健身、吃饭、上夜校……

多地“爆改”地铁站，把生活场景“装”进来


市民在地铁站里歇脚休闲。（资料图）

地铁除了通勤还能干什么？如今，这个答案正在被刷新。过去的地铁是抵达目的地的方式，如今地铁站本身也可以成为目的地。

就在不久前，广州地铁把一间健身房开进了8号线与11号线的换乘站琶洲站夹层里，上班族走出闸机无需出站，转身就能进入“悠能量”健身房，跑步机、力量器械、球场一应俱全，通勤途中便可完成锻炼。

一时之间，“广州地铁站已经进化到这种程度了”“地铁里的健身房，练着不烧心”“万一乘客坐完地铁想健身呢”等话题在社交平台引起广泛讨论。

在这份热闹背后，一个信号愈发清晰：地铁站，正把越来越多的生活场景“装”进来。

地铁站“边角料”改成运动场

琶洲站“悠能量”健身房所在位置原是换乘通道预留区域，平日途经客流少、长期闲置。琶洲片区互联网企业密集、青年上班族集中，又是地铁+城际重要枢纽，碎片化健身需求旺盛。

广州地铁把站内“边角料”改成运动场。有氧区、力量区、综合训练区、搏击区，超1万平方米超大场地，300余台健身器械……这是离地铁站最近的健身中心，也可能是广州规模最大的“健身房”。

据了解，健身中心实行付费会员制，以年卡方案计算，380元权益费加每月68元服务费合计1196元，平摊到每天3块多，比不少商业健身房都要便宜。

值得注意的是，这并非广州地铁落地的首个“地铁+运动”场景。在与琶洲站两站之隔的天河公园站，早前也已开出匹克球场和网球训练场。今年国庆假期，两站运动空间累计接待市民超5500人次。

或许是反响良好，广州地铁在国庆节后正式推出了“悠能量”运动空间品牌。广州地铁集团曾发文表示，“悠能量”运动空间品牌的落地，是集团围绕主责主业推动经营创效、服务市民美好出行的生动实践。集团公司将继续深耕“交通枢纽+文体空间”创新模式，深挖存量空间潜力，布局更多文体消费场景，持续提升经营创效能力，擦亮地铁惠民服务品牌。

同样在广东，深圳地铁的岗厦北站出入口、站厅和负一层商业区，分散嵌入了2个羽毛球场、1个匹克球场、3个桌球场和2个乒乓球场，配套设施对标专业标准，支持线上预约、扫码进场，真正实现“出站即健身，通勤可运动”。

站点成了便民新平台

健身只是起点。放眼全国，越来越多城市在地铁站里落地各类刚需业态，织密地铁生活网络。

因“幸福坝”独特的名称，安徽省合肥市肥西县民政局婚姻登记处入驻合肥轨交3号线幸福坝站，成为全国首个设在地铁站内的婚姻登记点。截至目前，这座特殊的婚姻登记处已见证6000余对新人开启人生新篇章。

同样是在合肥轨道3号线，市政务中心站的市事通政务服务便民驿站，5台终端覆盖社保、医保、不动产、综合政务及驾驶员体检等高频事项。最新上线的身份证自助一体机更成了热门设备，扫码认证、拍照、采集指纹、缴费，不到10分钟便能完成更新过期身份证的全部流程。据介绍，截至6月底，合肥地铁全线共183个站点，均可为市民提供多样化民生服务。

而在浙江宁波，夜校开进了地铁站里。今年5月，宁波开放大学市民夜校和宁波地铁联动打造浙江省首个地铁站里的市民夜校。课程平价亲民，名额一经放出很快抢空。美妆、八段锦、声乐、AI应用……教室设在站厅内，学员下了班搭乘地铁直达。

宁波开放大学校长陈早挺表示，夜校的“零门槛”不是指经济门槛，而是对象门槛——所有人都能来。把课堂开进地铁站，就是把“包容”两个字写在城市的动脉上。不用出站，不用专程跑一趟，通勤路上就能“停一下，学个东西”。

从通行通道走向生活空间

中午时段，北京地铁国贸站的瑞幸咖啡门店里，咖啡香气弥漫，取餐台上摆着一杯杯封装好的咖啡。

这家咖啡店的位置曾经是车站的乘客服务中心。随着手机支付和刷码乘车的普及，人工售票逐步被取代，一些车站的乘客服务中心闲置下来。“这些‘闲置空间’就是我们要挖掘的增量。”北京地铁资源开发经营有限公司相关负责人说，地铁商业的出发点并非追逐商业利润最大化，而是回应市民出行途中的“最后一百米”的现实需求，让通勤路上的一顿简餐、一杯热饮、一件应急日用品，不用出站绕路，在地铁站内就可以就近解决。

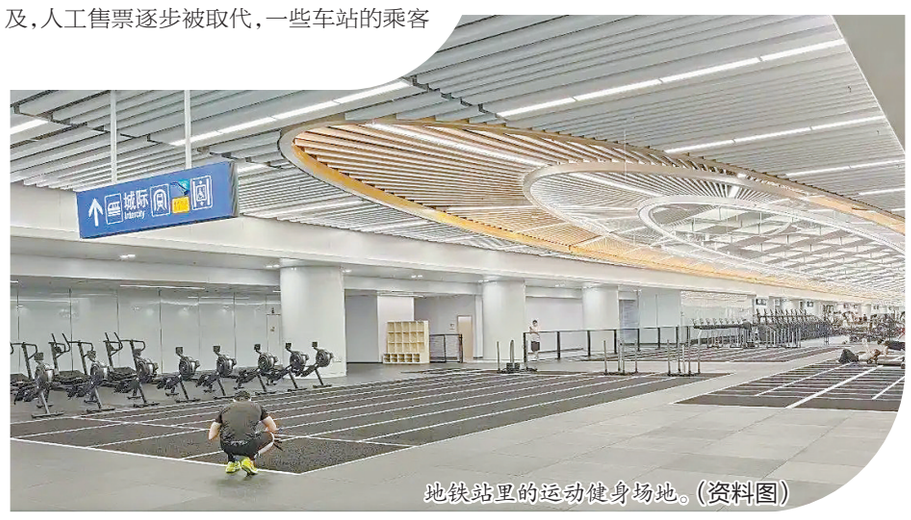
有吃有逛，烟火气十足。在江苏苏州，地铁1号线和2号线的换乘站广济南路站，藏着全国首家开在地铁里的社区大食堂——广济南路地铁大食堂。去年3月正式开业至今，广济南路地铁大食堂热度不减，一到饭点就会聚集不少客人，还有人专门在这一站下车吃早饭。

位于地铁拙政园苏博站的大食堂，今年3月刚刚营业，因为靠近热门景点，成了很多游客的就餐点。考虑到这里外地游客多，这个地铁食堂的菜品更丰富，午餐有50余道菜。而且食堂特意推出了小份菜，游客可以更实惠地品尝到当地的招牌菜品。

对于地铁站的“跨界”和“爆改”，不少网友喊话自己家乡“抄作业”。事实上，每个地方、每个站点的情况不同，“能不能跨界”取决于客流量、功能定位、闲置空间面积等多重因素。真正值得借鉴的，或许不是“爆改”地铁站的具体做法，而是背后“盘活存量、服务找人、精耕细作”的城市治理思路。

（综合央视新闻、正观新闻、《中国体育报》、《宁波日报》等）


地铁站内的市民夜校美妆课。（资料图）



地铁站里的运动健身场地。（资料图）

声音

地铁站为何而改？

◎ 郭宝哲

城市终究是为人而建的，衡量一座城市的温度，不只看高楼和大道，更要看普通人日常里细碎真实的需求有没有被看见、被安放。把闲置的地铁站内边角空间盘活利用，把公共服务嵌入地下，本质上是城市治理思路的一次转向。

地铁空间寸土寸金，过去更多考虑通行安全便捷，现在开始兼顾生活需求，在守住通行主业的前提下做“加法”：互联网从业者聚集的站点适配健身，临近医院的站点侧重休憩落脚，居民区与景区附近落地便民食堂，青年集中的枢纽开办市民夜校……因地制宜，才不会让新场景沦为好看却无人问津的摆设。

有人会问，地铁站的本分是交通，要不要承担这么多附加功能？其实二者并不矛盾。

交通是骨架，民生服务是血肉。地铁汇聚起城市最密集的人流，天然就是公共服务最好的载体。下班出闸机，不必再辗转奔赴健身房；搭乘地铁直达夜校，省去来回赶路的折腾；赶时间的时候，在站内吃上一口热乎饭菜；零碎的证件业务，乘车途中顺手办结。公共服务随着人的流动而跟进，把服务送到群众必经之处，减少生活当中的时间消耗，这是便民的应有之义。当然，热闹的新业态背后，安全管理、成本运营、收费标准都需要细细考虑。商业业态与公益服务之间，要拿捏好分寸，不能偏离为民服务的初衷。

陕西凤县

喜事“瘦身”，乡情“升温”

◎ 南岩 周小曼

近日，陕西省宝鸡市凤县坪坎镇孔棺村一户人家的院子里热热闹闹——新娘韩唐媛的出阁宴上，镇村志愿服务队帮着挂灯笼、摆桌椅、端菜倒水，村文明实践站站长借着院坝喜宴唠起“婚事新办”。这场简办婚礼，成了村里人念叨好几天的新鲜事。

这样的转变不是一家一户的偶然。凤县把“婚事新办、丧事简办、余事不办”写进66个村的村规民约，全县推广“移风易俗‘凤’十条”，组织党员干部签移风易俗承诺书。红花铺镇草凉驿村率先推出红白事操办标准，明确彩礼不超5万元、婚车不超6辆、婚宴不超20桌。

“红袖添‘喜’”是凤县2026年重点培育的新时代文明实践特色项目，按“新婚登记签出文明、村级志愿帮出温情、宴席助兴演出新风、文明证婚奖出榜样”的路子走。截至目前，9个镇组建14支队伍，98名志愿者里既有镇村干部、帮厨、红白理事，也有婚庆从业者，已开展文明实践服务3场、政策宣讲20余场次。

升学季同样换了模样。往年8月，凤县乡村最怕“升学宴”轮转：一家考上，半村随礼，红包来回拉扯，家长累、亲戚也累。今年8月24日，黄牛铺镇新时代文明实践所举办第四届“黄牛真牛·学子激励助学金”发放仪式，给新录取的14名大学生每人发放1000元。考入西安邮电大学的准大学生袁佳林说：“集体升学礼特别有意义，在‘拒绝升学宴’展板签名，比摆几桌面子饭踏实。”

孔棺村用村集体经济收益给2026年考上大学的2名学子各发1000元路费，凤州镇则把22名准大学生聚到一块，戴小红花、读倡议书、在“拒绝升学宴”展板签名，还带大家去秦岭地质矿产科技展览馆开眼界。各镇把“不摆酒、不收礼、文明庆升学”写进村规民约积分管理，谁简办谁加分。

山东德州

完成适老化改造1088户

本报讯（李梦晴）11月3日，山东省德州市政府新闻办召开“实事惠民生 聚力暖民心”主题系列新闻发布会第一场。

据介绍，今年以来，德州市稳步推进“困难老年人养老服务提质增效”民生实事落地见效，把特困老年人家庭适老化改造作为居家养老的基础性工程，压实工作责任、确保精准覆盖、强化全程追溯。截至目前，全市共完成适老化改造户数1088户，改造费用政府财政全额保障。针对分散供养特困人员照料工作，当地全面推行社会化照料服务模式，打通兜底保障“最后一公里”。一是坚持需求导向，联合镇街、社区逐户采集信息，建立需求台账，并根据需求台账精准提供助洁、助医、助餐、助行、助急等多元化上门服务。二是制定标准化照料服务清单，规范签订服务协议，明确每周至少上门1次、每次服务时长不低于1小时、每月服务时长不低于4小时的基础标准，全市累计开展社会化照料服务53.99万次。三是扩充基层为老服务力量，积极动员组建为老志愿服务队等为老服务社区社会组织。截至目前，德州全市备案的为老服务社区社会组织达3211家，开展志愿服务、政策咨询、文体娱乐、关怀陪伴等各类为老服务活动2400场次。

安徽铜陵市郊区

小小直播间解锁乡村振兴“流量密码”

◎ 周宇 钱云峰

近年来，安徽省铜陵市郊区立足“一江两岸、古镇新韵、山水田园”独特定位，精准破解乡村治理短板、服务末梢薄弱等难题，以数字赋能文明培育、基层治理和产业发展，让小小直播间成为推进乡村全面振兴的新阵地。

宣讲与乡土交融共生

理论宣讲接地气，党的声音入民心。铜陵市郊区和悦渡口是江心洲与外界连接的交通枢纽，每日人来人往，是政策传递、民意沟通的好窗口。镇村干部在此打造“江边实景+云端直播”宣讲课堂，常态化开播以回应群众关切，细致解答“哪里可以合规垂钓”等热点问题。村民王先生说：“在家门口看着长江听政策，比在家看宣传单好懂多了。”直播间里，网友踊跃互动。通过答题互动领取了礼品的一位网友说：“一下就把长江保护政策记牢了。”不知不觉，“共抓大保护，不搞大开发”的生态理念浸润人心。

云端直播间还是基层治理新平台。针对农村人口外出务工多、办事距离远的痛点，郊区老洲镇横裕村开设“和悦解纷”直播间，一键收集、快速回应、高效化解群众反映的邻里纠纷、安全隐患等大小事务，以“屏对屏”服务代替村民“两地跑”。目前，全区12个和美乡村直播间办理群众诉求71件次，成为新时代“枫桥经验”的数字化生动实践。

与此同时，基层干部把宣讲课堂延伸到红色遗址、田间地头、历史老街等处，通过“书记直播间”“非遗微课堂”等形式，让理论宣讲从“书面语”变为“乡土话”，从“我说你听”变为“趣味问答”，让乡村直播间逐渐成为凝聚思想共识、涵养文明乡风的精神家园。

文化与文明同频共振

文明浸润乡土，文化滋养乡情。乡村主播们用乡音讲村里事、用真情传文明风，让文化魅力与文明新风同频共振、落地生根。中国好人古宏媛是郊区灰河乡太阳村党总支副书记，她来到“午间太阳花”直播间，每周五中午准时开播，用乡音俚语拉家常、讲政策、话新风。直播间内容干货满满，惠农政策逐条解读、乡村风貌实景呈现、凡人善举温情述说、安全知识贴心讲授，全方位展示和美乡村新风采。截至目前，该直播间已直播19场，点赞突破20万次。

安铜办是铜陵市郊区的一块飞地。深耕本土文化传承20多年的老文化站站长陈先礼，在安铜办精心打造“孝德讲堂”“孝廉安铜·好人之乡”等特色文化品牌，将榜样故事搬进直播间，让榜样力量走出村落、传遍云端。

像古宏媛、陈先礼这样的主播还有很多。铜陵市郊区整合村干部、红白理事会骨干、巾帼宣讲员等各类人才50余人，发挥示范作用，通过现身说法、身边案例讲解、数字对比解读等方式，让节俭乡风、文明家风看得见。他们还把黄梅歌舞《家风家训颂》、大鼓书《树新风 话文明》等23部本土剧目搬进直播间，以群众喜闻乐见的形式传播文明乡风。

乡野与市场双向奔赴

小小乡村直播间，一头连着乡土烟火，一头连着广阔市场。郊区依托和美乡村直播矩阵，打通乡土好物与广阔市场产销链路，推动流量变销量、人气变财气，让直播间成为乡村全面振兴的“新农具”。

铜陵白姜种植系统是全球重要农业文化遗产。郊区大通镇大院村紧扣“一块姜”特色产业，村干部变身乡土主播、产业代言人，把直播镜头扎进姜田一线，实景展示“姜阁保种催芽、高畦高垄栽培、搭棚遮阴生长”古法种植技艺。为了拓宽产品销售路径，村里的直播间还与媒体、网络达人携手推荐糖醋姜、酱汁姜、姜酒等白姜深加工产品，邀请非遗代表性传承人展示传统腌制工艺，让非遗技艺看得见、学得懂、传得开。

从大院白姜到大山淌面，铜陵市郊区的乡村直播间里不仅有技艺展示，还讲述传承故事，让线上流量带动线下客流量，助力农文旅深度融合。

“乡村直播间要保持长久生命力，必须从‘一时热’走向‘长久用’。我们先后举办业务培训会、交流分享会，不断提升本土主播队伍专业素养，下一步还将在完善运营机制、拓展应用场景上持续用力，让乡村直播间持续释放治理效能、文明动能和产业活力。”郊区区委常委、宣传部部长周赚表示。

四川成都成华区

文明素养“玩”出来

本报讯（王芯源）11月1日下午，四川省成都市成华区二仙桥公园内笑声不断。由成华区精神文明建设办公室、成华区新时代文明实践中心主办的“文明不打烊——文明有礼素养提升活动”在这里热闹开展。

60位辖区居民手持“文明集章卡”，在4个互动体验点位间穿梭打卡，在游戏中学习文明知识，在体验中感受文明力量：交通安全拼图前，居民们动手拼合交通标识；垃圾分类点位旁，写有各类垃圾名称的沙包被逐一投放进四色垃圾桶，分类正确的居民将收获印章；文明大转盘前，参与者在趣味问答中学习更多文明知识；移风易俗连连看展板前，大家认真比对、精准连线，区分陈规陋习与文明新风。

这场活动是成华区深耕精神文明建设、常态化推进文明素养提升工作的生动缩影。近年来，成华区聚焦市民文明习惯养成、文明新风培育、移风易俗等工作，不断创新文明实践活动载体，开展接地气、聚人气、暖民心的文明实践活动，从“要我文明”到“我要文明”，从“一时一地”到“常态长效”，辖区居民的文明意识持续提升，文明行为逐步成为自觉习惯。