

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“惠观海”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，“惠观海”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“惠观海”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……

“惠观海”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？那就是公厕。”

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，作为最佳观景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

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，连接了几次快门。“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一个动作之一。“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，咱们可以帮助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，可以去沈荡古镇，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，山海湖都在那儿。”“那我们先去沈荡古镇吧。”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’，就觉得值了。”



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护难。

从理论学习到床头照护，护理员要经过哪些训练？他们是怎样的工作？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流缓慢，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，严荣华不时询问患者，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，从清洁照护到饮食辅助、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