

30多家商铺为何被新场拒了?

古镇业态调改突出当地文化特质,劝退千篇一律的蹄膀、肉皮类店铺

本报记者 杜晨薇

目前,浦东新场古镇作为上海古镇的唯一代表,正与苏浙12个古镇联合申报“江南水乡古镇”世界文化遗产。在申遗过程中,除了继续改善民生环境,对新场而言,最重要的一件事,就是打造适合当地文化特质、与众不同的商业氛围。

过去,一提到老镇、古街,人们立马会想到臭豆腐、蹄膀,以及千篇一律的银饰店、丝巾铺。新场作为上海相对来说后开发的区域空间,重新盘活资源,走出一条完全不同的商业化路径。去年11月,新场发布《新场古镇商户开店指南》,通过明确正面清单和负面清单,严把业态关。一年来,有30多家商铺被“卡”在门槛之外,与此同时,一批令人耳目一新的店铺在新场古镇扎根下来,融入原住民闲适的生活。

商业形成三段式格局

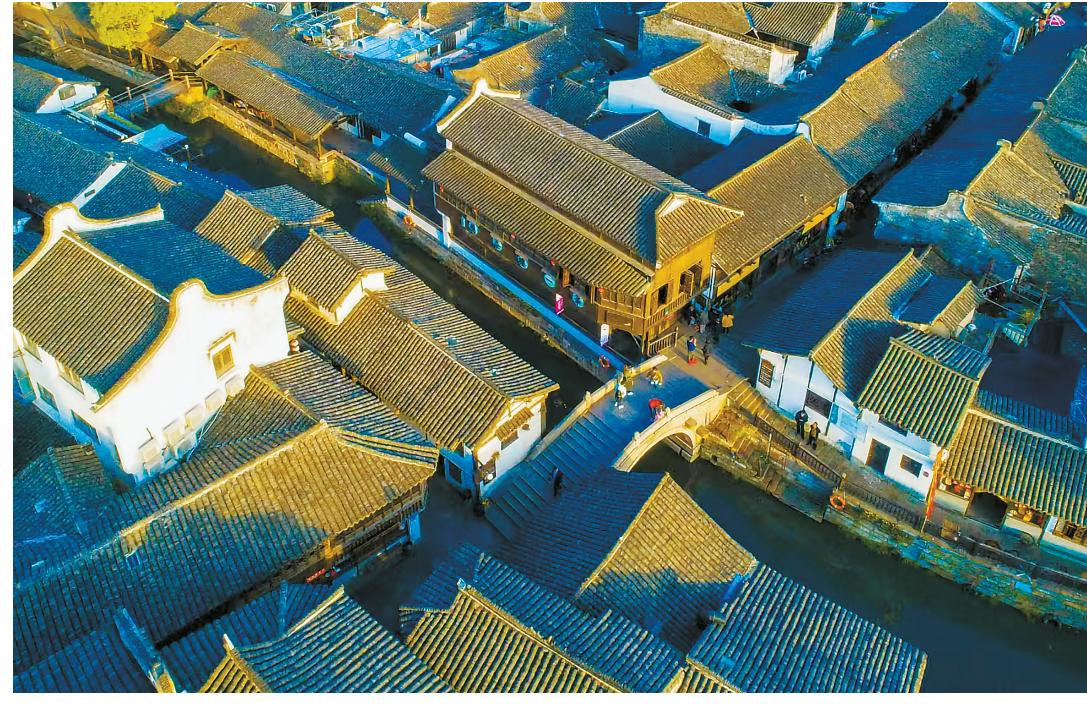
走进新场古镇,北部市井喧嚣,传统小吃、老字号店铺林立,延续着百年的商业脉络;中部大宅院错落,茶舍、书画院、文化空间隐于其间,洋溢着浓厚的文艺气息;南部则在新业态的布局下,呈现出开放、精致的“高雅风”。

“北部烟火气、中部文艺范、南部高雅风”的三段式格局并非凭空设计,而是基于古镇原有的空间肌理与历史脉络。“北部历史上就是物资集散区,商业延续数百年;中部是大户人家宅院聚集地,体现前店中宅后花园的格局;南部过去是普通居民区,房屋规制较低,但也留下了整体塑造的空间。”上海新场古镇投资开发有限公司相关负责人说。

以联合申报“江南水乡古镇”世界文化遗产为目标,新场将申遗标准前置为开发准则,确保所有商业活动都在文化保护的大框架下进行。目前,1.48平方公里的完整保护区,也为差异化布局提供了空间资本。

“南山一面”面馆的主人王峰,在了解了古镇的“三段分区”规划后,选择在南部开设新店。他将面馆定位为“复合型开放空间”,不仅提供餐食,更融合了茶饮、社交与美学体验。店名取自“悠然见南山”之意,空间设计保留老物件、天井与简笔漫画,与南部的“高雅风”相得益彰。

“土土凹”甜品店主陈阿姨,因热爱甜品曾远赴法国、日本进修。她被新场的氛围吸引,首次创业便选址于此。店名创意来源于“盐”字的分解,呼应新场悠久的“盐文化”。她的甜品店不仅是商业空间,更成为中西



俯瞰新场古镇。
资料图片

文化融合的缩微现场。

“且来”茶舍主人尤乐熙,则计划在茶业务之外,引入金缮、锔瓷等传统器物修复技艺,将茶舍升级为传统手工艺的实践与传播平台。

这些被“选”中的主理人,不仅具备商业运营能力,更拥有对文化的理解力与创造力。

店铺业态以文化立身

位于后市河畔的“云栖书画院”,曾是一座占地约100平方米的市镇民居,如今以“禅意咖啡”和“艺术空间”的新身份迎接往来宾客,别名“福慧小院”。主人周琳是土生土长的新场人,她将咖啡文化与禅意美学巧妙融合,打造出一个让人静心的休憩空间。踏入古朴大门,仿佛步入一个被墨香和禅意萦绕的世界。书画院定期举办各类书画展览、学术交流活动,为广大书画爱好者提供学习和欣赏书画艺术的机会,还开发了一系列文创产品,将传统书画元素与现代设计理念巧妙融合。

一尺花园·院士故里店、“先生对门”生活中医体验空间、非遗太极灸……如今,在新场古镇中部,一个个“栖身”于传统历史建筑中的店铺,构建了一个完整的文化生态体系,以历史建筑为载体,以主理人为创造力引擎,以中医文化新型业态为先行试点,让来新场古镇的市民游客不再只为“看景”,更是为“参与一场中医文化体验”“享受一次中医理疗”或“体验一门非遗制作手艺”,成为观光游

客和古镇居民国医体验和优雅情志需求的空间落地场景。

从新场古镇南大门进入,与南山古寺隔路相对的便是南山雅集。它是“南部高雅风”篇章中浓墨重彩的一笔,以其独特的文化姿态,为古镇注入了一份静谧而深厚的高雅意趣。在改造过程中,它悄然拆去传统的围墙隔阂,以一种开放、包容的姿态融入古镇肌理。

主理人杨本立说,选择新场,正是因为看中这里深厚的人文底蕴,希望在此搭建一个能够安放传统雅趣、激发当代创想的文化平台。如今,这里不仅是游客驻足休憩的场所,更是思想碰撞、艺术生发的殿堂。它设立的驻地艺术家项目,邀请远道而来的创作者在此采风、居住、创作,让新场的风土人情成为艺术灵感的源泉。与此同时,一系列涵盖文学、哲学、美学的深度沙龙将定期在此举办。

老房子实现“活态保护”

古镇内大量文保建筑和历史民居,在符合现代安全与使用标准的前提下,进行“通识化改造”,赋予其新时代的使用价值。例如,中部地区的“先生对门”项目,依托老宅引入中医文化展示与养生业态,既保留了建筑风貌,又激活了其文化功能与经济价值。

“我们要让老房子在现代生活中‘活’起来,自己养活自己。”开发团队强调,这种“活态保护”的核心,是实现历史价值、文物价值与当代使用价值、经济价值的统一。

在南部区域,古镇公司收储了约60%的房屋资源,为整体性、高起点的业态塑造提供了可能。这里引入盐文化馆、琵琶馆、古琴馆等文化空间,以及文创业态,形成一片可被集中规划、品质可控的“文化实验区”。

古镇中部,因豪宅大院聚集,有“金腰带”的美誉。这里有张厅的显赫、张小乙宅的海派,也有崇修堂的文气,以及郑氏新宅的高度。中部“文艺范”的打造,始于对历史建筑群的系统性“唤醒”,采取的是“针灸式激活”——选择具有文化价值的老建筑,通过风貌保护、结构修缮与焕新利用,让其成为区域文化生态的“锚点”。

“我们力求保持古建筑的历史风貌,注重内部焕新使用的空间科学性,寻找懂得老房子的主理人。”上海新场古镇投资开发有限公司相关负责人说。

目前,根据《新场古镇商户开店指南》,新场将业态调控关口前移,在有新商户意图入驻时,职能部门主动介入,告知该区域的业态现状与发展思路,从源头上避免盲目投资和同质化竞争。这一“事前告知”机制,如同一个“过滤器”,有效劝退了不少与古镇定位不符的商户。

《指南》对店铺的门面装修、店招招牌、消防安全、污水排放乃至空调外机的安装也都给出详尽规范,要求“修旧如旧”,与古镇风貌协调统一。

《指南》实施以来,已有30余家计划经营咸肉、肉皮、家禽等业态的商户被“劝退”,有效推动古镇商业从“量”的堆积到“质”的飞跃。

气温骤降,呼吸道疾病门诊人数上升

打过疫苗还要备流感药吗?

本报记者 顾泳 黄杨子

气温骤降,记者从沪上多家医疗机构获悉,相较之前,近来呼吸道疾病门诊人数明显上升,流感检出率增加。不少市民此前注射过流感疫苗,还需要囤流感特效药吗?奥司他韦、玛巴洛沙韦等抗病毒药物到底该怎么选?怎么用?

做好儿童预防诊疗

据中国疾控第45周数据统计,流感阳性率在近三周持续上升;在全国哨点医院呼吸道病原体采样中,流感成为首位病原体,住院严重呼吸道感染病例中流感位居第二位。监测显示,流感常规流行期一般为10月至11月,高峰往往出现在12月中下旬到次年1月;短期内南、北方均呈持续上升态势。今年H3N2的检出率超95%,仅有极少量其亚型被检测到。

上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心门诊办负责人介绍,虽然总体门诊量没有明显变化,但发热门诊、急诊一周内均有增长,流感检出率约40%,高于上个阶段。“每年的流感季通常都是孩子最先中招,因此做好儿童的预防、诊疗是关键,疫苗接种是最有效的方式。”

儿中心感染科主任曹清介绍,关于疫苗家长最关心三个问题——真的管用吗?安全吗?每年都要打吗?“答案均是肯定的。接种疫苗不是保证100%不得病,而是极大地降低重症和死亡的风险,就像系安全带,能在关键时刻保命。”她解释,注射式疫苗里的病毒是“死的”,不可能让孩子得流感,接种后短暂低烧、乏力,是正常反应,通常一两天就消失了。“流感病毒每年都会‘变装’,因此去年疫苗产生的抗体,可能不认识今年的新病毒,每年都需要接种最新的疫苗来获得保护。”

48小时内尽早给药

近期,中国医师协会感染科医师分

会、国家传染病医学中心、国家感染性疾病临床医学研究中心等机构联合发布《抗流行性感冒病毒药物合理使用专家共识(2025年版)》。《共识》明确,在国内已上市的药物中,奥司他韦和玛巴洛沙韦可作为首选流感治疗药物,玛巴洛沙韦、玛舒拉沙韦、昂拉地韦、法维拉韦、扎那米韦、帕拉米韦可作为备选治疗药物,阿比多尔也有使用。

华山医院感染科艾文静教授解释,《共识》针对存在流感重型/危重型高危因素的人群,明确设定给药窗口期——在暴露于季节性流感后48小时内应立即启用抗病毒药物,不仅能降低罹患重症风险,对于发展为症状性流感患者,也有助于减少并发症。针对重症流感患者,《共识》明确规定,即使发病已超过48小时,抗病毒治疗仍可降低病死率。

两款流感药怎么选

上海交通大学医学院附属仁济医院儿科主治医师秦凤说,奥司他韦和玛巴洛沙韦是临床常用的抗流感药,但两者的异同点很多人不能辨别。“最大的区别是作用机制不同。”她解释,奥司他韦是抗流感“老将”,作为神经氨酸酶抑制剂的代表,像守在细胞门口的门卫,能阻止已复制好的病毒从感染细胞中释放,减少病毒在体内扩散;而玛巴洛沙韦是近年来出现的抗流感“新星”,属于RNA聚合酶抑制剂的代表,更像“源头破坏者”,直接在病毒复制早期阻断其增殖,从根源上阻止新病毒产生。简单来说,奥司他韦拦截已成型病毒,玛巴洛沙韦阻止病毒生成,两者从不同环节对抗流感。

两款流感药怎么选?秦凤说:“根据药物说明,年龄5岁以下儿童优先选奥司他韦,玛巴洛沙韦暂不适用低龄儿童,5岁以上且体质达标者,两者均可考虑。”此外,如果患者本身胃肠道敏感、怕恶心呕吐,玛巴洛沙韦耐受性更优;需同时服用补钙、补铁制剂或抗酸药的,选奥司他韦更合适。

“冬日膏方十二问”助力科学养生

不同体质不同人群怎么补?

本报记者 黄杨子

冬令进补,又见膏方。随着膏方养生热度增加,市民对如何服用膏方的疑问越来越多。由市卫生健康委、市中医药管理局、市疾控局、市爱卫办主办,市健康促进中心承办的“上海健康播报”,特邀上海中医药大学附属曙光医院推出“冬日膏方十二问”,并请专家科学解读。

1. 想吃膏方又怕麻烦,怎么办?

膏方制作需经过多道精细工序,建议市民找正规医院高年资的中医医师开具处方,委托医院加工制膏。膏方一般以独立小包装为主,精准控量、即开即食。收到膏方后,放在冰箱冷藏,吃的时候,拿出一小包,用适量开水冲化后服用。

2. 可以直接在网上购买吗?

膏方的精髓在于“一人一方,辨证施治”。网上的成品膏方多为通用型,无法精准匹配个体差异。膏方对证的前提是辨证,很多人自认为“湿气重”“阳气虚”“肝肾不足”“气血两虚”,在专业中医医生看来,大多数自我辨证常与身体实际不符。网络膏方还可能存在药材等级低、炮制工艺不规范等问题。

3.“上班族”总觉疲惫,可用膏方调理吗?

如果身体疲惫的同时,还伴随动不动就出汗、说话声音低微,大多属于气虚;伴随口咽干燥、夜间盗汗,大多属于阴虚;伴随身体困重、排便黏腻,大多属于湿气重;还有长期情绪压抑、压力累积等诱发的心因性疲劳。这些症状,都可通过辨证论治,用膏方来调理。

4. 冬天怕冷,吃膏方有用吗?

冬季人体血液循环往往走向脏腑,四肢及肌表供血相应减少,所以四肢冷、出汗少、皮肤干燥。一般情况下,冬天怕冷是正常的,但有的人无论运动与否,手足都是冰凉的;有的人晚上睡觉身体暖不起来;有的人无论穿多厚重的衣服,依旧畏寒。这些人的体质偏于阳虚或气血不足,多吃膏方可补益气血、扶正助阳,促进血液循环,有效缓解怕冷症状。

5. 平时爱喝茶,吃膏方有影响吗?

喝茶时不建议吃膏方,最好间隔1—2小时。因为茶水容易冲淡胃液,尤其浓茶含有鞣酸,可能会与膏方中的蛋白质、生物碱等成分结合,形成不溶性复合物,降低药效。浓茶中的咖啡因可能影响膏方的安神效果,对于调理睡眠或气血的人群不利。多数膏方偏温补和滋润,与茶同服可能抵消其补益作用。

吃膏方期间尽量少喝茶或不喝茶,尤其需戒浓茶。

6. 吃西洋参可以同时吃膏方吗?

西洋参是常见的滋补中药材,具有补气养阴、清热生津的功效,其性凉,适合气阴两虚人群,常见疲劳乏力、口干

4D版《疯狂动物城2》太火 电影票疑被“黄牛”疯炒

影院呼吁观众从正规渠道买票,等待后续场次开售

本报记者 钟菡 张熠

“媲美2小时‘热力追踪’项目”,《疯狂动物城2》让4D电影再度疯狂。有网友发现,上海4D版《疯狂动物城2》的电影票在二手平台被炒至几百元高价,疑似有黄牛代购囤票。

记者在购票平台发现,截至本周末,CGV影城(白玉兰广场IMAX店)和CGV影城(晶耀前滩杜比ULTRA 4DX店)ULTRA 4DX场次几乎都已满座,二手平台上不乏“代抢”、转让链接。对此,影院呼吁观众通过淘票票、猫眼、CGV影城小程序等正规渠道购票。

迪士尼动画电影《疯狂动物城2》讲述身为爬行动物的蛇盖瑞乱入动物城,兔子警官朱迪和搭档狐狸尼克联手解决危机,揭开动物城神秘往事的故事。影片自11月26日上映以来引发观影热潮,截至12月3日票房已突破21亿元。

这部电影爆米花大片带动4D电影热卖,在社交平台上,不少人将《疯狂动物城2》4D版观影体验比作2小时“平替版”上海迪士尼乐园“疯狂动物城”游乐项目“热力追踪”,不仅有打斗、飙车时的座椅动感,进入湿地时还会喷出臭气。其中,ULTRA 4DX厅尤为受追捧。除了与普通4D厅一样带有座椅摇动和喷气等互动体验,ULTRA 4DX还增加了SCREEN X三面屏影厅效果,通过270°多面投影,让视觉延伸到观众左右两侧,带来更身临其境的观影体验。

目前上海全市拥有ULTRA 4DX影厅的影院不到10家,以CGV影城为主,大多位于嘉定、青浦、松江、闵行等郊区,位于市中心区域的CGV影城(白玉兰广场IMAX店)和CGV影城(晶耀前滩杜比ULTRA 4DX店)成为不少观众的热门选择。

记者在购票平台发现,截至本周



与陆家嘴“四件套”同框的经典画面。

打造无界景观

据悉,古城公园新增约1000平方米绿化,打造213平方米错落花境。为保障夜间安全,园内增设29根一体化合杆与3根12米高杆灯,采用“定点值守+动态巡逻”模式,并联动多部门管理。

本报记者 海沙尔 摄

末,相关影院的ULTRA 4DX厅《疯狂动物城2》所有排片几乎都卖完了,仅23时15分午夜场才偶有边边角角的位置。一票难求下,有人做起代购生意。二手平台上,不乏白玉兰、晶耀前滩4D版《疯狂动物城2》的代抢链接,“座位随机,不退不换”。比起百元左右的原价票,不少4D版电影票二手转让价格远高于影院售价,有黄牛囤票的嫌疑,甚至有单张转让价高达300元。“几百元买一张电影票,为何不直接去迪士尼?”有网友提出疑问。

观众王女士告诉记者,她看了3D版《疯狂动物城2》首映场。“本来没有二刷计划,但如果4D版真的很像‘热力追踪’,我会考虑买票去看。”她说,自己办了迪士尼乐园年卡,曾在工作日一连玩了4次“热力追踪”。“坐在车上,进入‘疯狂动物城’,会有很多沉浸式场景出现,体验感非常好。”不过,对比原价高出不少的溢价黄牛票,包括她在内的不少受访者都表示“不会考虑”。

“90后”小森计划这周末“二刷”英语版《疯狂动物城2》,“和朋友一起看,会考虑交通、距离、影片时间等因素。如果恰好能买到4D影厅,也会尝试。但花两倍、三倍价钱则没有必要。黄牛票是在扰乱市场秩序,消费者应理性选择。”

“《疯狂动物城2》ULTRA 4DX厅的销售比其他影厅都要好,ULTRA 4DX厅里,《疯狂动物城2》也比之前的影片都要好。”CGV影城(白玉兰广场IMAX店)店长刘湘文介绍,影院每天接到几十个咨询4D版《疯狂动物城2》场次的电话。“周六日场次排出来后,很快就预售完了。”他希望观众通过淘票票、猫眼、CGV影城小程序等正规渠道购买。“为满足观影需求,我们在原来的基础上增加场次,观众可以耐心等待后续场次开售。”

记者在购票平台发现,截至本周