

延时营业点燃滨江夜经济 西岸梦中心世界杯狂欢夏夜上线

□ 记者 曹香玉 朱昱伟 朱琦

6月12日晚,徐汇在西岸梦中心启动“精彩夜上海”活动,联动商场近40家餐饮商户开启夜间延时模式。每周五至周日,沿江餐饮店铺延长营业时间至凌晨零点,部分店铺将延长至两点,以超长营业时长、多元消费业态、丰富主题活动,点亮黄浦江畔夜间经济,为市民游客打造沉浸式滨江夜游新场景。

本次延时营业覆盖中餐、西餐、特色酒吧等丰富业态,满足市民夏日夜食、夜游、夜娱的多元消费需求。恰逢2026美加墨世界杯火热开赛,西岸梦中心紧扣全民观赛热潮,将体育赛事IP与夜间消费深度融合,创新推出一站式滨江观赛休闲体验,让市民游客在浦江夜景中沉浸式解锁看球新玩法。

为适配延时经营节奏与世

界杯主题消费热潮,场内各大商户主动升级产品体系与服务内容,结合夏季消费特点与观赛场景优化产品、创新品类,提升夜间消费体验感。

ConnieHe笑屋将招牌特色夜芭菲的点单截止时间由晚间8点延后至10点半,延长网红夜间甜品供应时段;同步升级招牌巴斯克拼盘,推出全新夏日限定榴莲口味,适配夏季味蕾需求;同时,门店全新研发上线系列创意鸡尾酒,新增精酿小啤酒、特色可丽饼等轻食小食。其中,低脂健康的荞麦可丽饼搭配火腿食材,适配市民观赛休闲、江景漫步时的轻食佐酒需求。门店匠心打造世界杯主题开心果慕斯,搭配专属赛事装饰为赛事助威。夏日活动期间,消费者下任意尺寸生日蛋糕订单,均可获赠

定制小风扇,传递清凉夏日体验。

据了解,即日起至7月20日,西岸梦中心以世界杯为核心,联动天猫世界杯路人杯、乐高世界杯创意球场,开启全方位的世界杯体验。

北区滨江步道上线的乐高世界杯创意球场快闪活动,3米高巨型大力神杯装,梅西、C罗、姆巴佩、维尼修斯等足坛球星拼杯名场面实景呈现,吸引众多市民驻足合影。球衣拼搭、“小力神杯”互动体验等活动,覆盖全年龄段游客需求。

不少市民为沉浸式体验赛事氛围专程前来参与活动。市民傅女士表示:“本次活动场景、礼品设置高度贴合世界杯主题,氛围感十足,特意身着球衣前来打卡观赛。”还有常住周边的市民坦言,西岸梦中心常态化延时营



天猫超级发布·看球季

业极大丰富了夏日休闲生活,延长的游玩时长、丰富的主题活动,让夜间休闲选择更加多元。

此外,还有剧院东广场与市集广场双区联动开启天猫超级发布·看球季,打造全民可参与的路人世界杯狂欢。活动期间将

落地16场赛事大屏转播、5场明星达人派对,设置球队招新大道、主题路人球场两大核心场景,搭配品牌互动、主题打卡、礼品兑换、花式足球挑战赛、夜间观赛派对等丰富内容,球迷和游客都能解锁专属夏夜乐趣。

三小时极速排险 多方联动化解老旧小区“压房树”危机

□ 记者 姜亮

近日,在湖南路20弄小区内,发生了惊险一幕:受降雨天气影响,雨水持续冲刷浸泡导致小区土质松软,一棵被白蚁蛀空的高大树木,在连日雨水浸泡下根基松动、整体大幅倾斜,粗壮的树干重重抵压在一楼居民房屋墙体上,险情一触即发。

“那棵大树在7号楼、9号楼和18号楼之间。”小区一住户回忆道,“当时情况比较危险,如果真的倒下来,肯定会砸到房子上,关键那里还是我们日常通行的地方。”

据了解,湖南路20弄7号、9号楼为上海音乐学院公房,暂无一体化物业服务。因此,在险情发生后,小区缺乏专业力量及时介入处置。危急关头,居住在小区9号楼的老党员陈老师第一时间向复兴居委会反馈隐患问题。

居委会社工接报后立即赶赴现场,细致核查树木倾斜隐患、全面研判现场安全风险,同步耐心安抚受影响居民情绪、稳定群众心绪,并当即完整险情上报居民区负责人。居民区党总支秉持民有所呼、我有所应、接诉即办的工作理念,坚守“隐患不过夜、问题马上办”的工作原则,快速梳理现场情况,主动对接街道管理办,紧急上报险情处置需求。街道管理办响应迅速、行动高效,立即协调街道市容所专业作业队伍赶赴现场开展抢险作业。

现场工作人员快速设置安全警戒区域,并开展树木切割、分段清运、场地清理等作业,高效移除倾斜枯树,彻底消除树干压房的核心安全隐患;同时,工作人员细致开展全方位隐患排查,发现部分居民空调外机受树木长期挤压出现松动,存在高空坠落的次生风险,当即同步完成拆卸处置,全面清零各类安全隐患。

从上报险情、社区快速对接、街道部门联动到所有隐患彻底清零,全程仅用三小时,极速、暖心、高效、务实的处置获得辖区居民的高度认可,大家纷纷为老党员主动担当、居委会快速响应、街道高效为民的服务效率和责任担当点赞。

针对今年上海汛期降水偏强、台风北上概率大的特点,湖南街道还将持续加大辖区老旧树木、公房楼栋的常态化安全巡查力度,重点强化汛期极端天气风险排查工作,严格落实隐患早发现、早上报、早处置工作机制,全力织密筑牢辖区安全防护防线,切实守护居民居住安全与出行安全。

90岁国医大师火出圈

工位养生操成上班族回血妙招

□ 记者 吴会雄

上海中医药大学附属龙华医院国医大师施杞的一套简易养生操,近日在网络走红,被不少上班族称作“摸鱼回血操”。整套动作无需器械,在工位就能完成,包含干洗脸、十指梳头、揉耳廓、搓后颈、颈椎米字功、拍肩甩臂、屈伸腿脚七个步骤,动作轻柔舒缓。

施杞建议上班族久坐一小时便完整练习一遍,快速舒缓颈肩腰背疲劳;老年人早晚各练习一次,改善关节僵硬。这套功法脱胎于他自研的施氏十二字养生

功,贴合现代人久坐劳损的身体现状,简单实用,迅速收获大批网友点赞。

今年90岁的施杞精神矍铄,依旧保持每周四次出诊的节奏,往来诊室、病房步履稳健,思路清晰。他1937年生于江苏东台中医世家,十岁迁居上海,1963年自上海中医学院毕业后扎根龙华医院伤骨科,拜石筱山、石幼山为师,成为石氏伤科第四代传人、国家级非遗中医正骨疗法代表性传承人,2022年获评第四届国医大师。

深耕骨伤临床六十余年,施杞接诊病患超

30万人次,患者遍布海内外多地。他率先提出慢性筋骨病整体防治思路,创立内外双调诊疗体系,研发芪藤丸等二十余种院内制剂,多项方案全国推广。施杞先后获得国家科技进步奖二等奖2项、省部级科技进步奖一等奖8项(包括上海市科技进步奖一等奖4项),获授权国家发明专利19项。他独创“三路育人”模式,培育硕博、学术传承人百余名,大批弟子成长为各地中医骨干。

作为中医骨内科学开创者,他牵头建成国家重点学科、教育部重点实

验室,带领团队获评全国高校黄大年式教师团队。身兼多届全国中医药学会重要职务,牵头制定中医骨伤科诊断疗效国家标准,斩获上海市医德之光、中国好医生、上海医学终身成就奖等数十项重磅荣誉。

在施杞的养生理念中,筋骨平衡是健康根本。他指出久坐、不良体态会损耗筋骨气血,养生贵在日常微运动,拒绝剧烈透支。内外同调、动静相宜、长久坚持,既是他年过九旬依旧奋战临床的长寿秘诀,也是他送给大众最朴素的健康良方。



图片新闻

6月13日上午十时许,据上海中心气象台预报,阴转多云有时有雨,气温22℃-28℃,体感格外闷热,但西岸自然艺术公园里的游人还是熙熙攘攘。一对年轻夫妇推着婴儿车散步,一旁年轻妈妈手持微型风扇为宝宝送去阵阵凉意。

殷志军 摄影报道