

山海携手育桃李 甘孜教育帮扶结硕果

◎全媒体见习记者 陈思亚 文/图



课堂上老师和学生互动。



泸定中学的学生们正在认真上课。

男孩跑过来拉住老师的手：“老师，我来教你，先左脚，再右脚……”“很多支教老师第一次跳锅庄，都是在丹巴学的。”严利军说。一位家长后来对他感慨：“以前觉得学校是学校，家是家。现在感觉，学校也是家。”

破冰之后，是立约。开学时，教师、家长、学生一起在“三方承诺书”上签字按手印：老师承诺用心执教，家长承诺科学陪伴，学生承诺自立自强。对很多孩子来说，这是他们第一次理解什么是责任，什么是契约精神。

在甘孜州，像泸定和丹巴这样的探索并非孤例。

据甘孜州教育局统计，三年来，帮扶团队推动160余项管理制度改革，建立教师听课评课、学生作业熔断等机制。本地教师与帮扶人才“师徒结对”，县级以上骨干骨干教师快速吸收杭州名校的教学精髓。学生端，它是一起做、改管理、带教师、育学生。泸定中学的探索，正是管理革新与育人理念落地的缩影。

“上班第一个月，我就感受到上一届帮扶有明显成效，学校已经达到了外地普通高中的运行水平。”张冠超回忆道。但他没有止步于此，也没有选择熟悉的题海战术。他带来的，是一套名为“泸小定”的数字化解决方案。“‘泸’代表泸定，‘小’字让名字更可爱——这是和孩子们一起选出来的。”采访中，张冠超笑着说。这个由硬件机器人和软件系统组成的“虚拟代言人”，正在悄然重塑高原课堂的生态。

在张冠超看来，“泸小定”的价值远不止于技术引进。他把“AI”解读为“爱”，希望用有温度的理念，让学生和学校都有实实在在的获得感。教师端，“泸小定”化身“听课评课神器”——自动录音、转写、生成评课报告，帮助本地教师快速吸收杭州名校的教学精髓。学生端，它是知识图谱诊断薄弱点，为每个孩子推送个性化练习。

在丹巴，严利军和帮扶团队把功夫下在了课堂之外。“刚到学校时，家长不太跟学校打交道，孩子也不怎么跟老师说心里话。”严利军回忆。面对家校信任不足的现实，他们选择先打开校门。

去年秋天，学校食堂里热气腾腾。这是每学期一次的“树德家宴”，邀请家长和老师们一起做顿饭。一位母亲教浙江来的支教老师分辨当地香料：“这个放一点点，多了就辣了。”老师学得认真，家长笑了。饭后，锅庄舞开始了。一个藏族

的教育生态。”甘孜州教育局相关负责人表示。三年来，帮扶团队坚持“一校一策”，让先进理念在高原落地生根。帮扶团队到达后发现：当地学校长期“重教学、轻管理”，学生普遍学习动力不足，家校之间信任链条断裂。要让教育真正扎根，必须三件事一起做：改管理、带教师、育学生。

泸定中学的探索，正是管理革新与育人理念落地的缩影。

“上班第一个月，我就感受到上一届帮扶有明显成效，学校已经达到了外地普通高中的运行水平。”张冠超回忆道。

但他没有止步于此，也没有选择熟悉的题海战术。他带来的，是一套名为“泸小定”的数字化解决方案。“‘泸’代表泸定，‘小’字让名字更可爱——这是和孩子们一起选出来的。”采访中，张冠超笑着说。这个由硬件机器人和软件系统组成的“虚拟代言人”，正在悄然重塑高原课堂的生态。

在张冠超看来，“泸小定”的

康定安全自护团辅课 为青少年成长保驾护航

里，为了让孩子们直观感知风险，活动以即兴短剧“游客”请求带路”开场，中级社工师、心理咨询师肖晓莉化身“游客”，用“送零食”“给报酬”等常见诱惑试探孩子，引导孩子们现场辨别危险行为，清晰认知陌生人走、泄露个人信息、接受小恩小惠等安全隐患。孩子们在互动中快速掌握礼貌拒绝、迅速离开、及时求助三大安全准则，把“陌生人给吃的，我不吃；陌生人要带路，我不去”等自护口诀牢记心间。针对校园中“看不见的伤害”，详细解读校园欺凌的三种形式：肢体冲突、语言攻击、关系孤立。结合理论宣讲模式，通过情景演绎、真实案例讲解、趣味问答、口诀记忆等生动形式，让孩子们轻松学安全、主动学安全，为青春成长筑牢坚实的安全“防护墙”。

很多安全隐患都藏在日常小事

时教会孩子应对方法：坚定说“不”、及时逃离、告知师长；更引导大家拒绝冷漠旁观者，不跟风传播欺凌谣言、敢于制止不当行为、第一时间上报情况、暖心安抚受伤的同学，共建和谐友善校园。

如今孩子们接触网络的年龄越来越小，各类针对青少年的新型电信诈骗也层出不穷，反诈教育必不可少。本次团辅精准瞄准校园高频诈骗套路，针对免费送游戏皮肤、红包返利、线上刷单、AI伪装亲友等热门骗局，结合多地未成年人被骗真实案例，拆解诈骗分子的惯用伎俩：先以“免费福利”“小额返利”为诱饵，再逐步诱导大额转账，层层套取钱财；尤其需要警惕的是，冒充亲友的骗局不仅可能以借钱、缴费等名义骗取钱财，甚至可能通过AI换脸、语音合成伪装

亲友影像和声音，以“接孩子”“帮忙外出”为由实施拐骗，对未成年人的人身安全构成直接威胁。讲解过程中穿插互动提问，孩子们全程专注投入，纷纷举手参与问答，主动辨析骗局漏洞、分享自己知道的反诈小知识。在轻松的问答氛围里，大家熟练记住了反诈核心“三不”原则：不轻信、不透露、不转账、不跟走，为应对校园电信诈骗筑牢了安全防线。

整场团辅活动没有生硬的说教，全程以孩子易懂、感兴趣的方式开展，让大家在轻松愉悦的氛围里主动学习、积累经验。这不仅有效提升了孩子们的风险辨别能力和安全防范意识，更让大家真正掌握了可落地、可实操的自护技能，从源头上筑牢未成年人安全成长防线。

肖晓莉

慈善助力“大病不出州”

800万元捐赠医疗设备项目落地州人民医院

微创手术诊疗超千例，成功实施了州内首例腹腔镜下乙状结肠切除术、腹腔镜下食管裂孔疝修补术等多项新技术、新项目，累计减少群众州外转诊167例，为153名困难群众提供了诊疗服务，让患者免去了奔波异地就医的负担。

记者了解到，此次捐赠的4台(套)高端微创医疗设备，包括妇科腹腔镜及刨削系统、妇科高频手术系统、电子胃肠镜、3D荧光腹腔镜手术系统，全部瞄准妇产科、消化内科、胃肠外科等重点专科发展急需，有效补齐了微创诊疗设备短板，显著提升急危重症与疑难病症救治水平。

“这批设备一落地，就发挥了大作用。”据州人民医院相关负责人介绍，截至目前，设备已累计服务群众1235人次，开展

微创手术诊疗超千例，成功实施了州内首例腹腔镜下乙状结肠切除术、腹腔镜下食管裂孔疝修补术等多项新技术、新项目，累计减少群众州外转诊167例，为153名困难群众提供了诊疗服务，让患者免去了奔波异地就医的负担。

在州卫生健康委的指导和州慈善总会的支持下，此次捐赠项目让高原百姓在家门口就能享受到先进的微创诊疗服务，有效减轻了群众的就医负担。州人民医院表示，将倍加珍惜社会各界的爱心支持，用好用管好这批设备，加强人才培养和质量管控，最大化发挥设备临床效能，不断提升全州医疗服务水平，守护各族群众生命健康。

全媒体记者 丁瑶

我州举办2026年“贡嘎杯”职工篮球联赛

高原初夏，生机勃勃；圣洁甘孜，激情飞扬。5月23日，2026年四川省职工篮球联赛(四川“工BA”)甘孜选拔赛暨甘孜州“贡嘎杯”全民健身职工篮球联赛在康定正式拉开帷幕。

开幕式上，来自全州各地的40支代表队齐聚一堂，其中男子职工队17支、男子县队12支、女子队11支，共计40支队伍。运动员、教练员、裁判员以球会友、以赛聚力，共同拉开了一场属于高原职工的体育赛事。

本次职工篮球联赛是落实全民健身国家战略、推动群众体育与职工文化深度融合的具体行动，也是深化民族团结进步、丰富职工精神文化生活、激发干事创业热情的重要载体。赛场上，观众热情高涨、文明观赛，“工BA”的加油声、欢呼声此起彼伏，洋溢着团结和谐、热烈奋进的浓厚氛围。



篮球赛现场。

“碘”亮健康 普惠民生

2026年5月15日是全国第33个防治碘缺乏病科普宣传日。国家疾病预防控制中心制定的主题是：“碘”亮健康 普惠民生，坚持因地制宜、科学精准补碘，巩固全民碘健康成果。

一、碘是什么

碘是人体必需智慧微量元素，是合成甲状腺激素唯一原料，主宰大脑发育、生长长高、新陈代谢，人体无法自行合成，储存仅能维持2-3个月，必须每日持续补碘。

二、缺碘终身危害(可防不可逆)

孕产妇：流产早产、先天畸形、胎儿智力不可逆损伤、呆小症儿童。
青少年：智力低下、学习差、身材矮小、甲状腺肿大(大脖子病)。
成年人：乏力怕冷、记忆力衰退、甲状腺肿大、免疫力下降。

三、科学精准补碘要点

主食保障：食用合格碘盐正规商超购买带碘盐标识食盐；阴凉密封存放；炒菜出锅

放盐，减少碘高温挥发。

膳食辅助：常吃富碘食物海带、紫菜、海鱼、虾皮、贝类、牛奶、鸡蛋。

重点人群优先补碘：孕妇、哺乳期女性、婴幼儿、儿童青少年，按需足量摄入，高碘地区遵医嘱食用无碘盐。

四、破除常见误区

沿海吃海鲜不用碘盐？错，日常海鲜量不足，碘盐仍是核心来源。

吃碘盐会长甲状腺结节、癌症？错，正常食用安全，与甲状腺疾病无直接关联。

补碘越多越好？错，过量易引发甲状腺异常，适量精准才健康。

甲状腺病人全禁碘？错，遵医嘱分类管控，不盲目停碘盐。

五、健康倡议

食盐加碘利国利民，长期坚持科学精准补碘，守护胎儿智力、儿童成长、全家健康，共健康康民生。

甘孜州疾控中心 刀吉

健康素养
州疾控中心主办
https://www.gzcdc.cn/
健康热线:0836-2838171