

在欢声笑语中“淮”旧迎新

2020年12月31日，南山居委会在南山综合活动室举办“淮”旧迎新，安全知识问答活动。特邀了淮剧演出团队来汇演，邀请南山志愿者、楼组长来参加此次迎新活动。

下午1点不到，居民们就走进南山居委活动室坐等活动开始。一看见淮剧老师来了，居民们非常热情地用苏北方言说道：“我们从小就喜欢听江淮戏，那个样板戏‘小小煤渣作用有多大’我们小时候一直唱的”。本次活动邀请了上海淮剧团国家二级演员孙步坤和戴莲娣老师，演唱了淮剧周派家喻户晓的代表名段“河塘搬兵”。戴老师载歌载舞演唱了《哑女告状》中的四季调“龙楼凤阁”选段。

在听曲的同时，南山居委会还设置了宣传安全小知识的抢答环节，大家踊跃积极参加。静安淮剧周派中心的艺术家们还演唱了“探寒窑”“敬爱的周总理”“南北和”“郑巧娇”等剧目中的名段。台上演员唱，台下观众也跟着唱。大家听得非常过瘾！

最后，淮剧老师现场教学，教台下的居



“淮”旧迎新活动现场

民同唱淮剧“抗疫小曲”，优美的淮剧旋律，让有情怀的居民们都高高兴兴！此外，大家还收到了介绍淮剧的书籍《周筱芳》。本次活动在大家的欢声笑语中圆满结束。

(南山居民区)

“匠”心小笼包 包出邻里情

为丰富辖区居民健康生活，提升家庭幸福指数，近日，新赵家宅居民区“妇女之家”举办了“‘匠’心小笼包 包出邻里情”活动。本次活动共邀请20名妇女骨干参与，共同感受传统美食文化的魅力。

活动中，来自嘉定区优秀女性服务项目组的黄珊老师，为大家讲解了南翔小笼的历史起源和传承情况。接着，在南翔小笼店工作过的陆彩芬师傅向大家讲授小笼包秘制手法，融合多年“匠心”“匠艺”，“揪、擀、拉、捏”制作出皮薄馅多、口味鲜美的“匠”心小笼包。



阿姨们个个听得仔细，看得认真，并积极参与实践操作，还不时询问相关问题，老

师一一给予解答。1个多小时后，一笼笼晶莹剔透的小笼包很快出笼，香气四溢，大家一起开心地品尝。

“这样的活动让我们这些家庭主妇受益匪浅，应该多多开展。我们学会了再传授给社区其他居民，在传统佳节可以拿出小笼包的手艺来做公益，让我们的独居老人都能尝到我们亲手制作的小笼包，让居民区充满人情‘味道’”大家一边品尝着自己的劳动成果，一边为活动点赞。

(新赵家宅居民区)

街道开展12345市民服务热线 手语视频服务推广活动

2020年助残周首日，上海12345市民服务热线手语视频服务正式开通运行。2020年10月28日市政府召开12345市民手语视频热线服务工作会议，并对全市推广基层工作的部署。此后，上海的听力及言语障碍人士，可以通过手机和电脑，用手语视频的

形式向12345平台提交对上海公共管理服务的咨询、投诉、意见和建议。

2020年12月3日是第29个国际残疾人日，芷江西路街道聋协号召社区聋人，积极宣传市、区残联推广市民12345手语视频热线，帮助社区聋哑人士下载天翼云会议APP，让他们

掌握如何使用这12345手语服务视频热线来无障碍服务他们，给他们带来欢乐和自信。

上海作为国际化大都市，便民服务越来越精细化，扩大覆盖面，让每一个市民都能感受到城市的温度。

(社区服务办)

健康科普

“连环三招”筑牢健康防护罩

秋冬季节是呼吸道传染病的高发季节，在做好科学佩戴口罩、保持社交距离等防护措施的同时，仍需注意预防接触冷链物品导致的新冠病毒传播。来看“连环三招”，一起筑牢健康防护罩。

关注冷链食品

对于进口冷链食品，居民应在“购买、储存、加工”这三个节点要注意以下几个原则。

一是去正规超市或市场选购冷链食品，关注食品产地、来源、进口食品检疫等相关信息以保证来源安全。二是尽量避免用手直接接触，可使用一次性手套，接触后也应及时洗手，同时戴好口罩，此外最好采用独立封闭包装。三是冷冻冰鲜食品放置冰箱冷冻室保存，不要存放过长时间，与熟食要分层存放；要遵循“生熟分开”原则，刀具、砧板、餐具（盆、盘、碗）等器具单独放置，也要与熟食分开，使用完后及时清洗消毒，清洗或接触冷冻生鲜食品后，应洗手再接触器皿或熟食；肉蛋海鲜类食物一定要烧熟煮透，在此过程中，牢记不摸眼口鼻。

关注来自高风险地区的 快递、货物

居民查收来自高风险地区的快递、货物时，可戴上塑胶手套或一次性手套；收到来自高风险地区的快递、货物时，可先用75%的酒精或含氯消毒液等擦拭消毒，但需要注意酒精是易燃物品，切勿进行大面积喷洒消毒。拆完快递后，要及时用流动水加肥皂或洗手液洗手，或使用免洗手消毒液。

继续做好手卫生

世界卫生组织提示，正确洗手包括“三要素”：洗手时使用流动水冲洗；使用肥皂或洗手液等清洁用品；洗手时间不少于20秒。

因为新冠病毒有脂质包膜，难以被水破坏，而皂液在作用一定时间后可破坏病毒包膜，从而瓦解病毒。所以，洗手需要保持一定时间，充分搓揉不少于20秒。同时提醒，肥皂应保持清洁和干燥，减少共用，并定期清洗肥皂盒（架），以免成为微生物的“摇篮”。

(市卫健委、市健促中心)

挥墨迎春 福满芷江



2020年12月29日上午，芷江西社区文化活动中心特别邀请书法团队百乐书画社的骨干成员开展“挥墨迎新，福满芷江”的迎新活动。

本次活动旨在弘扬春联这一中国特色的传统文化，增强居民们对传统文化的热爱；同时，也能给社区书法爱好者提供一个展示自我的平台，让其感受书法艺术的魅力。

当天，社区书法爱好者挥墨共写就百余套春联和“福”字，带着新春的祝福，送给了社区居民。

(张翠玲)

百姓私房菜

巧手制作 点点心意

为将幸福的滋味传递到每位芷江人的厨房，本报特别开辟《百姓私房菜》栏目，分享每一道私房菜的制作方法，让芷江人从做菜中收获一份乐趣，生活更有滋味。

1 芒果椰汁冻糕



厨艺达人：李赞（共和新居民区）
烹饪方式：冷制
用料及用量：
芒果（喜欢多少放多少）1只、牛奶250G、椰浆（适量，视个人口味）100G、吉利丁粉（鱼胶粉）15G、糖（视个人口味）20G

制作工序和要点：
1.芒果切粒。用水将吉利丁粉融化待用。（可以隔水加热）
2.牛奶烧开即关火，加入椰浆、糖，将其一起搅拌均匀。
3.将第一步的吉利丁水和芒果粒加入牛奶，装入容器。
4.放入冰箱冷藏。（非冷冻）

2 酸奶土豆饼



厨艺达人：王云华（南山居民区）
烹饪方式：煎
用料及用量：
1.土豆一个
2.酸奶半杯（可根据自己口味添加酸奶量）

制作工序和要点：
1.将土豆洗净，去皮，切片。
2.锅内倒入少许橄榄油，油热后放入土豆片，等土豆片两面均匀煎至金黄色即可出锅装盘，根据自己的口味添加酸奶。

3 椰汁西米露



厨艺达人：刘莎（洪南山宅居民区）
烹饪方式：煮
用料及用量：
牛奶200ml，椰奶500ml，西瓜少许，椰果少许，西米露100g，蜂蜜少许

制作工序和要点：
1.水烧开放入西米露，并不断搅拌，西米露烧制透明后，用水不断冲洗，洗净后放凉待用
2.将牛奶和椰奶倒在一起烧开，放入蜂蜜后放凉待用
3.将水果和西米露倒入牛奶和椰奶中，放进冰箱即可