

# 普陀共青团全情助力青年追梦逐梦 打造青年理想生活栖息地

毕业季,莘莘学子怀揣憧憬,寻找开启职场之旅的温暖港湾;春日里,创业者们点燃激情,探索滋养宏图壮志的活力热土……当青年们带着对未来的无限畅想来到普陀,这个充满活力与机遇的城区正以其独特的优势和全方位的支持举措,致力于为广大青年打造追逐梦想、安家立业的理想之地。从落脚到扎根的全周期护航,让不同阶段的青年群体都能在这里找到属于自己的成长路径与生活节奏。

青年报记者 蔡娴



2025上海各界青年统战文化定向公益跑在“半马苏河”公园热力开跑。

本版均为受访者供图

## 初入普陀

### 一张床,一间房,一个家

普陀区以高性价比的居住成本与便捷的通勤条件,成为青年人才扎根上海的优选之地。数据显示,普陀区人均居住面积大,租购房性价比高,且职住平衡优势显著,极大缓解了青年初入社会的压力。

对于刚刚踏出校园的大学生而言,在开启职业生涯时能拥有一个温暖的起点弥足珍贵。2023年,复旦大学上海医学院研一新生温湘祥第一次踏入普陀区的人才公寓,这也是他在上海的首个栖身之所。对于温湘祥而言,公寓里那一张小小的床,成为了他在上海安居的起点。在这里,他感受到的不仅是便捷的交通与优惠的租金,更逐渐让他找到了一种“家”的归属感。

也正是从这张床出发,温湘祥参与了普陀区“校园合伙人365计划”,这也让他深入了解了普陀区在助力青年发展方面所做的诸多努力。普陀区通过“保租房进校园”“青年驿站”等多元服务,为青年破解落脚难题;“青年驿站”还为初来上海的应届毕业生提供单次不超过3天,全年累计不超过15天的免费住宿,同步开发“驿站职通车”项目,开展岗位推介、职业规划、求职能力培训等服务,截至目前,普陀区三家“青年驿站”已经入住青年500余人……

从护航人才发展的全周期出发,普陀已筹措区级人才安居房源10755套,挂牌区级人才公寓16个,打造了市级文化人才社区“中岚居”,努力促成各类人才在普陀安居、宜居、乐居。

在人气十足的青年夜校,许多普陀青年找到了一种不被定义的可能性。目前,普陀区保租房里有近八成住客是青年,他们

通过参加“青年中心+青年夜校”等社群活动,去班味、学本领、拓友圈,同时也找到了遮风避雨的贴心港湾。

## 扎根普陀

### 构筑创业舞台,助力青年发展

普陀区内有16个局级以上的大院大所、2个研发与转化功能型平台、10个国家级科技研发平台、高新技术企业694家,青年创新创业的要素资源丰富。随着沿沪宁产业创新带建设加速推进,一体化区域创新体系为青年研发攻关、创新创业、市场开拓等提供了更多便利。

为助力科创项目成长,普陀区专门设立“创新里”作为青年创新创业孵化基地,提供办公场地租金减免、一对一政策服务等创业支持,目前已经汇聚20余家硬科技企业。同时,成立了创新创业青年人才协会,聚集160余名企业家会员,并促成28个产业链合作项目。

依托普陀人才学院青年分院、上海青少年创新学院普陀分院等育人载体,普陀区积极构建青年人才引育留用“六位一体”培养体系,成功举办了沿沪宁产业创新带创业人才邀请赛,引入

通信研发、芯片设计等新质生产力项目。团普陀区委还通过举办“创青春”上海青年创新创业大赛海外人才专项赛事,吸引了200余个海内外项目角逐。充满活力与机遇的创新氛围,正吸引着越来越多的青年踊跃投身于“海聚英才”等创新创业赛事活动,展现才华,追逐梦想。

获得“创青春”全国总决赛银奖的秦楚汉,专注于深度集成AI算法种植的垂直农业技术研究。他创立的墨泉生物公司通过享受一系列办公租金减免、政策申报绿色通道、人才评定支持等,首批入驻“创新里”,秦楚汉也获评“青年英才”等荣誉,在普陀扎根生长。

三年来,普陀区吸引了近千名青年怀揣梦想纷至沓来,投身创新创业的浪潮。今年3月,普陀区还推出《新引进海内外优秀人才安居专项支持政策(试行)》,以更加贴心、精准的政策举措,为青年人才提供坚实的保障,助力他们追逐梦想,开启诗意图居的美好生活。

## 共筑普陀

### 栖身多元之城,打造梦寐之地

为了让青年更好地融入城

市生活,普陀区构建了丰富多彩的生活与成长支持体系,因地制宜打造滨水型的青年户外休闲社交场所,青年宜居宜业的幸福感持续增强。

第一财经新一线城市研究所副主编车洁龄通过调研发现,普陀凭借自身优势建立起了具有“开敞水岸、高度便利、24小时活力”的特色城市漫游空间。半马苏河公园的滨水空间、TOP中央公园等开敞空间承载了年轻人的活力;咖啡文化节、苏河半马等多项文商旅体会融合的特色活动,点燃了青年的澎湃激情;苏州河龙舟赛、赛艇精英赛等一场场水陆冰共舞的丰富赛事构建起“半马苏河”活力宇宙……未来,普陀还计划在公共空间嵌入共享办公节点与行业社群活动,让青年在漫步中实现成长与社交。

青年需要城区的土壤扎根,城区也需要青年的创意焕活。青年志愿者何伶俐在社区发起了“诗蔬计划”等上百场活动,将老旧小区改造成“可触摸的青春行动场”。这段经历让她坚信,青年不仅是社区活力的“引擎”,更能将“治理”转化为“共治”。

青年与城区的双向奔赴正生动诠释着青年发展型城区的未来图景。当前,正值“十五五”规划推进的关键阶段,团普陀区委还将启动“青春建言十五五”活动,展现普陀青年的智慧和城市生力军的担当。

如何为青年打造理想生活栖息地?普陀的答案,藏在温湘祥从一张小床出发找到的归属感里,藏在秦楚汉逐步实现的创业梦想中,也藏在车洁龄“开敞水岸与24小时活力”的城市蓝图里。这里不仅可以成为青年来沪的“第一站”,更是他们扎根生长、与城共荣的“理想栖息地”。

## ·链接·

普陀区以青年发展型城区建设为抓手,纵深推进青年友好环境营造,切实解决青年“急难愁盼”问题。全区各部门、各街镇联手,聚焦青年创新、就业、安居、健康、文体、婚恋等领域,高质量推出2025年十大服务青年项目。紧密围绕青年实际需求,积极搭建“普陀青年成长服务一站式平台”,将所有服务举措全部“上云”,实现青年诉求“一键直达”。

在区委组织部、区人才工作局的指导下,团普陀区委会同区委发改委、区科委、区人社局、区市场监管局、区房管局等相关单位,专门推出《普陀区支持青年人才集聚发展若干措施(试行)》,聚焦青年人才求职、创业、安居、生活、成长等五大方面的关键需求,让更多青年人才感受到普陀的诚意和温度,聚力推动普陀成为青年“愿意来、留得住、住得安、能成业”的青春希望之城。



青年发展型社区“中岚居”举办各类青年喜爱的社群活动。

