

链动沪宁，潮起苏河

解码普陀的青春方程式

站在“十五五”新起点，团普陀区委以主动服务沿沪宁产业创新带建设为战略牵引，串联“半马苏河”核心轴线，激发青春经济新活力；深化桃浦等重点地区发展，打造青年宜居宜业新场景。从赛事遴选到跨城链接，从夜校流量到街区“留量”，普陀正以全周期服务持续优化青年发展友好生态，着力打造“沿沪宁青年协同创新地、苏河畔青年潮流引力场”，让青年与城市在双向奔赴中共同成长。

青年报见习记者 王馨怡

青春
为中国式现代化挺膺担当

聚势沿沪宁 护航青创路

在普陀创业的青年，能链接的不只是上海本地资源，更是沿沪宁产业创新带上的广阔生态。

团普陀区委牵头成立沿沪宁产业创新带青年协同创新联盟，与沿线八市团委共同签署合作备忘录；联合区科委、区人才工作局发布科创企业“种子计划”，专注“投早投小”，托举更多青年创业项目跑好“第一步”；依托“创青春”专项赛、沿沪宁创业人才邀请赛、“青创圆桌π”等平台，构建起覆盖青年创业全周期的服务网络。

围绕普陀区“十五五”规划以“1+2+3”为主体的现代化产业体系蓝图，团普陀区委积极发挥党建带团建作用，推动青年工作深度融入区域经济发展大局。一方面，助力做强1个万亿级大宗商品贸易平台，牵头组建“大宗青年汇智团”，凝聚金融、法律、税务等领域的青年才俊，将“青春智库”的调研成果转化成为供应链产业体系建设的现实动能；另一方面，聚焦培育新质生产力，深耕智能信息、数智健康2个千亿级主导产业，数字广告、科技服务、科技金融3个百亿级新兴赛道，为青年提供坚实支撑。

“对于希望在上海创业的年轻人来说，普陀是一片能让梦想生根发芽的沃土。”深耕智能康复医疗赛道的智康机器人创始人徐培麒说。2022年落地普陀孵化以来，他在青创圆桌π“AI+医疗”主题沙龙上结识了知名医学专家，也对接上苏州的器械合作方，正推动脑机接口产品联合研发；参加沿沪宁创新创业青年研修营，更让他打通了从商业计划书到融资谈判的实战路径。

如今，智康上肢康复机器人已走进华山医院等上百个

医疗场景，造福上千名患者；公司更于今年初获主板上市公司控股。其供应链已链接南通、常州等地，产品率先在沿沪宁城市的养老机构与医院落地应用，并逐步拓展至全国。

徐培麒的故事正是普陀陪伴初创项目成长的缩影。近年来，普陀区不断丰富高质量孵化载体。作为普陀区“种子计划”的实体化平台之一，“博创楼”正为沿沪宁城市的初创科创企业提供“拎包入住”办公环境与综合政策支持。此外，依托“普陀人才学院青年分院”实体化运作，团普陀区委构建起覆盖500余名青年的梯队式、动态化人才库，全区35岁以下青年人才已占人才资源总量近四成。从赛事遴选到平台孵化，从能力研修到跨城链接，普陀正以全周期的服务生态，将长三角的产业势能转化为青年建功立业的动能。

弄潮苏河畔 激活新引擎

21公里苏州河普陀段，是城市的文化客厅，也是青年奔涌的活力场。团普陀区委立足“半马苏河”核心轴线，创新探索“青年中心+青年夜校+青春经济”三合一发展路径，让青年从单纯的消费者，转变为青春经济场景的创造者。

今年一季度，普陀青年夜校教学点增至27个，覆盖全区10个街镇的24个青年中心，围绕思想引领、职业发展、城市融入、品质生活四大矩阵推出43门精品课程。“出门就能上课，下班即可充电”正成为越来越多普陀青年的生活节奏。

今年春季班紧跟潮流的“拼豆”课程一上线便报满。马利色彩青春彩绘等夜校课程，更是有效将“学习力”转化为“生产力”，有学员将脸彩技艺带到大型活动现场开设“脸彩小铺”，实现技能变现。面向快递员、网约车司机等新就业群体，夜校还试点“保险政策解读”等专属课程，打造服务新兴领域青年的温馨港湾。

夜校聚起的人气，正化作经济活力向周边街区蔓延。



上海青年夜校年度大展“青春经济潮聚场”活动现场。

受访者供图

以鸿寿坊的青春小店为例，受周边夜校开办带动，原本晚间略显冷清的烘焙店几个月来订单量逆势增长了50%。

这套活力网络，也成为许多青年主理人扎根普陀的底气。十年前跨界投身非遗的傅夏，将中式传统织绣工作室开在苏州河畔。去年在市级青年职业技能大赛中获奖后，团普陀区委主动对接，助力其非遗项目频频“破圈”。她的作品不仅亮相上海青年夜校年度大展，其苏绣花朵台屏还入选了今年上海国际花卉节的特别展品。

“从最初的一间小工作室，到现在拥有了源源不断的展示舞台。”傅夏的感慨背后，是团普陀区委精心构建的青春经济服务生态：实体化运行的“青春经济服务联盟”整合MCN机构、探店主播、楼宇助企等资源，为青年主理人提供从孵化到推广的全链条支持；今年3月启动的“潮起普陀·青年主理人计划”面向全区公开举荐青年人才；“青春助企服务团”则将开店咨询、政策解读、融资对接等服务直接送进商务楼宇，打通助企惠青的“最后一公里”。

从点亮夜生活的“夜校流量”到激活街区活力的“经济

留量”，半马苏河的青春潮流符号正在不断生长。

扎根智创城 筑造安居梦

作为普陀青年安居与创新承载的重要空间，桃浦智创城历经十年转型升级，正从上海的“工业西大堂”蜕变为“沿沪宁创新协同示范区”。依托智创TOP产城综合体，持续集聚优质科创资源和重点机构；依托TOP中央公园，不断提升城区生态品质；围绕教育、康养等公共服务配套，持续增强城市综合承载能力，桃浦智创城正以“产城融合”之势，吸引青年人才扎根筑梦。

在提升产业承载力的同时，一张青年安居网络也同步铺开。位于桃浦片区、毗邻智创城的“沿沪宁青年驿站·和欣公寓”，为来沪求职青年提供了便捷暖心的落脚选择。

“家人都不敢相信，真的可以免费住十多天。”来自西安的应届毕业生周乐璇回忆，四月中旬，她只身来沪求职，在网上提交申请后，两天内便获批入住。“家电齐全，公共区域还免费提供熨斗和打印机，真正实现了拎包入住。”入住期间，她顺利入职施耐德电气实习，“步行3分钟到地铁站”的通勤条件，也让过渡期更加

从容。

作为上海首批青年驿站之一，和欣公寓今年迎来了提质扩容，房源翻倍至30间，单次免费入住最长达15天，现已累计服务超1500人次。与此同时，坐落于智创城核心区的西部乐巢·智和苑、中环桃乐居、金光景庭等2000余套高品质保租房也已集中入市，为青年从“过渡落脚”到“安居扎根”提供有力支撑。

围绕青年发展型城区建设，团普陀区委持续完善青年安居、就业支持、生活服务和社会参与等配套体系，推动青年驿站从单一住宿空间向综合服务平台升级。通过联动区人社部门将模拟面试、求职辅导等服务送入驿站，打造“24小时年轻力单元”拓展青年生活服务场景，结合青年议事厅等载体织密“青春共治网”，进一步提升青年在普陀就业创业、生活融入和社会参与中的获得感。

从“一张免费床”“一套人才房”到“一座活力城”，普陀为青年提供的，不仅是安身之所，更是同频共振的发展舞台。当越来越多的年轻人选择在这里落脚、扎根，普陀正汇聚起强大的青春动能，共同描绘出最生动的未来。