

走起！去天目湖喝鱼头汤、泡温泉

“乐游长三角”银发旅游列车目的地增至 30 城

“这次去天目湖喝鱼头汤、泡温泉，阿拉退休了，笃悠悠白相。”昨天上午9点多，市民翁阿姨和一帮小姐妹登上开往江苏溧阳的“乐游长三角”银发旅游列车 C3003 次，开启三天两晚的天目湖康养之旅。自此，“乐游长三角”银发旅游列车开行目的地扩容至长三角第 30 座城市。

到天目湖赴一场康养之旅

昨天一早，参加“乐游长三角”银发旅游列车首个天目湖康养团的阿姨爷叔们就在铁路上海南站集合了。9:23 发车后，列车沿去年底开通运营的沪苏湖高铁一路疾驰向江苏溧阳。

焦尾琴的乐声在车厢中缓缓流淌，为春日旅途带来宁静悠远的韵味。“老寿星”表演秀又是一番别样热闹，向银发游客送上长寿安康、喜乐吉祥的美好祝福。列车抵达溧阳站后，溧阳当地还举行了欢迎仪式，阿姨爷叔们喜笑颜开。

三天两晚的行程中，他们将在溧阳邂逅一场春日浪漫，沉浸式赏春光、泡温泉、品美食。国家 5A 级景区天目湖山水园，群山枕水、碧波荡漾，湖中岛屿错落、湖岸曲折幽幽，俨然一副山与水、花与蝶的曼妙画卷。

在十思园观赏正盛开的樱花，碧绿茶树连绵交织，于田园阡陌间拥抱山野之美。在涵田半山温泉，身浸汤泉，心沐春光，疲惫随水流消散。阿姨爷叔们还将解锁天目湖鱼头汤、乌米饭包油条、扎肝、春笋等溧阳限定美食，品鉴春天写给味蕾的情书。

“在城市里待久了，就想去看看乡野风光。我们搭载这次的银发旅游列车，到天目湖



赴一场康养之旅，呼吸呼吸新鲜空气，泡温泉、赏樱花、喝鱼头汤，想想就很舒适。”今年 63 岁的林先生对这趟旅程充满期待。

第十六届江苏省乡村旅游节 3 月 22 日在溧阳开启。天目湖旅游度假区管理办公室党组书记周文光表示，“这趟‘乐游长三角’银发旅游列车开行至溧阳，是本届旅游节的一大亮点，为天目湖旅游度假区在长三角都市圈打响银发康养品牌，对促进乡村旅游消费、满足广大银发游客深度游追求起到了桥梁纽带作用。”

将打造更多主题旅游线路

近年来，银发族出游很热。中国铁路上海局集团有限公司下属铁文传媒集团公司依托“乐游长三角”旅游列车联盟平台，深化与铁路沿线沪浙苏皖相关城市的合作，先后组织开行以丽水、台州、镇江、淮安、黄山、池州等 30 座城市为旅游目的地的“乐游长三角”银发旅游列车，助推目的地城市旅游产业。今年以来，已开行 13 趟“乐游长三角”银发旅游列车，广受欢迎，银发族坐着高铁畅游



长三角成为新时尚。

上铁文传媒集团公司上铁国旅专列部经理王娟表示，今后将进一步深化与长三角各地文旅部门和旅游企业的合作，深度挖掘旅游目的地自然风光、人文风情、历史文化等特色资源，精心打造更多契合银发族快旅慢游、康养旅居的主题旅游线路，进一步激发区域消费活力和银发经济潜力，让更多长三角银发游客说走就走，拥抱“诗和远方”。

晨报记者 郁文艳

阳光执法显成效 违法搭建终拆除

在城市快速发展的进程中，违法建设问题一直是困扰城市管理的难题。近日，在浦东新区城市管理综合行政执法局的指导下，上海市浦东新区张江镇综合行政执法队（以下简称：张江中队）成功处置了一起典型的违法搭建案例，展现了阳光执法的力量，促进了社区的和谐稳定。

2022 年 2 月，张江中队接到市民热线反映，汤臣高尔夫小区某号房屋存在多处违法搭建。经查，该房屋南侧扩建了砌墙、楼梯、飞檐等七处建筑，总面积达 595.92 平方米，且均未取得建设工程规划许可证。执法队员当即开具了《责令停止建设、限期拆除公告》和《责令停止建设、限期拆除决定书》，要求业主在规定时间内进行整改。

然而，整改过程并非一帆风顺。业主因老家至亲病重，无法亲自处理相关事宜，且未授权委托人。施工人员仍在继续施工，执法人员不得不责令物业公司叫停施工，并派员固守现场。经过多次沟通和普法宣传，业主最终同意自行整改。由于违建多为钢筋混凝土结构，拆除工作耗时较长，且投诉人多次反映新增违建情况。经多方了解，其实投诉人与业主存在经济纠纷，而执法队员在巡查中并未发现新增违建。

上海青浦区青枫足球俱乐部：以热爱为火种，点燃青少年足球梦

在青浦区生机盎然的绿茵场上，一群足球少年正追逐着滚动的梦想。创立于 2016 年的青枫足球俱乐部，历经八载耕耘，已蜕变为沪上青少年足球培训的标杆。从校园足球的播种者到职业梯队的输送者，这家非营利性机构以专业与情怀双轮驱动，为上海足球青训注入澎湃活力。

■深耕青训，构建科学培养体系 创始人王啸豪的足球情怀书写着不凡：2015 年放弃海外招商引资工作，带着对足球教育的深刻理解回国创业。俱乐部独创“双轨制”培养模式，既为 4-14 岁青少年铺设兴趣培养的阶梯，在全区 6 个街镇设立训练点打造“15 分钟足球圈”；同时通过严格选拔组建精英梯队，形成“兴趣筑基+竞技突破”的立体培养网络。作为上海市体育局认证的市级青少年体育俱乐部，截止 2025 年 1 月，已与 28 所学校建立深度合作，累计培养学员超 5000 余人。2024 年更是成为全市第一批获批办学许可证民办学校资质的俱乐部。

■荣耀之路，培育绿茵新星 与上海申花俱乐部共建青训基地的七年里，青枫足球持续输送优质苗子，竞

技成绩同样亮眼：2020 年斩获上海青少年足球邀请赛 U8 组桂冠；2021 年狂揽市级赛事 3 亚 2 季；2023 年挺进上海市青少年足球俱乐部联赛 U8 提高组三甲。2024 年携精英战队出征第五届上海市级精英联赛，与 200 余支劲旅同场竞技，品牌影响力辐射全市。

■中外合璧，锻造专业团队 俱乐部组建了 30 余人的“多国部队”教练团队，聘请了一位欧足联 A 级与一位欧足联 B 级的欧洲教练，将欧洲青训体系与中国足球实际深度融合。俱乐部分别在 2019 年与 2024 年，带领合计 26 位球员与球员家长，造访塞尔维亚，感受欧洲的足球氛围，更是受到了当地拉扎雷瓦茨市市长的亲自接待，引来了欧洲媒体的争相报道。

■立足长三角的足球摇篮 站在新起点，青枫足球开启“双核驱动”战略：与青浦区体育局深化办训合作，构建 U6-U15 全年龄段梯队；同步引进国外青训体系，打造国际化的足球研学项目。从社区足球场走向职业绿茵场，从青浦辐射长三角，这家以枫叶为标识的俱乐部，正用热爱续写着“足球改变人生”的新篇章。当更多孩子在这里找到奔跑的意义，中国足球的未来便多了一簇跃动的火苗。

“语”经典相约 乐享“文”趣——浦东新区龚路中心小学 2025 语文节开幕式

春光满校园，书香润心田。浦东新区龚路中心小学 2025 语文节暨同读节开幕式于 3 月 19 日在东、西校区拉开帷幕。

本届语文节以“玩转‘课本’”为主题，旨在让学生在课文出发，通过拓展阅读、创作表达，深切感受经典的独特魅力。从再创作中感受经典的魅力。在开幕式上，教师代表宣读了语文节倡议书，详细介绍了本次语文节的主题和丰富多彩的活动内容。

本次语文节活动形式多样，精彩纷呈：一年级绘本悦读，启迪童趣；二年级童声绘梦，诵咏天真；三年级思维探宝，解开玄机；四年级诗绘童心，渲染墨韵；五年级走进名著，探寻经典。更有“‘春光小脚丫，书梦乐出发’主题阅读活动”，旨在启迪智慧，拓宽视野。

开幕式上的一大亮点是“角色猜猜猜”互动环节。书本上一个个鲜活的“经典人物”仿佛穿越时空，来到了校园现场；将相和的千古美谈、司马光智救同伴的英勇瞬间、林黛玉的诗意翩跹、刘胡兰的悍不畏死、周恩来的少年立志……这些学生们耳熟能详的角色——粉墨登场。学生们纷纷开动脑筋，根据扮相和台词猜出角色的名字，参与热情高涨，现场热

沪上特教展风采 辐射引领启新程

——上海市盲童学校联动多地共绘特殊教育高质量发展蓝图

在教育多元化发展的浪潮中，特殊教育领域的交流与合作愈发重要。2025 年 3 月，上海市盲童学校先后迎来郑州、无锡、淄博三地特殊教育代表团深度交流，通过理念共享、经验互鉴、智慧碰撞，共同探索新时代特殊教育高质量发展路径，彰显沪上特教辐射全国的强劲动能。

三场跨越地域的交流活动呈现出显著共性特征：来访团队均通过《点亮心灯》系列宣传片感受学校百十年特教传承，在专题报告中领会“个性化教育+医教结合”的创新理念，更通过实地探访恒星楼孤独症教育专区、智慧图书馆等特色空间，见证科技赋能与人文关怀的深度融合。上海市盲童学校校长徐洪妹在交流中强调：“作为全国孤独症教育先行者，我们正以恒星实验学校为支点，构建 IEP 个性化教育体系，通过跨学科融合打破传统特教边界。”这一创新模式引发郑州教育同仁热烈探讨，双方就孤独症儿童评估机制、家校社协同等核心议题展开深度对话。

在辐射引领过程中，学校展现出多层次示范效



闹非凡。

校领导为开幕式致辞并表示，语文是文化的瑰宝，本次语文节旨在培养学生的语言表达和审美能力，鼓励大家积极参与各项活动，共同探索语文的魅力。并预祝本次语文节取得圆满成功！

最后，学生们借一曲充满朝气和活力的手势舞《上春山》，用携手共进、惜时慕春的青春热情为本次语文节之旅扬起崭新的风帆。

此次语文节，不仅是一场文化盛宴，更是一次心灵旅行。浦东新区龚路中心小学将以课文为起点，通过各种活动，让学生们在探索中发现语文的乐趣，在创造中展现风采。期待每一位学生都能在本次语文节中尽情玩转课文，让语文的魅力在心中绽放，让学习的热情在心中燃烧。

应。面对无锡特教团队，学校重点介绍了以特殊儿童个性化和多元化发展需求为导向，打造三位一体的无障碍智慧教育生态系统的工作思路与方法；在接待淄博特教代表团时，则重点分享特殊幼儿融合教育创新案例，通过幼儿园现场展示呈现早期干预的显著成效。三地教育工作者者不约而同地表示，学校在课程体系建设、师资专业发展、无障碍环境创设等维度形成的“上海经验”，为各地特教转型提供了可复制、可推广的实践范式。这种辐射效应正转化为跨区域协同发展的实际动能。在与郑州盲聋哑学校的交流中，双方围绕孤独症教育师资培养达成合作意向；无锡特教团队则提议建立长三角特教信息化联盟，共享数字化教学资源库；淄博教育同仁着重探讨特殊学生职业教育衔接方案，期待引入上海盲校职业启蒙课程模式。

上海市盲童学校将继续秉持“点亮心灯”的办学理念，致力于为特殊学生提供最适合他们的教育环境和学习资源，帮助他们克服障碍，实现自我价值。正如徐洪妹所言：“特殊教育现代化需要集体智慧，我们将以更开放的姿态搭建交流平台，让‘上海经验’与各地实践碰撞出创新火花。”