

# 地铁自习室彰显公共空间再造的创意与温情

□唐彦云

店、小吃店啥的，来自习的人多了，地下商业会变好”。

南通地铁自习室的设立，表面上看是站内服务的拓展，实则是公共空间再造的创意探索。在城市化进程加速、生活节奏日益紧凑的背景下，地铁站作为城市交通的节点，承担着人们日常通勤的重要角色，长期以来被定义为“通过性空间”，其功能局限于运输与换乘。将自习室引入地铁空间，无疑是对这一公共资源的再定义和功能拓展。设想一下：自习室内，明亮的灯光，安静的桌椅，专注学习和阅读的人们。而一道玻璃门外，是呼啸而过的地铁，川流不息、各自奔赴的人们。这一切一动，形成多么奇妙的共振。

现代社会，学习已不再局限于校园，终身学习成为了普遍共识。无论是学生、职场人士，还是待业、退休人员，都有不同的学习需求。可以说，学习已成为应对社会压力和焦虑的有力武器，也成为一种生活方式。地铁自习室的出现，为人们提供了一个低成本、便捷的学习场所，缓解了咖啡馆、图书馆等传统场所的压力。从南通地铁开放预约的火爆程度就可以看出，人们对自习室的需求有多旺盛。所以，地铁自习室的设立，让地铁站从“冷冰冰的基建”变为“有温度的社区”，从单纯的“移动工具”升华为兼具学习、社交与休憩功能的复合空间，也是对现代城市生活方式和学习理念变迁的温情回应。

当然，随着地铁自习室投入使用，还会面临一些潜在的挑战。比如有网友说，“希望能长期保持干净卫生、安静、禁烟”，还有人建议“再设置一个工作人员管理，要不然太乱了”。是的，地铁自习室彰显了公共空间再造的创意与温情，也呼唤着使用自习室的人们以文明与友爱来回应。地铁自习室的设立，离不开公共资源的保障，而我们也期待，社会组织和志愿者的参与，能为自习室的日常运营注入新的活力。相信，当南通地铁自习室开始承载创新的活力、包容的温暖与文明的细节，城市的心跳将更加有力，也会让更多追梦的人找到认同感和归属感。

## 拒绝揠苗助长，为孩子营造快乐成长环境

□凌云

在当今社会，“不能让孩子输在起跑线上”的教育焦虑，催生了许多揠苗助长式的育儿方式。家长过早给孩子灌输知识、安排密集的兴趣班，甚至借助药物干预身高，却忽视了儿童成长的客观规律。科学育儿并非追求速度，而应尊重孩子的自然发展节奏，营造快乐的学习环境。真正的教育智慧，在于理解“慢即是快”的道理——只有顺应孩子的成长规律，才能让他们健康、自信地走向未来。

揠苗助长是违背孩子成长规律的教育陷阱。许多家长急于看到孩子的“成果”，却忽视了成长是一个循序渐进的过程。例如，在身高问题上，一些家长盲目给孩子注射生长激素或服用

增高药，结果导致骨骼线提前闭合，反而限制了孩子的最终身高。例如武汉协和医院儿科曾接诊一名8岁男孩，因服用“增高药”半年，骨龄迅速增长至11岁水平，最终身高反受影响。这种人为干预正常发育的做法，无异于亲手掐断孩子的成长潜力。

在智力开发上，超前教育同样弊大于利。许多家长让幼儿过早学习写字、算术，甚至参加各类竞赛，以为这样能培养“神童”。然而，0—6岁是大脑神经突触快速发展的阶段，孩子需要通过游戏、探索和社交来建立认知基础。过早的学术训练不仅无法提升智力，反而可能抑制孩子的创造力和学习兴趣。正如教育家卢梭所言：“大自然希望儿童在成人之

前就要像儿童的样子。如果我们打乱了这个秩序，就会造成一些早熟的果实，它们既不丰满也不甜美。”

兴趣班的过度安排也是揠苗助长的典型表现。许多孩子的课余时间被钢琴、舞蹈、奥数等课程填满，失去了自由玩耍的机会。然而，游戏是儿童认识世界的重要方式，剥夺这一权利可能导致情绪压抑、社交能力不足，甚至引发厌学心理。这种违背孩子天性的教育方式，表面上看似“赢在起点”，实则透支了孩子的学习热情。

教育的终极目标不是培养“完美小孩”，而是帮助孩子成为最好的自己。家长的角色应是成长的陪伴者，而非塑造者。与其焦虑孩子的身高、成绩，不如关注他们的快乐与健康；与其填鸭式灌输

知识，不如激发他们的好奇心和探索欲。在数字时代，许多孩子沉迷手机，核心原因正是现实生活缺乏乐趣。解决之道不是简单禁止，而是提供更有意义的替代活动，如户外探险、亲子共读等。

真正的教育智慧，在于理解等待的价值。比如孩子的成长，前期的积累看似缓慢，却决定了未来的高度。揠苗助长只会适得其反，唯有尊重自然规律，才能让孩子在快乐中茁壮成长。正如教育家苏霍姆林斯基所说：“不能把小孩子的精神世界变成单纯学习知识。他的生活应当充满探索、游戏和欢笑。”

放下焦虑，回归常识，让孩子按照自己的节奏成长——这才是最科学，也最温暖的教育方式。

## 有话直说

### 县域文旅何以让消费市场“火”起来

□徐杰

近期，全国各地文旅市场迎来热潮，不少县城“博物馆热”持续升温，以“网红”博物馆、“网红”文物为代表的地标性形象持续涌现，成为不少县域的新名片。5月18日，南通市2025“国际博物馆日”“中国旅游日”系列活动在海安启动。其中，海安市博物馆“学霸”康熙主题文物展作为主场活动之一同步开幕。

从小众到“人从众”，为什么一些不起眼的小县城成了游客眼中的“香饽饽”？关键就是“不是热门城市去不起，而是小城更具性价比”。一方面，现如今的小县城早已不是“一条石板街走到底”，也不是只有古迹，没有人存在的存在。近些年，不少县城都在学习先进地区的经验，既做好拉开框架、发展产业的事，又在保护修复名胜古迹上下功夫，在发展文旅产业上夯实了根基。另一方面，还有些小县城因为“网红”而走红，在优化营商环境、做好配套服务上出了实招，在挖掘地域特色上做足了文章，接住了“波澜流量”，满足了广大游客求新求变舒适的需求。

“看得见山，望得见水，记得住乡愁”，小小县城正将“流量”变成“留量”。从现实情况看，哪里人口多，哪里人流量大，哪里发展得就更快。文旅产业从来不是“单兵作战”的产业，它往往和广大群众的衣食住行相联系，对经济社会发展起到助推器作用。比如，今年“五一”期间，海安市魏建功纪念馆、角斜“红旗民兵团”史绩陈列馆，靠着独特的文化魅力和热血激昂的红色故事，吸引了众多游客前去参观，游客量

同比增长70%、34.34%；因最早看得见日出而爆火的启东黄金海滩景区，共接待游客约13万人次，创历史新高。可以说，小县城因为其“小而美”的特质，让广大游客更好地领略了不一样的风景。可见，小众化、够新鲜，拥有更好的体验感和舒适度，正逐渐成为广大游客对于旅游目的地的新要求。

县域文旅热的兴起，也打开了地方消费市场，让不少游客更愿意在家门口消费。实践证明，只要供给足够丰富、服务足够周到，小小县城一样可以吸引到各方游客。以本次海安特展为例，该项展演是由海安市首度联袂“国”字头打造的一场县域文化展览标杆之作，通过读书破万卷、齐家治国平天下、出行万里路三大篇章，场景式还原了康熙的传奇人生，据悉特展持续至暑期结束，门票单人9.85元、家庭票21.1元，这一定价不仅让本地市民享受到了一波“福利”，还吸引了周边县城的游客前来“打卡”，让大家足不出户观赏国家文物，感悟海安当地风情，从而提振了消费市场活力。

越来越多的游客选择放弃热门城市和景点，去县城感受地方的山水和风情，这既体现了广大游客理念的转变，也彰显出县域文旅消费的巨大潜力。只有各地持续优化产品供给、做强品质服务，在丰富文旅活动上不断出新招出实招，才能通过县域文旅促进全市消费市场更“火”更“旺”。

同比增长70%、34.34%；因最早看得见日出而爆火的启东黄金海滩景区，共接待游客约13万人次，创历史新高。可以说，小县城因为其“小而美”的特质，让广大游客更好地领略了不一样的风景。可见，小众化、够新鲜，拥有更好的体验感和舒适度，正逐渐成为广大游客对于旅游目的地的新要求。

县域文旅热的兴起，也打开了地方消费市场，让不少游客更愿意在家门口消费。实践证明，只要供给足够丰富、服务足够周到，小小县城一样可以吸引到各方游客。以本次海安特展为例，该项展演是由海安市首度联袂“国”字头打造的一场县域文化展览标杆之作，通过读书破万卷、齐家治国平天下、出行万里路三大篇章，场景式还原了康熙的传奇人生，据悉特展持续至暑期结束，门票单人9.85元、家庭票21.1元，这一定价不仅让本地市民享受到了一波“福利”，还吸引了周边县城的游客前来“打卡”，让大家足不出户观赏国家文物，感悟海安当地风情，从而提振了消费市场活力。

越来越多的游客选择放弃热门城市和景点，去县城感受地方的山水和风情，这既体现了广大游客理念的转变，也彰显出县域文旅消费的巨大潜力。只有各地持续优化产品供给、做强品质服务，在丰富文旅活动上不断出新招出实招，才能通过县域文旅促进全市消费市场更“火”更“旺”。

**有温度的观点  
有思想的声音**

本版欢迎广大读者赐稿

投稿邮箱:ntrbfocus@163.com



### 南通美味 又添“国字号”

农业农村部农产品质量安全中心日前公示了2025年第一批全国名特优新农产品名录，我市海门山羊肉、启东青皮长茄榜上有名。截至目前，我市共有7个农产品成功入选全国名特优新农产品名录。

薛浪画

## 以城市更新“加速度”提升民生幸福指数

□袁金天

变化，刻写着增进民生福祉的努力。

《意见》的发布，将开启我市新一轮城市更新行动。面对人民日益增长的美好生活需要，必须始终将民生需求作为出发点和落脚点，以时不我待的“加速度”推进城市更新行动，让南通在更新中实现华丽蜕变，成为一座更有温度、活力、底蕴的现代化城市，让每一位市民都能在城市发展中共享幸福生活。

聚焦“住有宜居”，让老旧小区焕发新生。南通老城区分布着众多建成年代久远的小区，房屋老化，设施陈旧，停车困难等问题突出，严重影响居民生活质量。推进城市更新，需将老旧小区改造作为重点。针对部分老旧小区管网老龄化、污水外溢的问题，可借鉴外地“海绵城市”改造经验，实施雨污分流、管道更新工程，从根本上解决积水内涝与环境污染问题；针对停车难题，可利用小区闲置空地、边角地块，采用立体停车位、库

时共享停车等方式，缓解“一位难求”现状。同时，积极推进加装电梯工程，对符合条件的楼栋给予财政补贴，让老年人告别“爬楼难”。通过全方位改造，让老旧小区从“老破小”变身“新净美”，让居民住得舒心、安心。

优化公共服务，织密民生幸福网。城市更新不仅是空间形态的重塑，更是民生福祉的升级。应结合城市更新，补齐公共服务短板。在教育资源布局上，针对新城区人口增长迅速、学位紧张的情况，加快中小学、幼儿园建设，推动名校集团化办学，实现教育资源均衡配置；在医疗服务方面，依托南通大学附属医院等优质医疗资源，推进社区卫生服务中心标准化建设，推广“家庭医生”签约服务，让居民在家门口就能享受到便捷的医疗服务。此外，大力发展养老服务，利用城市更新腾退的闲置空间，打造“15分钟养老服务圈”，建设社区养老服务中

心、老年助餐点等设施，为老年人提供日间照料、康复护理等多元化服务，让“老有所养、老有所依”在南通落地生根。

唤醒文化记忆，让城市留住乡愁。我市拥有深厚的历史文化底蕴，张謇故里、唐闸古镇、狼山名胜区等都是城市的文化瑰宝。在城市更新中，要避免大拆大建，注重历史文化的保护与传承。对唐闸古镇，可参照无锡惠山古镇的活化利用模式，在保护古建筑风貌的基础上，引入非遗工坊、文创市集、特色民宿等业态，让古老街巷焕发新活力；对张謇故居、博物苑周边区域，进行环境综合整治与功能优化，打造集文化展示、研学体验、休闲观光于一体的街区，传承张謇企业家精神，增强市民对南通的文化认同感。通过历史文化的保护与活化，让南通既有现代都市的繁华，又不失江南水乡的韵味，让居民记得住乡愁、看得见历史。

## 江海锐评

中共中央办公厅、国务院办公厅近日印发的《关于持续推进城市更新行动的意见》(以下简称《意见》)提出，坚持以人民为中心，全面践行人民城市理念，建设好房子、好小区、好社区、好城区。

城市的核心是人，城市建设与发展的最终目标，是为了让人民群众在城市生活得更方便、更舒心、更美好。2022年，我市出台了《南通市城市更新三年行动实施方案(2022—2024年)》，按照“一年打基础、两年见成效、三年出成果”的总体部署，着力打造宜居、韧性、智慧城市。一个个惠民项目、一幕幕生活场景，展现着城市更新行动的进展；一处处可感可见的

## 观点声音

想办健身卡时被告知“不予接待”，租房时屡遭拒绝，想旅游被旅行团拒接或要求必须有家属陪同……65岁以上老年人常常在各种消费场景中遭到拒绝。一些商家不愿意服务65岁以上的老年群体，是因为对可能面临的风险顾虑颇多，担心老人出现突发状况，让自己担责……但因为年龄就拒绝服务或交易，不仅是“年龄歧视”，也不利于发展银发经济、激发消费市场活力。“65岁以上”，不再是传统概念中垂垂老矣的暮年，相反，他们之中很大一部分人身体健康、活力满满，有意愿也有能力消费。如何释放这部分人群的消费潜力，让他们乐意消费、满意消费？首先，应认清老龄化社会消费趋势的变化，及时转型。与此同时，相关法律法规也应完善，进一步消除针对老年消费者的“年龄歧视”，营造兼顾公平、权责适宜的市场环境。当然，老年人是自己健康的第一责任人，在消费时要量力而行，充分评估自己的身体状况，在尽量保证安全的前提下享受服务。

——人民日报《六十五岁以上不接待？银发消费岂能一拒了之》

近日，由湖北省体育局主办、湖北省社会体育管理中心等部门承办的2025年湖北省“百镇千村”“百姓千巷”全民健身系列赛事活动在湖北应城开赛，社会各界给予较高评价。拓展群众体育，首先要走好群众路线。问计问需于民，以人民群众日益强烈的健身需求为导向，推进全民健身基本公共服务的普惠性、均衡性和可及性。群众体育服务群众，不仅体现在深入开展群众喜闻乐见、便于参与的全民健身活动，更彰显在便民健身设施的日益完备。同时，进一步发挥社会力量的主力军作用。有条件的地区要以举办赛事为契机，全力构建更高水平的群众体育和全民健身公共服务体系，进而促进城市基础设施、交通网络和公共服务等城市功能提升，推动全民健身场地设施服务水平和使用效益提升，让人民群众获得更切实的幸福感。其次，要坚持文化赋能，推动群众体育与新时代文明实践融合互促。群众体育赛事不仅激发民众对于体育的热情，推动我国体育竞技水平提升，也有效丰富基层群众业余文化生活。湖北省武汉市建立文明实践联席会议制度，统筹、归类、整合市、区、街乡、村(社区)及各部门的各类别阵地资源，搭建起理论宣讲、文化服务、科普服务、体育与健康服务等5大平台，努力做到群众在哪里，文明实践的阵地就建到哪里，群众体育就推进到哪里。第三，要培育发展“新引擎”，创新拓展群众体育新场景新业态。相关研究显示，马拉松赛事的外地参与者对赛事举办地及周围地区的吃、住、行、游、购、娱等间接消费的带动比例高达1:13。各地要因地制宜，引导鼓励各类群众赛事活动进景区、进街区、进商圈，推动群众赛事活动与体育、商业等深度融合，强化赛事对消费新场景的引导推动，发挥群众体育接地气、聚人气、汇财气的综合效能，助力体育产业成为惠民生、顺民意、解民忧的“民心产业”。

——新华每日电讯《群众体育为人民幸福“充电蓄能”》

新闻又见博物馆陈说明被小学生纠错。近日，一位五年级学生在参观某地非遗展馆时，怀疑“手叉腰”被写成了“手叉腿”，在向浙江文化广电和旅游局厅长写信反映后，得到了回信致谢，错别字也得到了纠正。一来一回，成为近期网络世界的一段“佳话”。博物馆迅速反应值得肯定，可如果将此类“佳话”堆叠起来看，才值得品咂。此前，山西太原一高中生张同学在太原博物馆参观时，发现9件文物标识出现错误或不当，比如将“一清顺治”时期的五彩人物图瓷花觚写成了“明崇祯”；河北石家庄10岁男孩佳沛游览西安碑林博物馆时发现碑文标注时间错误；内蒙古11岁女孩指出河北博物院《中山国主要战事》展板将古时“云中”和“九原”的现地城写颠倒了。这些错误中，有些是疏忽大意，有些则涉及史实考据，需要专业知识和专心研究。中小学生能跨过“高门槛”、为专业机构“纠错”，一方面体现出了他们对传统文化的浓厚兴趣与学术积累；另一方面也为我们真实呈现了当下“文博热”中一组不一样的观众群体——他们不仅眼神“犀利”，也对文化遗产充满了穷根究底的“好奇心”，和为史实纠偏的“较真劲”。经不同群体视网膜的投射后，文化遗产有了不一样的气质。一种严谨，一种相对松弛；一种确认史实，一种感受史实；一种体现了对传统文化的细致观察，一种则是对传统文化与现代生活关联的全息体验。二者看似割裂，却都是与传统文化发生的“共情”，是对历史遗存的“活化”。任何文化遗产的“活化”都需要以“精确”为前提。毕竟，博物馆通过多样化展陈方式吸引人们见真迹、观特展、近距离触摸历史文化脉络，就是希望人们以展品为原点，对其在中华文化历史长河中进行精确复位，进而珍宝背后读懂文明的真章。因此，中小学生面对史实的“较真”也是一种善意的提醒，做好文化传承既要形式多样，也要内涵准确。国家文物局最新发布的数据显示，2024年我国每20万人拥有一家博物馆，在博物馆数量日渐增多的今天，博物馆还应该修炼好内功，对历史敬畏，也对观众尽责。

——光明网《文遗传承的准确性，别总由小学生提醒》

“我们暗访过义初级中学时，学生反映学校的饭菜‘一言难尽’，不得不购买老干妈辣酱当下饭菜。但突击检查发现教职工的餐食肉类量大且品种相好，而且餐标也比学生低。”据最新一期《中国纪检监察》杂志消息，在“校园餐”专项整治工作会上，四川绵阳梓潼县纪委监委协作组负责人分析，这种低配学生餐与高配教职工餐形成强烈反差，反映出学生伙食费管理、食堂采购、教师陪餐等方面可能存在风腐问题。发现问题后，梓潼县纪委监委随即深入全县中小学校(含幼儿园)开展调查，发现食堂伙食费中列支其他费用、违规发放“陪餐费”等问题线索82件，立案53件。“一校两餐”不仅说明就餐管理没有“一碗水端平”，更折射出规定的“陪餐制”未能落地。究竟是校领导如此安排，还是食堂经营者歧视学生结交教师？但无论哪种情况，都不能容忍。这也说明“校园餐”问题仍处于隐秘的角落。而落实“陪餐制”，既要强制校长陪餐，也要实行家长和教育局局长陪餐。禁止“一校两餐”，让教师和学生享用同样的餐食，才是“陪餐制”的意义所在。

——新京报《“一校两餐”，校长就是这么陪餐的？》

在湖南湘潭市，永久基本农田被垃圾掩埋，不仅是乡村，市区一些角落也隐藏着被无序堆存的建筑垃圾、生活垃圾；在江西萍乡市，有座由建筑垃圾、工业固废堆起来的“渣山”，仅湘东区岩下里地块，就违规占地52.6亩。日前，央视发布了题为《永久基本农田沦为垃圾堆场！整改为何成“纸面工程”？》的调查报道，曝光湖南、江西两个地方对建筑垃圾处置工作存在明显短板，乱堆乱倒问题时有发生，有的违法侵占基本农田，有的长出“垃圾山”。通报显示，多个省市建筑垃圾产量极大，但年处理能力无法满足实际需要，甚至有部分省市至今未制定建筑垃圾污染防治工作规划，建筑垃圾管控不力。此外，督察组指出，一些地方监管责任落实不到位，有关部门管理粗放，日常监管不力，致使建筑垃圾违法倾倒问题多发，长期得不到有效处置；一些地方对生态文明建设认识不到位，建筑垃圾等固体废物消纳处置存在明显短板，环境风险隐患突出，萍乡“渣山”典型案例中，主要问题里的第一条便指出“消纳场所严重不足”。找准“垃圾山”顽疾的病灶，方能从根本上祛除沉疴积弊。如今，湘潭、萍乡又一次表示会开展专项整治，我们不妨拭目以待。

——南方日报《“垃圾山”整改怎么这么难》

眼下不少人已习惯通过一些穿戴类电子产品，追踪自己的健康数据。统计显示，2024年中国智能腕戴设备全渠道市场销量达5704万台，同比增长14.2%。这些手腕上的“微型诊室”，每秒钟都在生产着数以亿计的心率、血氧、血糖、血压等健康数据。曾经需要到医院用专业设备才能检测到的身体数据，如今被小小的电子设备24小时实时监控着。当健康数据被量化，一个新问题也随之而来：你是多了一位生活中的贴心助手，还是被健康焦虑缠绕了？事实证明，不当使用和过度关注健康数据也会带来不少麻烦。有人因智能手表提示血氧饱和度较低，而坚信自己患上肺病。有人因体脂波动，导致连续一周节食。还有人因为血糖仪的数据波动，吃东西都十分小心，失去了享受美食的乐趣。此外，将健康数据和躯体疾病过度关联，会让人的神经系统长期紧张，可能会引发失眠、消化紊乱等健康问题，甚至演变成焦虑症等精神问题。理性使用穿戴类电子产品，方能避免引发健康焦虑。使用者要严格控制关注指标的频次，比如可设定数据查看的“时间窗口”，或每天固定时段记录关键指标，用趋势观察替代时刻注意。穿戴类电子产品虽然给消费者带来了便捷的健康监测方式，但也带来了不少烦恼，因此切莫过度依赖和关注其中的数据变化，更要避免被刻意制造焦虑的行为“牵着鼻子走”。

——北京青年报《莫让穿戴类电子产品成为健康焦虑新源头》