

“要把工作做得更细一些”

各方用心用情做好西藏定日 6.8 级地震抗震救灾工作见闻

震后第二天早上,次仁扎西吃到了熟悉的糌粑。

1月7日,西藏定日县发生6.8级地震。家住定日县曲洛乡左措村的次仁扎西,地震后一直忙着安置父母、卸运物资、清理废墟,一天下来没怎么顾不上吃饭。

次日天亮时,当地工作人员走进帐篷,发放了糌粑、酥油茶、萝卜等。

次仁扎西拿起碗,放上糌粑,倒上酥油茶,快速捏出一个团团放进嘴里,脸上浮现出满意的表情。“还是那个味道,这个东西吃得惯,能顶饱。”次仁扎西说。

“吃饭是抗震救灾的大事,应急处置期间,我们准备了方便面、面包等应急食品,也能供应面条等热饭。后来考虑到当地群众的饮食习惯,调运来糌粑、酥油茶等特色美食。”定日县县长扎西顿珠说。

“要把工作做得更细一些”,是党中央对西藏定日抗震救灾工作的明确要求。现在抗震救灾工作处在关键阶段,各方正把工作做得更实一点、更细一些,千方百计、用心用情保障受灾群众基本生活。

地震灾区位于高原高寒



1月8日,在日喀则市定日县措果乡塘仁村地震灾后安置点,西藏星光社会工作服务中心社工向孩子们赠送玩偶熊,并给他们表演节目

地区,正值冬季,住得温暖至关重要。

10日16时许,在受灾最严重的村庄之一古荣村,第一批群众抱起被褥、床垫,入住活动板房。“地震发生后,政府很快就给我们发了各类物资,没想到能那么快搬进板房,有房子肯定住得更舒服。”村民卓玛次仁说。

如何更快入住?据悉,首批活动板房整体结构设计多采用折叠式,“这种板房节约耐用、装卸方便,加上我们施工人员密切

配合,最快时能够8分钟搭建好一间活动板房。”中国安能现场负责人吴坤说。

如何让群众住得舒心?记者在多处安置点了解到,板房自带防盗门和防盗塑钢窗,两窗相对、通风明亮,密封保温;内置多种型号的插座和照明灯,接通外部电力后即可入住。安置点内还设计了住宿洗漱、就医学习等功能区。

如何让物资保障更符合群众需要?记者在震中多个安置



1月11日,在定日县曲洛乡措昂村的受灾群众安置点,应急心理救援队队员和志愿者在整理捐给孩子们的足球、画笔、食品等物资

点看到,目前保障群众基本生活的食品、取暖的火炉等物资已全面发放,一些安置点还发放了妇女卫生用品、婴幼儿用品和儿童衣物等。有干部表示,将继续关注妇女、儿童和老人的个性化需要。

电力保障、群众用药和心理疏导关乎灾区群众在应急状态下的生活质量。

如何做好电力保障?电力保障人员嘎玛旦增穿梭在蓝色帐篷间,安装、调试照明设备,一个个临时安置点用上了电,夜晚有了光明。到11日下午,地震灾区所有安置点的帐篷和建成的板房,无一遗漏均得到了稳定的电力保障。

如何保障群众用药?在定日县塘仁村临时医疗点的帐篷里,正在整理药品的驻点医生次卓玛告诉记者,现在许多村里的安置点都有包村医生,可以及时诊治灾区群众的常见疾病。“灾后防大疫。当前是冬季,要防范上呼吸道感染、消化道疾病。”国家卫健委派驻专家、首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉说,“目前安置点上药品充足,因灾受伤的群众都得到了妥善的救治。”

如何进行灾区群众心理疏导?中国科学院心理研究所应急

心理研究队组织全村儿童开设心理疏导和美术画画等课程,同时应急队深入此次地震遇难家庭,精心开展心理疏导工作等。

工作做到细微处、服务做到心坎上。行走在灾区,时常能遇见类似暖心的场景——

在措果乡野江村,“火炉不要离床太近”“不要卧床吸烟”,安置点内用火用电需求大,拉萨消防支队特勤大队将消防宣传课堂开进了安置点,并设置起微型消防站。

灾区的牲畜有了保障。记者看到救灾物资还包括一捆捆牧草,一头头小牦牛围着牧草堆,肚子吃得圆鼓鼓的,不时发出“哞哞”的叫声。

由共青团西藏自治区委员会试点开办的“青青儿童乐园”开园,少年儿童在部队官兵、志愿者的陪伴下,一起玩萝卜蹲、丢沙包等趣味游戏。

……

“落实好‘要把工作做得更细一些’的指示要求,我们全力以赴做好抗震救灾工作。”定日县县长扎西顿珠说,“从小处着眼,从细节入手,我们想深一层,多做一些,灾区群众的安置生活就能更舒适一些,心里就更安定一些。”

(据新华网)



1月8日,在日喀则市定日县措果乡塘仁村地震灾后安置点,孩子们在回答西藏星光社会工作服务中心社工关于地震灾害及灾后心理建设的问题

孩子们的脸上又有了笑容

1月12日,晴,阳光朗照着雪山大地。西藏日喀则市定日县曲洛乡措昂村,帐篷之间的空地上,传来阵阵歌声和欢笑声。循声望去,原来是中国科学院心理研究所应急心理救援队的谭惜仁老师正带着孩子们手拉手围成圈,一起边唱歌边跳舞,孩子们的脸上洋溢着轻松的笑容。

西藏定日6.8级地震发生后,中科院心理研究所应急心理救援队在措昂村等数个村庄建立了服务点,通过足球、绘

画、舞蹈等形式为震区孩子们带来快乐的同时,也为他们提供包括心理疏导在内的多项服务,尤其是针对地震遇难者家庭的孩子,精心开展应激心理创伤干预。

这两天,孩子们的心理状态,肉眼看得见在变化。在地震灾区,心理救援者的救治与陪伴充满了爱意。“看到孩子们脸上又有了笑容,我心里反倒是一酸,这么快走出恐惧,孩子们不容易啊!”谭惜仁说。

刚到措昂村时,谭惜仁发现

这里的孩子们面临着不小的心理压力,凝重、悲伤、焦虑的神情挂在他们的脸上。“不少孩子整晚失眠,担心余震,听到异响就害怕,有的学生担心学业。”谭惜仁与同事们除了进行个体咨询,还以家庭和班级为单位做心理团体辅导,及时纾解孩子们的心理压力和负面情绪。

在另外一处集中安置点,记者遇到了西藏军区青藏兵站部第九五二医院派出的心理服务小队。他们结合当地实际,通过组织“老鹰捉小鸡”“抱一抱”

“贴年糕”等小游戏,拉近与孩子们的心理距离,让他们在游戏中释放恐惧和焦虑。此外,心理服务小队还通过普及心理知识、一对一谈心交流等方法,为受灾群众提供有效的心理疏导,帮助他们逐步走出阴影。“‘震后心理疏导’是灾后重建中不可或缺的,能够帮助受灾群众,尤其是小朋友们缓解焦虑、抑郁等心理问题,减轻心理创伤,帮助他们增强信心和韧性,更快回归正常生活。”小队负责人高栋介绍。

在受灾较重的措果乡塘仁村,临时课堂内十几名儿童在西藏星光社会工作服务中心工作人员久米旦增和次旦拉姆的教授下,认真地学习绘画、写字。“叔叔,看我画得好不好?”见到记者,孩子们争相把自己的画拿给记者看,有的是升国旗仪式,有的是五颜六色的花朵,还有的是雪山红日等。“孩子们似乎忘记了不久前发生的地震,重新回到了熟悉的课堂,脸上又有了往常的笑容!”次旦拉姆说。

(据《光明日报》)