

从买房避坑到水电维修

“青春助企服务团”定制课包陪伴青年安居浦东

4月27日，浦东青年夜校春季班第二期火热开班，快节奏的选修课点燃了更多青年“破圈”“尝鲜”的热情。其中，在新上线的270门课程中最引人注目的，莫过于浦东各委办局“青春助企服务团”的联合上新，这款定制课包将服务进一步下沉到青年的各项生活场景。

青年报记者 冷梅



年轻人在夜校课程中学习烹饪。

青年报记者 吴恺 摄

由浦东公安分局团委出品的“体能技能与力量强化训练”凭借硬核内容，再度登上人气榜首——课程上线仅2秒便被抢空，堪称“秒光”。与此同时，浦东新区卫生健康委团委精准捕捉到当下青年对体重管理、中医养生等健康话题的关注热点，精心设计了“健康充电站”体系化课单，一口气推出8门专业课程，帮助青年为白天的“满格奋斗”充电蓄能。

“‘手把手’系列是浦东‘青春助企服务团’的王牌产品，我们在第二期再度升级、扩容。”团浦东区委相关负责人介绍道。据了解，此前热度爆棚的“手把手教你开一家青春小店”这一期会走进6个办班点，授课地点也更具看点——不仅有EKA·天物

的一尺花园，还有长期坚持公益的梦工坊咖啡吧。

在“老牌爆款”的基础上，团浦东区委还联合区规划资源局、人社局、税务局、综合执法局以及新兴领域行业团组织，共同推出了全新的“手把手带你安家浦东”系列课程，为青年在浦东的扎根之路提供全程陪伴。

“这是我们第一次在青年夜校开课，没想到报名这么火。”浦东新区不动产登记中心工作人员向格曼介绍道，他们推出的“手把手带你安家浦东（房产新策与交易流程）”，上线不到两天便火速满额。记者发现，在“安家”系列的首批13门课程中，热度大多绕不开一个“房”字，由浦东房地产经纪行业团组织推出的“买好房技巧”“租好房技

巧”“装好房技巧”的课程人气持续走高。来自链家团委的金牌讲师刘小华介绍道：“我们专门为青年夜校准备了课件，重点总结了真实‘踩坑’案例，帮助青年直观‘避坑’。”

在此基础上，浦东新区医保中心团支部在浦发玉盘社区开设“医保实操”，张江镇团委在玉兰香苑社区开设“水电维修”，上钢新村街道团工委在璟耀社区

开设“一荤一素快手菜”“三荤三素快手菜”等生活技能类的“安家”系列课程，同样广受好评。“没想到老师会用职业技能考证的标准教我们，特别专业”，学员Leo边煎着鸡胸肉，边笑道，“更没想到青年夜校能有这么浓的‘烟火气’——灶上的热气，就像浦东对我们的热情。”

“从‘企业’到‘青年’，从‘创业’到‘生活’，青年夜校正成为

全方位服务青年发展的新触点。”团浦东区委相关负责人介绍，目前浦东青年夜校已整合各委办局“青春助企服务团”资源，形成体系化“课包”，第二期课程多由办班点“点单”后精准配送。下一步，浦东将依托动态评价体系，适时调整课程结构，不断扩容“刚需”课程，让青年在浦东既能“闯”得起来，也能“安”得下来。

让青年友好场景看得见摸得着

宝山发布青年发展型城区“5+2”重点项目

青年报记者 刘春霞

本报讯 昨日下午，长滩音乐厅内青春涌动、歌声嘹亮，以“五四扬帆活力城 声动宝山正青春”为主题的港口青春五月歌会在这里举行。团市委一级巡视员、市少工委主任、市少先队总辅导员赵国强，上海大学党委副书记、副校长胡大伟，宝山区委副书记陆奕绎，副区长薛飒飒，区政协副主席章宏斌与全区各界优秀青年代表、13所高校学生代表等600余人齐聚滨江之畔，共同见证宝山青年发展型城区建设的新成果、新行动、新蓝图。

活动现场，宝山发布了青年发展型城区“5+2”重点项目。其中，“五个一”——一套指标体系、一批青年活动载体、一批青年人才服务、一批青年实项目、一份青年发展白皮书，从顶层设计到落地服务，为青年友好城区画出了清晰路线图。而“两个示范街镇”——友谊路街道和庙行镇，一个主打“产城融合实力派”，一个专攻“小空间大活力体验派”，让青年友好场景看得见、摸得着。

同时，“宝山×高校助力青年发展型城区建设新一轮行动”也正式启动，两大板块、十项举措，全面牵手复旦、交大、同济、上大等20余所高校。从



青春集市场场。

受访者供图

“招才进宝”实习实践，到“青创0.1”创业孵化；从“青春主理人”培育，到“活力滨江”文体项目共创……全链条为青年成长赋能。随着新一轮行动正式起航，校地合作也迈入更紧密的新阶段。

当天，两个在宝山创业的年轻面孔分享了他们的热血故事。模玩熊的周田申，把二次元热爱做成事业；洋芯科技的任林涛，上大毕业后扎根宝山搞科创。一个代表“兴趣驱动的文化消费经济”，一个代表“科创引领的初创经济”——这是青春经济的两种典型打开方式，也是“青年在宝山更有为”的最佳注脚。

与此同时，青春生活季正式官宣！从4月到6月，港口青春五月歌会、南大音乐节、滨江松弛生活节、城市公益跑……几十场活动将席卷宝山全域。

作为新一轮行动和青春生活季的重磅项目，港口青春五月歌会当天率先点燃舞台。来自13所高校的学生代表与上海大学玉兰学生艺术团追梦合唱团，共同唱响《春泥》，歌声里满是青春的力量。

活动当天，长滩音乐厅外的下沉式广场秒变“青春集市”。25个特色摊位集结了百诺巧克力、至本等深受年轻人喜爱的本土品牌，还有上大学生社团的非遗手作、汉服体验等活动。

育音堂焕新业态，贝果小店落地生根 长宁“青十条”支持政策升级

青年报记者 陈嘉音

本报讯 去年，团长宁区委成立了“宁青创潮”青春经济共生体，涵盖十余种业态，首批近70家青春商家率先加入，其中有6个商家成为特色商家。今年，育音堂、每日贝果、上森 senpop 等14家特色商家成为新一轮青春经济特色商家。记者发现，2025年“青十条”也迎来了新一轮支持政策升级。

昨日下午，“奋斗的青春最幸福”——长宁共青团主题团日活动在长宁文化艺术中心举行。会上，长宁区为企业代表送上专属服务包，进一步壮大青春经济集聚发展势能。

在长宁，有一家经营20载的上海“Live House鼻祖”育音堂。今年初开始试运营的育音堂新空间，已不再是单纯的Live house。主理人老路将其打造成一个“音乐小镇”式的综合体，包含三个演出场地、一个音乐酒吧俱乐部、共享厨房、文创餐饮街等多元业态。

老路坦言，这个想法酝酿了两三年，“原来场地分散在不同的地方，成本高，观众有时候没演出就进不来”，所以他想要做一个“社交平台”和“音乐社区”。

如今，育音堂成为“宁青创潮”青春经济共生体的特色商家。“育音堂开了20年，来的永远都是年轻人。”在老路看来，育音

堂与长宁区青春经济有着天然的契合点。同时年轻音乐人也需要交流平台。除了实体场地，他们还推出了直播频道，每月有80多位来自全国甚至全球的音乐人报名。

艺丰中心大堂里的美味贝果，已经成为附近白领每天的期待。2024年9月，赵霖在天山路街道的时尚艺术新地标艺丰中心开了第一家“每日贝果”，如今已在上海拥有4家商场店和2家园区店。

第一家店为什么选在长宁开“首店”？“长宁是我的福地。”赵霖直言，金虹桥商圈年轻人多、人流大，拼多多等企业陆续入驻，商圈活力不断增强。更重要的是，“长宁区给了‘360度’的扶持，帮我们曝光、订团餐甚至引荐银行融资”。

今年，她的目标是开到10家店，3年到5年内希望在上海开出30家。

活力涌动的青春经济生态，离不开政策的精准赋能。在2025年“青十条”政策基础上，长宁区青年工作联席会议办公室加强与重点产业部门政策衔接，形成了新一轮支持政策升级版——支持条款从10条扩展至15条，参与部门从12家扩大至20家，服务类别从5类升级为6类，涵盖政策保障、场地赋能、人才培育、政务服务、金融服务、宣传支持六大方面。