



从急救到生活全维科普 黄佳怡的健康守护之路

本报讯（记者彭佳妮）2024年12月底，中国疾病预防控制中心公示了“2024年中国健康科普大赛”评选结果，我市疾控中心健康教育科黄佳怡创编、制作的短视频《工作“突”出腰不“突”》在慢病主题表演类项目中脱颖而出，荣获一等奖。不仅如此，黄佳怡还将于2025年1月17日前往北京广播卫视节目中心，参与展演直播活动。值得一提的是，她是浙江省唯一一位获此殊荣、受邀出席的健康科普讲师。

在健康科普领域，黄佳怡堪称“资深老将”。十多年前，她为了爱情，告别空军疗养院奔赴温岭，在这里组建了家庭。从那时起，她便身兼红十字救护师一职，不辞辛劳地普及急救知识和技能。进学校、进机关、进社区、进农村……不断把急救的种子播撒进人们的心田。

在每一场科普活动现场，黄佳怡总能看到人们从急救技能的“门外汉”变成能够实操的“生命守护者”，这种直观的反馈，让她从心底涌起一种成就感与满足感。还记得，在我市温峤镇的一次急救科普中，一位村民满含遗憾地向她倾诉：“要是你能早一个星期来，让我们知道气道梗阻这回事，早点学会你教的急救方法，我们的邻居大爷就不会去世了。”村民的话撞击着黄佳怡的内心，也更加坚定了她马不停蹄做科普的决心。

近年来，亚健康人群越来越多，慢性疾病发病率不断上升。人们对健康的期望也越来越强烈，渴望“生得



照片由黄佳怡提供

优、活得长、不得病、病得晚，提高生命质量”。在此情形下，我市疾控中心积极作为，大力推动健康科普工作，旨在助力人们从透支健康、被动对抗疾病，转变为呵护健康，积极预防疾病。

2021年，黄佳怡加入了疾控中心健康教育科，她投身的科普领域也不断拓展，从最初的急救范畴延伸至生活的方方面面，“三减三健”、传染病预防、慢性病的日常管理等内容，均被纳入了她的科普版图。自2022年起，她便扎根温岭市健康生活体验

馆，凭借自身的专业素养成为了该馆的讲解员。截至目前，体验馆已经成功举办119场科普活动，累计使3085人次从中受益。

小朋友在健康生活体验馆里听了她的科普讲解，在笔记上写道：“今天的老师很美，讲得很好！”有女性朋友向她分享，自从听了她科普的知识，自己不再像从前那样频繁地喝奶茶了。一位家庭主妇表示，原来觉得每天走一万步实在太难，索性放弃了。听了她的讲解后，发现日常做家务，再加上主动出门走走，完成一万

步并非遥不可及，所以现在也开始散步了。

这些积极的反馈，像春日里轻柔的微风，拂过她的心田，让黄佳怡满心欢喜，她感慨道：“赠人玫瑰，手留余香。能用科普知识给大家的生活带来积极改变，我收获了双倍的快乐。”

黄佳怡还敏锐捕捉到科普形式迫切需要创新，于是她果断投身短视频创作。从构思创意、编写剧本，到组织编排、现场导演，再到后期剪辑，她在自学和实践中，一步步摸索前行。无论是知识储备的充实，还是构思创意、制作技能的提升，对她来说都是一道道需要攻克的难关。面对困难，黄佳怡表示：“当下网络上存在不少错误的健康知识，如果我们科普工作者不积极占领这块阵地，便会有更多人受到误导。所以，我们必须持续提升传播技巧，提高科普内容到达率。”

为了加快自身成长，黄佳怡主动出击，踊跃参加各类科普大赛，在赛场上见识到更多新颖、精彩的科普方式，达到了“以赛促学”的目的。她经常孤身一人，拉着装满科普道具与梦想的行李箱，穿梭于冷清的车站与充满挑战的赛场之间。终于，梦想照进现实。黄佳怡和她的科普团队在2024年，喜讯连连。他们创作的众多作品在各类赛事与平台上斩获佳绩。黄佳怡表示，她热爱科普工作。未来，即便到了退休的时候，只要她力所能及，就一定会在科普的道路上步履不停，矢志不渝。

送礼物、送感动
温岭这个老师成了“家长必备”



谢法标正在读学生妈妈的寄语。

记者 王萍 陈俊杰

“人生路漫漫，未来的路即便有风雨有坎坷，也需要你努力奔跑。”

1月14日上午，趁着课间休息的10分钟，谢法标将一份来自学生妈妈的祝福，送到了郭同学眼前。坐在座位上，这位女同学眼含泪花，备受感动。“谢谢妈妈！”她说。

教室里，其余同学送上了热烈的掌声。用手持相机记录下这特殊的时刻后，谢法标还会简单地剪辑，将这段短视频分享给家长，作为纪念。

短短的几分钟，对学生和家长来说，意义非凡。对谢法标来说，每一次当“送福使者”，他都乐在其中。这件事，他已经坚持了多年。

双向奔赴的鼓励
又融入了家长的支持

谢法标，是新河中学的一位美术老师。

“我一直有个梦想，就是拥有自己的原创卡通。”谢法标说，几年前，经过一步一步的打磨和完善，他的原创卡通“小念猪”形象出炉。

教学中，他偶尔也会在黑板上画几笔“小念猪”，学生们总会以热烈的掌声给予鼓励，让他信心倍增。

“那何不让‘小念猪’和学生们互动起来？”有了这个念头之后，谢法标以“小念猪”为形象主体，创作了书签、明信片、冰箱贴、徽章、水杯等文创小物件，并加上“加油呀”“我是考神”等字词，送给学生，希望以这种方式给予学生鼓励。

一次偶然的机会，有一位家长私信谢法标，希望通过谢法标的文创小礼物，给在学校的孩子送上祝福。这份鼓励，也就从师生之间的双向奔赴，又演变成了家校之间的美好互动。

“学生们在学校，家长会一直牵挂在心。通过我送祝福的形式，传递家长对孩子的寄语，让他们感受到来自家庭的关怀。”谢法标说，有一些同学毕业后，还会找他要照片，他也就有了同步记录的习惯。

渐渐的，来找他送祝福的家长、学生越来越多。有时候不仅仅是新河中学本校的家长，从小学到初中的家长都有，甚至温岭新河之外的学校学生家长也会找到他。只要时间合适，他总会满足这些要求。送出的祝福也越来越丰富，有生日的祝愿，有考前的加油，还有同学之间的相互鼓励。

考前祝福，感动满满

1月15日，学生们将进入期末考试。14日上午，谢法标赶在考前，送了两份祝福。

几天前，郭同学的妈妈特地手写了一段要对女儿说的话，发给谢法标，希望给予女儿鼓励。“愿你如星般璀璨，如风般自由，一路追光，一路向阳，健康最为珍贵，可爱一如既往。”落款是“永远爱你的妈妈”。

这份真挚的母爱，感动了郭同学，也感动了谢法标。“准确地说，是经常会被家长们感动。”谢法标说，这些感动，让他觉得自己所做的，虽是举手之劳，却也弥足珍贵。

当天的第二份祝福，是送给一位王同学。相比第一位女同学，第二位女同学稍显害羞。这样的学生，谢法标也遇到过多次。因为每次送祝福都是突击的，一些学生颇为拘谨。“其实，我也想通过这种方式，增强他们的自信心。”谢法标希望，害羞的学生们经此一事，在下一次遇到类似突发情况时，能更从容应对。

每次念完家长寄语之后，谢法标还会送上“小念猪”的祝福。原先是他选好了带过去，现在则是带更多过去，让学生们选自己喜欢的。

这几年，关于“小念猪”的作品送出得越来越多。深秋时节，谢法标还在银杏叶上创作，将这些“定制”落叶书签送给学生。“我在不断地创新设计，比如去年就创作了‘浙风十里’的冰箱贴、书签等。”谢法标说，他希望通过这些作品，向学生们传递更多的正能量，也记录下学生们在学校里的美好瞬间。

防患于未“燃”

春节日益临近，近日，太平街道CC广场微型消防站开展消防演练，进一步增加消防员和安全员的应急反应能力和处置水平，为广大消费者创造安全、祥和的购物环境。

记者 周学军
通讯员 张鲜红 摄



工行台州温岭支行：

开展非法集资防范宣传

本报讯（通讯员张斌）岁末年初，往往是非法集资活动的高发期。1月8日，工行台州温岭支行联合太平街道总工会，在市区CC广场开展防范非法集资宣传活动，进一步提高公众防范非法集资的意识和能力，守护群众的“钱袋子”。

活动现场，工作人员结合实际案例，用通俗易懂的语言为居民们剖析非法集资的特点。针对老年人容易成为非法集资目标的情况，工作人员特别提醒老人们要警惕所谓的“养老项



《温岭改革开放40年大事记（1978—2018）》出版

本报讯（记者黄晓慧）最近，温岭市委党史研究室（温岭市地方志编纂室）编的《温岭改革开放40年大事记（1978—2018）》由浙江大学出版社出版。

《温岭改革开放40年大事记（1978—2018）》由张士辉主编，陈青鸿、方先勇副主编，方先勇执行主编。据方先勇介绍，2018年11月，《温岭市志（1988—2007）》由中华书局出版，这是温岭撤县设市

后的第一部综合性地方志书。当时适值全国改革开放四十周年，市地方志办公室（2019年7月改名为市地方志编纂室）决定编纂《温岭改革开放40年大事记（1978—2018）》，并经市人民政府办公室同意编纂。市地方志办公室立即投入到紧张的资料搜集整理工作中。编纂内容从《温岭县志》《温岭市志》和有关文件、档案、年鉴、报刊、其他书籍中搜

集精选了大量资料整理编写，并经考证、核实后载入。经三易其稿，至2022年底，形成总字数23万字的书稿，之后，又经修改、补充后，进一步完善了书稿，并增加了人口数、气象数据、历年生产总值、财政收入和支出等7张表格作为附录，提交出版社正式出版。

《温岭改革开放40年大事记（1978—2018）》用翔实的史料，以编年体的形式，全景式展现了温

岭改革开放40年的清晰脉络，记录了温岭人民开拓进取的坚实步伐，彰显了温岭大地激荡人心的沧桑巨变，是一部科学严谨、实用性较强的资料性专著。这本40年大事记的出版，为温岭全市干部群众回顾总结改革开放和社会主义现代化建设成功经验提供了真切生动、内容翔实的丰富史料，也为120万温岭人民留下了创业创新、奋发图强的宝贵精神财富。

★遗失启事★

●台州市斯诺特机械设备有限公司遗失中人寿财产保险股份有限公司台州中心支公司开具的增值税专用发票（发票联及抵扣联）一张，发票代码：3300231130，发票号码：38774801，发票价税合计：4906.00，发票开具时间：2023年11月1日，声明原件作废。

●温岭市城东幻彩彩妆工作室（个人独资）遗失公章一枚，声明原件作废。