

德耀绿城·郑州先进典型风采录

“急救摊主”冯海河：

我会坚持把“急救种子”播撒下去

城市繁华地段，酷暑天气，亲眼看到一位老人倒在地上，由于围观群众没人懂得急救知识，老人最终不幸在你眼前离世，你会想些什么？你会做些什么？

河南律师冯海河选择成为一名“急救人”。

10多年来，他从“急救小白”成为“急救达人”，又成立起一支公益队伍，通过“急救地摊”在城市街头持续不断地传播急救知识，带领更多人学急救，去救人。

没啥比生命更重要

冯海河，是河南砥砺律师事务所律师，也是郑州市红十字法律工作志愿服务队队长，被网友称为“急救地摊”摊主。在郑州人流量大的商场、路口和社区，经常有他“摆摊”教别人急救知识的身影。地板上铺一块毯子，放好心肺复苏模拟人、除颤仪(AED)、急救包等工具，冯海河跪在地上示范着急救动作，双手在模拟人的胸口稳定按压，同时讲解着心肺复苏的注意事项。

讲解一旦开始，至少都要一两个小时，嗓子哑了膝盖青紫了，冯海河也不停歇。每次活动结束，他都累得满头大汗，膝盖僵硬。

别人问他：“这么多年来，‘急救课堂’的内容你重复了千百次，咋还能每次‘授课’都能那么投入、那么拼？”冯海河说：“急救事关人命，没啥比生命更重要。”

事实上，冯海河的“急救路”，是从一次遗憾开始的。

2009年夏天，冯海河外出时，发现一位老人趴在草地上，鼻子被压住，他想给老人翻个身，让其正常呼吸，却被一位路人拦住了：“你先别动她，你要不会救人暂时先别动。”

“我那时候30多岁，没学过急救，听到这话我犹豫了。等到警察和120赶到现场时，老人已经没有了呼吸。第一次遇到有人倒地，却因为不懂急救知识而未上前施救，很内疚。”提起那次的事件，冯海河遗憾又内疚，“如果当时我懂急救知识，或许还能把老人救活。”

绝不能让遗憾再次发生，冯海河决定学习急救技能，关键时刻能伸手救人。之后，他立即投入学习，先考取了第一批郑州市红十字救护员证，又拿下了应急救援师资质。

自此，冯海河开始了他的助人之路：2014年，在华山景区救治昏迷游客；



冯海河在街头“摆摊”教市民急救知识

2016年，在商场救治晕倒的年轻母亲，又在街头挽救了一位路人的生命；2018年，在武汉出差时救下欲轻生女子；2021年，救助倒地老人，在电缆坠落时坚守现场疏导交通；2022年，带领志愿者们紧急施救坠楼群众；2024年，对一名工人实施心肺复苏，直至救护车赶到，成功挽救生命……

让更多人会救人、敢救人

2016年4月5日，对于冯海河来说记忆尤为深刻，因为那是他第一次凭借自己掌握的急救知识把一个陌生人“救活”了。

“没呼吸，也没心跳，我拍他、大声喊他，都没反应，按我们的专业判断就是已经无意识了。急救有个说法叫‘黄金4分钟’，在刚停止呼吸、心脏刚停跳时，4分钟之内对病人实施救援，就能极大增加成功率。”冯海河在两分钟之内给倒地的人做心肺复苏，直至其恢复心跳，睁开眼睛。

这件事给了冯海河极大的鼓舞：“理论上来说救活概率只有30%~40%，那种情况下我也顾不了太多，但幸运的是，我通过所学的急救知识，把他救活了。”

“仅仅需要30分钟，就能够掌握挽救生命的技能。我想通过一小部分人的力量，发动身边每个人去了解掌握急救技能，它与我们生活息息相关。”想到

这些，冯海河便有了组建“救护队伍”的念头。

也就是从那时候起，作为律师的冯海河，又多了一个新的“工作”，那就是普及急救知识和技能。

“我先从律所、从同行开始，先是在行业里影响了一部分人，之后越来越多的朋友、同事和我一起加入到红十字会上来学习，好多人也都成了志愿者。”敢想也敢干，2014年5月8日，在冯海河的影响下，郑州市红十字法律工作志愿服务队成立。

服务队的主要工作是把急救相关的法律知识给大家讲明白，用法律知识打消救人的顾虑，例如有人担心救人会被讹，涉及的法律问题会很麻烦等。“我们想让更多群众在参加完我们的活动后，学到急救技能，打消顾虑，更敢去伸手救人。”冯海河说。

教人学急救是很有成就感的事

该如何迅速有效的向普通人传递急救知识？冯海河想了一个招：摆摊！

就这样，他与服务队的成员一起，带上急救包、道具“人”，走上街头、商场、社区，摆一个“急救地摊”，吸引行人驻足学习急救知识。

在“摊”上，冯海河把急救的课程拆分成好几块，有的摊位教心肺复苏，下一个摊位教外伤包扎，另一个摊位讲法律保障知识等，大家自由选择想

要学的内容。

简单地说，“急救地摊”就是志愿者用通俗易懂的方式讲授专业的急救知识，手把手地教急救技能，再进行法律科普，让大家敢于去救人。

在冯海河的带领下，郑州市红十字法律工作志愿服务队已经发展壮大成拥有2000多名志愿者的“急救天团”，团队成员会定期参与专业的急救培训，周末或节假日开展志愿服务活动。10多年来，这只公益团队先后深入乡镇、社区、商场、公园、街道、学校开展“急救课堂”“急救地摊”等活动，组织急救技能培训 and 知识宣讲3000多场次，培训群众18万余人，受益群众超150万人次。

如今，越来越多的人学到急救知识，冯海河是自豪的：“我们服务的对象，上至75岁的老人在路边救助50岁的‘年轻人’，下至6岁的小朋友在家对自己弟弟进行急救，更多的生命被挽回，这是一件很有成就感的事情。”

今年1月15日，2024年第四季度“中国好人榜”发布，经各地推荐、网友评议和专家评审等环节，冯海河成功获评“中国好人”。

当获奖的喜讯传来，冯海河却说：“关于未来，我有信心让更多人加入到急救护的队伍中来。每个人的生命只有一次，我会坚持把急救的种子播撒下去，希望能影响更多人。” 本报记者 王红

梓树挂满“豆角”



本报讯(记者 裴其娟 通讯员 陈晓蕾 文图)近日，郑州植物园西门向南主路旁，几株树形高大、叶片宽阔的梓树结出了像“豆角”一样的细长蒴果(如图)，密密垂挂枝头，令游客啧啧称奇。

梓树是原产中国的古典名木，曾与桑树并称“桑梓”，是古代文人笔下故乡的代名词。梓树是紫葳科梓属落叶乔木，成年树高可达15米，其最显著的特征是心形巨大叶片，长宽可达25厘米，叶片边缘常有3~5个浅裂。每年5~6月，枝头会绽放出淡黄色带紫斑的钟形花，花落之后，便抽出细长的蒴果(可长达30厘米)垂挂枝头，宛如挂着一串串“豆角”，因此北方民间也称它“面条树”。

据园林专家介绍，梓树有独特的生存策略。其叶片表面密布腺毛，能分泌黏液捕捉害虫，这种“物理+化学”双重防御机制使其很少发生严重虫害。它还是气候适御大师，其树根系能分泌有机酸溶解岩石中的矿物质，因此在贫瘠土壤也能生长。其叶片气孔可根据空气湿度自动调节开合度，这让它在年降水量400~1500毫米的地区都能存活。梓树还有独特的生态价值，其花蜜中含有特殊生物碱，能显著提高传粉蜜蜂的免疫力。其落叶分解速度比普通树种快30%，能快速改良土壤。

梓树在郑州植物园分散种植，主要分布在园区主干道两侧。此外，在市碧沙岗公园东柏林、惠济区花园口镇八堡村的黄河生态廊道、熊耳河边等处也有少量种植。

畅通郑州在行动

交警雨中护航市民平安路

这份“安全出行指南”请收好

相关链接

雨天开车须知

保持良好视野：打开雨刮器，及时清理雨滴；天气昏暗时，开启近光灯和雾灯、示廓灯；如玻璃上面有雾气阻挡视线，要及时开启空调，吹散雾气；保持后视镜清晰，打开后视镜加热功能或者加塑料片遮雨。

减速谨慎驾驶：俗话说“十回事故九回快”，雨天路面湿滑，要降低车速，保持安全车距；谨慎驾驶，时刻注意观察路面情况；根据路况，及时调整车速；缓慢跟车，不要盲目超速，确定安全再超车。

防止车轮侧滑：稳住方向盘，不要慌张，双手平衡握住方向盘；保持直线，低速行驶；不要急速转弯，缓踩刹车，缓慢加速。

涉水技巧：如果遇到积水路面，要先查看积水深度；匀速慢行，不要停车，不要高速通过；先换低速挡，缓慢通过，中途不要换挡；如果遇到泥泞路段，必须沿着前车的车辙走。

切忌熄火后再次启动车辆：雨天行车，务必注意发动机进水。发动机一旦进水熄火，千万不要试图启动车辆；把车辆推到不妨碍交通的地方，等待拖走；在车内等待救援，不要自己贸然去维修，以免造成更大的损失。

骑行须知：

雨天道路湿滑，骑行时一定要控制速度；在转弯、会车时减速慢行；不要载重或载人；避免急刹车，否则容易侧滑发生危险；骑行时不要轻易涉水，应选择穿戴颜色醒目的雨衣，佩戴安全头盔。严禁打着雨伞骑车。

行人须知：

一定要走人行道；遇到倾斜或者倒地的电线杆要绕行，小心触电。如遇雷电，可以选择就地避雨，待雨势减小雷电停止再继续出发。

本报讯(记者 刘德华 张玉东)6月18日、19日，郑州出现降雨天气，给市民出行带来诸多不便，在这风雨交加的时刻，郑州交警坚守岗位化身雨中“守护者”，用一个个暖心举动护航大家的平安路。雨季来临，雨中如何安全出行，看看交警怎么说。

学生上学路 交警撑起“安全伞”

6月18日，郑州市区突然迎来的一阵短时强降雨打破了以往的平静，正值学生的上学时段，因短时强降雨引发部分路段发生积水情况，上学途中学生们的出行安全牵动人心。郑州交警三支队执勤警力迎难而上，在湿漉漉的上学路上，一抹抹亮眼的“荧光黄”为孩子们撑起一片安全的晴空。

14时左右，二七区外国语小学门前道路，有少量积水情况，为了保障孩子们的安全通行，正在该路段执勤的交警三支队一大队教导员郑斌面对着急入学的孩子们，一边指挥来往车辆注意减速让行，一边帮助送孩子上学的家长们安全通过路口，看到人群中的低龄孩子，没有丝毫怠慢，首先擦干自己执勤服上水滴，并撑起雨伞抱着孩子安全送入校园。

车辆抛锚 铁骑秒变“推车侠”

6月18日，交警十二支队

铁骑队员在中原福塔附近航海路巡逻时，发现一辆机动车突发故障停在道路中央，驾驶员向铁骑求助，为了保证车辆安全和道路畅通，铁骑将车辆推至路边安全处，等待维修处理。

老人迷路 交警送其返家

6月18日，一场突如其来的雨水天气，给群众出行带来极大不便。在这样路况不佳的情况下，新郑交警用实际行动诠释了责任与担当，帮助一名迷路老人安全回家，获得群众广泛赞誉。

16时20分，民警冯建人带领辅警李泽胜等人在新郑市郭店镇紫荆山南路江山筑附近巡逻时发现，一位老先生在雨后湿滑的路面上徘徊，神情焦虑、步履蹒跚。见此情景，执勤交警立即上前询问。由于老人年事已高，加之雨后环境影响，表述含糊不清，仅能说出自己的姓名。

随后，交警仔细比对老人身份，最终确认老人住址，并与其家属取得联系。考虑到雨后道路有积水，老人行动不便，交警决定驾驶警车护送老人回家。到达老人家中时，焦急等待的家属见到老人安然无恙，激动地拉着交警的手连声道谢：“雨后路这么滑，积水又深，要不是你们帮忙，真不知道该怎么办，太感谢了！”

考季 指南

郑州市中招办发布考前提醒：

全市中招考生21日下午 须前往考点参加模拟演练

本报讯(记者 王红 张勤)2025年郑州市初中学业水平考试(中招考试)将于6月22日至23日举行。6月19日，郑州市中招办向全市中招考生发布考前提醒：考生须在6月21日下午前往所在考点参加模拟演练。

按照计划，6月21日下午，全市所有中招考点将在15时到18时组织模拟演练，提醒所有考生按时参加！提前走一遍流程，熟悉考试环境。考生一定要仔细核对准考证上的考点名称和详细地址。通过模拟演练，考生要提前看好考点位置，提前规划好赴考路线。要考虑好交通方式和天气情况，路上务必预留充足时间。值得一提的是，考生不得携带手机、智能眼镜、智能手表/手环等任何电子设备进入考场！英语科目考试14:25开始入场，14:45迟到考生不得进入考场。

今年中招，考生须按照《考生须知》要求提前准备好考试文具：塑料透明外壳黑色字迹中性笔(备用芯)、2B铅笔、塑料外壳自动涂卡铅笔(2B，含备用芯，可用楔形笔头)、绘图可换芯铅笔(HB或2B，含备用芯)、橡皮(无封套)、直尺、三角板、圆规、量角器，以及用于文具收纳的全透明塑料文具袋。同时，考生还要注意参加合场考试时备齐资料。6月22日下午的道德与法治、历史科目为合场考试，考试均为开卷，两科的参考资料要一次性带齐入场。

市中招办提醒考生要诚信应考严守考纪：考场上，要规范填涂认真作答。拿到答题卡后，别着急，仔细听监考老师的指导，按要求贴好条形码，工整、准确地填写姓名、准考证号等信息。作答时，看清题号，在规定时间内答题，不要超出边框，也不要答题卡上做任何无关的标记。

今年高招 军队院校拟在豫招1272人

本报讯(记者 张竞晔)记者昨日从招生部门获悉，今年22所军队院校计划通过高考在河南招收普通高中毕业生1272人(男生1184人、女生88人)，参加我省普通高招本科提前批录取，面试、体检控制分数线不低于河南省特殊类型录取控制分数线。

据悉，报考军队院校要求年龄不低于16周岁、不超过20周岁(截至2025年8月31日)，未婚，高中阶段体质测试成绩及格(含)以上，符合军队院校招收青年学生的政治考核、面试和体格检查标准条件，只招英语语种考生。6月26日8时~28日18时，考生可上网填报志愿，每人可填报64个“专业+院校”平行志愿(“1个专业+1个院校”为1个志愿填报单位，不设是否同意专业调剂选项)。报考军队院校的考生，不得兼报本科提前批其他类别院校志愿。

今年的军校招生政治考核工作已经开始，6月28日，省教育考试院和省军区招生工作办公室将根据考生志愿，按照男生物理类、男生历史类、女生物理类、女生历史类，分别划定面试、体检控制分数线。届时，考生可登录省教育考试院官网查询分数线，并按要求参加面试、体检。

6月30日~7月3日，按豫北、豫南两个片区组织入围考生面试、体检。豫北片区在联勤保障部队第988医院组织(郑州市郑上路602号)，豫南片区在联勤保障部队第990医院组织(驻马店市风光路1号)。参加面试、体检的考生，须携带本人证件和相关材料于体检当日6时30分前，空腹到指定医院报到。面试结果现场告知考生，有异议可当场申请复核。7月4日，考生可登录河南省教育考试院网站查询体检结论。未参加面试、体检或结论为“不合格”的考生不得参加军队院校招生录取。

47所高校拟在豫招收 定向培养军士1652人

本报讯(记者 张竞晔)《河南省2025年定向培养军士招生公告》昨日发布，今年共有47所高校计划在河南招收定向培养军士1652人(含女军士8人)，参加我省专科提前批次录取。

据悉，报考定向培养军士的考生年龄不能超过20周岁(2005年8月31日以后出生)，未婚，高考成绩达到河南2025年高职(高专)批录取分数控制线，志愿至少服役满5年。7月5日8时~7月7日18时，考生可上网填报志愿，每人可填报64个“专业+院校”平行志愿(“1个专业+1个院校”为1个志愿填报单位，不设是否同意专业调剂选项)。报考定向培养军士的考生，不得兼报专科提前批其他类别院校志愿。

7月8日，省教育考试院会同省征兵办公室，从报考定向培养高校相关专业的上线考生中根据考生志愿按男生物理类、男生历史类、女生物理类、女生历史类，分别划定政治考核、体格检查控制分数线。考生可于当日登录“河南省教育考试院网站”(https://www.haee.cn)查询分数线，以及各省辖市政治考核、体格检查时间、地点及联系人、注意事项等。达到最低控制分数线的考生，携带本人身份证、准考证按时到各指定地点参加政治考核和体格检查。政治考核时间为7月9日~22日，体格检查时间为7月11日~18日，7月26日考生可登录河南省教育厅便民服务大厅网站(http://bmfw.jyt.henan.gov.cn)查询体格检查、政治考核结论。

校园公交专线开进国庆中学

从教室到地铁口实现“无缝衔接”

本报讯(记者 张倩 实习生 于记兆)6月20日，郑州公交集团新开通国庆中学校园公交专线。公交车直接开进了校园，让学生从教室门口到经开中心广场地铁口实现“无缝衔接”，真正实现一站式直达，开启安全、高效的出行体验。

郑州国庆中学位于经开区第九大街，此前许多学生放学后会同往经开中心广场地铁口。了解到这一情况后，郑州公交积极行动，与校方深入沟通合作，通过前期大量的实地调研、数据收集和线路规划，最终成功开通此条校园公交线路。

该校园公交按照学校放学时间定时发车，采取人满即发与固定班次相结合的灵活运营模式。车辆直接开进国庆中学校园内指定区域停靠，学生放学后无须出校门、过马路，即可轻松登上公交，直达经开中心广场地铁口，平均每人可节省出行时间约20分钟，大大提升了出行效率。

“以前孩子放学去地铁站，我总是担心路上安全，现在有了校园公交，一站式到地铁口，方便又安全，家长特别放心。”国庆中学葛校长表示，校园公交不仅解决了学生的出行问题，也在一定程度上缓解了学校周边放学时段的交通状况。

下一步，郑州公交将密切关注该线路的运营情况，根据学生出行需求变化，及时优化调整线路和发车时间，持续为学生提供更加优质、便捷、安全的出行服务，同时也会探索为更多学校开通类似的定制化校园公交线路，助力学子出行。