

孩子有陪伴 家长更心安

2026年上海市小学生爱心寒托班圆满收官

对好零件，照上阳光，小风车转了起来。

“原来阳光有这么大的力量，这是属于地球的‘魔法’！”在松江区九里亭街道爱心寒托班上，刘慕凡小朋友亲手拼接了一个光伏小风车模型，直观体验了一把“阳光变电能”的奇妙过程。当天，中铁十五局上海新能源公司的青年志愿者带来了主题为“地球保卫战”的新能源科普活动，参加爱心寒托班的孩子们围坐在一起，认真学习风电、光伏等清洁能源知识。

今年寒假，由团市委、市教委牵头，会同19家单位举办的2026年上海市小学生爱心寒托班如约而至。作为连续多年的上海市为民办实事项目，超万名小学生在爱心寒托班度过了一个快乐、丰富、有意义的寒假。



①

精准服务 暖心支撑

“以前假期总担心孩子一个人在家不安全，现在有了爱心寒托班，孩子不仅有人照顾，还能学到知识、交到朋友，变得更开朗自信了！”一位家长的感慨道出了众多家庭的心声。对于不少职工家庭来说，孩子的假期看护问题，颇让人发愁。在过往的基础上，把工作做实做细，才能更好地解决青年家长“看护难、接送难”的急难愁盼。

针对往年不少家长反映的“手慢无”问题，今年，爱心寒托班的范围和数量继续增加。今年的上海市小学生爱心寒托班在全市共设297个办班点，较去年增加24个，规模数量再创新高。与此同时，爱心寒托班报名延续了去年“一网通办”在线即可报名的便利。各区借助新的数字手段，进一步优化报名流程。比如，在长宁区，依托“随申办”青年一站式服务平台，家长最快5分钟即可完成线上报名、候补、支付、材料提交与审核全流程操作，较以往2-3天的报名周期效率大幅提升，真正让数据代家长跑腿，实现报名阶段“一次都不用跑”。

在办班点位增加的基础上，多个区的爱心寒托班，根据服务人群的切实需要，试行“早到看护、晚托延时”的时间制度，灵活延长办班时间，为家长做好兜底保障。在金山区，全区11个办班点均按需提供免费延时服务，最晚接回时间可达17:30，并辅以规范的看护人员值守交接程序，切实筑牢安全防线。黄浦

区小东门街道为商务楼宇白领家长提供“弹性延时服务”，通过排摸需求、轮流陪伴，来缓解接送焦虑。

在服务人群方面，今年，爱心寒托班还积极响应“共青团·伙伴计划”，将服务触角进一步延伸至园区、商圈、楼宇及新时代城市建设者管理者之家，精准惠及更多新就业群体、来沪人员子女等群体，紧扣青年发展型城市建设要求，为青年人才安居乐业提供暖心托育支撑。

徐汇区长桥街道通过“四百”大走访和“我们在一起”活动，深入摸排辖区内“小、个、微”商业主体以及外卖骑手、快递员等新兴领域就业群体的假期带娃需求，让这些为了城市奔波的人员的孩子们能在托班中与父母团聚，无照看之忧。在临港新片区，爱心寒托班则以“园中班”模式推动人才服务从“保障型”向“发展型”升级，为科创人才扎根临港提供了持久动力。静安区开设“云托班”，为150名困境青少年提供一对一专属线上服务。以民生实事传递冬日温暖，爱心寒托班为上海的青年家长们编织起一道社会托育的保障网。

2026长征镇爱心寒托班



②

保障安全 健康成长

安全是重中之重。为了做好爱心寒托班的安全工作，以市、区爱心寒托班组织机构成员单位为主体，综合发动教育、公安、卫健、应急管理、市场监管、城管、消防等专业力量，爱心寒托班建立起了开班前联合验收审核和开班过程中的走访督导以及联防联控等工作机制，并及时更新了《安全防范指南》与《办班手册》，提供“教科书式”工作指南，推动安全管理进一步向规范化、标准化升级。

而在服务人员方面，各区也充分发挥自身优势特色，搭建起志愿者“选培用”机制，构建覆盖“岗前一在岗一专项”的全周期培训体系。在闵行区，团区委联合区卫健委、区疾控中心、区红十字会，为每个班级的卫生保健专项负责人集中开设传染病防控与急救知识培训。黄浦区开班前组织集中线下培训，开班后建立“每周一总结”机制，及时复盘，筑牢安全底线。

爱心寒托班也是培育小学生安全意识、提高未成年人应急处置能力的绝佳课堂。在课程与活动设计上，金山区“暖心课堂”摒弃了单一看护模式，构建了兼具安全性、趣味性、成长性的多元体系。为筑牢安全防线，社区还特别联动公安、司法、应急管理等部门，开设未成年人自护专题活动，通过情景模拟、案例讲解、互动演练等形式，向孩子们普及交通安全、防溺水、防诈骗、消防安全等知识，帮助他们提升自我保护意识与应急处置能力。

青浦区则联合区卫健委及区妇幼保健所、红房子医院青浦分院、区疾控中心、区急救中心、区血站等公共卫生单位，聚焦小学生健康安全素养培育，以专业的医学活动，量身打造

开学健康第一课，于开班第一天全覆盖走进爱心寒托班。

在身心健康方面，爱心寒托班请来专业人员，为儿童心理健康保驾护航。“你心里的‘小怪兽’今天是什么颜色？”闵行区精神卫生中心孙国英副主任医师通过情景故事和互动游戏，带领孩子们认识情绪、表达情绪，引导孩子们用“说出来、画出来、玩出来”的方式与情绪友好相处。这场别开生面的活动，在轻松氛围中为孩子们播下了心理健康的第一颗种子。

民以食为天，孩子们舌尖上的安全与健康，牵动着千万家长的心。在开班前，团市委便联合市市场监管局修订完善《工作指引》及协议模板，严格审核供餐企业资质，强化从采购、加工到留样的全过程监管。浦东新区还首次在全区办班点实行“团干部陪餐”制度，团干部们变身成为孩子们的“饭搭子”，亲身检验用餐环境及餐食质量，全力守护学生舌尖上的安全与幸福。杨浦区也落实了团区委书记班子、街道分管团干部陪餐制度，重点保障供餐质量，规范托班日常管理，全方位守护学生安全。让孩子安心，让家长更放心。

吃得安，还要吃得好。今年的爱心寒托班，不少点位都在餐食方面做了精心设计。崇明、静安等区推行“双选营养餐”，每周提前公示A/B午餐菜单，让孩子在均衡膳食框架内自主选择，兼顾营养与偏好，引导健康饮食习惯，还配套提供“能量下午茶”，通过水果、点心等适时补充，护航孩子全天活力。



④

系统协作 薪火相传

“当我穿上志愿马甲，站在爱心寒托班门口的那一刻，仿佛看到了当年那个怯生生的自己，也真正读懂了‘传承’二字的深刻含义。我还利用自己的特长，为小朋友们开设了‘逐梦蓝天’科学创客活动。我希望能像当年那位教我做橡皮筋飞机的老师一样，在孩子们心里种下一颗梦想的种子。”像黄浦区南京东路街道爱心寒托班志愿者唐嘉杰一样，曾经受益于爱心寒托班，长大后又回馈当年自己梦开始的地方的大学生志愿者，不在少数。

经过多年探索实践，爱心寒托班已被打造成大中小学生学习教育一体化的有效载体。今年寒假，虹口区通过建立“梯队式”培养机制，坚持向内深挖、向外对标，遴选往届优秀志愿者并实施“传帮带”，推动新老衔接、能力共进。实践中，越来越多受托管学生成长为志愿者，骨干力量进一步走上教学与管理岗位，实现服务力量的接续。从受益者到奉献者，恰如志愿者应乐所说，“现在站在这里，是把当年的温暖传下去”。一棵树摇动另一棵树，一个灵魂触动另一个灵魂，这正是教育的意义之一。

而作为一项系统性工程，爱心寒托班的发展，既连接起大中小学生的学习、成长与实践，也让社会各界资源充分涌流，共筑起儿童友好、青年发展友好的人民城市。

社会的共同参与，为爱心寒托班增添了多元的色彩。依托“市级配送、区域特色、社会众筹”的资源整合方式，全市各级团组织、青年志愿者服务队及社会组织积极参与，根据办班点的活动需求，累计提供线下公益活动近1.5万课时。

杨浦全区系统性整合资源，深入挖



青浦区盈浦街道开展消防安全小课堂活动。



长宁区新华路街道开展“开班第一课”主题活动《我与祖国共成长——一起走进“十四五”规划》。

思想引领 启智育人

爱心寒托班不仅是孩子们假期里温暖的港湾，也是在孩子们心中种下一颗种子、为孩子们寻找更多可能性的梦想启航之处。

恰逢“十五五”开局之年，今年，爱心寒托班将党的二十届四中全会精神与“十五五”规划愿景融入活动和主题设计，在全市统一开设开班第一堂主题教育《我与祖国共成长——一起走进“十五五”规划》，引导学生厚植家国情怀，树立与祖国共同成长的主人翁意识。静安区以漫画形式为辖区学员解读青少年版“十五五”规划纲要，引导学员立足静安、畅想未来，积极献上发展“金点子”，写下心中成长小梦想。

在人工智能持续火热、科技创新越发生成为时代潮流的大背景下，各区充分挖掘区域资源，将科技创新的种子深度植入活动中，提升孩子们的科学兴趣和素养。在徐汇区龙华街道，人工

智能启蒙活动让孩子们化身“小指挥官”，通过拼搭智能小车理解计算机逻辑。机器人的互动展示更是让活动气氛达到了高潮。

浦东新区张江镇则充分立足科学城科创底色，将科创特色活动深度融入爱心寒托班，给孩子们提供无人机编程、AI绘画、3D打印与激光切割等前沿科技体验，并引入机器人大赛等实践内容，充分激发了学生的科学兴趣、创新思维与实践能力。

上海是党的诞生地，有着丰富的红色资源和文化基因。恰逢年关时节，不少办班点将街区特色、文化传承的元素加入活动设计中，引导小学生在玩中学、学中体验，更深刻地感受自己生长的土地与文化。普陀区曹杨新村街道作为上海首批工人新村之一，以建村75周年为契机，开设一米视角和未来社区活动，让孩子们在触

摸红瓦白墙中读懂光荣的工人历史，在AI绘图中畅想未来。宝山区将淞沪抗战纪念馆、顾村公园、长滩观光塔等地标融入马年与“社区小先生”元素，原创五款“宝山印记”红包盲盒，在安全知识、家乡文化问答中，让小学生读懂地标背后的历史与精神。

在嘉定区爱心寒托班，十位上师高学生化身“小先生”走进嘉定镇街道办班点的课堂，依托嘉定园林、法华塔、西大街、孔庙、南翔老街等历史地标，串联起从地理地标到精神坐标的文化传播，让更多的孩子感受到家乡生生不息的历史脉搏。奉贤区在五育融合的整体框架下，充分结合奉贤地域文化、团队专业优势及年度主题元素，实现活动内容覆盖非遗传承、红色教育、法治安全、环保实践、乡土认同、身心健康等多个维度。