

白天学技能,夜晚修艺术 上海市民日校、夜校成为“城市第二课堂”

◎ 张焜

下午3时许,走进上海市现代食品职业技能培训中心7楼,一阵烘焙的香气扑面而来。只见一些烘焙新手正在尝试完成自己的第一份甜点——杏仁饼干。2026年上海市民日校、市民艺术夜校春季班4月13日开班。这堂专门为考证而设的西点烘焙手工作坊迎来开学第一课。

本学期,市民日校共设126个教学点,较去年69个点位增长82.6%;共开设367门课程,较去年201门课程增长82.59%;学员总数6777人,较去年4154人增长63.14%。夜校共计604个点位,1952门课程,招收学员4万余人。

专注职业技能提升

上海市现代食品职业技能培训中心的三个考证班,是今年市民日校的紧俏课程。在西点烘焙手工作坊的教室旁边,分别是中式面点实训营与咖啡研习社,三者都面向零基础学员。在学习型社会里,考证,成为不少年轻人证明自己,丰富业余生活的一种方式。

“吃杏仁饼干也有套路,适合四五点钟的下午茶时间,不能就着卡布奇诺,要搭配红茶,显得更加清爽。”课堂上,大国工匠、上海市现代食品职业技能培训中心校长干文华边提点学员烘焙的要点,边不失幽默地讲述如何品尝杏仁饼干。教室里,每位学员的台面上都摆放着一台厨师机,四周烤箱环绕。

“职业相当于我们的学历,技能可以改变命运。”干文华说,与市民日校的普通课程不同,考证班会更专注职业技能的提升,“在12节的课程中,我们会根据考试的考点进行提升和课程内容的设置,还会有模拟考,希望学员通过学习能取得咖啡师、西式面点师等相应的资格证书。”去年,上海

市现代食品职业技能培训中心开设了夜校的咖啡班,25位学员中有13位报名了咖啡师的考证,最终13位全部通过。

在西点烘焙手工作坊里,“90后”郝瑞智是唯一一位男学员。“我从来没做过烘焙,但喜欢吃面包,也想培养这个爱好。”他说,自己大学学习的是食品专业,如今从事传媒行业,时间相对自由,“之前我也想报夜校课程,但没有抢到课,这次报名了日校,趁着有空来学习。”“00后”戎佳逸是上大旅游管理专业的大一学生,周一正好没有课。“比起在家玩手机,来这里学习技能是更好的选择。”她最想学习如何做蛋糕,因为此前跟着网上的攻略操作老是失败。

在一旁的咖啡研习社,咖啡师窦晓骏正在普及咖啡文化的知识。“在日校课程中,我们会学习主流咖啡豆的选择、使用,以及咖啡门店中比较常见的饮品制作。”他说,上海是全世界咖啡馆最多的城市,“学员可以通过考证拿到证书,这对之后从事咖啡行业的相关工作有一定帮助。”



咖啡研习社课程。叶辰亮 孙彦扬摄

最重要的是扩大供给

晚上7时,日校的课程告一段落,上海市群众艺术馆灯火通明,下班后赶来市民艺术夜校总校上课的中青年学员们,按照指示牌走进一间间教室。“从年龄来看,夜校学员更年轻,其中90后占比41.66%,80后占比31.83%。日校则以80后、70后居多,80后学员占比40.64%,70后占比31.44%。”上海市群众艺术馆副馆长徐皓说。

303教室里,顾绣课授课老师周琼正在分发刺绣包。坐在第一排的“70后”周颖特地带来了自己前不久绣好的《心经》,请老师点评。“我是夜校的老学员了,2023年第一次上顾绣课,就选的周琼老师的课。”她说,这幅《心经》就是那堂课后的买的,断断续续绣了3年,才完成其中的文字部分。周琼介绍,这一学期的课程学完后,学生们可以完成三件成品,包括一面小镜子、一件T恤上的刺绣和一个双面绣的扇面。

在市艺馆二楼的盲盒空间,第一次上《跟着专家去“海考”——行走的城市记忆课》的30位学员,人人都领到了一个黄色的书包,包内有保温杯、雨伞、笔记本和一支笔。作为首次开设的新课程,这节课采用“2次室内精讲+10次城市微旅行”的独特模式,由国家高级导游

带领市民深度解读上海这本“城市历史书”。“我们会有徐家汇、外滩、武康路、音乐街区等线路,包含上海的红色文化、海派文化和江南文化,让学员不只是逛马路,而是有所收获。”首届上海城市推荐官、高级导游师文说。

上海市群众艺术馆党总支书记、馆长吴鹏宏也是这门课的学员之一。“我本来想抢太极课,结果没抢到,后来选了这门《跟着专家去“海考”——行走的城市记忆课》。”吴鹏宏说,每次夜校开班,他都会报一门课,“这节课是新开的,要从馆内走出去,我也想自己来感受一下”。

徐皓介绍,今年春季班,市民日校和市民艺术夜校最重要的仍是扩大供给,满足中青年市民对课程的需求。“我们的课程会结合不同受众的特点开设,比如中青年群体主要是生活艺术、时尚、宠物经济等;面对中老年群体,我们会开设养生、穿搭、礼仪类的课程。”他说,今年是市民艺术夜校第十年,“我们准备打造市级的综合性美育大展演,让市民从学员走上舞台,成为舞台上的主角,也希望学员们能通过舞台走向文化志愿者岗位,成为助教、带班老师。”

失传1800余年 齐《论语·智道》简 首次对外展出

本报讯(徐立鸣)4月14日上午,“书香海昏”汉代海昏侯国简牍文化展在江西省南昌汉代海昏侯国遗址博物馆开幕,首次集中展示了海昏侯刘贺墓出土简牍修复成果。

该展览分为“简出海昏”“侯家典籍”“汉隶墨趣”三个单元,100余枚新修复完成的海昏侯简牍原件首次面向公众展出,包括齐《论语》《诗经》《六博》等代表性简牍,立体呈现了海昏侯刘贺书房的珍贵遗存。其中,失传1800余年的齐《论语·智道》简、秦汉时期全本《诗经》总目录简等的首次公开展出,成为本次展览备受瞩目的展品。

据悉,海昏侯刘贺墓出土简牍近6000枚,是江西考古史上的首次发现,更是中国简牍考古的重大收获。这些简牍内容包罗万象,涵盖六艺、诸子、诗赋、算术、方技等诸多方面,既蕴藏着崇儒重孝的世风、通经致用的思想,也展现了大汉王朝的教育体系、礼制信仰与文明气象,对全面、准确认识儒家思想及其演进,深入研究西汉思想史,具有重要意义。

“信仰的力量”红色家书主题展开展 纸短情长 信仰如炬

本报讯(陈醉 袁佳颖)一封家书,纸短情长。4月14日,“信仰的力量——红色家书中的初心与担当”红色家书展在浙江省宁波市揭幕,揭开33位红色人物那些泛黄的信纸,一字一句间,依然能听见穿越烽火的心跳。

在现场,赵一曼的孙女陈红情难自抑,奶奶绝笔信中对儿子的牵挂,令同为母亲的她感同身受。“但在民族大义与小家温情之间,无数像奶奶一样的烈士毅然选择以身许国。”陈红说。

“家书让信仰的力量以柔软的方式,传递给每一个人。”中国人民大学家书博物馆馆长、家书研究专家张丁说。

此次展览中,有15位全国知名红色人物的珍贵书信引自中国人民大学家书博物馆,另有18位宁波籍英烈家书。在张丁看来:“重读红色家书,是一场关于‘何以至此’与‘何以前行’的深刻对话。它让我们在和平年代,依然能感知那种为国家、为理想付出一切的纯粹与炽热。”

现场,宁波特色公益行动“我为烈士寻亲”“我为烈士修遗物”“戎光宣讲团”等联合发出公益倡议,以公益之力致敬革命先烈,弘扬爱国主义,让英雄荣光永不褪色。同时,宁波“薪火传承导师团”首批导师现场获聘,并在宁波职业技术大学为600余名学生开讲“第一课”。

宁波是一座红色底蕴深厚的城市。在中国共产党历史展览馆展示的全国部分知名英烈名册中,宁波籍英烈就有30多位。

湖北宜昌夷陵区 活跃着一群“支客师”

(上接1版)

如何管? 构建赋能、礼遇等机制

“党员的家风不是独立存在的,它潜移默化地影响着每个人的思想和行为作风……”去年6月,在夷陵区下堡坪乡的一次“廉洁教育课”上,王传胜为“支客师”传经授道。

为进一步提升“支客师”的宣讲水平,夷陵区积极邀请党校专家、优秀百姓宣讲员“传经送宝”,先后开展20余场次“集中备课”与专题培训。同时,当地还邀请民间文艺家深挖本土红色资源,将宜昌丝竹、薅草锣鼓等非遗元素融入宣讲,把革命英雄故事、身边百姓故事等改编成三句半、顺口溜。

要让“支客师”这支队伍不仅能讲,更要愿讲、乐讲,还需要有机遇来激励与关怀。走进夷陵区新时代文明实践中心的积分超市,可见货架上摆满了电炖锅、商务背包、洗衣液等物品。前两天,“支客师”杨娟用刚攒下的240个积分,兑换了一个乳胶枕头。

“夷陵区把‘支客师’纳入了新时代文明实践志愿服务队伍管理,并根据《夷陵区志愿服务管理办法(试行)》等10项配套制度实行激励。”施娟娟介绍,“支客师”可以用积分兑换数十种生活用品,以小积分激发大活力。

如果说积分兑换是暖人心的物质奖励,那么搭建展示舞台则是提振士气的精神激励。2026年1月,文明宜昌微信公众号邀请王传胜等“支客师”参与“乡音话新风”栏目的录制,这也是宜昌市礼遇“支客师”的关键举措;当地通过短视频、微电影等形式宣传优秀“支客师”,将宣讲内容打造为3分钟精品宣讲课程,不仅持续放大宣传效应,还切实增强了“支客师”的荣誉感与获得感,有效擦亮“支客师”品牌。

我国立遗嘱人群平均年龄连续13年降低 年轻群体已成为遗嘱规划新生力量

◎ 蒲晓磊

登记保管数量达404981份。立遗嘱人群数量实现连续多年稳步增长,群众对订立遗嘱的接受度与需求度持续提升。

白皮书数据显示,老年人仍然是立遗嘱的主力,但遗嘱年轻化趋势进一步凸显,立遗嘱人群平均年龄连续13年降低,年轻群体已成为遗嘱规划的新生力量。

孤寡老人遗嘱需求攀升

68岁的张女士早年丧偶,独自抚养儿子长大。儿子工作后定居国外,一年难得回国一次。张女士在50岁时购买了一份终身寿险,想着日后能给孩子多留一份保障,但因忙于生活琐事,一直没顾上把买保险的事告诉儿子。今年体检时,张女士被查出慢性病,担心意外发生的她便在遗嘱中明确了保险的相关信息,指定儿子为唯一受益人,确保儿子在自己离世后能顺利拿到这笔钱。

中国老龄事业发展基金会中华遗嘱库项目主任陈凯表示,空巢、孤寡老人遗嘱需求的增长,与家庭结构松散化、中青年人口外流密切相关,也反映出老年人对自身权益保障的重视程度不断提升。遗嘱已成为该群体锁定财产流向、寄托情感期望的重要载体,既保障了自身晚年生活安心,也为“身后事”作出妥善安排。

中国老龄事业发展基金会秘书长牛晓波

认为,空巢、孤寡老人遗嘱需求的增长,凸显了遗嘱作为养老保障补充工具的重要价值,也为完善老龄化社会服务体系提供了重要参考。

中青年立遗嘱比例提升

冯先生自幼受姐姐悉心照料,工作后也得到了姐姐的帮助。为回馈这份亲情,同时让姐姐获得长远保障,22岁的冯先生办理遗嘱,明确将自己的工资存款全部留给姐姐,此外还特意将使用7年的游戏账户纳入遗嘱分配范围。

陈凯指出,随着数字时代发展,虚拟财产已成为年轻人财产的重要组成部分。民法典明确公民合法财产受法律保护,游戏账户作为具有人身依附性与财产价值的虚拟资产,通过遗嘱进行传承具有合法性。冯先生的行为体现了年轻群体对遗嘱认知的转变,遗嘱不再是老年人的专属,而是成为年轻人表达情感、规划财产的重要方式。

白皮书显示,全国范围内中青年群体立遗嘱比例持续提升,以上海为例,60岁以下人群占比达23.68%,30岁至39岁群体增速最为明显。在龙翼飞看来,这一趋势标志着民法典所倡导的设立遗嘱的“意思自治法律精神”,正从中老年向社会成员全生命周期不断延伸。公民在法律框架下对个人财产进行事前安排,正是民法典第一千一百三十三条规定惠及亿万人民

群众切身利益的生动法律实践。

遗产管理人专业化提速

因子女长期在国外工作,家住上海市徐汇区的李女士已经独居多年,为避免身后财产继承引发跨境纠纷,她特意订立遗嘱,明确将名下房产与存款定向留给指定亲属,并委托专业机构担任遗产管理人。“孩子在国外,来回跑手续太麻烦,提前立好遗嘱,既了却心愿,也能给孩子省不少事。”

近年来,随着我国老龄化程度的不断加深,遗嘱继承纠纷的案件数量也越来越多。

基于国情和司法实践中产生的种种较难处理的现实问题,民法典明确了遗产管理人制度。陈凯介绍说,遗产管理人是在继承开始后、遗产分割前,专门负责管理和处分涉及遗产相关事务的人。通过设立遗产管理人,家庭成员可以更加安心,避免因遗产分配问题而产生不必要的矛盾和纠纷。即使是遗产价值不高的普通家庭,也可以从遗产管理人制度中受益。

数据显示,2025年中华遗嘱库保管遗嘱中有29841人选择在遗嘱中指定遗产管理人,占比高达62.86%。

“目前,遗产管理人职业化体系建设取得初步进展,相信随着行业标准的完善,社会信任度会进一步提升。”陈凯说。

遗嘱订立呈现年轻化趋势

中青年群体(尤其是30-39岁)立遗嘱比例持续提升,遗嘱规划正从老年人专属向全生命周期延伸

空巢与孤寡老人遗嘱需求显著增长

2025年空巢老人订立遗嘱占比高达61.42%,遗嘱成为该群体锁定财产流向、保障自身权益及安排“身后事”的重要工具

遗产管理人制度逐渐普及

超六成(62.86%)的中华遗嘱库保管遗嘱指定了遗产管理人,且遗产管理人职业化体系初步建立

“我是二婚家庭,我与前妻有一个孩子。在我母亲去世以后的房产继承上,我还是想给自己的孩子。”“如果遭遇不幸,把我的压岁钱和游戏账号给我的朋友。”……10年来,中国老龄事业发展基金会中华遗嘱库遗嘱咨询师王贺已接待了近万名群众,帮他们把牵挂写进遗嘱。

3月发布的2025年度《中华遗嘱库白皮书》(以下简称白皮书)显示,截至2025年,中华遗嘱库遗嘱咨询数量达675537人次,遗嘱