一位长沙护士的第185次“摆摊”

省儿童医院副主任护师熊亮支起“急救地摊”，吸引数万市民学急救，已在省内外开设11个示范点

长沙晚报全媒体记者 徐媛 实习生 吴臻

8月8日，周六，长沙图书馆一隅。熊亮的急救地摊公益示范如期开启，这是她的第185次摆摊。

两小时里，人潮依旧，但这次有些不同，湖南大学9名研究生专程赶来。他们不是偶然路过，而是带着明确的身份而来：学习者、志愿者、秩序维护者、影像记录者、教学辅助者。也因为他们的到来，急救地摊公益示范第一次拥有了“学习者签到表”。

上午10时多，一位母亲率先实操，神情格外专注。她告诉记者，自己的孩子曾因溺水被人用心肺复苏从死亡线上拉回。她深知这项技能的分量：“我想学会，在别人需要时，也能伸出手。”

扫码看辣视频
急救课堂
落户长沙图书馆

爱星城

→熊亮(右)正在认真教学。长沙晚报实习生 刘雅欣 摄

一次惊险救援，更坚定公益初心

熊亮是湖南省儿童医院副主任护师，入职初期便投身院前急救，熟练掌握各项急救技能。在家人的支持下，熊亮自费购置全套教学物资，于2024年6月15日启动急救地摊公益示范，至今年8月8日，已坚持185次。

起初，摆摊地点在开福区双拥路科大佳园北苑外50米处的浏阳河堤岸景观台，河畔人流可观，却受雨雪、寒冬等天气制约。为让科普不受天气影响，她主动对接长沙图书馆，将点位迁至室内，获得稳定的教学场地。

两年多来，长沙这两处地点常能看到熊亮的身影。越来越多市民从这个不起眼的小摊上，学会或接触到心肺复苏、海姆立克急救、AED使用三项关键急救技能。

今年5月，熊亮在公园救下一名被糖果卡喉窒息的4岁女童。“当时孩子整张脸都憋紫了，爷爷慌了手脚，我立刻从老人怀中接过孩子，实施海姆立克急救法。”回忆起这一幕，熊亮仍心有余悸。施救后，一块拇指粗细的糖果排出，孩子转危为安。这次惊险救援，更坚定了她深耕急救公益科普的初心。

分龄分层授课，现场教急救技巧

上午10时，熊亮到达图书馆，铺开绿色瑜伽垫，将心肺复苏模拟人、海姆立克急救法教学背心、海姆立克急救法模拟人、AED训练仪等教具整齐摆放，两侧的展板清晰印着急救操作要点等。随后，熊亮屈膝跪地，放缓语调，边示范边细致讲解操作要点与节奏把控。

温和而专业的讲解吸引来往市民驻足，不少家长带着孩子围拢观摩。讲解结束，市民轮番上阵实操，不大的场地里，涌动着学习急救的热忱。

长沙图书馆中亲子人群居多，熊亮量身设计分层教学模式，贴合2025版国际心肺复苏指南中新增内容“建议从12岁以下儿童开始接受培训，以增强其日后施救的意愿与信心”理念：面向小朋友，不强求高强度按压，重在培养其急救意识的养成；面向成年人，则手把手完整教学胸外按压、人工呼吸、AED使用、异物梗阻施救全流程，并引导进行测试，让其获得成就感。

心肺复苏对体力、动作规范度要求极高，力度与节奏稍有偏差都会影响施救效果。熊亮用通俗比喻讲解发力技巧，现场及时纠正按压轻重失衡、节奏过快过慢、步骤遗漏等常见问题，引导大家反复练习，形成肌肉记忆。

不少市民实操后直言，急救看似简单，上手才知门道不浅。市民陈丽丽完整练习后感慨：“短视频里的急救流程看着容易，真正上手才发现细节繁杂，危急时刻极易慌乱忘步骤。唯有勤加练习，遇险时才有勇气伸出援手，学好急救才能守护身边亲友。”

志愿团队加入，湖大研究生“打call”

当天，9名湖南大学2026级MBA研究生组团前来。这也是急救地摊公益示范开办以来，第一次有高校研究生志愿团队加入。

志愿者分工清晰、各司其职：有人驻守场地引导市民有序排队，维护现场秩序；有人蹲在瑜伽垫旁担任助教，一对一纠正按压动作；有人全程拍摄记录课堂画面，课后剪辑科普短视频线上传播；互动环节中，志愿者组织有奖问答，用趣味提问调动亲子参与热情，加深大家对急救知识的记忆。在志愿团队的细致统筹下，急救地摊首次启用“学习者签到表”，当天共有58个家庭完成登记学习。

大学生志愿者熊碧桃在现场感触颇深。她说，溺水、心脏骤停、异物窒息这些意外很常见，可普通人想找个靠谱的地方线下练一练却不那么容易。她坦言，带着市民一遍遍跪练按压，自己也切身体会到急救对体力和规范的要求有多严苛。志愿者们商量着，要把这样的实操课堂持续办下去，让更多人不仅听懂理论更能上手练熟，关键时刻敢出手、能出手。

相信微光成炬，期盼更多同行者

熊亮一直认为，一个人的力量有限，一群人才能走得更远。当微光汇聚，便能成为照亮生命的火炬。在她的带动下，“急救地摊公益示范”的火种已从长沙播撒至湖南邵阳、怀化、常德、郴州以及浙江淳安、江西赣州、陕西勉县等地，共开设11个示范点，新疆及海南等示范点也在积极筹备中。

根据纱布使用量估计，截至目前，数万名市民走进这间公益课堂学习急救知识，数千人完成心肺复苏实操训练。她说，没有特殊情况，每周六她都会在长沙图书馆准时开讲，持续为星城传递守护生命的温柔力量。她也期待有更多同仁携手并肩，把急救的种子撒向更广阔的世界。

长沙“开学第一课·行走的科技课堂”面向全市招募合作伙伴

20余家科普场所联动打造“科学嘉年华”

长沙晚报8月10日讯（全媒体记者 王佳怡）记者10日获悉，长沙市科协联合市文明办、市文旅广电局、市关工委等单位，将于9月开学季举办“开学第一课·行走的科技课堂”活动。活动以“全域科普游”为组织模式，联动全市科普场所、科创企业、高校团队等创新力量，打造覆盖全市、贯穿全天的科学体验场景，为青少年开启一堂“走出课堂、走近科技”的开学第一课。

据了解，本次活动将于9月5日举行，设置日间“全域科普游”亲子研学和夜间“奇妙科学夜”两大板块。其中，日间研学将组织全市20余家科普场所同步开放，面向青少年家庭开展科学参观、互动体验、科普课堂等活动；夜间“奇妙科学夜”将在长沙滨江文化园文化广场举行，设置主舞台区、科创集市区、签到服务区等功能区域，让市民在沉浸式体验中感受科技魅力。

为丰富活动内容，目前活动面向全市公开征集参与力量。其中，科普教育基地、科普场馆、科研开放院所、高校实验室等具备研学接待能力的单位，可参与日间研学承接；科创企业、高校科创团队、科研院所、科技类社会组织以及青少年科技创新人才等，可参与夜间科创集市展示。

在活动现场，参与单位将成为展示科技创新成果的重要窗口。科普场所将被纳入《长沙市科普研学地图》（2026年版），通过统一宣传体系面向中小学家庭推广；科创集市参展方将获得标准化展位等基础支持，并通过活动传播平台扩大影响力。

近年来，长沙持续推进科普资源开放共享，推动科技教育与城市公共文化空间融合发展。此次“开学第一课·行走的科技课堂”通过整合科普场馆、科研机构、创新企业等多方资源，让实验室里的科技成果走向公众，让科学教育从校园延伸至城市空间。

据主办方介绍，活动报名工作已启动，报名截止时间为8月17日。有意向的单位请填写《“开学第一课·行走的科技课堂”申请表》（可通过指定链接：https://qr61.cn/oVrmwA/qjVsLgX 下载），并发送至邮箱69761427@qq.com。活动将以开放共享的方式汇聚社会科普力量，为长沙青少年打造更加丰富、多元的科学体验平台。

加油小车突冒白烟，60秒后化险为夷

中国石化望城马家河加油站高效处置成功解除险情

长沙晚报8月10日讯（全媒体记者 舒元臻 通讯员 黄蓉）周日的加油站车流密集，轿车刚加完油突冒白烟，刺鼻焦煳味弥散现场，突发险情该如何紧急处置？9日，车流不息的中国石化销售有限公司湖南长沙望城马家河加油站便上演了这样惊险的一幕。

记者了解到，9日18时35分，一辆白色小轿车在马家河加油站1号加油机位刚完成加油，现场营业员昌旺正准备引导下一辆车进站加油时，眼角余光突然瞥见该车的驾驶位侧门缝隙正丝丝缕缕地往外冒白烟，空气中弥漫着一股刺鼻的焦煳味。

“不好，线路短路！”职业本能让昌旺瞬间警觉，他深知，在加油作业区，一丝火星都可能引发不可估量的后果。昌旺立即大声呼喊示警，并迅速启动突发事件应急预案。

“着火了，快拿灭火器！”呼救声就是命令。营业员朱嘉旭闻声而动，一个箭步冲向最近的加油岛，抄起干粉灭火器，熟练地拔掉保险销，对准冒烟源头根部精准喷射。白色的干粉瞬间压制住浓烟，阻断了火势蔓延。与此同时，马家河加油站经理章鹏第一时间冲到现场，在确认火情的同时，迅速组织设立警戒隔离区，挥手引导后方车辆绕行，疏散围观人群，确保现场井然有序，防止发生次生事故。

18时36分，现场浓烟被彻底扑灭，整个过程仅用时60秒。经反复确认无复燃风险后，3名工作人员合力将故障车辆推离加油作业区。此时，加油站也迅速恢复正常运营。

“这次能这么快处置，全靠我们每月雷打不动的应急演练。”章鹏10日接受记者采访时说，此次事件的成功处置，不仅检验了马家河加油站应急预案的实战效能，更展现了企业基层员工过硬的心理素质和应急处置能力。

应急管理 看长沙

上接1版

培育创建一批国家技术创新中心、重点实验室、新型研发机构等高能级创新平台；支持智改数转，实施“人工智能+”行动，引导企业围绕资源共享、协同生产、场景共建等方面深化合作；加强供需协作，实施企业铸链、补链、强链工程，梳理上下游协作配套企业，形成产业链图谱；推进产业集聚，以“产城融合、创新驱动、生态优先、服务升级”为核心，构建“产业集聚+生活配套+创新生态”的三维体系；强化精准招引，支持有序承接产业转移，精准对接、重点招引一批“三类500强”（世界500强、中国企业500强、中国民营企业500强）、央企、产业领航企业及隐形冠军外资企业；开拓内外市场，引导企业增强全球化经营能力，持续扩大优质产品和服务出口。

3年自律减重25公斤，如今站上5025米雪山之巅

长沙中学生张湘旺不断刷新自我极限

16岁“励志哥”朝着理想中的自己全力奔跑

长沙晚报全媒体记者 周小华 实习生 张艺萱

近日，长沙市同升湖高级中学16岁高一学子张湘旺成功登顶海拔5025米的四姑娘山大峰，用一场高海拔雪山挑战，刷新了自我极限。

登顶壮举的背后，是少年持之以恒的自我“雕琢”。从深感肥胖而自卑，到瘦身蜕变、勇攀高峰，张湘旺书写了新时代青少年的励志成长故事。8月10日，记者采访了这名自律的长沙少年。

勇攀雪山：登上5025米大峰之巅

张湘旺是土生土长的长沙人，此前从未挑战过高海拔雪山。此次四姑娘山大峰之行，是他首次触碰高海拔户外领域。

四姑娘山大峰坐落于四川阿坝州，顶峰海拔5025米，入门难度适中、景观壮阔，是众多登山爱好者的5000米级雪山首攀首选，而海拔4300余米的大峰大本营，是攀登路上的核心休整站点。

此次攀登行程紧凑且极具挑战性。张湘旺独自从长沙出发，8月5日抵达成都后，即刻前往集合点筹备登山装备，随后驱车奔赴四姑娘山镇。6日清晨，他从镇上出发，历经数小时徒步，于当日15时左右顺利抵达海拔4300米的登山大本营。此后他早早休息，全力调整身体状态，以适应高海拔环境。

真正的挑战始于7日凌晨2时40分左右。夜色深沉、寒风凛冽，他跟随经验丰富的登山团队正式冲顶，沿途依次经过碎石路、长草坡、高山垭口、大小绝望坡等路段，全程累计海拔爬升超700米。高海拔缺氧环境让每一步前行都异常艰难，稀薄的空气让他呼吸受阻，头部阵阵胀痛，行走两三步就必须驻足喘息。

“越靠近顶峰，体力越透支，全程没有一段轻松的路，全程靠意志力硬撑。”谈及冲顶过程，少年感触颇深。攀登途中，他数次濒临体力透支、神志恍惚，所幸配备的资深藏族向导拥有珠峰带队经验，全程贴身护航、及时帮扶，为他的登顶之路筑牢安全保障。

历经近4个小时的坚持，当日6时20分左右，他成功站上5025米的大峰之巅。破晓时分，云海翻涌、日出燎原，日照金山的绝美景观铺满山野，壮阔景致涤荡了所有疲惫。张湘旺告诉记者：“亲眼看到的风景，是手机拍摄无法复刻的震撼，那一刻所有的辛苦都值了。”

自律蜕变：三年减重25公斤

很多人不知道的是，如今身姿挺拔、体能出众的张湘旺，3年前体重一度高达110公斤。超重的体型让他体能差，严重影响日常学习和运动。同时，肥胖带来的困扰让他极度自卑，在人际交往中十分被动。

“不能让体重束缚自己的成长。”13岁时，张湘旺下定决心改变，开启了漫长且严苛的减重蜕变之路。他将自律融入日常三餐，坚持低油低糖的健康饮食模式，每日饭后坚持运动锻炼，初中阶段常年与同学结伴跑步，日复一日从未间断。

“减肥最考验的是长久的坚持。3分钟热度永远无法改变现状，只有盯着长远目标，持续付出，才能突破困境。”张湘旺对记者说，3年时光里，他抵住诱惑、坚守自律，累计成功减重25公斤，彻底摆脱肥胖困扰。另外，身材的蜕变带来了心态的成长，如今的他自信大方、敢于表达，主动担任志愿讲解员，参与校园主持、社团活动，彻底告别了曾经的自卑怯懦。

这份贯穿3年的自律与韧劲，也成为他勇攀雪山的底气。“老师常年攀登雪山，用亲身实践告诉我，人生要以目标为核心，自己的人生自己掌控。那些看似艰难的事，只要全力以赴，就是属于自己的胜利。”张湘旺说，登山与减重都是突破自我的锻炼，所有看似亮眼的成绩，都是日积月累坚持的结果。

“不必在意他人的眼光，不用迎合别人的期待，朝着理想中的自己全力奔跑，只要奋力拼搏过，无论结果如何，都是胜利者。”这是张湘旺写给同龄人的成长寄语。

历经近4个小时的坚持，清晨成功登顶海拔5025米的四姑娘山大峰后，张湘旺和日照金山的绝美景观合影留念。

受访者供图

扫码看辣视频
减重与登山
少年不断突破

同城通 分类信息
生活资讯全搜索 为您服务全天候
QQ办理 微信办理 星收银(付款)
电 话:0731-82205305
Q Q:800083498
微 信:长沙同城通
刊登资讯不出门 手机平台服务您
公告类:60元/行 资讯类:50元/行 标题限9字以内(占2行) 正文13字/行 套红加收20% 套彩加收30%

公告声明

遗失声明

湖南星都房地产开发有限公司不慎遗失南洋商业银行(中国)有限公司汕头分行出具的坐落位置于长沙市岳麓区咸嘉湖路2号榕华湘江府6栋703号、803号、1001号、1002号、1101号、1802号、1803号、2003号、2502号、3301号、3404号、3601号、3702号、3703号，抵押登记他项权证号码为20230125168的长沙市不动产登记申请书。现声明作废，由此产生一切法律责任由本单位承担。特此声明。

严正声明

近期发现我司劳务外包人员冒用我公司名义，私刻我公司印章，对外签订合同或开展其他经济活动，我司已向公安机关报案。现郑重声明:1.上述违法行为我公司概不认可。2.相关单位、个人如遭受财产损失，请第一时间向当地公安机关报案。特此声明。

湖南中核勘探有限责任公司

遗失声明

湖南思璘华晟认证检验有限公司(统一社会信用代码:91430100MABYDPUX8F)不慎遗失由长沙市市场监督管理局于2025年5月20日核发的营业执照正本，声明作废。

声明

湖南思璘华晟认证检验有限公司(统一社会信用代码:91430100MABYDPUX8F)于2026年6月9日依法作出并生效的董事会决议:自2026年6月15日起，文静霆担任的合资公司总经理职务应即终止，且文静霆与公司之间的劳动合同。劳动关系亦于2026年6月15日同时解除。自本声明见报之日起，其无权再代表公司签署任何法律文件。特此声明。

注销公告

国幸保险经纪有限公司已注销浏阳营业部，其法律义务、客户服务、纠纷处理由湖南分公司承接。

下列证件声明作废

●李碧良遗失警官证，证号:096317，有效期:2024年7月20日至2026年3月23日，声明作废。
●苏醒(身份证号:430104192806052513)遗失湖南大学离休证，证号:025157。声明作废。
●陈中原遗失长沙喜盈门品牌管理有限公司开具的合同保证金统一收款收据1份，号码:1021665，金额:23680元，声明作废。
●陈泽华遗失湖南万家丽集团国际购物广场有限公司开具的收款收据2份，票据号:0001933(押金)、金额:8000元；票据号:0001932(质保金)，金额:10000元，特此声明作废。
●喻江遗失长沙市政府专职消防员工作证，证号:长消字第ZZ2023327，声明作废。