

暖心医养服务 守护最美“夕阳红”

考研“上岸”的秘笈 在这里

万翔



时下,大学生考研是提升自我、增强职场竞争力的主要途径之一。然而考研并非轻而易举、一蹴而就。有人茫然无措,左顾右盼;有人好高骛远,眼高手低;有人一曝十寒,虎头蛇尾;有人心绪纷乱,半途而废……如何成功考研“上岸”,磨砺心志、成就自我,为青春写下精彩一笔,淮南师范学院同宿舍的五位学子在逐梦路上留下了闪亮足迹。

首先是做好选择。有句流行话说“选择大于努力”。要理性审视自身能力、专长与自身条件,遵从兴趣本心,一切从实际出发,作出正确选择。如若选择失当,极易中途受阻、难达目标,或是难以实现理想、收获预期结果。对于这一点,五位学子都有着清醒的认知。其次,贵在自律。“努力、重复、坚持”,便是学子们总结出的备考真谛。

中国古有“锲而不舍,金石可镂”“宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来”“不积跬步,无以至千里”等名言警句,爱因斯坦也曾说过“成功等于艰苦劳动加正确方法加少说空话”。五位学子中的伍礼飞是寝室公认的“自律天花板”。他自2025年2月便开启备考,是全寝室起步最早的一人。每日清晨闹钟一响,便准时起身投入学习。他自创的“灵魂三连问”:“你又学完了?你都稳了?你不用学了?”成为自省自查、鞭策精进的座右铭。考研路途,难免遭遇诸多困难与挑战,坚持是决胜的关键力量。学子潘庆宾备考期间得知奶奶重病住院,一度萌生弃考念头。正是奶奶语重心长的叮嘱,加上室友的陪伴鼓励,让他咬牙坚持到底,最终如愿圆梦。“行百里者半九十”,带给人的不应是唏嘘与悔恨,而应是鞭策和警醒。

常言道“环境造就人”。对于考研学子而言,积极向上、团结互助的氛围,能为备考成功注入无穷力量。伍礼飞的勤奋自律有着无形感染力,让室友深有感触:“每天早上醒来,发现他已经去了图书馆,危机感瞬间就上来了。”初试前夜,五人在寝室自发开展一场“理性评审会”——每人先自我剖析,再由其余四人坦诚点评。“当局者迷,旁观者清。”大家在直言不讳、一针见血的点评中,看清自身未曾察觉的优缺点,也收获了考前宝贵的经验与启发。学习之余,五人在生活中也彼此关照。有人主动拖地保洁,默默打理寝室环境;室友生病,陪同打针就诊;有人被猫抓伤,结伴就医;同学发烧,主动帮忙带饭……彼此间的悉心照料,既解决了生活琐事困扰,更凝聚起相互鼓劲、并肩前行的力量;既彰显了当代大学生优良精神风貌,也映照出未来职场中踏实靠谱、温暖向善的良好形象。

世上无难事,只要肯登攀。考研虽难,难在考验学识能力、心智意志与个人品格;考研亦不难,只要心怀理想、脚踏实地、意志坚定、久久为功,心怀暖阳、彼此相助,终能抵达理想彼岸。



本报讯(记者 查嘉琪 文青 摄影报道)养老服务关系万千家庭幸福,关乎老年群体晚年生活质量。近年来,潘集区紧盯老年人“养老+医疗”双重需求,着力打破医疗与养老相互割裂的传统服务壁垒,大力推进医养融合发展,让辖区老年人在家门口就能享受到便捷、专业的医养服务,切实筑牢民生幸福底线,稳稳托起幸福“夕阳红”。

“年纪大了,独自去医院看病、挂号、排队、取药,来回折腾十分辛苦。现在住在护理中心,身体有小毛病随时能看,特别方便。”今年80多岁的相炳英老人,说起如今的养老生活满是欣慰。此前老人因心脏问题住院治疗,往返医院的繁琐流程让她倍感疲惫。入住潘集区某护理中心后,机构内配套医务室让老人就医不再犯难,日常血压、血糖监测等基础医疗服务随时可享,贴心照料让老人晚年生活格外舒心。

相炳英老人的幸福晚年,是潘集区医养结合服务模式落地见效的生动写照。作为全区医养结合标杆机构,护理中心立足老年群体实际需求,配齐专业护理团队,完善养老服务设施,同时主动对接市五院、北方医院,建立长期紧密的医疗合作关系。医院专家定期到护理中心坐诊,机构为入住老人提供日常健康检查、专项医疗护理、药品配发等服务,全程建立个人健康档案,每三个月开展一次全面健康体检,还专门开通绿色就医通道,遇突发疾病等紧急情况,可第一时间转往合作医院救治,真正实现“医、养、康、护”一体化服务。“我们始终坚

守为老人守护健康、为政府分忧、替子女尽孝的初心,用专业服务让老人安享晚年。”护理中心负责人说。

近年来,潘集区持续深耕养老服务领域,不断健全医养结合服务体系,创新打造“机构医养+社区照料+居家护理”多元服务模式,逐步织密覆盖城乡的医养服务网络。截至目前,全区公办养老机构入住老人474人,7家医养结合机构累计入住老人422人,有效打通老年人医养服务“最后一公里”。

在服务供给上,潘集区不仅为老年人提供生活照料、营养餐饮、文化娱乐等基础养老服务,还针对性引入中医理疗、康复训练、心理疏导等专业医疗服务,全方位满足老年人多层次、多样化养老需求。“下一步,我区将持续加大对医养结合养老模式的投入与政策支持力度,进一步整合优化医疗、养老优质资源,完善全域服务网络,着力提升服务精细化水平,加快培育专业养老服务人才队伍,为广大老年人打造温馨、舒适、健康的养老环境,全力实现老有所养、老有所医、老有所乐、老有所安,让老年人安享健康幸福晚年。”潘集区民政局低保中心主任邓家顺表示。

从传统养老的诸多不便,到医养结合的便捷舒心,潘集区以民生为导向,用务实举措补齐养老服务短板,切实解决老年人养老、就医急难愁盼问题,以暖心服务守护老年群体幸福晚年,让民生保障更有温度、幸福晚年更有质感。

致敬护理前辈 彰显医者芳华

本报讯(记者 李严 摄影报道)燕尾帽下承初心,三十余载写芳华。5月11日下午,市妇幼保健院综合楼四楼报告厅内温情涌动,“5·12”国际护士节庆祝活动暨表彰大会在此隆重举行。活动高光时刻,属于这群特殊的护理“老兵”。

岁月无声,大爱有痕。三十年,一万多个日日夜夜,她们把最美好的青春融进燕尾帽,把最温柔的岁月化作守护母婴的铠甲。付卫农、尹良霞、苏道菊……这15名护理前辈,是医院发展的见证者,更是守护母婴安全的“定海神针”。

“三十四年,换来一句‘谢谢’,一切都值得。”苏道菊动情回忆2019年那场惊心动魄的生死救援。一名突发疾病的危重产妇被紧急送医,“那天,医生、护士围在病床边,输血、给药、记录……无人言语,只有器械碰撞的‘叮当’声。那一刻,我们不再是个体,而是并肩作战的整体。”正是这份通力配合,将产妇从死神手中夺回。当患者家属捧着锦旗、抱着婴儿前来致



谢时,那份沉甸甸的信任,让在场所有人热泪盈眶。

除致敬护理前辈外,活动现场还为近期护理科普比赛获奖团队进行颁奖。作为提升护理服务能力的重要举措,本次比赛紧扣妇幼全生命周期健康主题,13支护理团队各展风采,以专业科普助力妇幼健康服务提质增效。