

冬季给孩子洗澡 水不要太热

寒冷的天气,担心孩子着凉,许多家长会选择使用比较热的水给孩子洗澡。业内人士韩女士表示,孩子皮肤娇嫩,水温过高,很容易把孩子皮肤表面的皮脂洗脱。所以,在给孩子洗澡时,水温最好控制在40℃以内。

昨日,记者在市区几家宝宝洗浴中心看到,带着孩子洗澡的家长排成了长队。

据市区某宝贝洗浴中心的韩女士介绍,入冬以来,带孩子来专业洗澡堂洗澡的家长明显增多,但是也有不少家长选择在家为孩子洗澡。

一些家长由于不懂,往往会用很热的水给孩子洗澡。孩子的皮肤娇嫩,不管在哪里,在为孩子洗澡的时候,洗澡水的温度如果过高,再加上大人不断搓揉,很容易把孩子皮肤表面的皮脂洗脱。由于现在的天气较为干燥,也很容易形成皮肤的干燥。另外,如果水温过高,一些孩子身上可能会出现瘙痒等不适反应。

韩女士提醒,在给孩子洗澡时,水温最好控制在35℃至40℃,这样孩子不但很配合,而且能起到解除疲劳、舒筋活血等作用。如果孩子的皮肤比较干燥,在给孩子选择洗浴用品时,不要选择含有香料和色素的产品,少用或不用强效杀菌产品。

(宋亚威)

冬天洗菜要仔细

入冬后,我市天气转冷,市场上大棚里生产的蔬菜也越来越多。在不少人看来,大棚蔬菜干净,洗起来省事。但商丘市农林科学院蔬菜研究所所长赵跃峰说,越是大棚蔬菜,越要仔细清洗。

植物在大棚中生长环境相对密集,种植者使用农药的浓度会相应地高于大田;而冬季阳光少,温度低,农药的自然降解就会减缓;大棚内受气象条件的影响很小,无风无雨,农药的自然稀释很慢;此外,大棚内的植物光合作用相对少,未被吸收的农药也会更多地残留在蔬菜上。

另外,冬季寒冷,生活用水的温度较低,大家在洗涤蔬菜时更应尽可能地去除蔬菜上的农药残留。有一种有效的方法是:用温水将蔬菜充分浸泡20分钟以上,并彻底冲洗3次;还可以用淘米水洗菜,能有效减少蔬菜上的农药残留,但淘米水最好用头一两次的;叶子卷曲的蔬菜,要把叶子充分平整后再洗;能够去皮的蔬菜尽量去皮食用。

(刘春正)

春节临近家政市场升温

业内人士:选择家政要“三查三防”

信阳消息(见习记者 王洋)俗话说:“小寒大寒,收拾过年。”临近春节,不少市民都提前着手大扫除,迎接新年的到来,我市的家政服务行业也跟着紧俏起来。

昨日上午,在解放路一家家政服务公司内,家政预约电话响个不停,工作人员正忙着跟客户确定服务时间、地点。一位代姓工作人员告诉记者,每年到这个时候,家政服务公司生意都比

较红火。“今天我们已经接到了15个单子,进入腊月之后,生意会更忙。去年腊月,我们家政人员两人一组,工作人员齐上阵,一天就能服务十四五家,一直忙到腊月廿八放假。估计今年也不会闲着。”该工作人员说。

在羊山新区新十六街一家家政服务公司内,家住附近的袁女士一大早就来预约了。她告诉记者,由于去年预约晚了,工作人员忙不

过来,最后只能自己动手大扫除。“今年我早就来预约了,因为他们有专业的工具,交给他们打扫省时省力。”袁女士说。据了解,不少市民都遭遇过袁女士这样的情况。该公司经理陈先生介绍,很多公司雇佣家政人员,主要以大龄女性为主,而且多为附近县市来信阳务工人员。快过年了,她们都急着回家与家人团聚,所以会造成人员短缺的情况。家政

服务虽是按房屋面积大小、难易程度收费,但是一旦人手紧张,收费也可能会上涨,而提前预约的收费价格则不变。

新年新气象,每年春节前都是家政市场最火爆的时候。面对不断升温的市场,市民选择时要头脑冷静,尽量做到“三查三防”:查看资质,谨防“家政游击队”;查看协议,谨防事后维权难;查验身份,谨防服务质量无保障,以免出现纠纷。

大雾天晨练可能适得其反

医生:谨防呼吸道疾病

信阳消息(见习记者 王洋)早起动动腰,一天少疲劳。不少市民都有晨起锻炼的习惯,如果是大雾天气,却有可能适得其反。

从1月9日开始,我市已经连续3天大雾天气,市气象台更是发布了大雾黄色预警信号,但是这并没有阻挡人们早起锻炼的热情。昨日,在滨河公园内,雾气还没有散去,锻炼的人却不少,有的在整齐划一地打太极拳,有的打羽毛球打得正起劲儿,还有人身着薄衫跑步。记者也看到,有不少市民在慢走时,都戴上了口罩,但是走一段路后,就会停下来咳嗽、深呼吸,然后再戴上口罩继续行走。一位正在晨练的大妈说:“最近几天早上雾气重,我锻炼一会儿就会觉得嗓子不舒服,喘不上气。”据了解,许多晨练的人也出现了类似的不适症状。

在市中心医院呼吸内科,记者了解到,近日来就诊的病人有所增多,特别是本身有呼吸道疾病的人,在大雾天气的影响下,出现不同程度的哮喘和呼吸困难等症状。看病的市民中,不少人都表示早晨或者晚上外出时,明显感觉空气中灰尘的数量增多,在外行走一段时间后,口腔里就有种不舒服的感觉。据该科室徐医生介绍,雾天湿气重,且雾中细菌、沙尘等物质较多,吸入后,容易诱发呼吸道疾病。因此,有呼吸道疾病和患有感冒的人,雾天应尽量减少外出或者戴上口罩,少食油腻、刺激性食物;有晨练习惯的人,最好等到雾气散去后再进行锻炼。



1月11日10时许,胜利路步行街街上的人并不是很多,但是胜利路步行街管理处的几名工作人员已经忙碌起来了。据介绍,该路段共有9名保洁员,由于天气寒冷,有些保洁员生病了,人手不够,该管理处的工作人员就过来帮忙。图为身穿制服的工作人员正在把垃圾桶里的垃圾往车上倒。见习记者 李贝贝 吴楠 摄

儿童也能办理二代身份证吗

民警:二代身份证的办理没有年龄限制

信阳消息(见习记者 刘方)临近新春佳节,不少家长选择带着孩子外出旅游或者回老家探亲,坐火车、出国办理签证等都需要身份信息,虽然可用户口本代替,但毕竟存放和携带不方便。未满16周岁的孩子乘火车出行该如何便捷实名制购票?儿童能办理二代身份证吗?日前,记者从相关部门了解到,未满16周岁的公民可以自愿申领有效期为5年的

二代身份证。

在老城派出所社区一中队户籍室,市民徐女士正在为11岁的女儿办理二代身份证,经过提交居民户口本、采集照片等环节后,徐女士的女儿在90天后便可拿到二代身份证了。民警告诉她,如果嫌时间太久,还可以办理加急或者临时身份证。

该户籍室民警饶艳楠告诉记者,随着生活水平的提高,举家出

游、为儿女理财等都需要孩子的身份信息,来办理的主要以小学高年级和初中生为主。二代身份证的办理没有年龄限制,只要孩子能单独坐得住凳子,能把五官都露出来正常采集照片,都能办理二代身份证。民警也提醒家长,如果孩子模样已经有了较大改变,应及时到派出所为孩子换证,否则在乘坐飞机、办理出入境证件时,会因为照片与本人不符遇到麻烦。

信阳不孕不育症医院

新农合定点医院

孕育热线:0376-6208222

地址:东方红大道东段(市医药公司斜对面)

(豫)医广[2012]第02-22-063号

欢迎你成为我们的小记者

现在有许多家长都在为自己孩子的写作能力发愁,他们到处补课却鲜见成效。提高孩子的写作水平,关键是要培养孩子的写作兴趣,激发他们的写作潜能。如果哪一天,您孩子的一篇习作能发表在报纸上,这无疑会大大激发您孩子的写作热情和写作兴趣。现在《信阳晚报》就给您和您的孩子提供这样一个平台,只要您订一份《信阳晚报》,您的孩子就可以成为我们的小记者,我们除在节假日组织小记者

开展活动外,还开办了萌芽专版,专门刊登中小学生的习作。我们除优先发表小记者们的习作外,还对他们的写作进行一定的指导。在我们的共同努力下,小记者们的写作水平会不断提高,并从此踏上文学圆梦之旅。

为了孩子,敬请加盟!

报名热线:6207618 13837666109

联系人:张勇

报名地址:信阳市中山南路信阳日报社办公楼三楼302房间

信阳晚报社招聘老年记者启事

《信阳晚报》是一张知识性、娱乐性和服务性很强的都市报。为了让晚报报道的内容更鲜活,更能贴近民众,现面向全市招聘老年记者若干名。只要您有一定的写作基础,只要您热心于新闻工作,只要您自费订阅一份《信阳晚报》,您就可以成为我们的老年记者,您就可以享受到从事新闻工作的乐趣。

如果被我们聘为老年记者,我们将给您办理相关的证件,您就可以从事采访活动了,您就可以采访记录您身边的人和

事。

老年是迟开的花,老年是天边的霞。可能您人生中还有很多愿望没有实现,不要紧,加盟我们的团队,我们会让迟开的花更娇艳,让天边的霞更绚烂!

真诚欢迎您的加盟!

报名热线:6207618 13837666109

联系人:张勇

报名地址:信阳市中山南路信阳日报社办公楼三楼302房间