

焦作女孩吕惟溪：

我是冬奥会开幕式引导员领队

本报记者 赵改玲



北京冬奥会开幕式运动员入场式引导员又美又飒,用最好的状态展现中国青年的精气神。您可知道,有多少人在为她们台上几分钟的美丽付出着,领队就是其一。我市女孩吕惟溪就是开幕式运动员入场式引导员的领队。她用这样的方式亲近冬奥会、奉献奥林匹克运动,也因奉献对祖国的爱达到峰值。

今年21岁的吕惟溪是北京师范大学(以下简称北师大)哲学学院2021级硕士研究生。2月16日,身在北京的吕惟溪接受了记者的专访。

吕惟溪告诉记者,作为北师大8名开幕式运动员入场式引导员的领队,她感到很骄傲。“当接到让我当学生领队的任务时,觉得使命光荣。”吕惟溪说。

2021年9月底,吕惟溪正式开启带队任务。在这以后的4个多月、40多天、400多个小时的训练时间里,主要负责向开闭幕式工作部提交同学们的信息,和导演组沟通训练日程以及训练内容、保障团队沟通行程信息等。

北师大的8名冬奥会开闭幕式引导员是该校舞蹈专业和艺术体操专业的学生,而吕惟溪不过21岁,和这些引导员沟通无障碍,能让她更好地根据她们的需求向学校反馈。

在这4个多月的训练中,引导员的学业、生活,吕惟溪可没少操心。训练晚了,食堂关门了怎么办?学业和训练冲突了怎么办?吕惟溪为此没少和学校沟通,并得到了学校的大力支持,为引导员解决了后顾之忧。

除了做好大家的后勤保障工作外,吕惟溪还充当着引导员的“心理师”。引导员面临着随时都会被刷下来的可能,这种不确定性,会让引导员缺乏安全感,会出现紧张等情绪,而“魔鬼式”的训

练,也会让她们情绪崩溃。吕惟溪经常开导她们,让她们知道,所有努力都不会白费。为了舒缓她们的紧张情绪,吕惟溪每次看到她们训练结束,会主动询问她们的感受,提出改进建议,并鼓励她们找导演组寻求具体的指导,让她们安心。经过共同努力,北师大的8名引导员全部亮相冬奥会开幕式,并成功完成任务,展现出了中国青年的靓丽身影。

为了这次工作,吕惟溪牺牲了休息时间,连过年都无法回家。但她觉得不管再苦再累,能为这样的国家大事奉献自己的一分力量,是值得的。

吕惟溪说,回顾整个训练过程,留下的都是幸福的回忆,所有参与的引导员们不论是哪所高校的,大家都互相帮助、互相调整,工作氛围非常和谐,让她强烈感受到万众一心的凝聚力。

2月4日立春,作为领队,吕惟溪和其他领队在鸟巢附近等待队员们。当从电视里看到来自北师大的引导员在场上那么昂扬、自信,吕惟溪的眼睛湿润了,那是骄傲、幸福的眼泪。

长相乖巧的吕惟溪拥有一颗热心肠,喜欢参加志愿活动。去年,她成为一名正式党员。去年6月底,她还参加了庆祝中国共产党成立100周年文艺演出《伟大征程》演出。

参加这两次大型活动,吕惟溪的沟通能力、协调能力得到增强,更增加了她的爱国情怀,因为这就是最生动的思政课。

“我想,为冬奥会服务的这段特别经历,会成为我今后人生的新起点。”吕惟溪动情地说。

上图 吕惟溪(前排右一)和开幕式运动员入场式引导员与开幕式总导演张艺谋(后排左三)合影。

(吕惟溪供图)

开启新征程,一起向未来
我市中小学校今日开学

本报讯(记者赵改玲)春风十里,不如校园有你。今日,我市虎年开学大幕拉开,“神兽”们要回笼了。2月16日,记者在部分学校现场看到,师生们都准备好了。

领新教材、办黑板报、开学典礼……昨日,我市不少中学师生到校报到。

在市实验中学学校门口,学校领导、安保人员各司其职,认真仔细地检查同学们的健康码、行程码,有序地为同学们测量体温,引导同学们安全入校。学校后勤部门提供车辆,生活老师帮助同学们搬运行李。同学们错峰到校、有序排队,在递交了48小时内核酸检测阴性证明和近14天健康监测证明后,终于又回到亲切又熟悉的美丽校园。

市实验中学几天前已组织全体教职员工开展了爱国卫生运动,对办公室、教室、宿舍、食堂、阅览室、实验室、操场等场所进行全面清扫和通风消毒。老师们已经提前返校进入工作状态。布置教室、整理资料、备课,各项开学准备工作井然有序。报到日当天,同学们有序领到了新教材,并办起了黑板报,整洁的课室、精美的黑板报、文化墙,让同学们对新学期充满期待。

市人民中学门口设立疫情防控通道,分男生通道和女生通道,还有外地返焦通道。此外,为了方便学生和家,设立了行李存放处,并提供手推车。记者看到,一名男性家长用电动自行车带着一个包裹来到校门口,拨

打电话后等待,一名女性工作人员出来,接过包裹,给学生送去。

“我和我的祖国,一刻也不能分割;无论我走到哪里,都流出一首赞歌……”昨日上午,市道清中学举行了开学典礼,开学典礼上播放的歌曲《我和我的祖国》将师生们的爱国热情瞬间点燃。

记者从解放区学生路小学了解到,教室里都有红灯笼、礼物,还给学生准备了灯谜、灯笼、文具、太阳花种子等,仪式感满满。

解放区环南一小在开学第一天,将举行升旗仪式,还将有情景剧、校园吉祥物揭晓仪式等。该校还将利用各种艺术形式,展现冬奥精神、女足精神,对学生进行德育教育。

新闻1+1

心理老师教你“收心大法”

“我怎么一点都不想开学,我有点害怕上学。”开学了,有些同学一时无法适应,该如何将“假期模式”切换到“上学模式”?来,让心理老师教你积极“收心大法”。

解放区学生路小学心理老师任红娟说,马上就要开学了,一些学生会出现焦虑不安、担心害怕等情绪,这是正常现象。这时,同学们可

以告诉自己这些情绪反应都是正常的、暂时的,经过调整可以改变。接纳自己的各种情绪反应,不要被情绪左右,积极调整,适应开学季。

任红娟介绍,当出现这种负面情绪时,想想以前在校园里的美好经历,比如春天,校园里的花都开了,和同学一起像蝴蝶一样穿梭在校园里,非常美好;比

如想想校园里丰富的活动,都有助于调整心态。

任红娟介绍,开学后,要循序渐进改变,每天早点休息、按时起床,每天要适当运动,这些都能帮助学生身体舒缓放松,改善情绪,增强愉悦感,让自己精神饱满地迈进新学期。

开学日,不负春光不负你,让我们一起向未来。

本报记者 赵改玲

“蓝天”义务消杀,守护校园安全

本报讯(记者朱颖江)2月15日,焦作市蓝天救援队组织队员对市城乡一体化示范区实验学校进行全面消杀,守护学校师生安全。据介绍,2月13日以来,该救援队先后对我市十几所学校进行全面消杀。

15日15时,市蓝天救援队6名队员准时来到市城乡一体化示范区实验学校,对学校进行全面消杀。本次消杀工作耗时2个小时,消杀结束后,队员脱下防护服,衣服全部被汗水浸透。

记者了解到,市教育局公布我市中小学开学日期后,多所学校邀请市蓝天救援队到学校开展消杀工作,



守护校园安全。在3天的时间内,该救援队组织队员20余人次,先后对市道清中学等十几所学校进行消杀,累计消杀面积65万平方米。

上图 队员在市城乡一体化示范区实验学校进行消杀作业。

本报记者 朱颖江 摄