

为高龄老人筑起“安心网” 田林社区发放“清凉守护关爱卡”

□ 记者 姚丽敏

“王奶奶,这是咱们居委会特别制作的长者‘清凉守护关爱卡’,您有啥需要,打上面的电话,我们随叫随到!”近日,田林街道古宜居委会的社区工作人员和志愿者们带着“清凉守护关爱卡”,敲开了辖区高龄老人的

家门,将一份份贴心关怀送到老人手中。

据了解,卡片上不仅清晰标注了社区网格员、结对志愿者、小区物业和社区民警的电话以及应急帮扶等信息,还注明了“防暑三要诀”,暖心提醒老人注意避高

温、勤补水、调节室内环境温度。“这卡片做得真周到,字大又清楚!”85岁王阿姨接过卡片说道。

发放卡片的过程中,古宜社区工作人员和志愿者并未简单“递卡就走”,而是借机与老人们拉家常、问需求:“阿姨,最近气温

变化大,您身体还好吗?”一句句关切的问候,一个个暖心的举动,让老人们脸上的笑容格外灿烂。

据悉,田林街道始终将关心关爱老年群体作为社区治理的重要环节,致力于构建更加完善的长效关爱机制。此次古宜居民

区的“清凉守护关爱卡”服务,是街道持续深化为老服务、提升精细化治理水平的生动实践。田林街道将持续引导各居民区聚焦老年居民“急难愁盼”问题,不断探索创新服务模式,织密织牢社区关爱网络。

“乐美康健 悦动一夏”暑期青少年社区体育夏令营 让“宅娃”变身运动小达人

□ 记者 吴会雄

早上九点的康健体育公园羽毛球馆内,清脆的击球声与教练的口令声交织在一起,奏响了夏日的活力乐章。这个暑期,康健街道近70名青少年在“乐美康健,悦动一夏”暑期青少年社区体育夏令营中尽享运动乐趣。

握拍、站位、接发球,羽毛球馆里孩子们练习着技术动作。“手腕放松,拍子再高一点!”教练穿梭在小学员之间,手把手纠正姿势。本次夏令营的羽毛球课程采用分龄分班教学模式:基础班的小学员从握拍、发球开始,在趣味游戏中培养球感;提高班的小学员更有针对性地进行步伐训练和多拍练习,并尝试简单的战术配合。这种精准的分层教学,让不同起点的孩子都能找到自信和乐趣。

二楼的乒乓球馆内同样一片火热,“乒乒乓乓”的击球声清脆悦耳。教练从最基础的握拍姿势、接球站位开

始教,并示范标准动作。小学员们在教练的指导下认真地练习。“孩子们进步特别快,有的已经能连续对打十几个回合。”教练说。

下午的综合体能训练场上,“障碍闯关赛”让孩子们乐此不疲。他们时而攀爬翻越“高山”,时而匍匐穿越“隧道”,在模拟训练中提升平衡力与团队协作能力。“以前孩子暑假总宅家玩手机,现在催着我早点送他来!”家长陈女士举着手机记录孩子运动的瞬间。

与往期相比,今年开设夏令营的体育项目更多、课时更长、专业程度更高。不仅囊括了羽毛球、乒乓球、飞镖、体适能4个项目,还将羽毛球、乒乓球的单次课时增加到1小时20分钟,给学员们带来更细致的技能讲解、更充足的实战练习。本次夏令营汇聚了徐汇优秀的社会体育指导员,他们走进社区场馆,将专业体育技



能和科学健身理念送到青少年身边。

负责羽毛球教学的陈教练表示:“我们的目标不仅是教技术,更要激发孩子们对运动的兴趣,让他们理解规则、享受过程。分班教学能让我们更精准地关注每个孩子的特点和进步空间,手把手纠正动作,帮助他们建立正确的运动习惯。”

本次活动由徐汇区体育局、徐汇区社会体育指导员

协会与康健街道联手打造,借助专业社会体育指导员的力量,把优质的体育资源送到社区,让孩子们在“家门口”就能享受到专业的指导,度过一个健康、快乐、有意义的暑假。据悉,康健体育公园将继续发挥场地设施资源优势,持续深化“社会体育指导员进场馆”机制,常态化开展丰富多样的青少年体育技能培育活动,让更多孩子在运动中收获快乐与成长。

市民艺术课程,6秒抢空

□ 记者 王永娟

8月3日、4日,2025年秋季上海市市民艺术夜校和日校报名通道开启,徐汇区的课程再次展现出极高的人气,众多热门课程瞬间被抢空,报名场面异常火爆。

此次徐汇区在市民艺术夜校和日校的教学点位与课程设置持续扩容。夜校方面,教学点位增至42个,共开设167门课程,实现了区内街镇全覆盖,还新增了多个设在社会机构和文化空间的教学点,让居民能在家门口上夜校。日校作为今年首次推出的项目,采用日夜双轨制,激活文化馆与各类新空间的“错峰共享”效应,首批在徐汇设立了包括西岸大剧院在内的多个点位,开设了丰富多样的课程。

8月3日夜校报名开启后,徐汇区多门课程迅速被一抢而空。“西班牙语入门考证班”仅用7秒就被抢空,“人工智能训练师考证积分职业导向班”也在12秒内被秒抢。这些考证类课程备受青睐,体现了市民对提升自身技能、获取职业认证的强烈需求。语言类课程以及生活技能、健康类课程,如“法语入门—Bonjour探索法语魅力”“实用中医针灸居家保健与常见病治疗”“陪诊师入门考证班—就业导向”同样抢手,迅速报满。

在8月4日开启的日校课程报名中,西岸大剧院教学点位的“成人芭蕾形体(零基础入门)”仅6秒就被抢空,在全市热门课程中位列第2;“日语入门与交流”14秒被抢空,位列全市第7;“普拉提塑形”“暴汗减脂律动操”等健身塑形类课程也深受欢迎,很快就报满了。这些课程的火爆,反映出市民对于提升生活品质、丰富业余生活的追求。

徐汇区文化馆馆长戴菲菲表示:“今年不管是夜校还是日校,报名情况都十分火爆,这不仅体现了民众对艺术学习的热爱,也是对我们课程品质的认可。我们还将继续扩大教学点,开发更多优质课程,让市民更方便地获取自己喜欢的课程。”

据悉,2025年上海市市民艺术夜校和日校项目是上海市为民办实事项目“城市美育”的重要组成部分,为市民提供更多元化、更便捷的艺术学习机会,提升市民的艺术修养和人文素养。徐汇区也将持续关注市民需求,不断优化课程设置和教学服务,为市民带来更丰富的文化体验。

零距离亲身体验 “AI+ 养老”体验馆里的黑科技

□ 记者 沈艺飞 陆海捷

在科技飞速发展的今天,如何让银发一族也能搭上“智能快车”?近日,以“AI+养老”为主题的体验店——“睇颐·AI体验馆”正式揭开面纱。

记者走进位于“模速空间”一楼的“睇颐·AI体验馆”,馆内已经有不少老人在体验各类智能设备。从自动调节焦距的智能眼镜,到轻便灵活的电动轮椅,都成了老人们争相试用的“新宠”。“那个电动轮椅,还有眼镜,我印象挺深的。”市民杨爷爷

笑着说,“助听器将来也肯定用得上,这些新奇的东西让我开了眼界。”

紧贴老年人日常生活需求,是“睇颐·AI体验馆”选品的基本原则。体验馆总面积约500平方米,展示着多家智能产品,涵盖康养、出行、娱乐、陪伴等领域。在工作人员的协助下,长者们不仅能看、能试,更能真正用得起来。“比如我们全球首款人工智能AI助听器,在嘈杂的街道、家庭聚餐

或听音乐时,这款设备都能智能调节模式和降噪,让听力损失人群获得更舒适的体验。”索诺瓦中国区市场准入总监李亚卿介绍道。

与以往“养老产品=看护工具”的单一印象不同,“睇颐·AI体验馆”在展陈理念上更强调“享老”生活。场馆内设有“AI生活探索舱”“漫游世界”“未来生活家”等多个分区,不仅提供实用设备,也创造了更多富有互动感和参与感的生活场景。

“我们希望通过高品质的选品,不只是帮助老人完成日常生活,更能提升他们的生活幸福感。”体验馆选品官许一言表示,“银发不是终点,在当下的高科技与延寿背景下,老年人依然可以精彩地生活。”

在AI陪伴机器人展区,86岁的唐奶奶正与一个憨态可掬的小机器人进行语音互动。她兴奋她表示:“这里的東西很貼近我們的生計,那個輪椅很好用,機器人也很有趣,我們老人都很喜歡。”

据悉,“睇颐·AI体验馆”的营业时间为每天10点至19点,全年面向社会开放。