

红色沃土育新苗

——吕梁市关工委“三维发力”护航青少年健康成长纪实

□ 本报记者 梁英杰

“孩子们，我们脚下的这片土地，曾经浸染着先烈们的热血。铭记抗战历史，传承红色基因，这不只是一句口号，更需要我们用心去感受，用行动去践行……”9月1日，在汾阳中学的“开学第一课”上，汾阳中学校长、“五老”宣讲团成员吕继民结合吕梁红色历史，将抗战的艰辛、英雄的无畏、胜利的来之不易娓娓道来。他没有照本宣科，而是用一个鲜活的故事，将宏大的历史叙事具象化，讲到动情处，他声音哽咽，台下不少学生也红了眼眶。

这堂特殊的“开学第一课”，是吕梁市各级关工委倾力护航青少年健康成长成才工作的生动缩影。今年以来，市关工委聚焦“基层建设、铸魂育人、关爱服务”三大主线，全力推动全市关心下一代事业迈上新台阶，2个集体、4名个人荣获中国关工委表彰，吕梁市关工委作为先进集体代表参加中国关工委成立35周年表彰大会，激励全市广大“五老”以更加饱满的热情，续写新时代“夕阳托朝阳”的动人篇章。

强基固本，筑牢育人堡垒

“以前开展活动单打独斗，现在有了联席会议制度，教育、民政、司法等部门拧成一股绳，育人合力十足！”谈及一年来的工作变化，市关工委执行主任张耀峰深有感触。这一变化的背后，是吕梁市关工委以党建为引领，持续强化思想政治引领的扎实实践。

政治建设是关工委工作的灵魂。一年来，市关工委将学习贯彻党的二十届四中全会精神、习近平总书记视察山西重要讲话精神作为首要政治任务，不断强化政治敏锐性，并认真安排部署全市各级关工委及时组织开展学习。在中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年、纪念中国关工委成立35周年等重要时间节点，组织“五老”宣讲团深入学校、社区开展宣讲，让党的创新理论和红色精神浸润青少年心灵。汾阳市关工委联合教体局开展“铭记抗战历史，传承红色基因”开学第一课活动，原汾阳中学校长王继民、原教育局副局长马建良等40余位老校领导重返校园，为6万余名师生

授课，用亲身经历诠释初心使命，让红色基因代代相传。

强有力的组织体系是工作有效落实的保障。吕梁市委高度重视关工委工作，市委督查室专门下发的文件，要求各（市、区）委督查室对照要求，汇报关心下一代工作落实情况，且材料需经主要领导签字盖章。“这体现了市委高度重视、真支持，给我们基层关工委工作带来了极大的鼓舞和压力动力。”方山县关工委主任刘长喜表示。

随后，全市各级党委进一步加强对关心下一代工作的领导，各（市、区）全部由书记分管关工委工作，人大、政府、政协均由副书记专门联系关工委工作。全市有10个县区制定和完善了由有关部门领导参加的关心下一代工作联席会议制度，并召开年度联席会议，专题研究关心下一代工作。同时，市教育局专门下发中共吕梁市委教育工作委员会关于印发《市直学校建立关工委组织实施方案》的通知，成立了教育局关心下一代工作委员会，在22所市直高职、中职、中小学、幼儿园实现了关工委组织全覆盖。并要求各县（市、区）教育局均开展此项工作，形成了“纵向贯通、横向联动”的组织网络。

创新机制则让关心下一代工作覆盖面不断拓展。市关工委与市慈善总会首次携手，成功举办“慈善筑梦 守望成功”公益项目捐赠仪式，79家爱心单位及个人捐赠41.7万余元，精准帮扶五个县（市、区）和市残疾人学校的青少年。汾阳市关工委在市直单位、乡镇关工委全覆盖的基础上，延伸工作触角，在人口密集小区建立7个关工委组织；交城县关工委联合县教体局、志愿者协会等社会组织，共同关注留守儿童成长；柳林县按季度设定工作主题，稳步推进各项关爱活动，让关心下一代工作渗透到社会的每一个角落。

铸魂赋能，点亮青春航程

“吕梁是革命老区，红色资源是我们得天独厚的教育财富。”市关工委常务副主任李永民的

话，道明了我市开展关心下一代工作的主要载体。一年来，我市始终坚守立德树人宗旨，立足红色沃土，通过党史国史教育、传承红色基因、中华魂主题教育、加强法治教育等一系列主题活动，积极引导广大青少年坚定理想信念、锤炼品德修为、增长知识才干，努力成长为“四有”新人。

红色教育常态化开展。依托全市176处红色遗址、34个青少年教育基地，各级关工委精心组织青少年“游基地学党史、传红双访”活动，20万人次青少年在实地探访中感悟红色精神。清明节前后，离石烈士楼、晋绥边区烈士陵园、刘胡兰陵园等场所迎来大批青少年，他们聆听“五老”讲述革命先烈事迹，在祭扫中传承红色基因。汾阳市关工委组织青少年赴西柏坡、百团大战纪念馆开展夏令营，让红色足迹成为成长路上的生动课堂。

“中华魂”读书教育活动亮点纷呈。市关工委分别赴汾阳、孝义、离石等县市指导读书活动，与市图书馆、吕梁一小联合举办了读书分享活动。汾阳市关工委连续25年全国“中华魂”读书教育活动先进集体，1个先进集体、6名模范个人、4名优秀辅导员受到中国关工委表彰；交城县汇总近三年一等奖征文、演讲作品及“五老”优秀作品，编印关爱书籍《牵手》并举行首发式；方山县关工委将“中华魂”教育与消防英雄刘泽军事迹相结合，加印《消防英雄刘泽军》一万余册，让英雄精神成为青少年的精神养分。

法治教育与权益维护并重。联合司法、公安等部门深入开展“关爱明天，普法先行”活动，针对校园欺凌、诈骗、毒品危害、溺水等问题，通过专题讲解、法律知识竞赛等形式提升青少年法治意识。汾阳市、孝义市精心打造未成年人司法保护中心与法治教育长廊，以互动体验式教学夯实青少年法治认知根基；柳林县落实留守儿童“五个一”措施，协调23名幼儿、92名小学生就近入学，切实解决务工人员子女就学难题，用实际行动守护未成年人权益。

学雷锋志愿服务活动蓬勃开展。交口县“情暖夕阳 与爱同行”活动链接社会爱心资

源，为乡镇学校捐赠物资；吕梁三中与社区共驻共建，组织师生参与养老院志愿服务、街道清扫，在劳动中培养责任意识；柳林县发动“五老”志愿者参与文明城市创建，引导学生在社会实践中理解公民责任，让社会主义核心价值观转化为具体行动。

凝聚力量，建强“五老”队伍

“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”在关心下一代工作中，“五老”队伍是不可或缺的中坚力量。一年来，我市持续加强“五老”队伍建设，既吸纳新鲜血液，又注重关心关爱，让这支队伍始终保持活力。

队伍建设持续优化。经组织部门严格选拔，全市13个县（市、区）关工委新进领导班子成员10名，新发展“五老”宣讲团成员41名。这些老同志政治素质高、理论造诣深、奉献精神强，成为关工委工作的骨干力量。孝义市专门组织“五老”宣讲团成员会议，围绕增强宣讲针对性、吸引力和感染力开展研讨，推动党史国史教育与校史教育、心理健康辅导、传统文化传承有机结合，让宣讲更接地气、更入人心。

关心关爱温暖“五老”心田。重阳节前后，张耀峰带队赴各县（市、区）开展慰问活动，登门拜访慰问“五老”及优秀代表114人，倾听他们的诉求，发放慰问金6.35万元。此外，部分县（市、区）将“五老”补助金和慰问金纳入财政预算，让老同志们奉献之余无后顾之忧。极大激发了工作积极性。孝义市组织召开“五老”宣讲团成员会议，就如何增强宣讲的针对性、吸引力和感染力进行交流研讨，要求“五老”宣讲团不断丰富宣讲内容，创新宣讲形式，将党史、国史教育与校史教育、心理健康辅导、学业规划、传统文化传承等有机结合，有效引导青少年践行社会主义核心价值观。

“关心下一代工作是功在当代、利在千秋的事业。”下一步，市关工委将以更加坚定的政治方向、更加健全的组织体系、更加丰富的育人载体、更加创新的工作机制，团结带领广大“五老”，倾情倾力护航青少年健康成长。

让吕梁精神绽放时代光芒

我市以红色文化铸魂赋能高质量发展

本报讯（记者 梁瑜）壮丽的山河浸润着历史荣光，新时代的脉搏强劲跃动。近年来，我市牢记习近平总书记“把吕梁精神用在当今时代”的殷切嘱托，以市委领航性文件擘画蓝图，全域实施吕梁精神进机关、进校园、进舞台等“八进”工程，将红色基因保护传承升华为铸魂工程、民心工程，为革命老区高质量发展注入澎湃精神动能。

在法治与守护中赓续传承红色血脉。我市以立法先行筑牢根基，在全省率先出台《红色文化遗址保护利用条例》，建立联席会议机制，组建专家库，实施20个革命遗址保护修缮项目，编制43个红色资源修缮设计方案。晋绥边区革命纪念馆、刘胡兰纪念馆等18处党史学习教育基地焕发新生，数字化展陈让革命文物“开口说话”，“文明守望工程”掀起民间文物认养热潮，红色资源保护领跑三晋。

在研究与传承中破译升华精神密码。《吕梁精神》系列读本成为乡土教材，吕梁学院“晋绥研究中心”挂牌成立，组建吕梁精神智库，集中84名专家，设置28项课题，深挖红色基因时代价值。宣传战线激荡强音，市县媒体开设专题专栏，《汾酒故乡 英雄吕梁》系列作品引爆网络，纪录片《吕梁山上》登陆央视，让吕梁精神从历史深处走进当代人心。

在匠心融合中打造文化名片。文艺创作结出累累硕果：舞剧《吕梁英雄传》荣获“五个一工程”奖，《刘胡兰》晋剧捧回“文华剧目奖”，木偶戏《红军娃》、电影《金色少年》等佳作迭出。文旅融合擦亮金字招牌——以“英雄吕梁”“走向胜利”“铁血东征”为主题的三条线路入选山西红色经典，蔡家崖晋绥文化景区联动生态观光、研学康养，打造复合型旅游样板。10余万游客走进吕梁红色景点，“汾酒故乡 英雄吕梁”文旅品牌响彻北京、西安推介会，高校学子研学热潮涌动，刺绣红色文创供不应求，老区文旅产业勃发新生机。

围绕重大时间节点发力，赓续吕梁精神红色血脉。以纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年为契机，组织举办晋绥抗战历史等专题展览，推动抗战题材优秀文艺作品宣传推广，组织开展主题演讲比赛、公益电影展映等主题活动。激发广大干部群众的爱党爱国热情，弘扬爱国主义精神、抗战精神、吕梁精神。

踔厉奋发，传承发扬吕梁精神，我市以一座城的赤诚，将烽火岁月凝练的精神火炬擎入新时代。当红色遗址焕新颜、吕梁故事传四海、文旅名片耀神州，这片英雄土地正以文化之力塑形铸魂，书写着革命精神赋能高质量发展的生动答卷。



多棱镜

甲流病毒重在预防

□ 康桂芳

近期甲流来势汹汹，不少人接连中招，即便做好基础防护仍可能“中招”，让不少人直呼防不胜防。学校、写字楼等人员密集场所更是成为高发区域，部分患者出现突发高热、肌肉酸痛、头痛乏力，还常伴随咳嗽、咽痛、流涕等症状，严重者甚至引发肺炎等并发症，不仅影响正常生活，还加重了医疗资源负担，这更凸显出“预防为主”的重要性。

要做好预防，首先得正确认识甲流。甲流是由甲型流感病毒引起的急性呼吸道传染病，主要通过飞沫和密切接触传播，传染性虽强于普通感冒，症状比普通感冒更剧烈，但并非不可防。很多人对甲流存在认知误区，要么因症状凶猛而过度恐慌不敢正常出行，要么将其误当作普通感冒掉以轻心不做防护，这两种心态都不利于预防。其实甲流是可防可控的，核心就在于把预防措施落到实处。

预防甲流，心理建设是基础。保持平和心态至关重要，过度焦虑会降低免疫力，反而增加感染风险；盲目轻视则会忽视关键防护，让病毒有机可乘。大家应通过官方渠道了解甲流症状和防控知识，科学看待其传染性和危害性，既不恐慌也不松懈，以稳定心态筑牢预防第一道防线。

生活习惯是预防的关键抓手。要坚持戴口罩、勤洗手，尤其在人员密集场所务必做好个人防护；保持室内通风，每天定期开窗换气降低病毒浓度；均衡饮食多摄入富含维生素的食物，为身体提供免疫力支撑。更要牢记不疲劳——过度劳累会使免疫系统“罢工”，这是甲流感染的重要诱因。无论工作多忙，都要保证充足睡眠，避免熬夜加班，让身体始终处于良好状态。

甲流虽凶猛、症状虽明显，但只要咱们认清症状、端正心态、养成良好习惯，把预防工作做在前、做到位，就能有效降低感染风险，守护自己和家人的健康。



记者 冯海砚 摄

当烙铁遇上木板或者葫芦，高温下晕染出深浅不一的焦痕，山水、花鸟、人物在木纹间渐次浮现——这不是老艺人的私藏工坊，而是吕梁学院美术专业学生的非遗烙画课堂。课堂上，非遗传承人手持烙铁，从控温、运笔的基础技巧教起，学生们围坐一旁，紧盯烙铁与木板接触的瞬间，感受“落笔成形，随色赋彩”的独特魅力。非遗烙画进校园，打破了传统技艺与青年群体的壁垒，让千年“火绘艺术”在青春校园里焕发新生。

在医疗战线一线，医护人员的双手托举着生命希望，却也时刻面临隐形威胁——职业暴露。它藏在每一次的穿刺、手术与护理操作中，小小的针头、飞溅的唾沫、沾染体液的器械，都可能成为乙肝、丙肝、HIV等病原体的“偷渡船”，让守护生命者陷于健康风险。

作为百姓健康“守门人”，医护人员安全关乎个人、家庭与医疗服务稳定。这份锦囊从风险识别到应急处置，用实用干货筑起安全屏障，愿每位白衣战士都能安心工作、平安归来。

读懂四大高风险场景，让隐患无所遁形。职业暴露并非“突然降临”，多藏在习以为常的细节里，提前知晓才能规避伤害。

1. 锐器“咬手”：最易中招的“隐形陷阱”。锐器伤占职业暴露60%以上，集中在以下环节：回套针帽时针头打滑扎指尖；术后收拾未入锐器盒的针头、刀片，整理时划破手指、手掌；清洗带血器械、剪刀、镊子时划伤皮肤。这些瞬间能让病原体通过伤口直接侵入，成为感染“第一道缺口”。

2. 飞溅“扑脸”：看不见的“空中暗箭”。呼吸科、感染性疾病科等高风险科室：患者咳嗽、插管时，含病原体飞沫会以每秒数米速度飞溅，范围达1—2米。若未规范佩戴面罩、面屏，飞沫易黏附眼结膜、口鼻黏膜，流感、新冠、肺结核核便会通过“呼吸-眼”传播感染。

3. 手破碰“污”：伤口成了“致命通道”。医护人员频繁洗手、接触消毒剂，手部易干裂或带有伤口。如果未佩戴手套直接接触到患者血

液、脓液等体液，病原体可通过破损处直接侵入。如给糖尿病患者换药时，手指有未愈合伤口接触到患者分泌物，可能会感染葡萄球菌、链球菌等致病菌。

4. 体液“沾身”：“潜在危机”不容忽视。抢救大出血、剖宫产、外伤清创时，常出现血液、羊水等大量体液泼溅。即便皮肤完好，体液长时间浸透工作服渗透到皮肤，会因角质层软化、病原体浓度高可增加感染风险。

筑牢三重防护屏障，把风险挡在门外。职业暴露预防需“未雨绸缪”，做好三重防护，让操作有“安全铠甲”。

1. 标准预防：把“所有人当重点”，守住底线。核心是“所有患者血液、体液均具传染性”：接触患者前后用“七步洗手法”清洁；穿刺、换药时戴无菌手套，不徒手碰针头；吸痰、雾化时戴外科口罩+面屏；锐器使用后即入防刺穿锐器盒，严禁回套针帽。

2. 针对性防护：“对特殊人使特招”精准设防。对确诊乙肝、HIV等传染病，或疑似呼吸道等传染病患者，需加强防护：接触乙肝患者血液后，及时换手套并消毒；护理肺结核患者

戴N95口罩，保持通风；处理诸如病毒呕吐物时，穿隔离衣、戴护目镜，用含氯消毒剂消毒。

3. 健康管理：把“防护变习惯”筑牢根基。自身的健康，是防护的“底气”。定期参加防护培训，熟练规范操作；主动接种乙肝疫苗，每年查抗体，不足则补种；操作时集中注意力，不边操作边聊天；下班前规范处理防护用品，不将风险带出工作区。

牢记六步应急处置，暴露后不慌不乱。若不幸发生职业暴露，慌乱只会延误时机。记住这六步，能最大限度降低感染风险。

1. 第一时间“急处理”分秒必争，科学处置。锐器伤：伤口旁端挤压出血，流动水冲5—10分钟，75%乙醇或0.5%碘附消毒；黏膜暴露：眼鼻黏膜体液用生理盐水冲15分钟，口腔反复漱口至无异味。

2. 毫无延迟“即报告”细节记清，不遗漏。立即报护士长或科主任，填写《职业暴露登记表》，记录暴露时间、部位、接触物及患者信息。

3. 专业评估“判风险”知己知彼，心里有数。由预防科或专科医生核查患者传染病指标，结合暴露者免疫状况，判断风险等级。

4. 抓住时机“早干预”黄金时间，别错过。乙肝暴露：24小时内注射免疫球蛋白+疫苗；HIV暴露：72小时内启动预防用药（2小时内最佳），连服28天；丙肝暴露密切随访，梅毒暴露遵医嘱用青霉素。

5. 严格按时“定期查”随访到顶，不松懈。乙肝：1、3、6个月查乙肝五项；HIV：当天、4、8、12周、6个月查抗原抗体；丙肝：4、8、12周、6个月查抗体和肝功能；梅毒：3、6个月查血清学试验。

6. 及时做好“心调适”：别扛着，找支持。暴露后紧张焦虑是正常，可找同事倾诉或心理门诊咨询，规范处置后风险已大幅降低，别过分担心焦虑，影响健康。

白衣执甲，逆行背后是对生命的敬畏，做好防护，是对自己、家人与患者的负责。愿每位医护记指南、践行动，让职业暴露风险远离一线，用安全守护医患者安心、自己平安——唯有你们安全，才能守护千万家庭健康。

（作者单位：吕梁市第一人民医院）

业务研究