

【华阳好去处】

全民健身与奥运同行

为营造全民健身的良好氛围，华阳路街道积极筹办“全民健身与奥运同行”全民健身日系列活动，聚焦群众多样化健身需求，加大服务供给，持续激发群众参与体育运动的兴趣，积极倡导全民健康生活方式。

大手牵小手,玩转乒乓球

近日，华阳路街道承办了上海市第四届市民运动会上海市老年人体育联赛暨第七届“大手牵小手”趣味乒乓球赛长宁区选拔赛，吸引了 16 组亲子家庭参加。

现场，社区居民们其乐融融，全身心投入乒乓球的世界。你打直线，我给你弧线，一拍一扬、一进一退，大家纷纷亮出绝活，激情挥洒，比赛中不乏精彩的对决场面……笑声频频、气氛十分热烈。本次比赛不仅让居民们在切磋球技中增进友

谊、学习经验、交流技巧，也丰富了大家的文化生活，提高了体育锻炼意识。



儿童锻炼,助力成长

在华阳社区市民健身中心的儿童体适能馆，开展了“我是奥运小冠军”儿童友好活动，通过体能锻炼提高儿童的身体协调性、灵活性和柔韧性，培养自信心和团队合作能力，助力孩子们茁壮成长。



长者运动,健康随行

在长者运动健康之家，开展了“奥运让老年人动起来”华阳社区老年人趣味运动会。社区老人们通过体育游戏享受运动的乐趣，在提高身体素质的同时，更好地践行健康生活理念。此次活动还配备了专业的健身指导员，帮助老年人掌握科学锻炼方法，乐享健康生活。



资源开放,运动自由

在华阳社区健身体验周活动中，市民健身鸿凯湾分中心的健身驿站和长者运动健康之家为大众免费开放，吸引了辖区百余名居民前来体验。



下一步，华阳路街道将继续积极整合资源、拓展平台，全力打造高水平全民健身公共服务体系，开展有趣多元的社区体育赛事，并逐步完善辖区内体育设施，营造全社会共同参与体育的良好氛围，促进全民健身与全民健康深度融合。



串起 29 个地标景点

中山公园区域慢行地图来了

市交通委介绍，中山公园区域慢行地图正式和大家见面了。该地图串联起苏州河长宁段、硅巷等魅力街区，愚园路、武夷路等时尚道路，苏河超级管、WYSH 翡悦里等新兴网红打卡地，共 29 个地标景点。地图采用漫步、“地铁+骑趣”、停车的设计原则，让市民在使用慢行设施的同时，体验城市之美。

慢行地图三大特色

- 一是绿色出行，通过公共交通可快速到达慢行地图区域；
- 二是全龄友好，适合全年龄段的各类出行；
- 三是魅力摩登，包含餐饮、休憩、娱乐、文化体验等多方位指引。

地图中漫步或骑行的起终点集中于轨交、公交站点，公共停车场、道路停车位等地方，方便市民乘公共交通出行或自驾车辆转区域骑行。

慢行地图中 citywalk 指引线路标注预计时长，线路串联推荐的精华慢行路段，骑行则考虑更远的推荐点位和范围。细分的路线和推荐景点，让这份地图“简单好用，按需指引”。

综合考虑区域业态、路网、骑行 / 步道、餐饮休闲、停车 / 单车等因素，中山公园区域慢行地图分为魅力苏河、摩登硅巷两块。

其中，魅力苏河包含愚园路（愚园百货公司等）、中山公园、苏州河畔（游船码头）、万航渡路（百年公交）、华政步道、桥下空间（凯旋路、江苏北路），融合自然风光、历史人文、时尚潮流与全龄

友好等元素，适合体验派、享受派和亲子族。

摩登硅巷包含海粟绿地（刘海粟美术馆）、上生·新所（海军俱乐部）、利西路 / 定西路（硅巷 NO.1）、武夷路（武夷 MIX320 等）、愚园路（公共市集等），融合摩登科技、时尚艺术、休闲美食和萌宠等元素，适合文艺党、潮流派与爱宠族。



华阳社区活力四射

公益活动点亮城市生活



近日，位于武夷路 295 弄 1 号的“武夷会客厅”内“益动华阳”系列公益活动正式启幕，为市民们献上了一场融合文化艺术与爱心公益的盛宴。

在会客厅内，居民们正在跟着老师们练习硬笔书法，会客厅里安安静静，居民们写得认认真真，一笔一划间，感受久违的书写魅力。

在会客厅的展区内，一场由自闭症、唐氏综合征等特殊青少年儿童创作的书法作品展吸引了众人的目光。这些被亲切称为“星宝贝”的孩子们，在爱心机构宝芝地公益书法课堂十多年来的精心指导下，以笔墨为媒介，将纯真的心灵与对艺术的无限热爱倾注于一幅幅作品中。展出的作品古朴而不失灵动，童趣盎然且创意满满，让观者在欣赏艺术之美的同时，更深刻感受到了温暖与力量。



随着公益微市集的同步开启，现场气氛更加热烈。市集上展售着“星宝贝”们亲手制作的手工艺品和文创产品。这些作品或精致可爱；或创意十足，每一件都是他们用心血和汗水浇灌出来的结晶。公益微市集的开启，不仅为“星宝贝”们提供了一个展示自我、实现价值的平台，更为社会各界搭建了一个传递爱心、支持公益的桥梁。现场，不少市民慷慨解囊，用自己的行动为公益事业贡献一份力量。



整个 8 月，“武夷会客厅”围绕文化、公益、健康等主题，精心策划了一系列丰富多彩的活动。全民高尔夫体验课将引领参与者步入高尔夫的优雅世界，专业教练的全程指导让学习过程轻松愉快；体态提升与燃脂塑形体验课则助力市民们塑造健康体态；而公益讲座与义诊活动，更是邀请了医院里的专家亲临现场，为居民们提供专业的健康咨询与服务，搭建起一座医患沟通的桥梁。

