

暖新闻

跨越百公里草原路 乌兰察布志愿者把温暖送到边关和养老院



● 志愿者开展义剪活动

通讯员 郭雅琪 摄

□ 本报记者 徐楠

5月26日至28日,乌兰察布志愿者协会在共青团四子王旗委员会的统筹支持下,开展“爱边疆志愿行”系列暖心活动。志愿者驱车穿越崎岖的草原乡间路,先后走进3个边境派出所和2所乡镇养老院,为戍边民警送去实用物

资,为乡村老人提供拍照、理发等便民服务,把实实在在的关怀送到了最需要的人身边。

从四子王旗城区出发,到最近的白音敖包、阿莫素素边境派出所,有120公里路程,最远的江岸派出所更是达到150公里。沿途大多是没有硬化的草原土路,车辆颠簸两个多小时才能到达。这

三个派出所都地处边境腹地,常年风沙大、人烟稀少,民辅警们日复一日坚守在岗位上,守护着祖国北疆的安全。

志愿者提前了解了戍边民警的执勤、训练和生活需求,精心准备了洗漱套装、定制水杯和体能训练鞋等实用物资。每到一個派出所,大家都会和民警们围坐在一起,聊聊日常的执勤排班、生活起居,听听他们在边境线上巡逻值守的故事。民警们不畏艰苦、默默坚守的样子,让在场的每一位志愿者都深受感动。

“社会各界的关心,是我们守好边关最坚实的底气。”江岸边境派出所的民警们说,大家一定会以更饱满的状态投入工作,筑牢祖国北疆安全屏障,不辜负家乡人民的信任。

守好边关的人值得被温暖,留在草原的老人也需要被牵挂。结束了对边境派出所的慰问,志愿者又马不停蹄地赶往当地的乡镇养老院。

5月27日上午,志愿者来到吉生太镇养老院,开展“定格美好,留住芳华”免费拍照活动。吉生太镇位置偏远,这里的很多老人一辈子扎根草原,很少有机会外出,去北京看看是不少老人藏了多年的心愿。志愿者特意提前制作了人民大会堂主题背景板,让老人们足不出户就能“打卡”首都。

活动现场,志愿者们小心翼翼地搀扶老人入座,耐心帮他们整理衣领、梳理头发,反复调整拍摄角度,用心捕捉老人们慈祥的笑容。现场配备了电脑、打印机

和精美相框,实现即拍、即打、即装。当老人们亲手接过装裱好的照片,看着照片里自己站在“人民大会堂”前的样子,脸上都露出了欣慰的笑容,不停地拉着志愿者的手道谢。

5月28日上午,志愿者们又走进忽鸡图乡养老院,为老人们提供免费爱心义剪服务。这家养老院的多数老人子女常年在外务工,平时独居生活。受年纪和身体条件限制,出门理发对很多老人来说是一件难事。志愿者们耐心询问每位老人的理发需求,根据他们的喜好精心修剪。理发的间隙,大家还陪老人们唠家常,询问他们的身体状况和日常起居,用真诚的陪伴缓解老人们的孤独。

几件实用的物资,一次贴心的理发,一张温暖的照片,东西虽然不贵,但跨越百公里草原路送到手边,分量就格外不同。

据了解,这次系列活动是乌兰察布志愿者协会“爱边疆志愿行”守边护边志愿服务项目的重要内容。近年来,协会始终坚持党建引领,打造“专业社工+志愿者”的服务模式,聚焦戍边民警、孤寡老人、留守儿童等重点群体,开展了一系列接地气、有温度的志愿服务活动。

协会相关负责人表示,祖国北疆的岁月静好,离不开一代代戍边民警的默默奉献。下一步,协会将持续深耕“爱边疆志愿行”品牌,常态化开展各类暖心志愿服务,把更多的关爱送到边关哨所、草原深处,送到每一个需要帮助的人身边。

我为群众办实事

华府社区:静音护考 为考生守住安静备考时光



● 工作人员向居民倡议静音助考

本报记者 朱旭敏 摄

本报讯(记者 朱旭敏)高考临近,为给辖区高考学子营造安静舒适的备考、应试环境,全力减少生活噪音干扰,近日,集宁区前进路街道华府社区开展高考护考降噪宣传活动,呼吁全体居民、商户自觉静音,用暖心行动为考生逐梦之路保驾护航。

活动期间,社区采取线上线下相结合的方式,全方位开展护考降噪宣传。线上,社区依托各小区居民微信群、业主群转发护考文明倡议书,广泛普及静音护考理念,号召居民在高考期间文明居家、轻声生活,主动减少喧哗吵闹,共同守护安静备考环境。

线下,社区工作人员深入辖区小区院落、沿街商铺,通过发放宣传页、现场讲解等方式,面对面开展降噪劝导,提醒商户调低外放音响、杜绝噪音揽客,居民尽量暂停装修施工、降低家电音量、避免夜

间喧闹,车辆进出小区自觉鸣喇叭,最大限度减少各类扰民噪音。

暖心倡议得到了辖区居民和考生家长的广泛支持与响应。“孩子冲刺备考,晚上经常复习到深夜。社区开展静音护考活动,特别贴心,也让我们家长心里踏实很多。”辖区考生家长王林说。

居民邓秀莲告诉记者:“我们平时说话小声一点、广场舞停一停、开车不鸣笛,举手之劳就能给孩子们一份安心,非常值得。”沿街商户也积极配合,表示将自觉规范经营,全力支持护考工作减少噪音。

华府社区工作人员表示,目前,辖区邻里之间相互理解、自觉降噪,辖区整体环境安静有序。华府社区工作人员表示,下一步,将做好噪音管控工作,全力为高考学子保驾护航,祝愿所有考生从容赴考、金榜题名。

修路、清垃圾、建车棚 新华街街道把居民“烦心事”变成“舒心事”



● 工作人员修缮破损路面

本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏)“以前这条路坑坑洼洼,下雨天满是泥水,老人小孩出门都不放心。现在路面平整干净,走路特别踏实!”近日,看着焕然一新的小区路面,新华街街道南园社区通顺小区居民张阿姨连连称赞。

近期,集宁区新华街街道聚焦居民生活中的实际难题,带领古楼社区、南园社区等,集中解决环境脏乱、出行不便、居住安全等突出问题,一件件民生实事落地见效,辖区居住环境和生活品质得到实实在在的提升。

通顺小区建成时间久,基础设施老旧,加之自来水管网多次抢修施工,多处路面出现坑洼破损。每逢雨天积水泥泞,晴天尘土飞扬,老人、孩子出行尤为不便,是居民长期反映的烦心事。南园社区工作人员第一时间实地排查,逐一摸清破损点位,精准统计破损面积,迅速上报街道并敲定修缮方案,优先对小区主干道、楼栋出入口等关键路段集中修补。目前,小区所有破损路面已全部修整平整,彻底解决了居民雨天难走、晴天扬尘的出行难题。

路面平了,环境也在变好。

针对建国一路15号道路两侧土堆堆积、杂草丛生,拆迁区域建筑垃圾乱堆乱放等问题,古楼社区组织人员、调配机械开展集中清理,对杂物、垃圾、废土逐一清运,彻底改善片区脏乱面貌。同时,社区对拆迁区域加装硬质围挡实行封闭管理,有效避免行人、儿童误入危险区域,杜绝扬尘污染和安全隐患,片区环境更加整洁规范。

环境在变,安全短板也在补齐。针对宜和国际小区电动车乱停放、私拉飞线充电的突出问题,社区多次对接物业,反复沟通优化方案,顺利推进充电桩建设改造。车棚建成后,居民电动车有了规范停放和安全充电的固定场所,“停车难、充电难”的痛点得到有效缓解,从根源上消除了违规停放、充电引发的安全隐患。

集宁区新华街街道相关负责人表示,民生无小事,枝叶总关情。新华街街道将持续聚焦居民日常诉求,常态化排查整治辖区环境和安全问题,不断完善小区基础设施,用扎实细致的服务解决居民身边的大小难题,切实提升辖区居民的生活幸福感。

关注生命安全 提高健康意识

救命技能进社区 集宁区红十字会手把手教居民心肺复苏

本报讯(记者 徐楠)近日,集宁区红十字会走进新体路街道团结路社区,开展急救救护专项科普培训。培训重点围绕心肺复苏这项最常用的急救技能,通过理论讲解和真人实操相结合的方式,面对面教居民掌握突发意外时的科学处置方法,让大家在遇到紧急情况时不再手足无措。

据了解,心脏骤停发生后的四分钟是抢救生命的黄金时间,超过这个时间,患者的生存率会大幅下降。而团结路社区老年居民较多,心脑血管疾病突发的风险相对更高,很多居民遇到有人晕倒的情况,往往因为不懂急救知识,只能干着急等待救护车,错过了最佳抢救时机。针对这一实际情况,本次培训特意避开了复杂的专业术语,全部用老百姓听得懂的大白话进行讲解。

培训现场,讲师结合日常生活中发生的真实急救案例,详细说明了什么时候需要做心肺复苏,以及完整的急救步骤:先快速判断患者有没有意识和呼吸,第一时间拨打120急救电话,然后再按照规范流程开展施救。讲师反复强调,急救讲究时效性和规范性,哪怕只是掌握了基本的胸外按压技巧,也能为专业医护人员到来争取宝贵时间。

实操演练是本次培训的重点环节。讲师利用医用人体模拟人,从头到尾完整演示了一遍心肺复苏的操作流程,从

判断意识、摆放体位,到胸外按压的位置、力度和频率,再到开放气道、人工呼吸的正确动作,每一个细节都讲得清清楚楚。

对于居民练习中容易出错的地方,讲师一对一进行纠正指导。比如很多人一开始只会用胳膊发力,按几下就没力气了,讲师就教大家借助身体的重力下压,掌根要牢牢贴在胸骨下半部分,不能偏移;人工呼吸时,要捏住患者的鼻子,用嘴完全包住患者的嘴,看到胸廓起伏才算有效。社区工作者、退休老人、年轻宝妈等不同年龄段的居民都主动上前练习,从一开始的动作生疏,到慢慢掌握要领,大家都学得十分认真。

为了帮助大家克服“不敢救”的心理障碍,培训还设置了实景模拟环节。现场模拟了“邻居在家突然晕倒”的场景,让居民轮流扮演施救者,完整演练从现场评估、呼救到施救的全过程。通过沉浸式体验,不少居民表示,原来急救并没有想象中那么难,只要按照老师教的步骤来,普通人也能救人。

“以前在街上看到有人晕倒,我心里特别慌,想帮忙又不知道怎么帮,只能站在旁边等救护车。”参加培训的居民王丽萍说,“这次培训真的太实用了,没有空话套话,全都能用到的干货。老师手把手教我们练,现在我基本掌握了心肺复苏的方法。以后再遇到这种情况,我心



● 讲师为居民普及急救知识并进行实操演示

本报记者 徐楠 摄

里就有底了,也敢站出来搭把手了。”

集宁区红十字会相关负责人表示,急救救护知识普及是一项重要的民生工作。接下来,他们还会继续走进更多社

区、学校和企业,开展常态化的急救培训,让更多人掌握基本的急救技能,在全社会营造“人人学急救、急救为人人”的良好氛围,共同守护大家的生命安全。

把脉问诊、正骨推拿,这家医院把“流动诊室”搬到了居民家门口



● 义诊现场

本报记者 刘佳鑫 摄

本报讯(记者 刘佳鑫)近日,针对辖区老年人口多、慢性病高发、骨关节不适等突出民生问题,集宁区虎山街道友谊社区精准对接群众健康需求,携手乌兰察布市中蒙医综合医院,组织多学科精锐医护团队开展全科高质量公益义诊志愿服务活动,将优质、专业、便捷的医疗服务送到居民家门口,用暖心举措筑牢社区健康防护屏障。

在中医调理区,医生田苗芳细致地为到场居民号脉问诊。“大爷,您这脉象有些细弱,平时是不是经常觉得乏力、睡眠不好?”田苗芳一边耐心把脉,一边细致询问老人的日常起居与饮食习惯。结合当下节气特点和个体体质,她给出专业健康指导。72岁的王阿姨体验完中医把脉服务后连连称赞:“以前想挂专家号,总要早起来医院排队。今天田医生服务态度特别好,把我多年的老毛病分析得透彻清楚,就连中药服用的细节都交代得十分细致,真的特别贴心!”

在蒙医正骨特色诊疗区,不少受颈肩腰痛困扰的居民前来咨询就诊。蒙医专家用传统正骨手法,现场为疼痛难忍的李大爷开展推拿理疗服务。经过医

护人员专业的按压、揉捏调理,李大爷紧绷的身体逐渐放松,紧皱的眉头也慢慢舒展,他不禁点赞:“我的肩膀疼了好几个月,平时胳膊都抬不起来,经过大夫专业推拿,经络瞬间通畅舒展,效果特别好!”与此同时,泌尿外科专家围绕老年人高发的前列腺问题、泌尿系统感染等常见病症,为居民开展专业科普讲解,并提供一对一答疑解惑服务。

除一对一专业诊疗服务外,医护人员还主动向过往居民发放健康科普传单,普及养生保健、疾病预防、合理用药、应急自救等实用健康知识,引导居民树立科学健康理念,养成良好生活习惯,进一步提升辖区居民自我健康管理能力。

此次全科公益义诊活动,让辖区居民足不出社区就享受到了优质、便捷、全面的医疗服务,有效普及了科学健康的生活方式,切实提升了辖区老年居民的获得感与幸福感。下一步,虎山街道友谊社区将持续聚焦群众急难愁盼的健康需求,常态化对接整合优质医疗资源,开展各类便民健康服务,全力守护辖区居民身心健康,不断提升群众的幸福感、获得感与安全感。