

宁波这场教科书式的急救为何能“破圈”？

■钟婷婷、樊卓婧

这几天,宁波15岁初二男孩盛徐莘“教科书式”急救的新闻,在全网引发现象级传播。暖心事迹的背后,宁波的学生在校园可以学到哪些救护技能?宁波的急救培训工作开展得如何?如何让暖心的个例普及为社会大多数人掌握的能力?

近日,一场“爱在宁波·今天我发布”急救科普专场发布会在鄞州实验中学沧海路校区举行,盛徐莘、学校代表、市红十字会代表作为发言人,进行了分享。

爱心救助,怎样抛出“救生圈”

盛徐莘救人后,他的妈妈徐金梅第一时间赶到小区保安室,查看记录救人场面的公共视频。身为浙江省红十字会一级救护培训师的她,将视频看了一遍又一遍,终于松了口气:“动作还是很标准、很到位的。”

表扬儿子的同时,徐金梅的心里也有些后怕:“以前家里和学校虽然都教过,但这是他第一次进行真的急救,第一次按压真人,就怕方式出错,更怕没有达到预期效果。”

“我当时没想那么多,想多了,就来不及了。”两天后在接受记者采访时,盛徐莘腼腆了不少,半天才用一句话概括了当时惊心动魄的过程。

盛徐莘是鄞州实验中学的学生,在校期间,他曾多次参加学校组织的应急救助讲座和模拟演练,也曾自告奋勇上台展示过。正是因为他掌握了急救技能,才让他在看到别人生命面临危险时,能有伸出援手的底气 and 勇气。

英雄也有“狼狈”的时候,当天的发布会现场,盛徐莘说:

“按压过程中,我的手臂很酸,衣服都湿透了,那天我穿的是短裤,直接跪在水泥地上,膝盖很疼,我会在叔叔给他做人工呼吸时,稍微按摩缓和一下。”

盛徐莘的率真,让这个“小英雄”更加真实。

急救科普,如何覆盖“教育圈”

一名初中生的英勇救援,是个例。如何通过公益急救,让更多的人尤其是青少年提高应急救护常识和能力,做大“生态圈”?这是外界关切的第二个问题。

2022年5月,宁波市发布《宁波市高水平推进应急救护工作实施方案》。在此背景下,宁波市教育系统联合红十字会等相关部门认真贯彻落实文件精神,积极完善校园应急救护体系,强化校园应急救护工作。同时,加强教职工应急救护培训力度,完善校园应急救护设施设备,助力平安校园建设。目前,鄞州区、海曙区、镇海区等多地教育系统教职员红十字救护员培训覆盖率已达100%。学生也通过“红十字课程进校园”等一系列活动,提高了自我保护意识和应急救护能力。

盛徐莘所在的鄞州区自2013年起开展“红十字课程进校园”活动,鄞州实验中学老师吴婉妮作为第二位发言人,介绍了此前该校进行的一系列面向学生和教师的应急救助培训,以及对硬件设施设备的完善。

吴婉妮介绍,每年暑期,该校都会邀请相关专家面向初一新生开展应急救护演练。今年5月,该校组织全校2300余名师生学习心肺骤停的特征和心肺复苏的步骤。如今,该校持有红十字救护员证书的教师比

例已达90%。

公益急救,如何做大“生态圈”

宁波在应急救护培训方面工作开展得如何?普通市民如何参加应急救护培训?宁波市红十字会赈济救护部工作人员夏桂虎作为第三位发言人,回应了相关问题。

夏桂虎介绍,一直以来,宁波市各级红十字会深入社区、农村、学校等大力开展公众应急救护培训工作。截至2023年底,全市建成街道(镇乡)应急

救护培训基地126个,公众救护普及培训366.3万人次,普及率58.9%;救护员持证培训52.1万人,持证率8.4%。

夏桂虎表示,宁波市各级红十字会面向公众开展应急救护知识讲座、心肺复苏课程培训等类型的公益应急救护培训工作。如果大家想要学习应急救护技能,可以给所在地的小区(市、市)红十字会致电咨询,或者关注“宁波市红十字会”微信公众号报名。

除了心肺复苏,宁波很多

公共场所也配备了专业的便携式自动体外除颤仪(AED),一个城区12分钟、乡村15分钟的急救圈也在逐步形成。具体位置可以通过小程序“宁波AED地图”查询。

据悉,当天的活动还邀请了宁波市红十字一级救护师、鄞州人民医院医共体百丈分院副主任护师吴藕丝现场演示心肺复苏的正确手法及要点,以及如何正确使用“救命神器”AED,帮助大家提高突发状况的应对能力。

我们离“很标准、很到位”还有多远

■许瑞英

宁波15岁初二男孩盛徐莘“教科书式”急救的视频反复看了好几遍,他救人时笃定的神情,“专业”的按压动作,看得人不禁泪目;感动于救人者的专业,欣慰于被救者的无碍,更有来自同样是一位有15岁男孩的妈妈,深深的羞愧。

一位初中男孩,在面对突如其来的状况时,表现出了异于常人的镇定,处乱不惊地观察倒地者的脉搏心跳,随即为其进行心肺复苏。仿佛这样的情况盛徐莘已经历练了无数次。

当得知男孩的妈妈是我省红十字会一级救护培训师时,这一切都释然了。听盛妈妈说,儿子盛徐莘经常利用假期时间跟着妈妈去参加急救培训,刚开始还担心儿子“实战”时救护不到位,看过监控视频后,盛妈妈一颗悬着的心才放下,她评价儿子的救护“很标准、很到位”,短短六个字,在攸关生死之时,却重若千钧。

据相关资料统计,在我国,每年约有54.4万人因心源性猝死离世。心脏骤停抢救需要在最初的几分钟内进行,因为超过四分钟后,脑细胞会开始不可逆转地损伤,即使恢复心跳,患者也可能面临严重的后遗症,甚至成为植物人。

急救知识的普及及不仅仅是医务人员和专业救援人员的责任,也应该是每一个普通公民都应该掌握的基本技能。如果每一个普通人都能掌握基本的心肺复苏术(CPR),那么他们在面对紧急情况时就能在专业急救人员到达前采取有效的急救措施,从而极大地提高患者的生存率。

然而现实的情况是,作为一位有两个孩子的普通妈妈,虽然我也深深地懂得掌握急救知识的重要性,平常在教育孩子的过程中,也不会不失时机地强调,但仅此而已。可以想象,在现实生活中,像我这样的家长还真不少。甚至在我们的学校以及社会层面普及急救常识时,仍然流于形式的多,顶真落实的少。但生命只有一次,稍有疏忽就有可能错失最佳救助时机。

人们总说“明天和意外不知道哪一个先来”。的确,意外不可预知,我们能做的只有把握现在。如果我们每一个人都能像盛徐莘这样,有机会参与急救培训,经常性地学习演练,用“很标准、很到位”要求自己。那么等到意外来临,我们才有足够的把握去救助别人,或者被别人人救助。也才能给自己或为别人撑起一片晴朗的明天。



科学嗨一夏

近日,在舟山市普陀区六横镇成人文化技术学校,三年级的陈同学正认真制作日、月、地三球仪。据悉,今年暑假,六横镇推出的新市民素质提升工程之科技制作系列活动,吸引了155名小学生报名参加。

据六横镇成人文化技

术学校相关负责人介绍,科技小制作系列活动,不仅让孩子们学习到相关的科学知识和原理,还在制作过程中增强了动手能力,进一步激发了他们学科学、爱科学、用科学的浓厚兴趣,营造出了浓厚的科普氛围。

通讯员刘生国、虞恩军 摄



父母课堂

养娃路上有困惑?

这个“超级爸妈训练营”有秘诀

■颜静

“抓住机会,名额有限!”近日,温岭市“家长夜校”进阶班报名开启,王女士第一时间拿出手机报了名,还不忘发信息提醒亲友别错过。作为“家长夜校”首期学员,过去两个月的学习让王女士收获满满,她期待着通过进阶课程学到更多。

“家长夜校”是温岭市妇联联合温岭市委宣传、以家长学校、妇儿驿站、文化礼堂等为主阵地,利用晚间时段,因地制宜地创新性推出的学习交流平台。夜校面向幼儿及小学生、初高中生两个年龄段家长分别组建班级,今年4月以来,首期春季班每周三、周四晚在温岭市妇女儿童活动中心准时开课,吸引了80多位家长参与。

智慧碰撞,带娃路上不孤单

温岭市妇联副主席陈伟红介绍,早在去年,温岭就已结合婚姻家庭学院开出部分课程。

在此基础上,今年推出的“家长夜校”课程设计更具系统性和针对性,特邀讲师团针对两个班级分别开发8节系列课程,主要围绕如何科学有效开展家庭教育、构建轻松和谐的亲子关系以及培养自主内驱力强的孩子等主题展开合作学习,实现共同进步。

“家长夜校”授课形式更灵活,侧重体验、互动与实操,包括专家讲座、互动分享、案例分析等,既邀请知名教育专家、心理咨询师现场指导,也鼓励家长间的经验分享,通过每日作业打卡、班委竞选领学、分组积分竞赛、优秀学员表彰等管理机制,形成互帮互助的良好氛围。

“本以为是传统讲座类型,来之后发现这是一个有趣的训练营。”幼小班学员陈女士说,“原本抱着试听的心态,没想到课程这么精彩,8节课我一节不落。”

在她看来,分享互助是夜校课程的主旋律,这里有教育

专家传授“温柔而坚定”的教育方法,也有实战派爸妈分享“鸡飞狗跳”到“母慈子孝”的转变经历,“现在我们遇到问题,直接发在微信群求助,互相支招也挺有效的,我还推荐亲友来参加。”

育儿有方,以实操巩固技能

《问题真的出在孩子身上吗》《怎样做个放手又放心的家长》《不吼不叫,如何让孩子乖乖合作?》……两个多月来,从亲子沟通技巧到儿童多样性成长,从青春期心理到隔代教育,一节课节实操理论结合实操,帮助家长们不断巩固学习成果。

温岭城区冯女士家有三个孩子,分别在上初中、小学、幼儿园。孩子多加上年龄差距大,如何与他们相处,考验着父母。参加“家长夜校”学习后,亲子关系在潜移默化中得到了改善。

“最让我担心的是老二,他

性格内向,与我们不太亲近。”课堂上的学习与交流,让冯女士意识到,自己往往将更多的精力放在老大或老三身上,老二得到的关注相对较少,常常被忽视,这也是很多三孩家庭的“通病”。为此,她试着对老二投入更多的耐心与关爱,并结合应用夜校教的一些方法,拉近与孩子的关系。

“夜校打卡任务之一,是每天给孩子写一张鼓励贴。两个月的坚持,让我发现了他的更多优点。”令冯女士欣慰的是,这个过程制造了更多互动,孩子也更愿意表达了。

持续接力,爱的课堂不打烊

“孩子越大,我越发感受到父亲在家庭教育中的重要性,关于如何在忙碌中保证父爱归位,老师们的许多建议都很实用。”学员曾镇荣笑称,“班里原本只有我一个男性,后续人数有所增加,说明爸爸们都在‘觉醒’”。

令任课老师王国华印象深刻的是,幼小班的一次课前游戏中,他问最前排的一个爸爸“孩子多大了”,对方回答“还在肚子里”。

家长们的热情投入,让温岭的“家长夜校”持续升温。从主城区的西溪社区、西园社区、月河社区,到泽国镇、新河镇、箬横镇等地,如今,“家长夜校”正不断从城市向农村辐射。温岭市妇联还专门招募2024年“阳光家庭”计划家庭教育服务项目,为市镇村三级家庭教育指导服务站购买多样性和针对性服务。

除每周定点的“夜校”授课外,温岭还开设家庭教育线上学习群,家教志愿团成员每周轮流当班,传授可行且易推广的家教方法,并为群内未参与听课或是在实操过程中存在困惑的家庭答疑纠偏。碰到情况复杂的,还可求助每周六“个案一对一咨询”服务,目前已连续服务90户家庭。



精神家园

精神之渠,永不断流

■赵林中

一直想去实地看看红旗渠的心愿,可以追溯到上世纪70年代初,那时上映了一部名为《红旗渠》的记录电影,看得热血沸腾。之后在影视、报刊等媒体上,也不时看到相关报道,红旗渠精神得到广泛弘扬。前两年又看了《红旗渠》的电视连续剧,想去实地看看的念头更加强烈。

借着长假自驾顺利抵达了河南安阳林州市。下了高速公路,一幅红底黄字醒目标语映入眼帘——“红旗渠精神是我们党的宝贵精神财富”。沿兴阳线国道行驶不久,穿过一个渡槽,就到了红旗渠风景区。

景区面积不算大,步行游览恰到好处。步道沿水而建,身在其中很难感受当年这里曾是一个极度缺水的地方。继续前行,便到了红旗渠的核心工程“分水闸”,红旗渠的总干渠就是从这里开始一分为三,来自浊漳河的水50多年来源源不断地通过三条干渠汨汨流向林州腹地,灌溉着54万亩良田。

景区另一个标志性建筑是红旗渠纪念馆。馆内通过实物、雕塑、模型、影像等多种形式,展示了红旗渠建设的历史,生动还原了在20世纪60年代生活极其困难、物资极其匮乏的艰苦岁月,林县人民依靠最简陋的装备,完全用人工完成了这一惊天动地的庞大工程。这是怎样的一种精神、智慧和力量啊!

参观完景区实在不忍匆忙离开,便决定在红旗渠迎宾馆住宿一晚。宾馆背靠太行山,或者说就是依太行山而建,从登记到入住需要经过的走廊里展览的内容比较丰富,除了“红旗渠精神”“太行精神”,我还学习了“扁担精神”和“谷文昌精神”,这些正能量让我这上世纪50年代出生的入倍感振奋。从宾馆窗口眺望,可以远远俯瞰林州城区。红旗渠一号干渠从太行山腰穿流而过,仿佛悬于头顶,让人真切切地感受到了“人工天河”

的壮观。沿着一号干渠有一条蜿蜒的小路,途经黑龙庙、清泉寺、苍龙庙——听名字就能感受到当地人民对水的极度渴望。当地人民在党的坚强领导和强有力的组织下,依靠集体的力量,凭借一锤一钎一双手,苦战10年,将长达1500公里的“人工天河”镌刻在太行山上,用鲜血和生命铸就了这一奇迹。

“为有牺牲多壮志,敢叫日月换新天”。在红旗渠的建设过程中有81位建设者献出了宝贵的生命,他们中有专家、干部、群众,最小的还不满18岁,甚至有父亲牺牲后,母亲鼓励儿子继续参加建设的感人事迹。入胜定天,林县人民这种前赴后继、敢于牺牲的精神,什么样的河山不能重新安排!

红旗渠的价值,超越了水利工程本身。它是一座历史的丰碑,永远镌刻在太行山上。纪念馆里《引漳入林工程总动员令》,现在读它仍然催人奋进,鼓舞人心。《动员令》上记载,“引漳入林工程定于2月11日开工,5月1日前夕竣工”,也就是说在当时国内最困难的1960年,要用仅不到3个月的时间完成工程。但事实是,开工后才发现自然条件、技术条件、预算条件等方面都存在难以解决的问题。作为总指挥的杨贵书记顶着压力在各种焦头烂额中一次又一次的重新部署,一个又一个解决遇到的具体问题。一直到9年后,也就是1969年7月才正式竣工。虽然缓慢,但始终向前,这一历程也证明了只要方向正确并咬定青山不放松,终能齐心协力完成看似不可能完成的任务,红旗渠的伟大之处也正凝结其中,它被誉为“中国水上长城”“人工第一大运河”。

随着阅历的增加和眼界的开阔,许多曾经觉得震撼的事物可能会变得寻常。而红旗渠所蕴含的深刻意义和精神价值能够超越时间和空间,历久弥新,始终触动我们的心灵,永远值得敬仰!

(本文作者系全国劳动模范)

扫一扫 扫出一本好书



《世间的小儿女》

陈慧著
宁波出版社



生活就像一壶热茶,慢慢品味才能尝出其中的滋味。

本书用最真挚的文字,讲述了小镇普通人生活中温馨与苦涩的点滴,

重现了生命最初的粗犷与鲜活。

置身于书中,我们跟随书中的“小儿女”,品一碗“人间烟火”,唤醒心灵深处的共鸣。



《梅里美小说选》

梅里美(法)著
余中先译
生活·读书·新知三联书店



本书集异域风情与深刻人性于一体,凭其“少而精、短而美”在世界短篇小说界中颇负盛名。

书中精选的篇目如《卡

门》《柯隆巴》等,都展现了作者非凡的艺术魅力。每一篇都饱含激情与力量,带我们领略19世纪文学的独特风采。

(来源:杭州市西湖区图书馆)