

# 绿杨邨普陀亲邻食坊开业,烟火气飘进社区

3月1日,深耕上海近百年的中华老字号绿杨邨全新社区便民品牌——亲邻食坊,正式在普陀万里新村路1511-1515号开门迎客。开业首日便人气爆棚,长长的队伍从店内一直排到街边,附近居民慕名而来,只为品尝这份家门口的老字号美味。

始创于1936年的绿杨邨是沪上淮扬风味的知名老字号。此次亲邻食坊的落地,延续了品牌“选料精良、口味地道、营养健康”的百年匠心,严选新鲜食材,坚持当日现做,涵盖手作点心、本帮熟食、烧炖热菜、冷菜及半成品等全品类,从1.5元的馒头到招牌香酥大鸭,以高性价比



比的菜品满足居民一日三餐的多样需求。门店还延续“明厨亮灶”的经营传统,制作过程可视化,让大家吃得安心、放心。

“我和家人今年就在绿杨邨吃的年夜饭,味道很好,今天来回购。”家住附近的许为民是

绿杨邨的老食客,刚买到香酥鸭和金牌香菇素菜包的他,手里的购物袋满满当当,脸上笑意盈盈,“香酥鸭是他们家的招牌,皮酥肉嫩,菜包还是熟悉的老味道,馅鲜皮软,价格也实惠。”

队伍里的吴佩霞阿姨也早

早赶来,挑选了茄汁排条、本帮酱鸭、酱萝卜拌黄瓜,还特意买了自制酒酿配圆子,“这个酒酿圆子都是配好的,回家煮一下就能吃,省得自己忙活了。绿杨邨的味道信得过,而且下楼就能买,解决了我们老人做饭的

麻烦。”开业现场,不少居民全家出动,对照菜单仔细挑选,刚出炉的熟食香气四溢,工作人员忙碌而有序。

据悉,亲邻食坊点心铺营业时间为8:30-19:00,熟食铺9:00-19:00,店铺提供外带服务,所有菜品当日现做现烹,确保新鲜口感。

从经典的老字号酒家到社区的亲邻食坊,绿杨邨将经典本帮味、淮扬味搬进了邻里日常。无论是早餐的暖心面点,还是晚餐的地道本帮硬菜,这份承载着老上海记忆的味道,如今走进普陀万里居民的日常生活,让百年匠心的温度,陪伴着社区邻里的三餐四季。

# 解放日报:城市送给长者新年礼物,让他们更舒适更自主

作者 周楠 (解放日报)

最近,网上有个词很火:“老式人类”。这是当下年轻人在社交平台上流行的自我标签,表达出一种主动疏离网红潮流、追求实用耐久与内在舒适的生活态度。

有趣的是,与年轻人的返璞归真相反,上海的老年人越来越潮。临近春节,在上海的街巷、社区和养老院里,我看到了很多银发族正敞开怀抱,勇敢探索并拥抱着晚年生活的另一种可能。

这大概是这座城市繁华热闹、摩登时尚的外表下,另一种更沉静、更绵长、更贴近生活肌理的温暖年味。这种温暖,来自一群正在被“托举”起来的人,和他们正在经历的潮流新活法。

## (一)

2月9日,在普陀区万里街道中环花苑的家中,66岁的乐文龙正在与天猫精灵进行一场人机对话——

“天猫精灵。”“我在。”  
“我要点一份上海炒面。”  
“已为您搜索到中环花苑附近顺风大酒店的上海炒面。”

“20元起送,需要凑单吗?”“再帮我加一份菜。”

“好的,优惠后一共21.3元,现在就下单吗?”“好的。”

就这样,通过AI语音,乐老伯仅仅动动嘴,便完成了外卖点单。大约半小时后,淘宝闪购的骑手就将上海炒面送到了他的家里。

这一幕,让80后的我也开了眼界。作为普陀区数字未来社区的试点,万里街道和淘宝闪购从去年就开始合作。

社区里像乐老伯这样的老人不少,万里街道定了四个线下指导点,由公益组织来指导他们跨越“数字鸿沟”。乐老伯告诉我,此前,自己就是社区食堂点餐的老常客。

他说:“我每月都要通过助餐小程序点餐,15元的套餐,一大荤一小荤一蔬菜,加上米饭、



志愿者在教乐老伯使用AI语音点餐

酸奶,街道还针对60岁以上老人减免了3.5元的配送费。每天中午11点左右,热气腾腾的饭菜准时送达,送餐员的一声问候、一个安全提示,让人心里很暖。”

其背后,连接的是一套成熟的“熟人配送”体系。据介绍,淘宝闪购为老送餐的骑手相对固定,他们认识老人,知道老人习惯,甚至成了老人安全的一道“守护网”。他们如发现老人一直没开门或有异常情况,第一时间会在与街道、居委共同的群里报告。不久前在闵行,一位淘宝闪购的骑手还与居委干部一起,联手救了一位突发脑梗的老人。

今年春节期间,万里街道社区食堂针对高龄独居老人的送餐继续。类似乐老伯这样更多的老人,则可以通过天猫精灵或“干问”APP实现AI点餐叫外卖。

就在1月底,全国首个数字化老年助餐服务行业团体标准发布。该标准吸纳了普陀区老年助餐的实践经验,首次系统定义了“老年助餐数字平台”、“老年助餐数字化服务”、“熟人配送”等关键概念,并作出全流程规范指引。

科技在此被赋予了人情味,成为社区力量的延伸,稳稳地“托举”起老人最基本的生活需求与安全底线。年味,或许就藏在准时响起的门铃和那句“饭来了,今天天气冷,您多穿

点”的寻常问候里。

## (二)

在上海市普陀城怡养护理院,我遇到了曹阿姨。72岁的她,因为摔了一跤,造成右手手臂和尾椎骨骨折,术后需要康复。春节将至,她做出了一个让很多人觉得“新奇”的决定:不和儿子一家过年,而是住进养老院,选择“短期托养”服务。

“孩子要上班,也有自己的家庭要照顾。我要是回家,他整个假期就得围着我转,不合适。”曹阿姨语气平和,“在这里我舒心,他们也安心。”

她的房间原本是四人间,被她包下作为单人间,一个月1万多元吃、住和医护全包,房间整洁明亮,她自己带来的小折叠桌靠在床边。

入住不到一周,细心的曹阿姨就悄悄观察了很多细节:“这里的护理员很专业,抹布分门别类、用途分明,擦餐桌的抹布就不会擦柜子”;“院内有多科室的内设医疗机构,医生24小时值班。有一天,我夜里伤口过敏很痒,为了不打扰医生,特意没按铃,没想到护士在窗口察觉到我开了夜灯,值班医生十分钟内赶到帮我及时处理伤口……”

最打动她的,是这里的“灵活”。这家养老院提供“短托”服务,可以按天计费(如双人间298元/天),最短住一天也行。“有的家属出差、出国,就把

老人临时托付在这里。”上海城怡养护理院副院长张振韵介绍。

“短托”,这个概念改变了我对机构养老的刻板印象。它像一座临时搭建的“浮桥”,在家庭照护出现临时断档,比如,子女出差、老人生病术后康复、春节保姆不在等特殊时期时,稳稳地“托举”住老人,给予他们专业照护,也给予家庭宝贵的喘息空间。

曹阿姨计划住三个月,直到康复。“如果康复效果好,我可能继续住一段。这里能康复训练,还能进医保。”她笑着说,自己做了明智选择。

新春里的养老院也很有气氛,不仅到处挂着喜气洋洋的灯笼与福字,还会组织集体年夜饭,家属可以一起参与,采用分餐制,每桌有服务员照料;还有公益组织来表演节目。

目前,上海养老机构短托服务已全面铺开。仅普陀区,就有符合资质的36家养老机构均常年提供“短托服务”。这种灵活、多元、尊重个体选择的养老模式,是另一种有力的“托举”。它托起的,不仅是老人身体的康复与安全,更是他们自主安排生活的尊严和自由,以及家庭关系的润滑与和谐。

年味,对于曹阿姨等人而言,或许就是一份不给孩子添麻烦的安心,和在专业照护下静静康复的踏实。

在上海市普陀城怡养护理院,一名护理员正在为老人推轮椅。

## (三)

在春节前,开业即火爆的上海银发商店又上新了。

这源于一群时髦老人的愿望:“我就喜欢新奇的东西。”“我想要一副AI眼镜。”

现在商店里售卖的AI眼镜,连着手机蓝牙,只要佩戴者说出诉求,打电话、听音乐等都十分方便。未来,康复机器人、情绪机器人,还可以通过AI眼镜实现人机互动。

此外,时尚的可折叠拐杖

也翻出了新“花头”,按照老人的需求上新了纯色款、四角款以及带座椅功能的拐杖。

开业不到两个月,上海银发商店累计零售额70万元,算上适老化改造和听力验配,预计成交额167万元。让人不得不感叹银发经济的消费力。

无独有偶,在位于虹口区的虹彩乐龄生活馆,手动电动折叠各异的轮椅、辅助起身的沙发、可升降的智能护理床、能收缩靠墙的淋浴装置、语音控制升降的橱柜台面……高科技加持下的银发商品同样受到老人青睐。

在这背后,我看到了“选择”的尊严。

过去,很多老人和家庭面对衰老带来的不便,常常是“将就”。一把普通的椅子坐下去难起身,只能将就着慢慢挪;卫生间地滑,只能更加小心翼翼。但如今,每一种不便,似乎都有不止一种优雅解决方案。

现场,还有机器人自动艾灸机,按照设定程序为老人服务;舌诊仪通过拍照分析,就能给出健康报告。它们不仅是商品的展销,更是一个理念的普及:老年生活,可以更安全、更舒适、更自主。

我想,年味,不也蕴藏在这种对生活细节不将就、对自己更好的“讲究”之中吗?那是老人对晚年的郑重与珍视。

而我们的城市,正在合力构建一张温柔而坚定的“托举”网络。这张网的基础层面是政策与补贴,中间层面是社区与企业的协同创新,前端层面则是丰富的产品、服务与教育。老人自身的学习与适应,则是这一切“托举”能够生效的最终接口。

他们期待,在上海老去,不再仅仅意味着告别与衰退,也意味着一种新的开始,一种被前沿科技与各方善意托住后,依然可以从容,甚至更精彩的新活法。这,或许是这座城市送给它的长者,最有温度的新年礼物。