

健康快乐伴成长 童心飞扬向未来

南京西路街道开展丰富多彩的庆“六一”主题系列活动

□记者 沈冠君

“六一”国际儿童节,在这个承载着孩子们欢乐与梦想的日子里,南京西路街道为辖区亲子家庭带来了一系列有趣好玩的“六一”主题活动,以实际行动做好儿童成长的引路人、儿童权益的守护人、儿童未来的筑梦人。

医生教授推拿手法 提升家长育儿技能

5月23日,南京西路街道联动静安区妇联,在街道少年儿童图书馆举办“福民YI刻·健康科普”活动。通过邀请专家深度解析中医传统推拿疗法对助力儿童成长中的重要作用,并与居民白领亲子家庭互动交流,让千年传承的中医智慧真正融入现代家庭的健康守护体系。

上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科副主任医师储宇舟现场展示了如何通过推拿手法缓解小儿常见病症。他特别介绍了小儿手部的五个重要穴位——五经穴,并示范了如何通过旋转按揉来改善小儿食欲不振和消化不良。他还现场演示了揉迎香穴以缓解感冒鼻塞的快速方法。

针对不同年龄段的小儿,储宇舟给出了具体的推拿建议。对于0-3岁的婴幼儿,推拿可以辅助治疗斜颈、黄疸、吐奶等问题;3-6岁的幼儿,推拿则能有效缓解便秘、腹泻、发热感冒等症状;而对于6-13岁的儿童,推拿不仅有助于促进生长激素分泌、助力长高,还能增强免疫力,预防呼吸道疾病。

除了专业治疗,储宇舟还分享了几个适合家庭操作的小儿推拿保健方法。他建议家长们可以每天为孩子搓搓大鱼际(手掌根部),以增强肺功能,预防感冒;同时,家长自身也可以通过搓肋部(肋骨两侧)来疏肝理气,缓解育儿过程中的情绪压力。

本次活动是街道“六一”国际儿童节主题活动之一,也是“名医进社区·健康她同行”静安区女性健康关爱系列活动的一部分,通过线上同步直播方式开展,在线观看超千人次。



岳阳中西医结合医院推拿科医生储宇舟演示小儿推拿手法

居民区里欢乐多 热热闹闹庆“六一”

延中、古柏、陕南居民区联合举办“童心飞扬·健康启航”活动,设立健康咨询专区,为小朋友们提供免费体重及身高的测量,并向家长科普乳牙护理知识。中凯居民区开展“小小摊主”活动,孩子们变身小商人,精心布置摊位,体验交易乐趣。茂北居民区的“小手牵大手,欢乐齐分享”活动中,孩子们与家长共同参与套圈、投掷飞镖等游戏,增进了亲子间的默契与情感交流。



孩子们在玩游戏

威海居民区开展“探秘童话城堡 稚语社区良策”活动,带领孩子们参观马勒别墅,参与趣味议事、文明倡议等,以“一米视

角”为社区的未来发展提出建议。升平居民区携手威三小学举办“童心献爱心,义卖传真情”活动,鼓励孩子们拿出自己的闲置物品进行义卖,所得收入全部捐给红十字会,用实际行动传递了爱心与温暖。

为了激发孩子们的阅读兴趣,陕北居民区举办了“书香润心灵,阅读促成长”主题活动,让孩子们沉浸在书海之中,感受知识的力量。在新成居民区的“浸润童心 欢乐满满”游园会中,孩子们通过“钓香囊”“传统文化拼图”等趣味游戏,体验传统民俗的独特魅力。

此外,巨富长街区妇联为小朋友们带来了“生态鱼缸制作”活动,让孩子们在家长的陪伴下亲手打造微型生态世界。街道社区文化中心和少儿图书馆共同举办魔幻儿童剧《哈利波特之魔法学院》观影活动,现场互动不断,体验奇幻的魔法之旅。



观看魔幻儿童剧《哈利波特之魔法学院》

南西家庭关爱服务中心邀请50组亲子家庭齐聚一堂,通过绘本讲述、端午手势舞、魔术互动、游戏及非遗手工体验,传承端午文化,共享欢乐时光。

通过整合各方资源,多元力量协同合作,不仅让孩子们度过了一个快乐难忘的节日,也为孩子们的身心健康和全面发展营造了良好的社会环境。

六一“益”起爱 未保送温暖

为进一步增加辖区内未成年人的节日氛围感,持续提升对辖区内未成年人的心理关怀,在绿洲盛食社的支持下,南京西路街道未成年人保护工作在六一儿童节之际,开展了以“六一‘益’起来,守护‘家’倍爱”为主题的送温暖活动。此次活动旨在切实关怀辖区内困境未成年人,为他们的成长提供有力支持,传递社会的温暖与关爱。

本次活动重点聚焦于为低保、低收入以及其他困境家庭的未成年人送去生活物资与学习用品。未保站工作人员精心筹备,根据不同年龄段未成年人的实际需求,准备了丰富多样的物资。生活物资涵盖了食品、卫生用品等,保障孩子们的日常生活;学习用品则包含书包、文具、书籍等,助力他们在学业上不断进步。

同时,未保站工作人员通过电话访问的方式,与部分未成年人及其监护人进行了深入交流,详细了解孩子们近期的生活状况,包括生活中的困难、学习进展以及心理状态等,以便后续提供更精准的帮助与关怀。

家长们在收到暖心物资之后纷纷致电南京西路街道未成年人保护工作站表示感谢。“很感谢未保站为小朋友准备的生活部与学习用品,小朋友表示很开心能够收到特别的六一礼物。”“你们寄来的牛奶与学习用品,给了小朋友满满的节日仪式感。”

此次六一送温暖活动,不仅为困境未成年人提供了物质上的帮助,更在精神上给予了他们鼓励与支持,让未成年人们感受到社会的关爱与重视。今后,南京西路街道未成年人保护站将持续关注困境未成年人的成长需求,不断优化服务,为他们的未来保驾护航。

扶手装进楼道里 老人上下楼不再难

□记者 沈冠君

近日,巨鹿路787号的楼道内加装了一组扶手,用于帮助行动不便的老年居民上下楼梯,这个暖心的小举动受到了居民们的称赞。

在古柏居民区,有一位98岁高龄的老人朱奶奶,她每天出门都要爬一段不到十个台阶的楼梯,这对年事已高的她来说十分不方便。“就这短短几步路,年轻人一下子就迈过去了,但对我们老年人就是巨大的难题。”朱奶奶望着近在咫尺的林荫小路,但苦于下楼难,只能在家默默叹息。

和她有着类似困境的,还有不少老人。原来,巨鹿路787号里居住着22户居民,60岁以上老人就有15人。

谁都有老的时候、有困难的时候,居民反映的事情虽小,但居民区也得尽心去办。通过“红色议事厅”平台,居民区党总支牵头,召集社区党员、居民骨干、物业、施工方等代表,召开专题协商会,讨论如何推动楼梯扶手安装工程落地,为居民实实在在解难题。

首先,各方对居民楼进行实地勘察,根据楼梯的坡度、宽度以及老年人的身高特点,确定扶手的安装位置、高度和材质。经过集体讨论,一致认为扶手油漆应选择黄色。因为黄色是一种

明亮、鲜艳的颜色,具有很强的辨识度,在楼道光线不佳的时候更清晰,方便使用。而且,黄色的亮漆有高反射度,具有安全警示的作用,也能起到良好的宣传展示效果。



新安装的扶手

经过一段时间紧张的施工,崭新的楼梯扶手安装完毕。防滑、防锈的优质材料,握感舒适,亮黄醒目,高度也恰到好处,适合老年人抓握。看着新安装的扶手,居民们纷纷点赞。朱奶奶高兴地说:“以前上下楼梯总是提心吊胆,现在有了这个扶手,心里踏实多了,这是为我们做了一件大实事!”顾大爷也开心地表示:“这扶手安装得太贴心了,以后出门再也不用担心摔倒了。”

看似微小的楼梯扶手安装,其实背后是街道对老年居民的体谅和理解。一段小小的扶手,不仅解决了老年居民上下楼的实际困难,也以实实在在的举措让辖区居民在家门口感受到街道便民惠民的温度。

多方联动 共筑无烟防线

□记者 沈冠君

今年5月31日,是第38个世界无烟日。南京西路街道通过“进商铺走访宣传+专题知识讲座”的形式,开展健康教育活动,助力市民树立健康生活理念,共建无烟健康环境。

重华居民区的社区工作人员、志愿者组成宣传小队,走进辖区内的酒家、杂货店、理发店等商铺,向商户经营者和顾客发放控烟宣传手册,张贴禁烟标识。工作人员详细讲解了二手烟对人体健康的危害、公共场所吸烟的法律规定,并倡导商户主动劝阻顾客吸烟行为,共同维护店内良好环境。在专题知识讲座环节,社区工作人员深入浅出地介绍了吸烟与肺癌、心血管疾病等多种疾病的关联,以及戒烟对身体健康的益处,呼吁居民从自身做起,争做控烟的践行者、宣传者和监督者。

新成居民区组织社区志愿者在辖区重点场所开展环境优化行动,于Manner咖啡店、国大药房、南京银行等商铺及社区学校、“知福里”餐饮店

门前规范张贴禁烟标识,同时在云海苑小区更新增设融合电子烟管控内容的新型警示标识,强化公共场所控烟视觉引导。

威海居民区组织开展了宣传讲座活动,向居民代表们普及吸烟及二手烟的危害,分享科学戒烟方法,鼓励吸烟者尽早行动,保护自身和家人的健康。居民们表示会在日常生活中多多劝导吸烟者,部分有吸烟习惯的居民也表示将减少吸烟或尝试戒烟。

未来,南京西路街道将继续推进无烟社区建设,通过多样化的健康教育行动,努力为居民营造清新、健康的生活环境,助力全民健康素养提升。



重华开展控烟宣传