

用心解决好居民身边的“关键小事”

——长宁“法律明白人”扎根基层成为居民贴心人二三事

长宁的“法律明白人、法治带头人”来自基层一线，扎根社区的他们时常运用法治思维解决居民身边的“关键小事”。除此之外，他们还积极收集社情民意、有效识别风险苗头，在深度参与社区治理过程中积累了不少好方法。

“三带工作法” 化解矛盾寻求共赢
推进基层法治建设，打造民主协商法治型社区，华阳路街道天诚居民区用好“三带工作法”（即“带着问题走、带着资源走、带着办法走”），专门用来解决居民的急难愁盼问题。

在天诚居民区，有两个相邻的小区，共用一条6.6米宽的通道。此前，通道里长期停放着几辆机动车，拥挤不堪不说，还导致消防车、救护车都进不去。面对这个情况，居委会干部首先带着问题走访，从源头探寻问题所在，寻求化解矛盾之法。据了解，该通道属于内部的小区，外面的小区仅有通行权。为了平衡双方利益、妥善化解矛盾，居委会决定通过“橙诚议事厅”搭建平台，邀请居

民代表、党员，以及其他小区的居民召开研讨会，集思广益想对策。

在法律的框架内，通过协商寻求共赢，两个小区的居民打算摒弃前嫌，以消除安全隐患为重，妥善解决停车问题。一边为有切实停车需求的车主寻求其他停车资源，一边从法理情的角度出发，建立常态化管理机制，彻底解决困扰居民多年的通道占用问题。

五方对话机制 寓法治于民主之中
让法治与全过程人民民主重大理念贯穿基层治理的始终，新华路街道东镇居民区一直在实践。在华山嘉苑外立面装饰条更换案例中，东镇居民区解决了长期困扰居民的房屋安全隐患，重塑了社区信任关系，为新时代基层治理提供了可复制的经验。

东镇居民区通过“红色议事厅”、安保小组例会等平台，构建起“街道—居委会—业委会—业主—专业机构”五方对话机制，特别是施工样板展示环

节，将抽象方案转化为可视化的民主体验，居民通过实地观摩、质询施工细节，实现了从“被动接受”到“主动参与”的转变。同时，居民区还改变了以往“同意/反对”的二元选择，发动居民提出三种可行性方案：局部维修、整体更换、结合面砖翻新。此外，通过方案比选会，邀请结构工程师、造价顾问现场答疑，让居民在充分知情的基础上投票。如此一来，这种“菜单式”服务既尊重了选择权，又提升了决策的科学性。

华山嘉苑外立面装饰条更换案例的治理实践始终以法治为底线，通过法律框架明确权责边界、规范决策程序，为化解矛盾提供了制度支撑。这种“寓法治于民主之中”的治理智慧，正是中国式基层治理现代化的生动注解。

民事民议民治 源头预防有路径
天山路街道的纺大居民区以“社情民意气象站”为引擎，铸就了坚实的社区治理基石。通过“社情民意气象站”的信息沟通机制，小区保安、社

区群众、平安志愿者等社会力量成为可依靠的社区“神经末梢”，将发现的苗性子、倾向性矛盾及时上报，实现了“早发现、早介入、早处置”，着力构建了矛盾纠纷源头预防的新格局。

同时，纺大居民区还坚持问需于民、问计于民、问政于民，推动完善法治观察工作，发动人民群众依法参与社区治理，组建了8支社区自治团队。其中，矛盾化解调解组的成员都是来自小区的居民，注重以“民事民议民治”的方式开展调解工作。在处理一起因噪声问题引发的邻里纠纷过程中，自治团队成员充分发挥邻里间润滑剂作用，巧妙利用双方共同的租房中介这一“纽带”，通过业主间的坦诚沟通交流，稳妥地解决了矛盾纠纷，获得了小区业主们的普遍认可。

“三所联动” 法理情说到群众心坎上
在仙霞新村街道虹仙居民区的人民调解员看来，“三所联动”机制的作用在于有效整合各方资源，大家协同发力，把矛盾纠纷公正合理地就地化

解。时间长了，居民们的法律意识慢慢提高了，社区的法治化进程也一步一步往前推进。

此前，在解决居民区一位独居老人家中的复杂案件时，虹仙居民区决定第一时间启动“三所联动”机制。当老人一下子陷入“钱房两空”的困境时，派出所、司法所、律师事务所搭建起了一个调解平台。由派出所提供执法保障，律师事务所提供专业法律支持，司法所调解员凭借对社区的熟悉，把懂懂的法律条文变成居民能听懂的大白话，把专业的建议一步一步落实到行动上，真正做到了法理情融合。人民调解员坚守在矛盾纠纷调解一线，把“三所联动”机制用好用足，守护每一位居民的权益，为社区的基层治理和法治建设，贡献自己的力量。

如今，长宁的“法律明白人、法治带头人”在干中学、在学中创新，积极提升业务能力，已是基层社会治理中的一支不可缺少的重要力量，更成了社区居民的“法治贴心人”。
撰稿 闫漫

满足青年人的学习需求 长宁区社区学院首开夜校课程

本报讯 近日，上海市长宁区业余大学（上海市长宁区社区学院）首次开设的夜间课程在长宁市民学习中心正式开课，吸引了不少市民前去“充电”。课程涵盖日语、烘焙、燃脂尊巴、八段锦四门常规课程，以及咖啡体验、无人机体验短期体验课，旨在满足白领等青年人的学习需求，进一步推广终身教育理念。

4月10日傍晚时分，长宁市民学习中心迎来了首批夜校学员。咖啡体验区，浓郁的咖啡香气弥漫在整个空间，授课老师手捧咖啡豆，向学员们讲解不同原产地咖啡豆间的差异。“原来不同的咖啡豆和烘焙手法有这么大的差别！”咖啡爱好者吴女士感叹，她表示十分期待后续的手冲环节。一旁的无人机教室内，一位五年级的小朋友正全神贯注地观察着“起飞”，他是本次课程年龄最小的成员。“孩子从小就喜欢机械，这样的实践机会太难得了。”陪伴孩子一起上课的母亲孙女士笑着说。

据该校相关负责人介绍，以往学校以社区教育为主，课程多面向老年群体，集中在白天授课。但随着年轻人学习需求的增多，学校决定将服务时间延伸至晚上，为白领等青年群体提供感兴趣的新课程。

据了解，此次“夜校”课程由长宁区社区学院与新长宁东展教育合作开设，双方通过党建联建的形式充分挖掘整合资源，共同开发了丰富市民业余生活、提升市民的艺术修养和人文素养的课程体系，并在“长宁市民学习中心”（定西路1300号）设立合作教学点。长宁区社区学院表示，未来将根据市民反馈持续优化课程设置，计划增设更多收纳、文明养宠、居家照护等实用性强、趣味性足的特色课程，让终身学习成为市民生活的新风尚。
撰稿 何郁柠

七大主题近20场活动将轮番上场 “2025年长宁区新兴领域读书季”开幕

本报讯 最是书香能致远，全民阅读正当时。4月11日，“新”思涌动，“阅”动长宁——2025年长宁区新兴领域读书季开幕式在WYSH翡翠里举行。

活动现场发布了“转书为课”翻转师能力训练营、21天阅读挑战赛、“益企读书吧”阅读推广行动、“以书为友的我们”线下千人演讲活动、“跟着书记读好书”推文连载、遇“荐”好书·分享喜“阅”书友开放麦、新兴领域读书报告调

研发布等新兴领域读书季七大主题活动。

开幕式上，长宁区阅读推广志愿者服务队成立。新兴领域读者代表、阅读推广志愿者代表进行了交流分享。华阳路街道《漫读武夷·春日寻花》特色活动项目发布，开启别样的街区漫读。

据了解，作为“我是读书人”长宁全民阅读品牌活动之一，新兴领域读书季系列活动将在4月至6月持续开展，从阅读挑战到阅读

推广，再到阅读分享，共三个阶段七大主题近20场活动，致力于以阅读为纽带，创新党建工作思路模式和组织动员方式，发挥好区域内党群阵地、图书馆、文化空间等资源优势，把全民阅读活动和服务资源延伸至新兴领域集聚的楼宇、园区、企业，引导积极健康的生活方式、培育理性平和的社会心态，不断增强党在新兴领域的号召力、凝聚力和影响力。

撰稿 陈容超



4月15日，一场有关儿童青少年近视防控的公益科普义诊活动在上海市眼科医院举行，吸引了众多小朋友及家长们热情参与。此次活动由中国人口与健康出版社、上海市眼病防治中心（上海市眼科医院）共同举办，是“近视防控追光计划科普教育系列行动”的第十一站，目前受益家庭近3000组。
撰稿/摄影 赵立

上海市交通卡收藏协会成立十周年纪念活动在长宁举行 “发烧友”爱心涌动 捐善款助特困儿童

本报讯 上海市交通卡收藏协会成立十周年纪念活动日前在上海市慈善基金会长宁区代表处举行。本次活动以线下募捐的形式，号召协会会员以及市民进行爱心捐款。活动共筹得善款7万多元，将全部用于市慈善基金会长宁区代表处成立的“不是孤儿的孤儿”项目。

纪念活动当天上午，在上海市慈善基金会长宁区代表处一楼大厅，数十名交通卡收藏协会的会员、慕名而来的交通卡收藏爱好者纷纷献出爱心。“作为一名老会员，用自己的一份爱心庆祝协会成立十周年非常有意义。”协会会员华强表示，自己是交通卡收藏“发烧友”，在协会成立之初就

已入会，平时只要有协会有活动都会积极参加，在得知协会发起这次特殊的捐款活动后，他便第一时间和协会秘书处取得联系，表达了捐款的意愿。

记者在活动现场注意到，此次前来捐款的会员中有不少年轻人的身影。“00后”王勤业是协会新晋会员。对于此次协会组织的爱心捐款活动，他表示：“深切地感受到协会不仅是我们藏友的交流平台，作为一个公益性社会组织，它也是服务社会、奉献爱心的平台。”

会员们不仅自己踊跃献出爱心，还带动家人加入了本次慈善募捐活动。爱心人士曹悻虽然不是协会会员，但当她从事为协会会员的父亲口中

得知此次活动之后，便主动要求把自己的首月工资加上部分积蓄共1万元捐赠出来。她动情地说道：“我以前也从从事过组织社会力量参与对口帮扶的相关工作，也曾去过云南山区了解当地一些学校、小朋友的真实情况，所以希望尽自己的一份力量。”类似曹悻这样的爱心家属并不少，在当天活动现场，还来了两位特别的爱心人士——在读学生方诗语和李好潼，两名学生分别捐出了自己的奖学金和压岁钱。

市慈善基金会长宁区代表处成立的“不是孤儿的孤儿”项目受助对象为云南省红河州红河、金平、绿春三县的特殊困难儿童，这些儿童均因“父

亲离世、母亲改嫁”而成为“事实孤儿”。上海市交通卡收藏协会党支部书记陆家伟表示：“我们将尽快把这些捐款以现金的形式发放到困难儿童的手中，帮助他们用于购买学习资料。”

成立十年来，上海市交通卡收藏协会坚持“服务会员、服务社会”的办会理念，以一枚枚交通卡为载体，集聚起300多名会员和更多的交通卡收藏爱好者的力量，多次组织爱心募捐等社会公益活动。协会会长周崴表示：“我们将继续把践行公益、奉献社会与交通卡收藏文化推广结合起来，通过与更多慈善公益组织进行深度合作，更好地发挥协会服务社会的作用。”
撰稿 孔建宏

市民学习中心春秋旅游教学点挂牌 长宁区文商旅嘉年华活动启幕

本报讯 由春秋旅游主办的2025长宁区文商旅嘉年华活动日前在春秋国际大厦拉开序幕。本次活动将持续至4月19日，春秋旅游为市民带来文化、商业与旅游多重元素融合的市集体验。开幕活动现场，长宁市民学习中心春秋旅游教学点挂牌仪式同时举行。

本次嘉年华以“深化文商旅融合，打造活力社区消费圈”为主题，不仅有众多优惠的旅游产品，还有美食、家电、美妆、玩具、家居、运

动等近五十家展商设立摊位，品类丰富多样，全方位满足市民的多元需求。春秋旅游本次带来了超千款特惠旅游产品，涵盖上海本地及周边游、国内长线游、出境短线及长线游以及签证等。部分出境长线游产品，还将带来高至万元的现场报名立减福利。

据长宁区业余大学（社区学院）介绍，学校将与春秋旅游集团通过党建联建的形式进行校企合作，在春秋国际大厦设立长宁市民学习

中心春秋旅游教学点，继续拓展老年教育服务阵地，更加精准地对接银发群体需求。未来，学校不仅向教学点输送优质师资课程，还将携手春秋开发更多银发一族喜爱的新课程，打造“银发旅游+学习”的终身学习新模式。

眼下正值春暖花开的季节，也是老年人旅游的旺季，针对银发游客的需求，春秋旅游还推出了一系列性价比与暖心服务兼具的产品。春秋旅游市场部总经理王鑫介绍：“这次

推出的银发产品不仅优惠力度非常大，还贴心地设置了许多个性化的服务，比如手机摄影教学等，老人可以约上三五好友，一起去踏春赏花。”

本次嘉年华还特别安排了大阪世博会吉祥物来到现场与市民互动，并设置专区，有意参与盛会的市民游客可前往摊位详细了解大阪世博会的精彩看点、特色场馆，以及与之相关的丰富旅游产品。
撰稿 孔建宏 何郁柠

天山中医医院开设 “体重管理门诊”

本报讯 天山中医医院内分泌科于日前开设“体重管理门诊”，利用中西医结合方法为有减重需求的人群定制个性化方案，帮助他们实现健康体重。

从26岁生育后，晓美的体重一路攀升，最高达到了87公斤。在这20多年中，晓美虽尝试过各种减重方式，但体重不减反增，体质也变差了。今年年初，50岁的晓美出现了心悸、出虚汗、关节酸痛等症状，体检单上的血糖、血脂、肝功能、尿酸、胰岛素值全线“报警”，使她的减肥计划再次被提上了日程。

在天山中医医院，内分泌科副主任医师赵啸为晓美搭脉，通过中医辨证确定她属于脾虚湿热型肥胖，因此并没有让她立刻启动强化饮食和运动，而是开具了调理体质的中药方。

经过2周的服药，晓美心慌、出虚汗的症状有了明显好转。复诊时，赵啸结合晓美糖尿病、高血压和反复的肝功能损伤病史，建议她短期住院治疗。在住院期间，营养师为晓美会诊，完善肥胖相关并发症评估，为她进行了称重饮食等针对性治疗，改善了晓美夜间缺氧状态，有效治疗了高血压。出院后，晓美转入体重管理门诊，在康复运动师的建议下坚持有氧和抗阻运动。经过6周的治疗，晓美的体重下降了4%，内脏脂肪明显减少。

天山中医医院内分泌科从2024年开始，就开始了以“体重为中心”的全周期代谢管理，通过中西医结合治疗多种代谢问题。目前开设的“体重管理门诊”，通过内分泌科、营养科、康复医学科等多个优势学科的MDT（多学科诊疗）模式，除了单纯性肥胖、2型糖尿病合并肥胖，还针对甲减合并肥胖、压力性肥胖、青少年肥胖、老年肥胖伴运动能力下降、骨质疏松伴肥胖、肌少症等各种人群，围绕肥胖症及其并发症，开展优质、高效、精准、连续的“一站式”诊疗服务，帮助患者科学、有效、持久地管理体重，提高患者的生活质量。

撰稿 赵立