■ 人文行走

跨越40年的特殊意义

——真如人文行走路线10月27日焕新启程

10月27日，真如镇街道“寻真文脉·人文行走”焕新路线正式启程。作为2026年敬老月期间推出的重点文化项目，此次路线深挖真如古镇悠久历史，梳理推出四条主题线路，串起辖区各处文化点位。首场行走将红色记忆线与古韵文脉线合为一条，从上海西站出发，最终抵达真如百货，九个点位串起真如从抗战烽火到现代社区的九十年记忆。恰逢中国社区教育发展40周年（1986年真如中学社会教育委员会的成立被视为我国社区教育的起点），这场发生在“社区教育策源地”的行走焕新，便有了跨越四十年的特殊意义。

四条线路，四种打开真如的方式

此次焕新路线串起辖区各处文化点位，形成四条主题鲜明的行走脉络。古韵真如·非遗文脉寻踪线：从真如百货出发，途经真如星愿慈善超市、真如寺，终点为真如历史文化陈列室及社区文化活动中心（含图书馆、桔绣坊），行者可以一路感受古镇烟火气息，近距离接触非遗手艺，品读古刹历史。红色记忆·安全科普线：行走走访十九路军军部遗址、上海西站、普陀区公共安全教育馆，再沿杨家桥滨河绿地、桃浦河生态走廊慢行，既能学习红色历史、了解安全知识，又可沉浸式感受滨河生态风光。海派烟火·美育生态线：行者从刘海粟美术馆普陀分馆出发，到高陵集市感受市井烟火，再前往金洲小学极地探索馆、真光片区党群服务中心，看展览、逛集市、学科普，内容丰富多样。暖心真如·社区温度线：行者打卡铜川学校“本草园”、1550弄民政服务站、星河党群服务中心，实地看一看家门口的各类民生服务阵地。

红色为骨，古韵为脉：首场线路的由来

首场之所以将红色记忆线与古韵文脉线合为一条，是因为红色线立起精神骨架，古韵线续上文化血脉。今年恰逢中国工农红军长征胜利90周年，走一条本地的红色记忆线，正是以行走回望历史、以脚步致敬先烈；而真如千年古镇的文脉与非遗，又为这条红色之路补上了“文化根脉”的底色。上海西站是这条线的起点，也恰好构成一个时间的隐喻——这座1908年启用的老站，见证过真如作为交通枢纽的繁华，也见证过战争年代的人流迁徙与物资转运。从这里出发，经安全科普馆、十九路军遗址，再转入古寺与陈列室，一条路线的逻辑便清晰起来：从“安全”的当下回望“不安全”的过去，从战火记忆走入古镇文脉，最终回到“安全”而温暖的社区日常。红色线与古韵线在首场行走中合为一条，让历史的纵深与文化的温度在同一条路上彼此呼应，也让“首场”本身成为一次有意味的示范。

九个点位，一种学习节奏

这条线路的设计并非简单串联，而是有意形成“体验—认知—反思—转化”的学习节奏——九个点位，各有其位。上海西站作为起点，为整场行走锚定了时空的坐标：脚下既是真如连接四方的交通门户，也是叩问历史的入口。行者随后步入普陀区公共安全教育馆，在人防、消防、应急避险的沉浸式体验中，承接“安全”的当下维度，让抽象概念化为可操作的知识。行者紧接着走进十九路军军部遗址，1932年“一·二八”淞沪抗战中蒋光鼐、蔡廷锴在真如范庄设立临时指挥部、发出“尺地寸草，不能放弃”通电的历史现场，与刚学到的安全常识形成无声对照——九十年前的真如，安全是靠血肉守住的。从遗址出来，路线转入“记忆的保存”环节，真如文化活动中心里的图书馆与非遗桔绣坊呈现着社区文化的日常传承，历史文化陈列室以“文明古镇、商贸重镇、军事要镇、盛世兴镇”四个区域将千年脉络收拢一处，而真如寺大殿作为上海现存唯一的元代木结构建筑，与殿前编号“0067”的古银杏相伴六百余年，构成了整条线路的历史锚点。最终，行者回到社区生活本身，真如星愿慈善超市以“慈善+社治”服务低收入家庭与“一老一小”，真如百货则用茶饮、选物与当地文化展示让古镇气息进入年轻人的日常。行者们从战争记忆走到慈善超市和百货，九十年间真如的巨变，便在这步步丈量中变得可触可感。

从“走一走”到“学一场”

路线焕新的深层逻辑，不止于点位调整，更在于将人文行走从“参观式漫步”转化为“沉浸式课堂”。由社区学校骨干学员担任“人文行走推荐官”，讲述本地故事、引导学员边走边学。这所“没有围墙的社区学校”，正用脚步与镜头，写下属于这个时代的社区教育新答卷。（胡健韻）

■ 媒体转载

从『看孩子』到『读懂孩子』

——普陀首次承接『国字号』托育人才培训

刚入托的幼儿午睡哭闹，以往老师通常会直接抱起安抚，先把睡眠“应付”过去；但在如今的专业要求下，老师的第一反应是“观察”：判断是否为分离焦虑，再作不催促、不替代的回应性照护。

“同样的哭闹，以往看到的是‘麻烦’，现在看到的是‘信号’。”今天上午，2026年普陀区托育人才能力提升项目培训班在普陀区业余大学开班。随着这个由国家卫健委、财政部联合设立的“国字号”项目首次落地普陀，来自全区各托育机构的73名学员将在此“升级”。

新民晚报记者发现，家庭育儿观的迭代，托育人才的培养方向也在变化，从单纯看护转向科学照护和发展引导。

托育从“有没有”转向“好不好”

过去很多年，上海托育服务的重点在于扩大普惠性覆盖面，解决有没有园上、有没有托位的问题。“这几年，公办幼儿园增设托班，宝宝星提供计时制、喘息制服务，15分钟托育服务生活圈正在形成。家长育儿观不断升级，从生怕输在起跑线上的智力启蒙，转向关注孩子生活自理、社会交往等全方位成长。”普陀区教育局学前教育科科长叶冠鸿说，“以前家长上班没人带孩子，或者祖辈育儿理念不相符，只能硬扛，现在有了更多选择。托育服务到位了，家庭才敢生孩子。”

近年来，上海不断探索托育服务前置，招收婴幼儿的月龄段正不断下移，部分机构正在试点18个月全日托。“普陀区的普惠托育机构和托位数量都有了较快增长，下一步的核心命题就是：如何让托育服务更专业、更优质、更让人放心。也就是说，正从‘有没有’走向‘好不好’。”普陀区业余大学党总支书记、校长张喆坦言，在这个关键转折期，人才是其中最重要的变量。

从“会不会做”到“看不看得懂”

本次培训面向托育机构负责人和保育人员，分别设置80学时线上培训，线下集中培训不少于7天，合计120学时，涵盖政策法规、职业伦理、儿童发展观察、生活照护实操、卫生保健防疫、安全防护急救、机构运营管理、家托共育等八大模块。考核合格者将获得国家卫健委颁发的培训证书。

面对更低龄的宝宝，托育从业人员的工作重心正从“教育”更多地转向了“养育”。“以往我们做托育培训，重心放在‘照护看管’上，怎么喂饭、哄睡、保证不出安全事故。但这些只是底线。这次培训就要解决如何从‘会不会做’升级为‘看不看得懂’。”张喆强调：提升项目培养的不只是“会带孩子”的保育员，更是能看懂孩子、支持孩子发展的专业人员。

本次120学时的培训中，儿童发展观察与卫生保健、安全防护被并列为必修课。培训深度引入了“医育融合”理念，邀请上海市儿童医院医疗专家授课，将儿童健康发育、发育问题早期识别纳入必修，让托育人员掌握基本的观察技能，做孩子健康发育的“有心人”。

“平台+实操”拒绝培训“走过场”

本次培训依托“市级平台+区级落地”的双效机制。上海开放大学负责线上80学时的课程资源建设与平台运营，普陀区业余大学负责学员组织和不少于7天的线下集中教学。上海开放大学相关负责人表示，培训不能是“走过场”，因此，课程贴岗位，平台留痕迹，考核重实操，落点不在考场而在岗位。“线上学习绝非打开即完成，学习时长、进度会被完整记录，可查可溯，学员须在线提交作业。更为关键的是，核心技能必须实行实操考核。比如海姆立克急救法、心肺复苏等，必须设置真实情境，在模型上完成规范操作并按步骤计分。”

张喆说：“我们要让每一位走进托育机构的从业者，不仅有爱心，更有专业。这是我们对每一个孩子的承诺！”

（来源：2026年10月15日上观新闻，作者为新民晚报科教卫新闻部主任记者马丹）

■ 社区教育

踏浪前行 稳中有进

——宜川路街道社区（老年）学校在综改中提质升级

2025年7月宜川社区（老年）学校在新背景新要求下直面社区学校综合改革的现实，顺利在2025年秋，2026年春、秋季招生中学额突破2100人次，涉及门类有科学文化、艺术修养、养生保健、心理健康、实用技能、智能技术、非遗特色。学校对课程进行了调整，新增手工布艺、楷书、行书等新课程。学校一方面遵循社区（老年）学校体制扩容的要求，另一方面践行“硬件不足软件补、经费有限服务补、人员紧缺效能补”的工作理念，直面各类痛点且持续发力，把各项教学管理、课程培育、师资建设工作做细做实，取得多方面实效。

第一，多方联动，争取资源，逐步补齐硬件经费基础短板，筑牢办学基本盘：联动区社区学院、老年大学，积极申请市级、区级老年教育专项活动经费、借力区级项目资源缓解经费压力。另外拓宽社会化办学补充渠道：依托市民终身学习监测点、区级科研课题立项资源，反哺课堂教学、教师培训、活动开展，以项目资源赋能日常办学。错峰统筹教室使用，联动文化中心细化教室预约、错时开课机制，最大化盘活现有场地资源，在有限条件下提升开班承载力。

第二，构建分层师资培育闭环，破解队伍老化、非遗传承断层难题：分层搭建师资招聘——引进——培育——留人的全链条体系。一方面持续做好现有老教师暖心保障，常态化开展教学大纲撰写、教师资格认证、教学赛事、数字教学专项培训，延续此前深耕教师能力培育的工作积累，持续推送教师教学设计、课堂风采、教学成果至区级宣传平台，提升教师职业获得感；另一方面定向挖掘中青年师资储备，联动辖区高校、退休中青年专业人才、低龄老年优秀学员，建立后备师资人才库。针对智能设备、心理疏导、基础文体课程定向吸纳中青年兼职教师，逐步优化师资年龄结构。

第三，优化条线项目统筹机制，打造分层特色课程体系：学校始终坚守担当本色，主动承接重点示范类项目，以积极态度完成上级部门交办的任务。基础普惠课程常态化优化、重点特色课程深度打磨，深化课程协同共建、强化课程成果转化，依托读书节、市民艺术节、终身学习活动周搭建学员展示平台，常态化推送舞蹈、摄影、手工作品参展参赛。

第四，深化多方协同共建，以科研监测赋能办学长效发展：做好每日教师、居民接待服务，打造有温度、接地气的社区老年课堂，以市民终身学习监测问卷调研为契机，把脉精准学习需求，切实提升居民学习获得感、幸福感；持续推动宜川路街道社区（老年）学校教学工作稳中有进。（岳燕）

■ 学院报道

智慧赋能拓思路 场景育人启新程

——普陀区社区学院组织社区学校负责人赴市开放大学学习

为深入贯彻落实《上海市老年教育高质量发展三年行动计划（2025—2027年）》，有序推进普陀区老年教育智慧学习场景建设，学习借鉴市级智慧学习场景建设的先进经验，10月16日下午，普陀区社区学院组织各街道（镇）社区学校负责人、教学负责人一行约30人，赴上海开放大学参观学习，近距离感受智慧教育与老年教育深度融合的创新实践。



在上海开放大学相关专业人员的陪同讲解下，学习团参观了中原路校区“四馆两厅”智慧学习空间。从智慧书画馆、智慧茶艺馆到智慧健康馆、智慧生活馆，再到银发演e厅、银发展示厅，各场馆立足老年人实际需求，将智能设备、数字资源融入书画、茶艺、健康、生活等课程，处处透着巧思，适老化的环境设计生动体现了该校“接地气、为民生、强服务”的办学理念。在国顺路校区美育智慧空间，三面环屏的沉浸式智慧教室令参访人员耳目一新：数智技术创设的虚拟场景打破时空界限，虚拟数智人化身课堂“新伙伴”，多感官交融的沉浸式音乐教学让学习更具互动性与趣味性。参观过程中，开放大学专业人员围绕场景建设思路、运营模式与品牌打造经验作了细致讲解，各社区学校负责人结合各自实际，就场景选址、课程植入、资源整合等问题进行了交流探讨，纷纷表示收获满满、深受启发。

区社区学院现场召开街镇社区学校工作会议，就近期的学习点建设、大学生创果、智慧学习场景建设、数字阅读等工作进行了布置。此次参观学习，既是一次开阔眼界、启发思路的“取经之旅”，也是一次对标先进、加压奋进的动员之行。下一步，普陀区将把学习成果转化为实干举措，统筹做好区域社区教育各项工作，以智慧学习场景建设助力社区学校提质扩容，让更多社区居民和老年学习者在家门口乐享智慧学习新生活。

■ 社区特色

当潮不让·悦动苏河

——“‘三长’耀青春 风华映苏河”联合汇演成功举办

长寿、长风、长征集结苏河，这场大秀太惊艳。10月12日下午，“当潮不让·悦动苏河”——“‘三长’耀青春 风华映苏河”联合汇演在恺悦·星文化中心未来剧场成功举行。长寿、长风、长征，因苏河而聚、因文化而联，以舞台为媒、以艺术为约，共同展现了“三长”白领青年的青春风采与文化活力。



本次汇演分为“潮头砺行”“生活焕彩”“逐光生长”三大篇章，节目形式多样，精彩纷呈。长风新村街道带来的开场《炫光鼓舞》，以激昂的鼓点点燃全场。长征镇带来的朗诵《吹号者》，在铿锵字句中传递信仰与力量。长寿路街道带来的电提琴独奏《Listen to the Music》《1 fiesta S》，让传统与潮流相遇，经典与青春碰撞。长寿路街道带来的沪语说唱《金陵塔新说》，用乡音连接城市记忆。长风新村街道带来的独唱《光亮》，唱出了逐光而行的希望；歌手曾智勇曾荣获半马苏河秀校园歌手大赛冠军，尽显青春风采。

除了主舞台的精彩演出外，场外同步开启的“苏河非遗潮集”也吸引了众多白领与市民驻足体验。竹丝编、手绘帆布包、糖画、悦来坊点心、传统布艺、江南丝竹和上海滩簧等非遗项目齐聚一堂，让大家在互动体验中感受海派文化的独特魅力。

汇演尾声，现场通过一段“‘三长’耀青春”主题短片，共同回顾了2026年“三长”青年在苏河畔的朝气蓬勃与文化印记。

随后，在现场领导与观众的见证下，“苏河共赏·‘三长’聚潮——2027苏河白领文化系列活动”正式启航！活动将面向辖区白领青年，串联苏河滨水风光、行走探访，非遗手作等活动，搭建跨街道白领交流平台，让白领青年走进苏河、品读苏河，在苏州河畔共学地道沪语，共赏普陀人文之美。苏河共赏，青年相聚；“三长”携手，悦见风华。本次联合汇演不仅是一场艺术的盛宴，更是“三长”青年用热爱书写的“文化答卷”。

（长风新村街道社区学校）

■ 社区教育

『养生学堂·太极易筋经养生』讲座在长征社区开讲



10月15日上午，“普陀雅韵”大讲堂2026年秋季学期第一场讲座——“养生学堂·太极易筋经养生”在普陀区长征社区学校顺利开讲。本次活动由普陀区社区学院主办、长征镇社区学校承办，特邀禅太极资深导师朱长得主讲。他以“伸筋拔骨，以形导气”为题，给社区居民带来一场集养生理论与导引实践于一体的太极公益课。

讲座伊始，朱老师从养生理论讲起。他系统讲解了太极易筋经的源流与养生机理。理论讲解结束后，朱老师起身示范，带领学员练习太极易筋经。他将整套功法拆解为若干组动作，逐一讲解要领，并反复纠正学员在含胸、拔背、屈膝、塌腰等环节上的偏差，同时提醒大家循序渐进、量力而行，运动时要着宽松运动服，避免空腹或饱后即刻练习。学员们跟着示范一招一式舒展身体，在一招一式中体会“静、松、柔、缓、圆”的养生真谛。

为让学员更好地体会“以形导气”的切身体验，课程最后一个环节移至社区花园进行。朱老师带领学员走出教室，在花园里完整演练太极易筋经。秋日晨光里，学员们舒展肢体、呼吸吐纳，动作舒缓流畅，一派从容。有学员表示，平时久坐后总觉得腰背僵紧、颈肩不适，跟着练完一套，明显感觉身体松快了不少。练习结束，学员们还向朱老师请教日常养生的疑问。朱老师一一作答，并提醒大家，功法练习贵在坚持，课后可每天抽十来分钟练习一遍，配合早睡早起、清淡饮食，效果会更好。

本次养生讲座以居民健康需求为导向，聚焦社区中老年群体日常保健的实际需求，采取“理论讲解＋动作示范＋户外体验”的形式，把专业的太极养生知识送到居民身边、落到生活实处。一场接地气、有温度的养生课堂，不仅帮助学员深入理解了太极易筋经的养生精髓，也进一步增强了社区居民的自我保健意识。

■ 文明创建

以支部共建为纽带 把组织资源下沉社区

——区业余大学与兰溪园居民区党组织开展重阳敬老主题活动

10月14日，在重阳传统佳节到来之际，为传承弘扬“敬老、爱老、孝老”中华优秀传统美德，深化党建联建共建实效，上海市普陀区业余大学第三党支部充分发挥党建引领作用，携手兰溪园居民区党总支，开展重阳敬老主题共建活动。党员们走进君悦苑小区，为辖区80周岁以上高龄老人送上节日慰问与真挚祝福，以实实在在的为民服务擦亮社区敬老服务品牌。



前期，两个单位党组织提前对接沟通，结合社区摸排情况，梳理君悦苑小区高龄老人名单，重点关注独居、行动不便的老年居民，把慰问工作做细做实。活动当天，党员志愿者们带着寓意吉祥安康的重阳糕，分组上门走访慰问。每敲开一扇家门，党员们便把香甜软糯的重阳糕递到老人手中，细心询问他们身体状况，叮嘱老人们天气转凉注意添衣保暖，有困难及时向社区反映。

此次党建联建活动，是推动学习教育成果转化、践行我为群众办实事的生动实践。党员走进居民家中，在面对面的交流服务中，进一步厚植为民初心。以支部共建为纽带，把学校党组织资源下沉社区一线，打破单位与社区壁垒，实现资源共享、服务共做。

敬老不止重阳，关爱贵在日常。下一步，上海市普陀区业余大学第三党支部将持续深化与兰溪园居民区党总支党建联建机制，立足社区居民实际需求，常态化开展便民助老志愿服务，把敬老爱老落到日常点滴，持续传递党组织温度，绘就社区基层治理同心圆，营造尊老敬老、守望相助的良好社区氛围。