

同时打3份工 每天工作10余个小时 9年还债17万元——

下岗女工官小玲：“再苦再累也要做一个诚信的人”



同心共创
文明城

本报记者 韦玉婷

“当时家里那种情况，人家还愿意借钱，是多么难得。我还的不仅仅是钱，还的也是一份份人情和信任呀！”说出这句话的，是眼前这位身体瘦削，皮肤些许黝黑，眼神却透露着坚定的中年女人。

她叫官小玲，一个普通的下岗女工。2011年，丈夫罹患脑梗，她倾其所有，还向亲戚朋友借款17万元为丈夫治病。丈夫去世后，她凭着

“日子再难也要还债”这个朴实的信念，一边照顾读高二的儿子和90岁高龄且卧病在床的公公，一边拼命打工还债，历经9年艰辛，还清了所有外债。

遭遇病魔 弱女子举债救夫

官小玲和丈夫江红强是北温泉街道郭家沱社区居民，夫妻俩都是上世纪90年代的下岗工人，下岗后靠打零工为生。家里上有老下有幼，生活较为拮据。

2011年，作为家里顶梁柱的江红强被查出患有脑梗，且进入晚期，情况严重，医院下达了病危通知书，需要大笔治疗费用。突如其来的疾病让原本生活困难的家庭雪上加霜，陷入了极度窘迫的境地。

多年来，虽然生活并不富裕，但官小玲和江红强感情颇深，哪怕希望渺茫，官小玲也从未想过放弃治疗。她一边强忍泪水鼓励丈夫积极配合治疗，不离不弃地陪伴着他，同病魔抗争；另一边，为了支付手术费用，官小玲倾尽了家中所

有积蓄，不得不向亲戚朋友借钱为丈夫治病，前后后向10多个亲戚朋友借了17万元。

但是，这一切努力并没能挽回丈夫的生命，过了1个多月，年仅45岁的江红强病重去世。

诚信还债 用坚强扛起磨难

丈夫去世那一年官小玲42岁，家中17岁的女儿正在读高二，90岁高龄的公公卧病在床，常年需要人照顾，家里的重担全部压在了官小玲的肩上，17万元的债务更像是一块沉甸甸的巨石，压得官小玲喘不过气。

“这么大笔钱，你怎么还呀！”江红强生前的好友江忠直接对官小玲说：“我借给你们的两万块钱，你实在还不了，就不用还了。”当时不少亲戚朋友和江忠一样，都暗自猜测借出去的钱应该收不回来了。

官小玲文化程度不高，但她明白“欠债还钱，天经地义”。哪怕再苦再累，也要做一个诚实守信的人。“当时家里那种情况，人家还愿意借钱，是多么难得。我还的不仅仅是钱，还的也是

一份份人情和信任呀！”

这个瘦弱的女子，没有被丈夫骤然离世带来的悲痛击倒，没有被生活的重担压倒，而是选择迎难而上，一边照顾家中老小，一边拼命打工还债。

没有一技之长的她，只能从事家政、保洁、看护等工作，但只要能挣钱，官小玲一律不挑剔。最多的时候，她同时打3份工，每天要工作10几个小时，忙得像个陀螺。

后面的日子，官小玲几乎没有从睡过懒觉，每天想尽各种办法赚钱。早上天不亮就出门，晚上踏着夜色回家。太忙碌的时候，官小玲累到吃饭连筷子都拿不起来。

为了还债，多年的辛苦劳作在官小玲身上留下了不少痕迹——皮肤被晒黑，双手长满老茧，腰椎、肩膀等部位也落下不同程度的毛病。后来，在社区的帮助下，官小玲在一家摩配私企找到一份相对固定的工作。

还清债务 孝老初心终不改

“我们社区的官大姐不容易，为了帮去世的

丈夫还债，她起早贪黑地干活，把自己都累倒了……”邻居说起官小玲，是打心眼里佩服。

攒钱、还债，丈夫刚去世的那几年时间里，官小玲的生活重复而枯燥。“那是一生中最困难的时候，每天提心吊胆，害怕家中任何一个人再有什么意外，因为这个家庭再也经不起风吹雨打了。”

工作固然忙碌，但官小玲仍对卧病在床的公公照顾有加。丈夫去世后，公公因为白发人送黑发人，身体每况愈下，大不如前。官小玲宽慰他：“谁都会老，儿子没了，还有我，你永远都是我的爸爸。”

官小玲话是这么说的，也是这么做的，汤药伺候，从无怨言，直到2015年，94岁的公公寿终正寝。同年，女儿大学专科毕业开始工作，省吃俭用帮助家里还债。

多年来，官小玲一点还，一笔笔记，一分不少，终于还清了欠下的外债。官小玲告诉记者：“亲戚朋友在我最难的时候拉了我一把，就算苦点累点，也要把欠人家的钱还上，心里才踏实。”

北温泉街道 开展垃圾分类与创建全国文明城市宣传进校园活动

本报讯(记者 刘洪滔)为进一步提高辖区群众对我区创建全国文明城市的知晓率、支持率和参与率，营造良好的宣传氛围，9月10日，北温泉街道联合重庆市环卫集团志愿者走进华光小学，开展垃圾分类与创建全国文明城市宣传进校园活动。

当天上午，志愿者代表以“上好开学第一课，做好垃圾分类，共创文明城市”为主题，通过开展垃圾分类知识讲解、游戏互动的方式，生动形象地为现场80余名师生详细介绍了生活垃圾应该如何分类、垃圾分类的好处以及必要性等相关内容，同时号召全校师生积极参与环保志愿服务，进一步养成垃圾分类的良好习惯。

“课堂上的内容生动有趣，孩子们互动也非常积极，老师和同学们都在这节课中学到了有关垃圾分类的知识，提高了垃圾分类的意识，我觉得此类志愿者服务活动对我们北碚创建全国文明城市有良好的指导作用。”教师曹怀琴说。

“垃圾分类的相关知识与我们每个人息息相关，我们应该爱护环境，从自身做起，做好垃圾分类。”学生杨睿捷说。

接下来，北温泉街道还将持续开展主题鲜明、内容详实的志愿服务活动，弘扬时代新风，传播文明风尚，进一步引导辖区居民养成良好习惯，争当文明典范，积极为我区创建全国文明城市工作献计出力。

劳模工匠进校园 传递奋进正能量



市级劳模陈梅跟学生分享自己的劳动经历。

本报讯(记者 向金城 文/图)9月3日，北碚区人民路小学邀请了区环卫处的市级劳模陈梅走进校园，与师生分享了其爱岗敬业的经历。

在四年级(3)班的教室里，陈梅向同学们分享了自己兢兢业业、任劳任怨，为城市的干净整洁默默奉献的经历。陈梅朴实生动的语言，讲述着在平凡的岗位上不平凡的劳动故事，向同学们阐述了平凡岗位中的伟大，培养学生正确的劳动观念、劳动态度，树立热爱劳动、尊重劳动的正确思想。

随后，陈梅还带领同学们到走廊、楼梯、教室进行了大扫除。大家分工协作，打水、洗抹布、擦桌椅，在大家共同努力下，教室和校园被清理得干干净净，焕然一新。

学生陈欣城在做完教室清洁后表示：“虽然劳动的过程很辛苦，但看到教室变得干净整洁，我觉得非常有成就

感，也觉得劳动是一件特别快乐也特别光荣的事情，我以后也会更加热爱劳动，尊重劳动者的付出。”

“希望通过这样的活动，让同学们近距离接触劳动模范，聆听劳模故事、体悟劳模精神，引领同学们汲取劳动光荣、乐于奉献、创造伟大的精神力量。”人民路小学德育主任向群表示，学校已将“学劳模，爱劳动”主题教育活动常态化，不仅有各级各类、各行各业的劳模走进校园，向同学们传递正能量。同时，还结合“劳动最光荣”劳动教育日，通过开展劳动技能竞赛等方式，积极践行劳模精神，让学生全面提升劳动素养，实现德智体美劳全面发展。

目前，人民路小学已获得重庆市劳动联盟基地、重庆市文明校园、重庆市绿色学校、重庆市德育示范校、重庆市人文校园等荣誉称号。

今日起，G75 兰海高速渝合段3座大桥检测施工

本报讯(记者 陈李娟)9月10日，重庆渝合高速公路有限公司发布消息，为保障高速公路通行安全，今日起，G75兰海高速渝合段沙溪庙嘉陵江大桥、马鞍山嘉陵江大桥和北碚嘉陵江大桥将进行病害检测、变形监测。

据了解，沙溪庙嘉陵江大桥于今日1时—今日6时进行检测，采取全幅断道的交通组织方案。检测期间，出城方向(北碚至合川)车辆，可经G75兰海高速—巨梁沱下道口—巨梁沱收费站—嘉江路—嘉和大道—创业大道—北碚大道—

115乡道—钓鱼城大道—蟠龙路—合师路—合洲大道—上什字西路—合川收费站绕行；进城方向(合川至北碚)车辆，可经G75兰海高速—三环高速十塘收费站—武永路—上什字东路—G212—缙云山互通绕行；进城方向(三环至北碚)车辆，可经三环高速—沙溪互通—G75兰海高速合川收费站—上什字东路—G212—缙云山互通绕行。

北碚嘉陵江大桥检测期间，将采取单幅封闭、单道双通的交通组织方案，交替施工。9月14日24时—9月15日6时，北碚嘉陵江大桥左半幅将进行施工；9月15日24时—9月16日6时，北碚嘉陵江大桥右半幅将进行施工。

9月16日24时—9月17日6时，马鞍山嘉陵江大桥西半幅将进行施工。采取单道单通，断道进城方向的交通组织方案；9月17日24时—9月18日6时，马鞍山嘉陵江大桥东半幅将进行施工，采取单道单通，断道出城方向的交通组织方案。施工期间，将封闭嘉陵立交至蔡家立交约8公里路段。出城方向车辆，可经G75兰海高速—礼嘉立交—金渝大道—金山大道—

金兴大道—中环快速干道—蔡家立交绕行；进城方向车辆，可经G75兰海高速—蔡家立交—中环快速干道—金兴大道—金山大道—金渝大道—礼嘉立交绕行。

施工期间，广大驾驶员需及时关注相关新闻信息和收费站入口，路面情报板的路况提示，导航提示或致电(023)12122获取相关通行信息。过往车辆通行施工路段时，应自觉遵守交通法规，按照现场交通标志标牌的指示行驶，遇车道变窄、车道转换等情形时，在确保安全的情况下提前变道，交替有序通行。

北碚职教中心 举行“勉仁”十佳教师表彰大会



本报讯(记者 向金城 文/图)9月10日下午，北碚职教中心全体教师齐聚城北校区报告厅，隆重庆祝全国第37个教师节暨第五届“勉仁”十佳教师表彰大会。

表彰大会在学生们深情的朗诵《请党放心 强国有我》中拉开帷幕。职教中心学校党委书记、校长罗统碧对全校全体教师致以节日的问候和诚挚的敬意，并对受到表彰的十佳教师表示由衷地祝贺，希望学校继续在全体教师的精诚团结、无私奉献、辛勤耕耘下，再创佳绩。

随后，身着正装的100位获得“十佳教书育人楷模”“十佳教学质量标兵”“十佳班主任”“十佳高水平学校建设标兵”等10项“十佳”称号的优秀教师先后上

台，接受属于他们的荣誉证书和鲜花(如图)。这100名优秀教师认真从教、专心科研，甘为人梯的情怀和信仰，感染和激励着现场每一个人。

表彰结束后，全校教师进行了庄严的宣誓仪式，号召教师们用心牢记誓词，用行动践行承诺，切实肩负起时代赋予的光荣使命，成为党和人民满意的高素质、专业化、创新型教师，昂扬姿态展精神，奋发有为开新局，培养一批又一批堪当民族复兴大任的时代新人。

教师李俊表示：“作为年轻教师受到表彰，我今天非常激动，感谢学校对我工作的肯定。在以后的工作中，我也将尽自己最大的努力，为学生和学校的发展奉献自己的力量。”

兼善中学 举行第37个教师节表彰大会

本报讯(记者 刘严馨 文/图)为庆祝第37个教师节，9月10日下午，兼善中学召开2021年教师节表彰大会，对学校优秀教职工代表进行表彰。

会上，学校对优秀共产党员、兼善师德标兵、兼善学术名师、兼善人生导师、兼善管理服务标兵给予了表彰，并为获奖教师代表及退休教师代表颁发荣誉证书。

此外，表彰大会上还举行了师徒结对拜师典礼。师徒结对，互助帮扶，既是兼善中学的传统，又是提升教育质量的重要举措，充分发挥有经验的老教师、市区级骨干教师的“传帮带”作用，打造学习型、科研型教师队伍，推动兼善特色教师团队的共同进步。

获奖教师李依婷表示：“能获得这份荣誉，我感到非常荣幸。这份荣誉离不开各位同事朋友们的关爱和帮助，所以这份荣誉并不属于我个人，它属于所有为了兼善的发展而辛勤工作的教育前辈们，属于为兼善的强盛奉献青春年华的青年教师们。未来，我会继续做好本职工作，不断提升自我，为兼善中学特色教育贡献自己的一份力量。”



诗歌朗诵《师魂颂》。

新冠疫苗需要打第三针吗?

当前全球疫情起伏反复，德尔塔毒株肆虐。据报道，在新冠病毒感染者中，一些人已经接种了疫苗，这是否意味着疫苗的有效性减弱?需不需要接种加强针(我国大多接种两针的灭活疫苗，加强针即“第三针”)呢?居家出行应如何做好防护?

为何打疫苗以后又被感染?科研攻坚组疫苗研发专班专家表示，任何一款疫苗都不是百分百预防感染的。目前，各种变异株仍然在现有疫苗的管控范围之内。

从当前全球的情况来看，出现打疫苗以后又被感染，叫做突破病例，它是一种常态，并不是例外。

现有疫苗对各种变异株还有效吗?

那一鸣称，数据充分说明我国的疫苗可以有效地降低住院、重症和死亡率。

现有的研究也显示，全球各条技术线路的疫苗，对新冠变异株保护力确实呈现一定程度的下降，但是对德尔塔变异株，仍然在疫苗保护范围之内。特别是它的中和抗体和保护率，还一定程度存在。

因此，疫苗接种必须和严格的防控措施并用，这才是防止疫情反弹的主要措施。

提高全民科学素质专栏
北碚区科协 主办

全民健康生活方式系列知识(一)

2021年9月1日是第15个“全民健康生活方式日”，活动主题为“三减三健，健康新动力”，是以深入推进“三减三健”为主题的全民健康生活方式行动，进一步传播和普及健康文明的生活方式，营造良好社会氛围。

持续传播“一米线”、勤洗手、戴口罩、公筷制等卫生习惯和健康生活方式；普及“减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼”知识，向公众传播“就要5克”减盐理念和烹饪技巧，倡导“人人行动 全民控盐”；将儿童青少年作为重点人群，结合《健康中国行动(2019—2030年)》心理健康促进行动和中小学生健康促进行动，普及健康生活方式知识，广泛宣传“饮食好、运动好、睡眠好”的健康益处，引导儿童青少年争做新时代“三好”少年。

“减盐”核心信息
(一)饮食中钠盐含量过高会引起高血压，增加心脏病和中风的发生风险。
(二)健康成年人每天食盐不超过5克。

卫生与健康专栏
北碚区卫生健康委员会 主办