



# 游园、唱歌、买菜……曹杨居民享受“15分钟社区生活圈” 家门口消夏“走几分钟都能到”



一早起来逛公园，再一路走到普陀区网格化管理服务武宁片区2楼做志愿者、参加合唱排练，然后到1楼社区长者食堂品尝午餐，最后在回家的路上顺便买点菜……昨天，普陀区曹杨新村街道75岁居民章月芳一连跑了好几个地方，消夏的日子过得既充实又惬意。“这些场所就在家门口，走几分钟都能到，很方便，人不累！街道这些年下了很大功夫建设‘15分钟社区生活圈’，就是为了方便我们生活，居民们都很满意。”章月芳说。

自2016年以来，上海积极推动“15分钟社区生活圈”建设，曹杨新村作为样板社区亮相“上海城市空间艺术季”，并入选国家商务部首批“一刻钟便民生活圈”试点。记者昨天现场体验了曹杨居民享受“15分钟社区生活圈”的几个“片段”。

## 第一站

### 曹杨公园看看逛逛

“早上凉快，我一般7时30

分出门，散步10分钟就能走到枫桥路上的曹杨公园。这里热闹啊！”章月芳说，别看公园面积不大，设施配套却很齐全，有莲花池、亭子、茶室、步廊、篮球场、草坪等，“一大清早，公园里人最多，唱歌、跳交谊舞、打拳、打羽毛球，健健身、出出汗，居民都爱来家门口的公园玩。”

曹杨新村街道辖区面积有2.08平方公里，户籍人口约8.7万人，常住人口约10万人，建有曹杨公园、枣阳公园、兰溪青年公园、百禧公园等，还有不少口袋公园。家住曹杨路的章月芳特别提到了百禧公园：“这两年新造的这个公园很有特色，大家都喜欢。”百禧公园位于原曹杨铁路市场旧址，总长度约1公里，平均宽度约15米。改造时，架设空中绿道，打造了一座适宜居民休闲、娱乐、健身、品读的社区开放式公园。天气好的时候，居民们有的在公园1层的艺术长廊内小憩，有的在布置了多样绿化的2层休闲长廊里锻炼，人们下班或者放学路过，可从3层云上廊穿行，欣赏保留了老车站风貌的艺术遮阳棚等。

家住花溪路的周国环今年72岁，也经常去周边公园玩，尤其对家门口的曹杨环浜情有独钟：“水清景美，我每天经过都会多看几眼，感觉心旷神怡。”

曹杨环浜全长2.14公里，是贯穿整个曹杨新村的一条环形封闭河道。曾有一段时间，这条河的水污染问题较为严重，后来经过一系列综合整治工程，整体环境得以改善。现在，河边慢行步道已全线贯通，为两岸居民重构了亲民便民、宜乐宜游的新型公共空间。

## 第二站

### 武宁片区老有所乐

在曹杨公园看看逛逛半个小时后，章月芳又花10分钟悠悠走到曹杨路926号。这里是普陀区网格化管理服务武宁片区，也是她当天活动的“主阵地”。她先到2楼一个教室做“暑假亲子手工课自制地球仪”活动的志愿者，再去参加隔壁房间内的街道老年合唱团排练。

章月芳告诉记者，合唱团已成立4年多，目前有60多人，年龄最大的杨苗红老人今年78岁，

这些成员全都来自周边小区，合唱团每年要演出不少场次。

中午，章月芳和同为合唱团成员的王周环等居民一起去1楼社区长者食堂就餐。章月芳点了三菜一汤并介绍：“食堂的菜味道好、价格实惠，60岁以上老年人持上海市敬老卡或新版社保卡还能享受‘满15元减3元’优惠，我是三天两头来品尝的。”

食堂里座无虚席，不少老人不仅堂吃，还将饭菜打包带回家当晚饭。

街道相关负责人介绍，武宁片区建于2019年8月，面积约2300平方米，是“15分钟社区生活圈”行动重点布局的“家门口”公共服务设施；1楼为服务区域，设置了社区长者食堂、老年日间照料中心、社区慈善超市、社区便民服务驿站，以及社区卫生服务站等；2楼为活动区域，设置了多功能厅、银龄社团活动室、阅览室、烘焙坊等，并建有全区首个社区“宝宝屋”。

“除了武宁片区，还有梅岭南片区、梅岭北片区，街道一共建了3个这样的片区，共同服务曹杨辖区10万居民群众。”这名

负责人表示，街道共建有9个社区长者食堂、老年人助餐点。周国环表示，她家隔壁就有一家“幸福餐吧”，走2分钟就到了，还有两个助餐点，也是走几分钟就能到达。“我和老伴经常轮换着去吃，特别是大热天，自己做饭太麻烦了。”她笑着说。

## 第三站

### 生鲜小店买菜回家

吃过午饭，章月芳、周国环结伴回家休息，路过一家名叫“枫桥驿站”的生鲜小店，就进去买了毛豆、茄子、白菜、西红柿等几样蔬菜。章月芳说，街道范围内有3个大型菜市场，还有很多生鲜小店、超市，居民外出走几分钟就能碰到一个，非常方便。

记者了解到，今年曹杨新村街道作为上海市“十四五”中五个城市更新改造示范区之一，将在现有建设规划基础上，进一步织密服务站点、提升服务能级，形成“15分钟社区生活圈”行动2.0版，打造“15分钟社区生活圈”的曹杨新样板。

本报记者 江跃中  
实习生 姚欣言

# 上万株睡莲绽放 新品种首揭面纱

## 2023年辰山植物园睡莲展将横跨夏秋两季



▲ 辰山植物园最新培育的睡莲品种“琴弦”  
▲ 山水睡莲区景色

万物明妍，莲影摇曳。即日起至9月24日，辰山植物园“静谧的睡莲世界”睡莲展如约而至。今年园方共展出上万株睡莲，320多个品种，展期横跨夏秋两季，自主培育的“琴弦”“极光”“天琴座”等新品种也首度亮相。

## 新优品种首展

睡莲的种质资源收集保护与创新工作一直是辰山植物园睡莲展示的基础。今年花展共展示320多个睡莲品种，其中热带睡莲170多个、耐寒睡莲150多个。辰山首展品种5个，不乏自育品种。

例如，“琴弦”呈星芒放射状，淡蓝紫色花瓣上镶嵌深红色斑点条纹，是辰山最新培育并国际登录的新品种，也是上海地区首个自主培育的蓝色系耐寒睡莲品种；“普拉卡”是首次展出的耐寒睡莲品种，花朵黄色，花量丰富，

获IWGS(国际睡莲水景园艺协会)2020年耐寒睡莲第一名；“流云”是首次在沪展出的热带睡莲品种，拥有蓝紫色花瓣，斑驳的叶片独具特色，获2022年全国睡莲比赛热带第三名；“蓝蝴蝶”是首次在沪展出的澳洲睡莲品种，拥有淡蓝花瓣，小巧可爱。

## 五大景区亮相

全园共设置花影鱼跃区、山水睡莲区、夏夜精灵区、雨洪花园区、多彩睡莲区五大景区。

■ **花影鱼跃区** 主要展示辰山自育品种“琴弦”“极光”“天琴座”，搭配首展的“流云”“蓝蝴蝶”“紫贝壳”及精品获奖品种“日冕红”“紫外线”“岩山千瓣”等，100余个睡莲品种将轮番“露脸”。

■ **山水睡莲区** 主要展示耐寒睡莲“麦克丰”“金奖”“莹宝石”“曼拉”等品种。红、橙、黄、粉、

白，颜色各异的耐寒睡莲沿辰山西湖岸线分布，长约600米的“睡莲之岸”形成辰山一景。

■ **夏夜精灵区** 主要展示“王莲”“芡实”“埃及白睡莲”“印度红睡莲”等夜花型睡莲，呈现夜间开花植物的多样之美。

■ **雨洪花园区** 主要展示澳洲巨花睡莲系列如“乔治夫人”“油画女郎”“品瓦利”等。

■ **多彩睡莲区** 主要展示“岩山千瓣”“蓝鸟”“泰国王”和澳洲巨花睡莲等各色热带及耐寒睡莲。矿坑镜湖内，不同色系的睡莲在高山飞瀑中诠释色彩之美。

据悉，睡莲展期间，还将举办各种主题活动，包括《水中女神——睡莲》园艺大讲堂、“池花夕探”主题科普活动、“百变萌娃坐王莲”活动，以及“生日免费游辰山”活动等。

本报记者 金旻矣



## 清凉小站

昨天下午，金山区朱泾镇“七彩驿站”户外职工爱心接力站推出“清凉小站”服务项

目，为前来休憩的户外劳动者提供免费的西瓜、冰镇饮料、藿香正气水、清凉油等防暑降温用品，让他们清凉一夏。  
本报记者 屠瑜 陶磊 摄影报道



## 爱心茶摊

进入末伏的申城依旧烈日炎炎。杨浦区国顺东路沙岗路口有一个爱心公益茶摊，免费为来往行人提供茶水，途

经的路人和环卫工人、快递小哥常在这里喝茶解渴。据了解，这个爱心公益茶摊是附近一家茶馆店设置的，迄今已坚持了十多年。

杨建正 摄影报道