

“大手牵小手”支援服务

红背心志愿者同心携手去战“疫”

3月7日，牡丹三居委陆续迎来了“五户”家庭，有母子、有母女，他们共同来参加“大手牵小手”同心携手战“疫”志愿社区服务。五位学生，或稚气或羞涩充满了朝气，他们穿上志愿者红背心，协助居委发送口罩购买短信，脸上露出认真专注的神情。

他们来自大唐盛世花园一期，体验“协助居委预约口罩发短信”的工作。在居委工作人员以及妈妈的协助下，他们先后发送了360条短信。学生们认真仔细圆满地完成这项社会实践，为防控疫情尽了一份绵薄之力。

第一次感受到重重的责任

Lisa 是建平西校初二学生，她看到了小区穿红背心的志愿者，便向妈妈提出想参加社会实践，然后积极地报名。做完活动，她告诉妈妈：“我很惊讶地发现居委会的工作居然如此繁琐，很感激他们的默默付出。同时，发出的信息是不能撤回的，发错了就麻烦了，我第一次感受到重重的责任。”

我在想办法，小程序我来编程

Ham 是建平西校初三学生，他说：“这些志愿者活动挺好的，为疫情献出自己的一份力，体验一下辛苦的居委会工作人员每天要做的事。”说完，他又建议：“人工一条一条地发短信太辛苦，我在想办法……每条短信内容是一样的，只是要改编码，所以可以只发一条统一的短信到同一个链接上，每个人去查询自己的编码。这样只需要一个小程序，我可以来编程。”

有一分光，发一分热 世界会因我们而更美好

吴宸祐是海桐小学五年级学生，他说：



“需要耐心、细心。我平时做事情比较粗心、马虎，但是我这次我和妈妈配合得很好，一个人念号码，一个人输入，输完再进行复核，确保准确无误。希望我们的志愿者工作能为大家带来帮助。中国加油，武汉加油！”

尽微薄之力，安千家之心！ 我们协手抗疫

穆宏恩是建平西校初一学生，他在发短信时和妈妈说：“做发短信的工作要认真，每个号码都要对，我们仔细一点，认真一点，让每个人都收得到”。孩子气的脸上显露出认真

负责的表情，他平时还帮楼组长爷爷挨家挨户地发通知。

我还会毫不犹豫地“举手”

Amelia 是进才中学国际部六年级女学生，比利时籍。她说：“突如其来的疫情居然让我意外收获到做一名志愿者的机会。设身处地地体会到了在学校和家庭里都从未感受过的经历。原来，接受一项任务并把它圆满完成可以给自己带来这么多的满足感！或许这就是当一名志愿者的初衷吧。相信如果再有机会，只要是我力所能及的，我还是会毫不犹豫地

“举手”的！”

面对危机，学生是弱小的，但当他们穿上志愿者红背心，非同一般的责任感和勇气也会油然而生，也许孩子们的能量比自己想象的还要大！

目前，疫情已经演变成全世界共同面对的问题，但疫情之下还有这样一群人，他们温暖、善良、聪明，他们也许是你的母亲、你的孩子、你的邻居，或者就是你自己。他们用自己的爱心、坚韧和智慧，积极地行动，默默地支撑和守护着人们的生活，他们是平凡世界中不平凡的人。

(牡丹三居委)

榕妈厨房



嗨，大家好！我叫榕妈，是住在联洋新社区的一位全职妈妈。对于妈妈们来说，如何抓住家人的胃是个很重要的课题，我虽然不是科班出身，但也算对各美食小有研究。

腐乳肉是一道常见的名菜，主要食材是五花肉和腐乳。五花肉又称“三层肉”，位于猪的腹部，猪腹部脂肪组织很多，其中又夹带着肌肉组织，肥瘦间隔，故称“五花肉”，这部分的瘦肉也最嫩且最多汁。腐乳的原料——豆腐干，是营养价值很高的豆制品，蛋白质含量达15%—20%，与肉类相当，同时含有丰富的钙质。腐乳在制作过程中经过了发酵，从而生成大量的低聚肽类，具有抗衰老、防癌症、降血脂、调节胰岛素等多种生理保健功能，对身体健康十分有利。

本期美食： 腐乳肉

主料：五花肉
辅料：腐乳、葱、姜、冰糖、油

制作过程：

- 1、将五花肉切成合适大小，加适量料酒焯水3分钟左右，洗净沥干备用；
- 2、热锅热油爆香葱姜，加入五花肉翻炒；
- 3 等到五花肉煸炒到微缩，加入腐乳汁翻，让每块肉都裹上汁水；
- 4、倒入开水（水量没过肉），加入冰糖调味后转小火炖煮90分钟；
- 5、再转大火收汁即可。



如果你也是吃货、你也钟情于摆弄美食，就拿起手机扫描下方二维码关注“联洋妈妈俱乐部”的公众微信，与我们一起分享你的美食经吧。（关注微信后，回复“姓名+电话”，24小时内会有客服人员与您联系。



公告牌



咱们花木将迎来一家新养老院！建筑面积超70000平方米，一起来看看养老院的效果图，还有其他相关数据详情吧！

建设工程名称：上海由由养老院（暂定名）
建设单位：上海由由养老投资管理有限公司
工程地址：浦东新区六里社区 Z000402 编制单元。

项目介绍

项目位于上海市浦东新区花木街道。
用地范围：东至下南路，南至 08B-04 地块，西至博佳路，北至 08B-01 地块
规划用地性质：其他公共设施用地 C9（养老院）
工程性质：养老院

主要经济技术指标

总用地面积：20567.7 平方米
容积率：2.5
计容建筑面积：51419.25 平方米
建筑面积：71000 平方米

绿化率：35%
建筑高度：50 米

养老服务作为社会关心焦点之一，与我们每个人息息相关。此次将新建的由由养老院，会进一步完善区域养老设施，为老年人提供更为完善的保障！

(浦东发布)

