《德育学堂》第六季 02 期文案

战"疫"特辑 (高中版)

【开场标题】:

同舟共济 众志成城

——德育学堂战"疫"特辑二

(标题):"手"卫人民

【字幕】:

一双手可以做什么?

这是一场人民战争。

一双双手支撑起战斗的信念。

这双手救死扶伤, 呵护生命。

【同期】:

这个职业的使命就是要为生命站岗。

【字幕】:

为方便穿防护服,多位医护人员剪掉长发。

【同期】:

她们在家里也是她们父母手心里的宝贝,在我们这里也是我们的宝贝,现在 她们要上战场了。

【字幕】:

湖南省儿童医院感染科护士胡佩被滑石粉和消毒液浸泡开裂的双手。

【字幕】:

这双手拥抱作别,坚定有力。

【现场同期】:

你平安回来,我包一年的家务,我做了。

【现场同期】:

他们身上扛着更多责任,舍下小家,是为了大家。

【字幕】:

截至 2 月 9 日,国家卫生健康委已累计从全国调派 11921 名医护人员驰援湖北。

【现场同期】:

支援武汉, 我们义不容辞。

必胜!

【字幕】:

解放军医疗队入驻武汉金银潭医院

【现场同期】:

要进污染区,记住没?

这双手,不管抽到谁,该进去就进去。

真正的实际工作过程中,走这么一段你会觉得非常困难,张小华,你要记住, 1分钟有可能耽误。

我们马上就要打响这场战斗,每个人都要投入战斗。

【字幕】:

这双手无惧风雨,分秒必争。

【同期】:

把人民的利益放在第一位, 共产党员上, 没有讨价还价。

【字幕】:

全国相关企业复工复产,全力保障防疫物资生产。

这双手全力生产,保障供应。

武汉邮区中心局邮件处理中心 24 小时处理物资

【同期】:

有困难,但是大家能克服。

【字幕】:

全国多地蔬菜等生活物资驰援武汉 这双手真情相连,团结奋战。

【字幕】:

这双手护佑安康, 把守家园。

【字幕】:

她的手因反复用洗手消毒液清洗而干裂。

【同期】:福建省霞浦县松港卫生服务中心护士 谢小燕

一碰水就是钻心地痛,可是我一旦想到,我是要守护大家的健康,给更多的人带来安全的保障,这点痛又算的了什么呢?

【字幕】:

陕西铜川 八旬老人为抗"疫"捐款 河北辛集 厨师为医护人员做免费工作餐 这双手汇聚爱心,传递力量。

【字幕】:

河北鸡泽 药店免费发放 4000 多支口罩

【同期】:

一个口罩我致不了富,但我每发一份口罩就是一份安全。

【字幕】:

这双手为国请战, 支援建设。

小汤山"非典"定点医院设计者黄锡璆请战赴武汉支援火神山医院设计建设

【同期】: 黄锡璆

作为一个老员工、老党员,更应该响应号召,所以我想表个态,我愿意做这件事情。

【字幕】:

这双"手"劈山开石,全速施工。

夜以继日,武汉火神山医院 10 天交付使用。

武汉雷神山医院 13 天交付使用。

2月6日,武汉首批三家"方舱医院"开始收治首批患者。

【字幕】:

200 多名网约车司机免费接送武汉医院人员上下班 这双手温暖朴实,助你前行。

【同期】: 网约车司机 刘邱斌

我快到了, 你是 3 点半出发是吧?

心里是有一点怵的,但是毕竟要有人送他们上下班。(武汉)最美的时候是 春天,到处都可以闻到花香。

【字幕】:

浙江绍兴 一对医生夫妻在隔离病房通道偶遇

这双手穿越阴隔, 迎接新生。

由黑龙江和湖北医生接生的"小北龙",出生于武汉隔离病房。

【现场同期】:

小宝宝, 小宝宝叫什么呀?"小北龙"好不好?

【字幕】:

多地新冠肺炎患者治愈出院

【同期】:

回到了家乡, (得到)这么好的医治, 感谢感谢。

【字幕】:

一双双手凝聚众志成城的力量。

一双双手坚定共渡难关的信念。

【现场同期】:

我们一起努力, 共过难关。

相信妈妈可以的,加油!

加油!

齐心协力, 共克病毒!

武汉加油,中国加油!

加油! 加油! 加油!

【字幕】:

10日,习近平在北京调研指导新冠病毒肺炎疫情防控工作。

【同期】: 习近平

打好这一场人民战争,我们一定要树立信心,一定会胜利的!

【结束语】:

这是一场人民战争,一双双手,支撑起战斗的信念!

(标题):平凡英雄

【解说】:

好多人说,现在的武汉是一座被迫按下了暂停键的城市。

【现场同期】:

1月23日10时起,全市城市公交、地铁、轮渡、长途客运暂停运营。

【解说】:

但是,我们都知道在城市的那个角落,按下的却是快进键。

【现场同期】:

一二三, 一二三……

【同期】: 建设者

大年二十九晚上接到通知之后,就往这边赶。

【同期】:建设者

我们接到通知的时候就起床,八点多钟起床,后来等一直等到下午三四点钟的时候,人着急,心里面急地不得了,一两个小时就打一次电话,问到底怎么来,来不来得了,大道理我们农民工也说不来。反正国家有难嘛,总归是尽自己的一份力量。

【同期】:建设者

大年二十九的晚上吧,大概晚上十点多钟,我们直管领导和我们说。有没有自愿报名的?我就自愿报名过来了。

【同期】: 建设者

保持百分之百的这种激情和信心,要达到目标。要招之即上,上之能战,战 之必胜。

【同期】:建设者

昨天下午开了誓师大会后,好多同事都哭了。倒不是觉得辛苦,这时间真的

是特别特别的紧张。

【现场同期】:

三公司,加油。三公司,加油。三公司,加油。

【解说】:

就是这样一群临危受命的人,再加上一群从四面八方赶来的人,创造出了 10 天,修建一所医院的奇迹。

是这群最善良勇敢的普通劳动者,最平凡却又最无私的普通劳动者,他们日夜无休,洒下汗水,沾满了灰尘。甚至,还冒着被感染的风险,他们本身才是奇迹。

【同期】:建设者

开始来的时候说心里话也有点犹豫,我们自己也是做为一名湖北人,几分钟 的考虑,我说还是答应过来了。

【同期】: 建设者

像我们这种身强力壮的,一般自己防护好就够了,心里根本不害怕。

【现场同期】:

你们天天在家干什么呢?是不是在家待着看电视?肯定的啊。把窗户尽量关好些,避免空气传播。

【同期】: 建设者

我妈是一线的护士,打个电话联系下,我回去的时候可能她都已经睡了,她 只要是在家我就放心。

【解说】:

10 个昼与夜,灯火不熄,这些普通的劳动者用移山之志,平地起高楼。如今,他们完成了使命,将生命的"接力棒",传给了进驻的医护人员。

他们太普通了。也许,交出"接力棒"的下一秒,他们就会被忘记,但这群面对镜头都没什么话语的基层劳动者们,不正是无名英雄的样子吗?

他们从来没想过被铭记,但他们不该被忘记。

让我们再看他们一眼吧,好记住他们的样子,谢谢他们。让这片我深爱的土地,再现生的转机。

等到武汉重回山花烂漫, 我盼他们都会笑着回来。

【字幕】:

谨以此片

献给那些逆行驰援的建设者们

【结束语】:

他们从来没想过被铭记,但他们不该被忘记。他们才是真正的奇迹!

(标题):我的雷火建设日志

【同期】: 火神山雷神山建设者 王威

作为一名建设者,我们力争让建设的速度跑赢病毒传播的速度。希望能通过自己的努力,让大家看到,武汉没有被按下暂停键,她的每一处都在倍速播放。

大家好,我是新青年王威,是武汉火神山和雷神山两座医院的建设者。我们主要负责装饰工程,是接力工程建设的最后一棒。既是确保工程效果的最后一环,也是确保如期交付压力最大的环节。

我是 29 号中午在公司群里看到在汉员工参建雷神山医院的号召,立刻就报

了名。因为这次疫情开始发生在武汉,而且最严重,自己是武汉人,第一感觉就 是我应该为武汉贡献力量。

下午一点到达雷神山医院项目,下午四点突然又接到驰援湖北省人民医院防疫病房改造的任务。院方通知,第二天下午五点要转进病人,我带领工人立即赶到省人民医院。

到达现场后,最大的困难是隔墙是临时建的,现场木门为成品的,尺寸不匹配。我们立即把门框重新切割再组装。而且当时所处环境是医护人员一边消毒,团队一边施工,24小时内完成了所有门的安装工作。离开医院的同时,转运发热病人的救护车已经驶入了医院大门,心里终于松了一口气。

全程都没有合眼,整个人都处在高度紧张和专注的状态下,根本就没有困意。 脑子里想的都是怎么样解决问题,保证按时保质地把任务完成。顺利交接以后, 我晚上回到雷神山(医院)项目,好好睡了一晚。

2月1号上午,在雷神山医院完成了首个装饰工序样板房,为后续大面积施工打下了坚实基础。

在雷神山医院的建设中,为了更好地满足使用要求,保证装饰效果,我们在做深化设计时,BIM 技术团队也在后台参与进来,通过三维模拟整体效果,来辅助快速确定设计方案。另外,我们使用的充电式机具简单便携,结合装配式施工,最大程度保证了工期。

下午一点半又接到通知,紧急驰援火神山医院项目。我经历的项目不少,这个项目最大的不同在于时间就是生命,工期就是军令。一到项目,我马上就能感受到施工节奏非常之快,各种车辆和设备都在快速运转,参建的管理人员为了能提高工作效率,走路都是小跑。由于戴着口罩,协调工作又非常多,几乎大家的嗓子都是嘶哑的。

在火神山(医院)建设中,我主要参与了驰援抢工工作,带领工人完成了室内隔墙板、吊顶天花、成套门的安装工作,全力跑好最后一棒。

这个项目的交付时间全国人民都知道。我们到达项目后,一脚踏进比脚踝还深的泥地中,立即带领班组长到达工作区域进行实地查看。大家一起搬运材料,随即开展紧张施工,分秒必争,放弃休息。

通过一夜的奋战,二号凌晨六点,我们顺利完成了施工任务,保证了火神山(医院)成功交付。回到雷神山医院项目这两天,我又参加了两个夜间现场管理工作。项目上确实非常忙,基本上没有时间和老婆女儿通话,每天晚上打个电话报个平安。

援建这两所医院,能够为白衣天使建设抗击疫情的战场,为患者提供治疗康复的场所。想到患者可以及时转过来接受科学专业的治疗,我感觉自己为武汉和国家做出了自己的贡献。

二月五号,我完成了在雷神山医院的工作。六日,雷神山医院由武汉市城建和卫健部门进行验收,并开始逐步移交。现在,我接到公司指令,又投入到武汉方舱医院的建设中。

建设完成后,(我会)坚决按照要求和规定进行隔离观察,对自己也是对家人和社会负责。仍然无法回家,但是可以有相对充裕的时间,和女儿视频聊聊天,给她讲讲爸爸在建筑这个战场,抗击疫情,守护武汉的故事。

和很多人一样,这个特殊的春节,必将在我们的人生留下不可磨灭的一页。 我也相信,在大家的共同努力下,一定可以共渡难关,打赢这场防御(注:应该 是"疫")战。 我是新青年王威,谢谢大家。

【结束语】

哪有什么"基建狂魔"?不过是建设者与病毒在赛跑!加油,武汉!加油,中国!

(标题):勿焦虑,让生活有规划!心理专家这样说

【解说】:

"勿焦虑,让生活有规划!"心理专家这样说

疫情持续发展,学生假期延长,多数时间只能居家,东南大学心理健康教育中心邓旭阳老师建议:人在焦虑情绪作用下容易产生"过度恐慌",要有选择接收信息,合理制定生活、学习计划,在家中适度锻炼,保持身心健康。

首先要识别"过度恐慌"。人在焦虑情绪作用下会出现"疑病"症状,觉得自己可能被感染了,对自己的身体情况非常关注,稍有不适就与"疫情"联系起来,加重焦虑感。在行为上可能表现为频繁测体温稍有升高便怀疑自己也感染了,反复想去医院检查,这在当前并不是理智行为,不但占用宝贵的医疗资源,还容易让自己陷入交叉感染的风险中。

邓旭阳说:真假难辨的过量信息是疫情期间引发不良心理的重要原因。对此邓老师建议要选择性接收信息,只关注几个重要、可靠,并且能够给予信心力量的消息源,减少关注发泄情绪的社交媒体,控制信息浏览的时长与时段,养成在固定时段浏览疫情信息的习惯。

如果确实需要出门办事,要牢记戴口罩、勤洗手、少聚集,但当原定的活动 计划不能实现,大家只能待在家中无法外出可能会郁闷难受,这时候需要合理制 定计划,把"看"、"练"、"动"、"息"规划好逐一落实,经常回顾总结看 自己是否言行一致。

此外,邓老师建议在家中也要适度开展体育锻炼,学打太极拳或者做体操,做一做俯卧撑、平板支撑、铺开垫子做瑜伽等柔术运动。也可以和家人下棋、打牌这些都是保持身心健康的好办法。

【结束语】

合理制定生活、学习计划,保持身心健康,才能战胜焦虑,打赢疫情防控战!

(完)