

食堂开在楼下、平价热餐送到家里 打通为老助餐“最后一百米”

□ 记者 杨宜修 施昱辰 肖阳(实习生)

炎炎盛夏,持续攀升的高温天气让不少老年群体的日常用餐成了难题——出门买菜怕中暑,独自做饭又费神费力,一顿热乎适口的饭菜成了许多老人夏日里的迫切需求。

在长桥街道,由中鹊养老承办运营的社区长者食堂,凭借菜品平价、口味适口、就餐环境舒适的优势,已成为周边老年人就餐的优选去处。而针对独居、高龄、行动不便、无法亲临食堂就餐的老年居民,同集团旗下的中鹊物业近期更是推出“上门送餐服务”,将食堂同款的平价热餐直接配送到老人家中,让辖区里的老年居民无论能否下楼出行,都能吃上品质标准化、口感适宜、定价亲民的社区营养餐。

每天上午十点半,长桥社区长者食堂刚开门营业,取餐窗口前就渐渐排起了长队。食堂的菜品定价十分亲民,时令素菜

单价在 5 至 8 元之间,家常小荤定价 8 至 12 元,而像红烧大排、酱鸭等硬菜大荤最高限价也仅为 16 元。

“这里的 service 做得蛮到位的。”常来就餐的居民邵先生笑着说,“我一日两餐都在这儿解决,省心又对胃口。”

除了现场堂食,打包外带也成了这家社区食堂的另一大热门服务场景,不少老年居民会一次性打包午餐和晚餐带回家。

“我们中鹊是在 2026 年 1 月份营运这家社区食堂,开业之初日均销量是 388 单,到现在已经增长到了 577 单,提升非常明显。”社区食堂负责人张煜峰介绍道。

客流提升的背后,是食堂在菜品与服务上的用心打磨。食堂特聘擅长本帮菜的厨师,兼顾老年人清淡、软烂易嚼的饮食需求;后厨实行标准化管理,食材

存放、环境卫生严格规范,牢牢守住食品安全底线。此外,工作人员还把机构内照料老人的服务意识带到了食堂日常,看到老人有需求会第一时间上前帮忙。

食堂内老人安心就餐的同时,一场爱心送餐接力同步开展。取餐区,平台配送员仔细核对当日的送餐清单,将分装完毕的营养盒饭打包妥当,便骑着配送车奔赴辖区各个居民小区,为居家高龄、行动不便的老人上门配送热乎餐食。

“潘叔叔,给您送餐来了。”随着一声亲切的问候,刚出锅的热饭热菜就送到了老人家门口。今年 73 岁的潘子华和老伴杨慧芝,正是这项上门送餐服务的受益者。

据平台配送人员林家琦介绍,目前每日分两趟送餐,午餐配送时段为 11:00—11:30,晚餐配送时段为 17:00—18:00。现阶段



段送餐服务已覆盖长桥、凌云、华泾镇等,有需求的居民可通过中鹊物业线上服务平台提交申请办理。

“不少高龄独居、行动受限居民足不出户,吃饭是头等难事,物业送餐上门恰好填补了这块服务空白。”中鹊物业副总经理卞文哲表示,企业深耕“物

业+养老”融合模式,单靠社区食堂无法形成完整服务链条,上门送餐真正打通居家养老服务闭环。配送人员上门送餐时,可同步留意老人居家安全状况,沟通了解需求,顺带对接其他配套养老服务,既减轻社区老年照护压力,也收获了老人与家属的认可。

梧桐街区里读懂岁月温情 湖南少年视察员开启人文之旅

□ 记者 奚亮

夏日梧桐荫浓,研学步履不停。日前,湖南街道举行“梧桐戎光·少年说”主题活动,少年观察员及家长齐聚五原路 181 弄退役军人服务站,沿着梧桐街巷缓步前行,开启人文探索之旅。

探秘百年武康大楼 细品老建筑肌理

作为衡复历史风貌区的地标建筑,武康大楼为众人熟知,却少有人深入内部探访。本次活动中,少年们和家长走进这座百年建筑,沉浸式感受老上海建筑魅力。

走进大楼内部,大家开启了一场探寻百年建筑之旅。孩子们细致观察、认真感知,发现木质楼梯扶手历经百年依旧稳固坚实,建筑弧形转角的窗框设计精巧独特,尽显老建筑的匠心工艺。面对保存完好的百年楼宇,有孩子好奇发问:“这栋楼一百多年了,为什么还这么完好?”指导老师没有固化答案,而是顺势引导孩子们独立思考、分享观点。

走进张乐平故居 读懂三毛笔下温情

离开武康大楼,一行人抵达五原路 288 弄张乐平故居,走近“三毛之父”,探寻经典漫画背后的温情与初心。

在专业讲解员的带领下,大家参观故居展厅,了解张乐平先生的创作生涯。在张乐平先生的系列自画像前,孩子们驻足感悟,纷纷分享所见所想。有孩子发现:“张乐平爷爷眉眼温柔,和《三毛流浪记》里救助三毛的善良爷爷很像,只是画像里的他更加年轻。”

在老师的宣讲启发下,孩子们捕捉到诸多细腻细节。有孩子读懂了三毛形象的精髓:三毛的眼睛以三点勾勒,却能精准传递喜怒哀乐,境遇不同、神态各异,生动展现出人物的悲欢境遇。

花海“种”到了车站 上海南站广场绿化区域向日葵盛放

□ 记者 吴小雪 朱琦

最近,前往上海南站的旅客收获了一份意外的“见面礼”——广场外,一片金灿灿的向日葵花海正热烈盛放,将原本行色匆匆的交通枢纽,装点出一抹清爽鲜活的夏日色彩。

记者在南站广场看到,绿化区域内成片向日葵蓬勃生长。青绿色花茎笔直挺立,枝叶舒展茂密,硕大的花朵向阳而生,层层叠叠的金黄花瓣错落舒展,在通透的夏日晴空下格外耀眼。

藏身交通枢纽的这片



花海,紧靠整洁的通行步道,在往来车流与人潮如织中,勾勒出一方清新雅致的

夏日景致。不少途经的旅客放慢脚步,驻足观赏、拍照留影,随手定格闹市之中的

夏日风光(如图)。

“原本以为出站就是人流,没想到抬头就看见了这样一大片花海,让人眼前一亮。”来沪旅游的杨女士对记者说道,此处不经意间的美好,让她感受到城市治理的温情与用心。

据悉,向日葵喜光耐热,是夏天极具代表性的观赏花卉。依托绿化精细化的养护,南站片区的花海长势喜人,目前已进入最佳观赏期,为往来市民旅客送上专属夏日景色。

时光延展师 破解家事公证难题 上海银行徐汇支行 17 家网点全覆盖

□ 记者 曹香玉

公证绿色通道,以公益补位的暖心举措,破解老年群体办事盲区与跑腿难题。

为切实破解老年群体办事堵点,支行优化网点服务体系,开设绿色窗口等举措,确保老年人“进门有人问、办事有人帮、疑难有人解”。在上海银行南丹路 1 号营业部,就有不少市民

前来咨询“时光延展师”公益服务。

上海银行徐汇支行营业部经理陈吉表示,上海银行深耕养老金融领域,老年客群家事公证需求旺盛,目前,该项便民服务已全面覆盖上海银行徐汇支行 17 家网点。

不同于简单的业务叠

加,本次银证合作以公益服务为核心,将单一公证办理升级为集普法宣传、专业咨询、业务对接、兜底办理于一体的综合性便民服务。双方开通专属绿色对接通道,市民可按需选择线下公证处办理,或预约银行专窗对接办理,大幅简化办事流程。