



市红十字会急救救护培训让医专2500名新生同上“救命课”



●“世界急救日”学生共学生命守护技能

本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏)9月13日是第26个“世界急救日”,近日,乌兰察布

市红十字会急救救护培训团队走进乌兰察布医学高等专科学校,为2500余名

新生开展了一场实用的急救技能培训。本次培训以“救在身边·校园守护”为主题,通过沉浸式教学帮助这些未来的医务工作者掌握“黄金四分钟”救援技能,为生命争取更多希望。

培训中,乌兰察布市红十字会急救救护培训师利用模拟人,详细演示了心肺复苏的全过程:“发现有人倒地,首先确认周边环境安全,然后轻拍肩膀、大声呼唤,判断其意识状态……”教学团队采用“理论+情景模拟+实操”相结合的方式,聚焦大学生群体和校园常见意外情形,系统讲解了心肺复苏、自动体外除颤器(AED)的使用以及海姆立克急救法等实用技能的操作步骤与注意事项。

在创伤包扎练习区,助教们一边示范,一边纠正学生的动作,并提醒大家:“肘关节采用8字包扎时要注意松紧度,太紧会影响血液循环。”同学们在老师和助教一对一的指导下,认真练习胸外按压、人工呼吸和创伤包扎等关键技术。不少学生表示,这是他们第一次如此全面、系统地接触急救知识,虽然操作时有



●学生进行实操
本报记者 马佳敏 摄

些紧张,但收获很大,真正理解了“人人学急救,急救为人人”的含义,也深切感受到作为医学生所肩负的责任。

乌兰察布市红十字会相关负责人表示,他们将继续秉持“人道、博爱、奉献”的红十字精神,发挥急救救护专业优势,持续推动“救在身边·校园守护”行动落到实处。今后,红十字会将以更扎实的措施筑牢校园安全防线,让急救知识成为学生的必修内容,让红十字精神在守护青春成长中闪耀光芒。



一堂“体验式”成长课:集宁“护苗”活动为青少年播撒爱国种子



●孩子们粘贴竹条

言知书店供图

本报讯(实习记者 杜林楠)9月11日,由集宁区委宣传部主办的“‘护苗’在心中,共筑国防梦”——集宁区“护苗”专项行动主题宣传活动在言知书店顺利举办。本次活动突破传统宣讲模式,以“体验+互动”为主线,让孩子们在沉浸参与中学习知识、培养家国情怀,上了一堂生动而特别的成长教育课。

活动现场设置了多个环节。在强军拥军主题文化馆参观中,工作人员担任“国防讲解员”,借助展出的退役军功章、老式军用装备模型、战地通讯设备等实物,结合抗美援朝、边防斗争等历史故事,为孩子们生动讲述国防建设的发展历程。许多孩子在“国防知识图谱”展板前驻足,有的认真讨论军事装备示意图,有的仔细记录重要信息,在触摸历史和聆听讲述中,真正理解了“国防是民族生存之盾”的深刻含义。

接下来的“护苗”知识问答环节围绕“扫黄打非”“正版盗版图书辨别”和“国防教育”三个方面展开。孩子们通过触摸纸张,比对印刷质量、查看版权页信息,掌握了识别非法出版物的实

用技巧。随着“我国全民国防教育日是哪一天?”“发现可疑出版物应该怎么做?”等问题的提出,孩子们踊跃举手回答,现场气氛热烈,对知识的理解也更加深入。

非遗手工画框制作成为活动的一大亮点。工作人员不仅讲解竹编的经纬编织技法、拓印的颜色调配与按压手法,还专门准备了融合国防主题的图案模板,如“天安门”图样和“强军筑梦,初心不渝”标语等。孩子们拿起画笔和竹条,认真剪贴、拓印,并不时向工作人员请教。家长马洁表示:“活动把自我保护、家国情怀和非遗文化融为一体,孩子不仅玩得开心,也实实在在地学到了东西。”

本次活动通过多元环节设计,推动“护苗”与国防教育从书本走向实践,既为青少年构筑起健康成长的“精神屏障”,也在他们心中埋下了爱国、向上的种子。接下来,乌兰察布市将继续深化“护苗+”行动,将该系列融入图书馆、文化馆等基层文化场所,努力为青少年营造更加清朗、健康的成长环境。



乌兰察布市青年夜校古琴课开讲 传统文化吸引年轻人



●青年夜校的古琴课堂

实习记者 张玥 摄

本报讯(实习记者 张玥)9月12日,乌兰察布市青年夜校古琴课程正式开课。该课程由市团委、集宁区团委联合市青少年宫、市振兴职业培训学校共同推出,为当地青年提供了沉浸式的传统文化学习体验。

古琴教室内琴声悠扬。《凤求凰》的婉转旋律与《阳关三叠》的深沉曲韵缓缓流淌,空灵的琴音深深吸引着在场学员,大家不时举起手机,记录下这些动人的演奏瞬间。

课堂上,古琴老师程玉林从古琴的历史讲起,带领学员了解不同朝代的代表曲目,让大家在音乐之外,进一步理解古琴所承载的文化内涵。“古琴的五音对应中医五脏,借助特定频率的声波振动,能够舒缓身心,体现传统中医与音乐理论的融合。”程玉林一边讲解,一边现场弹奏《凤求凰》《阳关三叠》的片段。悠扬的琴声与细致的解说相得益彰,学员们逐渐沉浸于古琴的独特世界。

随后,老师为大家介绍了古琴

的基本结构,如琴身、琴弦和琴徽,并演示了“勾、挑、抹、剔”等基础指法。“手指要自然弯曲,发力轻而准确,去感受琴弦的振动。”在老师的指导下,学员们纷纷尝试拨动琴弦。动作虽仍生疏,但每一次成功的发音都让大家露出喜悦的笑容。

学员彭露课后分享道:“我从小喜欢古琴,觉得它的声音特别有韵味,但一直没机会学。这次公益课圆了我的‘古琴梦’,不仅能近距离接触古琴,学习指法,还能听老师现场演奏,特别开心。”

“能来讲授这堂公益课,我感到非常自豪。”程玉林表示,“古琴是中华优秀传统文化的重要载体,开设这门课程不仅是为了让更多人了解和接触古琴,更希望借助琴声传播文化,帮助大家树立文化自信。现代人常接触科技产品,生活节奏快,容易心浮气躁。古琴音色沉静舒缓,有助于平心静气、修养性情。这也是我一直坚持推广古琴的初衷。”



●集宁秋日景色美如画

本报记者 李梦娜 摄

别让「方便」坑了娃!网售儿童安全坐垫暗藏风险,家长选购要谨慎

社会 关注

□本报记者 朱旭敏

儿童出行安全牵动着万千家庭的心。近期,儿童安全坐垫的安全隐患引发广泛关注。2024年7月,中国消费者协会曾明确指出:“儿童安全坐垫并非儿童安全座椅,无法为孩子提供有效保护。”今年8月18日,中消协与中国市场监督管理学会再度联合发声,提醒消费者警惕网售儿童安全坐垫的风险。

在各大电商平台搜索“儿童安全坐垫”,各类产品琳琅满目。相比正规儿童安全座椅,这类坐垫体积小、价格亲民,部分商家宣称其具备“有效保护胸腰脊椎”“固定孩子关键部位”等功能。宣传页面上,“网红爆款”“明星同款”等标签屡见不鲜,部分商品页面甚至标注“销售10w+”,试图营造“热门产品”的假象。

然而,实际使用中,不少家长直呼“不靠谱”。市民刘佳回忆,当初因“小巧轻便”选择某款坐垫,但一次急刹车时,孩子明显滑动,“根本固定不住,吓得我一身冷汗”。同样遭遇的还有冯江,他表示:“孩子长大后,觉得安全座椅太占空间,换了坐垫,结果急刹车时孩子差点滑出去,我赶紧换回正规座椅,这才踏实。”还有家长反映,所谓“明星同款”坐垫的安全带扣扣松脱严重,“完全没安全感,后悔没查安全标准”。

除了安全隐患,网售儿童安全坐垫还存在虚假宣传问题。许多店铺通过“网红爆款”“销售10w+”等标签吸引眼球,但这些并非品质承诺。专家指出,此类产品往往缺乏强制性产品认证(CCC认证),安全性能无法保障。

集宁区市场监督管理局工作人员提醒,选购儿童安全座椅类产品时,安全是首要标准。需选择符合安全标准、获得CCC认证且标注认证标志的产品;使用前务必阅读使用手册,熟悉功能和注意事项;使用中要引导儿童正确使用,避免意外。网购时,消费者应理性看待“低价”“方便”等宣传,重点核查质量标准、检测报告等信息,避免被虚假宣传误导。

儿童出行安全事关每个家庭的幸福。请家长们在选择相关产品时擦亮双眼,警惕“低价便捷”背后的风险,勿让不达标的安全坐垫成为孩子出行中的隐患。同时也呼吁监管部门进一步加强市场监管,严厉打击虚假宣传和销售不合格产品的行为,共同守护孩子的出行安全。

乌兰察布 风光 影像故事



●荷塘一隅

本报记者 李梦娜 摄

□本报记者 李梦娜

初秋时节,当许多城市依然暑气未消,位于内蒙古高原的集宁却以凉爽的天气,成为许多人向往的“天然空调城”。霸王河湿地公园水清岸绿,植物园郁郁葱葱,老虎山公园层林点染,白泉山公园鸟语花香——共同构成了一幅清新舒适的秋日画卷,让市民和游客在这里尽情享受惬意时光。

清晨的霸王河湿地公园,湿润的空气中带着青草香气,垂柳拂岸,水面泛起粼粼波光。漫步栈道,偶尔可见水鸟轻点河面,荡开圈圈涟漪。作为集宁的“城市绿肺”,霸王河湿地公园

秋日集宁,风光秀美醉游人

俯瞰集宁城全景。“每天这个点儿来爬山,不热不燥,空气还特别清新。走一圈下来,身心舒畅,晚上睡得香。”市民张春生一边擦汗一边说。步道于2018年完成翻新,增添了休息亭和观景台,方便市民途中休憩、赏景。

夜色渐深,白泉山公园的灯光逐一亮起。站在凤凰楼远望,城区万家灯火,宁静温馨。“这儿的夜景太治愈了,晚风一吹,疲惫全无。”市民赵伟东一边拍摄夜景分享给外地亲人,一边自豪地称赞家乡的夜晚。

“在集宁待了几天,几乎每天都要感叹:秋天居然可以这么舒服。”游客殷丽丽的手机里存满了集宁的风景——霸王河的晨光、植物园的绿意、老虎山的夕阳。她表示,“自己家乡中午气温仍接近30℃,整天离不开空调,而集宁早晚清凉,甚至需加外套,早上逛

公园,晚上户外吃烧烤,非常惬意。”对土生土长的集宁人来说,这份凉爽更是珍贵的归属记忆。41岁的餐馆老板侯勇回忆,小时候霸王河还是干河沟,老虎山算是主要景点。“现在不一样了,公园多了,树也多了,走到哪儿都凉爽。”在他看来,集宁不仅公园变多,整体生态也大幅改善。“小时候常见沙尘,现在天蓝水清,鸟类也回来了。”侯勇笑着说,“不少外地游客专程来集宁品尝莜面、欣赏风景,以前总羡慕南方城市绿化好,如今集宁的夏天和秋天,一点不输别人。”

在集宁,秋天没有“秋老虎”的闷热,唯有清风送爽,气候宜人;在这里,人们不必匆忙躲避阳光,而是悠闲漫步于公园与自然之中。一草一木、一景一物,都在安静诉说:秋日的集宁,清凉处处,如诗如画。



●初秋的老虎山公园

本报记者 李梦娜 摄