程的新气象、新风貌，尽展壮美河山的新春图景。随着近期彩排的密集推进，各类节目将深度打磨，各种形态将不断完善。除夕夜，《2023年春节联欢晚会》将竭力为广大受众奉献上一份热气腾腾的文化大餐。