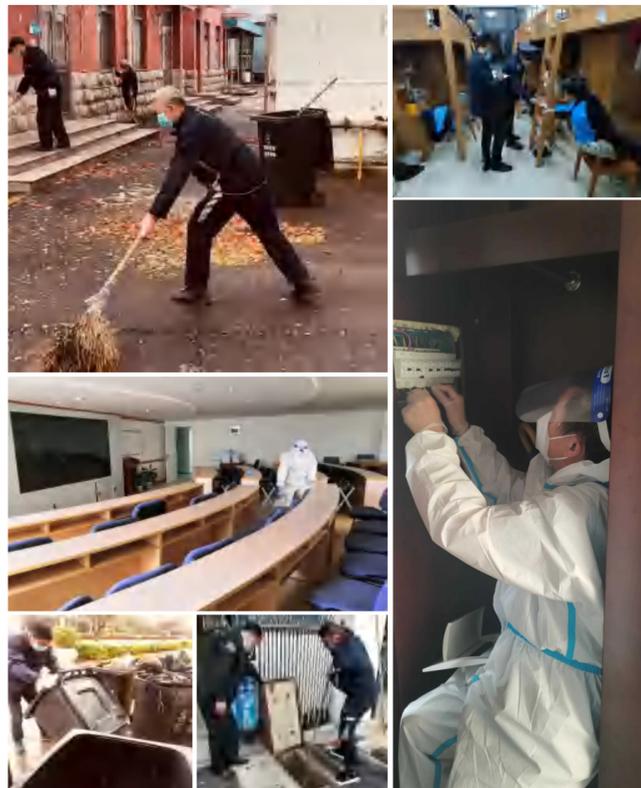




根据业主需求做好防疫服务

封控项目防疫消杀日常工作纪实



组成志愿者队伍支援隔离点



申勤業報

Shen Qin Ye Bao

第三十九期 2022年4月28日 星期四

http://www.shenqin.net

充分展示物业人的品质和特殊担当

——致全体申勤人的倡议书

亲爱的申勤员工：

我们经历了700多天抗击疫情的艰辛，刚刚进入稍微缓和的常态防疫，当我们还回味着春节祥和、喜庆的喜悦，憧憬2022的工作生活时，2月底突如其来的疫情反复，让上海这座日行千里的魔都按下了暂停键，疫情防控又成为我们的头等大事。为了让我们的城市尽快恢复健康，为了让每个市民自由的工作、学习、生活，物业人再次挺身而出、全力出击，为此向全体申勤人发出以下倡议：

- 1、坚定必胜的信念。请相信党中央的决策力，相信上海市委市政府的领导，相信上海人民的战斗力，我们一定能战胜疫情，迎来春光明媚的明天。
- 2、全力以赴投入抗疫之战。我们现在面临很多困难，人员紧缺、环境危险、工作量大，很多员工已经在工作地坚守几天、十几天了。饿了，

将就吃一些，困了，席地而睡，但大家毫无怨言。

希望大家咬紧牙关、迎难而上，物业人的吃苦耐劳已为社会公认，物业人的勇于担当已为社会颂扬，我们的每一次验码、每一个提醒、每一轮消杀都是他人和自己安全的屏障、健康的保障。我们要再一次向社会展示物业人的品质和特殊担当。

3、务必照顾好好自己的健康。你们身处一线，与病毒很近，一定做好个人防护，口罩、手套、面罩、防护服一样不能少；要勤洗手、注意冷暖、抽时间休息；有需求及时提出，有困难一定要上报。

感谢各位的付出，公司会记住大家的辛苦，胜利的那天，我们庆功、嘉奖！

倒春寒，春天不远！

上海申勤物业管理服务有限公司

2022年3月19日

编者的话

《申勤业报》第39期出版之时，正值公司上下全力投入抗疫激战。面对世纪疫情传播跌宕反复，申勤人勇于担当、担难、担重、担险，以责任和能力展现作为、不辱使命，涌现出了无数动人事迹和优秀模范人物。在他们的带领下，顶住了一轮又一轮疫情的冲击，最大限度保障了业主的安全。为了记录、留存这些精神财富，决定将本期《申勤业报》设为“申勤·抗疫”专辑。

相信我们一定能排除万难，夺取最后的胜利。

心手相牵 共同抗疫

3月28日凌晨5时至4月5日凌晨3时，上海分区分批实施封闭管理。为了更好地保障项目平稳、安全运行，公司要求从3月30日开始，各项目负责人再次带领员工驻守项目，开始新一轮封闭管理保障工作。

闵晓平总经理时刻关注着项目疫情防控工作开展情况，安全措施落实情况，物资储备、发放情况，要求项目有困难、有需求都要第一时间向公司反映，公司永远是最坚实的后盾。周长丽副总经理反复强调项目要严格遵守疫情防控各项规定，全力做好日常消杀。细心叮嘱留守职工注意夜间保暖，加强日常自我保护，切实保护自身安全。

公司项目运营部制定了这段特殊时期的工作方案，详细明确防疫工作要求；人力资源部对各项目的人员情况进行统计，根据需要作了人员的紧急调配、调整；采购部全力做好防疫物资准备，保障项目人员的工作和生活需要。

3月29日至30日，钱伟奕副总经理、周长丽副总经理、姚慈颖总经理助理分别前往封控物资缺乏的嘉定区项目，提前封控管理的徐汇区西南文化馆、闵行建工学校、松江区项目、青浦新闻学校等项目，临时征用核酸检测点的青浦-赵巷文体中心、青浦-进出口加工区、香花桥街道、青浦总部基地等项目进行慰问，为一线员工送去方便面、牛奶、面包、水果、火腿肠、榨菜及盒饭等食物，还有被子、垫子、保暖袋等生活用品。

申勤党员、入党积极分子高举党旗，以“我先来”的姿态、“让我来”的状态，“我能行”的心态冲锋而上，不忘初心，牢记使命，把忠诚之心亮在抗疫战场。

(徐雪莲 陈秀民)

共同守『沪』，申勤党员在一线闪光

■心理辅导

疫情封控期间的自我心理关怀

夏明慧

由于疫情而被封控在家、在工作岗位的情况，对于许多人来说或许都是头一回，对于我这个处于“决赛圈”的选手来说，今晚也是头一回。在我看来，我们主

要面对的是部分活动的自由受到限制以及常规生活的节奏被打乱。有些人面对这样的情况不会有太多情绪波动，有些人可能会有一些反常的反应出现。在这个

特殊的时期，我们可以了解一些自我调节的方法，既可以帮助自己，也可以帮助别人。

(下转第2、3版)

全力以赴抗击疫情

来自申勤疫情防控一线的报道

当前上海疫情形势严峻复杂，公司第一时间响应政府防疫要求，配合防疫需求，迅速启动疫情应急预案，全力以赴统筹抓好疫情防控。一线员工在防控工作中体现申勤物业人的特殊担当，职能部门全力支撑，做好强有力的后盾，提供物资、解决困难、人员支援。疫情当前，申勤人汇聚起上下齐心抗疫的强大合力，众志成城、共克时艰，坚决打赢疫情防控阻击战。

助力全员核酸检测

3月10日起，上海进入封控状态，申勤多个项目管理处被征用为临时检疫检测点。香花桥管理处(非居)、赵巷文体中心等项目接紧急通知后，连夜落实人员开展工作，搭建简易棚、布置核酸检测操作台、接电源安装电脑、摆放告示牌及指示牌……

从3月11日开始赵巷文体中心设为核酸检测点，15日刚刚完成清场工

作，16日再次征用为检测点，一切工作又重新开始，一直忙到17日的凌晨1点左右。沈燕经理才回到家，清晨六点又赶到了检测点。香花桥项目(非居)单天的检测人数达到5500人。这几天气温骤升，检测点每天千余人核酸检测，工作量很大，但现场一切都紧张有序的进行。管理人员负责二维码的查看和操作流程指导，工程部确保现场用电正常稳定，保安部确保人流、车辆停放有序，保洁部负责环境卫生整洁。大家用行动践行了物业人的责任和担当。

初心在一线磨砺

为了有效控制疫情传播，上海陆续出台了风险区域封控、网格化封闭筛查、学校等特殊区域的封闭管理等措施，就此我们的一些员工被隔离，截止至3月16日，项目处已有540名员工被隔离，占员工数的24%。一些项目的员工隔离数超过50%，最高达77%。一方面工作量大、标准严、要求高，现场需要投入更多的人力，另一方面现场人员告急，岗位缺人。困难之下，一线管理人员表现出了困难面前果敢、勇往直前的管理能力和处事魄力，员工也表现出高度服从、无私奉献的朴素情感和大局观。

为了应对员工少以及减少员工回家被隔离的可能，不少项目采取了24小时值班制，项目负责人带领员工驻守

在单位。嘉定行政服务中心78人，40人被封控在小区里。为了确保行政中心、城运中心的正常运行，任佩君经理带领其余37名员工三天三夜坚守岗位。

你想出去的门，是抗疫工作者想要回去的家。青浦检察院、新闻学校青浦分校、建工学院、青浦公安分局、嘉定交大附中、嘉定新城办公楼等项目按业主要求实行了封闭式管理，松江公安分局项目采取了三天三夜两班倒留宿备勤。目前，有72名员工需要长时间留守在单位，超负荷的工作、不分白天和黑夜的坚守，24小时待命。大家虽然疲惫，却毫无怨言。

在这场“没有硝烟”的战斗中，副总经理周长丽激励大家：疫情当前，心手相牵、共克时艰，员工务必注意自身安全，穿好防护服戴好口罩手套，做好个人防护。有任何需要联系公司，联系我。亲切的关怀、谆谆的鼓励让战斗在一线的员工备受鼓舞。

“我在一线，请你放心，有战用我，用我必胜”，“不负信赖，全心为您”，申勤人为业主筑起了一道安全防线。

(综合办)



难忘那几天

万物复苏，春回大地，这本是一个迷人的季节。但在这2022年初春的海，随着奥密克戎变异病毒的密集传播，疫情形势日趋严重。随着感染人数屡创新高，许多公共场所被征用为临时集中隔离点。

4月2日，公司的管理项目杨浦党校，被杨浦区政府征用为临时集中隔离点。因疫情关系党校物业工程部门都在家，小区处于封控状态，无法上岗。而隔离点的改建需要物业工程人员的配合。此时，在党校留守值班的申勤物业杨浦党校管理处的音控师顾浩，挺身而出，勇担重任。

时间紧，任务重。从通知下达的4月2日起，顾浩凭借对大楼的熟悉，配合施工人员，改造教室，安排线路，安装设备，建立分区。他身兼多职，既当电工，又当水电工，还要完成本职的弱电、信息线路等工作。4月5日党校通过验收，具备了接收感染人员的条件。

4月6日下午，第一批隔离人员抵达。顾浩又配合工作人员接收患者，安排监控线路。因党校设施超负荷运转，各种故障不断。顾浩同志不顾个人安危，穿上防护服，进入污染区排除故障，保障各项设施正常运行。

接收工作一直延续至次日凌晨，党校接收了两百多位隔离人员。顾浩又投入接下来的保障工作中，直至第二天中午接班人员到来才下岗，至此他已连续工作二十多个小时。

其因疫情原因，顾浩已坚守岗位二十来天未能回家。全市封控前，他为家人采购的蔬菜无法送回，家中亲人也多日未见。但他面对突如其来的疫情，不退缩，不畏惧，迎难而上……

(杨浦党校管理处 金东晓)

等于正常化”的防疫要求，梳理防疫工作各个环节，组织员工认真学习，全力以赴为业主把好第一关，确保场馆安全、有序运行。

管理团队坚持“三不放松”工作：场馆消毒杀菌不放松，每天对馆场所进行全方位消毒清洁；防控措施管理不放松，定时馆内开窗通风和广播宣传以及加强安全巡视工作；读者服务劝导不放松，进馆需出示行程码、健康码，接受红外线测温以及实名制登记等一系列安全保障工作。管理处还自行建立了员工日常健康检测和管理制度，及时掌握员工状态、出行轨迹等情况，确保员工健康上岗。

紧拉安全之“弦”

鉴于新冠疫情的反复性和公众类物业项目的特殊性，嘉定博物馆管理处、青浦图书馆管理处始终坚持最严防疫措施，秉承“低风险不等于没风险，常态化不



该情况进行一系列应急处置。在演练过程中，场馆项目所有员工闻令而动、积极配合，按照

当前，上海各区域疫情再次反复，疫情形式复杂严峻。申勤人坚持“快速响应，精准防控”，积极履行防疫责任和义务，认真遵守疫情防控各项规定，共同筑牢健康安全防线。各图书馆、博物馆项目管理处更是坚持不懈，严苛以己，把疫情防控作为重中之重工作，保障场馆的安全。

严防死守保“安全”

3月3日上午10点50分，杨浦区疾控中心工作人员到杨浦区图书馆进行人员流动调查，反映3月2日晚上有一名密接人员到过图书馆。通过查阅监控发现，3月2日晚18点55分，该密接人员通过预约入馆。19点14分，巡逻保安员王腾仁巡视到展厅时，发现有读者未戴口罩，即刻上前轻声提醒该读者戴上口罩。在确认该读者戴好口罩之后，王腾仁才继续开始巡视。

由于保安及时提醒了该密接人员佩戴口罩，有效降低了病

学校物业是物业保障更加特殊的地方。那里有青春洋溢、活泼好动的学生；有辛苦付出、日夜操劳的老师。为了学校的安全、为了师生的健康，各学校物业管理处在项目负责人带领下，离开家人、驻守学校，全身心地守护学校，服务师生。

“六人组”是留校师生坚实的保障

上海市大众工业学校。3月13日，学校进入全封闭式管理，项目48人都主动申请留校，最后包括何月红经理在内的6人经过48小时隔离2次核酸阴性及疾控中心审批留校。“6人组”人员从早上6点到晚上9点每天长达15小时高强度的工作。每天全面消杀的区域和时间是，食堂饭前饭后2小时、8个机房网课前半小时、午间和放学后1小时各1次，4栋宿舍楼早晚各1次，门卫、体育馆、操场等公共区域一天3次。还有早晚做好校园保洁、垃圾清运等校园环境清洁工作。每天晚间留守小组召开小会，提出工作要求、沟通工作中的困难、分享工作心得。

学校有31名隔离学生，每天安排2人轮班询问学生的生活情况，送生活用品，倒垃圾；他们还主动帮忙居家隔离的老教师们清洗床上用品，晾晒被子，消杀房间。校长和老师们非常感动，写了多篇文章报道他们的抗疫事迹。

全力付出，井然有序

闵行建工学校因多名员工被隔离，只有11名员工日夜坚守在校区，24小时负责90多名留校生和老师的保障。宿舍楼3栋、教学楼和图书馆各1栋，每天消杀3次；全区域实行清扫“日排查”；每天清洗校方值班老师床上用品。他们很辛苦，但一直坚持着。

宝山城建学校闭环住宿学生487人、老师20人。根据校方要求，物业管理处安排12人驻守值班，14天轮班一次。5名保洁人员每天负责宿舍楼3栋、综合楼和培训楼各1栋以及室外公共区域的清扫工作，20桶垃圾分类及清理工作；1名工程师除日常维修，还要独自负责早晚全校消毒；宿管日夜无休地保障在宿学生的生活和安全。工作超负荷，但一切井然有序。

青浦新闻学校项目姜戈成经理从3月14日就一直一直在学校，爱人上15天夜班，留儿子独自居家上网课和过夜。他顾不上小家，一心一意地把项目工作安排得井井有条。项目可运行人员37人，15天一轮岗。宿管员每天44间寝室2次消毒，早晚2次对学生测温及点名，洗衣机房清扫1次；保安员坚守校门，做好进校人员和车辆的管理，快递物流的消杀，严防死守把好校园防护第一关；保洁员每天2次对校园公共区域先消杀后打扫。不分昼夜地24小时待命，每个驻扎人员虽然疲惫，却毫无怨言。

守安全 保平安

申勤保安公司项目一线抗疫纪实

2022年春天的上海，新冠疫情卷土重来。上海申勤保安服务有限公司第一时间响应市委市政府防疫工作要求，落实各项防疫措施，全力守护业主的健康和安全。

嘉定是上海疫情爆发较早且程度较深的一个区。3月12日，申勤保安公司管理层通知学校项目的保安，集中驻守全封闭学校，投入抗疫“战场”。此时，有的保安刚上好夜班出来，有的正在宿舍中休息。接到驻守命令后迅速集结，义无反顾地投入到全封闭驻守学校的抗疫工作中。由于校园禁止人员进出，保安除了做好本职工作外，每天佩戴口罩、手套，负责对校园内的全面消杀以及快递的终端消毒。同时，承担起了校园的保洁、垃圾清运等工作。每天晚间，留守小组召开小会，提出工作要求、沟通实际困难、分享工作心得，守望相助、真情与共。

青浦西岑金西小区，是申勤保安公司服务的居民住宅小区。公司保安队员主动变身成为志愿者，迎朝霞、伴星辰，构筑起英勇战“疫”的桥头堡。他们顾不上个人安危，顾不上吃饭睡觉，顾不上家里的老小，事无巨细地为群众解决各种困难。全域封控管理给蔬菜运输、分装、配送等带来了诸多困难，工作开展尤为艰辛。公司保安志愿者在“爱心蔬菜包”配送“最后一百米”上，迎难而上，勇挑重担，积极协助社区将“爱心蔬菜包”有序地送到每一户居民家中。配送物资、清理垃圾……一个个逆行的背影铸成了疫情防控守护家园的钢铁长城。

青浦工业园区大厦所在办公地点被纳入第一轮重点区域，采取48小时封闭管理。在得知封控消息后，经理王海军主动带头请缨，加入轮班员工值守队伍，全力守护工业园区大厦的防疫安全。在外卖运力不足的情况下，他们自行克服办公起居饮食难题。饿了两三人分吃一桶方便面，困了就席地而卧。他们没有一个叫苦，没有一个喊累，拧成一股绳，时刻保持作战状态。

疫情期间，微信管理群会时不时地报备：一切正常！看似简单的四个字，饱含着保安公司上下员工无数的辛劳和付出。“上下同欲者胜，风雨同舟者兴”。上海申勤保安服务有限公司“强信心，聚民心，暖人心，筑同心”，带领员工，奋战一线，保业主安全，守项目平安。

(上接第一版)

一、接纳、理解、调整情绪

在任何时候，我们都会产生各种各样的情绪，封控带给我们的较常见的负面情绪有紧张、焦虑、烦躁、抑郁、无聊等。这些情绪的出现大多是正常的。出现负面情绪的时候，首先，我们不要拒绝这些情绪，而是鼓励自己接纳已经产生的负面情绪，承认自己正处于这些情绪当中。其次，我们可以去探究一下是什么事情让我们产生了这些情绪。举例来说，当我们每天看各种疫情相关新闻的时候，可能就会觉得疫情就在身边，这可能让我们感到紧张；想到上半年的业绩指标无法完成的时候，可能让我们感到焦虑；独自一人在家很久没有人可以一起聊天，可能让我们感到抑郁和无聊。而我们要知道，发生同样的事情，并不是所有人都有一样的感受。我们如何看待发生的事情，在很大程度上就会影响我们所产生的情绪。面对封控在家中，如果主导我们的想法是“凭什么我要关在家里，这影响了我的生活”，那么我们可能就会感到愤怒、烦躁；如果主导我们的想法是“哇，这几天居家办公，省去了一个半小时通勤时间，可以多点时间做自己喜欢的事情了”，那么我们就更容易感觉到满足和幸福；如果主导我们的想法是“这几天不用工作了，终于可以彻底休息、好好调整了”，那么我们可能会感到安逸和放松。最后，在接纳我们自己各类情绪的基础上，可以通过调整自己的想法，从而达到调整情绪反应的目的。硬币都有两面，事物更是有多面，我们可以发挥

二、积极自我调节建议

除了通过调整负面情绪以外，在这段时期，大多数人可能会比以往有了更多空闲的时间，因此我们也可以给自己做一些更为系统性的规划。第一，尽管足不出户，但建议给自己安排合理作息时间，可以通过制定简单的计划来保持尽可能规律的生活。如果遵循制定的计划对自己来说本身是比较困难的一件事，可以给自己设定一些小小的奖励。比如当自己可以按照计划完成了一天的规律生活后，第二天奖励自己吃一颗糖(糖是个比喻，奖励品一般建议选择的是自己向往的并且会给自己带来一定满足感的)。

第二，趁自己空闲的时间，来划掉一些自己曾经的那些to-do list或是愿望清单，比如学习一个新领域的知识、看一本书、做一道菜、和久未碰面的朋友来个视频通话、追自己喜欢的剧(注意追剧也要防沉迷哦)。

第三，如果我们常关注疫情相关的信息，而这类信息又容易让我们产生紧张等负面情绪的话，我们可以减少看信息的频次，并尝试寻找一些新的关注点。可以是类似第二点提到的愿望清单，如果没有的话，那么是时候让我们自己去重新寻找了。我们也可以看看别人在做些什么，来给自己一些启发。

第四，足不出户对大家来说少了很多运动量，建议

大家在有限的空间里，并且尽可能不影响邻居的前提下，适当做一些运动，可以是打太极、瑜伽、其他垫上运动等。

第五，不信谣、不传谣。关注官方信息，对非官方渠道的消息保持批判性思维，尽量避免不实传言给自己的生活带来更多的负面情绪。

三、建立支持网络

当我们与其他人见面减少后，以往的部分心理支持网络就有了缺失，例如来自亲朋好友的见面寒暄和关心。因此，自我调节在封控的特殊时期就变得更加重要。另外，我们可以通过电话、微信、视频等多种方式与亲朋好友保持联系。当我们自己觉得需要被关怀的时候，可能对对方会有同样的需求，所以想到对方的时候，就毫不吝啬地发个信息、打个电话聊几句。除了自我调节以外，如果发现自己或者身边的人出现了精神异常的情况，那么需要及时与专业人士进行联系。在疫情期间，通常的方式可以是向社区、居委进行情况说明并申请援助，或者通过网络寻找专业机构或咨询师进行咨询。如果短时间无法获取专业支持的话，可以先尝试上网搜寻相关问题的自助方法。目前网络上可以

尝试寻找的资源在此稍作推荐(以下平台仅仅是我有所关注的，需要大家自己评判适用性)：市、区级精神卫生中心的网站、微信公众号，华东师大心理健康教育与咨询中心、糖心理、壹心理等网络平台的微信公众号等，最后，希望大家都可以平安顺利地度过这个特殊时期，关爱自己，帮助他人！

校园内的战疫力量