

漫森活

# 亮点剧透! 2025“森兰杯”中外企业赛艇邀请赛来了



9月,2025世界赛艇锦标赛热潮将席卷上海。2025“森兰杯”中外企业赛艇邀请赛率先启航,以本土赛事的活力先行开场,为上海赛艇文化注入鲜活动能,助力城市赛艇氛围升温。

依托森兰地区完善的文体配套设施与开阔的生态开放空间,本届赛事成功吸引国内著名及行业头部企业积极参与。

截至目前,赛事已集结一众知名中外企业精英队伍,小松(中国)投资有限公司、上海弗列加滤清器有

限公司、阿法拉伐(上海)技术有限公司、中石化(上海)、比亚迪、招商银行、费尼亚德尔福汽车系统等企业纷纷参赛,覆盖制造、医药、能源、高端装备等多个核心行业。这些在各自领域深耕细作、业绩斐然的企业,正将行业里的严谨态度与协作精神带到赛艇赛场。



赛场之外,还有更多“好吃、好玩、好逛”的惊喜体验同步解锁,让“Rowing Day”不止有竞技激情,更有生活乐趣。

当船桨划破森兰湖的碧波,这场赛事早已超越“比赛”本身——它是中外企业交流协作的桥梁,为企业文化建设开辟全新维度;是“体育+生态+商业”融合的实践样本,让森兰的生态优势、产业活力与商业价值相互赋能;更是驱动区域发展的精神纽带,借助赛事的辐射效应,向浦东乃至上海东北部的经济社会发展,注入强劲的精神动力与文化活力。

9月19日,森兰湖畔,让我们共赴这场“价值共创”的盛会,见证赛艇的速度与激情,感受协作的力量与温度,解锁生态、体育与商业交融的全新可能!

(新艇体育)

服务

# 森兰商圈暖新体系正式启动



清晨6点,外卖骑手的头盔反光划过街道;深夜11点,网约车司机揉着肩膀等最后一单……他们是城市的“摆渡人”,却很少有时间好好吃口热饭、歇歇脚。

近日,高行镇用一场温暖的仪式回应这份付出——“党建引领赋能新时尚 温暖森兰的N次方”森兰商圈暖新体系正式启动!

活动现场,高行镇联合上蔬永辉设立了“食物驿站”。超市将每日筛选的余量食物,免费提供给外卖骑手、快递员、户外职工等新就业群体。这一绿色环保举措,让忙碌奔波的城市服务者随时能领取一份热乎餐食,同时解决“舌尖上的浪费”与“胃里的需求”。上蔬永辉在现场为新就业群体、户外职工代表准备了内含熟食、蔬菜的“能量包”,让温暖从舌尖延伸到心间。



针对新兴领域女性从业者的需求,高行镇联合森兰花园城升级发布了Love+ 女性权益2.0 专属服务体系。每层有丽人百宝箱等女性用品“娘家人暖心包”,商场专门开辟了女性休息室、独立化妆间、母婴室及无障碍卫生间,让女性从业者在忙碌中感受到“被看见”的温暖。

现场还为新就业群体女性送上专属的“扮靓包”,内含电影票、洁肤

券等贴心礼物,让关怀更贴近她们的日常需求。



森兰街区近120家商铺参与“暖新商户”行动,这些商铺承诺为新就业群体提供免费饮水、手机充电、应急药品、歇脚座椅等“微服务”。活动现场6家暖新商户作为代表获得授牌,他们用实际行动为城市新就业群体写下“欢迎回家”的问候。

活动当天,还举办了暖新集市,暖新商户为大家提供饮用水、水果、糖果、免费的口腔咨询、测血压、测血糖、体检咨询项目、手机贴膜等项目。

下一步,高行镇将打造更多的暖新阵地,提供更加暖心的服务。



城市因你而运转,高行因你更温暖。“温暖森兰的N次方”已经启动,但故事才刚刚开始。未来,高行镇将坚持党建引领基层治理,用绿色低碳的每一次举手之劳,用关爱他人的每一个微笑瞬间,让温暖服务从商圈辐射全域,把“N”写成无穷大!

(媒体信息中心)

身边

# 文化“续”时光,生活“叠”精彩 2025高行延时服务课程秋季班正在报名

云天收夏色,木叶动秋声。秋日将至,高行镇文化服务中心延时服务课程精彩继续。

此次秋季班仍延续公益性收费模式,力求持续提升服务能级,增设更多精彩课程。希望为每一位热爱生活、渴望成长的小朋友和大朋友们,提供一片探索自我、滋养心灵的文化沃土。



### 部分精品课程简介

硬笔书法、软笔书法课能够培养少儿的专注力,帮助他们形成认真、细致的学习态度与干净、整洁的良好习惯。同时,书法可锻炼观察力

与形象思维能力,激发创造力,提升审美水平。



少儿播音主持课采用轻松愉悦的授课模式,融合语言训练及形体训练,寓教于乐,互动教学,让小朋友在快乐的氛围中做到“会”讲、“能”讲、“敢”讲,学会大胆展现,勇敢表达。



少儿中国舞课注重基础训练,帮助孩子塑造优美身形,纠正不良体态。在舞蹈学习过程中,孩子们将逐渐建立自信,学会团队协作,同时在舞蹈创编与表演中充分激发想象力和创造力,促进身心全面发展。



成人普拉提课程聚焦于核心肌群训练,通过体式与呼吸配合,重塑身体姿态,提升肌肉力量与身体柔韧性。在专业指导下,科学训练可改善体态、缓解久坐不适,促进身体协调性。无论是初学者还是进阶练习者,都能找到适合自己的训练强度,收获身心平衡,提升生活品质。

秋季班招生表、报名方式及更多详情,扫描下方二维码了解。



(书香高行)

关注

# 南新中医药特色巡诊 社区卫生服务站开诊



近日,南新中医药特色巡诊社区卫生服务站经过全面升级改造后以崭新面貌正式开诊。服务站聚焦中医药特色服务,深度融合优质医疗资源,着力提升基层医疗服务能力。

服务站环境古朴典雅,中医药文化氛围浓厚。中医诊室配备传统木质桌椅与中医文化宣传墙;治疗室则引进多项先进中医设备,包括针灸治疗仪、中医定向透药治疗仪、中药药物导入热疗仪及特定电磁波治疗仪等,可开展针灸、艾灸、拔罐、中药熏蒸与调理等多种特色服务,极大丰富了站点中医药服务内涵。

服务站明确以“全科为基、中医为根、妇科为特”的发展定位,在大力推进家庭医生签约和服务的基础上将“胡氏妇科”纳入站点建设。

“胡氏妇科”是高行社区卫生服务中心的特色,2013年高行“胡氏妇科”成功入选浦东新区非物质文化遗产,金高路总院区传承“北胡”特色,打造区级“胡氏妇科流派研究传承基地”和“一院一品”。启帆路分中心传承“南胡”特色并辐射南新中医药特色巡诊社区卫生服务站,将中医妇科特色服务向居村延伸。



除了提供优质便捷的中医药诊疗,服务站还承担弘扬中医药文化的使命,定期举办健康科普讲座、普及中医药知识,开展适宜技术培训,帮助居民掌握实用中医保健方法,增强自我健康管理能力。进一步推进优质医疗资源下沉,构建便民的分级诊疗体系。

(社区卫生服务中心)

# 白相到高行

# 本帮面天花板! 就在高行这里



有一家11年老店,是很多高行人心中的本帮面馆“天花板”,很多高行人都对它耳熟能详,甚至很多浦西小囡驱车几十公里,就为了吃这口正宗的本帮面。



二十多种浇头,低价量足,荤素



搭配现炒热菜、免费续面……这家高行镇俱进路上的俱进面馆,每天6点开门营业,早就成了附近的“早餐、午餐顶流”。

当被问起“面龄”多久时,很多老熟客纷纷举手“表忠心”,有3年的、5年的,甚至还有从恋爱“吃到”结婚生子的10年“真爱粉”。一位常客告诉记者,“自从我来这里吃了第一次面之后,两三年来就没再去过别处,就算路比较远,也会赶到这边,只为这一口美味。”



在众多特色中摇摆不定的记者最后选择了大肠面,不仅是因为“真爱粉”的极力推荐,更是因为老板“严选”。老板表示:“我们对食

材的要求非常高,像大肠必须选用最新鲜的,再经过多道工序,处理到完全干净,‘浇头’必须是当天凌晨现烧,绝不过夜。”



在浓油赤酱的汤汁中浸润后的大肠油光锃亮,光是看着已经让人难以自持。吃起来口感Q弹,搭配上劲道的面条,即使在炎炎夏日里也不会觉得油腻,简直是碳水与油脂的完美结合。由于处理得非常干净,没有任何异味,平时不吃大肠的小伙伴也可尝试“冲”一次。

鲜美的高汤、饱满的浇头,在俱进面馆你不仅能够体验到正宗的上海面条,更能感受到来自高行的“美食魅力”。

(媒体信息中心)