

在三衢义警事业中续写“老公安”初心

记者 陈霞 通讯员 罗列 杨俊晨

在衢州公安系统,陈森建的名字自带“口碑滤镜”——提及他,同仁们总会由衷地竖起大拇指。深耕交警、警保、警卫等岗位数十载,从基层民警一步步成长为市公安局警卫处处长、一级高级警长,他用“对党忠诚”的坚守、“履职尽责”的担当,在公安战线上书写了“人民公安为人民”的生动答卷。

2025年10月,刚退休的陈森建并未停下奉献的脚步,主动扛起衢州市义警协会会长候选人的重任,以公益之名续写使命担当,在三衢大地上奏响了“退休不褪色”的动人乐章,为即将到来的警察节增添了一抹温暖底色。



上月2日下午,陈森建(左)向党的二十大代表、市公交公司驾驶员周国花介绍衢州市义警协会职责定位、发展现状和未来规划等。
通讯员 李梦玲 摄

把“警魂”刻进每一次坚守

“对党忠诚、服务人民、执法公正、纪律严明”,这十六字总要求,陈森建刻在心上,更落在四十载从警的每一个细节里。“警卫安保无小事,事事连政治”,担任市公安局警卫处处长期间,这句话是他常挂在嘴边的叮嘱,更是工作的铁律。

每一次重要警卫任务,从方案制定时的反复推演,到前期踏勘时的步量实测,再到现场值守时的全神贯注,他始终精益求精。正是这份极致严谨,让他圆满完成各类重要警卫安保任务300余次,零纰漏、零差错,赢得了市委市政府、上级部门和群众的一致认可。

扎根基层的岁月里,陈森建更是群众心中的“定心丸”。在交通管理岗位上,面对早晚高峰的拥堵路段,他站在路口指挥疏导,寒来暑往从不缺岗;处置突发交通事故时,他既能快速厘清责任,更能耐心安抚当事人情绪,用接地气的话语化解矛盾。“陈警官的话,我们信!”这是群众对他的最高评价。

对待年轻民警,陈森建更是毫无保留的“引路人”,主动分享工作技巧和经验心得,手把手带教出一批业务骨干,成为公安队伍中的“传帮带”标杆,并凭借这份担当荣立公安部二等功。数十年如一日的坚守,让他的警徽熠熠生辉,更践行了一名共产党员的初心使命。

把“责任”扛进公益新战场

“退休不是终点,而是服务群众的新起点。”2025年10月,正式退休的陈森建,毅然接下衢州市义警协会会长候选人的重担,为义警协会的发展注入强劲动力。家人心疼地“责备”他:“退休了还这么拼,比上班时还忙!”他总是笑着回应:“能为平安衢州多做点事,心里踏实。”

短短数月,陈森建带着义警协会团队队员真抓实干,让协会工作实现跨越式发展。基础建设上,他牵头推进硬件设施改造升级,规整办公场地、添置执勤装备,让协会有了“像样的家”;制度建设上,他组织专业力量修订协会章程,细化招募、培训、执勤等全

流程规范,让义警工作有章可循;资质申报时,他逐项梳理3A组织登记评估指标,补短板、抓细节,最终高分通过验收。

更具远见的是,他牵头搭建“1333”组织架构——1个秘书处统筹协调,柯城(智造)、衢江、交警3个分会扎根一线,巡逻守护、协同处置、生态义警3个大队精准发力,心理关爱帮扶、矛盾疏导化解、法律法规宣传3个中心延伸服务。同时,他积极谋划党组织和青工妇组织建设,为协会凝聚合力、扩大影响筑牢根基。“我们三衢义警要做公安部门想做却没精力做、适宜做却不便做、需兜底却非职责的事。”朴实的话语,道出了他投身义警事业的初心。

把“平安”种进三衢大地

告别公安岗位,陈森建的“平安情结”从未消散。他始终以义警协会发挥实效为己任,全力整合平安类社会组织资源,打造一支“参与广泛、管理规范、素质优良”的三衢义警队伍,为平安衢州建设注入动力。

陈森建主动对接市心理咨询师协会,汇聚行业顶级专家申报青少年心理关爱创投项目,成功获批7万元资金,为青少年心理健康撑起“保护伞”;联动市人民调解协会,吸纳优秀调解专家加入,通过法律咨询、现场调解等方式,从源头上化解矛盾纠纷;整合市本级4支救援队和游泳协会力量,在信安湖水域常态化开展巡逻宣传和应急救援,守护群众生命安全;对接市退役军人事务局,计划吸纳退休警务人员、退伍军人组建志愿服务队,筑牢社区治安防控防线;还筹备聘请司法等领域专家,开展常态化法治宣传和反诈教育,夯实基层治理法治根基。

“希望三衢义警终将成为衢州大地上一道亮丽的风景线,为建设更高水平的平安衢州、法治衢州添砖加瓦。”陈森建在三衢义警事业中续写着“老公安”的初心,从公安民警到义警协会会长候选人,身份在变,但他对党忠诚的品格、对公益的热忱、对平安的担当始终未变。在1月10日中国人民警察节即将来临之际,这位老党员、老民警用实际行动告诉我们:警魂永不褪色,初心始终滚烫。



开栏话:今天起,本报“心情加油站”栏目暖心启航。

我们关注老年群体的心理健康,邀请专业心理专家,用科学的视角、温暖的语言,为您解读常见心理困扰,提供实用疏导方法。无论您是想倾诉,还是求支招,欢迎致电96811分享您的“心声”。“心情加油站”愿做您茶余饭后的贴心人,为您的金色年华注入积极能量,让心情永远“放晴”!

当心! 老年人也会有分离焦虑

记者 陈霞 通讯员 江慧兰

“闺女,你们出差路上可得慢点开,到地方记得给我报个平安……”距离女儿女婿出差还有三天,70岁的王大爷已经反复叮嘱了不下五遍。原本开朗爱笑的他,近来却总是心绪不宁,一会儿担心自己独自在家做饭会出意外,一会儿又忍不住脑补女儿外出可能遇到的交通安全问题。往日里爱去楼下散步,和邻居聊天的他,如今也懒得出门,即便有人串门,也只是勉强应付几句,到了晚上更是翻来覆去难以入眠。女儿女婿看在眼里,急在心里,却不知该如何安抚。

“其实,王大爷的这些表现,是典型的老年人分离焦虑。”衢州市第三医院老年精神科副主任医师何鲜艳解释,在很多人的认知里,分离焦虑是孩子的“专属情绪”,却忽略了老年人也可能受其困扰。随着年龄增长,老年人身体机能逐渐下降,社会活动范围不断缩小,对家人的情感依赖和生活依赖程度也随之升高。而当年轻人迫于工作压力,经常需要离家外出,这就使得老年人分离焦虑问题逐渐凸显。

相较于老年抑郁等精神疾病,老年人分离焦虑往往得不到足够重视。不少家庭将老人的焦虑情绪简单归为“想孩子了”,觉得只要多打电话、多次视频就能缓解,却忽视了这种情绪背后的心理需求,也没有采取更有效的干预措施。久而久之,轻度的焦虑可能会逐渐加重,甚至影响老人的睡眠、饮食和身体健康,严重时还可能引发更严重的心理问题。

老年人分离焦虑该如何缓解?何鲜艳给出了专业建议。她表示,针对老年人分离焦虑,及时的干预至关重要。首先,家人在计划外出前,要提前和老人做好沟通,不要临时告知,要给老人充足的心理准备时间。其次,沟通时要耐心倾听老人的想法和担忧,认真回应他们的需求,明确告知老人离开的时间、地点和返回计划,让老人增强其安全感。再次,要帮助老人建立除家人之外的情感寄托。家人可以鼓励老人多参与社区活动,比如加入书法、绘画、广场舞等兴趣小组,结识同龄朋友,扩大社交圈子。这样一来,老人在子女不在身边时,也能通过参与活动丰富生活、排解孤独,减少对家人的过度依赖。同时,家人也可以提前为老人安排好独自在家时的生活,比如准备好易烹饪的食材、整理好常用药品,解除老人的生活顾虑。

何鲜艳还提醒,如果老人的焦虑情绪比较严重,出现持续失眠、食欲减退、情绪低落,且超过两周,或者出现自责、无助等负面情绪,甚至有躯体不适却查不出器质性病变时,家人要及时带老人寻求专业医生的帮助,通过专业的心理治疗或必要的药物干预,帮助老人缓解情绪。

家有一老,如有一宝。关注老年人的身心健康,不仅要照顾好他们的饮食起居,更要留意他们的情绪变化。当老人出现类似分离焦虑的表现时,家人多一份理解,多一份陪伴,多一份干预,才能帮助他们顺利走出心理困境,拥有安稳舒心的晚年。



图片由AI生成