6场治愈系活动 一键解锁夏日快乐

厢遇夏市

告别一周的忙碌，是时候用酣畅淋漓的活动唤醒活力了！从周五的室内运动到周六的户外探险，“厢遇夏市”为你准备了丰富多样的选择，无论你是运动达人、大自然爱好者，还是想探寻内心的朋友，都能找到属于自己的快乐。

扫码报名 扫码咨询

第245场 室内攀岩,抱石初体验

对新手友好的室内抱石式攀岩,安全又简便。无需绳索、安全带等复杂装备,仅需地垫、攀岩鞋和镁粉即可参与,岩壁下方的海绵垫为你提供贴心保护。在规定时间内反复挑战设置的“难点”,既能锻炼肢体协调性,又能体验突破自我的成就感,轻松开启攀岩初体验。

时间: 8月8日(周五)19:00-21:30
地址: 渝中区乐攀丛林攀岩馆

第248场 和心理学硕士面对面 体验音疗

和心理学硕士深度对话,在专业人士的引导下,看见自己真实的内心,与自己对话,和自己和解。活动当天,你还能体验独特的音疗(又称“音波共振自然疗法”)。低频声波轻轻振动,帮你卸下紧绷的情绪盔甲,那些轻易说出口的焦虑和情绪,在声波的撞击下慢慢松绑。

时间:8月9日(周六)14:00-16:00
地点:渝北区动力国际E座

第246场 飞盘新人局 享受运动的快乐

5人为一队,3支队伍展开欢乐对决,循序渐进的要法超容易。从热身激活身体,到分组练习熟悉技巧,再到进阶教学提升能力,最后进入小组对抗一决高下,让新人快速上手。在奔跑传接中感受飞盘的魅力,在团队协作中结识志同道合的朋友,让运动与社交无缝融合,轻松享受运动的快乐。

时间:8月8日(周五)20:00-22:00
地点:渝北区联发体育公园

第249场 北滨路骑行,追风看江景

自行车是一种简单、经济、可靠、清洁和有利环境的可持续交通工具,也是健身运动的优选方式。这条北滨路夜骑路线视野开阔,微风拂面,沿途可欣赏洪崖洞的灯火、来福士的流光,每一帧都是山城限定版景色。

时间:8月9日(周六)19:15-22:00
集合点:江北区双龙车行(重庆轨道交通9号线溉澜溪站1A出入口出,步行454米左右即到)

第250场 “仙女牧场”徒步,闯入山野秘境

这里宛如现实版绿野仙踪,13km的徒步路线耗时约5小时,人少景美。连绵的草甸、嶙峋的怪石、孤独树屋与蓝天白云相映,日落时分的美景更是让人“失语”惊叹。温顺的牛羊成群结队,既是自然的点缀,也是拍照的天然搭档,在这儿,可以体验一把“牧羊人”的悠闲与自在。

时间:8月9日(周六)07:20-17:00
集合点:重庆轨道交通3号线嘉州路站3B出入口

第247场 瀑布溪降·野趣探险

告别空调房的沉闷,来一场野趣十足的瀑布溪降!钻进瀑布群,顺着岩壁穿行,让哗哗的水流冲刷掉所有烦心事。在自然的怀抱中挑战自我,感受水花飞溅的清凉与刺激,解锁夏日最“野”的打开方式。

时间:8月9日(周六)07:45-16:00
集合点:重庆轨道交通3号线嘉州路3B出入口

仁品医院“8月耳鸣体验月”来袭

只需19.9元

6大检查+免费治疗+500元住院基金

耳边持续不断的嗡嗡声、蝉鸣声,日夜折磨着你?工作无法集中,夜晚辗转难眠,连生活都被搅得支离破碎?别再默默忍受!仁品医院“8月耳鸣体验月”福利强势来袭!

四大优惠福利 错过再等一年!

- 1 耳鸣检查 19.9元** (原价300+元!含6大核心项目)
 - ☑ 纯音听阈测定
 - ☑ 咽鼓管压力测定
 - ☑ 耳鸣检查
 - ☑ 耳鸣THI量表评估
 - ☑ 耳鸣TEO量表评估
 - ☑ 普通音乐治疗
- 2 免费体验“耳鸣克星”治疗** 蝶腭神经节针刺/耳鸣针免费体验1次(2选1)
- 3 助听器免费试配** 国家三级验配师1对1指导,帮您找到最适合的听力解决方案!
- 4 500元住院基金** 住院即享500元住院基金

活动时间:即日起至2025年8月31日
活动要求:每人仅限体验一次,不与院内其他优惠同享
咨询电话: 023-60379001
扫码咨询

选购儿童防晒霜 这4点你得知道

进入夏季,防晒霜也迎来销售旺季,不管是线下实体店还是线上平台,不少儿童防晒产品热卖。根据《儿童化妆品监督管理规定》,儿童化妆品应当在销售包装展示面标注国家药监局规定的儿童化妆品标识,也就是“小金盾”。但记者调查发现,不少家长对选购儿童防晒产品应注意事项也知之甚少。选购儿童化妆品,哪些常识应该知晓?

- 1.选儿童防晒霜认准“小金盾”标识**
根据《儿童化妆品监督管理规定》,儿童化妆品应当在销售包装展示面标注国家药监局规定的儿童化妆品标识“小金盾”。商家虚标“小金盾”标识的情况在一定程度上存在。上海市消费者权益保护委员会2024年6月发布的线上销售儿童化妆品社会监督情况汇总显示,某电商平台经销的一款儿童防晒霜,宣称婴幼儿、儿童大人通用,其产品没有“小金盾”标识,但在网页上多处宣称适用于儿童,并虚标了“小金盾”标识。
- 2.儿童防晒霜 SPF 建议在15—30之间**
目前,儿童防晒霜主要包括物理性防晒霜和化学性防晒霜两类。江苏省消保委消费指导部工作人员龚永壮说,儿童防晒霜的SPF值并不是越高越好。“我们还是建议孕妇、儿童尽量选择物理防晒的方式,避免刺激到自己的皮肤。建议选择SPF在15—30之间,并且覆盖UVA和UVB全波段广谱的含有儿童配方的防晒霜。”
- 3.防晒喷雾可能刺激儿童的呼吸系统**
南京市儿童医院呼吸科主任医师田曼表示:“儿童的呼吸系统和免疫系统相较于成人更为脆弱,对化学物质的抵抗能力较弱。防晒喷雾在使用过程中,由于喷雾的微粒较小,容易被儿童吸入,进而对呼吸系统造成刺激或损伤,引发咳嗽、呼吸困难等症状。不少孩子也可能产生过敏反应,导致皮肤红肿、瘙痒等问题。”
- 4.6个月以下婴幼儿不宜使用防晒霜**
北京工商大学化妆品系副教授赵凤年建议,6个月以下婴幼儿不宜使用防晒霜;6个月至2岁幼儿可使用物理防晒霜;2岁以上儿童可以适当使用专为儿童设计的防晒霜。“在首次使用的时候,可以在儿童的耳后皮肤先进行涂抹,先观察,如果半小时内没有局部发红,再进行全身使用。”
据央广网

仁品医院“8月耳鸣体验月”来袭

只需19.9元

6大检查+免费治疗+500元住院基金

耳边持续不断的嗡嗡声、蝉鸣声,日夜折磨着你?工作无法集中,夜晚辗转难眠,连生活都被搅得支离破碎?别再默默忍受!仁品医院“8月耳鸣体验月”福利强势来袭!

四大优惠福利 错过再等一年!

- 1 耳鸣检查 19.9元** (原价300+元!含6大核心项目)
 - ☑ 纯音听阈测定
 - ☑ 咽鼓管压力测定
 - ☑ 耳鸣检查
 - ☑ 耳鸣THI量表评估
 - ☑ 耳鸣TEO量表评估
 - ☑ 普通音乐治疗
- 2 免费体验“耳鸣克星”治疗** 蝶腭神经节针刺/耳鸣针免费体验1次(2选1)
- 3 助听器免费试配** 国家三级验配师1对1指导,帮您找到最适合的听力解决方案!
- 4 500元住院基金** 住院即享500元住院基金

活动时间:即日起至2025年8月31日
活动要求:每人仅限体验一次,不与院内其他优惠同享
咨询电话: 023-60379001
扫码咨询