

国内首个国际银发康养游学项目成果昨展示

边学边游 解锁退休生活新精彩

游学不再是青少年的“专利”，沪上老年人也热衷游学，甚至将“学”字放在“游”之前，乐观地提出要“学到老、游到老”。昨天下午，上海举办国内首个国际银发康养游学项目“银发趣游学，圆梦看世界”成果展示，一批沪上老年大学的学员汇报他们“老有所学、老有所乐”的快乐晚年生活。

72岁的孙志强退休前从事英语翻译工作。退休后，出于对外国语言的浓厚兴趣，他动员妻子林文琴一同报读上海老年大学德语班。“学德语是我和老伴退休后选择的人生新挑战。”经过三年多的学习，老两口对自己的德语水平信心满满。去年，他们参加“银发趣游学”项目，登上欧洲内河游轮开启莱茵河之旅。在德国科布伦茨，他俩用德语同当地居

民交流。孙志强说：“我一辈子同英语打交道，没想到70岁以后还能掌握另一门语言，而且还将课堂所学转化为异国文化沟通的桥梁。”林文琴也谈起了那次难忘的游学经历：“在斯特拉斯堡，导游带我们走进了一栋历史建筑，讲述《马赛曲》诞生的故事，像是为我们打开了一扇认识新世界的大门。在法国小镇的餐馆里，我们还随着音乐跟着老外一起即兴起舞呢。那一刻，所有的老年学员仿佛都回到了年轻时代。”

67岁的彭堤是上海老年大学朗诵团团长，与丈夫、滑稽戏演员杨元道参加了一次为期半个月的游学旅程。她说：“很多跟我们一起的老年大学生选择将‘边学边游’嵌入退休生活。踏上邮轮后，我们就进入了一个‘移动

课堂’，每天在图书馆里学习海洋知识，在影院里观看外国风光的纪录片，在船舱的中庭举办音乐会，在厨房里跟着大师傅学习做西餐，学中有游、游中有学，弥补了许多自己在年轻时错过的知识和技能。”杨元道感慨地说：“25年婚姻，15天游学，变的是时光，不变的是知识赋予我们探索世界的勇气。”

2024年12月发布的《上海市推动银发经济高质量发展若干政策措施》提出，要丰富老年文娱业态，拓宽老年教育供给主体范围，鼓励培训机构开发针对老年人的兴趣类课程，支持老年大学与市场化机构合作。如今，“优化邮轮产品和服务，丰富老年人出游体验”已经成为本市银发旅游学的重要项目。本次银发族康养游学成果展示活动由上海开放大

学、上海市学习型社会建设服务指导中心指导，上海老年大学等主办。老年学员通过讲故事、播视频等方式分享他们的游学体会。该项目自去年6月启动以来，上海老年大学整合文化、艺术、心理等领域10位专家组成“明星导师团”，在本市设立了两处校外研学基地，开设了19节“康养游学大师课”，已惠及1200名老年学员。课程内容涵盖欧洲艺术史、非遗手工艺、旅行摄影等，形成了“校内课程打基础、校外实践拓视野”的立体化教学模式。2025年新一轮“银发趣游学，圆梦看世界”项目也于昨天向全社会发布，通过新增“康养游学智友团”“康养游学伙伴联盟”等，在本市构建“教育+文旅+康养”新模式，助力老年人康养游学一体化发展。本报记者 王蔚



“三坑”服饰第一街魅力是否依旧

从以潮流服饰为卖点到“三坑”服饰(JK制服、Lolita服饰以及汉服服饰)售卖聚集地，迪美购物中心携手香港名店街成为名噪一时的“泛二次元”购物空间。不过，2023年香港名店街因合同到期与业态升级暂时歇业后，质疑人民广场地下商业氛围的声音在网上出现，甚至有人起哄“太惨淡”。

客流量减少后，商家的经营状况到底如何？1995年开业的迪美，在面对其他后起之秀时，“三坑”招牌是否还有顾客买单？在香港名店街暂时停业后规模效应减弱的当下，迪美商家如何自救？新民晚报记者带着问题，直面店家与顾客，用镜头带你去了解——魔都曾经和现在的“三坑”服饰第一街魅力是否依旧。

本报记者 萧君玮 董怡虹 袁媛媛

本报讯(记者 张炯强)“上海12日中午前后风速明显增大，最大风速接近10m/s，13日风速仍旧较大。”这是十多天前，复旦大学“伏羲”气象大模型对本市今明两天大风的预报。

教育部日前召开国家教育数字化战略行动2025年部署会，发布国家智慧教育公共服务平台2.0智能版，上线核心模块“AI试验场”。复旦大学“伏羲”大模型凭借较高的预测准确度与较长的预测周期，成为首批上线的10款AI应用之一。

4月10日，北京市气象台发布近10年来首个大风橙色预警。中国气象局启动了重大气象灾害三级应急响应。4月11日6时，中央气象台继续发布大风黄色和沙尘暴蓝色预警。极端大风在路上。周末这场北方大风究竟会有多大？此前，“伏羲”为此次预警提供最新预测结果，实时预测北京大风预警时效，并提前锁定强风路径与强度峰值，帮助我国北方地区提前做好针对气象灾害的安全防范工作。

“伏羲”大模型能提供全球未来15天，逐小时温度、风速、降水、辐照等要素预测。在预测速度上，相较于传统物理模型有千倍提升；在预测精度上，超过传统气象领域的最优物理模型HRES，并在同类大模型中实现整体精度的领先。

从1.0升级为如今的2.0版本，“伏羲”融合了人工智能技术与气候气象科学，是行业内首个次季节气候大模型，也是首个面向气象导航优化的全球气象大模型。之前有过多“神机妙算”的“伏羲”此次还提醒：我国中东部地区天气复杂。本周末上海天气变化剧烈，气温大起大落，请及时增减衣物。周五夜间至周日白天风力整体较大，应做好安全防范。

「伏羲」预测今明大风风力又快又准

上海市胸科医院治疗食管癌取得突破

术前“化疗+免疫”让癌细胞无处可逃

老胡快70岁了，因为吞咽困难来医院就医，没想到是食管上长了一个近3cm的大肿瘤，且有淋巴结转移。按传统方式，老胡已经错过手术治疗的机会。但现在，他有了新的选择！医生们为他制定了术前“放疗+免疫治疗”的新辅助治疗方案。在两个周期的治疗后，他体内的肿瘤竟然神奇地“消失”了，吞咽困难也完全缓解。考虑肿瘤性质以及复发等原因，医生为他进行了微创的机器人食管癌根治手术。从“不能手术”到“根治性治疗”，老先生对医生高超医术感激不尽。

中国，是全球食管癌发病率和死亡率最高的国家之一。在食管癌的分型中，食管鳞癌占比超过80%。日前，上海市胸科医院胸外科主任李志刚带领团队，联合国内外多家医学中心进行研究探索，在食管鳞癌的术前治疗和精准评估领域取得重要突破，为患者带来了更多生的希望。

传统方式中，局部晚期食管鳞癌的标准

治疗策略是“术前放疗+手术”。但约一半患者在术后仍会出现复发或转移，其中远处转移的发生更是严重威胁患者生命健康。如何破除这一困境？李志刚带领团队开展的最新研究提出了一种新策略：术前化疗联合免疫治疗，此成果发表在外科学顶刊《美国医学杂志(JAMA Surgery)》上。这项覆盖中国8家大型医疗中心、纳入1428名患者的大样本研究显示，接受“术前化疗联合免疫治疗”的患者，两年总生存率高达81.3%，显著优于传统治疗组的71.3%。更令人振奋的是，“术前化疗联合免疫治疗”组的患者，其远处转移率较以往降低了近一半，且并发症也较少。

手术是食管癌治疗的重要环节，李志刚团队通过“深咬活检”(从原病灶多点取样)、超声内镜穿刺可疑淋巴结，并结合PET-CT扫描，来准确识别病灶，并以此来区分不同类型的患者，给出不同手术策略。数据显示，这套方法不仅能精准发现食管内病灶，

更能提前发现近5%的远处转移患者。

在一系列扎实的临床研究成果的基础上，上海市胸科医院胸外科针对局部晚期食管鳞癌患者，已全面推广个体化治疗策略，将患者分类施策，提出“三段模式”。

■ **高危患者** 针对性选择新辅助“化疗+免疫”或“化疗+放疗”方式，最大限度清除癌细胞或者遏制其生长，为患者争取手术切除的机会，同时延长患者的远期生存。

■ **“术前化疗联合免疫治疗”效果佳的患者** 通过精准评估，实施“主动监测”，避免过度或者过早手术，以“保器官”策略，提高患者生活质量。

■ **复发风险高的患者** 在手术后，运用ctDNA检测，来检测患者复发风险，动态调整治疗方案，在最佳时机给予适宜治疗。

李志刚提醒：“早筛早诊仍是关键。若有吞咽不适、胸骨后疼痛等症状，务必及时就医。”

本报记者 左妍

新民随笔

“包容天下”品烧卖

王蔚

每到开春，沪上古镇的烧卖很热销，它以当季春笋、鲜肉为馅料，皮薄肉香笋鲜，是江南的特色点心，有的还被列入了非遗名录。

发现吗？“烧卖”两字似乎更多流行于南方，沪苏浙及粤港澳一般都写作烧卖，而北方地区则习惯将所有薄皮开口的食物写成“烧麦”，以示与包子的区别。北方烧麦通常用小麦粉擀皮，牛羊肉作馅，品种比较单一，比如，乾隆下江南时的膳食档案中就记载了“以羊肉为馅，形若石榴”的御膳烧麦。到了南方，烧卖的品种就变得丰富多了，虾仁、火腿、咸蛋黄都可入馅，还有甜口与咸口之分。

从外观上看，不同的面点制作工艺很能反映出地域的特点。北方烧麦做得比较大，分量甚至不输大肉包子，而广东的烧卖经过不断改良，馅心有多种多样，且都小巧玲珑，即便口若含朱丹的少女，一口吞进一个也不失优雅。江南的烧卖个头适中，介于包子与小笼之间，既不粗犷张扬也不小家碧玉。

传说烧卖始于宋朝，当时也被叫作“捎买”。上海人戏称烧卖是“一边烧一边卖”，十分形象。武汉人的烧卖叫“重油烧梅”，是过早文化的代表之一，口味清淡的人最好要小心尝试。说实话，我更喜欢上海人做的“有饭”

的烧卖，就是馅心以糯米饭为主，用老抽着色，开口处以少许肉丁、香菇丁和松仁点缀，很有海派风味。同样的馅心，我经常用大馄饨皮做烧卖，既方便又好吃。

我想，烧卖、烧麦、捎买、烧梅，怎么写已经不重要，追溯源头也没有太大的意义。沧海桑田，斗转星移，天南海北很多地方都有将烧卖(烧麦)视作为自己本土代表性食品的说法，而且还流传着各种底蕴深厚的典故。这就是中国饮食文化的魅力所在。就像烧卖，可以“包容天下”，将世间美味包裹在其中，又大大方方地将真实内心袒露于人。

声明

近日，大芦线东延伸航道整治工程建设过程中，我单位在上海市大治河与长江口南槽水域交界处河床面下探测到一条不明线路(首尾端点概位: 31° 02' 02" N, 121° 59' 17" E至 31° 01' 50" N, 121° 59' 28" E)。由于附近未见明显管线标志标识，经过各方努力，该权属单位和线路性质均无法查明。为避免后续施工对该线路造成不利影响，现向社会征询该不明线路的权属单位和线路性质，请在10个工作日内联系我单位。若相关主体方未在前述时间内主张权属的，我单位将依法将其视作无主障碍物。

中交上海航道勘察设计研究院有限公司
2025年4月12日