

全民健身日带动运动热潮

本报讯(记者 黄缙舒)今年8月8日是我国第17个“全民健身日”。虹口区有33处运动场馆,免费对市民开放福利带动运动热潮。

“各位市民朋友,泳帽、泳镜准备好,预约二维码拿出来。”上午8点50分,离正式开馆还有10分钟,虹口游泳池大门前已有不少市民排队等候。工作人员告诉记者,8月8日当天凌晨零点,虹口游泳池微信小程序准时开放预约通道,全天共800个名额,分为四场,每个场次两个小时。

正值暑假,在9点整开放的场次中,有许多亲子组合。谭先生带着5岁的儿子来游泳,当得知全民健身日当天免费开放的消息后,谭先生卡着点进行了预约。“这里场地干净,预约方便。我希望全民

健身日这样的活动最好办得再频繁一点,尤其是夏天,孩子放暑假了,他们有了更多的时间加入到运动的行列中。”

今年,虹口游泳池已103岁,虽然历经百年风云,且经过多次修缮改造,这里仍保存着过去使用过的老滑梯和跳水台,充满着浓浓的怀旧气息。而且虹口游泳池还是现在并不多见的半室外泳池,市民在享受池水清凉的同时,也能伴随着微风轻拂,感受户外环境带来的惬意。潘女士就特别喜欢虹口游泳池的氛围,“运动和户外相结合,特别适合小朋友。”

虹口体育馆内的乒乓球场今天免费对外开放,九张球台的预约号早早就被一抢而空。记者在现

场看到,来切磋球技的大多是老年人。顾女士已退休多年,乒乓球成了她退休生活中强身健体的途径,也成了以球会友的纽带。顾女士说,乒乓球特别适合老年人,足球和篮球消耗的体力太大,也有场地限制。乒乓球只要一张球桌,一个网,找到一个球搭子就可以。

嘉兴路街道健身驿站设在瑞虹新城居民区附近,平时就以低廉的价格受到居民们的欢迎。全民健身日当天,居民们自助进入健身区域,按照自己的需求,选择器材进行运动即可。附近居民陈先生基本上每天都来这里健身,他说,这个健身驿站虽然面积不大,但是器材种类多,跑步机、杠铃等一应俱全,为居民健身提供了便利。

“虹赛场”上演精彩赛事

本报讯(记者 孙洁静)8月8日第17个全民健身日,“虹赛场”上演多场精彩赛事。当天上午,“虹赛场”虹口区全民健身系列赛柔力球比赛在虹口体育馆率先开赛。

赛场上,选手们身着色彩鲜艳的运动服,伴随着悠扬的音乐,以流畅的抛投、背传、竖旋等动作,展现出高超的技巧和艺术表现力。

根据赛事规则,各参赛队在本次柔力球比赛中需要完成规定的两个推广套路,以两个曲目得分相加后的总比分,决出最后名次。

柔力球运动兼具太极的柔美与球类运动的竞技性。近年来,随着该项目在虹口社区不断普及、

推广,深受老年群体欢迎,队伍水平稳步提升。柔力球已成为虹口的特色全民健身品牌,虹口柔力球队也曾在全市乃至全国的多项比赛中斩获佳绩。

而作为有着深厚群众基础的运动项目,当天下午举行的广场舞比赛同样精彩。

据悉,在今年“全民健身日·体育宣传周”期间,虹口开展了包括游泳、虚拟电竞等多场“虹赛场”系列赛事,让专业体育资源更高效地服务群众日常需求,让不同年龄、不同运动偏好的市民都能在“虹赛场”找到展示自我的舞台。

区体育局表示,“全民健身日”不止一天,以“虹赛场”为支点,虹口将持续让更多优质赛事活动走

进居民生活,让运动真正融入日常,成为虹口市民健康生活的自然底色。



为“十五五”规划建言献策

(上接►1版)企业代表和机构专家希望进一步为青年人才打造优良的创业环境,在青年人才住房上给予更多的优惠和补贴。

文化机构代表建议在“夜校”的基础上以“夜校、日校、周末美育课堂”相结合的方式构建美育体系,倾听百姓需求,打造“文化艺课”品牌,拓展市民美育资源。

基层社区居民代表关注公共场所助残设施,建议建立帮助残疾人就业的长效机制。

退休居民代表提出结合虹口区现有医疗资源,加强与国际知名医疗机构的合作,提高医疗服务保障能力。

这些“金点子”不仅体现了市民对虹口区发展的重视,也为“十五五”规划编制注入了基层智慧和民意基础。会上,虹口区各职能部门分别就市民代表提出的意见建议进行现场回应,努力让群众“金点子”转化为“十五五”规划编制的“金钥匙”。

今年是“十五五”规划编制之年,虹口区正以更高站位、更宽视野、更实举措推进规划纲要和专项规划编制工作。不断拓宽社会参与渠道,倾听各方需求、回应各方关切,开门问策、集思广益,努力把群众智慧和专家建议转化为科学务实的发展蓝图。

“书香盛宴”启幕

(上接►1版)更实现了文旅商体展的深度融合。书会通过一系列特色联动活动,推动了阅读与咖啡、影视、商业、城市漫步的有机融合,在太阳宫,40家展商与商户联动构建“阅读+”场景,通过作家访谈、科普阅读、黑胶视听等特色活动,吸引不同年龄、不同爱好的市民在家门口找到专属阅读方式,让公共文化服务真正走进日常生活、融入城市肌理。

据悉,2025上海书展暨“书香中国”上海周期间,虹口区以“书香虹口·悦读生活”为主题,通过“读书新生活”主线串联文旅商体展多元场景,还将陆续推出百余场阅读活动,推动全民阅读与城市文化深度融合,为书展注入独特的虹口魅力。

区领导慰问一线工作者

(上接►1版)为保障市民平安出行作出了重要贡献。要科学安排勤务,优化执勤方案,充分发挥智慧交通等科技手段作用,不断提升城市管理效能,让民警在高效履职的同时得到充分休整,始终保持战斗力。

近期申城经历多轮强降雨考验,防汛工作仍不能松懈。吕鸣来到虹口区中部地区防汛市政应急处理中心,详细了解近期的应急处置情况。他指出,当前是高温与防汛风险叠加的关键期,应急抢险责任重大。要保持高度警惕,常备不懈,不断完善应急预案,加强演练,提升协同作战能力,同时要做好自身防护,以饱满的状态守护城区的安全稳定。

中外作家共同探讨“流变与转化中的古典”

(上接►1版)艺术家将齐聚虹口,与市民共享诗歌盛宴。

作为上海书展的特色子品牌,上海国际文学周始终是中外作家进行文化交流、文学探讨的重要平台,自2011年创立以来,上海国际文学周已连续六届落地虹口区,迄今为止论坛共邀请到了300多位

国际文学“大咖”解锁虹口文化半日游

(上接►1版)大字墙、悬挂电灯和各式门头交织,作家们在导游的讲解下仿佛穿越回老上海,纷纷举起手机在此拍照留念。

在胜利电影院,导游为大家介绍了影院的历史,以及虹口区与中国电影的渊源。“这座拥有近百年的历史底蕴的影院,一楼影厅仍在营业,二楼三楼还有展览空间。”作家们在品尝“胜利咖啡”的同时,对虹口的影视文化历史有了更深的了解。

随后作家们又步入了乍浦锦裹。店里展出了精致的旗袍,陈设与布置也以复古风格为特色,还有仿古的算盘、公共电话等。“这家店是一个很有年代感、很复古的地方。”英国作家艾礼凯评价道。他对店里展出的算盘展现出了浓厚的兴趣,还向导游请教起珠算的方法。

下一站,作家们乘车前往四川北路。穿过今潮8弄的石库门建筑,大家来到了巴金图书馆,英国作家艾礼凯对墙上展出的漫画形象“三毛”表达了喜爱。解说员介绍,“三毛之父”张乐平和巴金是好友,二人早在上世纪40年代就已认识。艾礼凯说:

虹口多家书店入选上海书展实体书店分会场

(上接►1版)该店采用“本本可读、本本可借、本本可订”的新模式,为读者提供阅读、购买、借阅的全方位服务,同时优选来自全球近千种黑胶唱片、生活美学、创新数码、户外露营等文创产品。

书店与在地文化深度融合,把人文景观和消费场景巧妙结合,推出了以“和平八景”为主题的特色茶饮。让读者可以在书香氤氲、花团锦簇、波光水影中感受阅读之趣和生活之味。

建投书局·上海浦江店位于公平路18-8号,被誉为“魔法书店”的建投书局占地面积1500㎡,8米高书墙与全景落地窗可眺望黄浦江。建投书局内以人物传记和人文社科类的图书为主,还有充满设计感的文创用品和工艺品,有时还会举办文化主题活动,四楼的咖啡馆也是书店特色之一。

新华书店广中店位于广灵一路24号,该店定位为社区书店,以服务周边居民、学生及上班族为主。书店依托新华书店品牌资源,中小学教辅、工具书、考试教材种类齐全,延续了品牌的教育文化基因,是虹口区值得信赖的购书点之一。

1925·鲁迅与内山纪念书局位于四川北路2056号多伦路历史文化街区,是一处融合纪念性

中外作家、学者,包括4位诺贝尔文学奖获得者。

上海国际文学周启幕后,虹口区为到访的国际嘉宾准备了一次文化之旅。来自世界各地的作家们走进乍浦路风貌影视街、今潮8弄、白玉兰观景台等虹口文化地标,深入了解虹口区的历史底蕴与现代风貌。

“我觉得三毛和我熟悉的漫画人物‘丁丁’很像。我08年的时候第一次来中国,当时还在北京上学,那个时候我就知道了三毛。今天在巴金图书馆竟然看到了他,感觉很亲切。”

来自瑞典的作家帕特里克·斯文松也对巴金图书馆印象深刻。“这是我今天的行程里印象最深的地点。这里保存了许多的书籍和记忆,用这种方式传承文学与历史,还将文学艺术和喜剧漫画融合在一起,让我感到很受启发。”在巴金图书馆,帕特里克还体验了“集章”玩法,留下了属于自己的独家“文化纪念品”。

最后一站,作家们来到白玉兰观景台,俯瞰黄浦江景,感受现代感的城市文化。此次行程涵盖了影视拍摄地、文化地标和现代高楼,为来自世界各地的作家们提供了一个了解虹口区历史底蕴、文化传承与当代发展的窗口,让他们得以亲身接触和体会虹口区的独特风貌。在接下来的上海国际文学周活动中,虹口区也将继续发挥其作为国际文化交流平台的作用。

从“输血式”帮扶到“造血式”振兴转变

(上接►1版)其次引入电商平台运营团队,通过沪滇协作平台将丘北辣椒推向全国;最后对接上海大型商超和批发市场。2024年,团队成功引进7家销售企业,带动辣椒加工产品线上销售额突破3亿元,真正实现“育苗-加工-销售”全链条闭环,让丘北优质辣椒从边陲小县走向全国餐桌。

百姓摘掉“贫困帽” 红火日子有奔头

在树皮乡小新寨村委会足租底村小组,杨柱安一家曾是精准识别建档立卡贫困户。三年前,这个三口之家还蜗居在年久失修的老屋,微薄的务农收入仅够维持温饱。

通过深入走访后,郭元华团队立足当地光照足、土壤宜椒的优势,引导杨柱安发展辣椒产业。技术帮扶同步跟上,农技员定期蹲点,从科学选种育苗、绿色防虫治病到高效水肥管理,全程手把手指导,确保“种得活、长得好”。同时,积极对接收购企业,为其争取辣椒苗供应,先拿苗后付钱,大大减轻了启动资金压力,点燃了杨柱安靠双手改变命运的决心。

杨柱安夫妇将希望深植于脚下的12亩土地。天未亮便荷锄下地,顶着烈日精心管护,汗水浸透了衣衫,也浇灌出蓬勃生机。在科学种植加持下,辣椒长势喜人,鲜椒亩产稳定达到5000斤,12亩土地一年可收获约60000斤优质辣椒。

每到收获季,田垄间缀满饱满鲜红的辣椒,犹如铺展的致富锦缎。凭借稳定的产量和品质,辣椒收购商主动上门,产品供不应求,火红的辣椒真正变成了“致富椒”。“过去种地全凭经验,现在有了科技护航,收入越来越有保障。”杨柱安说。依托辣椒产业,家庭年收入突破8万元,不仅建起新房,更彻底甩掉了“贫困帽”。

乡村振兴注入持久动能

2024年,丘北辣椒产业实现农业产值14.3亿元,带动2.7万农户增收1.75亿元。全县建成12个标准化示范种植基地,培育16个专业合作社和30余家种植大户。

这些跃动的数字背后,是成千上万农户命运的转变。杨柱安式的致富故事,正在丘北的村村寨寨不断续写。辣椒产业不仅改写了农户的生活轨迹,更为乡村振兴注入了持久动能。

伫立丘北的山岗,成片的辣椒田连绵不绝。郭元华感慨道:“我们只是架设了协作的桥梁,真正的奇迹源于丘北百姓的勤劳创造。”从种苗培育到精深加工,从标准化生产到品牌化营销,这条完整的产业链凝结着沪滇两地的智慧结晶。

如今,“丘北辣椒”已成为闪亮的地理名片。而虹口援滇干部的奋斗仍在继续,他们正与当地千群携手,谱写山海协作的崭新篇章。

研发深耕 构筑绿色行业核心竞争力

(上接►1版)格力电器目前拥有16000人研发团队和国家重点实验室;自主掌握五轴加工中心、碳化硅芯片等核心技术;“泰山系统”可兼容99%楼宇设备,实现AI节能调控;“光储直柔”能源站系统创新整合光伏、储能与直流供电。

值得一提的是,格力磁悬浮离心机、永磁同步变频离心机等产品凭借稳定性和节能性,分别在宝钢、华为以及中芯国际等高端制造领域获得验证。韩鹏表示:“我们不仅提供设备,更通过能源托管模式,帮助客户实现‘零投入’节能改造。”

绿色赋能区域发展

虹口区以绿色低碳为主要产业结构,为格力绿能提供了重要发展平台。韩鹏介绍,公司发展目标与虹口区的产业结构高度匹配,双方将通过实际项目落地产生更多可持续性的合作发展模式,如绿色金融赋能、低碳人才培养赋能、打造零碳示范标杆、共建绿色产业链等,格力的光储空等绿色科技可助力公共建筑绿色改造,为园区制定“自发自用+余电上网”系统。

随着《设备更新行动方案》深入推进,格力绿能将重点布局三个领域,如为城市更新领域,提供“检测-改造-托管”一体化服务;在工业节能领域,开发流程工业专用高效机房系统;赋能智慧楼宇,拓展数字孪生技术在能耗管理中的应用。

目前公司在大型冷水机组领域已涵盖机场、医院、公共机关、数据中心、半导体、制药等多个行业。韩鹏强调:“我们的目标是让每栋建筑都成为‘绿色电站’,通过技术创新实现环境效益与经济效益的双赢。”

在“双碳”目标引领下,格力绿能正以虹口为起点,构建覆盖“技术创新-场景应用-商业模式”的绿色创新生态。这家兼具格力基因与上海智慧的企业,正在重新定义建筑节能的行业标准,为全球城市可持续发展提供“中国方案”。