

更新,让生活更加和美

孙云



新民眼

最近,徐汇区一些曾经有过旧改意向却迟迟未能成功的地块又重启征收计划。因为有过几轮夭折的前车之鉴,在重启之初,一些工作人员和居民心里都没有十足的把握。然而,经过不懈努力,一些地块已经以高比例签约生效,其中,龙华西路上一个规模不小的地块甚至达到了罕见的首日实现100%签约率。还有几处的推进情况也很喜人,居民们在首轮征询中表达出强烈的旧改愿望。

曾经不能成功的事情为何如今成功

了?相关负责人总结了不少做法:阳光征收公正公平公开,越透明就越有公信力;旧改工作人员带着一片真情帮居民算好亲情账、经济账,既帮居民修复亲情,又让他们在一张攻略图上看懂如何实现征收工作与个人利益的双赢;先做好一部分居民工作带头拆违,实现“愿拆尽拆,不便拆的达成协议后拆”等等,为后续类似项目的推动提供了许多经验。其中,最核心的一条当属:城市更新既是区域高质量发展的抓手和推进器,更是老百姓的民心所向。

上海正紧扣节点目标,落实好新一轮民心工程三年行动计划,努力把每一项工程都打造成人民群众满意的精品工程。其中,针

对市民关注的零星二级旧里以下房屋、不成套旧住房以及“城中村”这“两旧一村”改造,将持续推动体制创新、机制创新、管理创新,用10年时间全部完成。

“两旧一村”改造正是这几处老基地重启征收计划的东风。不仅如此,除了旧改成片征收,在一些相对居住环境较好的社区,各种让老住房焕新的改造也正在全市范围内热火朝天地进行中。

早已生锈破损的铸铁水管更换了,斑驳脱落的外墙重新粉刷了,凌乱的空调外机统一装上了防护罩,脏乱差的“边角料”成了健身角、小花园,违法搭建和居民私自安装在楼梯间公用部位的铁门拆掉了,一些小区率

先实现了加装电梯全覆盖……旧房焕新颜,人们的生活更加和美,真正感受到了“人民城市为人民”。

城市更新,成为上海高质量发展的重要途径和抓手。通过更新,稀缺的土地资源得以发挥更大的效益,不断拓展发展空间,将提升区域发展能级。通过更新,可以打造更加开放的载体空间,加深区域里不同类型要素的融合,为培育全链条创新生态提供支撑,增强城市的科创动力。通过更新,更可以为民造福,让百姓实现高品质生活。抱定这样的共识和确信,相信新一轮的城市更新将在片区布局、功能塑形、可持续发展等方面有更大的作为!



此秋非彼秋 申城暑气仍当时

本报讯 (记者 马丹) 今天进入立秋节气。立秋是秋天第一个节气,将进入“末伏”,意味着一年中最炎热的三伏天即将过去。但是,对上海而言,此秋非彼秋,暑热尚未退,“大暑小暑不是暑,立秋处暑正当暑”。

《月令七十二候集解》提到:“七月节,立字解见春(立春)。秋,揪也,物于此而揪敛也。”其中,“立”是开始的意思,“秋”则指庄稼成熟的时期。因此,古人命名的“立秋”,本意也不是说秋天已来,而是代表了一种天气的趋势,意为暑气渐渐退去,秋天才会到来。二十四节气是古人从天文历法角度创设的,划分四季的主要目的是为农耕时代的适时播种、收割作季节提示。但是,我国幅员辽阔,南北气候差异大,就会出现真实气候情况与节气名称不符的问题,因此,在上海,立秋里的“秋”并不是气象学里的“秋天”——如果按照气象入秋标准,即连续5日的平均温度都在

22℃以下,那么,上海的真正的秋天往往要比“立秋”节气迟来近2个月。

上海此时至少还有“一伏”的酷热天气需要忍受,秋凉未至,炎热依旧,时有高温。常年平均来看,在立秋节气上海会出现4个左右高温天。据上海中心气象台预报,目前副热带高压断裂成东西两环。本周上海主要受西环大陆高压影响,以多云天为主,伴午后局地雷阵雨天气。气温较高,最高气温都在33~35℃,仍可能出现高温天。周末随着东北冷涡南落,冷暖交汇,上海会有一次比较明显降水过程,气温会略有下调,但起伏不大,最高气温几乎仍稳定在33℃上下,最低气温在28℃左右。



烦暑郁未退 凉飙潜已起 立秋时节呼吸道疾病患者需加强防范

今日立秋。作为二十四节气中的“老十三”,立秋仍处于三伏天这一年中气温最炎热的时间段。唐代诗人白居易就这样描述立秋:“烦暑郁未退,凉飙潜已起”。上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院老年病科姜恺副主任介绍,立秋后白天依旧炎热,但早晚会变得凉爽,人们养生也要随之有所改变。

从立秋到下一个节气处暑,正是“夏九九”中由“六九五十四,乘凉入佛寺”到“七九六十三,夜眠寻被单”的过渡阶段,养生也要同时具备夏季和秋季的特点。姜恺提醒,立秋期间,因处于伏天末端,白天高温依然常见,而高温天最常发生的疾病就是中暑。无论是高强度的活动让自身产生更多热量导致的中暑,还是周围环境温度过高导致的中暑,抑或是穿不透气服装、空气湿度大、排汗障碍等散热障碍所导致的中暑,都需要注意预防。尤其是老年人,因为体温调节能力相对较弱,对缺水等情况反应较为迟钝,更需关注。

姜恺说,即便到了立秋,遇到高温天还是要注意做好防暑降温工作。有户外锻炼习惯的人群,应该严格控制活动时间和强度,过程中如果感觉身体不适,应该及时停止锻炼,找阴凉处休息并观察身体情况。有些市民喜欢喝冰镇啤酒或饮料来消暑,需要注意一点,含糖量较高的饮料和酒精度较高的酒,本身并不具备补水的功能,甚至可能导致机体进一步缺水。所以,预防中暑还是建议饮用

白开水或者淡盐水。

立秋前后,一些患有过敏性鼻炎、慢性支气管炎、哮喘等呼吸道疾病的患者,可能因为细微的气候变化导致发病。姜恺介绍,肺为娇脏,喜润恶燥,开窍于鼻,主司呼吸,每时每刻都在与外界环境密切接触,而呼吸道疾病患者因肺气不够充盈,无法抵御风寒、风燥等外邪,从而导致疾病发生。

如何避免?姜恺说,最简单易行的办法就是佩戴口罩。普通的外科口罩就能有效阻隔空气中的灰尘、花粉、刺激性气味等,还能缓冲一部分空气温度、湿度变化对呼吸道黏膜的刺激,从而降低发病概率。如果感觉一直戴口罩太热太闷,那就注意在一些特定场景佩戴,如:地铁、公交、电梯等相对密闭且人员较为集中的场所。

立秋时节,由于相对气温还是偏高,人很容易食欲不振。姜恺提醒大家,还是要注意吃得清淡一点,选择更容易消化的食物。一方面,此时大鱼大肉非但不会勾起食欲,反而更容易“倒胃口”;另一方面,清淡食物对消化系统的负担相对轻。值得注意的是,清淡饮食不等于吃素,而是指少吃油腻、荤腥、生冷食物,具体食材上还是以荤素搭配为宜。此外,因为立秋后湿度下降,气候转燥,为防止燥邪过盛而损伤肺气,可以适当吃点酸甜口味的水果,如柠檬、山楂、乌梅、石榴等。

本报记者 郢阳

漫步在被称作“古

镇新天地”的蟠龙天地,星巴克、小蓝瓶取代“粽子、扎肉、臭豆腐”,烟雨廊桥、古寺钟鸣、香花桥影等蟠龙新十景,让人一脚踏进了江南。青浦百联奥特莱斯购物广场人头攒动,顾客拎着大包小包,畅享“买买买”。“奥莱游”之后,开车到附近的赵巷镇“和睦水街”,玉米地旁看电影,农宅里面逛酒吧,感受慢生活的独特魅力。最近,青浦几大新晋网红打卡点十分火热,凭借“高颜值,江南风”,成为暑期带娃胜地。

古镇新天地

古色古香、小桥流水,江南风情浓郁,吃喝玩乐一应俱全,周末走进蟠龙天地,游客络绎不绝,不少店铺门口都排起了长队。

蟠龙天地整体规划超50万平方米,商业建筑面积7.5万平方米,为开放式街区,而非传统古镇商业模式。踏着石板路,一边是潺潺灵动的河流,水边绿色葱郁、花草繁盛;一边是精致的中外品牌店铺,商品琳琅满目。边吃边逛,一路徜徉,诗意的江南古韵,不经意间展露的国际范儿,给人增添了愉悦。

夜幕降临,蟠龙天地打造了光影秀夏日限定版。光影间,或有一池荷花,摇曳生姿,或有水波荡漾,江南诗情,吸引了不少市民游客驻足观赏。现代数字艺术作品与古镇的结合,既有古韵,也有新味,趣意盎然。“荷花和蜻蜓跃然桥上,与水面浑然一体,特别巧妙,眼前一亮。”市民徐女士说。

奥莱买买买

吃饱喝足,到青浦百联奥特莱斯购物广场逛逛。随着“炫彩夏”购物季启动,品牌纷纷推出优惠,大家开启“买买买”模式。在一些运动品牌店,顾客正忙着挑选、试穿新衣。

“奥特莱斯里大部分为国际知名品牌,品质有一定保障,再叠加奥特莱斯的优惠活动,能买到价格实惠、品质上乘的商品。”消费者刘女士告诉记者,随着年龄增长,不再单纯追求款式,更加看重质量。性价比已经成为她购物时最重要的考虑因素,既“好”又“省”的奥特莱斯正好满足了这样的消费需求。

近日,青浦百联奥特莱斯推出各类优惠活动,解锁夜间经济密码,为市民购物等提供便利。考虑到白天气温炎热,通过充分发挥夜间经济的优势,青浦奥莱将商圈与运动相结合,打造潮流运动主场,设置玩转飞盘、“赏乐季”乐队演出、“燃动一夏”健身互动等场景,让顾客在运动中体验购物的快乐。

乡村夜经济

夏日炎炎,除了有空调的大商场,还有



青浦几处热门打卡地成为市民游客消暑消费新天地

烟火气升腾,『郊区经济』火爆

哪些地方可供休憩?赵巷镇和睦村正打造有声有色的“乡村夜经济”点位,和白天的高温打“时间差”,用独有的乡间夏夜魅力留住市民游客。

和睦村442号、443号,昔日两栋老旧农宅流转后已被整体改造成高端茶馆“饮光山房”。为了让村民和游客多一处夏夜纳凉的地方,茶馆经营者将443号农宅的马头墙当作天然幕布,每到夜晚就拿出投影仪在墙面上放电影。紧挨玉米地的乡间露天电影院带来独特体验,孩子们直呼新奇。

适逢暑假,又紧邻奥特莱斯,和睦村“夜经济”火爆。咖啡、轻食、西餐、港式打边炉,品美味佳肴、赏花前月下,徐泾河两岸色彩斑斓的霓虹灯光,让夏夜的和睦显得古朴又不失时尚与温馨。夜晚9点,“和田睦舍”的小院内仍然人气十足。创始人王守伟告诉记者,自五月开业以来,盛满烟火气的小院受到许多人喜爱,已经积攒了不少老客户。有的从市区闻名而来,一位住在佘山的客人连着半个月光顾;有的是附近白领下班后,三五好友相约,聊天畅饮,放松身心。常常到了深夜,客人们仍然舍不得走。周末以及节假日,座无虚席。

安徽姑娘小穆在村里开了一家小酒馆,这些天可忙坏了,“夏天生意太火爆,最近已看了好几次日出,忙得都快眼冒金星了”。开业前小穆还有点忐忑,担心村里“日出而作,日落而息”,没有夜生活。没承想,赵巷和睦村虽远离城市喧嚣,但环境优美,交通便捷,附近产业园年轻人很多,他们白天忙工作,下班后就爱到村子里遛弯,吹吹夏夜的晚风,听听放松的民谣。啤酒杯碰撞,泡沫翻腾,拂去了一身疲惫。

“和睦水街”是赵巷镇和红豆集团合作打造的乡村振兴文旅项目。利用乡村民居,结合当地人文、自然资源加以改建,有别于传统农村旅游,由咖啡、品茗、精致餐饮、健康服务等组成的精品时尚产业,“红豆·和睦源”项目构建起了如今“和睦水街”的全新格局。为吸引更多流量,产生更大的经济效益,招商过程中将水街定位为“精品商业”,有倾向性地引入一些乡村新业态,“夜经济”,就是新业态之一。围炉烧烤、帐篷露营,在田野深处享受夏夜微度假的乐趣。

如今,郊区生活已是大不同。稻田蛙鸣、月明风清的生态美只是一方面。大到商业综合体,小到乡村文旅街,吃喝玩乐一条龙,商家品牌应有尽有。吸引人来,留下人来,玩出花样,玩出创意,“乡村夜经济”有声有色。这个盛夏,一起体验!

本报记者 杨欢