

■人间晚晴

从戈壁烽烟到社区书香

我讲述的是“从戈壁烽烟到社区书香——一位老党员精神接力”的故事。

在普陀区万里街道,85岁的陈圣华老人,用一生书写了两个截然不同却又血脉相连的篇章:前半生,他是隐姓埋名、为国铸盾的“两弹一星”科研尖兵;后半生,他是化身点燃社区书香的引路人。六十多年前,陈圣华从晋元中学毕业,被选送到北京,怀揣赤子之心攻读导弹能源推进剂专业。学成后,他毅然奔赴祖国西北和东北的戈壁荒原,将青春热血倾注于东风导弹和红箭反坦克导弹的研制。在钱学森等前辈的感召下,他以“爱国、创新、敬业”的“两弹一星”精神,默默地为共和国淬火铸盾。

阔别上海52年后,陈圣华回到申城,居住在万里社区。习惯了实验室的静谧,他经常去街道图书馆。在此期间,结交了一些老年书友,并萌发出组建读书会的构想。2010年,在他的倡导下,一个以社区“文化中心”首尾二字命名的“文心”读书会成立了,陈圣华被大家推举为会长。

十五年来,在万里街道党工委的关怀和指导下,在社区文化中心的支持与协助下,文心读书会以“读书求知”为宗旨,以老党员为核心,以“人人参与,读书交流”为主要形式,每年要举行40多场读书交流讲座,内容涵盖了时政、历史、文学、科普等多个领域,还有文娱、



公益和游学等实践活动,极大地丰富了会员的退休生活,充实了老人们的精神世界。此外,“文心”与“党心”“民心”相连,使读书活动自然地融于社区文明创建之中。2021年,“文心”读书会党支部荣获了“普陀区离退休干部示范性功能型党组织”的光荣称号。

读书会是个温馨的大家庭:身患重病的书友,将参加读书会活动视为精神

落叶

□ 钱坤忠

释。人生,又何尝不是如此呢?一片落叶,期冀绵绵,向往着诗和

■影视评论

“观影疗心”暖人心,从看见“小小的我”到绽放“大大的爱”

□ 赵荣霞

日前,普陀区长征镇社区(老年)学校联合普陀区老年大学“心理悦成长团队”成功举办“观影疗心”系列活动之《小小的我》专场观影与交流会。上海鹰喙公益事业服务中心签约心理咨询师王晔老师担任主持嘉宾。活动吸引三十余位社区居民参与,通过光影与对话,共同探寻生命韧性的心灵成长的深层力量。

光影聚焦:在平凡中看见不凡的生命之光

活动当日,社区学校活动室内座无虚席,温暖氛围中,影片《小小的我》以细腻笔触展开叙事——聚焦脑瘫青年刘春和的日常:他步履蹒跚却坚持练习站立,手指蜷曲仍努力书写板书,用笨拙却真诚的方式与外婆圆梦舞台,同时尝试修复与母亲疏离的关系,在一次次跌倒与爬起中寻找自我价值。

影片没有刻意渲染苦难,而是通过刘春和与外婆、母亲的互动,展现“不完美中的光芒”:外婆的开朗豁达是他最坚实的后盾,她视春和为“普通孩子”,鼓励他工作、学习,像对待健全晚辈一样给予信任与尊重;而母亲陈露的爱虽深沉,却因过度保护掺杂控制欲,这种矛盾的情感冲突,折射出许多家庭在面对特殊成员时的

良药,在学诗诵咏中重获力量……随子女外迁的老伙伴,不惜往返三四个小时,只为赴一场读书之约。朱广田老先生返乡离沪前,在读书会上泪洒衣襟说:“这是我在上海最珍贵的收获,终身难忘!”十五载耕耘,书香浸润万里。至今,读书会已是一支从最初的12名会员,发展到目前拥有50多位核心会员、70多位网群书友的群文社团。它吸引了作家、记者、高工、名师、企业家、民主党派人士等等。读书会的影响力早已超越了社区。作家叶辛、王榕曾亲临指导;全国劳模杨怀远在京受习总书记接见后第二天,就赶来读书会,分享新时代的“小扁担精神”。

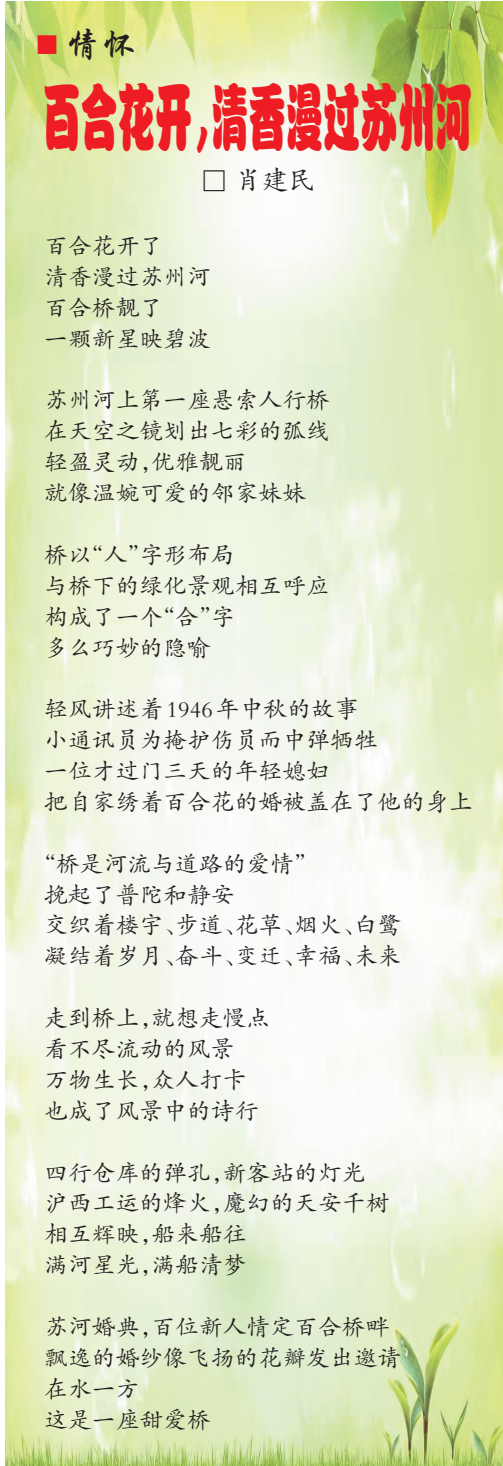
在这十五年的书香旅程里,陈圣华的经历是其中最动人的篇章。他不忘初心,用行动温暖着文心书友,用热爱守护着读书会。文心读书会不仅汇聚了爱阅读的伙伴,更在滋养着社区的精神土壤。它恰似一汪清泉,流淌在社区方寸之间。在被润泽的土壤里,萌发出“两弹一星”的新枝。这种精神,已在万里社区的烟火气息中生生不息!

陈圣华的故事,是“两弹一星”精神在新时代社区的生动延续。它告诉我们:为国奉献的战场可以转移,但为民服务、发光发热的初心永恒,不能消失。它像一座精神的丰碑,曾矗立在戈壁风沙中,如今也深深扎根于邻里巷陌,引领我们奋勇前行!

注:上海市第四届“我心目中的最美老年学员”主题讲述线下展示交流活动日前在徐汇区老干部活动中心举行。《从戈壁烽烟到社区书香》参加市级展示交流,荣获二等奖。图为主人公陈圣华(右)与讲述者杨靖英获奖后合影。

远方。深秋不在远方,落叶就在眼前。因而深秋的落叶就是一首最美最有色彩的诗。它们不是凋零的枯叶,而是依然充盈着旺盛的生命力,散发着淡淡的清香。

(作者系上海市作家协会会员、万里街道“文心”读书会成员)



■情怀

百合花开,清香漫过苏州河

□ 肖建民

百合花开了
清香漫过苏州河
百合桥靛了
一颗新星映碧波

苏州河上第一座悬索人行桥
在天空之镜划出七彩的弧线
轻盈灵动,优雅靓丽
就像温婉可爱的邻家妹妹

桥以“人”字形布局
与桥下的绿化景观相互呼应
构成了一个“合”字
多么巧妙的隐喻

轻风讲述着1946年中秋的故事
小通讯员为掩护伤员而中弹牺牲
一位才过门三天的年轻媳妇
把自家绣着百合花的婚被盖在了他的身上

“桥是河流与道路的爱情”
挽起了普陀和静安
交织着楼宇、步道、花草、烟火、白鸞
凝结着岁月、奋斗、变迁、幸福、未来

走到桥上,就想走慢点
看不尽流动的风景
万物生长,众人打卡
也成了风景中的诗行

四行仓库的弹孔,新客站的灯光
沪西工运的烽火,魔幻的天安千树
相互辉映,船来船往
满河星光,满船清梦

苏河婚典,百位新人情定百合桥畔
飘逸的婚纱像飞扬的花瓣发出邀请
在水一方
这是一座甜爱桥

创伤记忆,实现‘创伤后成长’——即在困境中发现内在力量,重新定义生命意义。”

疗愈延伸:每个人都是“小小的我”,也能绽放“大大的爱”

活动尾声,不少居民表示,这场观影不仅是一次心灵按摩,更是一次自我发现的契机。“我们都是‘小小的我’——可能身体有局限,可能人生有遗憾,但只要像刘春和那样不放弃,就能找到属于自己的光。”一位阿姨感慨道。

此次“观影疗心”活动,通过“影像+对话”的形式,将艺术表达与心理疗愈结合,既为社区居民提供了情感共鸣的空间,也引导大家思考“如何面对不完美”“怎样给予尊重式关爱”等生命课题。正如影片传递的核心:无论身处何种境遇,勇敢面对、积极成长,每个“小小的我”都能绽放“大大的爱”,照亮自己,也温暖他人。

(活动背景补充:“观影疗心”是长征镇社区(老年)学校特色活动之一,通过精选具有心理疗愈价值的影片,结合专业引导与居民互动,助力参与者在沉浸式体验中疏导情绪,提升心理韧性,已连续开展多期,广受居民好评)

普陀社区教育快讯

PU TUO SHE QU JIAO YU KUAI XUN

准印证号(B)0304 内部资料 免费交流
主办:普陀区业余大学(半月报)

发送对象:普陀区社区学院(老年大学)暨所属街镇社区(老年)分校师生
第1期(总第204期) 2026年1月1日

连续三年获得上海读书节表彰

普陀“乐龄乐读 智享生活”获评为2025市振兴中华读书活动优秀示范项目

日前,在2025年上海市振兴中华读书活动示范项目评选中,普陀区社区学院精心打造的“乐龄乐读 智享生活”特色阅读项目脱颖而出,成功荣获“优秀示范项目”称号。这也是学院连续第三年在上海读书节系列评选中获此殊荣,彰显了普陀社区学院在老年阅读推广与终身教育领域的持续影响力。

作为普陀区推动终身教育数字化、社区阅读品牌化的鲜活实践,“乐龄乐读 智享生活”项目以“AI+阅读”为创新内核,秉



普陀区万里街道文心读书会开展人文行走读书活动

持“书润民心、科技赋能”核心理念。该项目自2025年3月启动以来,通过“普陀雅

的立体化阅读生态。项目开展至今,收获满满:32场专题

区业余大学代表在上海儿童心理发展与保障联盟年度总结会上交流

12月18日,上海儿童心理发展与保障联盟2025年度总结会暨儿童心理与健康学术交流会在上海市儿童医院举行。普陀区业余大学副校长顾明辉作为嘉宾参与交流讨论。依托普陀家长学校的平台资源优势,学校积极推动区内中小学与上海市儿童医院携手共建“教医结合”实践基地,将医院的心理评估、危机干预专家资源纳入学校“菜单式”服务清单,为延河中学、新普陀小学西校等配送专题讲座10余场,有效织密孩子心理健康防护网。顾明辉介绍区业余大学在家庭教育指导服务、儿童心理健康保障方面的工作探索,受到好评。

区业余大学举办“四教”协同创新老年教育专题沙龙

为深入推动老年教育高质量发展,探索课程体系优化与老年教育服务创新的新路径,全面提升老年学员的学习体验与社区融入感,区业余大学日前举办了“四教”协同创新老年教育专题沙龙。周雪梅结合学校老年教育工作实际,提出未来要打造一个有层次、有温度、有延伸的老年教育新生态,并重点阐释如何构建层次分明的课程体系、探索智慧赋能的适老友好新模式、搭建反哺共进的立体平台。顾明辉肯定了交流研讨的价值,建议应围绕课程体系结构来做研究,站在第三种思维认知上去想落地的实施方案,将研究回归到实践,培养提出问题、分析问题、解决问题的思维方式。

导读

二版 鼓劲 汇智 聚力

“有效落实街镇社区学校综合改革要求”宣传推介报道之四

三版 绘出充满活力共同成长的老年教育新图景

——普陀区在上海市第二十届老年教育艺术节系列活动中荣获佳绩

四版 从戈壁烽烟到社区书香

讲座场场爆满,吸引逾2万人次老年学员参与;有声书诵读活动征集到59份优质作品,声动传递经典魅力;66场读书会深耕细作,“读书达人”分享阅读收获;“非遗新绘”AI绘画大赛,105幅传统与现代交融的数字艺术佳作惊艳亮相;AI读书短视频大赛征集到100个创意作品,充分展现了老年群体在数字时代的创造力与表达力。

此次获评,不仅是普陀区社区学院在终身教育领域的创新实践与有益探索,更向全市乃至更广范围提供了老年阅读推广与数字融入的可复制、可推广样本,充分彰显了普陀区在建设学习型城市、推动全民阅读进程中的温度、广度与深度。

聚智共生 革新致远

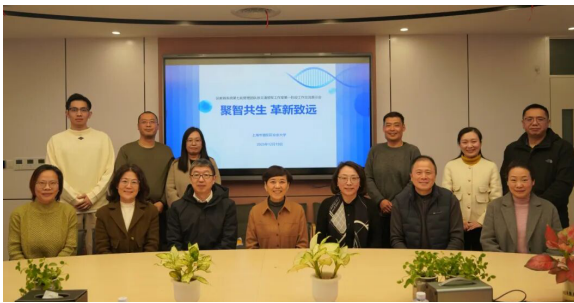
徐文清领军工作室第一阶段工作交流展示会举行

聚焦教育人和数智赋能,带领全体学员围绕计划牵引力、实践磨练力、教学指导力、主题研学力和思想凝聚力等“五个力”展开思考、探索与实践;通过联动共享资源、开展专题讲座、组织跨校交流等举措,助力学员实现管理素养和教育教学指导能力的双重提升,共同构建可持续发展的学习共同体。

会上,工作室学员立足岗位实际,结合第一阶段学习、工作中的实践案例和成长体会作交流展示。

专家点评环节,蒋中华对工作室的创新实践给予高度认可。他表示,工作室在第一阶段中聚焦干部角色转型、学术能力补强和数字化变革应对,精准对接管理能力提升需求,可谓有理念、有设计、有抓手、有成果。夏瑛以“真做、真学、真推、真变”为题,高度肯定了工作室的阶段实效:学员聚焦各自工作领域重点,形成了兼具实践深度与理论价值的成果。她指出,人口结构、城市发展、技术变革等正驱动教育形态重构,工作室学员要进一步提高站位,提升系统思考力与辨析力;明晰重点,深化项目研究力与推动力;主动跨前,培养敏锐洞察力与判断力。

张平在总结讲话中指出,徐文清领军工作室基于社会生态理论构建的教育教学研修模式,既体现了精神引领,又彰显了价值赋能。工作室将学员“学习者”与“管理者”双重角色有机融合,为其明晰了专业发展路径,通过理论指导实践、实践反哺理论的闭环机制实现了双向提升;同时,能够将党建与业务深度融合,以双维赋能学员能力与素养提升,取得了良好的效果。



普陀区社区学院精心打造的“乐龄乐读 智享生活”特色阅读项目荣获市级“优秀示范项目”称号。这也是学院连续第三年在上海读书节系列评选活动中获此殊荣,显示了学院在老年阅读推广与终身教育领域的持续努力。

为何要乐此不疲推广老年阅读,因为阅读在提升老年群体生活品质与社区文化氛围方面,不仅有显性价值,其实还有多维度的隐性价值。这些隐形价值虽不直接量化,却深刻影响着老年人的精神世界与社区的生态格局。如能缓解孤

关注精神需求

□ 靳言

独感,重构精神归属感。区老年大学学员通过“反哺教学”深入社区、养老院开展活动,从“乐学者”转变为“乐教者”,这种角色转换让老年人在传递知识中重拾自我价值,缓解了退休后的“空巢感”与“失落感”。再如可以跨越数字鸿沟,提升生活自主性。“数字赋能”不仅让老年人享受到科技带来的便利,更增强了他们的生活自主性——他们不再是“数字时代的旁观者”,而是“参

与者”与“创造者”。此外,还能构建“老有所学、老有所乐”的社区生态。区老年大学鹿泉校区的教学成果展示活动中,情景朗诵、越剧、中阮合奏等节目轮番登场,吸引了众多社区居民驻足观看。这种全民“阅读”的社区生态,不仅提升了社区的文化品位,更增强了居民的“社区认同感”。

推广老年阅读,本质上是“以人民为中心”的发展理念的体现——它不仅关注老年人的“物质需求”,更关注他们的“精神需求”;不仅提升老年人的“生活品质”,更要塑造社区的“文化生态”。

