

好吃又好玩的公益集市

助力社区治理创新

□ 记者 曹香玉 张洁

华泾镇华泾绿苑居委会联合华泾镇爱依公益服务中心日前共同举办了一场美好社区创意集公益活

动,设有17个展位,践行公益为民理念,助力社区治理创新。记者在社区街心公园看到,活动现场有12个商家和5家社区家庭,为居民带来了公益义诊、才艺大赛、爱心义卖、跳蚤市场换物购物等各类公益服务。活动通过互动体验的集印章打卡方式为主线,居民完成打卡任务后,可兑换打卡礼。现场有种类丰富的特色农副产品出售、美食试吃、公益义卖、健康咨询……居民们在这里能学、能逛、能玩,在家门口就能体验到形式多样的便民服务。

在花园一角,社区儿童们开设的跳

蚤市场也同样有人气。摊位上的毛绒玩具、阅读绘本也大多是孩子家中多余的物品,居民徐女士告诉记者,这个活动不仅能解决不用的物品,或者他们以物换物,能帮助孩子养成合理的消费观念。此外,参与的共建商家也给居民们带来了福利和优惠折扣。上海蓓佳果蔬合作社带来早上刚从南汇田间采摘的瓜果,第一时间和居民现场分享。“居民们闻声而来,满意而归”。

华泾绿苑社区举办的公益集市活动进一步践行了惠民、利民、为民的服务目标,引导商圈商户走进社区,更多融合社会各方力量,构建基层治理新格局,“零距离”服务居民,提升了辖区居民的获得感和幸福感。



听蔡骏说:《一千万人的密室》是怎样的?

□ 记者 殷志军 陆翔 李瑾琳

蔡骏新书《一千万人的密室》分享会于4月15日在钟书阁·徐汇店举行,吸引了大批蔡骏的粉丝和读者前来参加。在分享会上,蔡骏分享了他写作的经历和灵感来源,并与大家分享了他创作这本小说的心路历程。

蔡骏是知名推理作家,被誉为“中国悬疑小说教父”。蔡骏从22岁开始发表小说,连续多年保持最高畅销记录,被《人民文学》选入“未来文学20大家”,多次登上福布斯作家富豪榜,作品总销量超过1400万册。最近他所推出的推理新

作《一千万人的密室》,讲的是一位神秘人开设了一个“千万级”奖金的密室游戏,吸引了大量的玩家参与,但某个夜晚,神秘人的尸体被发现在密室中,紧接着一连串的谋杀案件展开;主人公则是一位私家侦探,他必须尽快破解谜团,找出凶手。在这本小说中,充满了各种挑战玩家智商的谜题,同时也呈现出了人性的复杂性。

在分享会上,蔡骏表示自己在创作这本书的过程中,不仅仅是编写一个关于密室逃脱的游戏,更关注人性的深度和可塑

性,他希望通过这个故事,让读者探索人类深层的情感和矛盾,并在解开故事谜团的同时,思考人性与道德的关系。

在此次分享会上,主办方还邀请到著名侦探推理作家、“孤岛书店”创始人时晨,澎湃新闻文体中心总监石剑峰,演员、超模佟晨洁等三位嘉宾到场与现场读者一起分享他们的阅读感受和思考。有读者表示,《一千万人的密室》给予了他很多的启示和思考,同时在解谜过程中也获得了不少乐趣,是一部值得细细品味的作品。

家常菜好滋味

春菜烹饪大赛讲述美味与营养

□ 记者 姚丽敏 施昱辰

春生百味嫩又鲜,时下的大自然满目青绿,奉献的是最出色的食材。那么,春菜怎么烧,谁烧更拿手?日前,宜山菜场举行了“掌勺春滋味”的春菜烹饪比赛,五位市民选手精彩表演了各自拿手的春菜烧制。现场直播吸引了众多市民观看,了解了更多有关春菜的营养和烹饪方法。

比赛首位选手顾阿姨烧的是上海市民家常菜“腌笃鲜”,她介绍说,这道菜常常搭配竹笋、咸肉、鲜肉、百叶等食材,肉放在里面能起到增香的作用,而百叶则能吸油,受到上海人的喜爱。

第二位选手莎莎则烧了最简单的“葱油蚕豆”,她表示,烧这道菜要快,火要旺,否则蚕豆就会变老。田螺是来自水中的春鲜,参赛选手之一烧的是田螺塞肉,先将田螺放进油锅煎至凝固,再加上作料炒制,味道十分鲜美。

另一位选手是做爆鱼生意的,他炸烤子鱼时用的是大油和旺火。只见他细心地把鱼一条条放入油中,几分钟鱼身就出现了金黄色。油炸烤子鱼,吃的是鱼肚里的一包鱼籽,蛋白质含量高,营养价值高,油炸后蘸上料汁,松松脆脆的感觉不要太好!最后一组选手烧的是江南名菜“塘鲤鱼烧豆腐”,这道菜曾因为塘鲤鱼的消失而失传,如今随着塘鲤鱼的复兴而再次流传开来。这道菜的汤色洁白,鱼的口感细嫩、滑爽、鲜美,成为了众多市民的心头好。

比赛现场直播吸引了大批观众围观,主播进行了现场讲解,介绍了春菜的营养和烹饪方法,让市民们了解了更多关于春菜的知识。

赛后,许多市民都表示受益匪浅,不仅学到了如何烹饪春菜,也了解到了春菜的营养价值。

“UFO”降临上海!

徐汇创业者助你实现心底的那个音乐梦

□ 记者 王旭

上海,从不缺新鲜事物。在音乐人圈子里,在社区公园里,在剧场里,一种形似UFO的乐器正在吸引越来越多人的注意。它就是手碟,一种被寄予无限未来的新兴打击乐器,也是世界上最年轻的乐器。

把打动人心的声音带给大家

2001年,手碟在法兰克福乐器展上正式发布。那时,它只是一种装置艺术。直到极具空灵、神秘的音色被人聆听到后,手碟才得以走出玻璃柜,进入大众视野。也正因为这样的特点,手碟的声音被比喻为“最接近宇宙的声音”,与艺术疗愈等关系密切。

申田由甲手碟创始人清晨大攀(艺名)是第一批将手碟引进上海的音乐人之一,他也是扎根徐汇的青年创业者,打造了清晨录音棚、磐时唱片等多个音乐品牌。七八年前,他在前往云南参加公益活动时,第一次接触了这个外形极具辨

识度的乐器。2021年,被抑郁情绪困扰的他被手碟的声音打动,开始真正地走近手碟。

作为一种新的打击乐器,手碟通过手指的敲击产生共振,还可以同时演奏旋律与节奏。这在目前繁多的乐器中,也是相当特殊的存在。“手碟具备强大的功能,还可以随身携带,将来一定是大众乐器。”清晨大攀看好这种乐器的未来,因为即便是没有任何基础的普通人也可以通过一个小时的体验,完成一首曲子的演奏。

被接近宇宙的声音击中后,他很快作出决定,要成立自己的手碟音乐品牌。2022年,申田由甲·手碟冥想馆正式开馆,上海申田由甲文化发展有限公司在斜土街道注册成立。清晨大攀希望开启一条以手碟为核心的音乐产业产品线,为大众提供原创手碟产品及衍生产品、手碟乐器教学、冥想音乐疗愈、原创手碟音乐制作与发行等服务。

新事物、新机遇、新故事

申田由甲·手碟冥想馆正式开业后的第二天,石俊凯来到上海。这个与手碟诞生于同一年的小伙子在这里开启了新的人生故事。

手碟正在走向上海。从几年前高价求购而不得,到现在国内已经拥有了一批制作手碟的工厂和团队,不同音乐品牌也正在发展起来。

对于热爱艺术的上海市民来说,手碟足够奇特也足够友好,因而拥有了社交属性。迄今为止,申田由甲·手碟冥想馆接待的200多个学员中,有儿童、学生、白领,也有白发苍苍的老人。手碟进入他们的生活,也带来了新的社交。清晨大攀记得一位银发阿姨,只学了一两个礼拜,就去公园里“打碟”,一下子就把萨克斯的风头抢走了。

在进行大众普及的过程中,申田由甲手碟体验也多次与徐汇相关部门、街道合作,走进徐汇社区、敬老院等组织公益活动。手碟依靠敲击不同的部位发出声音,对于手指的灵活度和上肢协调能力有一定要求,在为老人提供音乐疗愈的同时,也能够起到预防老年痴呆的作用。