



2024年，  
金色梦想家从几个人的展望  
成为了一群人的生活。

我们在几月相遇？  
又以何种方式相识？

让我们一同回望这段旅程，  
重温那些难忘时分！

# 2024年 金色梦想家 纪念集

1月

## “小蓝花”市民中心启动仪式



2024年1月11日，“小蓝花”市民中心正式揭幕，成为金色梦想家公益项目运营的第一个线下空间。

## 网络达人夸利亚Qualia做客《数字人生》



1月末，金色梦想家联合小红书，邀请网络达人夸利亚Qualia来到《数字人生》课堂，与乐龄长辈一起体验、探讨新科技，鼓励更多年轻人帮助家中的长辈走近数字前沿。

2月

## 《精彩人生故事》新年聚会



2月，《精彩人生故事》20余位学员聚会“小蓝花”市民中心，彼此分享新年礼物，感恩因这门课程相遇，畅想未来发展。

3月

## 雷锋公益共创集市



3月5日，“小蓝花”市民中心举办学雷锋公益共创市集。

江苏路街道慈善超市开展了义卖、社区医院举办义诊、街道驻地官兵为市民理发，吸引了大批居民参与。

## 首个《数字人生》一阶课程开班



3月，“小蓝花”市民中心的第一个《数字人生》一阶课程开班！20余位社区长辈学用手机，一起乐享数字时代。

## 《精彩人生故事》引导员培训



3月18日至21日，第一期引导员培训顺利举办。首批26位引导员志愿者使用真爱梦想研发的《引导员手册》完成了培训。

## 《金色去远方》完成南屏村首次出行



3月27日至29日，联合昊求文化开展的《金色去远方》完成了首次出行。首批金色营员踏上了前往安徽黄山黟县南屏村的旅程，在旅程中深度分享和互动。

4月

## “爱之物——我与祖辈的旧时光”活动



4月1日和15日，50余名来自江苏路街道的小学生与他们的祖辈参与了“爱之物——我与祖辈的旧时光”活动。

孩子们和他们的祖辈分享老物件的故事，并进行艺术创作。作品后续在“小蓝花”市民中心展出。

## “金色乐龄”社区服务场景创新座谈会



4月2日，联合上海壹棵松公益基金会顺利主办“金色乐龄”社区服务场景创新座谈会。

## 分享·爱上海慈善晚宴



4月13日，金色梦想家项目受益人和志愿者联袂登台，为金色课程活动筹措善款。

## 首次《数字人生》讲师志愿者培训



4月24日，首批《数字人生》一阶课程讲师志愿者完成了技能培训，成为社区公益课程储备力量。

5月

## “爱之行——安全嘉年华”活动



5月4日，“爱之行——安全嘉年华”活动为社区居民普及急救与安全知识。



来自江苏路街道利西居委和西浜居委的40余名居民参与，通过本次活动，更好地保护自己 and 身边人。

## 《数字人生》二阶课程试课



5月24日，《数字人生》二阶课程开启研发后的第一次试课。课后，大家群策群力，一起分享感受、总结经验。

## 安全防护课程试课



5月30日，针对乐龄人士的安全防护课程顺利开展，帮助乐龄人士学习安全护理与自我保护，提升居家出行的安全系数。

## 台积电(中国)有限公司企业志愿团顺利结课



40余位台积电(中国)有限公司企业志愿团完成了《数字人生》一阶课程的执行，成为了首个金色志愿团。

6月

## 端午公益市集



6月7日，举办了端午公益市集。我们和居民们共同策划组织端午集市内容，一起制作艾草香囊和花束，在市民中心欢度传统佳节。



## “小蓝花”成为第18届上海老博会分会场



6月12日至14日，全国的养老行业专家们汇聚在上海，参加第18届上海国际养老、辅具及康复医疗博览会。其中一些参与者来到位于上海市中心的长宁区江苏路街道，参观老博会的分会场“小蓝花”市民中心，交流运营模式。



## 长宁区mini鹅&小蓝花音乐疗愈嘉年华



6月30日，长宁区mini鹅&小蓝花音乐疗愈嘉年华在“小蓝花”市民中心举办。

7月

## 金色志愿者参与梦想教练计划



4位金色志愿者参与了梦想教练计划，在暑期走向偏远地区的校园，用公益力量支持一线教育工作者。

## 青少年西井科技职业体验研学顺利开展



7月18日，在江苏路街道的支持下，联合上海西井科技股份有限公司，开展了“青少年职业体验研学”活动，带领28位参与活动的小中学生认识自己、了解职业、走入企业、规划未来！

## 爱之影x故事商店特展



7月27日，“爱之影x故事商店”特展在愚园路故事商店正式拉开帷幕。



10余幅“爱之影——喜欢社区的理由”摄影征集中的优秀作品在特展中展出。同时，“金色梦想家@‘小蓝花’市民中心”公益项目也在特展中与市民、游客见面。



## 金色梦想家首个居民自组织社团——“大家一起‘八段锦’”第一期完课



由《数字人生》学员奚敏阿姨组织的第一期“八段锦”社团于7月29日完课。第二期将在8月继续！

“明日”

## “大家一起下围棋！WOW！”社团启动



在许叔叔的组织下，7名爷叔成立“小蓝花”围棋社，每周与社区中的老老少少一同切磋棋艺。

## “大家一起下象棋！WOW！”社团启动



在围棋社的启发下，象棋社拉开帷幕，开始每周一次的活动。这是由居民俞叔叔自组织的兴趣小组。

## 复旦医学院健康小讲堂顺利开展



8月29日，上海真爱梦想公益基金会邀请复旦大学上海医学院专家来到“小蓝花”市民中心，通过定期开展系列公益健康小讲堂，为江苏路街道的居民带来健康知识。

## 上海市养老服务行业协会参访与专题会议



8月8日，由长宁区民政局和上海市养老服务行业协会共同主办，江苏路街道、协会认知症专委会以及上海尽美长者服务中心承办，得到了太保蓝基金会的支持的“阿尔茨海默病治疗新希望”专题研讨会成功举办，汇聚社会各界力量，深入探讨认知障碍照护服务的未来发展方向，并给予认知症患者及其家属更多希望和关爱。



9月

## “金色乐龄”社区智库系列2024上海秋季座谈会



9月4日，“金色乐龄”社区智库系列2024上海秋季座谈会隆重召开，探讨国际视野下全龄友好社区的探索与实践。

## 社区志愿者支持久久公益节募捐



9月5日，金色梦想家发起久久公益节筹款活动。短短4天，我们一共收到来自975人次总计7874.4元的爱心捐赠。感谢社区志愿者发起“一起捐”、支持募捐，以及所有捐赠者的爱与鼓励！

## “爱之迹——中秋古风市集”活动



9月13日举行了“爱之迹——中秋古风市集”，设置扇韵流光、“芳”香花“圆”、汉服体验、金色小铺和口腔义诊等多个摊位，吸引了周边40余名市民前来参与，5名市民志愿者参与活动志愿服务。

## “友好‘拾’光·‘忆’起守护”——上海市“921”老年认知障碍关爱主题活动顺利举行



9月21日，由上海市民政局主办、长宁区民政局承办的“友好‘拾’光·‘忆’起守护”——上海市2024年“921”老年认知障碍关爱主题活动顺利举办，标志着上海市在老年认知障碍预防和干预方面迈出了更坚实的一步。金色梦想家支持了本次活动的举办。

## “‘愚’见美好 乐享和美”“敬老月”启动仪式



9月29日，江苏路街道携手真爱梦想在“敬老月”启动仪式上发布“金色梦想家”系列课程、金色志愿者计划等，帮助社区乐龄实现老有所学、老有所乐、老有所为。

## “大家一起做手工！WOW！”社团成立



“手工社”正式成立！金色梦想家还在社区中发布“下个兴趣小组你来整”社团发起者招募海报，收获到了居民们的报名，希望成为活动带领人。

10月

## “大家一起唱唱歌！WOW！”社团成立



一次金色梦想活动之后，居民们意犹未尽，自发开始合唱。于是，“合唱社”成立了！每周伴随琴声，一起唱唱歌。

## 社会创新设计课程工作坊暨全国联合毕设调研



10月15日，东华大学师生来到“小蓝花”市民中心，根据日常运营，设计室内以及周边的设施和活动。期待他们的毕业设计能启发未来的运营工作。

## “金色晚霞‘忆’路同行”项目启航



10月17日，第一场“金色晚霞‘忆’路同行”项目的活动在新华路街道启航，推动上海市老年认知障碍友好社区建设，提升长宁区认知障碍照护服务能力。

## “未来已来，触手可及”西井科技自动驾驶小讲堂



10月25日，上海西井科技股份有限公司社区乐龄长辈带来了一场自动驾驶科普小讲堂，作为《数字人生》的延展。

活动中，大家探讨了自动驾驶为没有驾照的群体带来的便利以及可能涉及的伦理、法律议题。

## 《数字人生》二阶课程研发评审会



10月29日，真爱梦想创始人潘江雪、试课讲师吴坤超、剪爱公益培训主管贺嘉安、试课学员（原华师大二附中党委副书记）蒋建国、真爱学院副院长温育灵与金色课程组参与了评审会，对《数字人生》二阶课程提出了第三轮修改建议，对课程研发做评审通过。

11月

## 《阳光乐龄》老年心理健康专项课程研发



11月，与上海大学团队对阳光乐龄课程定位讨论，并且形成《阳光乐龄》一阶课程大纲。

## “上海交大安泰人才协会公益志愿者服务基地”揭牌



11月3日，金色梦想家作参与上海交通大学安泰经济与管理学院“火花拾年·寻光”论坛，现场揭牌，将“小蓝花”市民中心打造为上海交大安泰EMBA人才协会公益志愿者服务基地。

## “金色晚霞‘忆’路同行”启动仪式



11月8日，在长宁区民政局的大力支持下，“金色晚霞‘忆’路同行”项目正式在“小蓝花”市民中心启动。

## 崇明区域桥镇《数字人生》课程启动仪式



11月29日，真爱梦想联合太古集团，在崇明区域桥镇启动《数字人生》课程，相关领导为崇明“金色梦想课程——数字人生”公益项目、《数字人生》课程志愿者服务基地揭牌，为志愿者代表颁发公益项目证书。

12月

## 《阳光乐龄》老年心理健康专项课程研发



12月7日，连同上海大学团队与香港大学林一星教授交流《阳光乐龄》项目进展，探讨实施路径。

## 记忆咖啡教室毕业典礼



记忆咖啡教室的学员在毕业典礼上制作咖啡，与市民中心附近的咖啡店店长分享他们的温暖。



在过去的一年  
我们在“小蓝花”市民中心  
开展106场金色梦想课程

联合**10家**公益伙伴  
举办32场乐龄社区活动  
18场主题式代际交流活动  
以及97场认知症专业服务

培育**5个**乐龄自组织社群  
服务金色受益人**5179人次**

通过118场志愿者赋能活动  
培育10个企业志愿团队  
与**270+位**金色志愿者一同工作  
志愿服务时长累计**2660小时**

我们促进政府、企业、社会组织 and 高校合作  
提升社区长辈身心健康、社会参与和终身学习  
与国家积极老龄化政策相呼应  
让社区长辈享有幸福、有尊严的晚年

这离不开  
**20位**天使捐赠人的支持！

2025年  
让我们继续相聚——

