

邱薇薇总领事向苏北省棉兰市政府机构捐赠口罩

4月10日，邱薇薇总领事向北苏门答腊省（简称苏北省）、棉兰市政府、省市警察局捐赠口罩，并与苏北省政府秘书长莎白丽娜、棉兰市减灾局、卫生局局长、省市警局代表等就新冠肺炎疫情防控进行交流。

邱总领事表示，中

国人民经过2个多月艰苦卓绝努力，疫情防控形势持续向好，走出了最困难的时期。当前中国疫情防控阶段性成效进一步巩固，经济社会运行秩序加快恢复。在这场疫情中，中国人民作出巨大努力和牺牲，为世界各国防控疫情提供了信心、争取了时间、摸索了经验。病毒

没有国界，这场疫情是全人类面临的共同挑战，国际社会应该秉持人类命运共同体理念，加强团结合作，共克时艰。

邱总领事说，一周前，习近平主席同佐科总统通电话，代表中国政府和中国人民向印尼政府和印尼人民表示诚挚慰问。3月28日，中国政府援助印尼抗击新冠肺炎疫情的医疗物资先后运抵雅加达。中印尼是友好邻邦，面对严峻疫情，两国应相互支持。总领馆对领区目前面临的困难感同身受，愿提供支持和帮助，也希望省市政府部门保障中国公民的健康安全和合法权益。相信在印尼政府领导下，在各方共同努力下，印尼终将战胜疫情。

苏北省政府秘书长莎白丽娜等表示，十分感谢总领馆的关心和帮助。中国的疫情防控工作卓有成效，疫情防控形势很好，希望能同中国保持密切联系和良好合作，借鉴中国抗击新冠肺炎疫情的经验，加大力度做好当地疫情防控。

邱总领事还参观了苏北省政府疫情防控统筹大厅。



宅家变大厨 江苏向海外华人推荐多道健康易做菜品

作为“心心相连、共克时艰——江苏人爱援助行动”的重要组成部分，4月10日，由江苏省委统战部指导的中餐菜品海外推广活动在南京正式启动。本次活动第一季共推了洋参鸡肉炒饭、枸杞山药煲鸡汤等12道健康生活系列菜品，全球海外华人华侨可以通过网络教学，来学习制作这些健康美味的家乡菜肴。

“这些菜品遵循

原料易购、制作简便、美味养生、便于交流和推广的原则，以家禽鸡类、水产鱼虾类、牛肉类原料为主，配以清肺润肺、清热解毒、保健养生的中草药材，多以煲汤、红烧、煎烹、炖焖、小炒等烹饪方法制作而成。”江苏省餐饮行业协会执行会长于学荣介绍说，如红酒焖牛肋骨，便以欧美很容易可以买到的牛肋骨和红酒为主材，咸鲜微甜、酒香浓郁。

据了解，4月8日起，上述菜品的菜谱和教学视频已经通过海外华人微信群等渠道陆续进行了发布。

“疫情蔓延后，大家都宅在了家里。”澳大利亚江苏总商会执行会长王宁在现场连线中说，“这个菜谱很好，比较容易做，原料在澳洲也都能很容易买到。我在朋友圈和微信群里经常发这些菜谱，很多人看了都说不错。”

活动中，南京体育学院张蕴琨还发布了《青少年居家营养膳食指南》，以指导留在海外的青少年华人宅在家中如何平衡膳食。该《指南》采用中西餐结合方式，除给出了食材的制作方法外，还以“克”和“盎司”两种单位给出了各个具体食材所需的重量，以方便大家采购。

江苏省委统战部常务副部长李国华说，向

海内外各界推介中餐文化、抗疫菜品，是贯彻落实省委书记娄勤俭、省长吴政隆联名致海外侨领慰问信精神，彰显江苏统一战线优势，汇聚各方面力量，推动“江苏侨爱援助行动”的一项具体举措。他说，希望通过此次活动，更好地将中餐繁荣落实到惠侨抗疫之中，积极倡议海外侨胞学习制作中餐、品食中餐，平衡免疫力，共同抗疫。