

# 老商圈如何焕新

## ——探秘处州府城业态调整

本报记者 付名煜

丽水城南，瓯江之畔，一座依托明代石砌城墙修建的特色商业文化街区——处州府城，如明珠般镶嵌在山水间。

在老丽水人的印象里，处州府城的出现既延续了“括苍古郡”的历史文脉，又以现代业态焕发城市活力，是市民、游客感受丽水人文、品味处州风雅活态博物馆。

眼下，这座商业和文化地标，正迎来一场前所未有的转型。

自投入使用以来，处州府城经历了多次商业开发与业态调整，却始终未能突破“叫好不叫座”的困境。如今，随着新运营方的入驻以及商业业态的调整，这一备受重视的老商圈再次成为市民的关注焦点。

**直面短板：  
从小散乱到规范化**

“处州市集招新了！”最近，丽水处州府城商业街区迎来了一次焕新升级：街道两旁新增了100个设计精巧的“盒子小店”，这些小店外观酷似一个个精致的盒子，外立面画满了涂鸦，它们展开后是特色摊位，折叠收起则是充满艺术感的微景观。

相比传统摊位，这些“盒子小店”

在设计上更加统一、规范，每个摊位都按照标准配备了基础水电设施，并特别预留了排污口，确保经营过程中产生的废水能够统一收集处理。与此同时，为提升街区环境质量，运营方要求部分餐饮摊主在入驻前必须加装高效油烟净化器，从源头减少油烟污染。这一举措既保障了商户的经营需求，又兼顾了街区环保与美观，让地摊经济更可持续。

据悉，每个“盒子小店”还预留了3平方米的外摆区，这一设计既拓展了摊位的实际营业空间，更通过半开放式的休闲角落提升了体验感。“后续，我们还将实施市集亮化美陈改造，增加夜间灯光氛围，提升整体视觉体验。公共配套设施，包括休息座椅、遮阳雨棚、无障碍通道等，也会同步改进。”项目运营负责人孙斌伟说。

**业态焕新：  
从“卖商品”到“卖体验”**

曾几何时，处州府城与万地广场、西城广场等老牌商圈共同引领着丽水的商业消费新格局。漫步其间，人们既可以领略到厚重的历史文化，又能感受到现代商业的时尚气息。

然而，由于种种原因，处州府城也一度面临着活力不足、客流锐减的困境。“问题在于始终用‘快消思

维’对待。”处州府城市场营销与策划部负责人李媛表示，“真正具有烟火气的商圈是保留真实生活状态与熟人关系的，能满足市民和游客各方面的不同需求。然而，过去的开发却看重短期流量，忽视了这一深层逻辑。”

如何让处州府城重燃烟火气？“首先要对商业业态重新调整，我们会通过建设繁荣、多元、可持续的市集生态，链接商户与消费者，提升交易活力与用户体验。简单来说，这里将变得更加社区化、生活化，周边市民的吃、喝、玩、乐、购，都能在这里一站式解决。”孙斌伟介绍道。

据了解，以“盒子小店”为核心的处州市集划分了文创、农创、百货和处州风味等主题区，最大程度地满足消费者的购物需求。未来，处州府城还将常态化开展文艺演出活动，通过歌手驻唱、戏曲展演、民俗歌舞、非遗展示等青年喜爱的形式，进一步丰富和提升商圈功能。

**价值重构：  
从“人间烟火”到创意表达**

当柴米油盐的“人间烟火”邂逅青年创意，那些散落在市井街头的记忆碎片，也由此获得重新编码的机会，在时光的褶皱里绽放出新的

光彩。

“鼓励青年创业与商户创意表达，融入本地文化元素、青年潮流风格及场景故事，打造具有强辨识度的市集文化视觉体系”，是处州府城商业焕新的一大亮点。这一理念，正吸引着众多青年来这里创业。

吕明霞是A24号“盒子小店”的摊主，她经营的摊位主要售卖“暴打柠檬茶”、自制烤肉肠等。这几日，她的摊位已经布置得差不多了，轻抚着新印制的品牌Logo，吕明霞的嘴角不自觉地扬起，“这是我第一次拥有属于自己的品牌，从这一刻起，一切将是全新的开始。”

处州府城市集的招新信息发布后，市区的老牌街头小吃“卤小西”也选择了报名入驻。谈及原因，其中一位负责人徐嘉翊说，“因为运营方的理念与我们不谋而合。经过近两年的经营，我们在丽水积攒了一定人气，也更想摆脱‘街边摊’的标签，把‘卤小西’这一IP做大。于是，我们将入驻处州府城作为扩大‘商业版图’的重要一步，也将以此为契机，调整经营方式、提升品牌形象。”

从迎来全新运营方，到商业业态调整，再到鼓励青年创业创新……在处州府城，一场关于老商圈焕新蝶变的精彩篇章，才刚刚开始。

### 惊魂高速逆行

## 新司机实习期刚过13天酿险情

本报讯(记者 麻东君 通讯员 郑颖慧)近日，丽水高速交警披露一起令人胆寒的高速公路逆行事件。一辆白色轿车竟在高速主线上逆向疾驰，所幸执勤交警及时拦截涉事车辆，成功化解一场可能引发重大伤亡的交通安全危机。

调查显示，涉事驾驶员郭某驾驶证刚过实习期13天。事发当日，郭某因车辆未安装ETC装置，错误判断收费站无人收费通道，竟在收费站内广场贸然掉头，随后径直驶入高速公路主线逆向行驶，试图前往下一个收费站。这一危险行径令现场交警揪心不已——高速公路车速快、车流密集，稍有偏差就可能与正常行驶车辆迎面相撞，酿成车毁人亡的严重后果。

依据《道路交通安全法》相关规定，丽水高速交警对郭某在高速公路主线逆行的严重违法行为作出严肃处理：依法对其驾驶证记12分，并处200元罚款。因驾驶证记满12分，郭某的驾驶证已被依法扣留。他需参加为期7日的道路交通安全法律、法规和相关知识学习，并重新通过科目一考试，方能恢复驾驶资格。

丽水高速交警特别提醒广大驾驶员：全国高速公路收费站均设置人工/ETC混合车道，未安装ETC的车辆可正常通行；若误驶入ETC车道，应立即停车联系工作人员，切忌倒车或掉头。此外，如不慎错过出口或走错路线，务必“将错就错”，继续行驶至下一出口驶离，严禁在高速公路上实施逆行、倒车等危险行为。遇突发状况，可随时拨打12122全国高速公路报警救援电话寻求帮助。

## 油价显著下调 市民出行成本降低

本报讯(记者 周智召)4月18日，丽水市市民迎来油价下调的利好消息。据悉，根据近期国际市场油价变化情况，按照现行成品油价格形成机制，国内汽柴油价格每吨分别下调480元与465元。调整后，丽水地区92号汽油价格降至7.07元/升，95号汽油降至7.52元/升，0号柴油降至6.72元/升。

此次油价下调直接惠及民生。以普通家用汽车50升油箱计算，加满一箱92号汽油车主可节省约19元，物流运输企业成本压力将显著缓解。

记者走访了丽阳街中石化九里加油站，正在加油的市民李伟东表示：“今天油价下调了，我加满一箱92号汽油能省差不多20元，这对我们普通上班族来说很实惠。”

丽青路中石化南明加油站的工作人员透露，今日前来加油的车辆较往日明显增多，尤其是出租车和网约车司机，司机们表示油价下调直接降低了运营成本。

据了解，此次油价调整是2025年国内成品油价格形成机制“10个工作日”调价规则的最新成果。根据当前国际油价走势，下一次调价窗口将于4月30日24时开启。相关市场机构预测，若国际油价维持当前水平，国内油价存在继续下调的可能。但油价受多种因素影响，未来的走势仍然充满不确定性。因此，市民朋友在享受油价下调带来的实惠时，也要密切关注市场动态，做好应对准备。

## 莲都公安“集市警务”织就平安网

本报讯(记者 麻东君 通讯员 叶志明)“赶集的乡亲们，一定要看好随身财物，注意安全！”每逢莲都乡镇“集市日”，熟悉的提醒声总在热闹的集市上响起。一群身着藏蓝制服的身影准时出现，他们巡逻防控、反诈宣传、热心帮助，用最朴实的行动，为充满烟火气的集市增添了一抹令人安心的平安底色。

近年来，丽水市公安局莲都分局紧扣辖区治安特点，以保民安、惠民生、聚民力为着力点，全力打造特色“集市警务”品牌。民警辅警们逢集必到，让平安的守护始终伴随群众，共同感受市井生活的美好。

4月17日，大港头镇迎来热闹的集市。清晨，大港头派出所就迅速抽调民辅警抵达集市街面，有条不紊地开展巡防工作。集市上人头攒动，商家顾客往来频繁，民辅警们穿梭其中，用亲切的方言向群众宣传反诈知识，还为大家发放精心准备的反诈宣传手册，提醒大家提高安全防范意识，守好自己的“钱袋子”。

“每次赶集都能看到派出所的同志巡逻，教我们防范知识，心里特别踏实！”辖区村民张大爷由衷感叹，还竖起大拇指，为认真负责的民辅警点赞。

在莲都区联城街道的“集市日”，联城派出所将打击集市扒窃等违法犯罪行为作为首要任务。所里的民辅警身着警服、便服，对集市现场进行“立体化”巡逻。他们采用巧妙的“找碴”方式，不断提醒赶集群众妥善保管财物，让不法分子无机可乘。

在老竹畲族镇，每逢集市，老竹派出所的“流动警务车”都会定时定点停驻在集市现场。民辅警们不仅常态化开展巡逻，还在集市里“摆摊设点”，向赶集的乡民宣传防盗、防诈、防火等安全知识，同时积极为群众提供贴心服务。

热闹喧嚣是集市的独特魅力，平安守护则是公安民警的职责所在。莲都公安表示，将持续深化常态化巡防宣防工作，始终以群众需求为导向。通过一次次的“赶大集”，在浓厚的市井氛围中，不断拉近警民距离，把实实在在的安全感送到群众身边。

### 花影成“药” 绿意疗心

## 丽水市中心医院绘就疗愈花园新图景



萌宠的出现，更为医院增添了温馨与活力。

病房设计上，医院依据不同病种和色彩学原理，为不同病区采用不同色调，营造温馨且利于康复的环境。大楼每层都设有宽敞的清洗台和晾晒台，病房内配备可拉伸沙发，白天是座椅，晚上变睡床，方便患者日常生活。病房的灯光经过精心设计，每张病床上方都装有折射灯，避免灯光直射，有助于患者休息。儿童病房更是根据幼儿特点，融入大量卡通元素，有效减轻孩子对医疗的恐惧和排斥，让治疗更加顺利。

在医疗服务领域，丽水市中心医院以“临床需求即科研靶点”为核心，构建了临床、科研、教学深度协同的一体化发展模式。医院打破地市级医院

资源限制，通过“柔性引才”和国家级科研平台建设，近五年发表SCI论文400余篇，牵头国家重点研发计划，实现科研反哺临床。创新成立实体化肿瘤多学科综合治疗中心，推动“专家围着患者转”的精准诊疗模式，脊柱微创技术等12项专利显著提升疗效。教学上实施“13350”工程和“青蓝计划”，依托国家级博士后工作站，与清华、浙大等高校联合培养人才，并向基层辐射。

在国际交流合作方面，医院也迈出坚实步伐。通过与国际顶尖医疗机构开展学术交流、人才互访等活动，不断提升医疗技术水平和服务质量。如今，越来越多的国外患者选择来院就医，他们对医院的环境和医疗服务赞不绝口。一位来自欧洲的患者表示：

“这里的环境就像花园一样美丽，医护人员专业又热情，治疗效果非常好，让我在异国他乡也能安心养病。”不少国外专家在参观交流后也评价，丽水市中心医院在“疗愈式”花园建设和医疗服务创新方面的经验，值得全球医疗同行借鉴。

丽水市中心医院有关负责人表示，推进“疗愈式”花园医院建设，不仅是加强内涵建设、丰富文化底蕴的生动实践，更是提升百姓就医获得感与幸福感的暖心答卷。未来，医院将持续优化疗愈景观带，完善人性化服务体系，深化医教研一体化发展，拓展国际交流合作，更好地满足人民群众对美好生活的向往，为中国式现代化绘就健康底色，让每一次就医都成为温暖治愈的旅程。

### 85天“暴减”20公斤

## 合理膳食科学减脂“吃”出健康生活

学减脂的知识，我了解到了什么是减肥、什么是减脂。”林海明说。

体检现场，林海明看到日常的食物热量表，哪种食物热量高，哪种食物热量低，“热量”一词，在那时进入了林海明的视线。

医生告诉林海明，人体每天摄入的总热量比消耗的多，多余的热量就会转化为脂肪储存起来，时间久了，人就胖了；反之，如果每天消耗的热量超过每天摄入的热量，形成热量缺口，慢慢地，脂肪就会被消耗掉，人就会瘦下来。

“制造热量缺口，是减肥的关键。”回去之后，林海明查阅了大量资料，总结出减肥的核心要义。“人体每天的基础代谢会消耗一部分热量，此外，还有食物的热效应和活动热消耗。通过控制饮食、适量运动，每天都制造热量缺口，日积月累，慢慢就会瘦下来。”科学减脂，事半功倍。自此开始，

林海明制定三餐饮食计划，戒掉夜宵、零食等习惯，并按照计划执行，将一天摄入的热量控制在一定范围内，制造“热量缺口”。

根据医生的建议和查阅的相关资料，林海明按照“16+8”轻断食法进行减脂，即每天吃饭的时间控制在8个小时之内，连续16个小时保持空腹。根据自己生活、工作的节奏，林海明8时吃早饭，17时吃晚饭，这个时间大约是“15+9”的模式，刚好符合“16+8”轻断食。

减脂期间，林海明每天饮用2500ml水，一方面提高基础代谢，另一方面排出脂肪代谢的中间产物。“水是减脂的‘好帮手’，脂肪的燃烧代谢需要大量水的参与。可以理解为，水

是脂肪代谢的助燃剂。”林海明说。

“需要注意的是，减脂不是节食，营养均衡也非常重要。”林海明说，减肥不是一味地少吃，合理饮食的同时，还要保证每天碳水、蛋白质、脂肪等的摄入量，过度节食会导致营养不良，对人体还会产生危害。

就这样，从9月10日的160斤，到12月3日的120斤，整整85天，减掉20公斤，林海明完成了华丽蜕变。

达到了目标体重后，林海明并未松懈，依旧保持科学合理的健康饮食习惯。“身体是自己的，健康的人生要掌握在自己的手上。”林海明说。

他的故事，不仅是一段减肥历程，更是一曲关于自律与坚持的赞歌，激励着无数人向健康生活勇敢迈进。

**科学管理体重 一起告别“重”负**

值班编委	邓其锋
夜班主任	蓝东海
审读	朱俊华
夜班编辑	潘艺之
夜班主编	王少剑
电脑组版	
一版	黄莹莹
二版	李红伟
三、四版	徐锡场