

如何在保全自己的情况下营救他人?

# 龙潭街道骨干学救援技能

□ 本报记者 边磊/文 于佳/摄

发生灾难怎么办?遇到困难自救?如何在保全自己的情况下营救他人?昨天,东城区龙潭街道的工作人员和社区骨干参加了由2015年北京市市级社会建设专项资金支持项目资助,由北京幸福社区安全服务中心承办的“邻里互助——安全自治社区应急安全项目”之救援技能培训。

培训一开始,教官就首先介绍了发生天灾人祸时的救援策略,包括专业的救援现场勘测和个人防卫:“这个对于救援的成败是至关重要的,并不是发生了灾害就要马上冲进去做救援,而是应该有策略有科学的方式方法,就像哈尔滨的大火,明明屋子里既没有人员伤亡也没有贵重物品,但是消防员们硬是冲进了大火,造成了无辜的3名消防员死亡2名失联,这就是救援策略的失败。”此后,教官给大家普及了地震常识,比如地震发生时,至关重要是要有清醒的头脑,镇静的态度。只有镇静,才有可能运用平时学到的救援知识去客观的判断和实施救援。

在各种紧急情况出现时,学会打绳结是非常必要的自救互救手段。因为绳子不仅仅是当成晒衣架、物品的整理、包装、野营、备用鞋带等,关键的时候好的绳结、合适的绳结可以救命。例如室内发生火灾时可以借助绳索或者窗帘等替代物逃到楼下。教官针对这种情况,首先给大家教了四种最常用的绳结的打法:平结、双八结、连续单结、称人结。其中平结可以连接两根同材质的绳子,双八结可以将绳子固定在某处,连续单结可以减小自己下降时的摩擦,称人结可以将自己安全的套在绳子里。大家都对绳结展现出了极大的兴趣,在教官教的时候特别认真在学,教官每教完一个,大家就会积极的练习。然后,教官教授了担架的捆绑,社区工作人员也都积极学习如何捆绑和转运,大家有的躺在担架上当伤员,有的当救援人员,现场忙碌而有序。

接下来活动所教授的内容更加专业了,包括专业的伤员转移方法和检伤分类方法。伤员转移



方法中教官从灾害现场的分析入手,分别阐释了在不同的现场情形下以及针对不同伤情的人,可以采取的转移方法。

据了解,此次活动包含了各种救援技能基础课,地震、火灾逃生,绳索绳结技术与担架捆绑与转移、心肺复苏和创伤管理以及第一相应人和检伤分类等自救和互救相关的知识,并在活动的

最后做了模拟演练,旨在给居民提供一次体验式防灾减灾科普培训。本次活动的教官来自原国际救援队的队员和中国红十字会的专业救援讲师,都曾从事10多年的国际国内的救援,并被派到国外去参加救援,是目前国内顶级的救援教官和医疗教官。龙潭街道还与之联合建立了国内首批15个应急安全场所。

## 中建二局土木公司 志愿者服务特殊人群

□ 本报记者 马超 通讯员 韩凯亚

“服务基地建成了,以后志愿服务更易持续开展,给残疾朋友更多关爱!”这是中建二局土木公司青年志愿者的心声。近日,该公司团委在辖区街道残疾人之家“温馨家园”成立了青年志愿服务基地,启动了阳光助残“彩虹行动”,将长期有针对性地特殊人群中开展志愿服务。

在经过前期的调研摸索后,该公司团委选择在辖区残疾人之家成立青年志愿服务基地,出台了《彩虹行动计划书》,从持续性、针对性、交互性三个方面着力让志愿服务长效化。

据公司团委负责人介绍,随着基地的成立,该公司青年志愿者制定了计划表,轮流在月末、重大节假日时间开展志愿服务。根据青年特长和残疾朋友的特殊需求,公司开展微信、微博等自媒体的学习应用、读书会等活动丰富残疾人的精神生活。

此外,团委还打算定期组织公司青年到温馨家园学习残疾人擅长的串珠手工制作等,突出他们的优势,增强他们的自信心,与他们形成良好互动,从而将关心关爱残疾人落实到行动中去。

# 北京市2016年全国五一劳动奖状、奖章和全国工人先锋号推荐对象公示

根据《中华全国总工会办公厅关于推荐评选2016年全国五一劳动奖状、奖章和全国工人先锋号推荐对象予以公示。公示期限为2016年4月8日至4月14日,如有不同意见,请以电话、传真、电子邮件和信函等形式向

北京市总工会劳动模范工作领导小组办公室反映(信函以到达日邮戳为准)。电话:010-65592640 传真:010-65592833

地址:北京市东城区台基厂三条3号 邮编:100005 Email:laomoban@bjzgh.org

北京市总工会劳动模范工作领导小组办公室 2016年4月7日

## 全国五一劳动奖状名单

北京奔驰汽车有限公司  
北京北汽(集团)股份有限公司  
中央美术学院  
北京市海淀区国家税务局  
北京爱慕内衣有限公司  
北京市第十二中学

## 全国五一劳动奖章名单

荣彦明 首钢京唐钢铁联合有限责任公司热轧作业部精轧操作工  
王东升 京东方科技集团股份有限公司董事长、党委副书记  
张永刚 北京北汽德奔汽车技术中心有限公司部长  
雷继洲 中铁六局集团铺架分公司维修作业队队长  
王水清 北京城建集团北京金都园林绿化有限责任公司绿化班班长  
蔡凤辉(女) 北京市北清物业管理有限责任公司环卫保洁组组长  
王学文(女) 北京首商集团法雅公司卖场主管  
王新南 北京公共交通控股(集团)有限公司保修分公司车身保修厂保修工  
李彦(女) 北京市天堂河女子教育矫治所四大队长  
车念聪 首都医科大学中药学院院长  
李秀生 北京农商银行信息科技部经理  
陈维嘉 北京汇文中学校长  
王建生 北京翔达投资管理有限公司清华池浴池高

级技工  
齐越峰 北京市丰盛中医骨伤专科医院副院长  
张欣 北京市公安局朝阳分局禁毒中队指导员  
刘健 北京海文资产经营管理有限公司项目经理  
徐云龙 北京国安足球俱乐部球员、队长  
于文(女) 北京市海淀区培智中心学校校长  
金国强 北京市公安局丰台分局副主任  
李长平 戎威远保安服务(北京)有限公司保安队长  
赵大伟 北京市房山区城关街道办事处南街村联合工会主席  
赵明 北京市通州区房屋征收事务中心主任  
万捷 雅昌文化集团董事长  
李向欣 北京市昌平区医院内科主任、呼吸内科主任  
单青林 北京市密云区人民法院审判员  
桂彩丽(女) 北京市延庆区教育科学研究中心研究员  
祖立红 北京亦庄新城园林绿化有限公司工长

## 全国工人先锋号名单

中石化北京燕山分公司生产运行保障中心仪表二部二高压班  
北京北汽模塑科技有限公司二厂设备工装部  
北京巴布科克·威尔科克斯有限公司燃烧器车间  
北京方庄物业管理有限责任公司三分公司北京市人民检察院第二分院项目部  
中建一局集团国际工程事业部俄罗斯莫斯科中共六大会议址修复工程项目部  
北京城建集团工程总承包部中国国学中心项目部  
中国邮政集团公司北京市报刊发行局中邮新媒体中心  
北京银达物业管理有限责任公司紫金长安家园物业服务中心强弱电班组  
北京市首都公路发展集团有限公司京沈高速公路分公司白鹿收费所  
中国书店古籍修复工作室  
清华大学出土文献研究与保护中心  
中国医学科学院阜外医院行政后勤处  
北京市国家税务局第三直属分局办税服务厅  
北京市东城区园林局北京市东城区龙潭公园管理处  
北京中国照相馆有限责任公司紫金长安家园物业服务中心强弱电班组  
北京大栅栏投资有限责任公司杨梅竹项目组  
北京市西城区人民检察院未成年人案件检察处  
北京中复集团劲松商场  
北京握奇数据系统有限公司物业班组  
北京市朝阳区人民法院民事审判第二庭  
完美世界(北京)软件有限公司引擎中心  
北京市丰台区地方税务局第一税务所  
北京海鑫科金科技股份有限公司研发中心  
北京市石景山区城市管理综合行政执法监察局老山街道执法队  
北京飞航吉达航空科技有限公司注塑车间  
北京智创联合科技股份有限公司技术部  
北京天恒建设工程有限公司赵志伟项目部