青年报 2017年11月16日 星期四
责任编辑 张红叶 美术编辑 谭丽娜

“上海青少年应急安全支持计划”用体验式培训等活动

助力青少年提升自救互救能力

出国后面对恐袭威胁，如何第一时间保护自己？“女司机”究竟该如何安全及专注驾驶？这些有关安全的课程，都能在“上海青少年应急安全支持计划”提供的应急培训中找到。

就在本周日，“奔跑吧，安全君”2017年上海青少年应急安全主题城市定向赛暨应急安全体验营将在嘉定举行。作为《上海市青少年发展“十三五”规划》的重点项目之一，“上海青少年应急安全支持计划”正以公益课程、定向赛、体验营等多种形式，全方位助力上海青少年提升自救互救能力。

青年报记者 周胜洁

[看点一] 体验式培训教白领掌握突发事件的应对能力

在创智天地IBM中国区总部大楼里，一群白领参与到安全课堂中，认真听上海音速青年志愿服务中心理事长严洪讲述面对暴恐袭击时该掌握的应对技能，课程形式由讲解、视频分析加现场练习组成。

严洪向白领介绍了突发事件的类型，并提出，事件发生到救援队伍到达现场之间有个时间差，在这段时间内如何自护？这个问题让很多白领青年感到陌生。而严洪则介绍了特别实用的方式：躲、逃、藏。“在现场寻找隐蔽物马上躲避，有条件的逃离现场，若不能逃离就藏起来，在现场要像老鼠一样行走。”

如果遇到歹徒袭击，没有任何力量优势的女性又该如何自护？对此，严洪并没要求白领青年去学擒拿格斗，而是教了最实用的防卫技巧——掰手指，“当被对方牢牢抓住时，用尽全力去掰开对方的一根手指，只要一根就足以让对方吃痛松手，以此获得逃生的机会。”现场练习阶段，白领两两一组，既可扮演“暴徒”，也可扮演逃生者，角色互换，提升应对能力。

走进企业为白领青年开设这一安全课程，是“上海市青少年应急安全支持计划”中“举办一系列应急培训”的内容之一。

据悉，去年11月，市服务保护办面向全市开展应急安全培训试点项目招投标活动。共有31家青年社会组织99个公益项目参与，经过两轮评审，最后10家社会组织中标。不少社会组织在承接招投标项目的同时，也匹配了不少资源和课程，尽可能多地为青少年开展培训。

音速中心在这段时间内，就先后走进高校、公司、各委办局，送去包括火灾逃生、防校园欺凌等项目共计130场，严洪本人就参与了近60场。他坦言，安全是一切工作的基础，经过一定的培训，形成安全意识，懂得自我保护，才能更好地自护和保护家人。

七大类培训课程覆盖高校、企业等各类青少年

此次应急培训系列课程共涉及应急逃生、消防安全、心理健康、防骗防拐、交通安全、防身防护、紧急救助七个类别，内容丰富、特点鲜明。不少机构都针对受众特点进行特色课程设计，如上海公民警校结合当前交通大整治，研发了新手驾驶员、女性驾驶员和儿童安全乘坐三个交通安全类课程。

“女司机”究竟该如何安全及专注驾驶？计划期间，上海公民警校推出的女性驾驶员交通安全类课程走进了南京西路沿线的公司，主讲人不但带领“女司机”解读新交规，还带上了模拟高跟鞋刹车器，让“女司机”亲自感受驾车时穿各类高跟鞋所潜在的危险。

此外，上海智慧妈妈家庭文化促进中心推出的“急救小达人”围绕生命链认知、心肺复苏、AED等重要急救方法让青少年切实提高自我保护意识，掌握急救技巧。

在李栋警官看来，所有人对于安全都是有需求的，青少年学习安全课程很有必要，但前提是课程设计要严谨，“要在前期就把握好课程内容，把正确的知识传递出去。”

据统计，今年4月至8月，10家社会组织面向全市青少年免费开展了7大类138场培训课程，实际受益总人数为4364人次。实施过程中与103家青年中心、高校、企事业单位建立了合作关系，获得了各合作方的好评，不少合作方提出希望今后能够开展更多类似的培训课程。

[看点二] 定向赛、体验营全方位学习安全知识

本周日，一场名为“奔跑吧，安全君”的2017年上海青少年应急安全主题城市定向赛将在上海汽车博览公园举行，启动仪式上还将成立应急安全志愿者联盟。

去年首次举办的定向赛就吸引了500余名青少年参加，现场还有15家青年社会组织提供44项应急安全体验服务，直接服务超过1万人次，安全知识宣讲、现场教学等内容简介服务近2.5万人次。

今年的定向赛分为亲子组和常规组，吸引超过700人参加。参赛者一路将用“徒步+公共交通”的方式，经过安亭汽车博览公园、南翔古猗园、地铁站、安亭汽车博物馆，最终回到安亭汽车博览公园。每一站都需要完成定向任务，着重普及应急逃生、交通安全、伤后处理等应急安全相关知识；同时通过传统文化和游戏的体验，纪念嘉定建县800周年。今年项目设置更贴近青少年生活需求，如在地铁站点设计相关定向项目，以寻找急救、消防、防爆等应急安全设施为主，帮助青少年熟悉身边的应急安全设施。

除了定向赛，在安亭汽车博览公园跃动草坪上还有应急安全体验营。现场将设置消防逃生和交通安全、心理健康、防身防护、紧急救助、水上救援和专业设备展示、信息安全、民俗等7大区域，提供30余项与应急安全、自护有关的实践和体验活动。

活动提供方汇集了上海蓝天应急救援服务中心、上海音速青年志愿服务中心、上海智慧妈妈家庭文化促进中心等20家相关单位和社会组织。

此次应急培训系列课程共涉及应急逃生、消防安全等七个类别。 受访者供图

■目标

五年内大幅提升青少年自救互救能力

不论是培训课程，还是定向赛、体验营，都是《上海市青少年发展“十三五”规划》重点项目之一的“上海市青少年应急安全支持计划”的主要内容。这一由市应急办、团市委、市教委牵头实施，市公安局、市民政局、市卫计委、市红十字会、市国资委、市安监局、市科委、市民防办、市文明办等单位共同参与的计划，于2016-2020年面向全市青少年组织实施，计划服务约百万人次。

据悉，项目的主要内容包括“五个一”，即举办一系列应急培训，建立一支志愿者队伍，建设一批公共安全教育实训基地和体验教室，开展一系列应急安全宣传活动，形成一套工作机制。想通过五年的努力，基本完成上海青少年应急安全支持计划“五个一”工作目标，基本建立青少年应急安全教育常态化工作机制。力争到2020年，义务教育阶段在校学生实现五年全覆盖，社会培训每年开展200场以上，参与人数超过5万人次，校园内外合计覆盖人群超过百万，应急安全青年志愿者队伍人数达500人左右，青少年群体的自救互救能力有较大提升。