

“心肺复苏公益巡讲”走进乡镇讲解黄金4分钟心脏骤停救命神器AED,你会用吗?

近日,宁河区医院在宁河区苗庄镇开展了“心肺复苏公益巡讲”,将急救方法手把手教给大伙儿。全镇上百人参加。

培训现场,宁河区医院专业讲师结合真实案例,用通俗易懂的语言,向参训人员科普心脏骤停的危害与“黄金4分钟”抢救的重要意义。实操环节,重点讲解了自动体外除颤器(AED)工作原理、适用场景及操作步骤,从判断患者意识、呼吸状态到开启设备、粘贴电极片,再到根据语音提示完成电击除颤,每一步都进行了细致演示。此外,讲师还详细介绍了心肺复苏、海姆立克、常见创伤应急处理等急救知识和技能,并通过现场演示,帮助大家快速掌握急救要领。

通过“理论讲解+实操操作”培训,进一步增强了参训人员“人人学急救、急救为人人”的理念,掌握自动体外除颤器(AED)的操作使用方法,有效提升应对突发事件和意外伤害时的急救意识和自救互救能力。“通过今天亲手在模型上



医生指导居民学用AED

进行按压和吹气,我深切感受到了有时我们普通人伸出的一双手,可能就是拉回生命的一双手。希望以后在遇到这种突发情况时,我们每个人都能尽一份绵薄之力。”市

民常女士说道。

宁河区医院院长庞建仿表示,未来,希望通过常态化、接地气的科普教学,让更多普通群众掌握基础的急救知识与实操技能,真正做

到关键时刻能出手、会施救。医院也将不断扩大急救知识普及范围,把急救培训送到群众身边,提升区域应急救护水平。

公益巡回培训报名热线开通

据了解,即日起,宁河区医院心肺复苏专业志愿者团队开启全免费公益巡回培训。机关、企业、学校、协会及个人均可报名,全程零费用。

专业课程包括:胸外按压(手法精讲)人工呼吸(标准操作)AED使用(实操演练)顶级配置,包教包会。课程采用“专业师资亲授+高仿真模拟教具理论讲解+手把手实操”的形式,真正让更多人学会救命技能。

团体预约(40人及以上)上门授课;个人/小团体(40人以下),可预约到院学习,培训均免费。

预约电话:022—69560719
预约时间:8:00—12:00,14:00—17:00

记者 张艳 通讯员 浩然
图片由宁河区委宣传部提供

“巧娘手工坊”成了邻里“暖心驿站” 每周免费为居民提供小缝小补服务

一床旧被改造,一段温馨故事。在北辰区青(广)源街道欢畅园社区,有一群巧手暖心的“巧娘”,她们用手中的针线一次次化解邻居们的“急难愁盼”。从一床厚被改两床薄被的暖心小事,到常态化便民服务的长效坚守,“巧娘手工坊”已成为社区邻里间的“暖心驿站”。

旧被焕新传暖意

“小杨啊,你瞅瞅我这床大厚被子,天儿越来越热了,盖着又沉又闷,收起来也费劲,我这腿脚又不利索,实在折腾不动,能不能帮我改成两床薄被啊?”近日,住在北辰区荣欢园小区9号楼的残疾老人庞振海大爷,拉着入户走访的社区网格员念叨起自己的烦心事。

这床双人被陪伴了庞大爷十余年,如今这被子不仅盖着压身,而且收纳还很费力,这成了老人换季时的一大难题。接到诉求后,网格员小杨第一时间将庞大爷的需求录入“需求清单”,同步反馈给“巧娘手工坊”项目负责人。社区根据志愿者的服务时段与技能特长,匹配了擅长被褥改造的梁秀琴阿姨。

隔天一早,梁秀琴阿姨就带着软尺、针线和笔记本上门了。她仔细询问庞大爷的使用习惯:“您想怎么改,是长幅裁还是短幅裁?被子弄薄一点对吗?”回



到社区“巧娘手工坊”后,梁阿姨熟练地拆封、裁剪,将厚重的双人被分成了两床大小合适的单人被。梁阿姨告诉记者,鉴于老人的身体情况,改好的被子轻薄许多,为了耐用和贴合,她还特意加固了被角。

改好的被子送回庞大爷手中时,老人的感激之情溢于言表:“这尺寸刚好!比我买的新被子还得劲!不仅免费给我改被子,还给我送上门,太谢谢了!”梁阿姨笑着摆摆手:“大哥,帮把手的事,这点活儿不算啥!”

巧手织就邻里情

欢畅园社区管辖荣欢园、荣畅园、锦辰园3个自然小区,地处双青新家园西北端,远离商圈,居民诉求多聚焦衣物缝补、被褥改造等“小事”——这些在常人眼中的“不起眼”,却是特殊群体难以解决的“心头堵点”。2024年,社区以书记项目为抓手,在社区党群中心开辟了一处20平方米的工作室作为“巧娘手工坊”的办公地点,为辖区内的空巢老人、孤寡老人、残障人士、户外劳动者等特殊群体,免费

或低价提供旧衣改造、衣物缝补等服务。

项目面向社区招募有缝纫技能的居民,先后吸纳了10余名有手艺、有爱心的志愿者加入。社区居民还自发捐赠了2台缝纫机和1台包缝机,而针线、布料、辅料等原材料的采购,则由街道下拨的书记项目专项资金支付。

如今,“巧娘手工坊”固定每周四为志愿服务日,免费为居民提供小缝小补服务。

记者 李梅旭 见习记者 苗娜
图片由青(广)源街道提供

两个小区两部电梯钢丝绳损坏 电梯“带病”运行 三家单位受罚

居民小区里,电梯钢丝绳损坏,居然还在“带病”运行!

一家使用单位没发现钢丝绳出问题,另一家则是明知电梯有问题却置若罔闻,电梯维保单位未按照安全技术规范要求对电梯进行维护保养。天津市市场监管部门在工作中发现问题,依法查处了三家涉案单位。

2025年,滨海新区市场监管局在开展电梯安全专项检查时,发现A小区11号楼2号电梯、B小区1号楼货梯出现钢丝绳损坏的情况,涉案电梯在未消除钢丝绳异常的情况下继续运行。

经查,甲公司为涉案A小区电梯使用单位。自2025年4月28日

起至7月24日,甲公司在知晓涉案电梯钢丝绳损坏的异常情况下,未对涉案电梯进行全面检查,未消除事故隐患,继续运行涉案电梯。

乙公司为涉案B小区电梯使用单位。经全方位调查取证,乙公司在案发前不知晓涉案电梯钢丝绳损坏情况,案发后及时对电梯钢丝绳进行更换。另查明,乙公司未按规定配备电梯安全总监、电梯安全员,也未建立“日管控、周排查、月调度”电梯安全管理制度。

丙公司为涉案A、B小区的电梯维保单位。2025年7月28日、8月1日,丙公司在进行涉案小区涉案电梯维护保养时,未按照安全技术规范要求对电梯进行维护保养。

甲公司的行为违反了《中华人民共和国特种设备安全法》第四十二条的规定,依据《中华人民共和国特种设备安全法》第八十四条第二项的规定,滨海新区市场监管局责令其立即改正违法行为,并处罚款。

乙公司的行为违反了《特种设备使用单位落实使用安全主体责任监督管理规定》第三条、第六十九条第一款、第七十六条、第七十七条第一款、第七十八条的规定,依据《特种设备使用单位落实使用安全主体责任监督管理规定》第八十四条第一款的规定,滨海新区市场监管局责令其立即改正违法行为,并给予通报批评。

丙公司的行为违反了《中华人

民共和国特种设备安全法》第四十五条第二款的规定,依据《中华人民共和国特种设备安全法》第八十八条第一款、第二款的规定,滨海新区市场监管局责令其立即改正违法行为,没收违法所得并处罚款。

安全提示

乘坐电梯时,若发现异响、晃动、不平层或门开关异常,应立即停止使用并向物业反映;遇到故障被困时,保持冷静,使用紧急呼叫按钮或拨打救援电话,切勿强行扒门。日常提高安全意识,不乘坐明显异常的电梯,共同监督身边特种设备安全。

记者 张艳

一只柳条箱 半世纪跨越津陕两地 56年过去,箱子依然保存完好



前些日子,读者李耕平整理家中物品时,从床下翻出一只落满灰尘的柳条箱。箱子用柳条编织,很轻便,深色柳条交织成整齐纹路,边缘用铁皮包裹加固。提手和锁扣已经磨损,但整体依然结实。尺寸不大,刚好能装下被子和衣服,是上世纪70年代出门的必备用品。

1970年,李耕平响应号召,要上山下乡当知青。打点行装必须有箱子。当时每个知青都有一张“大柳条箱”优惠券,但要六七元一个,相当于一个人一月的生活费。

李耕平拎着这只柳条箱,从天津乘车到宝鸡,又转汽车到陇县山区。此后27年里,箱子再没离开过他。在陇县农村,白天干完农活,晚上他趴在箱子上,就着煤油灯看书。箱子放在床头,既是行装,也是“小书桌”。

1971年,李耕平被招工到宝鸡建筑工程公司。建筑工人经常搬家,一个床板、两条长凳、一只箱子,就是全部家当。搬家时,柳条箱跟着他走,读书时,他还是趴在箱子上。

1996年,李耕平回到故乡天津,那只柳条箱留在了宝鸡家中。直到前些日子,箱子才被翻出来。从1970年到2026年,56年过去,箱子依然保存完好。

李耕平结婚时,他的父亲写过一首诗:“秦晋好和津宝连,两家世代一脉传。耕牛誓平崎岖地,满园芬芳大治田。”不仅是耕者有其田的朴素期盼,更藏着从风雨飘摇到天下大治的美好愿景。

李耕平说,父亲给他们兄弟起名各有寓意。“耕平”“卫平”“宪平”,还有“大治”“李创”,每个名字都带着那个年代的家国情怀。

如今,李耕平已是77岁“喜寿”之年,儿孙绕膝。那只柳条箱从床下翻出来时落了灰,但结构完好。它装过被子和衣服,当过书桌,跟着主人从天津到陕西,又从陕西回到天津。更多时候,它如同一位静默的老友,陪伴主人度过不凡岁月。

作为一件手工编织的器物,它连接着过往的技艺与生活,也提醒着我们:有些物件看似简单,却能记录着时光与故事,一段家族记忆和知青岁月弥足而珍贵。

记者 付殿贵
图片由受访者提供

社区活动揪出“保健品”骗局 尹阿姨的养老钱保住了

近日,家住永明社区的尹阿姨,参加完社区文明祭扫活动后,握着工作人员的手连连道谢。一场没有激烈对峙却充满温情的“反诈保卫战”,在清明前悄然上演。

事情要从那天社区活动说起。活动结束后,尹阿姨与社区工作人员闲聊时,无意间透露了烦心事:她刚花2000元,通过线上渠道买了一款声称“包治百病”的保健品,可收到货才发现,实物与宣传的“神奇疗效”相差甚远。她正懊恼自己“冲动消费”,永明社区党委书记冯勃尊却敏锐察觉到了异常。

“这很可能不是普通消费纠纷,而是典型的养老诈骗套路。”冯勃尊耐心倾听后,结合近期高发案例迅速判断。他立即联系社区片警,一场针对性的反诈劝阻随即展开。

经了解,尹阿姨遇到的正是以“健康”为诱饵的精准诈骗。“他们没有一上来就说我上当受骗,而是像自家人一样陪我慢慢聊,把里面的门道一点点讲透了,我这才恍然大悟。”尹阿姨回忆。社区工作人员和民警以她的经历为活教材,细致拆解了骗局从引流、洗脑到诱导追加消费的完整链条,并手把手帮她退出和屏蔽了多个可疑微信群,从源头上切断了诈骗分子的进一步侵害。

在大家耐心劝导下,尹阿姨彻底认清了骗局。如今,面对手机上不时弹出的好友申请和人群邀请,她都会果断拒绝。“再也不敢信那些天花乱坠的吹嘘了!”尹阿姨说。更难得的是,她还主动化身“社区反诈宣传员”,时常以自己的亲身经历提醒身边的老年朋友提高警惕,守护好养老钱。

此次事件是永明社区将日常关怀与主动防范相结合,筑牢老年群体反诈防线的生动缩影。社区党委书记冯勃尊表示,未来将继续通过各类活动嵌入反诈宣传,提升老年居民的识骗、防骗能力,让类似的“暖心保卫战”成为社区安全的坚实屏障。

记者 董欣妍

停车楼“杂货铺”清了

近日,红桥区国和园社区牵头,网格员与物业工作人员一起,对小区八层停车楼内长期存在的卫生死角进行集中清理,还居民一个干净整洁的停车环境。

社区网格员在例行检查中发现,停车楼多处楼梯间角落堆满了杂物:破旧衣物、废弃布料、零散建筑垃圾层层叠叠,堵住了近半通道,散发出阵阵霉味。居民张师傅每次来取车,路过都得捂着鼻子、侧身快走:“以前这角落堆得乱七八糟,啥都有,路过都得皱着眉头绕着走,简直像个垃圾场。”

社区联动物业制定清理方案。清理当天,十余名物业工作人员分工协作:有人奋力将大件杂物扛上肩头,一步步挪向清运点;有人弯着腰,用铁锹将散落一地的碎料铲进垃圾桶。扫帚清扫地面的“唰唰”声与抹布擦拭墙面污渍的“刺刺”声交织在一起。工作人员还对清理出的物品进行分类,可回收的单独存放,需清运的装车拉走。

经过一天时间不间断奋战,堆积如山的杂物被彻底“端掉”。最后一袋垃圾装车运走后,原本污浊拥挤的角落焕然一新:地面恢复平整本色,墙面重现洁白,宽敞通道“重见天日”,陈腐气味也随之消散。

此次行动共清理卫生死角多处,清运各类杂物垃圾两大车,一举破解了停车楼“脏乱堵”的顽疾,消除了安全和卫生隐患,为居民“抢”回了宝贵的通行空间。

记者 董欣妍

天津卫视(101)

12:00 12点报道
12:25 天气预报
12:30 剧场:上海滩生死较量
18:30 天津新闻
18:57 天气预报
19:30 剧场:情满四合院
21:20 爱情保卫战
22:05 天气预报
22:10 狂飙
天视1套(102)
12:00 12点报道
13:30 党的生活
14:00 新闻这一刻
15:20 乡村振兴怎么干
16:00 新闻这一刻
17:00 党的生活
17:30 新闻这一刻

天津新闻

18:57 都市报道60分
20:00 天津新闻
20:30 直播京津冀
21:50 党的生活
22:20 都市报道60分
23:21 新闻这一刻
天视2套(103)
14:56 剧场:时光正好
17:20 缘来是你
18:20 老有才了
19:00 剧场:牌坊下的女人
21:10 演唱大师秀

天视3套(104)

14:00 剧场:水上游击队
17:30 剧场:一家不说两家话
19:00 剧场:燃烧
22:00 剧场:下辈子还嫁给你

天视4套(105)

12:25 阳光剧场
15:30 爱情保卫战
17:10 我的选择
18:05 家居大变身
18:20 津津有味
18:53 消费者
20:00 赶大集
20:30 财富+故事
21:10 生活剧场
23:25 赶大集
23:55 消费者
00:55 电视剧场
天视5套(106)

13:01 旗开得胜
15:30 2025至2026赛季全国女排超级联赛集锦
17:00 体育表演
18:00 旗开得胜
18:55 体坛新视野
19:55 CBA常规赛 新疆VS天津
22:10 斗地主冠军杯

天视6套(107)

12:00 二哥说事儿
12:55 法眼大律师
14:00 百医百顺
15:20 爱的选择
17:50 潮天津
18:20 二哥说事儿
18:50 法治中国精编版
19:20 法眼大律师
20:10 百医百顺
21:00 二哥说事儿
21:30 潮天津
21:50 法治中国精编版
22:40 问律师
23:20 寰宇地理

天津卫视(101)

7:00 津晨播报
8:00 剧场
天视1套(102)
7:00 津晨播报
9:00 新闻这一刻
天视2套(103)
7:36 剧场:家国恩仇记
天视3套(104)
7:00 剧场:油菜花香
天视4套(105)
7:00 爱情保卫战
8:05 我的选择
10:35 健康直播间
11:15 消费者
天视5套(106)
6:55 早节目预告
7:30 体坛新视野
10:10 2025至2026赛季全国女排联赛集锦
11:50 天视体育新闻
天视6套(107)
7:00 寰宇地理
7:55 百医百顺
9:50 剧场
11:40 番茄生活王

(节目以实际播出为准)