

正青春

闻令而动 青春在战疫中闪光

□本报记者 刘志贤

青年,是民族的脊梁,哪里需要,哪里就有他们的身影。

呼和浩特市、包头市出现疫情后,这些有为青年主动应战,坚守在抗击疫情一线,守护家乡,奉献爱心,谱写内蒙古青年战疫篇章,让青春在战疫中闪光。

“叮”“叮”“叮”……云珂的微信提示音响个不停,“22年疫情防控储备志愿者”“恒大城二期疫情防控志愿服务”“党委社区疫情防控志愿服务”“榆林镇疫情防控志愿服务”……一个个微信群多到仿佛能把她的手机挤爆。

云珂是呼和浩特市青年志愿者协会秘书处的一名工作人员。2月15日,呼和浩特市发生疫情以来,呼和浩特市委发布“我们需要你”招募令后,该市团员青年闻令而动,组成青年志愿者团队迎战。云珂负责志愿者调度工作,梳理调拨志愿者信息,为各社区、核酸检测点源源不断输送志愿者力量。

大学期间,热爱公益的云珂就一直利用课余时间参加各类志愿服务,服务时长近800小时。这次疫情,她再次肩负起志愿者调度工作,搭建平台集中志愿服务有生力量,将需求透明、量化,极大提高了上岗率。同

时,她还随时解答志愿者提出的各种问题,每天从早上6点忙到凌晨,疲惫不堪的她仍坚持将当天的工作情况和总结详细地记录在工作日志里。短短半个月,云珂瘦了六七斤,但她仍然满怀激情地工作着。

24岁的特力更是呼和浩特市农大社区的志愿者。每天,他的主要工作就是拿着电喇叭在辖区播放核酸检测注意事项。这已经是他第3次参加疫情防控志愿服务了。

3次参加抗疫志愿服务的经历让他工作起来更熟练,他主动为志愿者排班,协调指挥。他说:“每一次的志愿服务都会收到很多居民送来的爱心,有送奶茶方便面的,还有送手套的,这些爱心让我们志愿者很感动,我们一定要坚守到疫情防控阻击战胜利的那一天。”

“年迈的老人腿脚不便,行动缓慢。眼看着做核酸检测的人越来越多,排起了长长的队伍,我心里十分着急,干脆背起老人,背着他通过绿色通道进行检测。这样,不仅方便了老人,也为早日完成全民核酸检测工作争取了时间。”张志飞说。

张志飞就是“青亲包头”微信公众号里《你背起老人的样子真帅》里的主人公,包头市好青年、优秀的青年志愿者。

内蒙古北方重工集团有限公司员工单

泽跃,在包头市疫情发生后第一时间报名成为了一名志愿者。志愿服务中,他的主要工作是登记、信息采集和引领。每一轮检测,他都要从下午三四点忙到深夜11点,有时冻得手脚都麻。但他却说:“我是一名青年志愿者,也是一名入党积极分子,在这个特殊时期,我应该冲锋在前做表率,为抗击疫情奉献自己的青春力量,疫情不退我不退!”

疫情就是命令,防控就是责任。巴彦淖尔市发生疫情后,邻近的乌海市迅速反应,开始环境消杀作业。为有效阻断病毒传播,由乌海市爱心协会、乌海市蓝天救援队组成的“乌海市红十字疫情防控突击队”再次展开大规模消杀活动。

2月19日以来,志愿者们的身影出现在海勃湾区的大街小巷。每天早晨8点半到下午6点,来自不同工作岗位的志愿者们换上密不透风的防护服,背起20多公斤重的弥雾机,穿梭于各楼宇之间,进行全覆盖地毯式消杀。

乌海市爱心协会负责人乔高磊是一名退伍军人,他第一时间组建疫情防控志愿服务队伍,冲锋在前。从军保卫国,退伍保卫家。乔高磊说:“我不会讲什么大道理,也不会说什么漂亮话,只知道我是一名共产党员,这个时候就应该站出来。”

疫情之下,无数青年志愿者闻令而动,义无反顾投身这场没有硝烟的战斗。据自治区团委不完全统计,目前,全区参与疫情防控的青年志愿者人数累计超过8万人次。下一步,自治区团委将继续加大与呼和浩特市团委、包头市团委联动,补充青年志愿者骨干力量到一线,落实疫情防控具体措施,形成常态化轮换机制,持续做好疫情防控青年志愿者服务工作,精准服务社区需求,强化管理,营造氛围,为一线青年志愿者提供物资保障和服务,助力打赢这场疫情防控阻击战。

记者手记

青春由磨砺而出彩,人生因奋斗而升华。虎年春节,新一轮新冠肺炎疫情袭来。一个个青春的身影挺身而出,他们来自各行各业,他们奔走在抗疫最前方。他们的脸庞被口罩勒出一道道伤痕,他们的手脚在寒风中被冻得麻木,他们顾不上吃一口热乎的饭菜,他们平均一天睡四五个小时,他们真的很累很苦,但他们只有一个信念:疫情不退我不退! 历经风雨的肩膀更懂得担当,挺过磨难的脊梁更加勇毅前行。这,就是新时代青年的硬核担当,他们用实际行动践行着“请党放心、强国有我”的铮铮誓言。



滑雪爱好者在雪场驰骋。

滑雪教学。

在冰雪运动中
激发青春力量

□本报记者 王晓博 摄影报道

内蒙古青少年参与冰雪运动的热情高涨。看!从冰场到雪场,他们在冰天雪地里自由驰骋,激发青春力量。

青春飞扬



体验冰上快乐。



孩子正在感受短道速滑运动魅力。

心理圆桌

让互联网成为青少年学习好帮手

□本报记者 赵曦

在互联网时代,如何呵护青少年群体的身心健康、为未成年人打造更加和谐、绿色的网络环境,已成为全社会关注的重要议题。

3月1日开学了,呼和浩特市中小学开启了网课模式。不少家长开始忧虑,孩子会不会对网络产生依赖?如何发挥互联网优势,引导青少年科学上网,让互联网成为学习好帮手?

内蒙古第三医院少儿中心专家孙雅建议:首先,青少年要提高自我管理意识,增强自我调节能力。青少年要主动接受和获

取日常生活中积极向上的信息和知识,树立崇高的人生观和价值观。青少年在家长引导下,主动发现并培养兴趣爱好和特长,投入适当精力,减少日常上网时间。青少年应积极参加团体活动和社会实践,开拓眼界和充实业余生活,把学习理论知识和生活实践结合统一,丰富内心世界,提高思想境界。

第二,家长在日常生活中要营造平等、尊重、和谐的家庭气氛,采取积极倾听的有效方法,与孩子沟通交流,鼓励孩子表达想法,并给予肯定和支持。家长要科学认识网络,将网络作为与孩子交流沟通的良好渠道,积极主动走进孩子的内心世界,适时引导和帮助

孩子远离网络中的危害和风险。当家长发现青少年沉迷网络或游戏成瘾时,首先应调整心态、冷静处理,尽量避免过度说教和肢体惩罚等无效管制方式,可先尝试寻找其他的娱乐方式替代游戏,如家庭KTV、读书、动感单车、体感游戏等,让青少年从其他娱乐和运动方式中找到快乐感和成就感。同时,与孩子协商制定明确的奖惩规则,在日常生活中奖罚分明。也可及时带孩子到专业精神医疗机构咨询和寻求帮助。

第三,学校和老师要给予成瘾学生充分的关心和尊重,适度关注学生情绪变化和行为方式,消除周围同学的歧视感和边缘化,缓解人际关系压力,营造轻松和谐的校园环境。

学校和年级组定期举办团体活动和社会实践,丰富学生课余生活,引导学生勇敢展示自我,提升自身价值,增强自信心和掌控感,发掘现实生活的乐趣和希望。班主任老师与学校心理辅导室建立双向沟通模式,心理辅导室老师充分发挥职能作用,通过个体心理咨询、沙盘游戏、心理学量表测评等方式,掌握学生人格特征和内心压力来源,建立心理健康档案,动态关注和定期评估学生心理状况,有效帮助学生舒缓不良情绪,减少学生在游戏中的情绪宣泄和角色认同。学校积极组织搭建“家—校—医”联盟,形成良好社会支持系统,必要时及时转诊专业医疗机构。

强国有我

郭媛媛:带领少先队员在活动中传承红色基因

□本报记者 赵曦

“我们是共产主义接班人……”少先队员佩戴鲜艳的红领巾,在屏幕前唱响中国少年先锋队队歌。

3月1日开学,受疫情影响,包头市小蒙古马少先队队长学校的少先队员正在家中的屏幕前观看、参与这节特殊的“红领巾学院开学第一课”。辅导员郭媛媛正是这场线上活动的指导者。

知性的装束,亲切的笑容,专业而富有感染力的谈话,睿智果敢的性格是郭媛媛留给孩子们的第一印象。

“这段时间,我作为一名志愿者积极参与社区抗疫,休息时间就准备少先队工作,孩子们的事是大事,再忙也不能耽误。”郭媛媛疲

惫的眼神里,流露着坚毅。

郭媛媛是自治区少先队名师工作室带头人、包头市青少年发展中心主任助理,她的身上环绕着全国优秀辅导员、自治区优秀共青团干部、包头市三八红旗手、包头市青年岗位能手等荣誉光环。

20余年,她爱岗敬业,坚守在包头市少先队工作岗位,默默奉献,倾心打造自治区少先队品牌项目2个——包头市红领巾学院和小蒙古马少先队队长学校。

“我最爱孩子,就想给孩子们做点事,给少先队员做点事。”郭媛媛说。郭媛媛言传身教,带领少先队员在活动中传承红色基因,争做时代新人,创建“爱心哥哥姐姐在行动”“家风与传承”“中青未来公益大篷车”等品牌活动。

她带领工作室成员通过完善工作机

制、整合社会资源、优化培养模式、丰富课程设置、创新活动形式、创建工作试点等一系列重要举措,丰富实践教育形式,让少先队员教育“活”起来,并加强校内校外资源联动,打造少先队工作共建共享一体化建设链条。

她带领工作室辅导员用热情点亮前路,用智慧点燃队员梦想,逐步形成“培训系统化、培养个性化、研究深入化、管理信息化、活动系列化”的辅导员成长孵化机制和少先队员快乐活动模式。

她用青少年喜闻乐见、易于接受的方式,聚焦“请党放心,强国有我”主题进行宣讲。2021年,她为2000余名少先队员辅导员、少先队员送去20余场政治启蒙和价值观塑造的宣讲。组织工作室成员以实践教育为依托,特色活动为亮点,积极开展“童

心向党”“红领巾学党史”“我向党旗敬个礼”“红船精神领航成长”等生动的实践教育活动,开展红领巾学院开学第一课《红领巾学党史》、“请党放心,强国有我”建队日主题活动,进一步增强少先队员的责任感和使命感,引导少年儿童践行社会主义核心价值观,培育担当民族复兴大任的时代新人。

坚守少年儿童工作岗位23年,大队辅导员、副校长、团委书记、少先队总辅导员的成长轨迹留下了郭媛媛对孩子无尽的关爱,工作突出,赞誉无数,郭媛媛对少先队工作有了更高的目标。

“让广大少先队员增强责任感和使命感,引导少年儿童践行社会主义核心价值观,培育担当民族复兴大任的时代新人,就是我们的使命。”郭媛媛说。

新青年

他,再一次扛起了弥雾机……

□本报记者 赵曦

“我的责任在这里,我的战友也在这里,这里是我的第二故乡,我一定要守护好她。”这就是乌海市消防救援支队光明路特勤站队员刘险锋的防疫宣言。

从烈焰滚滚的火场,到没有硝烟的战场;从抢险救援一线,到抗击疫情的一线,2年前,全国消防救援队伍抗疫先进个人刘险锋在自己的家乡湖北省麻城市疫情最严重的时候冲在抗疫第一线,如今他再次扛起弥雾机,守护自己的第二故乡——乌海市。

3月份开学之际,乌海市消防救援支队接到任务,要求对当地乌海职业技术学院进行复课前的消杀工作,刘险锋得知消息后,第一时间找到消防站指导员。

“让我带头去吧,我有经验!”刘险锋说。在去往消杀地点的路上,关于消杀药剂的配比、消杀器材的调试操作、防护服的穿戴等流程在他的脑海里闪过了一遍又一遍。到达消杀地点后,由刘险锋带队的消杀小组迅速开始前期的准备工作。

“为了确保消毒工作的科学和精准,消杀器材的选用和药剂的配比上,我们都要仔细严谨。”开始前,刘险锋强调着注意事项。随后,佩戴护目镜、手套、口罩,背上20多公斤重的弥雾机,一套动作一气呵成。

“大家一定要把防护服和护目镜穿戴好!”消杀任务开始前,刘险锋逐一帮助队友将拉链从下而上依次拉上,密封拉链拉口,确保每名队友没有一处皮肤裸露在外。消杀任务开始后,他们在充满刺鼻消毒水味道的环境中来回穿梭,仔细对教室、食堂、实验室、宿舍等区域进行消杀。“尤其是教室的桌椅、垃圾桶和宿舍都是和学生高频接触的地方,都有一定的风险,一定要消杀仔细,绝不能放过每个细节。”刘险锋不时地嘱咐队友。

现场弥漫着浓烈的消毒水味道,他们从这个区域到那个区域,认真地执行着消杀任务,不放过任何一个死角。虽然是零下十几度的天气,但是一趟消杀流程下来,密不透风的防护服里汗流浹背,他们却顾不上透透气。摘下防护面罩的时候,脸上留下了深深的勒痕,嘴唇也干裂脱皮。

“消杀工作虽然辛苦,但只要我们多坚持一会儿,孩子们的安全就能多一份保障。”刘险锋不时地给一起消杀的队友鼓劲。整个消杀过程经历了3个多小时,刘险锋和他的战友们完成了学院5栋教学楼和宿舍区近4万平方米建筑的消杀工作。

今年是刘险锋在乌海的第十年。工作中,他一往无前冲锋陷阵,在疫情面前他毫不退缩,把一腔热血化为坚守,守护着他工作和生活的地方,用实际行动履行人民消防为人民的铮铮誓言,展现新时代消防“火焰蓝”的忠诚和担当。

速览

我区10名科研人员入选
中科院“西部之光”人才培养计划

近日,中科院公布的《中国科学院人事局关于公布2021年度“西部之光”人才培养计划入选名单和2017年度入选者终期评估优秀名单的通知》显示,我区10名优秀青年学者入选2021年度中科院“西部青年学者”项目。

截至目前,内蒙古共有54名青年人才入选该计划。通过“西部之光”青年学者项目的资助和培养,青年人才成长迅速,逐渐成为本单位乃至本行业的骨干和专家。(记者 白莲)

呼和浩特市第二中学学生
为抗疫自发捐款2万余元

近日,呼和浩特市红十字会接收到一笔“特殊”的捐款。这笔捐款来自呼和浩特市第二中学超能级部全体29个班级。学生发起自愿捐款活动,共筹集到善款24124.03元。学生代表孟煜、奥铠泽将款项送到呼和浩特市红十字会,并表示:“最近天气寒冷,医护人员及志愿者坚守岗位,奋战在抗疫一线。我们作为二中学子,作为青城人,作为新时代青年,应尽绵薄之力、表真挚之情,只愿山河无恙、世间皆安。”

(见习记者 李存霞)

我区17件微课作品
在国家平台展示

日前,教育部办公厅公示了2021年“基础教育精品课”遴选工作“部级精品课”名单,我区17件作品作为优质课程资源在国家教育资源公共服务平台上展示。

本次“基础教育精品课”遴选工作共有全区3330所中小学8567名教师报名参与,涉及各学段31个学科。其中,257件优秀作品代表我区参加教育部遴选。通过组织本次活动,提高了教师研究课程教材内容深入度,提供了更多学习借鉴优质课程案例机会,提升了教师专业化水平。同时,通过融合应用现代信息技术,系统化、体系化建设云平台优质课程资源,为我区构建优质均衡的基本公共教育服务体系,缩小城乡教育差距,促进教育公平提供了有力支撑。

(记者 刘志贤)

把“移动消防宣传”
送到群众手中

近日,锡林郭勒盟消防救援支队青年消防员创意防火宣传方式,延伸宣传触角,与各大快递物流公司沟通,在辖区快递分发点,把精心制作的防火提示贴画跟随每个包裹,送到网购群众手中。同时,协调外卖平台,将制作好的消防知识“垫餐纸”附赠在外卖小哥的送餐包裹里,让群众足不出户就可以学到消防知识。目前,已协调15家快递公司2个外卖平台、42个快递网点、200余名快递员及100余名外卖骑手开展“消防快递”及“消防外卖”入户公益宣传活动。

(记者 赵曦)