

3至11岁人群开始接种新冠疫苗

适龄无禁忌人群11月15日前完成第一剂次接种,12月上旬完成第二剂次接种

本报讯(记者韩学敏 通讯员高著)昨天,记者从市疾病预防控制中心了解到,10月27日起,我市全面启动3至11岁人群新冠病毒疫苗免费接种。

目前,3至11岁人群使用的疫苗为:国药中生北京生物、北京科兴中维生产的新冠病毒灭活疫苗(vero细胞)。全程接种两剂次,两剂次之间间隔至少21天。按照知情、同意、自愿的原则,适龄无禁忌人群在11

月15日前完成第一剂次接种,12月上旬完成第二剂次接种。

据了解,小学生以在学校设置临时接种点、开展集中接种为主要组织形式。对于在学校设置临时接种点或组织集中接种确有困难的,由学校负责通知学生在所在地接种点接种;幼儿园学生按照就近就便的原则,在辖区指定的接种点进行接种;未入园学龄前儿童,按照属地管理原则,由基层党委、政府和村、社区负责组织接种。

接种前,家长或监护人应了解新冠病毒疫苗接种的知识、流程及孩子健康状况,配合做好健康状况询问、接种禁忌核查工作,认真听取知情告知,并由监护人、学校或幼儿园、接种点共同签订知情同意书。接种时,家长关注“沧州疾控”公众号,生成未成年人个人码,并携带儿童身份证(或户口簿)、预防接种证。实施接种时监护人须全程在场陪同,并注意全程佩戴口罩、保持一米距离。需要注

意的是,接种完须在现场留观30分钟。

接种后,保持接种局部皮肤清洁,避免用手搔抓接种部位。尽量避免吃辛辣、刺激或易过敏的食物。接种后还需继续佩戴口罩,做好通风、洗手、保持社交距离等防控措施。

如受种者在相近时间内还需接种其他疫苗,应确保与新冠病毒疫苗接种间隔14

天以上,同时要优先保障国家免疫规划疫苗的接种。但如遇动物致伤或出现外伤等原因需接种狂犬病疫苗、破伤风疫苗、免疫球蛋白时,可不考虑该间隔。

狮城卫生健康

本栏目由沧州市卫生健康委员会支持承办

写生老夫妻 公园找快乐

李佳芳 李文刚

在任丘市华北油田科研社区,有一对爱写生的老夫妻。天气好的时候,丈夫牛洪运就推着轮椅上的老伴儿,到公园找一处向阳地,静静地画下那些美丽的花儿、灵动的鸟儿。

牛洪运今年75岁了。1995年,他从华北油田科研社区维修队退休。“老伴儿得了脑血栓,半身不遂。我退休后除了伺候她,就是和老友们玩儿扑克、打麻将。有时候还为了一张牌争得脸红脖子粗的,觉得这样真没意思。”牛洪运说,当他知道华北油田科研社区退管站成立老年大学时,喜出望外,立马报了名,参加了绘画和书法班。

在那里,牛洪运开始学习画花鸟工笔画,后来又学了画花鸟写意画。为了让自己画得更加生动,他和老伴儿商量,一起到大自然中去观察花鸟。老伴儿一听非常高兴,她也想到外面转转、散散心。就这样,牛洪运用轮椅推着老伴儿,每到一处花前,老伴儿赏花,他一边凝神观察,一边拿出画板和笔,细心勾勒花朵的颜色和形态。老伴儿坐在轮椅上看着他画,还不时鼓励他。久而久之,到公园里写生成成了他们之间的一种默契。

鸟儿是动态的不好画,牛洪运和老伴儿又逛起了鸟市,观赏各种鸟的形态、动作。有时,赶集买鸟的人不去看鸟,倒看起牛洪运画画了。

如今的牛洪运成了科研社区老年大学绘画班的老师,不但自己天天画,还义务给新学员上绘画课。“沉浸在花香鸟语中,是一种美的生活。”牛洪运说,现在的日子比任何时候都好。

老有所学、老有所乐是一种生活的态度。这对老夫妻用手中的笔,画出了他们心中的快乐,自然也给他们晚年的生活增添了浓浓的一笔色彩。



新闻热线	
曹广欣	13833726801
贾世峰	18633723378
周洋	15373303138
韩学敏	13303177581
胡学敏	13303177569
邢程	18403078228
李佳芳	13315793900
孙杰	18631707181
李智力	18211153012
欢迎提供新闻线索	

疫情防控常态化下 老年人如何保护自己?

近期,多地出现新冠肺炎本土确诊病例。作为老年人,在疫情防控常态化状态下,应该如何保护好自己呢?

注意个人卫生,及时进行手卫生,避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻,打喷嚏、咳嗽时用纸巾遮住口、鼻或采用肘臂遮挡。应及时全程接种新冠病毒疫苗,接种疫苗后仍需注意个人防护。

日常生活用品单独使用。适度运动,保证睡眠充足。

外出时做好个人防护,戴一次性使用医用口罩、医用外科口罩或以上防护等级口罩。口罩弄湿或弄脏后,及时更换。有慢性肺病、心脏病的老年人应在医生的指导下佩戴

口罩。

患有基础疾病需长期服药的老年人,不可擅自停药,可定期去附近的社区卫生服务机构就医开药,或经医生评估后开处方,减少就医开药次数,就医时做好自身防护,也可由家属代取药物。

患有呼吸道疾病期间,尽量减少外出,如需外出,应正确佩戴口罩,做好手卫生。尽量不去人员密集或通风不良的场所,减少参加聚集性活动。

陪护人员应做好自身健康监测,尽量减少外出。如需外出,要做好自身防护。

高青 韩学敏 整理

疫情防控科普知识

助力“双减” 快乐不减

10月22日,东光县第三实验小学学生在特色体育课上体验陆地冰壶项目。

自新学期开学以来,东光县各中小学积极落实“双减”政策,充分挖掘校内资源,打破班级界限,通过课后托管和兴趣社团的形式,开设体育运动、艺术创作、机器人编程、书法阅读等特色课程,减负不减效,促进学生全面发展。

新华社发(周洋摄)



▲学生学习机器人编程

▲陆地冰壶项目吸引了学生的目光

市区部分建筑工地 围挡破损 渣土外溢

本报讯(记者孙杰)目前,我市不少建设工程正如如火如荼进行,部分路段变成了施工现场。10月27日,记者实地到我市城区部分建筑工地进行探访,发现有的建筑工地存在施工围挡破损、渣土外溢不文明现象。



在育红路与浮阳南大道交叉口的一处建筑工地,施工方建起了围挡墙体并张贴了公益广告,但是在围挡墙体外的便道上却放置着一些木板、铁管之类的建筑材料。在解放路与开元南大道交叉口附近的建筑工地,解放路段施工现场用蓝色铁板围挡,开元南大道路段围挡拆除,渣土外溢,占据了便道,施工现场一片狼藉。在新华路华北商厦对面的施工现场,仅临近街道一侧用蓝色铁板简单围

不文明行为曝光台

锤英炼华 玉浮紫光

——“紫玉光”御墨

在沧州博物馆历史厅陈列有两锭“紫玉光”御墨,一锭呈朱砂色,一锭呈明黄色。每锭墨两面中间皆有椭圆形开光,设卷草纹边框装饰,一面中间楷书阴文“紫玉光”,另一面篆书阴文“御墨”。凤凰盘旋于开光之上,双翅护于左右,祥云围绕四周,整体雍容华贵。墨锭一侧有楷书阳文“大清乾隆年制”一列六字。

墨是文房四宝之一,其产地以安徽歙县为最。康熙年间,歙县有制墨名家曹素功,其墨质地上乘,工艺精良。值康熙帝南巡,曹素功进呈墨品,帝赐“紫玉光”三字,自此曹氏制墨名声远扬。“紫玉光”墨也因此成为贡品,并居曹氏十八种墨品之首。清代学者徐乾学在《曹氏墨林·艺粟斋墨品赞》中称“紫玉光”道:“应运而生,玉浮紫光。名我隳庵,天下无双。超奚近沈,独擅众长。图以黄岳,焕乎文章。芬芳馥郁,密致坚刚。允为世珍,金玉其相。”

在赞美辞中,“密致坚刚”是形容墨锭的密度和硬度,这和墨锭的制作工艺有关。制墨的主要原料是松树,传统松烟墨是人们利用松木在不充分燃烧的环境下,收集其烟炷,并配以皮胶、麝香、冰片等加工而成。制作时为了让烟炷和辅料充分融合,需要工人反复捶打,在经过无数次锤英炼华之后,便制作出密致坚刚,甚至“坚利可削木”的墨锭了。有些墨锭鉴于制作工艺复杂,则直接取名为“十万杵”。

墨锭需要配合砚台研磨使用。清朝同治年间,湖南人谢崧岱进京赶考后名落孙山,遂将原因归结于研墨费时耗力,占用了宝贵的考试时间。由于落第的刺激,他便发明了无需研磨、即开即用、省时省力的瓶装墨汁,并于同治四年开设了首家专营墨汁的店铺“一得



阁”。在生活节奏飞快的今天,即用的瓶装墨汁虽“一足足供天下用”,已成为诸多书画家笔纸间的亲密伴侣,但墨锭旋磨于砚间对人心性的修养、融化于砚间那温润细腻的感受、洇染于纸间那丰富的层次,是即用瓶装墨汁不可替代的。

马思远

沧州市博物馆
让文物“活起来”
让文化传下去

残疾儿童康复救助 撑起一片爱的天空

——沧州市残联出台系列举措救助我市残疾儿童

欢欢是一个患有先天性听力损失的孩子,2岁时做了人工耳蜗进入机构进行专业的康复训练。刚入学时欢欢不爱与人接触,只能说简单的词语,如爸爸、妈妈……,没有聆听的意识,无认知、理解能力。在训练机构老师的耐心教导和细心指导下,欢欢开始有了聆听的意识,听到声音后她会高兴地指一指耳朵,或者带着妈妈去寻找声源。渐渐地,她的语言能力有了明显提升,会表达自己的意愿,“我喝水,妈妈抱,再见……”所有这些简单的反应都让妈妈和老师激动不已。经过10个月的康复训练,欢欢变得活泼、开朗,现在的她已经进入幼儿园,从认知、理解、语言表达能力方面都和正常儿童一样。这就是爱的奇迹!

据了解,近年来,沧州市残联把我市残疾儿童康复救助工作作为重点工作来抓,形成了完善的救助网络,加强了康复专业人才队伍建设,进一步加大了残疾预防工作,力求从源头上减少出生缺陷。在持续的爱心输出和不间断的科普宣传下,残疾儿童康复救助取得了很好的成果,上文中的欢欢就是千

万受益孩子中的一员。

康复救助 做好残疾儿童生命重建

对于一个残疾儿童及他的家庭来说,尽早康复训练是挽救他和家庭的关键所在,可以说,早早进行康复训练是在对残疾儿童进行生命重建。

处于生长发育关键阶段的残疾儿童如果能得到及时有效的康复,将为儿童成长打下良好而坚实的基础。我市残疾人工作者很早就意识到这一点,近年来,沧州市残联高度重视残疾儿童康复救助工作,秉承关口前移、残疾预防与康复救助相结合的理念,统筹谋划,协调推动,将残疾儿童康复救助置于残疾人各项工作的优先位置,其中0-6岁残疾儿童基本实现了应救尽救,残疾儿童康复事业取得长足发展。

7月16日,由市残联与市人民医院共同发起的沧州市儿童康复合作发展联盟成立大会举行,据了解,成立儿童康复发展联盟,是落实国家卫健委《关于开展医疗联合体试点工作的指导意见》精神、适应分级诊疗及

新医改政策的实践,为我市从事儿童康复的专业人士搭建了一个合作、交流与发展的学术平台,可以迅速有效地在联盟单位推广新技术、新方法,从而更好地促进医疗康复与教育康复相得益彰,对促进我市儿童康复事业发展、提升医疗康复和教育康复水平具有积极意义。

目前,我市共有22家市级定点残疾儿童康复机构(市残联和市卫健委、市教育局依据残疾人康复机构认定标准联合认定),分布在沧州市区、黄骅、青县、南皮、献县、任丘等多个县(市、区),为各类别残疾儿童提供涵盖视力、听力、脑瘫、智力、自闭症(孤独症)、肢体矫治手术、辅助器具适配的康复服务。

康复救助 残疾预防是其重要一环

8月25日是全国第五个残疾预防日,今年的活动主题“加强残疾预防,促进全民健康”,宣传重点包括“残疾预防人人有责”理念、残疾预防核心知识、儿童康复知识等内容。

近年来,市残联始终坚持“康复”和“预防”并重的理念,特别是抓住儿童康复“黄金

期”,将残疾儿童康复救助纳入民生工程,着力保障残疾儿童基本康复服务需求,从源头减少残疾的发生,从根本上改善残疾儿童出生率,最大限度地减少家庭和社会负担。

为推动残疾预防工作,市政府建立了残疾预防工作机制,出台了《沧州市残疾预防行动计划》,完善了母婴保健、疾病防控、安全生产、道路交通安全等重点领域政策、法规,相关部门在各自职责范围内开展残疾预防工作。同时,制发了包括《沧州市党政领导干部安全生产责任制实施细则》《沧州市中小幼儿园校车安全专项整治工作实施方案》等文件,加强了公共卫生、安全保障和监管、应急救援、环境保护、农产品和食品药品安全监管、康复服务等体系建设;开展了残疾预防宣传教育活动,提高全民对残疾预防的认知,持续加强残疾预防宣传教育。

康复救助 爱心细心护航残疾儿童人生

自2019年《沧州市残疾儿童康复救助实施方案》在全市实施以来,中央、省、市共投入残疾儿童康复救助资金2000余万元,先后为

1000余名残疾儿童提供了康复训练和康复救助,189名残疾儿童获得了省级人工耳蜗免费植入服务,0-6岁残疾儿童可以享受就近就便的康复服务,基本实现了应救尽救。

残联为残疾儿童提供的救助政策包括:

人工耳蜗植入。符合植入人工耳蜗条件的听力残疾儿童,为其免费提供人工耳蜗产品1套;按平均每人12000元补助手术费;按平均每人14000元补助术后一学年的康复训练费。

肢体矫治手术。符合矫治手术条件的肢体残疾儿童,平均每人补助16000元,其中手术费用补助10000元,术后康复训练费补助6000元。

康复训练。听力残疾儿童、肢体(脑瘫)儿童、智力残疾儿童、孤独症儿童,每人每年补助康复训练费12000元。

辅助器具适配。助视器适配、助听器适配、矫形器装配平均每人补助1200元。

残疾人之窗