

## H 温情防控暖人心

# 海南大学妥善安排疫情中高风险地区旅居史考生参加教师资格考试面试 解护考“难题”交暖心“答案”

■ 本报记者 陈蔚林  
通讯员 余梦月 实习生 王梦洋

2020年下半年中小学教师资格考试面试工作日前在海南各考点有序开展。考试当天，海南大学考点的一间教室里，12名“特殊”的考生在紧张地候考。

说这12名考生“特殊”，是因为他们都有河北、辽宁、黑龙江等疫情中高风险地区旅居史。如何在做好疫情防控工作的前提下，妥善安排这12名考生参加面试，成了摆在海南大学考点面前的一道“必答题”。

根据省考试局部署要求，组织考试工作的海南大学继续教育学院将

考试工作人员分为考务小组和疫情防控小组，分别参加考试流程和疫情防控流程演练，演练内容具体到考试步骤、突发情况、解决办法等，力求切实做到精准防范。针对有疫情中高风险地区旅居史的考生，该考点还专门制定了一套“护考”方案。

海南大学学生崔海默不久前从石家庄返校，原以为会失去参加本次考试的机会，没想到在提供了隔离期满14天，以及隔离期间2次核酸检测结果均为阴性的证明后，她接到了学校电话。

“学校在电话中向我确认能否参加考试，并通知了特殊考生的集合时间和指定地点。”崔海默回忆，考试当

天，到达指定地点后，考试工作人员给他们发放了防护口罩。在避开人群接受测量体温和健康监测后，她和其他11名考生直接进入指定候考室候考。

为最大程度降低疫情防控风险，崔海默等人的面试被安排在其他考生面试结束之后进行。她记得，他们获准进入考场时，已经是晚上7时以后，“因为候考时间较长，海口当天气温较低，考试工作人员为我们准备了热水和咖啡，并不时询问我们的身体状况，提醒我们关注考试进程，让我们备感温暖。”

海南日报记者了解到，除了为这12名考生准备了单独的候考室、备

考室和面试考场外，海南大学考点还安排了12名面试考官加班对他们进行面试考核。

面试这类考生存在一定的风险，那么谁来完成他们的面试考官呢？自愿报名的考官姚卿云说：“工作总要有人来做，我报名时没想那么多。而且，考点把前期工作做了99%，我只是做完最后的这1%。”

让姚卿云印象深刻的是，考试当天，结束了正常面试工作的她在进入特殊考场前，再次被疫情防控工作人员叫住，重新讲解了如何穿脱防护手套、如何在离场后有效消毒等，“虽然大家都很熟悉这些操作，但考试工作人员不

厌其烦、慎之又慎的态度着实让人感到很踏实、很温馨。”

此外，半天一换的防护口罩、确保安全距离的宽敞教室、面试过程中全程运行的人机共处消毒机、每面试结束后考场里的喷雾消杀、为了保障消杀工作而及时更换的面试专用电脑……种种周密有力的疫情防控措施，也让姚卿云感受到了海南大学考点对这场考试的高度重视和认真负责，“同样令我感动的是，这些‘特殊’的考生在直面疫情和考试的双重心理压力下还能按时参加考试。我很愿意为他们实现‘教师梦’助一臂之力！”

(本报海口1月19日讯)

## 儋州多举措暖心劝导市民和建筑工人防控疫情 真“薪”留人过大年

本报那大1月19日电 (记者刘黎 特约记者李珂 通讯员罗鑫)海南日报记者1月19日获悉，儋州市多部门连续多日推出暖心举措，劝导市民和建筑工人加强疫情防控。

1月19日，在儋州中兴农贸市场附近，儋州市委宣传部等部门举办了一场防控疫情文明实践活动，志愿者在现场设立咨询台，劝导市民戴口罩。“快过年了，做好自身疫情防控非常重要的，这个活动举办得很及时。”市民林应兰对该活动赞不绝口。

同时，儋州市新冠肺炎疫情防控指挥部近日向城乡居民发出倡议，提倡在省内过年，无必要不离开儋州。提倡在儋务工人员留下过年，确需返乡的务工人员错峰出行。提醒民众做好食住行游购娱各环节个人防护，养成良好卫生习惯，春节期间减少走

亲访友活动，提倡网络、手机、电话拜年，个人家庭聚会控制在10人以内，做到不扎堆少聚集。鼓励民众采用网上银行和扫码支付等非接触式方式消费支付，不购买来源不明的冷链食品。

除此之外，儋州还向全市140余个在建项目工地人员发出通知，全力支持在儋建筑行业企业今年春节期间继续生产，统筹抓好疫情防控和经济社会发展工作。

“除了安排春节期间继续施工，我们还将给加班的建筑工人发放补贴。”中建一局儋州体育中心“一场两馆”项目部负责人李晶说，该项目今年预计有200多名省外建筑工人留在儋州过年，已通知后勤部门为大家准备丰盛的年夜饭，让加班的建筑工人春节期间吃好喝好。



贴心服务有温度

1月19日，在琼海博鳌机场，机场工作人员帮老人操作手机，查询健康码。据了解，博鳌机场在安检、扫码、行李寄存等方面推出系列出行服务。

本报记者 袁琛 摄

广告·热线:66810888



雅 | 克 | 设 | 计  
APCE DESIGN

城乡规划甲级、建筑工程甲级、风景园林甲级

设计 创造 价 值  
WE DO MORE THAN DESIGN

国际视野 本土智慧 植根海南 服务中国

# 雅克设计29周年

国家高新技术企业

全国勘察设计优秀企业

中国城市规划50强

海南省民营企业100强



城乡规划	建筑设计	园林景观	市政交通
EPC总包	全过程咨询	项目策划	绿建科技



海南总部

ADD/海南省海口市龙华区玉沙路19号城中城A座二楼  
TEL/ 0898-68546169 FAX/ 0898-68546186

上海总部

ADD/上海市杨浦区政益路8号2楼  
TEL/ 021-55899658 FAX/ 021-55882906



雅克官网

01.20 01.20  
1992 - 2021

## 防疫科普

### 儿童青少年这样吃更健康

本报海口1月19日讯 (记者马珂 通讯员杨静)儿童青少年正处在生长发育和行为形成的关键期，为保证防范新冠肺炎疫情期间儿童青少年营养均衡和身体健康，省疾控中心提出以下营养健康指导建议。

#### 保证食物多样

疫情期间应保证食物品种多样，建议平均每天摄入食物12种以上，每周25种以上。做到餐餐有米饭、馒头、面条等主食，经常搭配全谷物、杂粮杂豆和薯类，保证每天摄入300-500克蔬菜，其中深色蔬菜应占一半

#### 合理安排三餐

要每天吃早餐，早餐应包括谷薯类、肉蛋类、奶豆类、果蔬类中的三类及以上。午餐要吃饱吃好，晚餐要清淡一些。早餐、午餐、晚餐提供能量应占全天总能量的25-30%、30-40%、30-35%

#### 选择健康零食

可以选择健康零食作为正餐的补充，如奶和奶制品、水果、坚果和能生吃的新鲜蔬菜，少吃辣条、甜点、含糖饮料、薯片、油炸食品等高盐、高糖、高油的零食。吃零食的次数要少，食用量要小

#### 每天足量饮水

应每天足量饮水，首选白开水。建议7-10岁儿童每天饮用1000毫升，11-13岁儿童每天饮用1100-1300毫升，14-17岁青少年每天饮用1200-1400毫升。饮水应少量多次，不要等到口渴再喝，更不能用饮料代替水

#### 积极身体活动

居家期间应利用有限条件，积极开展身体活动，如进行家务劳动、广播操、拉伸运动、仰卧起坐、俯卧撑、高抬腿等项目，保证每天中高强度活动时间达到60分钟

#### 保持健康体重

儿童青少年应关注自己的体重，定期测量自己的身高、体重，如一段时间内体重情况出现变化，如由正常变为超重，应随时调整“吃”、“动”，通过合理饮食和积极运动，保持体重健康增长

制图/张昕