

# 突然停车引事故 虽未碰撞也担责

本报讯(记者 张晋峰) 听到孩子哭闹,驾驶人王某一脚刹车,将车停在高速路超车道内,导致后方两辆车发生追尾事故。山西高速交警五支队7月7日通报相关情况,虽然王某的车辆与后方车辆并未发生碰撞,但其

仍需承担事故的同等责任。

6月9日下午4时20分,王某驾车在二广高速太原方向路段行驶时,听到后排座位的孩子哭闹,于是一脚刹车停在超车道上。王某突然停车后,其后驾驶白色轿车的刘某紧急制动,没有撞上

王某的车辆,但刘某后方的张某却躲避不及,追尾了刘某所驾车辆。

交警调查后认定,虽然王某所驾车辆并未与其他车辆发生碰撞,但其违法停车行为是导致事故的原因之一,因此承担事故的同等责

任,对其处以罚款200元、记9分的处罚。张某未与前车保持安全距离,也承担事故的同等责任,并处100元处罚。驾驶白色轿车的刘某无责。

高速交警提醒大家,高速公路车速快,违停行为会导致严重后果。因此,

遇到突发状况,应首先保证将车辆停放到安全地带,并摆放警示标志,人员也应尽快撤离。

## 文明交通

## 健身有技巧 不当易伤身

本报讯(记者 李涛 通讯员 王姝卉)随着全民健身的兴起,越来越多中老年人加入健身的行列。然而,健身方法如果有误,反而会给自己带来伤害。7月10日,滨体社区邀请国家一级社会体育指导员,为居民讲解如何正确健身,受到大家欢迎。

上午9时,海尔国际小区的院内,不少老人正使用公共健身器材锻炼。居民张大爷站在上肢牵引器前,做着单臂拉伸。每次用力拽动手环,器械就发出“咣、咣”的响声。国家一级社会体育指导员程浩然见状,立马上前纠正。

“大爷,这样使用器材,容易受伤。”说着,程浩然站在牵引器的正下方,两臂向上伸直,两手分别抓握手柄,做起了示范。“我们要垂直上下交替拉动,这样才能起到锻炼的效果。”

居民陈大娘站在一台漫步机上,双腿大幅度摆动,踏板都快甩成90度了。仗着身体平衡好,双手也不扶着。程浩然及时提醒,该器材主要用以活动、放松髋关节,增强髋部肌肉及柔韧性。应该这样做:手要扶稳,两脚要前后摆动,幅度不能过大。

程浩然告诉老人们,锻炼前一定先热身。他带着大家,做完了5分钟的热身运动。

## 文明健康

• 有 你 有 我 •

## 亲子戏水活动 家长孩子玩“嗨”了

本报讯(记者 郭晓华 通讯员 刘泽慧 文/摄)夏日炎热,为丰富辖区未成年人暑假生活,7月9日,上马街一社区举办“泡沫之夏 欢乐童年”亲子戏水活动,让孩子和家长在戏水中尽情交流、亲近、沟通、玩乐,留下一个欢乐与清凉的夏日记忆。

活动现场,五彩斑斓的泡沫如同梦幻的云朵,将整个场地装扮成一片欢乐的海洋。孩子们身着各式各样的泳衣,兴奋地踏入“泡沫世界”,瞬间被无数轻盈的泡沫包围,仿佛置身于童话中。他们在泡沫的海洋中奔跑、嬉戏,尽情释放着童年的纯真与活力,在欢声笑语中,洋溢着无尽



的快乐。

孩子们在家长的陪伴下,或手持水枪“激战”,或携手共筑泡沫城堡,每一个瞬间都定格成了这个夏

天最美的画面。水花飞溅,泡沫飘舞,不仅带来了身体上的清凉,更让心灵得到前所未有的放松与愉悦。随着夕阳西下,狂欢

活动缓缓落下帷幕,孩子们依依不舍,家长们也意犹未尽,在为社区点赞的同时,也希望社区能继续开展此类活动。

## 沙盘游戏打开儿童心扉

本报讯(记者 侯慧琴)通过在沙盘中摆放沙具,孤残儿童打开心扉,表达内心的感受,还学习与他人沟通和协作。7月10日,山西省心理咨询师协会沙盘专委会的心理咨询师走入太原市儿童福利院,以沙盘为桥梁,照亮孤残儿童心灵。

当天上午,心理咨询师以好玩的热身游戏开启了

沙盘活动,孩子们渐渐放松和融入。在音乐的陪伴下,他们将双手放入沙盘,用心感受细腻沙子带来的美好感觉。随后,在咨询师带领下,孩子们认真挑选沙具,小心翼翼地摆放在沙盘

中。他们有的专注于构建自己的小世界,有的则积极与同伴合作,共同打造一个充满创意和想象力的场

景。通过沙盘游戏,孩子们不仅学会了如何表达自己的情感和想法,还学会了如何与他人沟通和协作。

太原市儿童福利院工作人员表示,孤残儿童的内心很需要疗愈,希望通过沙盘活动为孩子们提供一个安全、自由的空间,使他们

能放下防备,勇敢地展现自己的内心世界,表达自己的情绪,释放内心压力,并在此过程中逐渐找到面对困境的勇气和力量。福利院将继续举办类似活动,为更多孤残儿童提供心理支持和帮助,为他们的健康成长保驾护航。

## 关爱保护未成年人健康成长



山西·太原

锦绣太原  
争创文明城市  
建设美丽太原

讲树  
文明  
新风

太原市文明办  
太原日报社