



专治“心头堵得慌” 成都居民家门口的“解忧杂货铺”开张了



“以前有压力总自己闷着,现在散步路过就能进来跑跑步、聊聊天,舒坦多了。”近日,在成都市青白江区大同街道“心晴拾光”社区心理服务小馆里,参加完冥想活动的居民张娟笑着说。这个占地800平方米的“心理服务阵地”,正以“去标签化”的巧思,将心理支持从“被动求助”转变为“主动遇见”。

□ 华西社区报记者 胡晴琴 视频 田旭

大同街道辖区居民以近年迁入的新住户为主,不少人面临环境适应压力,但对传统心理咨询模式接受度普遍不高。如何破题?街道依托“5分钟生活圈”服务项目,试点推出“心晴拾光”社区心理服务公共阵地,创新采用“公益+商业”双轮运营模式,将情绪疏导、沙盘体验、运动减压等功能无痕融入社区日常场景。

走进小馆,运动减压区的跑步机、影音播放区的舒缓氛围、静谧的冥想室,以及一对一谈心室——多个功能空间各具特色,没有冷冰冰的距离感,更像一个温馨的“邻里会客厅”,居民随时可享触手可及的“心灵SPA”。

此外,“心晴拾光”还定期针对老人、宝妈、

未成年人等群体开展定制化心理健康活动:“家园记忆”系列活动帮助拆迁安置居民重拾归属感,“生命如花”园艺疗愈抚慰过往创伤,“邻里赋能”互动促进新老居民融合共处。

“心理服务不能和老百姓隔着一堵墙,必须接上地气、带上人情味。”大同街道相关负责人表示,接下来将持续探索完善服务机制,让更多居民在家门口就能感受到温暖而有力的心理支持。



(扫码观看视频)

物业与社区联建共建 这场安全教育“实景课”干货满满

针对小区火灾、城市内涝、未成年人溺水、居家燃气用电隐患及气道异物梗阻等安全事故特点,近日,中铁建物业成都中心党支部联合成都市青羊区青华社区党委,在西派浣花项目开展安全教育实践共建活动。本次安全生产与防灾减灾宣传教育聚焦儿童日常安全防护痛点,采用“理论宣讲+实操闯关+实景演练”一体化教学模式,服务辖区40组亲子家庭,以精准党建惠民服务,筑牢儿童安全成长防线。

守护未成年人平安健康成长,是中铁建物业践行“一老一小”惠民初心、做实基层治理的重要目标。活动筹备阶段,共建双方党团志愿者、项目思政指导员提前到岗、分工协作,按照要求完成场地布置、器材调试、点位布设等各项准备工作,为活动安全、有序、高效开展做好保障。

“这次安全活动特别有意义,我学到了很多自救本领,以后能更好地保护自己!”参与活动的小业主由衷感慨。本次活动紧贴小区居住特点与儿童成长需求,特邀专业应急讲师开展定制化安全宣讲。活动围绕“消防、防汛、防溺水、居家安全”等核心内容,向亲子家庭普及安全知识,组织实操打卡体验,进一步压实家长监护责任、强化儿童避险意识,让安全理念融入日常生活。

实操环节坚持以练促学、靶向赋能,现场设置CPR+AED心肺复苏、气道梗阻解除、水基灭



近距离观察学习。

火器实操、防汛救援绳结四大实训点位。党团志愿者、项目思政指导员全程在岗护航;老师一对一指导亲子家庭开展实操演练,指导动作要领、答疑解惑、核验通关成果。孩子们沉浸式参与实战练兵,亲手操作、亲身体会,熟练掌握基础应急自救互救技能,顺利通关后领取安全物资,真正做到学以致用、学有所获。

针对儿童溺水高发风险,共建双方充分盘活小区周边泳池配套资源,打造沉浸式防溺水实景实训课堂。专业救生人员现场演示水中自救、岸上互救及救生设备使用技巧,纠正儿童危险戏水陋习,根植水域安全敬畏意识。现场家

长王女士坦言:“以往大多依靠口头说教普及安全知识,效果有限,本次沉浸式教学让孩子听得进、学得会、记得牢,我们要给物业和社区一个大大的赞!”

此次活动弥补了辖区儿童安全认知的短板,提升了家庭的应急处置能力,是物业与社区联建共建的一次有益尝试。下一步,中铁建物业成都中心党支部将持续深化共建机制,立足物业主责主业,关注“一老一小”群体,常态化开展儿童关爱、安全宣教、便民志愿服务,擦亮“美好铁建红”党建品牌,以“党建红”守护童心,护航平安和谐社区建设。

周佳 华西社区报记者 黎澎 受访方供图