

“宛平南路600号”何以出圈？

今天是世界精神卫生日，成年人需要实体化“情绪出口”

月饼和画廊：出圈的开端

今年10月1日，600号画廊又上新了。这次的“艺术家”是强迫症患者。这个名为“允许不完美”的科普艺术展，展品面向社会征集而来，揭示了强迫症患者内心的冲突及复杂性。院方希望参观者通过看展能正确理解强迫症患者，同时也能收获科普知识、体验情感共鸣、提升健康素养。

600号画廊最早于2021年正式面向公众开放，被誉为直通人心的“美丽走廊”。形态各异的画作都来自“病人艺术家”，剥开精神疾病被污名化的外壳，公众得以走进患者的精神世界。策展人、上海市精神卫生中心医生陈智民表示，希望600号画廊能够成为公众了解精神疾病和精神障碍患者的窗口，减少社会对他们的刻板印象。

同一年，“600号”的另一款产品火了——月饼。火的理由很简单——人们对精神卫生领域的强烈好奇心，再加上内部产品的稀缺性，造就了“600号”月饼的火爆。后来，这家公立医疗机构的思路和创意还激发了不少品牌的合作意愿，陆续推出了咖啡、T恤、口罩、表情包、子母包、巧克力等“爆款”产品。每一

今天是世界精神卫生日，全球约10亿人正在遭受精神问题困扰。在精神疾病日益高发的当下，上海市精神卫生中心借助画廊、月饼、咖啡、表情包、特展等文创及周边产品，让“600号”完成了从网友口口相传的“祖传梗”，到正向出圈的情感价值出口这一华丽转型。医院做对了什么？在该院党委书记谢斌看来，每一个爆款产品，不仅是医院文化的具象化载体，更传递着其内在的价值：呼吁人们关注精神世界。

款都精致又有趣，比如和徐汇艺术馆推出的“600号艺术药丸T恤”，上面写着“问题不大”；与上海交响乐团合作的“600号咖啡”，十款口味对应职场人的十个心理困惑，扫码后，品尝咖啡的同时，可听到医生解读，配以交响乐曲，发挥音乐疗愈功能。

跨界合作，打造“情绪出口”

除了实体产品，“600号”还非常关注精神相关疾病患者的内心世界，通过科普传播呼吁、鼓励大众更好地理解、接纳患者。2022年，上海市精神卫生中心在B站设立官方账

号，通过科普微电影等形式，从不同的专业角度为用户科普心理健康知识。

作为“600号”文创产品的主创人员之一，上海市精神卫生中心精神科乔颖主任医师表示，当代社会，焦虑、抑郁、行为成瘾等不再是边缘患者群体专属，成年人需要实体化“情绪出口”，尤其是年轻人。作为“爱和疗愈”的代名词，上海市精神卫生中心具有先天优势，产品承载着社会对精神疾病患者的关注，因此得到网友喜爱。

乔颖介绍，随着社会对于精神卫生认知度的提升，大家慢慢地对“600号”包容度更高

了，院方大胆尝试更多跨界合作，持续将积极向上的能量传递给社会大众，也希望“600号”可以更多地提供关怀和帮助。

营造心理健康良好生态

如何消除社会及公众对精神疾病的歧视与病耻感，一直是精神卫生工作者面临的巨大挑战，更是精神专科医院高质量发展必须迈过的一道坎。谢斌告诉记者，医院将上海城市的性格与医院文化和专科疾病特点结合，跨界打造“600号”文化符号，不仅体现社会包容度，也是社会与城市发展进步的结果。

“600号”的出圈也悄悄带来“三大促进”：一是促进民众心理健康素养的提升；二是促进服务质量和覆盖面提升；三是促进健康文化与城市文化的深度融合。谢斌说：“上海市精神卫生中心将发挥公立医院公益属性，关注大众心理健康，营造心理健康良好生态。”

上海每三年一次的市民知晓率调查结果显示，市民对精神卫生知识的知晓度不断上升。今天是世界精神卫生日，谢斌也表示，希望每个人都能做情绪的主人，关注自己的情绪，如有必要，应及时就医寻求帮助。

本报记者 左妍

“极危”鸟种 勺嘴鹬来啦

中午时分，初秋的海南南汇东滩海边，随着潮位逐渐上升，聚集在滩涂上的鸟群渐渐密集起来。一群脖子上好似戴着“白围巾”的环颈鸻齐刷刷站着，安静地享受着秋日暖阳。岸边，十余名观鸟爱好者举着望远镜和相机，鸟友们用来标记方位的，则是矿泉水瓶。

“看，那只不一样！”“就是身上有碎斑纹的那只！”鸟友们似乎有了发现。然而，小鸟把脑袋埋在羽毛里，似乎酣睡正香。这时，一只灰尾漂鹬发现了美食——一只螃蟹，迈开腿，惊扰了鸟群。“碎斑纹”小鸟转过身来，一阵快门疾速落下，“啊，嘴露出来了！是它，小勺子！”（见图，孙士峰 摄）

被大家亲昵地称为“小勺子”的，正是国家一级重点保护野生动物、地球上最濒危和最稀有的鸟类之一——勺嘴鹬。因为嘴巴的特殊形状，它被人们称为“自带饭勺的小鸟”。勺嘴鹬对繁殖地的要求苛刻，仅在俄罗斯西伯利亚东北部楚科奇半岛的冻土层上繁殖；它经历着长途迁徙的风险，每年要跨越大半个地球，沿着东亚—澳大利西亚迁飞路线完成迁徙，来到东南亚地区越冬；它更受着栖息地减少的

威胁，在2007年的一次由国际鸟盟进行的统计中，勺嘴鹬的数目约少于100对。因此，世界自然保护联盟（IUCN）濒危物种红色名录将其保护现状由“濒危”提升到“极危”，种群生存面临严峻挑战。

上海自然博物馆副研究员何鑫介绍，由于每年春迁和秋迁时都会经过中国，勺嘴鹬在包括江苏盐城条子泥湿地在内的中国黄（渤）海候鸟栖息地已形成了稳定的种群，南下或北上时经过上海，并非偶然现象。但小小的它是否能够被记录到，则需要花费一些功夫和运气。资深观鸟人严浩告诉记者，从2020年开始，几乎每年都有鸟友在上海发现“小勺子”，有时是奉贤，有时是崇明，但它经常“快闪”，让闻讯赶去的后来者很难捕捉踪影。从国庆假期开始，这只从斑纹判断尚处幼年的“小勺子”成了这个秋天大自然送给上海



的礼物，在南汇待了超过一周，给了爱鸟人不小的惊喜。严浩和不少同好终于第一次在上海看见了“小勺子”。

“勺嘴鹬、环颈鸻等小型鸻鹬类以沙蚕、贝类等中小型底栖动物为食物来源，潮间带滩涂地是它们觅食的唯一空间。滩涂面积无论大小，对它们而言，都非常重要。”何鑫打了个形象的比方，在勺嘴鹬迁徙过程中，固会经过黄（渤）海候鸟栖息地、崇明东滩等大型“充电站”，但是，如果一路上有更多的小型“充电桩”，它们便能更方便地歇歇脚，补充能量，继续“远征”。在城市发展的同时，为小鸟留住更多的滩涂，将有利于濒危鸟类种群的保护。

本报记者 陆梓华

18对新人办集体婚礼

设在公园里的杨浦区婚姻(收养)登记中心新址启用

杨浦婚登的‘新家’大气漂亮，是领‘红本本’的最佳选择！”现场还有10对钻石婚、金婚、宝石婚和银婚夫妇也获颁了纪念证书和纪念品。

刚刚乔迁长阳路1111号新址的杨浦婚登中心整体建筑为全落地玻璃幕墙结构，门头选用中国传统红色系，组成半圆形鸾凤和鸣门。幕墙外侧贴有象征着“喜事临门”“比翼双

飞”的喜鹊与彩带，连接新人的美好姻缘。

中心内部打造了两个不同风格的颁证厅。“百年好合”颁证厅4大主题、16个场景满足新人个性化拍摄需求。“花开并蒂”则适合着传统服饰的新人拍照留念。新址还通过倡导面对面的“陪伴式”服务，实现婚姻登记服务模式从“程式式”向“会客式”的转变。



今日论语

明天是重阳节，也是全国第12个“老年节”、上海市第37个“敬老日”。这两天，各区都举行了一系列活动，展示了各种智慧助老服务。

当前，虽然物联网、大数据、人工智能等在智慧助老服务中有一定的应用，但技术的成熟度和稳定性还有待提高，很多智慧助老产品和服务在设计时未能充分考虑老年人的实际需求和操作能力，导致产品适配性差，使用门槛高。近日，申程出行平台“一键叫车”项目运营方，对部分智慧屏点位存在使用率偏低、定位显示不够完善等问题采取措施，提升服务水平，但在提升老年人打车体验上仍有优化空间，还需进一步精准匹配老人需求。

精准匹配老人需求，首先要进一步加强用户信息融合，将老年人的个人信息、偏好、习惯等多源数据进行整合分析，形成全面、准确的用户画像。日前，虹口区的欧阳路街道、曲阳路街道、北外滩街道、凉城新村街道、江湾镇街道等成为首批挂牌的社区“智慧健康养老体验中心”单位，为企业和智慧健康养老产品进社区巡展的空间，也为社区老年人提供家门口、一站式的智慧健康养老体验服务，让企业开发出更好匹配老人的产品。

了解老人的需求，也要提供快速、准确、易用的客户服务咨询渠道，以便他们在遇到问题时及时获得帮助。普陀区推出的“一键通”应急呼叫项目，提供全年24小时不间断服务，确保重大节假日或突发情况的应急保障。今年1月至今，已服务超过1.5万户老年家庭，提供一键救援服务、一键打车服务、一键挂号服务、一键咨询服务、生活照料类等服务。

智慧助老服务旨在帮助老年人共享数字时代红利，这不仅需要硬件上的支撑，更需要“软件”上的完善，为老人提供更加便捷、高效、贴心的生活支持。

『智慧助老』需要精准匹配

方翔

本报讯（记者 孙云）昨天，来自全市各行各业的18对优秀青年来到杨浦公园里的杨浦区婚姻（收养）登记中心新址，在现场百余名来宾的见证下举办集体婚礼。

89年前，近代中国的第一次集体婚礼就是在位于杨浦的旧上海特别市政府大楼（现为上海体育大学办公楼“绿瓦楼”）举办。昨天能在绿树环绕的风景中举办集体婚礼，让自己也成为风景的一部分，新人陶先生表示：“我是一名驻地杨浦的空军指战员，三年来，杨浦见证了我和妻子的爱情开花结果，我们决定在杨浦登记结婚，将人生大喜事定在杨浦。感谢杨浦为我们举办神圣浪漫的集体婚礼，