

》身边的好人

# 不会游泳却下水救起幼童

## 嘉兴港区这位妈妈用行动给女儿和社会上了一堂最美思政课

N 晚报记者 陈培玉 通讯员 李佳楠

“我当时虽然很怕，但我面前的是一条鲜活的小生命，我也是妈妈，怎么可能不救？”回忆起2025年10月自己下水救幼童的事情，浙江乍浦经济开发区（嘉兴港区）消防救援大队的辅助执法文员王丽雅表示，虽然自己不会游泳，但如果再来一次，她依旧会做出这样的选择。

王丽雅救人时，她读幼儿园中班的女儿目睹了全过程。“我妈妈是个勇敢的妈妈。”不少网友纷纷留言，称她见义勇为的行为给女儿和全社会都上了一堂最美思政课。

来不及想太多就下水

2025年10月19日下午3点多，

恰逢周日，嘉兴港区滨海公园热闹非凡，不少家长带着孩子来此游玩，享受休闲时光。王丽雅也像往常一样，牵着女儿的手在公园内散步。

母女俩来到湖边时，她看到一个四五岁的小男孩正沿着台阶向湖边走去。“小朋友，你这样很危险，快上来！”王丽雅见男孩周围没有大人，便朝他喊话，同时不由自主地朝男孩的方向走过去。

“可能是母亲的直觉，也可能是职业关系，我就想着过去让他上来。”可还没等王丽雅赶到男孩身边，只见孩子脚下一滑，身体失去平衡，“扑通”一声坠入湖中。湖水瞬间将孩子淹没，只看到两只小手在水中拼命挣扎，情况万分危急。

“小孩落水了！有没有家长？”

“快来人，救命……”王丽雅大声呼喊着跑了过去。由于事发地点较偏僻，没有游客过来帮忙。她连衣服都没脱，就沿着台阶向下走，试图伸手抓住男孩。但男孩已经远离了台阶，她够不到。“我不会游泳，可那个时候来不及多想了，就想着要抓住他、拉他上来。”就这样，王丽雅一只手抓住湖中的石头，任凭湖水没过自己的脖颈，义无反顾地走向孩子。当时她脑海里只有一个念头：快点抓住孩子。

拼尽全力托举孩子

“快来救人！来人啊！宝宝，你也大声喊救人！”孩子越来越往湖中间漂，王丽雅边往中间移动，边大声呼救，还让女儿一起帮忙喊救命。

她不断走向湖的深处，已经够不到任何东西，身体也被水的浮力托起，快要无法行走了，但“不能放弃”的念头一直支撑着她靠近孩子。抓住了！她奋力向前一倾，终于抓住了男孩的一只胳膊。

她第一时间将孩子的身体向上托举，确保孩子的头部露出水面，避免其呛水窒息。两个人的重量增加了，在水中走得更稳了，比刚才稍稍轻松了一些。她一点点朝着岸边靠近，还安慰着孩子：“别怕，阿姨在，你没事了。”

上岸后，孩子浑身湿透，嘴唇冻得发紫。周围的热心群众见状，立刻递来干燥的外套。王丽雅接过外套，小心翼翼地裹在孩子身上，轻轻拍打他的后背。随后，她

蹲下身，仔细检查孩子的身体，确认没有明显外伤后，才稍稍松了口气。没过多久，孩子的爷爷匆匆赶来，看到孙子平安无事，激动得泪流满面，紧紧握住王丽雅的手连连道谢，还想追问她的姓名和联系方式，以便日后登门致谢。王丽雅却摆了摆手，拿起自己被水浸湿的衣物，悄悄挤出围观的人群，带女儿默默离开了公园。

后来，港区公安局的民警将现场记录下的王丽雅救人视频发布到网上，这段视频很快在嘉兴本地社交平台刷屏了。网友们纷纷留言点赞：“关键时刻毫不犹豫冲上去，太勇敢了！”“这就是嘉兴人的担当，温暖又有力量！”

为王丽雅点赞！



### 五一购机热提前开启

昨天，在市区多家电器店内，不少市民正在柜台前仔细挑选手机。“以旧换新”国补政策持续发力，各门店五一优惠活动也已提前预热，估计接下来会进一步激发市民的消费热情。

N 记者 孟多多 摄

## 为老人安全出行“搭把手”

### 月河社区“微改造”精准发力，破解老年居民出行“心头忧”

N 晚报记者 王卫国  
通讯员 王丽丽

本报讯 民生无小事，枝叶总关情。近日，南湖区新嘉街道月河社区人大代表联络室以“三微工程”建设为抓手，聚焦辖区老年群体出行“急难愁盼”，精准发力推进建银桥下台阶扶手加装与更换项目，用“微改造”筑牢老年人出行安全防线，以“微实事”传递社区温情，切实把民生服务送到群众心坎上。

此前，联络室通过日常接待、入户走访等多种形式，陆续收到社区

老年居民的反映：建银桥下台阶原有扶手老化破损，部分台阶坡度较陡，老年人早晚出行、上下台阶时步履维艰，稍有不慎就可能发生摔倒意外，这已成为困扰老年群体出行的“心头忧”。

3月中旬接到诉求后，社区高度重视，坚持“民有所呼、我有所应”，第一时间组织人大代表、城建部门工作人员、施工单位负责人和居民代表赶赴现场，开展实地踏勘、座谈研讨，精准评估现场安全隐患，反复优化改造方案，将该扶手加装项目纳入“三微工程”适老化改造重点任

务清单，明确时间表、路线图、责任人，全力推动项目落地实施。

为确保工程质量与施工效率，社区主动靠前、统筹协调，搭建沟通联动桥梁，联络新嘉街道城建部门负责基础养护与配套保障，施工单位负责规范施工、严把质量关。施工过程中，月河社区工作人员全程跟进监督，及时收集居民意见建议，协调解决施工过程中遇到的各类问题，确保改造工作贴合群众需求。

经过前期精心筹备，该项目于4月初正式启动，目前已完成了该处存在安全隐患的台阶扶手安装与更

换工作。此次更换的新扶手选用坚固耐用、防滑易抓的优质材质，高度适中、间距合理、握持舒适，既彻底解决了原有扶手老化、松动及间距过大的弊端，也有效降低了老年人上下台阶的难度和风险，让原本“令人发怵”的老旧台阶，变身守护老年出行的“安全通道”。

“以前走这段台阶，总怕脚下不稳，现在有了新扶手，扶着走心里特别踏实，真是为我们老年人办了件大好事！”看着崭新的扶手安装到位，辖区老年居民们脸上满是笑容，为社区的贴心举措点赞，也对人大

代表联络室主动倾听民意、积极督办落实的工作态度给予高度认可。

这些赞许是对月河社区一系列“三微工程”成效的肯定，也是对社区人大代表联络室履职尽责、为民服务的激励，更彰显了联络室在基层治理中打通服务群众“最后一公里”的重要作用。据悉，作为社区倾听民意、连接群众与职能部门的重要桥梁，月河社区人大代表联络室将继续坚守“民意收集站、服务连心桥”的职能定位，常态化开展民意接待、网格走访活动，精准捕捉群众诉求。

## 为什么我们总陷在琐事里打转，而迟迟不去面对真正重要的事

你是不是也常常这样：想完成一件重要的事，却先在无关紧要的细节上耗光精力。准备写方案，先花两小时调排版；想启动计划，先纠结图标颜色、文件命名；明明目标就在眼前，却在小事里兜圈，半天迈不出关键一步。

这种状态，在心理学上有一个精准的定义：琐事瘫痪(Triviality Trap)，也叫帕金森琐事法则。英国学者帕金森在研究组织行为时发现一个普遍现象：人们在面对重大、复杂、高风险的任务时，容易沉默、回避；反而对

茶水间摆放、车棚颜色这类简单小事，讨论得格外热烈。因为小事安全、可控、容易完成，能立刻带来“我在做事”的满足感；而真正重要的事，往往伴随着压力、不确定和失败风险，让人本能地想躲开。于是大脑悄悄启动“保护机制”：用忙碌的琐事，代替真正需要勇气的行动。

于是我们陷入一种“假性努力”：想做预算，先做十页漂亮模板；想发内容，先选三小时封面图；想推进一件大事，却一整天都在优化无关紧要的细节。我们看起来很努

力，实际上是在逃避核心任务。

为什么我们会不由自主陷入“琐事瘫痪”？

第一，小事能带来安全感。重要任务可能失败，小事却几乎不会出错，大脑偏爱这种低风险、高掌控感的行为。第二，认知在“偷懒”。重要事情需要深度思考、做决策、担责任；而琐事不用费脑，却能让人产生“我很忙”的错觉。第三，我们需要即时成就感。改一个排版、选一张图，立刻能看到结果，而长期目标见效慢、反馈少，人就容易退缩。久

而久之，我们在小事上越用力，在大事上越无力，越逃避核心任务，内心越焦虑，形成恶性循环。

生活如此，购彩时也常常出现类似状态

很多人会过度纠结号码组合、投注方式、时间节点等琐碎细节，把大量精力放在无法控制的“小事”上，却回避核心的原则：理性购彩、量力而行。我们真正能掌控的，不是开奖结果，而是自己的投注金额、投注心态、情绪边界。把精力放在可控制的部分，不被细节裹挟，不被

侥幸心理牵引，才是健康的购彩状态。自我的力量不是忙忙碌碌围着琐事打转，而是敢于直面核心、守住边界、把力气用在最值得的地方。

无论您是购彩者还是彩票经营者，如需心理帮助与支持，均可通过以下方式联系我们。

心理咨询热线：0571-85283769

咨询时间：周一至周五8:30-17:00

内容由嘉兴体彩提供