

苏马赛道50分钟生命守护

医学生志愿者化解选手“撞墙”危机

3月2日,2025年苏州马拉松比赛的赛道上出现了令人暖心一幕。作为赛事志愿者,苏州卫生职业技术学院公共卫生学院23级医学检验技术3+2班的学生潘博涵成功救助了一名出现严重虚脱症状的参赛选手。

上午10时许,参赛者王先生在比赛后期突然出现了强烈的“撞墙”反应。“撞墙”是指人体在长时间高强度运动中耗尽身体储备能量后,体力急剧下降的现象。因为往往在选手毫无防备的情况下突然袭来,所以被称为运动员的“隐形对手”,具体表现为意识模糊,呼吸急促,四肢无力,若得不到及时救助,极有可能引发严重后果。当时的王先生正处在赛段的39公里处,所有选手都在为最后的冲刺拼尽全力,没有人注意到他踉跄的脚步。就在这关键时刻,正在执行赛道巡查任务的潘博涵同学敏锐地发现了王先生的异常,迅速上前查看。

凭借过硬的专业知识,潘博涵初步判定王先生是由于电解质紊乱引发的低血糖休克。他立即采取科学急救措施:搀扶王先生保持步态,并帮助他调整呼吸节奏。此时,他们距离补给站还很远,潘博涵迅速向过往路人寻求支援。在一对热心情侣的协助下,王先生顺利地补充到了电解质饮品。但此时王先生的心率仍居高不下,潘博涵又果断帮助他平躺,并抬高其双腿降低心率。

然而,危险并没有这么快解除。潘博涵察觉到王先生身体开始发抖,体温逐渐降低,随时有失温的危险。他毫不犹豫地脱下自己的志愿者外套,披在王先生身上,为他保暖。王先生事后回忆道:“当时我浑身湿冷,意识有些模糊,但我知道自己跑了30多公里,被汗水浸透的衣服一定散发着异味。可潘同学完全没有嫌弃,毫不犹豫地脱下外套披在我身上。那一刻,我感受到了温暖和安心。”在整个救助过程中,潘博涵始终保持着冷静和细心,以简单的指令引导王先生配合救治。

在持续50分钟的救助过程中,潘博涵始终陪伴在王先生身边,密切关注他的身体状况。直到王先生的身体情况趋于稳定后,潘博涵才悄然返回岗位,继续执行志愿服务。他的细心、冷静和专业不仅成功挽救了一名参赛者的生命,也赢得了现场所有人的敬佩。

作为赛事医疗志愿者,潘博涵用实际行动诠释了苏州马拉松“安全、温暖、专业”的办赛理念。作为一名医学生,他用实际行动践行着苏州卫生职业技术学院“敬业、至精至诚”的学院精神。潘博涵的暖心举动,展现了医学生在危急时刻应有的专业素养与责任感,彰显了青年一代的担当与奉献精神,为社会传递了温暖与力量。

王筠凯

“雷锋月”主题活动,爱心义诊暖社区

为弘扬雷锋精神,传播志愿服务薪火,近日,苏州市相城区元和街道绿色时光社区党总支携手苏州乐邦护理院共同开展“雷锋月”主题便民义诊活动。

本次义诊的主要项目有测血压、测血糖、心理咨询、认知障碍专科咨询。活动中,医护人员热情地为居民们测量血压、血糖。医务人员结合自己的专业特长为居民们提供相应的调理和预防保健养生知识,耐心细致地答疑解惑,讲解健康保健知识,帮助居民们关注健康问题。活动最后,针对行动不便的居民,海棠先锋与医务人员一同入户为他们进行健康检查,真正将健康义诊送到居民“家门口”。

此次活动不仅弘扬了雷锋精神,传递了爱心与健康,也进一步增强了社区居民的健康意识和自我保健能力。

徐晓安

望亭镇:系列志愿服务传递温暖

三月春风拂面,雷锋精神在望亭镇遍地开花。从就业服务到文化体验,从健康关怀到精神传承,望亭镇以多样化的活动形式,让雷锋精神深深扎根于社区生活的每一个角落,为居民和新就业群体持续输送着温暖与力量。

3月1日,望亭镇在果园社区果园新村27幢召开“春风行动”家门口的就业服务站果园社区专场招聘会。此次活动紧扣“学习雷锋精神”主题,不仅为求职者搭建就业平台,更通过一系列

志愿服务传递温暖。

3月3日,果园社区在“三新”妇女微家精心举办了“花样年华一‘三新’女性插花雅集”活动。社区携手第三方社会组织,组建志愿者团队为辖区“三新”领域女性提供插花体验和健康知识宣讲志愿服务。

下一步,望亭镇将继续以雷锋精神为引领,推动志愿服务常态化、多样化发展,让雷锋精神在新时代绽放更加璀璨的光芒,为广大群众带来实实在在的获得感与幸福感。

余祥明 高达

以一场文化之旅探寻家风印记

近日,元和街道御窑社区以一场特别的文化之旅,向社区的女性职工与退休老干部致以节日的敬意。此次活动带领大家走进苏州碑刻博物馆与苏州状元博物馆,共同探寻家风故事。

在碑刻博物馆,一幅幅碑刻作品如同历史的见证者,诉说着过去的故事。

讲解员以其丰富的知识和生动的语言,将碑刻背后的历史与艺术一一呈现,让在场的每一个人都仿佛穿越时空,感受到了中华文化的深厚底蕴。

随后,一行人步入状元博物馆,这里蕴藏着状元家族代代相传的优良家风。那些关于勤奋好学、诚信正直的故事,滋润着每一位参观者的心田。

这些生动的历史片段,不仅激发了大家对于知识的追求,更让大家深刻认识到了优良家风在个人

成长与社会和谐中的重要作用。

此次活动不仅为社区女性职工与退休老干部提供了一个展示自我、交流互动的平台,更是一次心灵的洗礼与文化的传承。大家纷纷表示,将以此次活动为契机,将学到的家风精髓融入日常生活,努力成为优良家风的传承者与践行者,为构建和谐社会、弘扬中华优秀传统文化贡献自己的力量。

姚黎静 高达

他们在300亩花海中守护春日盛宴

2025 张家港香山国风光赏梅季翩然而至,300亩梅岭已成花海秘境。

针对游客高峰,张家港市公安局南沙派出所联合景区建立三级预警机制,在梅花核心区每50米布设热成像仪,人流超密时自动暂停入园并引导分流;临水区域设置电子围栏,游客跨越1.5米警戒线将触发语音提醒,陡坡路段实施50人批次限流,最大限度保障踏青路线安全;景区每个医疗点还配备了各类急救设备,老年人可免费领取定位手环,游客遇紧急情况可按景区内路灯杆编号定位报警求助。

警方提醒市民,景区内的安检机、车辆座椅、卫生间等地,都是极易丢失物品的位置,游客要做到贵重物品贴身存放。驾车前来的游客,不要将财物留在车内,离开前要检查车窗、车门是否关好。游园



南沙派出所警员在巡逻 张家港警方供图

时,如果遇到突发情况,可第一时间向景区工作人员或巡逻警力寻求帮助。

王超 惠家豪 高达

开展人居环境提升专项视察活动

黄桥街道三步走解锁生田村“换颜”密码

近日,相城区黄桥街道人大工委、政协联络工委组织部分区人大代表、政协委员,街道议政代表对生田村人居环境提升进行专题视察,并召开座谈会。

座谈会上,生田村就农村人居环境提升工作情况及村庄规划进行详细汇报。人大代表、政协委员、村民代表畅所欲言、各抒己见,提出了许多真知灼见。

会议指出,一要提高思想认识,切实增强做好农村人居环境提

升工作的责任感和紧迫感,从细处着手、于实处发力,立足实际,激发和调动党员群众参与改善人居环境的自觉性、主动性,切实推动环境提升行动往深里走、往实处做,以实际成效为农村人居环境提升提“颜”增“质”;二要补齐设施短板,因地制宜建立健全工作机制,完善长效管护制度,狠抓街面巷道、房前屋后等区域的环境治理,确保人居环境提升成效“不反弹”,真正实现农村人居环境全面改善,

把好事办好办实,不断提升群众安全感和幸福感;三要强化规划引领,统筹城乡一体化融合发展新格局,不断优化乡村功能,持续加强协调联动,切实抓好村路绿化、公共设施维护、垃圾分类清理等工作,以民生可感项目改善为重点,精准有序地加快推进相关项目早日实施见效,持续改善农村人居环境,全力打造美、净、宜、璞的乡村风貌。

相黄萱 徐晓安

华元社区:关怀新业态,情暖女骑手

日前,华元社区党委和社区妇联积极行动,开展了一场温暖人心的慰问关怀新业态新就业群体活动,向这群在城市中奔波忙碌的“巾帼力量”送上节日的问候与祝福。

活动当天,志愿者早早来到快递站点,精心布置场地,摆放好了为女骑手们准备的慰问品,包括鲜花、护手霜、保温杯等贴心礼物。志愿者将鲜花送到每一名女骑手手中,对她们为城市生活便利所做出的贡献表达诚挚感谢。

在简短的交流会上,志愿者与女骑手们亲切交谈,详细询问她们的工作和生活情况,认真倾听她们在工作中遇到的困难与需求。女骑手们纷纷打开话匣子,分享自己在配送过程中的酸甜苦辣。志愿者认真记录下她们的反馈,并表示将积极协调相关资源,为她们解决实际问题。

此次慰问活动不仅增强了新业态新就业群体的职业认同感和归属感,也进一步拉近了社区与新业态新就业群体之间的距离。

曹聪华 高达

望亭镇政协联络工委助力“春风”送岗

日前,望亭镇果园社区成功举办了一场以“春风行动”为主题的招聘会,旨在解决年后企业用工难和居民求职需求大的问题。望亭镇政协联络工委积极参与,为招聘会提供了有力的支持。

招聘会现场,政协联络工委的成员们积极协助组织,为求职者提供政策咨询、就业指导等服务。他们耐心解答求职者的疑问,引导他们合理规划职业生涯,并与企业代表进行深入交流,探讨校企合作、人才培养等议题。

此次招聘会吸引了众多企业和求职者参与。多家优质企业提供了涵盖智能制造、医疗服务、数字传媒等领域的就业岗位,为求职者提供了丰富的选择。招聘会现场气氛热烈,秩序井然,企业和求职者均表示收获满满。

望亭镇政协联络工委相关政协委员表示,未来,他们将探索更多形式的就业服务活动,推动形成政府、企业、社会共同参与的就业工作格局。

王俞洁 高达

巾帼“花”样,共赴春日芬芳之约

近日,相城高新区(元和街道)绿色时光社区以党建引领精心组织了一场别开生面的插花活动,单位的女性同胞们共赴春日芬芳之约。

现场,社区党总支书记、居委会主任王海充分肯定了每一名女同胞在各自岗位上为单位发展所做出的卓越贡献,感谢她们以女性的细腻与温情,在工作中绽放出别样的光彩。

随后,专业花艺老师从花材

的辨识、色彩的巧妙搭配,到造型的精妙设计,一步步引领大家步入花艺的奇妙世界。大家围坐一堂,聚精会神地聆听讲解。随后,她们精挑细选花材,动作轻柔而专注地修剪花枝,仿佛在精心雕琢一件无价的艺术品。搭配色彩时,她们灵感迸发,创意无限。

此次活动,不仅让女同胞们深切感受到插花艺术的独特魅力,更进一步增强了党组织的凝聚力和向心力。

徐晓安