

# “联合国观察员”走进校园 寒托班精彩不止一点点

□ 记者 沈艺飞

“哇!勋章!贝雷帽!”上海市教育科学研究院实验小学的教室中传来一阵阵小朋友们的欢呼。徐汇区委老干部局“光启晚晴”五老报告团成员吴水华曾在斜土街道工作,1月23日上午,他回到了斜土街道,在寒托班办班点给小学生们讲述他在联合国维和部队时发生的故事。“希望孩子们能知道和平是人类共同的愿望,要珍爱来之不易的和平,从而为维护世界和平而努力学习、奋斗。”吴水华对记者说道。

寒托班办班点负责人代表陈丽琴老师也深受触动:“吴水

华老师结合自身的经历,带孩子们回顾了维和战士们艰苦奋斗的岁月,让孩子们深刻感悟到国际维和人员作出的贡献以及和平的可贵。”

据“光启晚晴”五老报告团团长姜运昌介绍,在本次寒托班中,共计有14位曾在各行各业发光发热的老同志走进徐汇区13个街镇的寒托班办班点。老同志们结合自己的专业和人生经验,为小朋友们带来包括《马兰精神》《维和部队的故事》《徐家汇的昨天今天和明天》《谈德育与文明旅游》在内的多个精品课程。

今年是五老报告团走进寒托班的第一年,由于参与寒托班的多为小学生,五老报告团成员结合曾经与学生们交流沟通的经验,最终决定结合五老报告团“老干部、老军人、老专家、老劳模、老教师”汇聚的特点,以“讲故事”的形式,让孩子们在故事中感悟道理。在寒托班开课前,老同志们还针对寒托班工作举行了座谈暨集体备课会,他们发挥自身优势,注重言传身教,倾注满腔热爱,将以青少年听得懂的语言为他们带去一个个暖心故事。



# 土山湾社区食堂年夜饭最低 99 元起

□ 记者 李梦婷

农历新年的脚步越来越近,作为一年中最重要的一餐,年夜饭满含着大家对新年的美好期许。位于徐家汇街道蒲汇塘路的土山湾社区食堂也为居民们准备了三份不同价位的年夜饭套餐,居民们可以自行订购,待制作完成后到店自提。

“龙年大吉,福气满满,年菜礼盒,火热预订中!”1月22日,记者来到土山湾社区食堂,看到社区食堂的年夜饭预订已经提

上日程。不少前来用餐的居民在等待取餐的间隙,打听起了今年年夜饭如何预订。

“我今天来吃午饭,看到食堂里贴了年夜饭的海报,准备还是在食堂预订,这样过年就不用费心烧饭了。”王阿姨是土山湾社区食堂的常客,自去年食堂开业以来,王阿姨和老伴每天都会来食堂解决一日三餐的问题。而今年的年夜饭,老两口就准备直接在社区食堂预订。

入口即化的狮子头,浸泡在鲜美的肉汤里,不断吸收汤汁的鲜味,不仅汤汁鲜,狮子头也鲜味十足;甜糯的藕片搭配清香四溢的干桂花,甜而不腻,口感极佳;肉质鲜嫩的鲈鱼,浇上红烧酱汁,激发出鲈鱼本身的鲜味……这些本帮菜式,作为上海人年夜饭的必备,社区食堂的价格与口味可谓是物美价廉。

记者从土山湾社区食堂负责人处了解到,从1月16日食

堂开始陆续接受居民的年夜饭预订,今年年夜饭共有99元两到三人餐、228元四到五人餐以及398元五到六人餐,三种不同套餐可供居民选择。

按照以往社区食堂年夜饭的销售情况来看,今年预订也依旧火热,预订时间将截止到本月31日。2月1日起,居民就可到社区食堂进行自提,菜品都是真空包装,居民只需回家花上十几分钟进行简单加工,美味即可呈现餐桌。

# 一张白纸几行墨字 在非遗传里沟通古今

□ 记者 解景昇

枫林街道天龙党群服务中心·邻里汇近日开展了“非遗进社区”主题体验活动,活动为期两日,为社区居民们带来了造纸术和活字印刷的有趣体验。手作一张白纸、印上几行墨字,不仅是对古老技艺的亲身实践,更是一场对非遗文化的深刻体验。

在第一天的造纸术体验活动中,枫林街道社工通过图片、文字和实物的展示,让居民们了解了造纸术的起源、发展和演变过程。经过筛选、浸泡、打浆、抄纸、压榨、烘干等步骤,最终得到了洁白的纸张,这个过程看似简单,实则包含了很多技术和学问。造纸不仅需要耐心和细心,更需要对技术的理解和掌握。

居民陆阿姨告诉记者:“古人真是厉害,能想出这种方法来造纸,这一张张纸很金贵。”每一张纸的成功制作,都是造纸人千百次实践的积累与用心,居民们在社工的帮助下体验了造纸的全过程,纷纷赞叹古人的发明能力和造纸术的非遗工艺。

在第二天的活字印刷DIY活动中,社工先向居民们详细讲解了活字印刷的历史背景、制作工艺和使用技巧等知识。在对活字印刷的历史背景有所了解后,居民朋友们开始了自己动手操作印刷的过程。他们饱含热情地跟着社工一步步学习,从刷油墨到字版上,再到将字印刷到纸上,每一步都非常认真地操作着。

枫林街道相关负责人告诉记者:“此次活动让社区的阿姨伯伯们既能学习到知识,又能感受到乐趣,我们也会继续组织开展好这样有益身心的社区活动。”

# 1.5 小时、40 年人生 一场“书香悦读”活动意味深长

□ 记者 李瑾琳 陆翔 徐喆衍

一场“书香悦读”活动近日在天平街道邻里汇·66梧桐院2楼的小舞台举行。这是知名学习平台“有书”APP举办的一场别开生面的线下活动。

活动开始,“书香悦读”的领读人欧阳文芳先和全体书友分享了一本书——《在世界找到你的位置》。这本书是作者斯坦福大学前教务长朱莉·利思科特·海姆斯写给成人的“成年人人生指南”,她用自己的人生故事,结合真实的成长案例,帮助年轻人培养品行、提升智慧。

六名书友虽然年龄各异、背景不同、经历不一,但都非常投入地分享了各自的读书体会。领读人让大家回忆,哪一刻感到自己“真正”成熟了。刚刚成年的大学生说是自己承担更大责

任的时候,年轻的白领则是想起了父亲进ICU的那一刻。大家一致认为,面对人生的挑战和困境,只要克服内心的恐惧,直面问题,一步一步走过去,问题也会一步一步得到解决。

有趣的是,在分享完了本书之后,欧阳文芳还带领着几位书友玩了一个特别有意义的沙盘游戏——“财富流”。进入成人世界,人需要不断提高自己的各种能力:处理问题的智商、与他人相处的情商、应付逆境的“逆商”,以及获得财富、提升生活质量的“财商”。这个活动便是一个测试“财商”的游戏。

游戏开始前,领读人让所有的参与者先选择一个梦想,也给大家一个“身份”,有医生、律师、客服人员等。所有人的初始年龄都是风华正

茂的“20岁”,手上或多或少有一笔“资金”。参与者通过轮流掷骰子的方式,指挥着属于自己的小人像在沙盘上前进,前进的脚步不同,会行进入到人生不同的阶段,遇到创业、投资、买房等人生抉择,参与者可以根据自己的人生体验,作出选择。

随着游戏的推进,每隔一段时间,时间就会向前推进5年,系统会发出提示,“时间过得真快,一眨眼,我已经(25、30、35……)岁了”,一直到60岁退休,游戏结束。

无论创业还是投资,参与者在作出抉择的时候,付出的不仅有“财富”,还有“精力”,精力值掉到-2的时候,游戏里的玩家就会“猝死”,将提前结束自己游戏里的“人生”。这似乎

也在提醒人们,在奋斗的过程中,不要忘记了健康是第一位的,拥有健康,才能拥有未来。

一场沙盘游戏进行了1.5个小时,所有人都玩得津津有味,浑然感觉不到时间的流逝。在经历过创业、买房、投资、结婚、生子等等人生经历之后,系统的时间走到了尽头。令人惊讶的是,到了“60岁”的年纪,实现了人生财富目标的唯一一名参与者,是19岁的大学生。

欧阳文芳表示,这个游戏没有输赢,重要的是所有的人通过游戏,对自己的个性特点、获取财富的思维方式、个人能力有了更深刻的认识。也许走出这间课堂,他们能够带着这些感悟,更好地面对生活和工作的平衡,在世界上找到自己的位置。

据了解,“有书”APP以“共读”+“模式”创新阅读服务,帮助有读书意愿的终身成长者持续、系统、高效地获取所需知识。目前,“有书”APP在网用户6千万。