

我成了朋友圈里“先过河的人”



本报记者 曹源

2022年12月15日,虽然网上听到的“羊故事”不少,但身边的“羊”还没有几“只”。所以当天一醒来觉得嗓子“不太对”的时候,压根没往那方面想,只是以为前一天晚上暖气开太足,上火了。

吃完早饭后,嗓子的不适感越来越严重,吞咽东西都感到费力。此时接到消息,办公室有同事“阳”了,我的心一下子“拎”了起来,预感这次嗓子疼“不简单”。因为家里没有抗原,于是立刻出门去做核酸。

事实证明,我的预感是对的。在排队做核酸的时候,我清晰地感受到身上越来越冷,口罩里呼出的气越来越烫。伴随而来的还有腰疼和腿疼,站久了几乎直不起腰来,只能站一会儿蹲一会,蹲起之间头晕目眩,胃里翻江倒海。

虽然核酸结果要24小时之

后才能出来,但我心里知道,这次是要跟奥密克戎“正面杠上”了。一到家就钻进被窝,虽然盖着厚厚的被子,还是冷得止不住发抖。体温37.7℃,我蜷着身子忍着后背的疼痛,撑着眼皮请好假交接好工作,不一会儿就睡着了。迷迷糊糊中,感觉身体内部在“燃烧”,但是体表罩了一层“冰罩”,手脚冰凉,又烫又冷。

一觉睡到中午,再测体温已是39℃,我从药柜里掏出一盒复方乙酰氨基酚片(退烧药),吞了两粒之后又倒头睡。接下来的三天,体温在“略降”和“高热”之间反复横跳,体温最高的时候直逼40℃。有时候阳光透过窗帘缝隙落到枕边,伸出手还能看到阳光下隐隐发散的水蒸气,唉,免疫系统真是“杀疯了”!这几天我像一只考拉,每天与床相伴,腰疼和腿疼让我睡不踏实,不管怎么调整姿势都辗转反侧。

吃药、喝水、睡觉……仿佛是被定了闹钟,三天一到,准点退烧,腰背的疼痛也有所缓解。随之而来的是严重鼻塞,这时候的感觉和重感冒的症状

差不多,因为鼻子不通,所以整天头晕晕的没精神。白天倒是还能忍受,一到夜里要睡觉的时候,两个鼻孔仿佛被水泥“封死”,只有垫着高高的枕头才能略微缓解。

2022年12月18日,吃饭的时候,我惊讶地发现:我的味觉“失灵”了。酸甜苦辣到我嘴里都变成了“味同嚼蜡”,吃什么都觉得没味道,“干饭”的快乐瞬间少了大半。与此同时,我出现了频繁的咳嗽症状,这时候家里之前没吃完的止咳药派上了大用场。

恢复期间,听到身边不少同事朋友也“进羊圈”了,“病友”之间互相鼓励调侃、共享药品,使大家拥有一种“同仇敌忾”之感。熬过了最难的一段时期,所有的症状都慢慢减轻。在“羊圈”里,我最深刻的感触是大家心态的变化。从前,我们谈“阳”色变,现在我们能大大方方晒出“战阳”经历,分享染病心得,推荐治疗经验,这体现了我们正逐渐摆脱对疫情的恐惧。作为朋友圈里“先过河的人”,我想说,别怕、别慌,我们能赢!

解加平劳模工作室被命名为 中国邮政集团劳模创新工作室

本报讯(翟天云 方良龙)日前,中国邮政集团有限公司、中国邮政集团工会在全系统命名了50个“中国邮政集团有限公司劳模创新工作室”,江苏省共有4个工作室荣登光荣榜,获命名数全国第一。其中,中邮集团镇江市分公司解加平劳模创新工作室榜上有名。

中国邮政镇江新区大港支局副支局长解加平作为领头雁,于2014年8月组建新区邮政劳模创新工作室,成员有18人,并成立了由12名党员组成的党小组。近年来,解加平劳模工作室服务企业100多家;共计帮扶企业、养殖户、困难家庭就业、电商加盟店主产生效益约1.34亿元;取得创新成果及成果转化6项。劳模工作室帮助当地一家小微企业研制出专利产品,还协助该企业成功

申报了另8项专利,取得经济效益与社会效益的双赢。

去年3月份,解加平劳模工作室主动承接下新区三镇一街道3000多名退役军人优待卡金融功能办理业务。每天一早,解加平就带领5名工作室成员,来到镇、街道退役军人事务站,为退役军人进行信息采集、系统录入工作,方便了年龄偏大、行动不便的退役军人。

去年10月,解加平劳模工作室听说泰州市姜堰区娄庄镇为民服务中心缺少可读性强的青少年图书时,想方设法筹集到260余册各类图书,用爱心助力苏中青少年健康成长。工作室还连续几年筹款数千元,为36名特困学生分别订阅了全年学习类报纸杂志,给寒门学子点亮了智慧心灯。

1.181亿吨,谏壁船闸再创货物通过量纪录

本报讯(朱浩 顾晓冰)据统计数据显示,截至2022年12月31日,谏壁船闸共开放25251闸次,通航74次,放行单船17.1万艘,船队2306拖。全年船舶通过量1.995亿吨、货物通过量1.181亿吨,货物量再创历史纪录。

2022年因人行桥施工、长江汛期反枯、枯水期极端水情及恶劣天气等诸多影响,船舶通过量受到一定影响。为此,港航部门根据水情科学制定运

行方案,确保船舶过闸安全畅通;同时,优化调船入口与调度过闸的预案,创新实施“潮汐”运调方案。

港航部门有关人员介绍,随着疫情防控进入新阶段,船闸在人员严重不足的情况下,严格落实应急值班制度,24小时不间断通航,在满足通航条件下开启通航模式,尽量避免船舶积压,并与交通水上执法部门建立联动机制,密切配合互通信息,通过多种渠道、平台

及时发布水情、风险水域和船舶流量等信息。“我们对重点急运物资、鲜活货品、粮食和化肥运输船、载运危险货物船、集装箱船、清洁能源船等11类船舶持续开启惠民‘绿色通道’,加大船舶过闸信用管理力度,确保‘绿色通道’安全高效畅通。”

截至2022年12月31日,优惠减免过闸费1884万元,其中优先放行集装箱运输船舶468艘次、18355标箱,免征集装箱运输船舶过闸费39.5万元。

虽是二九,暖如春分 未来十天我市升温的格局不变



本报讯(记者 朱秋霞)1月2日是元旦假期的最后一天,时间过得真快啊,是不是感觉还没有休息够,就要上班了?1月2日,我市阴转多云,最低气温5.1℃,最高气温8.2℃。

新年就要有新气象,最近的天气也是很应景。从中央气象台中期预报来看,1月5日-7日还有股弱冷空气影响我国,届时长江中下游及其以北地区有4℃-

8℃降温,不过依旧难以彻底扭转上旬偏暖格局。升温的格局不会改变,大部气温将逐渐回归到偏暖状态,出现同期少见的温暖,可以说虽是二九,却暖如春分。具体到我市,未来十天,以晴或多云天气为主。气温逐渐回升的大方向和全国一致,3日最高气温9℃左右,4日后最高气温升至10℃以上,9日前后最高可达15℃。最低气温在-2℃到4℃间波动。

具体预报:1月3日多云转晴,东到东北风3到4级,最低气温0℃到-1℃,最高气温9℃到10℃;4日晴到多云,最低气温0℃到-1℃,最高气温11℃到12℃;5日多云有时阴,最低气温2℃到3℃,最高气温13℃到14℃。

省港中吴萍老师斩获 省高中语文评优课一等奖

本报讯(许映峰 林兰)近日,从江苏省中小学教研室传来喜讯,江苏省大港中学高三语文组吴萍老师在2022年全省高中语文评优课斩获一等奖。

近日,江苏省高中语文优秀课评比与观摩活动在省丹中举办。本次活动主题为“课堂让改变发生”,来自全省13市的27名教师同台竞技,通过课堂呈现江苏高中语文教学变革的状态,共同探讨语文教学的真谛。

吴萍此次参赛课文,选择了蒲松龄的文言短篇小说《促织》。她以“给文坛领袖王士禛写推介信”作为主任务结构课

堂,引导学生运用浅近雅洁的文言梳理情节,通过“大团圆或悲凉意味”以及幻化手法等驱动型问题的讨论,引导学生探究文本、邂逅心灵。最终,吴萍凭借科学严谨的教学理念、精巧新颖的课堂设计、真实丰富的课堂生成,荣获一等奖,充分展现了我市高中青年教师的综合素养和精神风貌。

多年来,省港中坚持“文化关怀,师生共进”的办学理念,持续探索高水平教师发展机制,奋力打造了高素质专业教师队伍,在新课标教学实践的路上将持续踏实奋进、砥砺前行。



新年送福 关爱退役军人

新年伊始,镇江高新区蒋乔街道嶂山村退役军人服务站联合市青蓝社会工作服务中心共同开展“别样辞旧迎新 牢记初心使命”活动,为困难退役军人送去新年挂历、牛奶、口罩等物品,同时送上温暖的新年祝福。

丁晓明 文雯 摄影报道