

# 人民城市 人人出彩

## 新泾镇“城市美育日”系列活动点亮市民文化生活



近日,以“人民城市,人人出彩”为主题的新泾镇“城市美育日”活动在新泾镇社区党群服务中心(社区文化事务中心)如期启幕。撕纸艺术、江南丝竹、手工作坊、篆刻展览、魔术儿童剧等文化体验项目轮番上演,吸引数百名市民走进社区公共空间,在互动中感受文化魅力,“人人可参与、处处有美育”的图景就此绘就。

撕纸艺术非遗传承人华兴富现场演绎“以手代剪”的撕纸绝技,市民在撕、叠、镂的趣味体验中,一张红纸就化作一枚春意盎然的“春”字。江南丝竹乐团带来《中花六板》《佛殿钟声》《行街》等经典曲目,清丽婉转的旋律在室内流淌,不少市民也参与其中,或闭目欣赏或加入演奏队伍,民间艺术的原汁原味

感染着在场的听众。

民间文化艺术展示馆内,讲解员正带市民“穿越”新泾千年文脉。西郊农民画的田园诗意、撕纸艺术的匠心独运、江南丝竹的绕梁余韵,通过实物、影像立体呈现。展柜里一幅上世纪90年代的《莲藕仙子》农民画,用明快色彩记录着乡土记忆,令观者驻足良久。

现场参与活动的李女士感慨:“没想到家门口就能接触这么多文化体验项目,和孩子一起做手工、听民乐,感觉生活多了诗意和温度。”

同期举办的第二届“长宁金石风”篆刻刻字作品展,将市民带入金石艺术的世界。展厅内陈列着名家印谱与刻字佳作,既有秦汉印风的浑厚古朴,也不乏现代篆刻的灵动创新。参观者或俯身细察刀法,或

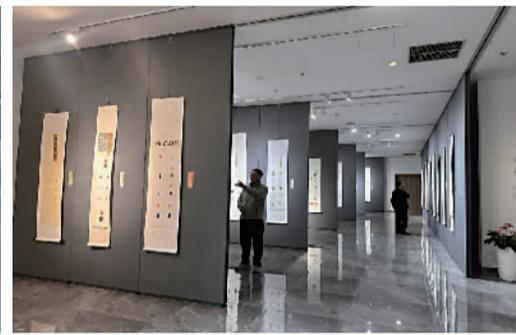
低声讨论流派演变。

手工课堂内,阿姨爷叔们正专注缝制“菜篮子”手提包。“针脚要密,收口要藏线。”指导老师穿梭在课桌间,手把手传授技巧。彩线穿梭中,参与者既解压又收获成就感。

欢快的鼓掌声从魔术儿童剧《奇幻糖果屋》现场传来。当“魔法师”用“宝石能量”唤醒沉睡的糖果公主时,孩子们瞪大眼睛屏住呼吸;看到公主用善良化解危机,稚嫩欢呼声瞬间爆发。

七旬老人与孩童共执撕纸,江

南丝竹与儿童欢笑交响……“人人参与文化,人人共享文化”的理念浸润着每一个参与者。新泾镇以“城市美育日”为契机,通过多元丰富的艺术形式、开放包容的互动体验,让市民在家门口即可感知美、创造美。



# 科学守护大脑 共筑健康防线

## 新泾长者这样守护“记忆的钥匙”



例相结合的方式,生动地讲解了人口老龄化的现状,上海养老服务体系的建设历程,以及养老服务场所的功能和特点。老人们听得津津有味,不时发出阵阵赞叹。刘阿姨感慨地说道:“我们上海的养老服务还是挺完善的,对我们老年人来说真是太好了。”

活动现场,讲师还为老人们解读了养老服务补贴、长期护理保险申请方式,介绍康复辅具租赁、“银发无忧”保险等服务项目,为老年人及其家属提供了较为全面的养老服务指南。陈阿姨感慨地说:“以前这些政策我们都不懂,今天听了这个讲座,心里一下子就有底了。”

随着“金色晚霞·忆路同行”项目的持续推进,越来越多的社区老年人对认知障碍的早期症状与干预方式有了更深认识,在推动老年认知障碍友好社区建设方面发挥了积极作用。未来,期待更多社区长者的参与,让科学守护银龄大脑,并让每一份银龄智慧都能与时代温情相拥。

**纠错有奖**  
欢迎大家来做“啄木鸟”

如果在阅读本月《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并后台留言,将您发现的问题告诉我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,本期截止日期为2025年5月1日)。本月纠错质量最高的一位读者,将成为最佳“啄木鸟”,并获赠100元的现金奖励;本月纠错质量相对较高的另外十位读者,也将成为优秀“啄木鸟”,并各获赠纪念品一份。

2025年3月优秀“啄木鸟”:  
陆德亮、章毓麟、张冲良、小飞、老叶、风行天下、袁火荣的、早睡早起、oldhill(以上部分为昵称)  
2025年3月最佳“啄木鸟”:  
徐琦

为深入践行积极老龄化与健康老龄化理念,推动上海市老年认知障碍友好社区建设,系统提升长宁区认知障碍照护体系专业化水平,新泾镇在长宁区民政局的大力支持积极开展“金色晚霞·忆路同行”系列活动。4月10日,两场充满爱与关怀的科普活动带着满满的干货,走进社区老人身边,为他们送去了一份特别的“健康礼”。

### 从认知到行动 解锁科学护脑密码

当天上午,讲师以“如何激活大脑潜能?”的互动提问开场,瞬间点燃《健康生活方式与认知症预防》科普课堂氛围。随后的一组详实数据像剥洋葱一般层层剖析揭示了老年人脑健康现状,让老人们直面认识到大脑健康问题。一位70多岁的阿姨感慨:“原来我们老人的大脑这么脆弱啊!以前还真没太

在意这些数字。”

讲师还系统阐释了均衡膳食、规律作息、优质睡眠、适当锻炼这四大健康基石,巧妙结合案例解读其中原理,有些老人惊讶地表示:“原来生活中很多看似平常的习惯,对脑健康有这么高的风险。”

沉浸式脑力训练环节,讲师通过现场示范,手把手教老人脑部锻炼技巧。老人们跟着老师的节奏,认真地做着每一个动作,脸上洋溢着专注和快乐。课程结束后,老人们纷纷表示:“今天学的这些方法太实用了,我回去一定要坚持做,让我的大脑一直保持年轻。”

### 政策照进生活 让暮年更有掌控感

当天下午,崧二居社区活动室学习氛围正浓,一场《养老服务政策与认知症防治资源介绍》专题讲座准时开课。讲师采用视频和案



**与环保同频 享低碳旅行**  
一夜好眠从入住绿色酒店开始

上海中建万怡酒店坐落于虹桥CBD核心地段,紧邻虹桥天地商业中心、国家会展中心及“首位SHOWAY”奥特莱斯,无论是商务出行还是休闲度假,都是您的理想选择。便捷的交通位置让您前往虹桥枢纽仅需短短十分钟车程,畅享顺畅旅途。

酒店以环保之心打造绿色客房:节能照明与智能控温系统,减少能源消耗;多种材质棉床品、可降解洗护用品,亲肤更亲地球。本地食材早餐:减少运输碳排放,唤醒新鲜味蕾。更积极参与绿色活动:每年的地球一小时熄灯活动以及携手“再皂福”团队回收及再造肥皂,不仅能绿色环保,减少资源浪费,还能为贫困孩子预防多种疾病,提高卫生意识,帮助他们健康成长,共筑洁净梦,并得到了“再皂福”团队颁发的荣誉证书。选择绿色酒店,让旅途与地球皆轻盈。

酒店电话:021-60358888 酒店地址:上海市青浦区蟠文路333号