

社区业务 3月简报

共建“一老一小”全龄友好互助社区

2025.4

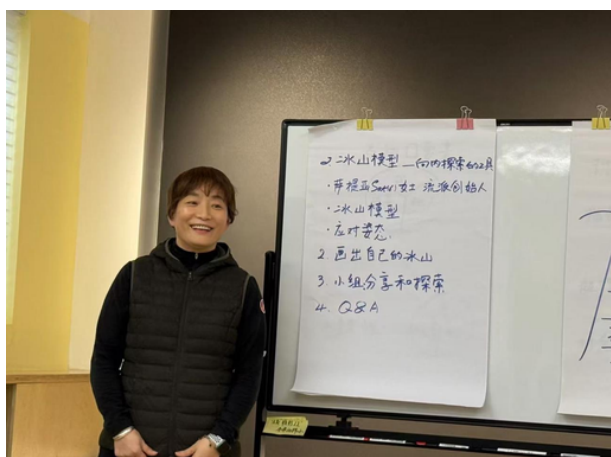


一、金色梦想课程与活动执行

《精彩人生故事》引导员赋能沙龙

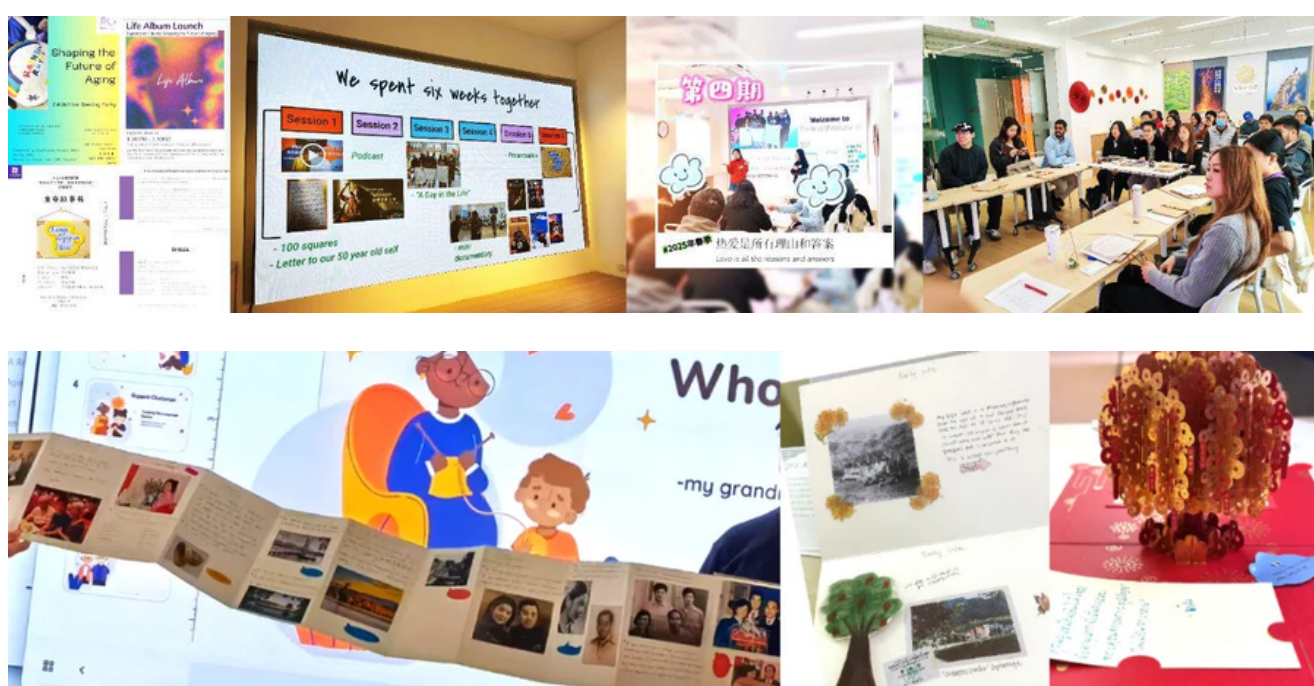
3月7日，2025年第一场《精彩人生故事》引导员赋能沙龙在江苏路街道“小蓝花”市民中心开展，二班学员冀红带来了《萨提亚-冰山模型》，有14位引导员参加。

大家分享了2024年参加《精彩人生故事》中那些深刻和感动的记忆，也期待2025年更多的提升自己的专业技能，大家通过《萨提亚冰山模型》更深进行自我内在探索，并学会倾听他人内在的需要，在未来课程中更好理解学员。



《精彩人生故事》学员社群活动

3月19日，“小蓝花”市民中心迎来了11位上海纽约大学的留学生，由上海纽约大学交互媒体与商学艺术助理教授袁雁悦带领的《体验设计工作坊：共创未来老龄社会》的学生来到“小蓝花”市民中心，学习和了解金色梦想家的引导人生回忆的《精彩人生故事》课程，和乐龄学员互动和分享，展示他们为家中祖辈或年长的家庭成员设计制作的“生命故事书”，记录Ta们的故事、回忆和智慧。



真爱学院校长定制版《精彩人生故事》顺利执行

春意盎然的三月21至22日，《精彩人生故事》10班在上海真爱梦想教育进修学院开展，支持“2025年梦想校长变革营志愿者工作坊”。这里有项目组的伙伴，和来自社会的专业培训师，还有梦想中心的校长们21位伙伴作为梦想校长变革营的讲师和助教齐聚一堂，让他们深入体验了“精彩人生故事”，看见和理解彼此作为教育人的经历，建立深度联结，团队的凝聚力也在悄然凝聚。



“春风十里、芳华如你”妇女节活动

3月8日，福寿园来到“小蓝花”市民中心，为社区长辈带来了一场永生花制作活动。



黑池序列舞体验活动

3月28日上午，江苏路街道“小蓝花”市民中心联合上海黑池舞蹈交流中心为社区乐龄群体带来了一场别开生面的黑池序列舞公益体验课。本次活动以“百年古典序列舞——宫廷滑步舞”为主题，吸引了众多乐龄人士参与，大家在轻松愉悦的氛围中感受了欧洲宫廷舞蹈的优雅魅力。





二、金色梦想课程研发与引进

《精彩人生故事》创新研发面向团体的课程版本

3月21至22日，上海真爱教师进修学院“校长变革营”的志愿者工作坊中带来二天《精彩人生故事》，这是《精彩人生故事》第一次面向团体开展，开展时间从过去的8周调整2天，课程目标中修改了个人目标，并补充并聚焦团体目标，通过梳理个人生命历程，增强自我认同感，深度探索内在价值观；促进参与者深度联结，团体融合和彼此支持。基于活动时间，进行了内容的调整和迭代。

涟漪行动-创新资助赋能工作坊

三、金色志愿者

《精彩人生故事》社群

在志愿者Lily的支持下，组建《精彩人生故事》毕业生活动社群。项目组还参与了腾讯公益涟漪计划工作坊，共创社群筹款活动。



“小蓝花” 自组织社群运营



支持现有兴趣社团完成规则确认、保障运营：为手工社创建手工社公益资金池，并开始记账；为合唱社完成第二册编辑和制作。

腾讯公益深圳工作坊

参与腾讯公益中等额度捐赠人深圳工作坊，探讨中等捐赠人画像，产出捐赠人体验活动筹款活动MVP v1.0。4月3日，将举办第一次线下社群活动，探讨如何将捐赠人体验活动筹款活动MVP v1.0与社群活动相结合。





四、金色梦想家

金色梦想家@长宁“小蓝花”中心



3月4日，咖啡教室邀请了咖啡师张宇，为市民开展了“意式咖啡制作与品鉴”活动，并展示了拉花的技巧。

市民在活动中了解了咖啡豆的基本区别，品尝了不同风味的咖啡，也亲自动手制作了一杯美式，部分市民在咖啡师手把手的指导下体验了拉花的手法，整场活动在轻松愉快的氛围中结束。

3月5日，联合利西居委和周边爱心部队和商户一起，开展了学雷锋活动，包含了理发、法律咨询、社区医疗服务、银行服务等，让居民在家门口感受到来自全社会的关怀



3月5日、19日、31日区养老福祉车参访有序开展，带领自愿报名的老人参访小蓝花，并欢迎他们可以经常来小蓝花参与活动。

3月6日，接待河海大学工业设计师生一行，他们参与了全国毕业设计项目，想为小蓝花市民中心做点什么有意义的社会共创项目。3月以来，陆续有来自全国各地大学的毕业设计学生前来小蓝花参观学习，有个人的，有小组的，也有老师带队的，展现了青年人对社区工作的热情。



3月26日，上海浦东新区师源职业技术培训中心院长参访，深入了解了赋能培训在社区中的意义。



金色晚霞项目

在长宁区民政局指导下，由上海真爱梦想公益基金会主办的《社区健脑大赛》自2024年12月启动以来，已成功举办9场说明会和9场正式比赛，吸引近900位老年人参与，完成率90%。其中3月份完成了3场说明会，4场正式比赛。大赛借助“TCSA-BOT 认知障碍居家干预系统”，结合计算机游戏形式，从记忆力、逻辑思维、注意力、感知觉、敏捷度与灵活性等多维度锻炼参赛者脑功能，以“脑健康指数”为评估标准。

前期说明会详细介绍了比赛规则、流程及健脑知识领域，正式比赛内容丰富多样。各街道（镇）至少组建10支队伍参赛，累计97个团队参与。大赛过程中，成功培育挖掘近50位社区志愿者，他们熟悉邻里情况，在赛事筹备、现场组织、老人引导等环节发挥了重要作用，未来将持续结合金色志愿者社群活动，鼓励赋能这些志愿者，使其继续参与社区脑健康活动。





五、金色项目品牌与影响力

自媒体运营



金色梦想家公众号

3月，金色梦想家公众号点击量1542次，新增粉丝48位；金色梦想家视频号本月度新增点击量3929次。

在内容创作方面，金色梦想家与美图秀秀共同策划了《数字人生》课程的宣传，记录AI影像工具为长辈带来的便利，计划将在4月完成拍摄和投放。

感谢您的关注与支持！

欢迎关注“**金色梦想家**”公众号

了解最新项目进展。



金色梦想家
GOLDEN DREAMER