

生死一线“救”在身边

厦门市印联会青委会红十字救护员培训纪实

□ 陈璐

“肌肉放松,保持频率,很好!跟上节奏。”“来,新的一组循环开始,01,02,03……”听到这些,有很多人会以为是健身老师在带着学员们做运动,其实,这是厦门市印联会青委会正接受厦门红十字救护员培训。8月4日,在厦门印联会青委会副会长兼秘书长李智煌的“牵线搭桥”下,12位厦门印联会青委会在线上理论课程并考试合格后,在海沧红十字培训中心进行红十字救护员的线下实操培训与考核。学员们从18到50多岁,不仅年龄跨度大,职业也是五花八门:学生、办公室白领、音乐老师、财务、摄影师等,大家平日里对急救知识了解知之甚少。

课堂上,红十字培训中心的老师用通俗易懂的语言,让大家快速理解救护的基本常识,并用视频与音频让大家加深印象。当听到那些患者家属在电话里近乎疯狂的求救,到后来患者被救治成功后的喜悦而泣,让大家对救护培训有了新的认识。据了解,目前全国只有1%的人员接受过红十字救护培训。遇到危险时沉着冷静、正确有效地采取应急救援措施,将伤害和遗憾降

到最低,这也是厦门印联会青委会组织本次培训的初衷。

心肺复苏术(CPR),是此次培训的重点,印联会青委会在老师的演示下学习了检测呼吸、意识、胸部按压、开放气道进行人工呼吸,同时学会了如何正确使用体外除颤仪(AED),还有如何快速查找附件的AED设备。在了解了急救的顺序、手法后大家都跃跃欲试,于是就出现了文章开头的那一幕。在一轮手忙脚乱的练习后,大家可以正确地进行心肺复苏术,也能熟练地使用AED设备了。

下午的课程,老师讲解了如何处理异物梗阻与救治创伤救护。在老师的演示下,印联会青委会学习了海姆立克法。创伤救治课程中,大家了解了烧烫伤、开放性伤口、内出血的正确处理方式,纱布、绷带、三角巾在面对身体不同部位损伤的不同使用方法。接下来的包扎练习中,印联会青委会在老师耐心的指导下,一遍又一遍地拆开三角巾与绷带,调整纱布的位置。终于在新一轮手忙脚乱后,青委会在脑力+体力的双重考验下,全体顺利通过考核。

人物原声

李智煌:

我们这次学习的应急救援培训,其实希望永远都用不到,但万一遇到了就是能救人。我希望能普及相关专业救护知识给身边的每一个人,遇事不慌张,不盲目,能“及时、有效、科学、正确”地采取应急救援措施,将意外和伤害降到最低。

高嵩:

今天的培训课,让我接触了很多急救的手法,也看到了很多发生在我们身边生死一线的案例,让我掌握了能够在关键时刻挽救一条生命的能力。在老师生动的讲解及配合模型的演练下,我学习了心肺复苏术与AED的使用、急救包扎等救护技能,对红十字救援的理解也更加深刻,不仅怀着能够与同学在出门时多一份保障的信心,更是希望自己的所学能够帮助到有需要的陌生人。



陈璐:

当突发事件、意外伤害或急病到来时,生命是以秒在倒计时的,在这场与死神的赛跑中,我们未必每次都能赢,但如果没有接受红十字救护培训我们一定会输。不留遗憾、将伤害降到最低是我们所有人的期望。希望印联会青委会以后能多举办类似活动,同时也希望有更多的人积极参与救护员的培训。

黄滢瑜:

应急救援看似离我们很远,其实也很近,它在我们日常生活中起了非常关键的作用。“分秒必争”可以减少遗憾和失去。我们作为普通人,也可以通过专业的训练去守护我们和身边人,以及有需要的人们。这次印联会青委会积极组织,红十字培训中心的授课老师专业耐心,让我们迅速掌握要点。参加的印联会青委会彼此互助好学,圆满地完成了线上线下红十字急救培训。(厦门印联会 供稿)

“归根情深”——觅游四方侨情 得领桃李之教

近日,华侨大学“归根情”侨情侨史专项调研、学习与宣传实践团应厦

门市仁安社区侨联主席方耀华之约来到中山公园。方耀华虽年逾古稀,

依旧神采奕奕,他绘声绘色地向团员们描绘厦门的沧海桑田。公园内,竹

荫青青,团员们见到了此行拜访的归侨侨眷们,听他们述说当年的故事。

夏日相会

蔡源玲:

革命先辈后人 热心帮助邻里

蔡源玲自幼随家迁居厦门,与姑姑一起生活,后来定居同安。蔡源玲的父亲蔡仲敏于1938年在香港参加革命,后加入中国共产党,投身抗日及解放战争,负责地下党情报等工作;伯伯蔡国梁曾冒着生命危险,营救多名爱国人士;叔叔陈力辉更是为国捐躯,在执行任务后壮烈成仁。先人的气节,代代相传——先辈们热血洒向革命舞台,蔡源玲则把这份赤子之心融入日常。她经常热心帮助邻里,担任了四年的社区文明宣导员,为维护社区文明面貌贡献自己的力量。

林静卿:

怀纯纯善心 守安康宁静

林静卿的爱人是越南归侨,现已去世。林静卿下乡时与同下乡的爱人相遇,听她介绍,丈夫当时博览群书,为报效祖国回到国内。婚后,丈夫主外,林静卿相夫教子操持家务。林静卿如今和女儿生活在一起,她在闲暇时间会看看电视,去居委会与朋友聊天,也会报名社区志愿活动。她说,自己是安时处顺的人,现在国家强盛,生活越来越好了,日子也清闲,已经很满足了。

王军:

少年投身报国 践行爱国情怀

王军出身海外商家,祖辈跨海经商,事业版图绵延缅甸、印尼,远及浩渺的大洋彼岸英国。王军少年时见国难家亡,目睹炮火轰鸣,为报效家国,他在青春勃发之时从军入伍,加入了中国人民解放军,在海军部队服役。

沧海横流,时局变迁,王军历经风雨,不忘初心。如今,王军退休在家,仍怀揣军人风骨,用实际行动践行报国情怀,积极为社区建设尽绵薄之力,以期为家乡献上一份华彩。近年,他发起倡议,身体力行,提议并推动了厦门街心花园的建设。

刘秀华:

热爱读书 心怀若谷

刘秀华于1954年在国内出生,父亲是新加坡归侨。据刘秀华回忆,父亲与侨领陈嘉庚先生有商业往来,受其感召,1949年归国,投身建设事业。厦门解放时,刘秀华的父亲向国家捐赠了担架、军装等大量物资。

千帆过尽,归来仍少年。刘秀华说,小学毕业后,她便经历了文化大革命,接着又先后下乡、下厂、下军队;结婚后,她自发报名参加成人高考,也学起了美术,充实着自己的生活。刘秀华热爱读书、心怀若谷,真正做到了“学而不已”。刘秀华现担任中华街道

侨联主席,在过去十几年的工作生涯中,她想民众之所想、亲力亲为操办了许多活动,如中秋节别开生面的博饼活动、春节入户为老一代归侨送去温暖与关怀等。

卢瑞定:

寄身故土才是家

一双铁肩,一颗义胆,一身正气,任劳任怨替国肃敌。卢瑞定18岁时报名参军,在军队刻苦训练,曾跟随军队走遍福建各处,保卫着一方平安。参军八年后,卢瑞定光荣退伍,来到厦门造纸厂工作,直至退休。

一腔热血、一副柔肠,一片真情,慈眉善目哺育子孙。由于参军时的大量训练,卢瑞定现在患有有关节炎。讲到在泉州读书的孙子时,他眼里饱含温情,“祖国的未来就靠你们年轻一代了,希望你们能多多孝敬父母。”卢瑞定感慨,人终将如秋叶归根,寄身故土才是家——“在祖国才有家的感觉。”

李菁华:

畅享艺术人生 寄予后辈厚望

李菁华生长于厦门,自幼酷爱体操运动,初高中时曾任体操队队长。高中毕业后,李菁华考入福建艺术学院,就读话剧表演专业,曾参演过上海制片厂的电影《钢花遍地开》。退休后,李菁华屡获福建省总工会、福建省妇联

合会的荣誉表彰,担任过政协委员,也斩获了2006年省体操比赛的多个奖项。李菁华的曾祖父李应辰是清朝时的举人,曾率领民众抗日;她的大哥李明滨在对外交流方面有着贡献。

字字叮嘱、句句真情,李菁华对同学们寄予厚望:“一定要以学习为主,努力学习更多的知识,也要培养自己的兴趣爱好,吃苦耐劳,多谦逊、少抱怨。”

方耀华:

创聋人足球队 做优秀志愿者

点万家灯火耕耘意,守一方岁月安好阖家欢。方耀华是足球教练,栉风沐雨创建了一支聋人足球队,追求足球梦、共同为厦门争光。他小学时就开始跳级,在漳州教书四年,也曾任在国企石油公司工作过。

方耀华现任厦门市仁安社区侨联主席,带领厦门大学参加过全运会,拿过省级比赛一等奖。方耀华年轻时多次参加志愿活动,表现优秀,获得多个省、市级优秀志愿者称号。方耀华用他的经历告诉我们——人生不止一条路,我们要敢闯敢试。

团员感想

林海琳:

在交谈过程中,爷爷奶奶为我们讲述他们的故事。从他们身

上,我们看到了归侨侨眷们对于祖国的一片赤忱与真心,他们努力奋斗,向下扎根、向上生长,也正是因为有了他们的付出,才有今天繁荣昌盛的祖国,有了如今的岁月静好。正如方耀华爷爷所说,我们不应该忘记他们的名字,更不应该忘记他们对于祖国的贡献。作为祖国的接班人,我们应当以归侨为榜样,赓续归侨精神。我们将不负爷爷奶奶们的嘱托与期盼——认真学习,扎实基础。路漫漫其修远兮,时代的接力棒已紧握在手心,我们将上下求索、继续前行。

尤滨梅:

在假期实践活动中,我有幸参与了探访归侨侨眷老人的活动,这次经历让我受益匪浅。通过与归侨侨眷的交流和接触,我深刻感受到了他们对祖国和家乡的深情厚意,也收获了对生活的感悟和思考。归侨侨眷们对祖国的热爱和关心让我深感敬佩。他们亲身经历了国家的发展和变迁,见证了祖国的崛起。与他们交流时,他们总是满怀自豪地谈论着祖国的成就和进步,对国家的兴盛感到由衷的高兴。这都让我更加明白了作为年轻一代的责任和使命,我们应当为祖国的发展贡献自己的力量。

(戴雪 林海琳 来源:归根情·情暖归侨侨眷志愿服务队)