



“魔都秋色地图”出炉

含16个区177条秋色景观道路 11个古树名木推荐点

本报讯 (记者 金旻矣)秋色宜人,上海正美得深邃。为方便市民赏秋,昨天,上海市绿化管理指导站发布了今年的“魔都秋色地图”,囊括全市16个区的177条秋色景观道路和11个古树名木推荐点。

16张“赏秋地图”,不仅以地图形式标出具体点位及主要秋色树种,还以列表形式标出道路名称、起止路段和观赏树种。其中,今年的秋色树种主要包括银杏、悬铃木、无患子、乌桕、榉树、红花槭、水杉、三角枫、娜塔栎、复羽叶栎树、白蜡等约20种,涵盖本市常见秋色叶景观树种。

此外,今年地图还特地标出11个古树名

木推荐观赏点位,包括安亭镇0001号银杏、复兴公园1151号七叶树、复兴公园1452号悬铃木、豫园1216号石榴、泾南公园0003号银杏、高行镇高行街万安街口1177号桂花、桂林公园1133号黄连木、上海植物园1174号桂花、中山公园0909号悬铃木、鲁迅公园1045号榉树、曲水园桂花(1188、1189、1190号)等。市民可前往这些点位,欣赏“一树成秋”的美景。



扫一扫二维码看“赏秋地图”

上海植物园内秋色色彩斑斓,游客徜徉其间,拍下如画美景

杨建正 摄

本报讯 (记者 邵阳)经过3年多建设,上海中医药大学附属龙华医院航头院区今天正式启用。自此,航头镇有了首家三级甲等医院,浦东西南地区也有了首家综合性区域医疗中心。院方表示,将在确保三甲医院应有医疗保障能力的基础上,充分发挥自身中医药特色和优势,为航头镇及其周边区域患者提供中西医并重的高水平医疗服务。

今日首批开放的门诊服务包括儿科、肿瘤科、风湿科、骨伤科、肛肠科、皮肤科等。

上午,记者步入宽敞明亮的门诊大厅,只见挂号服务窗口一字排开,暖色灯光让人感到温馨舒适。“新院区的设计力求为患者及其家属带来心理上的愉悦,处处体现人性化理念。”龙华医院院长陈跃来介绍,“航头院区设置住院床位500张、多功能手术室9间、重症监护病床18张、可转换重症监护床位25张、CCU(冠心病监护)床位8张、EICU(急诊重症监护)床位9张。”

全新亮相的航头院区诊疗环境舒适,诊室空间更大。重症监护室布局合理,配有多功能监护仪,有创、无创呼吸机,纤维支气管镜,床旁超声,血气分析仪,高流量氧治疗仪等先进仪器设备;龙华医院中医儿科名声在外,新院区儿科诊室布置也颇具特色——以嫩黄为主色调,让孩子们在就诊的过程中可以“少一丝恐惧、多一点静谧”。

「以后看病不用跑那么远了」 龙华医院航头院区今日启用引来周边居民「探营」

得知新院区启用,开诊伊始就有不少市民,特别是航头镇居民来“探营”,院方也安排了综合内科、心病科、肺病科、肝科、肾病科、骨伤科、肿瘤科等多位专家进行现场义诊。

不光是航头镇本地居民,连住在惠南镇的王女士也来到了这个新院区。她的母亲患有强直性脊柱炎,之前需要一周两次往返浦西接受治疗,每次车程近2个小时。“龙华医院落户航头镇真是太好了!对于我们来说方便很多,开车过来只要20多分钟,老太太以后看病可以不用跑那么远了。”王女士高兴地说。

同样令患者感到欣喜的,是医院在改善就医体验上的用心。航头院区在设计过程中充分考虑患者需求和学科优势,开展了按疾病需求整合诊区功能的试点,设立了全综合诊疗诊区,诊区配备门诊室、治疗室、观察室、谈话室、乳腺导管镜室和自助服务机等;针对患者换药时所需的院内外用制剂,缴费后药物将直送换药室,不需要患者再赴药房取药,让“患者少跑、服务多跑”。

据悉,龙华医院航头院区东起航都路、南至航三路、西至航吉路、北至鹤闻路,总建筑面积76550平方米。值得一提的是,新院区住院部前的长春桥建于清嘉庆二年(1797年),已在岁月中枕水200余年。医院在建设过程中特别注意保护古桥,将其小心安置在医院中心位置。

老师傅玩起新花样 羽绒服翻新羽绒被



今天上午,童师傅用充绒机把旧衣服里的羽绒吸出来,收集后一并称重,再充入新被子里

相信许多市民碰到过这样的难题:羽绒服穿旧了,蓬松度和保暖性大不如前,扔了怪可惜,放着又占地方,这可如何是好?

对此,不少网友支招,可以把旧羽绒服收集起来,直接充成一条新羽绒被。事实上,这样既环保又省钱的服务,在上海市中心就能找到。

今天,记者在打浦桥街道生活服务中心看到,在此驻点设摊多年的童师傅先将旧衣服小心划开,再用充绒机将内里的羽绒吸出,收集完羽绒后一起称重,最后按照被子的尺寸来充绒。童师傅说:“一般市民买来的羽绒服充绒量在200克左右,按照这个重量的话,改一床双人被要五六件羽绒服。”

市民孔女士说,自己舍不得把破旧的羽绒服扔掉,特意收集了全家人的衣服过来“以旧

充新”,方便又实惠。不到1个小时,充绒量在1250克的羽绒被制作完成,价格在500元左右,相比市面上动辄上千元的价格确实便宜不少。童师傅告诉记者:“这项服务近年来需求很大,年轻人和老年人都很青睐,一方面大家都精打细算过日子,另一方面羽绒被又轻又暖盖着舒服。”

许多习惯盖棉被过冬的居民也来到打浦桥街道生活服务中心,询问棉花胎翻新服务的价格,童师傅一天要接20多单。他说:“为了周边居民能过个温暖的冬天,我加班加点也要满足大家的需求。”

据悉,这个生活服务中心还提供理发、配钥匙、灶具清洗、开锁换锁、衣物洗烫等服务,前来咨询办事的市民络绎不绝,人气颇高。本报记者 董怡虹 刘慧琴 摄影报道

新民随笔

菜市场旅行

屠瑜

菜市场,在多数人印象中,是中老年人爱逛的地方,似乎和年轻人扯不上关系。但在Citywalk(城市漫步)的热潮下,菜市场旅行,正在年轻人中流行。小红书上,“菜市场漫游指南”话题收获了几千万浏览量,豆瓣“菜市场爱好者”小组也达到了十几万人。

年轻人,时尚前卫,是伴随互联网长大的一代人。肚子饿了点外卖,孤单无聊了就用微信、QQ找人聊天……似乎网络能解决一切。方便面、自热锅、预制菜,也是家常便饭。如今,他们却告别快速食品,走出网络,打卡菜市场,一切都显得那么新奇有趣,享受一场视觉、触觉、听觉、嗅觉和味觉的盛宴。

菜市场是市井的,也是活色生香的。看着一个个摊位上琳琅满目的新鲜食材,让人对生活充满了热情,就算不会烧菜,也会有下厨的冲动;叫卖声、讨价还价声、支付宝到账声汇聚成一首交响曲,足以令人振奋;泥土味、鱼腥味、猪肉味扑面而来,丝

毫不觉反感。

人间烟火气,最抚凡人心。不像网购或超市购物那般程式化操作,在菜市场,你可以和摊主面对面交流,说不定还能学点“美食攻略”。不光买菜,年轻人还可以品尝特色小吃、购买日用小商品,甚至商业区难觅的小修小补,这里也有。最基本的日常需求,最朴实也最实用,年轻人的emo(网络流行语,指忧郁、情绪不稳等)瞬间治愈。

这就是年轻人对工业化、网络化表达出的另一种态度。他们走出网络虚拟世界,在真实生活中,与人建立连接,注重生活细节,感受生活的乐趣和美好,激发对生活的热爱,他们越来越接地气,对生活也加深了理解。

都说最好吃的是妈妈做的饭菜,但在妈妈心中,吃上子女做的饭菜一定非常幸福。年轻人以旅行之名走进菜市场,当然也有人想到亲手为父母做一顿饭菜。学会感恩和付出,也是另一种收获吧。

吾家有喜

签订婚约 结为夫妇
互尊人格 互尽义务
互谅所短 互信所长
满心欢喜 不渝始终
敬告亲友 亦作留念

朱青朗 吴晓倩
2023年11月28日