

儿童医院变身“健康实验室”，“小医生”一起来探索

健康管理如何变成有趣的闯关游戏？上海市儿童医院泸定路院区化身“健康实验室”，来自长风新村街道6-12岁儿童在这里度过了一场充满惊喜与收获的儿童医院开放日活动。孩子们沉浸式体验专业科普、趣味互动的“健康探秘闯关”之旅，“拒绝小眼镜、小胖墩、小龋齿、小星星、小脊柱”五大主题体验区各具特色，每一处都藏着好玩的健康知识，每一个环节都让孩子们在欢笑中学会守护健康。

当“小星星”不再影响心情

活动第一站来到“心灵解压舱”——孩子们的“情绪小天地”。在这里，他们跟着老师学习正念呼吸训练，还能聆听音乐放松，这样的体验也使他们学会了以温和的方式



调节情绪。

当“小胖墩”不再是烦恼

第二站“营养加油站”。“食物

彩虹盘”DIY成了最受欢迎的项目，孩子们用不同颜色的水果、蔬菜摆出创意拼盘。营养师则在一旁讲解“彩虹饮食”的奥秘，老师还为孩

子们带来了关于儿童如何预防肥胖的小小课堂。

当“小脊柱”不再弯了腰

第三站“脊柱护卫队”脊柱侧弯筛查体验让孩子们了解了正确坐姿坐姿的重要性，智能步态分析更是科技感满满，通过专业设备，孩子们能清晰看到自己走路姿势的小问题，医生也会及时给孩子们提出调整建议。

当“小眼镜”不再是困扰

第四站视力守护站。孩子们井然有序地排起了一条长长的队伍，依次等候眼科医生为大家检测视力和眼轴。此外，医生还借助盲人贴画游戏，让孩子们深切体会到眼睛的重要性。

当“小龋齿”不再是威胁

最后一站“牙齿保卫营”，把“护牙”变成了生动的课堂。医生拿着牙齿模型，教孩子们正确的刷牙姿势；给孩子们做牙齿检查，用小镜子仔细观察每一颗牙齿的状况，耐心地告诉孩子哪里需要特别注意清洁。医生还会根据每个孩子的牙齿情况，给出个性化的护牙建议。

活动最后，孩子们领到了专属的“开放日体验证书”，见证他们成为“健康小达人”的重要时刻。

此次开放日活动，是长风新村街道与上海市儿童医院再一次携手推进“医护健康”的生动实践。下一步，街道将继续坚持共建共治，深入挖掘资源禀赋，推动“家、校、社、医、商”五位一体，凝聚齐抓共管“一股劲”，共同建设儿童友好社区。

【以案说法】

遛狗不牵绳导致伤人 调解员解开邻里疙瘩

某日，居民朱老伯像往常一样牵着自家小狗在小区内散步，途中偶遇了同小区的小刘也在遛狗。然而，小刘素有遛狗不牵绳的习惯，他家的大狗见到朱老伯的小狗后，突然猛冲上去将其咬住。朱老伯爱狗心切，急忙上前试图拉开两只狗，混乱中被小刘的大狗咬伤小腿。随后，朱老伯被家人紧急送往医院，不仅接受了伤口缝合治疗，还按要求接种了狂

犬疫苗。

事后，朱老伯多次找到小刘，要求其赔偿因受伤产生的医疗费用以及相应的精神损失。但小刘不仅拒不承担责任，反而对朱老伯恶语相向。倍感委屈又气愤的朱老伯无奈之下，只得向调解员寻求帮助。

调解员接到求助后，首先耐心安抚了朱老伯的情绪，让他放宽心安心养伤，并郑重承

诺会联系小刘妥善处理此事。随后，调解员第一时间找到小刘，将朱老伯受伤的具体情况告知了他。可小刘态度十分强硬，辩称“牵不牵狗绳跟他没关系，不过是狗狗之间打架玩耍，是他自己多管闲事”。面对小刘的无理辩解，调解员当即严肃地指出了他的错误认识：“首先，根据《上海市养犬管理条例》规定，大型犬只外出必须佩戴牵引带，你未牵绳的行为已然违反了条例要求；其次，是你家的狗先攻击了朱老伯的狗，朱老伯上前劝阻时被咬伤，作为大狗的主人，你有义务看管好自家宠物，犬只伤人后理应由你承担相应责任。况且，你不仅不上门道歉，反而恶语相向，更是错上加错。”在调解员依据法规、条理清晰的劝导下，小刘终于认识到了自己的问题，态度逐渐软化，表示愿意向朱老伯赔礼道歉，并承担

他的医疗费用。

之后，调解员又经过多次沟通协调，帮助朱老伯和小刘就赔偿金额达成了一致。小刘主动上门看望了朱老伯，当面诚恳地向他道歉，并赔偿了600元医疗费用。双方当场签订了调解协议，小刘还郑重承诺今后一定会严格遵守养犬规定，做到文明遛狗。最终，两人握手言和，这起纠纷得以圆满解决。

这起因遛狗不牵绳引发的意外，看似偶然，实则是责任缺失的必然结果。幸运的是，在调解员的帮助下，问题得以妥善解决。在此再次提醒广大养犬居民：遵守养犬条例既是法律要求，也是对自己、对他人、对宠物的负责。唯有人人守规、互相体谅，才能让小区充满温情，远离纷争。

（长风新村街道司法所）

【普陀文化地图】

普陀区图书馆 10 月份活动预告

“柿子熟了”绘本+黏土手工制作

时间:10月6日 14:00

地点:3楼学术报告厅1

参与方式:公众号报名

“阅享苏河”读书会绘本故事

时间:10月8日、10月18日 9:20

地点:7楼少儿互动阅读区

参与方式:公众号报名

美育大课堂：“风铃叮咚”手工风铃制作

时间:10月17日 15:30

地点:3楼学术报告厅1

参与方式:公众号报名

“阅享苏河”读书会：沪上寻趣 身边探微——《一平米博物馆：城市动物大冒险》新书分享会

时间:10月19日 14:00

地点:上海少年儿童图书馆（长风馆）B座一楼报告厅

参与方式:文化普陀云报名

【线上活动】

“一份来自苏轼的双节美食指南”线上有奖互动

时间:9月30日—10月8日

地点:普陀区图书馆微信公众号

参与方式:直接参加

简笔画体验课直播

时间:10月2日、10月6日 10:00

地点:普陀区图书馆微信公众号

参与方式:直接参加

“阅享苏河”读书会绘本故事

时间:每月两期

地点:普陀区图书馆微信公众号

参与方式:直接参加

专题书推荐

时间:每月四期

地点:普陀区图书馆微信公众号

参与方式:直接参加



特别注意：

活动详情（时间、地点）以馆内宣传海报、“上海市普陀区图书馆”（ID:PTLibrary）官方微信信号以及官方网站（http://www.ptlib.com.cn）公布的信息为准。

秀潮宝

秋秋
年龄：9岁

妈妈寄语：请快乐健康地成长

【长风妈妈课堂】

产前检查的重要性

定期进行产前检查,是确保母婴健康、促进优生优育的关键举措。通过系统化、规范化的孕期监护,不仅可以密切跟踪胎儿生长发育情况,及时捕捉到任何异常迹象;还能有效识别并处理潜在问题,将不利影响降至最低程度。此外,唐氏筛查与无创DNA检测作为现代医学技术的重要组成部分,在评估胎儿是否存在染色体异常方面发挥着不可替代的作用——前者能够初步筛选出高风险个体,后者则提供了更为精确的结果支持,两者相辅相成,共同构建起一道坚实的安全防线,为每一个新生命的到来保驾护航。综上所述,加强产前检查工作,不仅有助于提高出生人口素质,更是对家庭幸福和社会和谐负责的表现。

(长风新村街道服务办)

上海东安国旅

出国出境138个国家及地区

国内各省各地旅游线路

www.da560705.com

L-SH-CJ00152

电话 53829270 13816308046

地址:上海市黄浦区淮海东路99号(西藏路口交通银行楼上)恒积大厦7楼O座

交通:地铁8号线、14号线大世界站6号出口