

葡萄牙法朵歌后克里斯蒂娜·布兰科首度开启中国多城巡演 法朵：在街巷回响，也向世界歌唱

一张唱片开启的缘分

克里斯蒂娜·布兰科成长于葡萄牙内陆地区，远离里斯本孕育法朵的老城街巷。从小到大，平日家里人听得更多的是葡萄牙民间音乐。“然而从我记事开始，我似乎就一直在唱歌——不但自编旋律，还自编歌词。所以，尽管家里根本没人从事音乐行业，但音乐对我来说，似乎是‘与生俱来’的。”在采访中，她回忆起自己的少年时代，自己和大多数年轻人一样，更偏爱爵士、民谣。直到有一天，祖父给了她一张法朵唱片——阿玛莉亚·罗德里格斯的《珍稀与未公开》。阿玛莉亚·罗德里格斯，被称为“法朵女王”，是法朵艺术史上里程碑式的人物。这张唱片，为年轻的布兰科推开了一扇通往法朵世界的大门，那缓缓流动的歌声，直抵心灵。

然而，想要真正走近法朵，对她说来并非易事——家乡远离文化中心，没有圈子和领路人，年轻的布兰科只能独自摸索。“起初，对我来说，法朵是难以理解的，年轻的我曾错误地认为它是一种‘过气’的音乐。在走近法朵的过程中，我也逐渐成熟起来。”随着年龄的增长，阅历、心智的不断成熟，她也渐渐地读懂了法朵歌声背后的那些命运、乡愁，以及思念。布兰科意识到，法朵不是僵化不变的“古董”，也同样拥有创新、融合、接纳外来养分的广阔空间。

在传统中“长”出新声

“也许这就是法朵给予我的命运。”冲破重重阻碍后，布兰科很快交出了亮眼答卷。她的艺术事业起步于

“城市一直在变，人群也来来去去，只有法朵一直被反复歌唱。”

当葡萄牙里斯本老城的晚风掠过街巷，法朵的歌声便从酒馆与庭院之中缓缓流淌而出。作为联合国教科文组织认定的人类非物质文化遗产，法朵音乐承载着葡萄牙人的乡愁、思念与生命感悟。今年，这歌声仍旧“如约而至”——9月5日，第16届法朵音乐节以“法朵的老街区”为主题亮相上海东方艺术中心，葡萄牙法朵艺术家克里斯蒂娜·布兰科将带来她在中国的首场演出，之后她还将奔赴北京、珠海等多座城市。（本文配图由受访者提供）◆记者 郭爽



荷兰，1997年，《克里斯蒂娜·布兰科在荷兰》专辑一经推出便大获成功，从此名声迅速席卷欧洲，多地音乐会一票难求。随后《私语》《后记》两张专辑接连问世，两度斩获法国《世界音乐报》的“肖克音乐大奖”。

时代给了她机遇，但真正让她脱颖而出的，是独有的创作理念。在近30年的时间里，布兰科一共发行了19张专辑。她始终把葡萄牙传统音乐作为自己的根脉，但拒绝墨守成规。爵士、诗歌、文学，甚至是其他民族的旋律、语言，都源源不断地汇入她的创作。

“传统法朵曲调大约有300首，可以承载不计其数的文本和诗歌。”文学，是布兰科创作中非常醒目的标签。大量葡萄牙经典诗人、当代作家的诗歌文本，被她写成法朵作品。而在挑选文本素材这件事上，她也有严苛的标准：“我的标准是：简洁，还要有适合法朵传统的节奏性押韵，当然最关键的，是要体现自己的文学品位。”从《法朵

探戈》开始，她的艺术风格迎来重要蜕变，而《少女》《布兰科》《伊娃》构成的艺术三部曲，将这份探索推向成熟。2022年，布兰科迎来从业25周年，她在欧洲完成40余场巡演，和钢琴家合作推出专辑《秋日午后的爱意》；2023年，专辑《母亲》问世，她再次以富有表现力的嗓音，挖掘法朵细腻的情感层次。

“法朵救赎了我，我也希望用歌声慰藉他人。”她说自己始终保持着对世界的好奇心，不断自我审视，并且一直在学习。随着人生阅历的不断叠加，她不再仅仅是“演唱”法朵，而是把自己对生活悲欢的感悟，尽数融入歌声，让法朵成为她与世界对话的方式。

世界舞台的心灵共鸣

数十年间，布兰科的演出足迹遍布全球，不同国家和地区听众的反馈也各不相同，而这份“世界的回响”，也潜移默化滋养着她的创作。不同地域的经

典音乐作品，也被她用法朵重新诠释：“我很享受这样的创作过程，让不同文化的旋律和情感，都由法朵的载体流淌出来。”

“法朵真正的家，不在音乐厅，在里斯本的巷子里。”如今，法朵早已登上世界各地的顶级音乐厅舞台，但布兰科始终谨记它“从哪里来”。本届法朵音乐节主题定为“法朵的老街区”，正是回望它的来处——哪怕城市不断更新迭代，街区面貌一直在发生改变，但法朵的精神内核代代延续。本次音乐节，除音乐会之外，还设置主题讲座《法朵与社区》、纪录片《来自社区》展映，让观众看见舞台背后，法朵扎根市井的生命力。

这是克里斯蒂娜·布兰科第一次来到中国，内心充满巨大的好奇。“我对中国的了解还很少，除了科技领导力和世界经济影响力。我希望此行可以更好地了解这里的文化和人民。”布兰科如是说。上海，是她中国巡演的起点。这座城市早已和法朵结下缘分，不少本地听众已经熟悉了这种葡萄牙“国宝”音乐。本次上海音乐会特别邀请京剧演员侯宇同台演出，促成东西方传统艺术的交流。

世界的发展日新月异，布兰科也在思考法朵的“世界表达”：“在我看来，法朵的生命力，恰恰来自它永远愿意接纳‘新的养分’。但所有融合，最终都要回归讲述人的情感——歌唱人的故事、人的命运。”音乐会只是短暂一瞬，而情感的共鸣会长久留存。9月5日，当法朵的旋律回荡在东方艺术中心的音乐厅，两种不同的文化也将借由音乐，完成一场温柔的对望。



徐家汇街道「国防小记者」系列活动圆满收官

8月17日，由徐家汇街道主办、东塘居委“兵塘心”工作室协办、海智成长计划和新民社区小记者团全力支持的徐家汇街道“国防小记者”系列活动，在“兵塘心”工作室完成收官一课。系列活动自5月31日开营，历时4个月。

活动围绕老兵访谈、防灾实训、军营体验、社区治理调研4个主题研学项目，以“采访+实践+记录”相结合的形式，探索社区国防教育新路径。收官活动以“绿色治理与社区平安”为主题，小记者们在东塘环保会客厅利用回收的咖啡渣制作香牌挂件，并前往徐家汇消防站参观消防队史馆，体验水枪加压喷射，感受消防装备操作要领。优秀代表还在导师协助下，完成了对徐家汇街道服务办负责人陈华蓉的采访。

据悉，项目累计开展研学实践4场、采访实训4场、技能培训2场，孩子们完成了从“听讲者”到“提问者”再到“记录者”的转变，产出数十份采访记录。一位陪同家长表示，活动带来了课本以外的见闻，让孩子收获了宝贵的实践经历。

怀梦致远启新程 和乐共进向未来

嘉定区外冈中学举行 2026 学年第一学期开学典礼

近日，嘉定区外冈中学举行2026学年第一学期开学典礼。本次活动以“怀梦致远，先知己长；和乐共进，互见其光”为主题，设置了暖心入校礼遇、主题典礼仪式两大环节。



为增添开学仪式感，学校精心打造暖心入校礼遇环节，以专属“赞美卡”为唯一领礼凭证，实行“一卡一份、有序领取”规则。由校领导、大队委员及中队组长组成发放小队，在校门口为入校学子亲手送上定制的开学礼物与新学期祝福，学子们在“高举队旗跟党走，做新时代好少年”主题展板下写下新学期目标。

上午8时40分，全体师生听从广播指引有序列队入场，开学典礼正式启幕。仪式伊始，全体师生肃立行注目礼，出旗、升国旗、奏唱国歌，庄严肃重的升旗仪式厚植了爱国情怀，为新学期各项工作的开展奠定了庄重奋进的良好基调。

青春年少，逐光而行。六年级新生代表郭豫帆同学登台发言，他分享了入学感悟与新学期成长愿景，展现了新生勤学向上、向阳成长的青春

风貌。随后，七(6)中队吴盈湘、肖新双带来歌曲《陪你长大》，悠扬温暖的歌声唱响青春理想，传递出和乐共进、携手成长的校园氛围。毕业班学子意气风发，九(5)中队雷浩欣同学代表九年级学生发言，她结合升学冲刺目标分享了自己的学习规划与奋斗初心，彰显了毕业班学子全力以赴、奋勇争先的拼搏姿态。随后，新进教师代表与六(3)中队张皓玮、徐睿同学共同带来诗朗诵《双向奔赴，共赴新程》，以深情诵读诉说新学期期许，诠释了师生同行、聚力成长的美好育人图景。

仪式尾声，校长王燕萍发表新学期致辞，她围绕学校校风与本期德育主题，肯定了师生过往的成长与收获，同时立足新起点寄予殷切期望，勉励全体学子正视自我、心怀热爱、互帮互助、笃行不怠，在新学期突破自我、绽放光彩。未来，外冈中学全体师生将怀揣初心与梦想，和乐共进、逐光前行，以饱满的热情奔赴新学期，共同书写学校高质量发展的新篇章。

风貌。随后，七(6)中队吴盈湘、肖新双带来歌曲《陪你长大》，悠扬温暖的歌声唱响青春理想，传递出和乐共进、携手成长的校园氛围。毕业班学子意气风发，九(5)中队雷浩欣同学代表九年级学生发言，她结合升学冲刺目标分享了自己的学习规划与奋斗初心，彰显了毕业班学子全力以赴、奋勇争先的拼搏姿态。随后，新进教师代表与六(3)中队张皓玮、徐睿同学共同带来诗朗诵《双向奔赴，共赴新程》，以深情诵读诉说新学期期许，诠释了师生同行、聚力成长的美好育人图景。

仪式尾声，校长王燕萍发表新学期致辞，她围绕学校校风与本期德育主题，肯定了师生过往的成长与收获，同时立足新起点寄予殷切期望，勉励全体学子正视自我、心怀热爱、互帮互助、笃行不怠，在新学期突破自我、绽放光彩。未来，外冈中学全体师生将怀揣初心与梦想，和乐共进、逐光前行，以饱满的热情奔赴新学期，共同书写学校高质量发展的新篇章。

青浦区楷文公益发展中心：以“法理情心”绘就幸福温暖家底色

青浦区楷文公益发展中心深耕妇女儿童与家庭服务领域，创新推出“法理情心”递进式工作法，将专业服务精准送达有需要的家庭。

“法理情心”构建递进式服务闭环中心以“法”为底线，联合法律工作者、检察院“蓝丝带”志愿服务队伍，为维权筑牢法治根基；以“理”为桥梁，通过专业社工疏导沟通、化解纠纷，传递公义合理；以“情”为纽带，依托“妇女儿童之家”等阵地，用陪伴传递温暖；以“心”为核心，发挥心理咨询师作用，化解情绪创伤。中心创新“2+N”团队机制与“四个1”+N服务模式，例如，在处理章某的纠纷时，团队先以“情心”破冰，在她车祸时送医、生日时陪伴，历经460余次互动，助其“打开心门”，再以“法理”铺路，梳理证据、解读政策，最终化解了长达21年的信访难题。



“家+暖心”打造全链条服务网络中心构建“精准画像+多元服务+协同保障”服务路径，依托“妇联联动+社区网格”双轨摸排，为100余户家庭建立动态档案、实时追踪需求变

化，组建“法律+社工”团队代理案件、调解矛盾；开展“一对一+团体辅导”，帮助100余名妇女重塑心态；组织亲子活动，修复80余户紧张家庭关系。同时，中心加入“幸福荟”反家暴联盟，构建“法律+心理+物资”全链条支持，织密“家+暖心”服务网络。此外，中心还积极参与处理多起“三跨三分离”个案，跨区域、跨部门为困境妇女及家庭协调解决低保申请、户籍办理等相关事宜。

“迭代优化”推动服务提质增效为持续提升服务质量，中心建立“季度复盘+多方评议”机制，邀请服务对象、妇联干部、社区工作者共同评估成效。依据复盘结果，中心优化升级了“线上+线下”咨询平台，引入艺术治疗、正念减压等心理干预方法，推出定制化“家庭服务包”，让服务更精准。

三年来，中心已服务3000多人次，化解纠纷近百起，群众满意度达99.85%。未来，中心将持续强化专业能力，深化长三角联动服务，把“家+暖心”的温暖送到更多家庭。

化，组建“法律+社工”团队代理案件、调解矛盾；开展“一对一+团体辅导”，帮助100余名妇女重塑心态；组织亲子活动，修复80余户紧张家庭关系。同时，中心加入“幸福荟”反家暴联盟，构建“法律+心理+物资”全链条支持，织密“家+暖心”服务网络。此外，中心还积极参与处理多起“三跨三分离”个案，跨区域、跨部门为困境妇女及家庭协调解决低保申请、户籍办理等相关事宜。

“迭代优化”推动服务提质增效为持续提升服务质量，中心建立“季度复盘+多方评议”机制，邀请服务对象、妇联干部、社区工作者共同评估成效。依据复盘结果，中心优化升级了“线上+线下”咨询平台，引入艺术治疗、正念减压等心理干预方法，推出定制化“家庭服务包”，让服务更精准。

三年来，中心已服务3000多人次，化解纠纷近百起，群众满意度达99.85%。未来，中心将持续强化专业能力，深化长三角联动服务，把“家+暖心”的温暖送到更多家庭。

织密城市绿色廊道，打造北虹桥宜居新空间

一条全长约1.5公里的生态绿廊，正为虹桥国际中央商务区嘉定片区（江桥镇）注入蓬勃的绿色动能。由上海江桥企业发展有限公司打造的绿野谷生态绿廊，是虹桥生态社区建设的重点民生工程。目前，项目一期示范段已正式对外开放，二期花海漫步、田园地景、山谷风貌三大片区建设蹄疾步稳，即将全新亮相，串联起整片区域的生态风光。

绿野谷依托一条乐享慢行步道，串联起四大特色功能板块，融合生态涵养、休闲游憩、运动健身、亲子互动多重功能，充分满足全年龄段市民的户外休闲需求。在已开放的野趣林荫区内，百米花廊蜿蜒曲折，林下旱溪野趣盎然，舒林广场满目青翠，开阔舒适的林下空间，已成为周边居民慢跑散步、邂逅会友的“绿色客厅”。

在一期实景落地的基础上，二期工程建设持续加速，现阶段正有序开展核心区域地形整理、景观基础施工。三大新建片区特色鲜明、各有看



点：花海漫步区将打造烟棠花林、岩石花阶特色景致，花木层层叠落，四季风景流转；田园地景区保留原生耕地肌理，还原充满诗意的都市田园风光，让居民能够沉浸式感受乡土野趣；山谷风貌区规划阳光大草坪、疏林谷地与安静休憩空间，既可供孩童自由奔跑玩耍，也

方便市民静坐放松，动静相宜、场景丰富。待到二期工程全面竣工，四大片区将实现互联互通、协同联动，构建一处四季景致分明、景观与功能兼备的完整生态廊道。

从普通林荫绿地升级为全场景生态休闲廊道，绿野谷的精彩蝶变，进一步优化了北虹桥区域生态布局，补齐片区公共服务配套短板。项目全域建成之后，这里将成为集生态、休闲、人文于一体的高品质“城市第二客厅”，不断提升区域宜居水平与集聚吸引力，把生态红利送到群众身边，勾勒出北虹桥产城融合、宜居宜业的高质量发展新画卷。

第403期CCUSG 全国重症超声培训班(上海站)圆满落幕

8月22—23日，由北京重症超声研究会主办，CCUSG上海工作组与中国人民解放军海军军医大学第三附属医院超声诊疗科联合承办的第403期CCUSG全国重症超声培训班在上海顺利举办。本次培训为期两天，开设重症超声基础培训班、重症超声与心内血流动力学培训班、重症超声与体外循环临床管理培训班3个专项班次。培训班特邀国内重症超声领域知名专家现场授课，来自全国各地的130余名学员汇聚上海，围绕重症超声临床应用开展系统学习与深度交流。

科技赋能，共济重症医学蓝海海军军医大学第三附属医院副院长刘辉指出，重症超声既是一项床旁检查技术，也是一套动态评估病情、快速甄别问题、精准指导治疗的临床思维，他同时结合医院肝胆外科高复杂度患者案例展开分享。培训班特聘专家提出，重症超声不只是操作技能，更是青年医师职业发展的重要支撑，理论积淀与实践实践二者不可偏废。



像资料细致解读，助力学员把理论知识转化为临床实战本领。培训还专门安排CPVAP演示，以及ECMO流量下降、动脉氧饱和度下降等场景模拟演练，切实强化学员处置复杂临床场景的能力。

医院超声诊疗科主任蒋栋表示，承办本次培训班，意在推进医院重症超声规范化应用，把技术优势转化为临床实际成效。

下一步，海军军医大学第三附属医院将持续推进重症超声技术规范化应用和学科体系建设，不断提高重症患者救治水平，推动床旁评估由经验判断转向可视化动态评估，便于临床医师实时掌握病情演变、提早识别风险点、更为精准地优化治疗方案，切实实现患者安全保障与救治效率双向提升。