

## 亲历

记者加入海盐志愿者队伍服务游客——

# “盐途”有爱，守护最美日出

■ 本报记者 许钟予

作家余华曾说:“最美的日出就在海盐。”这吸引了各地游客前往海盐看日出。

海盐坐拥53.48公里海岸线,视野极为开阔,免费公园观海园则是海盐看日出的绝佳地点。节假日清晨,一抹“志愿红”活跃在观海园的海岸线上——那是随时准备为游客服务的“志愿观海”志愿者。

如今在海盐,注册志愿者总数已超14万人,大约每3个常住居民中就有1名志愿者,志愿服务已成为这座滨海小城的温暖底色,“志愿观海”正是其中一支队伍。“海盐日出”名头渐响,公园高峰期服务能力不足的问题也随之显现。2025年,观海园所在的武原街道组建起近500人的“志愿观海”志愿服务队,成员包括社区干部、在职党员等,大家利用节假日轮流上岗,为游客指路答疑、维护秩序、拍照……

“志愿观海”志愿者是怎样工作的?上周末,我跟着他们来到观海园,一起为游客服务。

### 肩上担了一份责任

周六早上不到6时,天色未明,我按照和武原街道南门社区书记潘蕾约定的时间到达观海园入口时,她和好几位社区党员志愿者早已到位。

“来得正好,穿上吧,咱们得赶在第一拨游客到之前,把前期准备工作做到位,确保游客的安全和游玩体

验。”潘蕾递给我一件红色的志愿者红马甲。我套上马甲,瞬间感觉肩上担了一份责任。

我们走向坐落在公园核心位置的“盐途有爱”服务驿站,这个木制小屋能为游客提供饮用水、应急药、失物招领、旅游咨询等综合服务。潘蕾打开门,我发现里面空间不大,有几条凳子、一台饮水机、几个充电插排、还有一个白色的应急药箱。

潘蕾示意我打开药箱看看,只见里面分门别类放着创可贴、碘伏棉签、纱布、止痛药、额温枪、保温毯等常用物品。“别小看这个箱子,遇到小孩磕碰、老人不适等情况,它能应急。”潘蕾边说边清点物品,最终确认没有缺失。

我注意到,驿站外墙贴着醒目的二维码。“扫一扫就可以获取由海盐县气象局发布的潮汐预报和日出时间”,潘蕾用手机扫码示范,只见屏幕上立刻跳出一个清晰的实时数据界面。“很多游客,特别是第一次来的,不清楚当天日出的确切时间,也不清楚潮水什么时候涨落,容易走近水边看日出,造成安全隐患。扫这个二维码,一目了然,安全又方便。”她说,扫码获取潮汐预报和日出时间,她和队友每天要重复上百遍,必须保持耐心,“人家大老远来,可能就为了这一刻,我们要尽力服务周到些。”

接着,潘蕾又带我巡查了公园里一些重要点位,均无异常。

天色渐亮,远处天际线透出一丝极细微的灰白。公园里的游客越来越多。潘蕾拍拍我的肩:“走吧,咱们的‘阵地’要热闹起来了。”



记者(左)给游客讲解旅游路线。

通讯员 杜思菁 摄

### 当好“活地图”“安全哨”

潘蕾安排我在一个通往观景平台和停车场的岔路口,负责游客指引。她叮嘱我:“这儿是交通要道,问题会很多,别紧张,多听多看。”

果然,我刚站定,一位裹着厚羽绒服的大姐就急匆匆过来:“小姑娘,请问卫生间在哪儿?”我迅速回想早晨巡查过的点位,然后指出了方向:“姐,您顺着这条路直走,看到那个房子了吗?那就是公共卫生间。”

大姐道谢着离开,我身旁的志愿者田春辉转过来,对我温和地笑笑:“不错

啊,小许,年轻人学得就是快。咱们就是要把自己变成一张‘活地图’。”他还如数家珍地告诉我:周边哪个停车场车位多、哪条小路能最快走到观潮最佳点、哪家早餐店的烧卖实惠、哪家面馆的热汤面口感最好……

除了是“活地图”,志愿者也是移动的“安全哨”。根据人流变化,志愿者的巡查范围覆盖停车场、路口及堤坝等重点区域。尤其在日出前后,作为最佳景观点的堤坝会聚集大量游客,保障安全

是志愿者的首要职责。很快就要日出了,田春辉带着我来到堤坝维持秩序,他的目光,像雷达一样反复扫描游客集中的区域。很快,他发



游客在观海园看日出。 通讯员 郭秋敏 摄

记者在绍兴免陪照护病房随护理员照护病患——

# 服务挺贴心 家属请放心

■ 本报记者 王伊然 金汉青

在绍兴市人民医院培训基地通过考核的第四批医疗护理员,近日获得了浙江省卫生行业职业技能培训合格证书。

2025年5月,省内首个专业医疗护理员(以下简称护理员)培训基地落地绍兴市人民医院,至今共有120名学员在此经过系统培训、考取证书。随着“免陪照护病房”渐渐兴起,他们大有用武之地——将代替家属成为照料住院患者的主力,进一步缓解普遍存在的住院陪难。

从理论学习到床头照护,护理员要经过哪些训练?他们是怎样工作的?住院不需要家人陪护,患者和家属能放心吗?带着这些疑问,我们来到绍兴市人民医院,体验免陪照护病房的运行模式。

### 专业事交给专业人

一大早,我们来到昌安院区神经外科。作为试点科室,这里一年以前就推出了免陪照护病房,患者可以自主选择免陪照护服务。

走进神经外科病房,我们看到走廊的墙上张贴着免陪照护海报,海报显示:其服务内容包括饮食用药、康复锻炼、协助翻身排痰、安全维护、清洁照料等。

病房内很安静,身穿淡蓝色工装、佩戴红色臂章的护理员穿梭在病床间,帮助患者吃饭、翻身……

护士长金婷婷介绍,神经外科的患者多为脑血管意外、颅脑外伤、颅内占位等,部分患者还有意识不清、肢体偏瘫的情况,生活自理困难。因此,这里是免陪照护需求较大的科室,一般有20多个病人,需要9个医疗护理员照护。

“今天大伯自己坐起来吃了小半碗粥,还和邻床病友说了几句话。”护理员严荣华和前来探望的家属沟通患者情况。56岁的严荣华有6年护理经验,是基地培训的第二批学员。目前,他负责3位患者,照护他们吃喝拉撒、康复训练等。

忽然,严荣华手腕上的黑色手表发出“嗡嗡”震动声。严荣华抬手一看,屏幕上显示数字21。“21床的患者在呼叫我。”他向我们解释,这是一套智能呼叫

系统。每个床位设有呼叫手环,家属或患者一按,护理员的手表便会震动,并显示床位号。

严荣华起身走向21号床。这位患者自发性脑出血,右侧偏瘫,无法自主活动。饭点到了,他需要护理员喂饭。严荣华先小心地将患者的床头摇高,帮助患者的头侧向一边,预防食物误入气道。喂饭过程中,他紧盯着患者咽喉,确认完全咽下后,才喂下一口。

喂饭结束,严荣华帮助患者躺下。“我每天都会利用空闲时间,帮患者做康复训练。这对他们的恢复有帮助。”

长期卧床会导致下肢血液循环慢,增加血栓风险,协助患者进行“踝泵运动”是护理员的必备技能之一。这是一项促进下肢血液循环的基础训练,通过伸直、屈曲、绕环三个动作,帮助患者活动下肢。我们打算向严荣华拜师学艺。

他来到一位偏瘫患者床前,一手握住他的左脚掌,轻柔地将脚尖朝向自己,再将脚尖向下绷,各保持3到5秒,再以踝关节为中心做360度环绕。

我们轮流学着他的样子,握住患者的右脚掌,“动作要到位,但也不能弄疼病人,这个力度要好好把握。”他提醒。

“这样痛吗?”康复运动过程中,严荣华时不时问患者,确保在无痛或微痛的范围内进行。这套动作每天要帮患者做三四次,一次约15分钟。

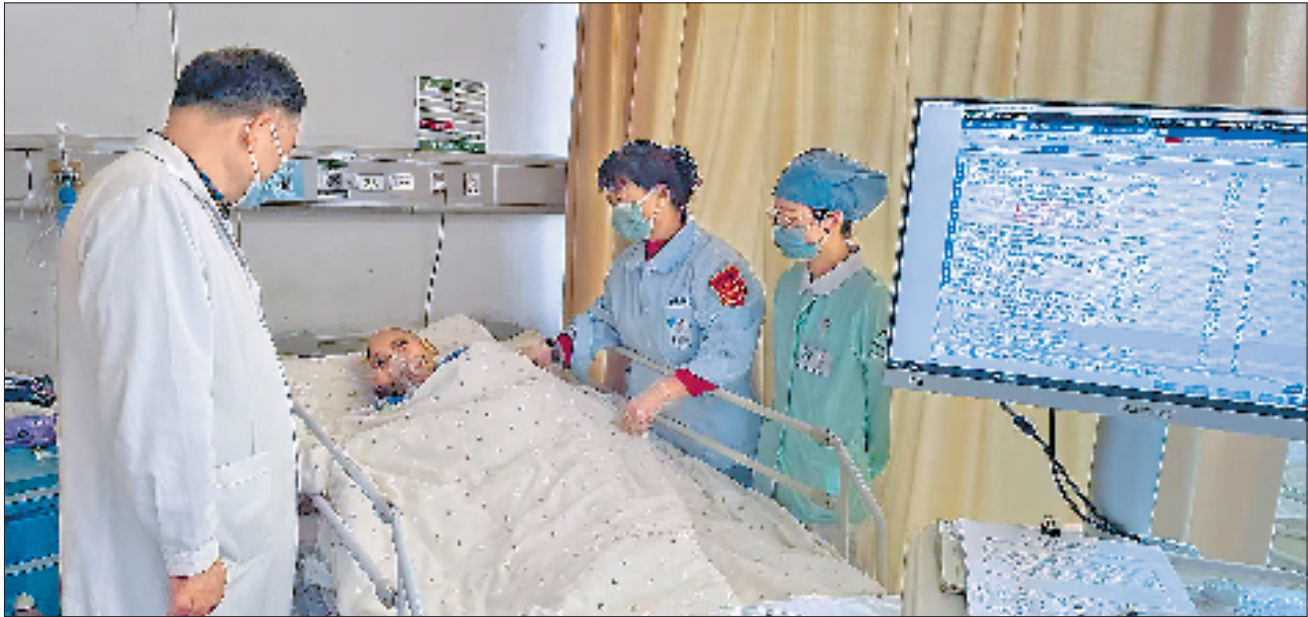
旁边的家属感叹:“这些方法我们不懂,专业的事确实要交给专业的人来做。”

### 上岗要闯三道关

“护理员可不是谁都能当的,至少要过三关。”金婷婷告诉我们。

第一关是专业培训。为期14天的线上线下课程满满当当,从人体结构理论到专项操作技能,从清洁照料到饮食辅助、急救方法。有意向的学员报名后参加培训和考试,考试合格是前提。

“课程依据省级标准教程设置,授课老师基本都是各科护士长和部门负责人,每人专攻一项。”金婷婷介绍,她负责教授卧床病人的康复照护,刚才我们体验的踝泵运动就是课程中的一部分。



绍兴市人民医院免陪照护病房中,护理员(右二)在照护患者。

受访者供图



记者(右)为患者做踝泵运动。

本报记者 金汉青 摄

考试分为理论和实操两部分。考试难度如何?我们提出体验一下实操考核。

来到模拟病房,我们领到的任务是帮助由志愿者模拟的患者翻身。

看似并不难。我们上前就要合力拉扯“患者”。“停!”负责培训的周老师立刻叫住我们,“方法不对。要避免拖、拉、推,防止皮肤损伤。”周老师一边讲解,一边示范。她两只手分别托住“患者”肩

颈、腰部,先移动“患者”上半身。然后用类似的手法托住“患者”腰部和下肢,移动下半身。最后,她轻轻托住“患者”的肩部和髋部顺势一翻,“患者”便平稳地转为侧卧位。整个动作连贯轻柔,“患者”身下的床单依旧平整。

“这需要巧劲。”周老师说,“没有经过培训,肯定不够了解。”我们这才意识到,看似简单的翻身,讲究可不少。

现了情况:一位年轻父亲抱着孩子,试图从栏杆间隙钻到更靠近水边的石阶上去。他赶紧带着我上前劝阻:“您好,请留步。石阶上非常滑,请您带孩子在栏杆以内的安全区域观看,视野一样好。”我侧身示意那位父亲注意身旁写着“潮水危险,请勿跨越”的警示牌。那位父亲愣了一下,看看下方湿滑的石阶,连忙道歉,抱着孩子退了回来。

“做出安全提醒,我们既要认真负责,也要注意态度,这样游客更容易接受。”田春辉说。

### 让海盐之旅更嗨

6时50分,天光渐亮,靛青的天幕染上了橙红,观景平台很快站满了人。“长枪短炮”、手机支架,都对准了海平面,大家都想记录下第一缕阳光跃出海面的瞬间。

旭日从海平面上缓缓升起。“小姑娘,能帮我们拍张合影吗?”一对中年夫妇把手机递到我手里,背景是金光灿灿的水面和绚烂的朝霞。我接过手机,突然有些紧张,担心拍不好。我努力回想平时学过的拍照构图,找了好几个角度,连按了几次快门。“拍得不错!把我们都拍进去了,景色也很好。”夫妇俩看着照片,连声道谢。那一刻,我有了微小的成就感。

志愿者顾涛告诉我,帮游客拍照,是节假日里他们重复最多的动作之一。“特别是日出前后那半小时,根本停不下来。”

当太阳完全跃出海平面,金光洒满

水面和每个人的脸庞,最拥挤、最繁忙的时段逐渐过去,但志愿者的工作还未结束。我的新任务马上来了——顾涛递给我一叠厚厚的彩页,封面上印着“海盐漫游路线”,这是海盐县文化和广电旅游体育局特意为远道而来的游客印制,并分发给各服务点的导览资料。里面串联起绮园、南北湖风景区等知名景点,只为让每一位游客都能获得更好的游玩体验。“现在你是游客的‘行程顾问’了,”他笑着说,“很多外地朋友只计划了看日出,咱们可以帮他们把海盐之旅变得更嗨。”

不一会儿,两位结伴而来的年轻游客看见我拿着导览资料,就凑上来询问:“海盐还有什么地方好玩吗?我们明天坐高铁返程,今天可以逛逛。”

我翻开指南,手指顺着地图上的标记移动:“如果喜欢古朴一点的,可以去沈荡老镇,坐公交车直达。那里有老街、老桥,还有旧时的酱园,慢慢走,能感受水乡早年的样子;要是喜欢自然风光,南北湖特别合适,山南湖都在那儿。”“那我们先去沈荡老镇吧。”两位年轻人向我道谢后,拿了一份导览资料,愉快地开启了新的旅程。

上午8时多,潮水渐渐上涨,浪潮拍岸声愈发清晰,游客们陆续返程。

“累吗?”我问身边的志愿者李婷。“站了好久,腿有点酸。”她捶捶自己的大腿,笑着说,“但心里挺舒坦。看到那么多笑脸,听到那么多声‘谢谢’,就觉得值得了。”



许钟予

王伊然

金汉青

中国新闻名专栏

亲历

王伊然

金汉青