

## 2026年上海共青团圆梦“微心愿”活动如约上线

## 最冷三九天，温暖在成长中回流

“我以后要去医疗资源匮乏的地方医治别人，因为在那里，可能有无数个像过去的我一样需要帮助的家庭。”去年，一名上海共青团圆梦“微心愿”受助学生考上了大学。她始终记得2023年有一位“小鹿姐姐”点亮了自己想要蓝牙耳机的心愿，在感谢信中，她传递公益力量的决心仿佛“种春天”。

2026年上海共青团圆梦“微心愿”活动如约上线，“冬日暖阳，微行大爱”行动将在这个冬天再度传递这座城市的温暖力量。 青年报记者 丁文佳



活动海报。



扫码点亮“微心愿”

一直帮辖区里的孩子圆梦。

在第一年微心愿上门排查过程中，范婷婷发现了失去双亲陪伴的小王（化名）。“他当时还在上小学，居委会接手监护工作，在寒托班和暑托班期间，大学生志愿者带着他一起学习，小王深受鼓舞与带动，后来顺利考入了高中。”高中假期回宝山的时候，小王积极参与暑托班志愿服务，开始向他人传递自己的力量。范婷婷亲眼见证这5年的变化，“看着他从瘦瘦小小长成到现在那么高，每次寒暑假都和我们讲着他在学校的进步，我们发自内心的为他高兴。”

辖区内还有很多像小王一样的困境青少年需要关怀和帮助，每一年“微心愿”更是一次集中关注的机会。范婷婷感叹，“看到孩子们逐渐长大，越来越优秀，越发懂事，我感到安心，也更加领悟到青少年事务社工工作的意义！”

成为为他人“写卡片”的大人

小赵（化名）曾经是助学项目的长期受助学生。她从小与爷爷奶奶生活，初三时爷爷奶奶相继离世，依靠助学款和社会好心人的捐助，她一路考上大学。她记得有一位捐助者在给她寄教辅材料和课外书时，包裹里夹着一张卡片，上面写着：“知识是翅膀，能

带你去任何地方。”这张卡片后来一直被她放在书桌上，像灯塔般引领前行。她开始相信，“困境是暂时的，远方是真实的”。

她渴望成为自己理想中的大人，就是那个能为他人“写卡片”的大人。大学四年，她攻读法律专业，经常拿到校级奖学金。现在已在上海一家律师事务所工作，工作后的第一个冬天，她做的第一件事就是点亮“微心愿”。

2024年，她点亮了一名16岁小朋友梦寐以求的行李箱心愿。2025年，她为10岁小朋友送出一套画笔。今年是第三年，她早已认准了一辆自行车，并酝酿好了留言，“骑它去你想去的地方，以后成为你想成为的人。”

2026年上海共青团圆梦“微心愿”活动现已开启，欢迎扫码参与献爱心，一起为3333颗小种子播下美好愿景，助力他们开出蓬勃的向阳之花。

6大类33品类关注成长需求

自2021年上海共青团开展圆梦“微心愿”活动以来，冬日暖阳开启了新篇章。从2022年至2025年，3333个心愿年复一年接力，其间共有16043名困境青少年通过这一渠道，感受到来自社会大家庭的善意和温暖。

在今天的3333个“微心愿”里，有足球+文具套装、错题打印机、儿童电话手表、取暖器、床上三件套等，也有新增的国家地理书籍、轻便自行车等6大类33个品类的心愿礼物供青少年选择。

这5年的“时光胶囊”里，“微心愿”像一个个有记忆、有成长的“生命体”。每一年冬天的相聚，都为这棵“公益大树”增添一圈年轮。它见证着受助者的成长，也见证着善意的累积与传承。

比起以往1月1日的上线时间，今年有点特殊。1月9日是三九天，而三九天是一年中寒气最深、万物蛰伏的时刻。在最冷的时节，播下心愿的种子，它可能只是一床冬被、一台取暖器、一个书包……这些心愿不宏大，却无比具体又真实。

在心愿中见证孩子成长

今年是宝山区的社工范婷婷从事青少年工作的第13年，从“微心愿”活动第一年开始，她

人才政策  
“直播带货”

创新形式展现静安生态

当人才政策成为直播间里的“爆款好物”，会碰撞出怎样的火花？1月7日下午，一场别开生面的“直播带货”在静安国际会客厅火热开播。静安团区委以青年喜闻乐见的直播形式，在线推介区域发展机遇与人才礼遇，并集中发布第八期“静英”青年英才开发行动等八大品牌项目。

青年报记者 范彦萍



活动现场。

受访者供图

活动打破传统会议模式，以青年喜闻乐见的“直播带货”形式贯穿始终。两位青年主播以“上好物、上链接”的生动互动，将静安的人才政策、发展平台与城市礼遇作为“静安好物”向线上线下同步推介，瞬间点燃全场热情。

静安团区委副书记徐静在“直播间”致辞，她表示，青年是最富活力、最具创造力的群体，是经济建设与社会发展的先锋力量。静安将持续优化人才政策与服务体系，让青年在静安安身、立业、安心。

“直播”第一篇章聚焦青年

人才培养。青年英才们自编自导的情景剧《我与静安共成长》，多维度展现了静安为青年提供的“安居—拓界—赋能”阶梯式支持体系，彰显了静安打破边界、助力创意落地的肥沃土壤。群像演绎的《City walk》通过连线场外体验官，带领观众“云打卡”Lab812青年引力场、苏河湾万象天地、大宁美创静界、市北高新园区四大青年发展点位。

现场，与会领导为第七期“静英”学员颁发结业证书，标志着又一批青年英才在静安顺利完成赋能之旅。

活动第二篇章庆祝静安青

联成立一周年。幽默的默剧《青联履职记》通过八幕场景生动展现委员们的成长历程。随后的TED演讲《我为静安献一计》中，青联委员以“问题导向+专业深耕”开展系列深度调研，形成可落地的解决方案。

当天，团市委副书记、市青联主席邬斌，静安团区委副书记徐静等领导共同发布了“筑梦静安·青春建功”行动，聚焦青年发展型城市建设，集中发布“第八期‘静英’静安青年英才开发行动”“青春友好一站式服务平台开发行动”等八大系列品牌项目。

长宁区部署“十五五”青年发展重点任务  
计划筹措50套青年驿站房源

青年报记者 陈嘉音

本报讯 昨日，长宁区青年工作联席会议全体成员单位会议暨长宁区青年发展型城市建设工作推进会顺利召开。会上，长宁区青年一站式服务平台寒托班系统焕新上线。同时为更好助力青年安居，区人才局、区房管局、团区委将在未来五年内积极筹措50套青年驿站房源，缓解来沪求职青年的居住压力。

会议盘点了“十四五”时期全区青年工作成效，谋划部署“十五五”时期青年发展重点任务。区委副书记岑福康对各成员单位推进青年发展型城市建设工作取得的成绩表示充分肯定。聚焦“十五五”开局，会议强调要在落实青年发展规划上有实招，各成员单位要聚焦青年发展专项规划发展蓝图，强化工作机制，强化政策供给，强化氛围营造，推动长宁青年发展事业再上新台阶。要在建设青年发展型城区上务实功，贯彻落实青年优先发展理念，凸显长宁工作特色，着力打好青春经济首发牌、打响幸福人生特

色牌、打造青年人才国际牌，把青年发展型城市建设落地为青年可感知可及的城区口碑。要在解决青年急难愁盼上见实效，落实好小学生爱心暑（寒）托班、“追光小屋”等民生实事项目，扎实推进青年驿站扩容升级，关切好安居、婚恋、就业、身心健康等青年“急难愁盼”诉求，让青年有实实在在的感受度获得感。

团市委副书记徐豪围绕促进青年高质量发展提出三点要求：要坚持战略引领，激励青年服务中心大局。要优化成长环境，扎实推动青年高质量发展。要深化机制协同，健全完善青年工作格局。

会议发布了“十五五”期间长宁区青年发展“十全十美”重点项目。未来五年，长宁区将聚焦青年成长成才关键环节，系统构建“十全十美”的发展蓝图，着力营造“十全发展环境”。

会上，长宁区青年一站式服务平台寒托班系统焕新上线。该系统打通线上支付渠道，实现家长在报名阶段“一次都不用跑”，更加便捷、高效、有温度。