

“公园20分钟”流行的背后—— 一座城市的“公园自由”



最近，大城市的年轻人中流行起一种新的休闲方式——“公园20分钟”。他们把公园绿地当作“能量快充站”，赏景、散步、观鸟……即使什么都不做，就是简简单单地晒着太阳发呆、闻闻春天的气息，也能“满血复活”。

如同钢筋水泥丛林中的绿色天堂，公园在繁忙都市中为大自然搭建了一个庇护所。新华每日电讯记者在上海采访了解到，要让“公园20分钟”的快乐触手可及，城市建设管理和要考虑的不止草木，更是群众的需求。从收费到免费、从封闭到开放、从限时到24小时，上海的公园理念已从“城中之园”转向“园中之城”。

► 公园与城市“无界融合”

每到周末，世纪公园的大草地上一早就搭起一个个帐篷，很快就热闹起来。如果不是树林顶端隐约可见的高楼大厦，很容易让人忘记这里是上海寸土寸金的繁华地带。

世纪公园左拥陆家嘴金融城，右连张江科学城，以140公顷(2100亩)的超大面积位列上海城市公园榜首，也以一系列开放运营的探索走在公园管理前沿。近日，该园已拆除3000多米围墙，于5月1日起大面积实行24小时开放。

“除河道等天然隔离外，世纪公园的围墙已基本拆除，并沿街新增了7个出入口，优化提升对外广场及沿线绿化景观。”世纪公园工作人员张引说。

如果要问拆除围墙后有什么变化，那么记者最直观的感受是公园与城市“无界融合”。行走在世纪公园外，一侧是交通道路，另一侧是大片的绿地和花园，走一小段路就能看到花园中有一个入口，大大

降低了市民享受生态空间的门槛。

“进园出园都不用绕路了，利用午休时间也能过来‘散散班味儿’。”金融白领张女士说，春天百花盛开，逛公园成了性价比最高的出游，“离家近又不用花钱，还很健康”。

园方最直观的感受则是游客越来越多。记者从上海市绿化和市容管理局了解到，世纪公园建于2000年，其标志性意义之一是开启了上海市中心建造“都市森林”的序幕。2021年，世纪公园与共青森林公园、滨江森林公园一起加入免费行列，成为为数不多的4A级免费景区，游客量成倍增长。2023年，世纪公园拆除部分围墙，并实现园内芳花园24小时开放，进一步满足市民晚间的游园需求。

张引介绍，探路不限时开放，世纪公园在计划实行24小时开放的区域加强夜间节能照明和监控设施的升级，以确保市民、游客夜间游园的安全舒适。

更俗 剧院

最新演出信息

动画《间谍过家家 代号:白》

动画《哈尔的移动城堡》

黄景瑜、王一博主演《维和防暴队》

张子枫、胡先煦主演《穿过月亮的旅行》

贾冰、谭卓、小沈阳主演《末路狂花钱》

古天乐、林峯主演《九龙城寨之围城》

杨幂、于谦主演《没有一顿火锅解决不了的事》

5月11日19:30 —— 魅惑极限 TODES 俄罗斯托迪斯舞蹈团

5月31日19:30 —— 谍战剧《0423》

扫二维码关注更俗剧院微信公众平台，获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668



► 从“城中之园”到“园中之城”

从收费到免费、从封闭到开放、从限时到24小时，世纪公园近3年来的尝试，体现的是从“城中之园”迈向“园中之城”的理念转变。

“公园是市民可以就近使用的生态空间，满足日常休憩的需求，会对人产生很多正向效应。”上海市园林科学规划研究院副院长韩玉洁科学分析了最近走红的“公园20分钟效应”。

具体来看，绿树花海带来视觉享受，鸟叫虫鸣也悦耳动听。更重要的是，植物会释放让人身心愉悦的芬多精(一种天然的芳香化合物)和负氧离子，同时净化空气、消减噪声。此外，公园内的娱乐设施、游船画舫、展览展示、非遗体验、健身器材也会进一步丰富游客的体验。

那么，如何守护市民、游客的“公园20分钟”呢？从城市建设和管理的角度看，可及性是重要前

提。上海市绿化和市容管理局介绍，上海的一个重要举措就是通过开放、拆墙、延时等方式盘活存量，对象主要是公园、单位附属绿地和郊区林地。

仅过去一年，华东政法大学长宁校区、上海体育科学研究所、上海辞书出版社等单位完成59处附属绿地开放，改造出13个口袋公园、开放41.6万平方米附属绿地面积。

据介绍，上海正继续推动公园绿地开放共享，2024年将实现30座城市公园24小时开放、40处单位附属绿地对社会开放共享，并鼓励更多公园扩大开放草坪区域，推广一批帐篷区管理示范点。

另外，与城市公园不同，郊区林地主打沉浸式回归自然。“人类是从森林中走出来的，回归森林所感受到的身心舒畅和愉悦是不同的，上海正通过建设开放休闲林地释放森林的生态价值。”韩玉洁说。

► 公园城市建设进行时

最近，从2010年世博会举办地蝶变而来的上海世博文化公园单日入园人数超过了3.8万人，又一次刷新公园北区2021年年底开放以来的纪录。

“现在正值园内牡丹、杜鹃等植物花期，游园人数屡创新高。刷新纪录的当天天气晴好，游客数量是以前周末游客数量的两倍。”上海世博文化公园工作人员说。

这座在“黄金地段”打造的“绿水青山”公园将迎来又一个高光时刻。据了解，世博文化公园南区将在今年下半年开放，其中包括备受瞩目的人造“双子山”，届时，市民、游客在市区即可登高观赏黄浦江的夜景。

要有绿，更要添彩；要好看，更要有好体验；要规模效应，更要精细化管理。即使早已过了大规模造绿的时期，人口稠密、空间紧缺的上海也在想方设法提高市民的生态获得感。

“大手笔”，如正在打造的环城

生态公园带，以外环绿带为骨架，向内连接10片楔形绿地，向外连接17条生态间隔带，与“五个新城”环新城森林生态公园密切衔接的宜居宜业宜游大生态圈。

“小而美”，如利用屋顶、墙壁、桥下空间等布置立体绿化，以每年40公顷的速度“见缝插绿”。例如，上海市五四中学有两处屋顶花园，用活化的第五立面补充了地面绿化，帮助师生亲近自然。

良好的生态环境是最普惠的民生福祉，一如正在举办的上海(国际)花展，将会场从一个公园拓展到一座城市，实现全城花开、全民共享。“未来，我们将一以贯之推进‘公园城市’建设。让更多像上海(国际)花展这样高品质的生态盛会走进市民生活，不断满足人们对优美生态环境日益增长的需求，努力把上海这座城市变成一座大公园，变成一座大乐园。”上海市绿化和市容管理局局长邓建平说。

据新华社

福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

3D游戏8000万元派奖来啦！

为回馈广大购彩者对福彩3D游戏的喜爱与支持，江苏省福彩中心决定开展2024年3D游戏8000万元派奖活动。

派奖时间自2024年3月28日起(3D游戏第2024078期)，预计持续派奖40期。活动期间，凡在我省福彩销售网

点购买3D游戏彩票，单票金额超过20元(含)的中奖彩票均可参与派奖活动，具体派奖规则可进店咨询。

福彩3D，幸运速递。2024年江苏福彩3D游戏首场盛典，快来收获你的专属幸运吧。

福彩双色球 2元可中1000万

(广告)