

# “培训8万名持证应急救护员”项目火热开启 掌握急救本领 守“沪”生命安全

3月29日上午,上海市红十字会培训教室里气氛热烈、实操声不断,90后代金鑫正俯身对着模拟人,专注练习心肺复苏的标准按压节奏。她身旁,数十名学员围着模拟教具,在专业救护讲师的手把手指导下,一遍遍纠正动作、反复实操演练。作为2026年上海市为民办实事重点项目,“培训8万名持证应急救护员”工作近日正式启动,首批培训班报名热度空前,开放报名后不到24小时,所有名额便被市民一抢而空。这场生命安全“必修课”为何如此受追捧?记者走进培训现场一探究竟。

青年报记者 顾金华

## 首批培训“一位难求”

近日,备受市民期待的“培训8万名持证应急救护员”实事项目正式拉开帷幕。

“消息一经发布,迅速点燃市民参与热情,小程序关注度呈现井喷式增长,访问峰值从平时的每小时两万多人次骤升至每小时五万多人次。”上海市市级红十字应急救护师资郭亚介绍,学员先完成4课时线上理论学习,并通过线上理论考试,便可报名参加线下实操培训。开放报名后不到24小时,五场线下培训名额便几乎全部报满。

“上海市民参与急救培训的热情高涨。本次报名人群覆盖十分广泛,既有朝气蓬勃的在读大学生,也有来自学校、医院、安保、物业、IT、化工、极限运动等各行各业的从业人员,大家主动学习急救技能、守护身边生命安全的意愿格外强烈。”郭亚告诉记者。

培训现场,来自徐汇区的90后市民代金鑫告诉记者,她经营着一家个人工作室,因家人患有心脏病,她一直渴望掌握实用急救技能,为家人增添一份安全保障。“哪怕关键时刻只能帮上1%的忙,对需要救助的人来说都至关重要。”代金鑫说,完成系统学习后,她不仅会向家人普及急救常识,还会主动告知身边朋友一些急救技能,带动更多人加入急救学习队伍。

还有学员坦言:“平时刷到不少突发急救场景,一直想系统学习,这次终于抢到名额,一定要把技能学扎实。急救不是专业人士的专属技能,学会它,就是给自己和家人多一份安全保障。”



培训现场。

青年报记者 常鑫 摄

障。”在学员看来,学会急救不仅是对自己负责,也是对同事、对身边陌生人负责,这是每个市民都该具备的基本素养。

为保障教学质量,市红十字会专门拍摄培训引导视频、编制详细教学指南,从培训内容、实操流程到救护师资教学方法均统一规范,确保每名学员学到的都是科学、标准、可直接应用的急救技能。

## 筑牢校园生命安全防线

高校作为应急救护知识普及的主要阵地,也是本次实事项目的重点覆盖对象。当天市红十字会开展培训的其中一个班,就是专门为高校学生举办的。

特意从奉贤区赶往浦东参

训的上海电子信息职业技术学院大一新生谈浩然,通过学校红十字会自愿报名参与培训,收获满满。“我系统学习了胸外按压、人工呼吸、AED操作和止血包扎等急救措施,掌握这些技能,遇到突发情况就能快速准确应对,为患者争取最宝贵的急救时间。”他直言这样的培训意义非凡,“如果还有后续相关培训,我一定会继续参加以提升技能,也会推荐身边同学一起来学。”

上海市红十字会基层组织和青少年部副部长沈洁如介绍,2026年高校应急救护员培训采用“点面结合、三级联动”模式推进,一方面市、区红十字会为重点开展救护培训的高校送教上门,面向教职工等开展专场培训;另一

方面依托全市各高校红十字会,广泛组织学生开展集中培训。

据悉,2025年该项目已覆盖上海41所高校,2026年项目启动伊始,3月28日至29日便开设4场高校专场培训,每场50人,共计200名高校师生参与。按照当前培训计划,今年覆盖高校数量有望继续超过40所。更值得关注的是,依托项目的开展,近两年应急救护培训覆盖面从传统的以高校学生群体为主,持续拓展至宿管、后勤、辅导员等校园一线教职工。“这些教职工很可能是突发状况的第一目击者,让他们掌握现场初级急救技能,有助于最大限度守护校园安全。”沈洁如说,目前本市已有多所高校结合大学生军训同步普及急

救知识,再结合实事项目助力更多高校学子取得急救证书,使其真正具备自救互救实战能力。

## 让急救文明浸润申城角落

“我们希望通过持续培训,让每名市民在危急时刻都能敢于挺身而出,科学规范施救。”郭亚说,“最终让‘人人学急救、急救为人人’的文明风尚,浸润上海的每一个角落,共同守护这座城市的平安与温暖。”

事实上,为满足市民多样化急救学习需求,上海市红十字会和各区、街镇红十字会不断优化服务模式。郭亚介绍,实事项目以标准化救护员(初级)课程为主,除实事项目外,市红十字会可根据企事业单位、社会团体需求,定制常见急症、突发事件、意外伤害等专项特色培训课程,贴合不同群体的实际急救需求。

考虑到初级救护员培训仅限16周岁以上健康市民参与,市红十字会在实事项目之外,专门开设“大手拉小手 一起学急救”公益亲子课程,为6至12周岁孩子及其家长提供贴合家庭场景的急救教学,让急救意识在家庭中扎根传承,从小培养孩子的安全自救意识。

普及应急救护知识、提升全民急救能力,是筑牢城市安全防线、彰显城市温度的关键举措。上海市红十字会表示,将持续推进“培训8万名持证应急救护员”为民办实事项目,不断扩大培训覆盖面、提升教学质量,让更多市民掌握科学实用的急救本领。

据悉,后续最新培训开班信息,将持续在“救在身边 守护生命”小程序更新发布,欢迎广大市民持续关注、积极报名参与。

## 这些“世界孤独症关注日”特别活动举行 从科普与公益中认识生命的价值

青年报记者 刘晶晶

本报讯 今年4月2日是第19个“世界孤独症关注日”,主题为“孤独症与人类——每一个生命都有价值”。上周末,上海科技馆、上海海昌海洋公园纷纷启动面对孤独症孩子的公益科普活动,让更多公众感受到孤独症人士的尊严与价值,他们是人类未来不可或缺的一部分。

## 上海科技馆:科普大讲坛关注孤独症的科学认识

如何更科学地看待孤独症?3月29日下午,由上海科普教育发展基金会、上海科技馆共同举办的第237期上海科普大讲坛活动暨“世界孤独症关注日”特别活动——“从脑到心,科学

关爱:走进孤独症的世界”在上海科技馆举行。

“最核心的是我们从不同角度理解、接纳他们,让这些孤独症谱系障碍的个体被看见。”上海市精神卫生中心徐汇院区儿少病区行政主治、主任医师江文庆现场科普了什么是“孤独症谱系障碍”。她指出,孤独症谱系障碍的核心表现为社会交往障碍、兴趣狭窄和刻板重复行为,部分患者还可能伴有感知觉异常、智力与认知缺陷、情绪行为问题等。“孤独症可能很小就能被识别出来,但孤独症谱系障碍可能一直要到初中、高中甚至大学才能被发现。”

“如果从孤独症谱系障碍的角度看,这一群体数量并不小。”她认为,“我们与他们一起生活,

要理解他们的困难并且提供适当的支持。”她建议建立分层支持系统:对于功能较好的个体,可采用融合式的方式,使其完全参与普通生活;对于困难特别大的个体和家庭,则需要提供全面、持续的支持。

上海市特殊儿童康复中心主任医师沈敏主任则介绍了基于脑机接口的孤独症神经调控干预,她表示,孤独症儿童在社交互动中遇到的困难,可能与大脑中负责模仿、共情与社交认知的“镜像神经元系统”功能异常密切相关。沈敏谈到,当前脑机接口干预孤独症仍面临个体差异大、信号解码困难、多模态融合不足、设备适应性不佳等挑战,唯有逐一突破这些技术瓶颈,才能推动该项技术从实验室走向临床,真正

惠及更多孤独症患者。

## 上海海昌海洋公园:4月孤独症家庭免费入园

3月28日,海昌海洋公园第十二届公益月暨稀奇海洋节正式启幕。随着公益跑鸣枪启动,女足亚洲杯冠军球员李佳悦、羽毛球世界冠军王仪涵与500组孤独症家庭、特奥孩子、游客家庭并肩踏上赛道——没有竞速,也无分输赢,唯有手牵手的陪伴与贴心的包容。

跑完步,孩子们还能在现场参与公益义诊,观看公益画展。专业医护人员来到公园为特殊家庭提供发育评估与康复建议。公益画展上,孩子们用画笔诉说心声,让每一份独特都被温柔以待。

记者了解到,4月1日至4月30日,海昌海洋公园旗下所有主题公园、海洋探索馆面向全球孤独症家庭、特奥融合学校项目中的特教学校在校学生免费开放。符合条件的家庭可凭相关证明前往园区年卡中心办理公益月卡,免票期间可携1~2名直系亲属无限次入园。

其间,园区将推出稀奇海洋节,围绕稀奇光影、稀奇生物、稀奇活动、稀奇演艺四大内容,让孩子们及其家庭解锁多重“稀奇”玩法。不仅可以近距离探秘十万只海洋动物,听一场“十万个为什么藏在海洋”的科普课堂,还能看到首次展出的“一生只吃海底垃圾的鬼手海兔”、海底最毒的“石头”——玫瑰毒鲉、不善游水的海马等二十大稀奇海洋生物。