



# 镇海女教师 17年累计献血 9400ml

## 同事家人在她的带动下也加入义务献血队伍

爱心宁波  
1001个故事  
热线:66111111

4次1400ml、7次2800ml、16次5600ml、20次9000ml……这些数字分别代表着镇海澥浦中心学校献血团队参与老师的个人献血次数及总量。截至目前,这支来自澥浦中心学校的献血团队共计爱心献血量达24300ml,血液被全市各大医院所采用次数达近百次,他们真正诠释了“献血有情、大爱无疆”的人间情怀,其中有一位80后女教师17年里累计献血9400ml。

□记者 郑凯侠 通讯员 林意然 贝珺

### 140多位选手 开展脑力大比拼

#### 5分钟内记60个头像的名字

本报讯(记者 章萍)10月19日,第28届世界脑力锦标赛宁波城市赛在宁波市(杭州湾)青少年学生实践基地迎来第一个比赛日,来自全国13个省市的140多位参赛选手开展了一场脑力与记忆力的比拼。

临近上午9时,安坐在赛场内的选手一个个沉静下来,比赛场地四面玻璃都拉上了窗帘,随着比赛时间临近,连进出口也拉上了窗帘,顿时室内和室外形成两个不同的世界。

测试卷下发给选手后,是背面朝向选手的,选手们不能触碰试卷,只能静静地等待裁判员长的指令。裁判员长宣布开始后,选手们翻试卷的声音顿时打破了赛场内的安静,但随即又恢复了平静。

据悉,根据世界记忆运动理事会2019年最新制定的比赛规则,脑力锦标赛赛制分为四种:区域选拔赛,国家赛制,国际赛制,世界赛制。

因为中国选手的整体竞技水平较高,所以中国城市选拔赛采用的是国家赛制,这四项赛制都是以世界脑力锦标赛十项比赛内容(人名头像、二进制数字、随机数字、抽象图形、快速数字、虚拟时间和日期、随机扑克牌、随机词语、听记数字、快速扑克牌)为基础,随着赛级的提高,项目在时间和质量的要求逐级增加,更加挑战选手们的竞技水平。

普通人看到这些项目可能会觉得很难,但是对于脑力锦标赛的选手来说很简单。脑力锦标赛的选手有着特殊的记忆训练法,比如图像记忆法、快速阅读等,充分利用左脑和右脑,他们的注意力、想象力、创造力都是常人达不到的。

比赛过程中记者观察到,成年组有几位头戴降噪耳机的选手,他们每场比赛都异常专注,原来他们都是本次参赛选手中的“大咖”,其中几位已经拿到了“世界记忆大师”的荣誉,但还是在不断挑战自己。

第一轮比的头像人名记忆,选手要在5分钟时间内记忆60个头像的名字,而这60个头像9成是外国人。不仅如此,这些头像在种族、年龄、性别上也有所不同。而令记忆难度更大的是,这些人物的姓和名也是随机编排的(例如一个人可能会有欧洲人的姓氏和中国人的名字)。记忆时间完成后,裁判将会收走记忆材料,选手们需要在回忆时间(15分钟)内将60个人物名字准确书写出来,并一一对应。

在本次比赛中,最小的参赛选手是来自东阳的华昊玥小朋友,她告诉记者自己参加脑力方面的训练已经有一年多了,很喜欢这样的脑力运动,并且她也有自己独特的记忆方法,平时也将这些方法用在文化课的学习中,效果非常不错。

10月20日,他们将继续进行比赛。前三名将颁发世界脑力锦标赛中国·宁波城市赛获奖证书,并拿到参与第28届世界脑力锦标赛中国赛入场券。



### 献血 17年来不曾间断

“黄芳老师是我们学校的献血‘冠军’,累计至今献血量达9400ml。”在澥浦中心学校校长曹金波的介绍下,记者见到了这位80后女老师黄芳。和想象中的不太一样,黄芳体型偏瘦,很难与献血达人联系起来,真是小身躯里藏着大能量。

“第一次献血是2002年,当时我在丽水上大学,同寝室的四个小姑娘聚在一起说要用独特的方式庆祝20岁,于是结伴去丽水中心城区的献血车上献了血,也就此开启了献血的爱心之路。”黄芳笑着说,第一次献血扎针,有点害怕,扎进的瞬间有点疼,

一转眼17年过去了,黄芳从一个懵懂的大学生成为澥浦中心学校的语文教师,从教十余年来,黄芳一直担任着班主任的职务。课上,她是温柔严苛的老师;课下,她是献血爱心公民。截至目前,黄芳已累计献血21次,其中包括3次单采血小板,19

次全血,全血每次献血量均为400ml。后来因为黄芳体重没有达标,就没再献血小板了,但她坚持每年献一次全血。

因多年多次抽血,黄芳的右手臂静脉比左手臂粗了稍许,看着让人不禁心疼。她却笑着说:“我左手臂静脉出血速度较慢,于是就一直用右手抽取才导致如此,没事没事无大碍。”

“是什么让你一直在坚持着无偿献血这件事?”当记者抛出这个问题的时候,黄芳不加思索地回答道:“我觉得是‘初心’,从20岁到现在,我一直觉得献血是很有意义的事,是对社会的一种回馈。有时血站给我打电话,只要身体情况允许,我都会去。”

刚参加工作的时候,黄芳经常一个人跑去市中心血站献血,来回公交车就要近3个小时,虽然麻烦,但她却乐此不疲。

### 带动同事和家人无偿献血

“黄芳老师以前都是默默献血,前几年市献血站将献血证金卡(荣誉勋章)寄到学校,她屡次献血的事迹才被大家所知。”曹金波说,也正是在她的影响下,澥浦中心学校献血团队的参与人数一年多过一年,不断涌现出“献血英雄”,截至目前,共有30多位老师参与献血活动,占到了学校教师总人数一半以上。

陈世光、阮继琴、戴鲁艳和金杰老师便是献血团队里的“精英”,曾多次挽起衣袖献血。任职体育老师的陈世光,至今已献血16次,献血量达5600ml,近乎一个成年人的总血量。“我想用自己

的力量,为这个社会做点什么。就像献血这件事,我将一直做下去。”

澥浦中心学校的教师们用自己的热血和爱心,展现了良好的精神风貌和社会担当意识,彰显了教师的专业道德素养,他们是人民教师也是“献血英雄”。

在黄芳的带动下,她的弟弟也成了一名义务献血志愿者,亲戚中的同辈人也纷纷参加献血活动。“献血不仅可以提高自身的体质,也能帮助别人,以后我会把献血一直坚持下去。”黄芳说。

市区今天:晴到多云 13℃-23℃ 明天:晴到多云 14℃-23℃  
今天:市区空气质量:优至良 一级至二级 首要污染物:臭氧

## 13.2℃,气温创新低!今天早晨依旧冷

本报讯(记者 石承承)早晚冷,秋燥起,今天依旧是“很秋天”的一天。

不知道大伙有没有感受到昨天早晨的冷?反正,市区的最低气温已经跌至13.2℃,创今年入秋以来最低气温新低。

全市各县(市)区,最低气温大多在13℃-14℃;也有冷意来得特别浓的,比如镇海,最低气温仅有11.7℃。

好在白天阳光还是挺给力的,晒在身上也有几分暖意。

今天的天气,如同是对昨天的“复制粘贴”。仅

以市区为例,同样是晴到多云,最高气温23℃左右,最低气温依旧只有13℃上下。

早晚的冷意还是比较明显的,无论是要早出,还是可能晚归,都记得要多穿件衣服。因为换季,最近身边感冒的人不少,“幸存”的要提前做好预防。

除了早晚日渐走下坡路的低温,最近天气给大家带来的影响还体现在“秋燥”上。

从市气象台的实况统计看,一大早空气的相对湿度还算高,几乎达到饱和,可等到午后,空气相对湿度直线下降,降幅近一半,干燥在所难免,大家记得要及时补充水分。



比赛现场。记者 张培坚 摄

现代金报·金生活188俱乐部

工作时间:周一-周五,宁波书城·书香文化园小木屋D4(9:00-11:30)

咨询热线 0574-87633136 87633139