

# 大厨是这样炼成的

●记者 苗海

赤峰第一职业中等专业学校是国家重点职业学校，成立42年来，为社会培养了大批实用技术人才。今天，我们要为大家介绍的是这所学校开办了36年的老牌专业——烹饪系。这是该校开办最早、时间最长、规模影响最大的专业，是自治区职教精品专业、骨干专业。

想当“大师傅”，先练基本功。烹饪的基本功有很多，刀工是基础中的基础。赤峰第一职业中等专业学校烹饪系秉持“现代学徒制”育人理念，通过“师傅”言传身教和学生的刻苦练习，打造过硬的个人专业技术。

勺工也是厨师必须熟练掌握的基本功，具体来说就是颠勺。这是中式烹调特有的技术，需要相当的腕力和手臂协调能力，简单的动作里面暗藏着控制菜肴火候的高深功力。

雕工称得上是升级版的厨师技能，是让普通食材变成精美“艺术品”的绝活儿。电影《满汉全席》中有这样一个情节，两位顶尖大厨比赛雕工，一人在冰块上雕成万里长城，一人在豆腐上刻出八仙过海，令人拍案叫绝！烹饪系的雕刻实训课，目的就是让学生们把各种食材刻出花来！

中式面点历史悠久、品类丰富、制作精致、风味多样。芝麻烧饼，虽不是什么“高大上”的面点，却是北方人喜闻乐见的早餐。学会制作烧饼，便是学会了一门接地气的工艺。君不见，一些小区里生意红火的烧饼铺，去晚了经常是一饼难求呢！

包子有肉，不在褶上！但是，制作包子的技艺却可以体现在褶上。调馅、和面、擀皮再加上各种花样的包法，包子绝非想象中那样简单，要不怎么会有名扬天下的“狗不理”？

酥类面点，除了独特的风味，还要讲究精致的外形和悦目的色彩。各种酥、糕类面点，以及一些进阶的中式面点技术，学生们都可以在实训室里系统地学习。

西点裱花，是技术更是艺术。在学校苦练技艺，毕业后开一家西饼店，开启属于自己的“甜蜜事业”，不香么？

一职专烹饪系有近3000平方米的独立教学楼，内设烹饪实训演示、中式烹调、中式面点、烹饪刀工、雕刻、冷菜等多个实习实训室，为“学中做、做中学”的教学要求提供了保障，每一位学生都能通过具体的烹饪项目进行技能训练。

为形成“两融一体、工学交替”的人才培养模式，一职专加强与地方企业的深度融合，将赤峰老字号“内蒙古草原宴宾楼食品有限公司”引进学校，投资1000万元用于实训宾馆改造升级，共建中餐烹饪和高星级酒店运营

与管理专业实训基地。

专业技术要精，专业理论也要精。36年来，一职专这个“舌尖上的专业”共培养“舌尖上的人才”1500余名，毕业后分布在市内外各餐饮企业和其他行业，深受用人单位好评。万达豪华酒店、金帝酒店、鲜惠德酒楼等餐饮企业，都是该校的校外实训基地。

自1991年至今，该校先后有210名学生在国家、自治区、赤峰市的15次烹饪大赛中获奖。其中，一次荣获团体“银杯奖”，三次填补了自治区学生在全国比赛中“食品雕刻”“中餐热菜”“中餐冷菜”奖项的空白。

一职专烹饪系拥有一支过硬的师资队伍，为专业教学提供了有力的支撑和保障。现有中国烹饪大师1人，内蒙古烹饪大师3人，高级技师6人，国家公共营养师5人。



①学生们在上刀工实训课。  
②烹饪系学生在宴宾楼学习对夹制作工艺。  
③学生在学习包子制作技艺。  
④学生的雕刻作品。

# 安全教育助力孩子平安度暑假



上图：暑假期间，松山区第六小学二年二班教师走进学生们所在社区，为孩子们讲解交通安全知识。让他们认识到交通安全的重要性，自觉遵守交通规则，养成守法、安全、文明出行的良好习惯。

下图：安全出行，从我做起。暑假期间，松山区第六小学二年二班学生在老师及家长带领下，走上街头，化身交通安全志愿者，为电动车骑行人员宣传正确佩戴头盔等安全骑行知识，提升广大市民的交通安全意识和防护水平，自觉做文明城市的践行者。

通讯员 孙桂娟 摄

# 孩子遭遇意外 第一时间应该做什么

早在2017年，中国疾病预防控制中心慢性非传染性疾病预防控制中心和全球儿童安全组织曾联合分析发布了《中国青少年儿童伤害现状回顾报告》。该报告显示：意外伤害已是导致我国0~19岁儿童及青少年死亡的首要病因，中国每年因意外伤害死亡的儿童及青少年超过5万人，其中1~4岁年龄组占比最高，占33%左右。如何有效防范儿童意外伤害的发生？发生这些意外时，我们应该采取哪些措施进行急救呢？



## 坠落伤

●紧急处理：

发现儿童自高处坠落后，应立即拨打“120”急救电话，并告知儿童目前的状况。检查孩子受伤的部位，但不要随意抱起孩子，或摇晃他的头部，避免加重损伤。发现活动性出血的伤口时，可用干净的衣物进行压迫止血。如果儿童出现呼吸心跳骤停，立即进行心肺复苏。对于头部受到撞击的儿童，家长不要因早期临床症状不太严重而疏忽大意，要将孩子送医院做相应检查，特别是孩子出现呕吐、精神淡漠、反应迟钝，或者头部肿胀有包块等情况时。

●防范措施：

- 1. 避免儿童独自在家，儿童外出玩耍时也应做到有效看护。家中窗户应设置护栏，有阳台的可将阳台封闭，护栏的高度要高于幼儿的身高，或是将家里的窗户上锁。此外，家长在抱幼儿的时候，要和窗口保持一定的距离，避免孩子扭动后脱落，造成意外坠落。
- 2. 不要把床、桌子、椅子、板凳这些物品放在靠近窗户的地方，防止孩子借这些物品爬上窗台。
- 3. 告诫孩子不要探出身体到阳台护栏或者窗外，外出玩耍时不要攀爬高处或站在高处。



## 异物窒息

●紧急处理：

拍打孩子背部，让其尽量咳嗽。必要时尝试“海姆立克”急救法施救。具体方法为：如果是婴儿，施救者可用一只手托住孩子的下颌，让孩子趴在手臂上，保持头低脚高位，另一只手在孩子两侧肩胛骨下缘连线中点处拍打5次，观察异物是否排出。若未排出，将婴儿翻转过来，同样保持头低脚高位，脸朝上，将婴儿仰卧在前臂上，用另一只手的两个手指在其胸骨下半部分进行5次向内向上的按压，同时观察异物是否排出。重复以上动作，直至异物排出。对于大一点的孩子，施救者站在孩子身后，使其身体前倾，两腿分开，一手握拳，虎口部顶住孩子脐上两横指左右位置，另一手包裹住拳头，猛力向后向上冲击腹部，直至异物排出。如施救未果，儿童出现心跳微弱或停止，须立即进行心肺复苏，在救护人员到达前，要不断地重复上述急救动作。

●防范措施：

父母在给婴幼儿喂水、奶、药物时，应将孩子抱起，喂完后轻拍背部，然后取头高侧卧位，防止呛奶、呕吐、溢奶、误吸引起窒息。要培养孩子正确的饮食习惯，如专心进食，不要边吃边玩，避免嬉笑、游戏和哭闹。纠正儿童吮吮手指和随便把杂物放入口中的不良习惯。不要让小儿，特别是3岁以下的小儿吃瓜子、花生、豆类及带核的坚果类食物或软滑类的食物，如果冻等。



## 中毒

●紧急处理：

一旦发现或怀疑孩子误食有毒物质，应立即拨打“120”急救电话。如果是有毒气体中毒，如一氧化碳中毒，应立即脱离毒物接触。家长可将引起中毒的食物或毒物一同带到医院化验；不要强迫孩子呕吐，否则容易造成孩子误吸或窒息。假如孩子本能地呕吐，要把呕吐物收集起来带到医院。假如孩子感到食管或口腔有烧灼感，可以让他喝点牛奶。

●防范措施：

注意家中食物的保质期，及时处理过期食物，特别是生肉、海鲜等。勤洗手，避免苍蝇或蟑螂之类的动物接触食物，剩饭菜尽量放置冰箱内保存，保存的时间尽量不要超过6小时。培养良好的用药习惯，建议将成人和儿童的药品分开放置。家中如有需要长期服用的药品，如精神类、心血管类药品，应与其他药品分开放置，并将药品放置在孩子无法接触到的地方。避免在孩子面前吃药，以免孩子因好奇模仿大人服药的行为发生。



## 烧烫伤

●紧急处理：

一旦出现烫伤，家长要谨记5个字，“冲、脱、泡、盖、送”。“冲”就是用清洁、流动的冷水冲洗，比如家里的自来水，直到感受不到疼痛和灼热为止。或用冷毛巾敷在烫伤的部位至少10分钟，这样可以迅速地散热，降低对深部组织的伤害。“脱”是在充分的冲洗和浸泡以后，小心脱掉贴身的衣服，或者使用剪刀剪掉衣服，避免弄破水泡。“泡”就是指对于疼痛比较明显的地方，我们可以将烫伤部位泡在冷水中持续10~30分钟，这样可以缓解疼痛。“盖”是用无菌的纱布或干净的手帕、毛巾或者棉布轻轻敷在伤口上，减少外界的污染和刺激。如果伤口面积比较小，也可以直接暴露于空气中。注意这个时候不要弄破水泡。“送”就是送到医院，如果烫伤的部位是位于头、面部、胸口这些重要的部位，以及烫伤的皮肤面积比较大、出现破溃的时候，我们要把孩子送去就医，尽快接受专业诊治。

●防范措施：

家里尽量不用桌布，以防儿童拉扯桌布导致盛放热液的容器翻倒。应避免让孩子独自洗澡，给孩子洗澡时应先放冷水，再放热水。家用强力清洁剂如除污剂、碱水、浓硫酸等，应放在孩子不易碰到的地方，以免被误食或洒到皮肤上，导致化学性烧伤。避免孩子进入厨房，避免孩子在无人看管的情况下使用明火。家长做完饭后及时关闭燃气。（健康中国）