“堵心路”变成“舒心路”

枫林这条无名路“管”出文明范儿

□ 记者 王永娟

“以前这条路堵得人心烦，快递垃圾满地都是；现在开车顺、路面净，弄堂口还有志愿者搀一把，出门满是舒心！”家住枫林街道安康居民区斜土路2200弄的居民，近来提起家门口这条无名小路，总是赞不绝口。

这条曾处于治理真空的背街小巷，没有大拆大建的工程，靠着一场从居民诉求里“长”出来的自治实践，用一个个贴民心、接地气的小举措，把昔日的“痛点堵点”变成了如今的“幸福支点”，让寻常弄堂透出满满的文明范儿与烟火温度。

斜土路2200弄的这条无名小路，串联起周边五个居民小区，是上千户居民日常出行的必经要道。因道路属性特殊、管辖范围交叉，车辆无序停放、快件随意堆放、垃圾零星散落等问题频发，既拉低了居民出行体验，也潜藏着安全隐患，相关民生诉求集中，成为片区治理的一块“心病”。

面对这一典型的基层治理难题，安康居民区党总支在振兴片区党委牵头统筹、街道相关部门协同搭台下，联动居民代表、业委会等多方主体召开议事协商会，精准锚定居民的“急难愁盼”，专门成立“安康弄管会”，同步组建起一支20人的居民志愿者护路队，让这条长期处于治理模糊地带的无名小路，终于有了自己的“当家人”。

背街小巷自治，关键在常态长效。护路队建立“每日巡、随手清、当场劝”的工作机制，实行分时段排班轮值，对全路段开展全覆盖常态化巡查。队伍上岗后，遇车辆违停当场劝导纠正，见路面垃圾随手清理保洁，发现快递乱堆及时引导至定点区域，做到小问题及时处置、不堆积不拖延。

昔日的治理盲区，一步步变成“有人管、管得住、管得好”的文明弄堂，如今路段内车辆停放井然有序，路面干净整洁，曾经的“堵心路”彻底变身“舒心路”。

如今的“舒心路”

最近，这支居民护路队从“舒心护路队”升级为“全心护路队”，服务内涵也从基础的“保畅通、保整洁”，向“优服务、育文明”全面拓展。围绕交通秩序、环境整治、隐患排查、便民出行四大民生方向，20名志愿者与特保人员协同配合，坚持每日巡查不松懈。

背街小巷治理从来不是“一劳永逸”的工程，而是持续回应民生需求的长期实践，让居民的获得感、幸福感、安全感越来越足，让文明新风在这条无名路上悄然生长、常吹常新。

梭子蟹上市，食用方式不当者 牙齿“嘎嘣”一声直接碎了

又到吃梭子蟹的季节。然而，海鲜盛宴开启的同时，牙体损伤、牙齿敏感等口腔问题也迎来高发期。

浙江中医药大学附属第二医院（省新华医院）口腔科医生提醒：“每年蟹类上市季，都是牙体损伤、牙齿敏感等口腔问题的高发期，市民品尝美味切勿贪图方便，避免用牙硬啃蟹壳，引发口腔损伤。”

“吃蟹引发的口腔问题以机械性损伤为主、酸蚀损伤为辅，其中牙隐裂、牙冠折裂、牙周损伤最为常见。”医生说，这是因为蟹壳硬度极高，远超牙齿生理承受极限，直接用牙咬碎蟹壳、蟹钳时，瞬时冲击力会集中在牙体局部，初期会出现冷热敏感、咀嚼刺痛等症状，若裂纹深入牙髓，会引发剧烈牙髓炎，严重时直接导致牙齿劈裂、脱落。

相较于明显的牙齿折断，无症状的牙隐裂更具隐蔽性，初期仅损伤牙釉质，无明显痛感，一旦持续啃咬硬物，裂纹会快速加深，造成不可逆损伤。

除了机械创伤，不良食用方式带来的间接损伤也不容忽视。吃蟹时搭配醋、柠檬汁等酸性蘸料，或是碳酸饮料、果汁食用，会持续降低口腔PH值，造成牙釉质脱矿，加剧牙齿敏感、酸痛。

医生建议广大市民，进食梭子蟹务必摒弃“用牙开壳”的习惯，最好借助蟹钳、剪刀等工具处理硬壳部位；要减少酸性蘸料、酸性饮料的叠加食用，避免反复蘸食、小口慢啜延长酸暴露时间，食用酸性调料后切勿立即刷牙，可先用清水漱口，待口腔酸碱平衡恢复后再清洁牙齿。

（综合自：《新民晚报》、杭州发布、《都市快报》、浙中医大二院、《钱江晚报》）

直面台风、锂电火灾，筑牢社区安全屏障

解锁应急新技能

□ 记者 奚亮

近日，湖南街道联合区应急管理局、区消防救援局，在永福路小型消防站开展2026年徐汇区社区应急消防群众性演练暨政府开放月活动。辖区15个居委会的社区工作人员、居民志愿者、小区物业工作人员等50余人参与现场实训。

本次活动创新采用“实景教学+虚拟体验”的沉浸式科普模式，现场科学划分多个特色实训功能区，涵盖安全带保护碰撞实训、锂电池撞击火灾警示教育、台风天气抗险实操、车辆涉险外部救援模拟、消防器材实操演练等多个体验板块，让消防安全科普入脑入心。

在安全带保护碰撞实训体验区，现场通过实车碰撞模拟场景，还原交通事故发生瞬间的安全防护场景。沉浸式的模拟体验，让参与者直观感受规范佩戴安全带的重要性，深刻认识交通出行安全细节的关键作用。

锂电池火灾警示教育环节极具警示性。消防救援人员现场模拟日常生活中常见的锂电池受外力撞击起火场景。实景演示让居民直观认识到废旧锂电池存放、磕碰、使用不当的安全隐患，进一步强化日常用电防火安全意识。

极端天气应急实训板块中，现场模拟强台风天气环境。在风雨叠加的模拟场景下，参与者难以迎风站立感受极端天气，清晰掌握极端气象灾害的危害性，提升台风天气避险防范的警惕性。

车辆涉险破障救援体验环节聚焦交通事故应急逃生实用技能。面对涉水事故车辆的钢化车窗玻璃，不少参与者初期因操作方法不当，多次敲击无法破窗。针对这一问题，现场讲解员及时示范规范操作技巧，细致讲解安全锤的使用要点，明确需重点敲击车窗玻璃四角薄弱位置。在专业指导下，参训人员快速掌握技巧，顺利完成破窗逃生实操，熟练掌握车辆突发险情的应急逃生方法。

在消防器材实操体验区，消防站消防员手把手指导参训居民规范对接、铺设消防水带，详细讲解消防水带、水枪的正确使用方法、操作步骤及注意事项。现场不少青少年参与者积极参与体验，在消防员的全程守护和指导下，操作水枪喷射，感受消防实操流程，近距离学习消防器材使用技能。

玩中学、学中乐，长桥社区学子欢度精彩假期

□ 记者 吴小雪 肖阳（实习生）

从科学探索到艺术创作，从动手实践到绿植养护，数十场活动轮番登场，长桥街道各居委会精心策划的一系列暑期文明实践活动，为社区青少年打造了一个“玩中学、学中乐”的精彩假期。

汇澜园居委会“神奇万象·万花筒”活动将光学知识与手工创作结合，孩子们通过三棱镜的反射原理，设计出变幻无穷的美丽图案，在动手动脑中感受科学与艺术交融的魅力。

罗秀二村居委会“玻璃瓶变身记”花瓶彩绘小课堂，鼓励孩子们将星空、宠物、旅行记忆绘于瓶身，一个个独一无二的彩绘花瓶承载着童真想象。徐汇新城居委会“童趣飞扬 共绘精彩”手绘麻布包活动，让孩子们在调色与勾勒中锻炼色彩搭配能力。

长桥新村第一居委会卡通贴画活动吸引了5—10岁低龄儿童参与，在撕贴与创意组合中培养手眼协调能力。长桥五村居委会“趣玩立体手工折纸”活动，通过彩纸的翻转折叠，有效锻炼了孩子们的空间想象力和专注力。

中海瀛台居委会“DIY迷你泥瓦开心农场”别出心裁，孩子们用糯米粉调制“水泥”、垒砌微缩红砖、播种大麦苗，在模拟建造与种植中体会劳动与等待的意义。园南二村居委会“风铃摇曳 悦享盛夏”积木花风铃DIY，将色彩搭配与手工穿线结合，微风拂过，清脆铃声悦耳动听。

汇成一村居委会“匠心皮艺趣暑假 老少同乐小象包”活动，邀请老年居民与青少年结对参与皮具制作，长者穿针引线、孩童创意点缀，一老一少的默契配合让邻里温情在手作中流淌。

长桥四村居委会盆栽手工活动则与社区自治项目“聚邻共治·焕新花园”深度融合，孩子们在制作多肉盆栽的同时分享护绿心得，以“小小主人翁”身份参与到社区花园美化和环境维护中来。长桥三村第二居委会联合口腔门诊相关单位开展的社企联建马赛克花瓶制作亲子活动，不仅锻炼了动手能力，更拉近了社区与联建单位、家庭之间的距离。

这个暑期，长桥街道以一场场趣味盎然、寓教于乐的文明实践活动，为青少年搭建了学习知识、锻炼能力、结交朋友的平台。