

老旧小区里的幸福时光

老年活动室，“焕新”升级

本报讯（通讯员 李晨辉）近日，枫泾镇枫岸居民区围绕居民实际需求，对辖区内唯一一处老年活动室进行升级改造，为老年人提供一个升级版的“老有所乐”休闲场地。

“听说要安装空调，那以后夏天过来就舒服了。”“空间上还是要区分一下。”“完成后不能再让他们吸烟了。”……施工现场，不少老人透过老年活动室的玻璃张望，满眼期待。目前，工人们正紧锣密鼓地对原墙面进行铲除，并在墙壁上钻钉安装铝扣板。

据了解，该处老年活动室占地近150平方米，于2010年投入使用。随着使用年限增长，活动室的墙面开始老化发霉，部分设备老化，配套设施不齐全，不仅影响整体美观度，也降低了老年群体使用的舒适度，更对居民健康构成隐患。为解决这一问题，枫岸居民区广泛听取居民意见与建议，结合小区老年活动室实际情况，整合资源，以适合不同老年群体的休闲需求为出发点，制作了针对性的改造方案，对活动室部分软硬件进行换新。

“除了对渗漏墙面进行铲



老年活动室改造施工现场

除修复以及老旧设备替换外，这次施工的重点聚焦在架空层及内部空间的全方位优化。”枫岸居民区党支部书记、居委会主任孟春兰说。原先老年活动室其中一块区域有一处架空层，高度距离地面在6米左右，由于高度过高无法安装空调，此次改造将通过安装槽钢铝扣板吊顶降低房间高度，并加装3台吸顶空调。此外，针对墙面渗漏发霉严重的问题，在铲除受损部分后，将重新进行粉刷，使墙面焕然一新，并将老旧空气转换设备和电风扇全部换新，让室内空气时刻保持清新，温度宜人。“改造前，

居委会来征求过我们老人的意见，把我们老人的想法放在心上了。”居民刘阿姨说。

据悉，此次老年活动室改造工程预计6月初完工并对外开放。改造完成后的活动室，将划分多个功能区，考虑到不同老人的兴趣爱好，在空间规划上将分为影像区、休息区、休闲区，并涵盖棋牌、阅读、拉家常等多样化功能。

近年来，枫岸居民区围绕功能不齐全、设施条件老化等小区实际情况，一一补齐短板，打造老旧小区2.0版本，让辖区居民与新建小区一样享受便捷生活。



志愿者引导居民清理杂物

“环保回收日”，消除隐患

本报讯（记者 陈忆文 杨季峰）4月21日，石化街道广霖大楼开展“广霖环保回收日”主题活动。在社区志愿者的组织下，居民们积极参与楼道杂物清理和可回收物分类。活动现场还同步开展了消防安全宣传，通过案例讲解和实操演示，进一步提升居民的安全意识。

据了解，广霖大楼老年居民较多，许多老人有爱堆杂物的习惯。当天上午，记者跟随居民区志愿者走进大楼时看到，公共连廊内堆放着不少闲置杂物。志愿者们逐户上门，耐心引导居民清理楼道堆积物，并告知当天正在开展环保回收活动，鼓励大家积极参与。

居民戴先生积极响应回收活动，将家中积攒的纸板箱、塑料瓶等悉数搬至一楼临时回收点。“以前家里的废弃物品都是临时叫人上门回收，现在每月都有定点服务，方便多了。”

现场，区消防救援支队消防工作人员还向居民讲解楼道堆物危害、保持生命通道畅通的重要性以及环保回收的具体流程与意义。

区消防救援支队消防员沈思远介绍说：“楼道堆放的杂物起火主要分为阴燃和明火点燃两种情况。阴燃通常会在1到2小时内发展成全面燃烧，而明火点燃则更快，3到5分钟就能形成猛烈火势。由于楼道空间狭窄，一旦起火，会严重阻碍人员逃生。”

为有效解决楼道堆物问题，营造整洁、安全的居住环境，石化街道柳城居委会将每月的20日设立为“广霖环保回收日”，培养居民定期清理杂物、参与环保回收的习惯。“有了环保回收日，既能提高居民的回收参与度，也能有效消除楼道堆物带来的安全隐患。”柳城居委会主任张怡说。

营养专家查房助力诊疗 康复进程加速 住院周期缩短

本报讯（记者 杨惠聪 朱磊）近日，亭林医院创新推出营养查房服务，特邀同济医院营养专家走进病房，围绕患者饮食与营养管理开展精准指导，为患者加速康复进程、缩短住院周期、降低医疗成本提供专业保障。

4月22日上午十点，在亭林医院骨科病房内，同济医院营养科专家吴萍正为患者及家属指

导术后饮食。72岁的俞显群半月前因摔倒导致右股骨颈骨折，术后因肺部感染仍在住院。经检查发现，俞老伯存在手臂肌力不足、下肢瘦弱及贫血等问题。对此，专家建议他每日保证优质蛋白质摄入，并多食用含铁丰富的食物改善贫血状况。

吴萍介绍说：“创伤病人通常伴有低蛋白血症和贫血，我们会建议加强蛋白质补充，多吃含铁

食物。必要时，可通过口服营养补充剂或静脉输液进行干预。”

在康复医学科病房，70岁的张老伯也因营养查房受益。今年3月初，他突发急性脑干梗死，经治疗肢体功能恢复良好，但血糖控制不理想。吴萍结合病历和检测数据，为他制定了个性化饮食方案。张老伯家属表示：“营养师的建议特别好，从饮食到生活细节都给出了指导。”

除定期邀请专家现场查房外，亭林医院还通过远程会诊、病例讨论等方式，实现营养管理常态化。由临床医生、营养师、护士组成的多学科团队，将根据患者病情、检测指标和恢复情况，动态调整营养方案。

从传统的医生查房、护理查房，到如今的营养查房，亭林医院正以更全面、科学的医疗服务，为患者健康保驾护航。亭林医院副院长孔祥东表示：“营养查房将重点覆盖老年患者及内外科等重点科室的特殊群体。科学的营养干预，能显著提升治疗效果和预后质量。”



营养查房服务

智能门锁突遇断电 社区干部紧急排险

本报讯（通讯员 刘诗寒）4月22日上午10:05，山阳镇海欣居民区的网格长周冬梅接到独居老人张阿婆的电话，她在电话里焦急万分：“门锁打不开了！灶上还炖着东西，这可怎么办？”

接到求助后，周冬梅与安全干部张德权火速行动，仅用5分钟就抵达张阿婆家门口。经检查发现，原来是智能门锁电量耗尽，导致无法正常开启。而此时，紧闭的房门内，厨房燃气灶上炖煮的食物随时可能烧干，存

在火灾隐患。

“快，用移动电源！”关键时刻，张德权迅速拿出移动电源，为智能门锁临时供电。经过紧张操作，10:45，房门终于成功打开。走进厨房，锅内食物已接近烧干状态，工作人员立即关闭燃气阀门，并迅速开窗通风，避免了一场可能发生的火灾事故。

危险解除后，周冬梅、张德权耐心地向张阿婆普及消防知识，提醒她要定期检查燃气设备，及时更换门锁电池。

银发资讯

1236名百岁老人调查 决定人寿命长短的不是吃和运动

根据全国人口第七次普查数据，长寿之乡江苏省南通市共有1236名百岁以上的老人，调查显示有点出乎意料，被现代人认为是长寿因素的饮食，与长寿的关联性并不强。



扫二维码 了解详情