

“健康上海”融入“一江一河”引领新风尚

从“工业锈带”到“生活秀带”，黄浦江、苏州河两岸公共空间成为上海市民健康休闲生活重要载体

□ 仇逸 龚雯 袁全

春风十里，不如最健康的你。从“工业锈带”到“生活秀带”，从城市景观到健康脉络，随着黄浦江、苏州河两岸公共空间的综合开发，丰富多彩的健康元素也随之不断延伸、日益充实。

健身步道、滑板广场、街头篮球场、攀岩墙……“一江一河”两岸成为“健康上海”新“打卡地”，活力水岸带来有快有慢、老少皆宜的健康新风尚。

黄浦江岸涌现健康达人

在浦东滨江，全新亮相的9号望江驿“观健”最近成了网红。相比3号望江驿“遇见”让市民体验文化会客厅、4号望江驿“发现”让市民感受进博网红产品，9号望江驿牵手健康云，让“健康潮”伴着徐徐江风吹入千家万户。

经常前来“打卡”的上海阿姨叶惠珠对小木屋赞不绝口：“这里对老年人十分友好，首先是不用发汗智能设备，扫一下身份证就能进来歇歇脚，其次是能边看风景边做体检，血压、心电图等报告现场立等获取，还经常有医生来专业指导，有助于老年人提升自我健康管理。”

小木屋的智慧体验区里有块数字液晶大屏，数据不时跳

动着，反映了市民健康检查的累计数据、检测异常率等，通过“连线”健康云，还能让家庭医生了解这些居民的健康状况；另外，互动体验区里有块智能电视墙，正在对公众传递着健康科普知识。此前，有“疾控女侠”之称的复旦大学上海医学院副院长吴凡和多位医学大咖曾在此开展直播，分享抗疫智慧。

从浦东滨江到徐汇滨江，这片由货运码头华丽转身的区域也十分“吸睛”：1700平方米的滑板广场、长70米高4米的攀岩墙、滨水街头篮球场……与自然有机交融的户外运动地标，释放着满满活力和勃勃生机。

在恣意挥洒热情的空间里，父子三人组合的滑板爱好者引人注目。“不是会玩滑板的我变老了，而是上海有这么大一个公共的滑板广场，让我有机会从旁边站着看，到现在和两个儿子一起享受这个潮流运动。”年近50岁的黄光华在3月份的傍晚已经运动出一身汗，热得只穿了一件短袖。

脚踩滑板、手拿冰激凌的12岁女生蔡雨琦在斜斜的地形上练习着新技能。“我小时候就经常来徐汇滨江，以前是学自行车，现在是学滑板，相比场地，这里开放、热情、包容的氛围更加吸引我，有很多伙伴可以交流学习，很酷。”蔡雨琦说。

据悉，徐汇滨江沿江的公共开放空间长8.4公里，是黄浦江滨水空间的重生设计，也是生态恢复与资源的再利用，带给广大市民非同一般的运动体验。

苏州河畔展开运动新图鉴

水流不息、步履不停，随着苏州河生态环境的不断改善，河岸整洁美观，沿岸的步道、绿地不仅是领略上海城市新风貌的景观带，更是一本都市运动新图鉴。

长宁区建管委副主任、区交通委主任吴道群表示，苏州河长宁段 11.2 公里已于 2020 年底全线贯通，沿线临空 1 号公园（音乐公园）、临空 2 号公园、滑板公园、风铃绿地等 10 个公园绿地为“珍珠”，健身步道为连线，串联出一条连接市井百态的“城市项链”。

值得一看的是，长宁区还将中环桥下空间进行调整，涉及苏州河、新泾港、哈密路所围的约 3.5 公顷，按北翟路和中环线分为四个象限，采用动物作为主题，一改过去“灰头土脸”的色调，并将文化、体育、休闲绿化融为一体，不断丰富体育惠民内容。

比如东北象限以“火烈鸟”为主题，占地面积约 3700 平方米，包含两条贯通道、时尚篮球

场、体操房、观景平台、绿化景观，今年元旦对外开放后深受市民喜爱。另外，以“猎豹”为主题，包括 2600 平方米带顶棚篮球场、猎豹景观绿化公园；以“斑马”为主题，包括约 2800 平方米棒球击打场、约 2000 平方米斑马景观公园和市政绿化交通综合道班房等打造计划，将在今年 6 月底完成。

相比新晋网红苏州河长宁段，普陀区拥有中心城区最长的苏州河岸线、最多的苏州河河湾，素有“苏河十八湾”的美誉。其中位于苏州河南岸的梦清园，是“十八湾”中最大的活水公园。

在梦清园环保主题公园，这里有草坪、竹林、亲水平台和健身步道，生态优美、空气清新、鸟语花香，靓丽的苏州河景观廊，充分体现了以人为本的健康生活理念，前来健身的居民络绎不绝。

公园的“常客”刘曼说：“过去苏州河沿岸都是一些工业设施，河水质量很差，如今在这种高楼林立的城区，能开发这么一块充满生机的公共区域，为老百姓享受健康生活提供了很大便利，感觉自己越活越年轻，要给上海这样的规划与开发点个‘赞’！”

家住附近天天前来运动“打卡”的王少陵表示，每天都会来这里跑步或者打羽毛球，

结识了很多健身伙伴，有益身心，相信以后苏州河沿岸的开发还会更加惠及百姓健康。

“一江一河”两岸别有“动”天

流水潺潺、水波荡漾的黄浦江和苏州河，蜿蜒勾勒着上海这座城市的轮廓，也流淌着她的过去、现在和未来，充满生机、永不停歇，而“一江一河”滨水沿线已成为上海市民健康休闲生活的重要载体。

据上海市“一江一河”工作领导小组办公室介绍，2017 年黄浦江两岸核心段 45 公里岸线实现贯通开放，建成 45 公里的漫步道、跑步道、骑行道，新增体育设施面积达 55 万平方米；同时结合滨江公共空间，因地制宜新增约 40 处滑板、攀岩、足球、篮球、羽毛球等运动场所，推进嵌入式体育设施建设，场地面积达 3.5 万平方米。

2020 年，苏州河两岸 42 公里滨水岸线实现贯通开放，在沿线 42 公里漫步道和跑步道基础上，嵌入篮球场等体育设施，推动内环、中环、外环、南北高架等快速路高架桥下空间重塑，植入儿童乐园、运动健身等环境更加友好、内容更加贴近市民生活的主体功能场景，丰富运动场地空间功能。

“还江于民”“还河于民”的背后，是上海全市上下久久为功的共同努力。如今，处于喧嚣城市中的市民，只要放开脚步，就能穿梭在绿树青草间，享受愉悦的健康生活。

值得一提的是，不仅是注重人们的身体健康，“一江一河”两岸建设同样关注到市民的心理健康。在浦东滨江的小木屋里，轻按一下按钮，落地玻璃窗就变为不可透视，拉上一扇移动屏风，健康阅读区“秒变”私密空间，可开展心理援助服务等。

上海市健康促进委员会副主任、市卫生健康委主任邬惊雷表示，“一江一河”健康设施建设充分践行了“人民城市人民建、人民城市为人民”的重要理念，展现上海把健康元素融入整个城市规划、建设、管理的全过程各环节，对于满足市民高品质健康生活需求，打造全球健康城市具有重要意义。

者，这里曾是一个让人“绕着走”的地方。

鹤岗国家矿山公园依托新岭煤矿北露天矿而建。这座煤矿曾是“煤城”鹤岗的一道巨大“疤痕”，过度采挖形成的矿坑、大量堆积的煤矸石、漫天的扬尘……让人看了触目惊心。

如今，矿山公园内树木成林，有人工湖、观景长廊等景观，园内的旧式火车、钻机等物件让人依稀看到历史的痕迹。

近年来，鹤岗市加大对采煤沉陷区和矿山修复的力度，以创建“国家级森林城市”为载体，建设花园、森林广场 26 个，森林小区 22 个。目前，城市森林覆盖率达 50.61%，城区绿化覆盖率 41.42%。

“我在这里生活六十年啦，一辈子没离开过这片土地，看到现在的变化真觉得自豪。”市民张秀泗经常来矿山公园锻炼身体，过去“绕着走”的地方变成了百姓喜爱的“香饽饽”。



上海:民众户外赏花享受生活

近日,上海气温持续攀升,户外春意初绽,民众纷纷走出家门踏青赏花。市民用手机拍摄上海静安雕塑公园内的郁金香。

殷立勤 摄

生态“手术”抚平昔日“煤城”之疤

黑龙江鹤岗市以创建“国家级森林城市”为载体,建设花园、森林广场 26 个,森林小区 22 个

□ 侯 鸣 谢剑飞

天蓝、水净、树茂、空气清……走进黑龙江省鹤岗市，昔日臭气熏天的水沟、低矮杂乱的棚户区、漫天扬尘的巨大矿坑等“煤城”之疤，在经历一场生态环境整治“手术”后展露新颜，成为城市的一道靓丽风景。

污水沟变清水河

正值初春，在鹤岗市欣虹湖公园，水面虽结了冰，但能看出这是一条干净的河道。两岸的草地和树木让人能想象得出夏日这里绿草茵茵、树木葱茏的模样，岸上不远处高楼林立。

“我在这里住了六年了，亲眼看着这儿从一个臭水沟变成

一个风景秀丽的公园。”市民王雪带着孩子在岸边玩雪。近几年，她感受到这里环境越来越好，配套设施越来越完善，欣虹湖公园成了家人出门散步、锻炼的好去处。

这个风光秀丽的公园过去曾是个臭气熏天、环境脏乱的地方。从“丑”变“美”，多亏一项“手术”的实施。

2018 年，鹤岗市启动以黑臭水体治理为重点的“两河十四沟”清水秀岸综治工程，同时对沿岸棚户区进行改造，同步改善了生态环境与人居环境。2019 年，鹤岗市被确定为全国“黑臭水体治理示范城市”。

“‘两河十四沟’工程的实施，不仅美化了环境，更让岸边居民生活条件得到极大改善，

以往大雨‘臭水’上炕的情景再也不会出现了。”负责工程建设的鹤岗市三立水务公司工程部长蔡永生说。

棚户区变健身场

跳广场舞、打乒乓球、舞龙、跑步……室外气温零下十几摄氏度，然而在鹤岗市东山区新一体育公园，百姓的健身活动却热火朝天。

“以前冬天室外煤烟特别大，家里也都是灰，现在搬进干净亮堂的楼房了，空气质量也变好了，来体育公园锻炼成了我每天最大的乐趣。”几年前退休的采煤工人闫允文感触颇深。这片往日脏乱的棚户区如今成为鹤岗市最大的综合性体育公园，是他以前想不到的变化。

天津：智慧能源小镇助力城市低碳减排

本报讯 天津市日前宣布建成“生态宜居”“产城集约”两种典型的智慧能源小镇，瞄准解决清洁能源供给及综合能源利用难题，助力城市低碳减排。

“两个智慧能源小镇均是以能源与城市融合发展为目标，充分体现了能源互联网清洁低碳、安全可靠、泛在互联、高效互动、智能开放的特征。”国网天津市电力公司董事长赵亮说，智慧能源小镇全面建成后，区域内供电可靠性超过 99.999%，重要负荷供电“零闪动”，意味着用户全年停电时间不超过 5 分钟，这一指标可比肩东京、新加坡等国际化大都市。

早在 2018 年，国网天津市电力公司联合中国科学院、天

津大学等专家学者组成科创团队展开攻关，主打“生态宜居”的惠风溪智慧能源小镇及主打“产城集约”的大张庄智慧能源小镇启动建设。

区域内清洁能源利用比例达到 90%，可再生能源全额就地消纳。电能占终端能源比重超过 45%，多种能源协同转化，实现能源最优利用。

中国工程院院士余贻鑫认为，智慧能源小镇技术创新性强、实用化程度高，区域供电可靠性、清洁能源利用比例、电能占终端能源比重、综合能源利用效率等核心技术指标达到国际领先水平，对城镇能源互联网建设具有很强的示范和引领价值，有助于实现低碳节能减排。

（毛振华 黄江林）

重庆：2000 余项措施部署“蓝天保卫战”

本报讯 重庆市大气污染防治攻坚战指挥部近日印发了 2021 年重点任务目标，共制定 5 大类 48 条 2000 余项措施，精细部署“蓝天保卫战”。

重庆市生态环境局相关负责人介绍说，2021 年将以“重庆主城区提升、渝东南渝东北两群提质、工程减污、川渝联动”为重点，深化工业、交通、扬尘、生活污染控制和提升污染天气应对能力，重点完成挥发性有机物治理企业 337 家、涉气中小微企业综合整治 2.2 万余家、锅炉清洁能源改造和低氮燃烧改造 185 台；完成淘汰、替换老旧车 3.8 万辆，推广纯电

动等新能源汽车 1 万辆，新建充电桩 6000 个；创建（巩固）扬尘控制示范工地 430 个，覆盖或绿化 200 万平方米以上的裸土；抽测 1260 家餐饮业油烟，新增高污染燃料禁燃区 19 平方公里。

“十三五”期间，重庆市 PM2.5 浓度下降 42.1%，而臭氧浓度呈缓慢上升态势，成为重庆夏季首要污染物。重庆市生态环境局相关负责人表示，今年重庆将以细颗粒物和臭氧协同控制为主线，确保空气质量优良天数和 PM2.5 浓度等空气质量改善目标达到国家考核要求。（周 凯）

坐一段轻轨 露一路笑容

辽宁沈抚示范区有轨电车西延线成为百姓心中一道靓丽移动风景线

□ 赵启宾 王 敏

“真没想到，搬进沈抚示范区居住不到三年的时间，有轨电车就通到了我家门口，出行便利了，每天看着有轨从眼前驶过心里都舒服。”春节期间，家住辽宁省沈抚示范区玉露社区的李宏伟走亲访友时几乎都把这些话挂在了嘴边。

自 2 月 3 日有轨电车开通以来，李宏伟三天两头就去乘车体验，有时候到沈阳浑南吃碗面条就往回赶，有时候去商场里转一圈再坐车回来，要的是心里的那种幸福感。

沈抚有轨电车建设及西延工程是 2020 年辽宁省确定的重点工程项目，线路全长 5.2 公里，是贯通沈抚示范区核心区的东西骨干线，向西与沈阳浑南有轨电车 5 号线实现连接并贯通运营，“就是这 5.2 公里的距离让我天天想月月份，项目开工后，我成了这趟有轨的粉丝，有点时间就去看看，关注的程度远远超出了我对家庭生活的关注。”说这话的时候，李宏伟满脸的兴奋。

沈抚示范区规划建设和生态环境局副局长喻永华介绍，沈抚有轨电车的通车，在沈抚示范区的百姓当中产生了巨大反响，很多市民对示范区抓经济、抓项目、抓工作改革创新的同时，不忘老百姓的福祉，时刻关注民生所需，让老百姓有了更多的获得感和幸福感。“沈抚有轨电车西延线开通前两天我们对早前运营的 5 号线做了一个客流量调查，日均客流量为

0.61 万人次，西延线开通后，日均客流量升到了一万人次以上，增长了 70% 多。随着天气逐渐转暖，客流量还会大幅增加。”喻永华说。

有轨电车西延的终点李石寨站设在了鑫城社区的辖区，社区书记梁敏介绍，通车至今，居民们每天三三两两结伴出行，乘车体验，很多时候是有轨电车出站就“满员”，很多居民已经把乘车观景当成了一种乐趣。梁敏说：“更有有趣的是社区居民已经开始着手，围绕有轨电车的开通，自发地编排文艺节目，准备在庆祝建党 100 周年时进行表演，表达对党的深情。”

沈抚有轨电车西延开通以后，抚顺去沈阳购物观光的人数也多了起来，终点站李石寨站“人等车”的场面成了这个春天里沈抚示范沈抚大道上的一道风景。市民康玉波说：“坐着有轨逛省城，一路看风景，购物也便利，跟过去去沈阳要折腾多半天相比，现在就是享受现代化，感受党的温暖。”

沈抚示范区管委会主要领导表示，民生无小事，枝叶总关情。沈抚示范区牢记习近平总书记“为人民谋幸福，是中国共产党人的初心”这一嘱托，身体力行去实践为区域人民谋幸福的初心，全力推动沈抚示范区民生事业由“有没有”向“好不好”的根本转变。沈抚示范区会把这辆从春天里开出的有轨电车转化成一种“以人民为中心”的工作动力，细心呵护，用心经营，成为示范区百姓心中一道靓丽的移动风景线。