



做一个“积极老人”

上海老人为什么爱学习?

“我们年龄最大的学员超过了90岁。最近几年退休的老人，学习的愿望尤其强烈。”

□ 记者 | 刘朝晖

上海老年大学教室利用率100%，远远高于其他地区，网上报名名副其实秒杀。除了老年大学，上海社区中的老年活动中心，各种课程也特别受欢迎。

据统计，包括全市四所市属老年大学和联盟学校，以及各区的老年学校，整个上海市每年在老年大学参加学习的退休老人超过了95万人，其中60岁以上的老人超过了71万。加上各个街道社区的，参加学习的上海老人已经超过了百万。可以说，上海堪称一座“学习养老”的典范城市。

上网课的老人们

65岁的陈老伯近一个月来每天上午九点的“规定动作”，是打开上海老年大学的微信公众号，进入新上线的“长者星空”空中课堂，内容是他在老年大学报名的文史课程。“由于疫情的关系，老年大学的春季班暂时开不了课，现在我像外孙一样上网课，停课不停学。”能够通过网络重新开始学习，陈老伯感到生活又充实了起来。在上海，越来越多的退休老人，通过老年大学这样的渠道接受再教育，丰富自己的退休生活。

上海老年大学的校长助理方帼萍透露，今年春季学期，学

上海老人的社区课程越来越丰富。



校的招生人数达到了23162人。“最近这几年，我们每学期的招生人数都会比上一学期有小幅增长，但是由于教室等资源有限的关系，我们的招生名额远远满足不了老人们的需求。上海老人的求知欲望太强了，我们年龄最大的学员超过了90岁。最近几年退休的老人，学习的愿望尤其强烈。”

据了解，上海老年大学开设的课程，基本都是根据老人的需求来设置专业，保健、服装、文学、摄影、烹饪、家政、计算机……还有高阶的声乐、古筝、钢琴课程。“目前我们开设了462门课程，不夸张地说，我们所有的课程都是十分热门的。我们的教室排班密度也非常高，最多的一天要有四个班级上课。”方帼萍老师说。“老人的学费标准也不高，一门课程一学期在150-500元不等，绝大部分在300元以内，老人们都能接受。”据悉，由于疫情而设置的网课，老人们都很认可，下半年新学期开始，这学期的学员将可以免费继续学习。

从2011年的秋季开始，上海老年大学和开放大学合作，开设了包括声乐、保健等在内的4个专业的学历教育班，学员们通过4年学习，成绩合格者可获得首批老年教育大专学历证书。这一举措也得到了沪上老年人的欢迎，当时在报名的学员中，近三分之一拥有本科以上学历，不少学员表示，与其说它是张文凭，不如说是自己终身乐学的一张“荣誉证书”。

曾教授声乐学历班的方老师是毕业于上海音乐学院的硕士，

