



入户走访开展反诈宣传



指导战友枪械使用

## 他 为 群 众 托 起 生 命 的 希 望

记城口县公安局复兴派出所社区民警李双

他曾不顾生命危险冲进火海救出被困群众；曾多次纵身跃入刺骨的河水中，拼尽全力托举起落水者的生命；曾孤身一人在深山中搜救被困群众，将其安全护送回家；更在一次下水营救中腿部撞上河中礁石，仍咬牙将人救上岸……他就是城口县公安局复兴派出所社区民警李双。“群众有危险，我必须上”是他最朴实的誓言。“95后”的他虽然警龄不长，却用一次次向险而行的冲锋诠释“人民公安为人民”七个字沉甸甸的重量。

### 以血肉之躯架起“生命之桥”

回想起第一次冲进火海救人的场景，李双仍有余悸。2023年11月9日凌晨，复兴派出所接到报警称，沱溪河公租房发生火灾，1位老人、3名小孩被困。李双立即与同事赶往现场，自告奋勇与消防队员一同行动，冲向了浓烟滚滚的楼道。破门瞬间，烈焰裹挟着黑烟扑面而来，李双感到脸颊一阵灼痛，鬓发也被燎焦。来不及穿戴防护装备，他一边协助消防队员接好水管、扑灭火势，一边救援被困群众。在角落里，他发现了一名蜷缩的小女孩，一把扯下警用雨衣裹住孩子将其抱起，并安慰道：“小朋友不要慌，警察叔叔来救你了。”将女孩安全移交同事后，他转身又冲进楼道继续救援，直到最后一名群众安全获救。火场中，他是穿越烈焰的“逆行者”；激流里，他是托举生命的“摆渡人”。2024年11月的一个深夜，在接到一男孩落水的警情后，李双顾不上脱下沉重的执勤服，纵身跃入漆黑的任河中，将奄奄一息的男孩救出，上岸时他双腿已无力站立；同年12月，一群羊放羊时被困深山，他成功找到群众，并将其安全护送回家。今年2月，他在冰冷刺骨的河水中紧紧搂住跳水男子，将其托上消防云梯时双手已被冻得失去知觉；5月21日，他在下河营救落水群众时腿部受伤，即便剧痛难忍，仍咬牙将落水者成功救援上岸……从警两年来，李双在危急时刻已先后救助5名群众。

### 以赤诚之心温情守护群众

李双救人，更救心。今年6月，曾被救起的落水男孩家长再次打来电话，言语中满是感激：“孩子现在过得很好，多亏李警官当年的及时相救与持续关注，真正改变了他人的人生轨迹……”群众真挚的感谢，让见义勇为的故事有了温暖的续篇。“每一次挽救生命只是开始，心灵的创伤更需要细水长流的疗愈。”李双说。每次将轻生者救援上岸后，他都通过事后的促膝长谈、循循善诱，帮他们找回生活的勇气。在征得当事人同意后，他还会与其本人及家属建立长期联系，定期回访了解近况，以持续关怀为迷途者点亮希望之光。他总说群众的事，再小也是大事。因而无论是调解邻里纠纷时的耐心倾听，还是走访困难家庭时的暖心帮扶，他始终以赤诚之心传递温暖，用责任担当为民解忧，让平安的温度浸润辖区每个角落。

### 以“百变角色”书写无悔青春

在尽心尽力守护群众的同时，李双还是生态保护的“急先锋”，多次成功救助野生动物；也是青年志愿队伍的“领航员”，带领20余名学生志愿者走街串巷，将法律知识播撒到社区每个角落。去年5月，有群众求助称散步时发现一只无法飞行的猫头鹰幼崽。李双到达现场后，将它带回了派出所，当起了“临时奶爸”。因猫头鹰是夜行动物，李双常常在深夜喂食，数月间小家伙圆润了，他却瘦了一圈。为帮助它早日学会飞翔，他还时常查阅资料、请教兽医，经过1个月训练，终于成功让小家伙重返山林。李双的故事，是千万基层民警的缩影。他们没有“超能力”，却用平凡的身躯筑起守护平安的铜墙铁壁；没有惊天动地的言语，却用日复一日的坚守诠释英雄本色。正如他所言：“穿上警服，守护正义，帮助群众，这就是我所热爱的人生。” 通讯员 林森



开展护学岗勤务值守

葛栋栋是重庆市公安局九龙坡区分局的一名警务实战教官，在他的课堂上，教学内容总是围绕着如何避开实战风险。“我想做的，不是教他们怎么拼命，而是教他们怎么‘聪明地不受伤’。”在他成为一名教官前，他想到过这样一句话：“警察的勋章藏在伤口里，但我想让伤口少一点。”

### 他立志让战友伤口少一点

14年前，26岁的葛栋栋穿着新发的警服，站在早高峰里。初到公安队伍，他成为了一名交警，彼时的他以为指挥交通不过是吹吹哨子、疏导拥堵。直到第一次处理醉驾纠纷——醉酒司机一把揪住他的警服领口，指甲几乎掐进肉里；暴雨天送摔断腿的老人去医院，他背老人时膝盖磕在台阶上，青肿了半个月。“那时候总在想，课本里的‘运动防护’能保护自己，可战友受伤时流的血，比任何教案都刺眼。”他那时就萌生了一个念头：“或许我该更懂，怎么让兄弟们少受点伤。”接下来，他都在风险最高的一线实战警种，在特警支队，练据枪胳膊肘磨破了皮，模拟巷战中被碎砖划得满手血，在禁毒支队，抓捕毒贩时被嫌疑人用碎玻璃划伤手臂——“每次受伤都疼，但更疼的是看战友们受伤。”葛栋栋回忆，“我是体育院校毕业，皮糙肉厚，但看到出警时战友流的血受的伤，我总是想，怎么才能让他们少受伤。”

### 他藏着300多个为什么

2023年来到九龙坡公安分局实训基地成为一名实战教官后，他在日常的教育训练工作之外，开始收集近年来民警因公受伤的数据：“我分析了超过300例受伤案例，其中有接近一半都发生在日常接处警中，占比比抓捕嫌疑人高出近20个百分点，这和接处警基数大、突发状况多，民警未提前了解具体情况和当事人状态都有关系……”他把数据按警种、场景、致伤原因分类，在办公室的白板上画出一张密密麻麻的“受伤热力图”。“原来很多伤不是‘意外’，是训练没覆盖到的‘漏洞’。”葛栋栋翻出自己的备课本，上面密密麻麻记着案例：有民警在制服持刀嫌疑人时被划伤手臂，问题出在持械戒备姿势暴露了小臂，还有民警在夜间盘查时被电动车带倒受伤，则是因为警戒站位太靠近车道……“我想让训练场变成‘预演场’。”他立即把想法带到教学中：带着学员在街头蹲点，观察真实警情的现场环境；重新审视基础防卫技能，提升学员的安全防护意识和突发情况下的防范反击能力，切实减少民警在接处警过程中受伤情况的发生；把最新的控制离席技术应用到日常培训中，加强抓捕嫌疑人的效率和安全性；甚至他还把自己当年受伤的位置、角度做成PPT，在课堂上播放：“这不是故事，是我自己的疤，更是千百个受伤战友的教训。”

### 他用科学的训练保护战友

葛栋栋的办公室里堆着一摞特殊“教案”：《常见警情应激反应心理干预》《接处警现场环境风险预判表》……“我也算是体育教育的科班出身，最明白一个道理——科学的训练比蛮力更有效。”他将运动生理学里的“核心力量训练”改良成“抗冲击训练”，还把大学时学的运动康复知识，优化成了“受伤后紧急处置流程”。现在的葛栋栋，手机24小时开机。“半夜接到电话，不是战友在警情处置中受伤需要复盘，就是基层所队遇到新型警情要研讨处置方法。”同事说他像个“永动机”，可当他看到战友经过有针对性的训练后，在面对复杂警情时从容应对，避免了受伤流血，他觉得“这可比任何奖牌都珍贵”。从体育竞技场到警营训练场，葛栋栋用14年时间完成了从体育生到警营“导师”的蜕变。他的备课本扉页写着这样一句话：“警察的勇敢，不该是‘用身体硬扛’，而是‘用智慧规范执法’。我要做的，就是让每个战友平安出警，规范处警，更好守护群众，也更好地保护好自己！”

记者 舒楚寒



为参训民警授课

## 他 要 做 最 懂 战 友 的 好 教 官

记九龙坡区公安分局警务实战教官葛栋栋