

勿忘“12·9” 弘扬爱国精神

信阳消息(记者 张勇 通讯员 张芳)昨天是“12·9”纪念日,为弘扬爱国精神,铭记历史使命,引导广大学生继承和发扬“12·9”运动的光荣传统,教育学生爱国有心、报国有志,浉河区平西小学各中队开展了以纪念“12·9”运动为主题的班会活动。

活动中,该校辅导员向同学们介绍了“12·9”运动的历史背景、事件的经过及其伟大的历史意义,讲述了当时特定的历史条件下爱国青年强烈的爱国情怀、火热至诚的爱国心。

主题班会通过翔实的历史资料、清晰的运动画面,重温79年前那一伟大时刻。在每个班级,同学们有的在朗诵诗歌,赞美先辈的光荣历史;有的通过视频,回顾过去的黑暗历史;有的通过讨论,抒发自己对历史的反思与感想。珍贵的历史资料俨然成为同学们最好的教科书。

“此次活动的开展,增强了学生的爱国主义意识,让同学们永远铭记‘12·9’这个具有着重大历史意义的日子,使学生们在接受精神洗礼的同时明白自己是国家未来的栋梁、祖国明天的希望,肩负着建设祖国的历史使命。同时,更进一步坚定了小学生们弘扬民族精神的信心和决心。”该校校长余红道出了活动的主旨。



图为平西小学学生正在接受爱国主义教育。

>>> 相关资料

“12·9”运动,又称为“12·9”抗日救亡运动,是中国共产党领导的一次大规模学生爱国运动。1935年的12月9日,北平(北京)大中学生数千人在中国共产党的领导下举行了抗日救国示威游行,反对华北自治,反抗日本帝国主义,要求保全中国领土的完整,掀起全国抗日救国新高潮。

“12·9”运动,公开揭露了

日本帝国主义侵略中国、并吞华北的阴谋,打击了国民党政府的妥协投降政策,大大地促进了中国人民的觉醒。它配合了红军北上抗日,促进了国内和平和对日抗战。它标志着中国人民抗日民主运动新高潮的到来。正如毛泽东所指出的,“12·9”运动是抗战动员的运动,是准备思想和干部的运动,是动员全民族的运动,有着重大的历史意义。

今日天气

0℃~9℃



白天:小雨
夜间:阴
微风

明日天气



白天:多云
夜间:晴
-1℃~6℃
微风

后日天气



白天:晴
夜间:晴
-2℃~8℃
微风

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)



便民电话

信阳区号:0376

- 市长热线:12345
- 纪检举报:6208032 6224900
- 干部选拔任用监督电话:12380
- 烟草专卖品市场监管举报电话:12313
- 社会救助电话:6552041
- 法律援助咨询电话:12348
- 信阳市青少年心理及维权服务热线:12355
- 住房公积金热线:6368300
- 城市管理服务热线:12319
- 国税稽查举报:6207648
- 安全生产举报:6365800
- 供电抢修:95598

- 自来水抢修:6222251
- 物价投诉:12358
- 火车站问询:6224114
- 汽车站问询:6227575
- 民航航班问询:6205656
- 法律咨询:6253148
- 公用电话投诉:6235102
- 有线电视维修:6224227
- 旅游咨询电话:6366825
- 旅游投诉电话:6366983
- 报警:110
- 交警:122
- 火警:119
- 天气:12121
- 急救:120
- 灭四害:6259868
- 环保受理热线:12369
- 燃气服务:6263939

信阳市供水集团公司

特约



信阳火车站列车时刻表(二)

7月1日实施

| 车次 | 到 | 开 | 区间 |
|-------|-------|-------|---------|
| T37 | 4:16 | 4:20 | 乌鲁木齐—广州 |
| T123 | 19:37 | 19:39 | 长春—广州 |
| T145 | 22:37 | 22:42 | 北京—南昌 |
| T167 | 0:16 | 0:18 | 北京西—南昌 |
| T181 | 9:13 | 9:15 | 哈尔滨—汉口 |
| T191 | 9:00 | 9:02 | 乌鲁木齐—汉口 |
| T235 | 18:16 | 18:18 | 哈尔滨—广州东 |
| T255 | 19:00 | 19:03 | 郑州—广州 |
| T289 | 7:36 | 7:40 | 北京西—南宁 |
| T293 | 1:40 | 1:58 | 南通—重庆北 |
| K21 | 21:45 | 21:50 | 北京西—桂林 |
| K81 | 21:59 | 22:01 | 西安—广州 |
| K157 | 6:54 | 6:57 | 北京西—湛江 |
| K225 | 19:08 | 19:19 | 兰州—广州 |
| K237 | 17:35 | 17:37 | 太原—深圳西 |
| K243 | 7:05 | 7:07 | 西安—厦门高崎 |
| K253 | 8:42 | 8:54 | 上海南—宜昌东 |
| K315 | 6:13 | 6:17 | 西安—南宁 |
| K337 | 23:55 | 23:59 | 郑州—昆明 |
| K369 | 14:57 | 14:59 | 大连—广州 |
| K447 | 3:46 | 3:58 | 深圳—西安 |
| K457 | 14:46 | 14:48 | 郑州—湛江 |
| K461 | 5:15 | | 上海—信阳 |
| K467 | 3:26 | 3:42 | 宁波—西安 |
| K471 | 8:27 | 8:29 | 北京西—昆明 |
| K599 | 17:43 | 17:45 | 包头—广州 |
| K631 | 22:59 | | 商丘—信阳 |
| K705 | 1:55 | 2:11 | 安庆—西安 |
| K789 | 4:30 | 4:32 | 西安—南昌 |
| K863 | 7:54 | 8:08 | 兰州—汉口 |
| K919 | 4:40 | 4:42 | 天津—汉口 |
| K967 | 21:35 | 21:37 | 北京—张家界 |
| K973 | 0:03 | 0:08 | 哈尔滨—武昌 |
| K1007 | 15:28 | 15:40 | 周口—广州 |
| K1107 | 2:26 | 2:46 | 上海—南阳 |
| K1159 | 3:28 | 3:30 | 烟台—广州 |
| K1275 | 8:54 | 8:56 | 包头—南昌 |
| K1317 | 4:35 | 4:46 | 福州—西安 |
| K1627 | 20:21 | 20:23 | 郑州—南宁 |
| 1113 | 9:41 | 9:43 | 青岛—汉口 |
| 1201 | 11:51 | | 深圳西—信阳 |
| 8323 | 15:15 | | 固始—信阳 |

天气寒冷 牛羊肉的消费增多

信阳消息(见习记者 周静 李亚云)进入冬季,气温逐渐转冷,牛羊肉也进入销售旺季。近日,记者走访市区各大农贸市场发现,牛羊肉价格与去年相比没有太大的起伏,牛羊肉价格每斤在25元至30元不等。

12月8日上午9时许,在新华大市场,记者发现很多牛羊肉的摊位前,挤满了前来选购的市民,你5斤他10斤,很快牛羊肉就所剩无几了。商户张大姐告诉记者,自天气转凉以来,店铺里的羊肉交易量可谓是直线上涨,最多时候一天能卖近千斤。“店里的牛羊肉都是当日新鲜的,每天早上接货。货少的时候早上5时左右开门,要是货来得多,3时就要起来。”张大姐对记者说。记者在旁边驻足了一会儿,张大

姐的摊位前几乎没有冷清的,来的客人都是问了价钱,爽快地称了就走。

这样看来冬季进补牛羊肉可谓是最佳选择,那么,如何才能选到上好的牛羊肉呢?有着多年销售经验的商户马力告诉记者,牛羊肉的挑选要从三方面来,即看色泽:牛肉颜色较深,呈深红色,质地比猪肉硬一些;羊肉肉质的颜色和硬度介于猪肉和牛肉之间。真牛羊肉卷纹理清晰、肥瘦匀称、层次分明,而假牛羊肉卷看上去没有层次感,肥瘦界限分明,闻气味:新鲜牛羊肉的气味较醇正,问题肉则有腥臭味;摸黏度:新鲜肉表面微干或有风干膜,触摸时不粘手,指压后的凹陷能立即恢复,问题肉指压后的凹陷不能完全恢复,留有明显痕迹。

本报教您鉴别牛羊肉

消费者在选购牛羊肉时一定要问清是否具有检疫证,同时可以采取“看、摸、闻、尝”四种方法进行鉴别。即看色泽:牛肉颜色较深,呈深红色,脂肪呈洁白色或乳黄色,质地比猪肉硬一些;羊肉肉质的颜色和硬度介于猪肉和牛肉之间。真牛羊肉卷纹理清晰、肥瘦匀称、层次分明,而假牛羊肉卷看上去没有层次感,肥瘦界限分明,煮后肉质容易分散。闻气味:猪肉有种特有的甜味,而牛羊肉气味较腥,问题肉则有氨味、酸味甚至腐臭味。摸黏度:新鲜肉表面微干或有风干膜,触摸时不粘手,指压后的凹陷能立即恢复,问题肉指压后的凹陷不能完全恢复,留有明显痕迹。尝口感:牛肉的纤维长度较长,肉质结构粗并紧实,煮熟后口感较硬,羊肉则较为滑嫩,假羊肉则口感发硬或松散。(综合)

热水泡脚是把“双刃剑” 心脑血管病患者要慎重

寒冷的冬天来了,很多人都喜欢在睡前用热水泡脚来促进身体的血液循环,解除一天的疲惫,睡个舒服觉。

专家表示,并不是谁都适合泡脚,体虚、高血压、低血压的人不适合泡脚,此外,患有心脑血管疾病、糖尿病的人如果用太热的水泡脚也很容易加重病情。因为水温太热会刺激神经,使血管扩

张,加重心脏的负担。

另外,一些高血压患者切不可过分迷恋所谓的中药泡脚能治愈高血压的说法,中药泡脚虽然有许多好处,并非人人适宜,有些中药包不仅起不到强身健体的作用,还会适得其反。高血压也是脑卒中和冠心病发病的主要危险因素,而目前超过半数的心血管病发病与高血压相关。

“降压0号”是由中国人自己研制的、适合中国高血压患者服用的长效复方降压药,1天只需1片。“降压0号”是从基础降压、协调降压和中枢神经调整三个方面着手以改善症状,降压作用温和、持久,效果明显,服用方便,是国内服用人群最多、市场占有率最高的降压药。

(刘莉)