

铭记入伍初心为家乡增光添彩

新兵集合！南桥两位好男儿出征

本报讯（袁思瑞 文/陈祥 摄）3月18日上午，南桥镇2024年上半年新兵欢送大会在庄严的国歌声中拉开帷幕。南桥镇征兵工作领导小组成员单位相关负责人，沈陆村、阳光四居单位代表，镇退役军人服务站负责人，应征新兵及新兵家长参加欢送。

镇党委副书记、镇长陈晓维勉励新兵，希望新兵在部队生涯中，发扬“听党指挥、能打胜仗、作风优良”的传统，在本职岗位上努力学习、勤奋工作，苦练本领，磨炼坚强意志品质，努力把自己锻造成为“有灵魂、有本事、有血性、有品德”的新时代革命军人。南桥镇党委委员、武装部部长张丹宁主持会议，南桥镇征兵工作领导小组副组长、副镇长余洁琼宣布入伍命令。

经过了近十天训练基地的艰苦磨砺，曹丹杰和雷金城两位新兵已然脱胎换骨。不仅身体素质得到显著提高，变得更加强壮，就连身姿也越发挺拔，透露出军人所需的刚毅气质。“光荣入伍，青春无悔”。入伍新兵颁发的纪念品不仅仅是对两位新兵的认可，更是对他们未来的期许。

肩负荣光，奔赴山海。新兵代表曹丹杰来自沈陆村，而沈陆村也是奉贤区第一位革命烈士沈志昂的故乡，从小受沈志昂烈士故事熏陶下的曹丹杰，在会上郑重



承诺：“坚决铭记入伍初心，以满腔热忱迎接挑战，勤学苦练、磨砺意志、忠诚于党和人民，决不辜负家人的期望，在军旅生涯

中争创辉煌。”他的话语铿锵有力，掷地有声，让在场的每一位都能感受到他内心坚定的力量。

“这孩子从小立志长大了要成为一名军人，要像烈士沈志昂一样，现在能够如愿参军入伍，我们作为父母感到非常骄傲和自豪，希望通过部队教育管理，能够成为对国家有用的人。”新兵曹丹杰的家长送别儿子时，脸上满是欣慰的笑容！“我会在部队里努力学习，刻苦锻炼自己，不辜负你们的期望！”曹丹杰目光坚毅地回答道。

沈陆村和阳光四居分别为新兵送上《沈志昂烈士家书》。沈陆村的新兵曹丹杰还收到了村委干部满含祝福的寄语：承红色基因，立鸿鹄之志，做有为青年！他将和奉贤第一位烈士沈志昂一样，心怀坚定信念、牢记使命、忠于祖国、忠于人民，在顽强拼搏中磨炼意志，在严守纪律中锤炼作风，用实际行动回馈家乡、回报家乡。

“人民军队是大学校，能锻炼意志，培养优秀素质。作为家长，我们会倍加珍惜这份荣誉，会妥善处理好家中的一切事务，以自己的实际行动支持你们在部队安心服役，积极争当新时代“模范军属”。希望新战士们要珍惜机会，严守纪律，努力成为合格军人、为国家 and 人民做出贡献。”来自阳光四居的新兵雷金城家长代表的发言既表达了对人民军队的信任，也表现出普通父母对孩子的殷切期望。

“青系桑榆”志愿服务团队扩容

为老服务增添志愿新生力量

本报讯（宋子豪）近日，“青系桑榆”志愿服务项目开启了新一批“老伙伴”“青伙伴”结对服务新阶段，共同投身青春为老服务，以点带面，全面开展敬老、爱老、助老等各类志愿服务。

这批“青伙伴”不仅涵盖奉贤区民政局、南桥镇等单位团员青年志愿者参与其中，为“青系桑榆”志愿者队伍注入了新的活力。当天，新融入的“青伙伴”与“老伙伴”们一同签署了结对志愿书，在未来的一年里，“青”“老”携手合作，共同为社区为老服务传递志愿温情。

结对仪式完成后，“青伙伴”们跟随“老伙伴”们的脚步叩开社区老人家的门。送去生活物资的同时，将温暖和青春气息带进社区、带去老人身边。“老桑榆们”见到志愿者们就像见到来看望自己的小辈们，激动地站起身，紧紧拉住志愿者的手，热情地招呼“伙们”们坐下。随后，大家缓缓地口袋中“变”出糖果、水果塞到“伙们”们手中。

孤独是老年人最难排解的感觉。无论是结对一年多的“老前辈”“青伙伴”，还是新结对的“小萌新”“青伙伴”，他们待社区内的老年人就如同自己的亲人一般，给予老人们无尽温暖 and 关怀，时而不也会坐下聆听过来人们的指点与教导。“青伙伴”不仅是志愿服务提供方，也是志愿服务受益者，收获老“青搭子”真切情感、老

前辈指点迷津的宝贵“财富”的同时，更真实感受到自身社会价值。在城市对青年更友好、青年在城市更有为的双向奔赴中，“青系桑榆”志愿服务项目是青年发展型城市建设的一个缩影，更是当代青年富有家国情怀、乐于奉献的生动体现。

“青系桑榆”谐音“情系桑榆”，旨在通过青春为老志愿服务，增进青年与老人之间的沟通交流，鼓励青年人牵手夕阳红，温暖老人心，带动社会各界形成尊老、敬老、爱老、助老的浓厚氛围。自2023年起，南桥镇团委携手区民政局、党总支一同建立“青系桑榆”志愿服务队伍，邀约“老伙伴”，与高龄独居老人齐聚一堂，开展了“听老人说 解青年惑”等茶话会交流活动。

目前，“青系桑榆”志愿服务项目已在南桥镇16个居民区成功开展，今年累计服务高龄独居老人等重点群体1100人次，该项目被评为上海青年志愿服务典型案例。接下来，“青系桑榆”志愿服务项目将继续带动团青骨干、社区青年、大学生三类志愿者群体，克服青年志愿者在时间、精力上的客观限制，充分展现青春为老服务灵活性、先进性的独特魅力，发挥“1+1+X”结对接力为老服务新模式的优势，赋予青春为老服务更多的内涵和情感。

“便民集市”开进最热闹商厦

南桥镇持续推动“15分钟生活圈”建设

本报讯（王晗）3月16日，百联南桥购物中心联合南桥镇文体中心正式启动了“依好！邻居”15分钟生活圈活动，为市民们带来一场融合传统与现代、文化与生活的消费新体验。

活动共分为便民服务、亲子互动、非遗项目、春季特惠四类，不仅把居民群众需要的服务带到“家门口”，趣味满满的亲子互动、非遗体验也让大小朋友们玩到停不下来。

“商场里面有这样一个便民市集蛮好的，逛逛商场就能解决我们一些日常需求，还有义诊可以看病，很方便。”一位市民正在中医义诊摊位前咨询健康问题，觉得十分受用。还有更多的眼镜维护、黄金清洗等便

民小摊“帮帮忙”，解决市民生活小事。

最热闹的摊位非亲子互动、非遗体验莫属。经过小朋友们妙手制作，平平无奇的原材料“摇身一变”成为了惟妙惟肖的各类动物、花卉，精致的面部彩绘也让孩子们变成一个个充满艺术气息的小精灵。

活动持续至3月24日，卡丁车互动打卡、儿童剧表演、糖人、面人、剪纸、陶土等精彩纷呈的活动，大大拓展了“15分钟生活圈”的文化娱乐体验。

商场里的便民市集，让市民近距离享受烟火气，充分体验“便捷与幸福”的生活空间。今后，南桥镇将持续推动“15分钟生活圈”建设，与市民共建共享优质生活圈。

南桥镇少先队校外教育实践基地揭牌

百余名少先队员来到南桥源社区报到

本报讯（唐冠凤）3月15日下午，“源聚南桥”南桥镇少先队校外教育实践基地正式揭牌。百余名少先队员纷纷来到南桥镇南桥源社区报到，积极参与美德教育、劳动教育、国防教育等多样化校外实践教育。依托红领巾中社联盟，社校携手拓展少先队15分钟幸福生活圈，为青少年茁壮成长浇灌“雨露”。

少年强则国强，少年智则国智。来自南桥小学的少先队员代表宣读《倡议书》，引领新时代红领巾们走进社区，融入社区，在有组织的实践活动中铸牢信念、砥砺品格、磨炼意志，增长本领，铸就“家门口的少先队”。

南桥镇南桥源社区以红领巾中社联盟为契机，充分整合和挖掘辖区资源，为青少年提供国防教育基地、社区实践等各类社区“课堂”，以丰富的活动促进少先队员增长知识、拓宽视野，切实打通服务青少年“最后一公里”，帮助队员们成为“社会人”。

在南桥源社区中街居委的对接下，队员们来到区民防教育培训基地，

全面了解民防知识，并身临其境地学习如何应对意外的发生，感受生命的可贵。

小手拉大手，与社区共成长，这群社区红领巾们亦是社区小主人。大家走街串巷，擦干净每一块宣传橱窗和每一道楼道扶手。

正值植树节，社区环保“小卫士”们通过补种绿草，让土地重新恢复生机，为社区增添一抹绿色。队员们都表示收获良多，自己能亲手给生活的家园增添新绿，也非常骄傲。

社区邻里互助、尊老爱幼、文明之风在青少年身上传承。“鉴于南桥源社区为老服务需求，少先队员们响应“青系桑榆”志愿号召，上门为独居老人打扫卫生、陪同聊天。

源聚南桥，以队员共成长，与南桥共发展。南桥源社区持续拓展15分钟生活圈服务，深化社区与学校的互联互通、共建共享，进一步推出更多场景体验和实践平台，引领青少年在社区大舞台中继续发光发热，在社会实践中全面发展、健康成长。

春季“生长贴”火热开贴

社卫服务中心门诊量已超百人

本报讯（袁思瑞）近来，在南桥镇社区卫生服务中心的中医科治疗室里，前来敷贴的家长和孩子络绎不绝。“我们家孩子体型瘦小，平时吃饭也不乖，之前冬天也贴了三九贴，效果还不错，所以想趁着春天这个长高的好时机，让他多长长个。”市民周女士说道。

春天的脚步越来越近了，孩子们也迎来了长高的黄金时期。南桥镇社区卫生服务中心的春季“生长贴”火热开贴，“生长贴”不仅有利于促进孩子长高，还能综合调理体质，因此备受家长们的青睐。

春季“生长贴”来自于上海儿童医学中心，精选十多种中药材研磨加工而成，调和成膏药贴敷于相应穴位，具

有疏通经络、条畅气机、促进气血运行、补先天、调脾胃、助睡眠的功效，且能激发自身生长潜能，达到助长的目的。同时可配合中药内服、针灸、耳穴埋针、小儿推拿等中医综合疗法，疗效更显著。

去年南桥镇社区卫生中心首次推出“生长贴”后，反响热烈。今年开贴不到一周，相关部门数量就已经超过100人。“春天是孩子生长发育的黄金时期，在这个时间段进行中医外治干预，可以有效促进生长发育。”该中心的护士边操作边说道：“生长贴一个疗程为8周，每周只需来社区医院进行一次药物导入治疗，另外两天在家敷贴即可，非常方便。”

为谱写中国式现代化新篇章贡献南桥力量

沈陆村百岁老党员迎来“双生日”

截至目前，全镇已有20名老人年满100周岁

本报讯（周燕萍）3月18日，沈陆村村民顾明珠的家中热闹非凡，原来当天是老人的100周岁生日，3月不仅是她的百岁生日，也是她成为中共党员的“政治生日”。顾明珠1955年3月入党，今年三月是她入党第69年。在这个“双生日”的特殊时刻，大家都纷纷赶来送祝福。

南桥镇党委委员马莉苑带着鲜花来到了顾明珠家中，祝老人百岁生日快乐，福如东海，寿

比南山。并送去了慰问品以及党委、政府的关怀，关切地询问老人的生活起居等日常情况，嘱咐老人保重身体，感谢老党员曾经为南桥镇发展做出的贡献，同时叮嘱村干部们也要及时了解老人的需求，将为老服务工作落细落实。

此外，奉贤区民政局、南桥镇社办的工作人员与沈陆村干部也来到老人家中，带来了鲜花、蛋糕等慰问品，和老人的儿

孙们共同庆祝这个值得纪念的好日子。

热闹的气氛引来许多村民前来围观，大家共唱生日快乐歌，每个前来祝寿的村民都吃一块生日蛋糕，沾沾喜气！现场欢乐的歌声、祝福声、笑声汇聚到一起，交织成一幅和乐融融的景象。

顾明珠膝下育有三儿两女，现和二儿子一起居住在沈陆村，由儿们悉心照料，老人最小的第五代玄孙女昨天刚过完2周岁生日，与老人相差了整整98岁，隔了四代的祖孙俩相见也是分外

亲切。看到一大家子簇拥在老人的床前，五代同堂的画面，不由得让人为之动容。

对于沈陆村来说，今年3月双喜临门，不久后的3月25日，沈陆村村民汤杏芳也即将迎来期颐之年。届时沈陆村将同时拥有4位百岁老人，成为名副其实的“长寿村”。截至目前，南桥镇已经有20名老人年满100周岁，最长寿的已经103岁，并有11名老人今年已经年满99岁。

沉浸式体验春耕乐趣多多

孩子们化身新时代“小农人”

本报讯（王博）

为弘扬劳动精神，3月16日上午，正阳社区联合“百企联百区”农林局丰富的农业资源，组织社区内10户亲子家庭在玺爱农产品专业合作社开展“小小农人成长营”之春耕系列活动。让城区的孩子走进农村，通过参与农作物的种植、管理、采摘等过程，让孩子们认知自然，体验劳动收获的乐趣，感知食物的来之不易。

活动一开始，参加活动的每一位孩子都收到了一本精美的农耕文化图书，翻看着书中的图片与文字，他们对即将开始的农耕体验充满了期待。

俗话说“春耕一粒粟，秋收万颗子”，孩子们在合作社专业人员的指导下，开始了育苗播种。给育苗盆填上营养土，将种子小心翼翼地放入，再覆上一层薄土，浇上水。虽然动作略显生疏，但每个孩子的脸上都写满了对收获的期待。

紧接着是种植玉米的环节，孩子们来到自己认领的责任田，在工作人员的指导下，他们挥动着小铲子挖出小坑，将玉米苗小心翼翼地放入坑中，



培土、浇水，一气呵成。看着一排排整齐的玉米苗，孩子们都高兴极了。

快乐采摘是孩子们最期待的环节，大家提着袋子带上采摘工具，在蔬菜地里穿梭，寻找着成熟的瓜果与蔬菜。他们或蹲或站，或拔或摘，忙得不亦乐乎。不一会儿工夫，在大棚里奔走的孩子一个个满头大汗，通过采摘也让孩子们明白，只有付出辛劳与汗水，才能收获累累硕果。

农耕活动结束后，每位孩子领到一张特别的工分记录卡。播种、栽苗、浇水、采摘，每

完成一项农事劳作就记1分，积攒的工分可以兑换各类蔬菜、学习用品等，让孩子们也体验了一把农人们的辛勤劳动的劳作模式。

下一步，正阳社区将继续以“春播、夏耕、秋收、冬藏”为四大主题开展社区青少年劳动教育系列活动，让孩子们在劳动实践中磨砺意志，更深入地了解农业知识，体验农耕乐趣，分享劳动的喜悦，培养良好劳动习惯和品质，让劳动教育为青少年儿童成长赋能，共筑劳动幸福梦。

六墩村电动自行车集中充电点位投用

缓解村民停车难、充电难 安全又方便

本报讯（王晗）日前，经过改造，南桥镇六墩村电动自行车集中充电点位投入使用，进一步缓解村民停车难、充电难等问题，消除安全隐患。

农村出租房是不少新村民来上海打拼奋斗的“落脚点”，六墩村由于地理位置优越，交通便利，成为新村民和三四一总部企业租房的首选村域。如今，村域内原有的充电配套设施已无法满足当前需求，不同程度存在乱接电线、超负荷用电、电瓶车违规充电等安全隐患。

为解决电动自行车充电难题，六墩村充分挖掘整合资源，将红星642号老年活动室外的停车场改造为共享电瓶车集

中充电试点场所，共配备了9个充电接口，可供30辆左右电瓶车充电，有效辐射周边红星6组、红星14组、六墩6组村民的电瓶车充电需求。

充电点位投入使用后，不时有老年村民骑着电瓶车过来，在充电点给车充上电后，便聚在老年活动室一起聊聊天、参加各类文娱活动。“知道这里设了免费的充电点位，我们就来这里充电了，离家也近，而且大家在活动室一起聊聊天，电也差不多充好了，又方便又安全。”一名阿姨说道。

考虑到村民们电瓶车充电的安全问题，充电点位配置了微型消防站，同时安排了睦邻四堂村的志愿者们轮流值班看

管，村民们可在老年活动室开放时间（7:00-14:30）为电瓶车进行充电。

该点位不仅能够实现电瓶车引流目标，疏导部分由电瓶车乱停乱放引起的宅基内安全隐患问题，也能为来往的外卖、快递小哥提供便利，在有限场地条件下实现了空间利用最大化。

在满足村民日常电瓶车充电需求之余，考虑到入驻“三园一总部”的企业越来越多，六墩村还将在“六里小筑”村宿规划集中共享充电区域，完善六墩生态商务区居住配套设施，为企业骨干人才提供温馨、舒适、便捷的居所，为农村注入新鲜活力，规范农房出租管理。

本报讯（袁思瑞）如果说有一种食物能把江南绿透，能让春天醒来，想必一定是那一只只“碧绿生青”的青团了。

在南桥镇沈陆村，一场特别的春日之约正在将春天的蓬勃生机包裹其中，春日限定「花式青团」让大家大开眼界。青团作为江南的传统特色小吃，通常是用花雕酒为原材料制作而成的，不仅具有家乡的独特风味，还保留了青团原本的味道。

区别于传统制作青团的原料，“花式青团”选用的是由新鲜麦苗榨取而成的麦青汁，用它制作的青团色泽更加碧绿，散发出的香气也更为独特。此外，还搭配了各种符合现代口味的馅料，每一种都散发出春天的气息。

“今天做的青团和传统青团略有不同。”于女士略带神秘地介绍道：“我们特地准备了澄面，澄面是一种无筋的面粉，主要由小麦淀粉制成的，我们需要用沸水把它搅匀揉成面团，放在旁边稍作静置，再将它添加到面粉里，这样做出来的青团口感更细腻，也更有层次感，吃起来‘糯叽叽’的。”

绿油油的麦青汁与细腻的糯米粉完美融合成了“春”的颜色。加上澄面的助力，食用油的添香，白砂糖的调和，经过反复揉搓，青团外皮变得软糯Q弹不粘手，且色泽靓丽，最终成为有弹性、有韧性的绿色面团。

于女士凭借多年的经验，均匀的将面团揉搓成长条，并严格按照每份30克的重量，切成大小相同的青团剂子。

谈起馅料，“于女士自信地介绍道：“现在青团的馅料丰富多样，除了传统的豆沙馅料外，还特意准备了肉松海苔或蛋黄口味的，这可是当下年轻人喜爱的口味，而且馅料要控制在每个青团20克，口感最棒。”加入沙拉酱的肉松海苔或蛋黄独有的咸香，仿佛已经在口中弥漫。

将馅料与面团组合成团是关键的一步，青团剂子外皮上要搓成薄薄的一层，这样才更紧实，将馅料包裹住，将美味封锁其中。

通常甜馅的青团被做成圆状，而咸馅的青团则做成尖顶状。“花式青团”则运用了“新式糕点”的制作方法，让每一个“传统青团”化身成精美的艺术品，图案各异，让人眼前一亮。

将制作好的青团放入蒸锅，隔水蒸八分钟左右便可出锅，此时的青团如绿宝石般光彩夺目，散发着阵阵清香，让人垂涎欲滴。出锅后的青团还要趁热的时候，在表面刷上一层薄薄的热油，“点翠”后的青团越发晶莹剔透，拿起时也不会粘手。

姐姐们品尝了“花式青团”后，赞不绝口：“这个青团真漂亮呀，青团皮吃起来很鲜脆，口感也很糯，以前一直吃豆沙馅的，没想到现在的新口味也那么好吃。”

都说吃了青团才是春，还在等什么呢？赶快和身边的小伙伴一起来一场与春天的邂逅吧，品尝各种各样的“花式青团”感受独特的味蕾体验。

深夜醉酒高空抛物 砸坏车辆获刑半年



市民与法

某日深夜，章某和亲戚朋友喝醉酒后，在9楼家中厨房内，将装有水和烟头的4升塑料水桶从窗户扔下，将李某家停放在该楼下的小型轿车前风挡玻璃砸碎。次日早上7时许，李某准备开车去上班时，发现车子挡风玻璃已被砸碎，而且车前盖有多枚烟头，车前有大量水渍，旁边还有一个塑料矿泉水桶。

李某报警后，警方经侦查锁定章某为该起高空抛物案的嫌疑人，并依法传唤其至派出所进行询问。酒醒后的章某对自己高空抛物砸

坏车辆的事实供认不讳，积极主动赔偿了被害人李某的经济损失，并取得了李某的谅解。

事后，人民检察院以章某犯高空抛物罪向法院提起公诉。

人民法院经审理认为，被告人章某从建筑物抛掷物品，情节严重，其行为已构成高空抛物罪，公诉机关的指控成立。鉴于被告人章某自愿认罪认罚，赔偿了被害人的经济损失并取得谅解，积极缴纳罚金，确有悔罪表现，宣告缓刑，对所居住的社区无重大不良影响，依法予以从轻处罚并适用缓刑，遂判决被告人章某为该起高空抛物案的嫌疑人，并依法传唤其至派出所进行询问。酒醒后的章某对自己高空抛物砸

坏车辆的事实供认不讳，积极主动赔偿了被害人李某的经济损失，并取得了李某的谅解。事后，人民检察院以章某犯高空抛物罪向法院提起公诉。人民法院经审理认为，被告人章某从建筑物抛掷物品，情节严重，其行为已构成高空抛物罪，公诉机关的指控成立。鉴于被告人章某自愿认罪认罚，赔偿了被害人的经济损失并取得谅解，积极缴纳罚金，确有悔罪表现，宣告缓刑，对所居住的社区无重大不良影响，依法予以从轻处罚并适用缓刑，遂判决被告人章某为该起高空抛物案的嫌疑人，并依法传唤其至派出所进行询问。酒醒后的章某对自己高空抛物砸

3000元。 南桥司法所 沈升升

将春天的蓬勃生机包裹其中
春日限定「花式青团」好看又好吃