



你好,阳春三月

本周最高气温或将突破 20℃

信阳消息(首席记者 韩蕾)上周末,不少市民都在微博、微信晒了晒暖暖的阳光,新绿点点的柳芽,天空中的风筝,一股春的气息扑面而来。

碧空蓝天,空气清新,惹得不少市民直呼:“这样的天气不出走走,真是可惜了。”如果错过了上周的好天气,那么小伙伴们不要着急,本周的天气依旧是以晴好为主,温暖的阳春三月正朝我们款款走来。

具体天气预报如下:2月29日(星期一),晴,14℃~5℃;3月1日(星期二),晴,18℃~8℃;3月2日(星期三),晴,20℃~8℃;3月3日(星期四),阴,23℃~10℃;3月4日(星期五),小雨,19℃~7℃;3月5日(星期六),阴转小雨,

10℃~5℃;3月6日(星期日),雨转多云,17℃~8℃。

从天气预报中可以看出,本周的前三天,我市的天气都以晴天为主,后四天虽然有小雨,但是温度却不低。本周内,我市的最高温度将达到23℃,这下小伙伴们不用再担心一下雨就要降温了,即使下雨,风也是暖的,温度也是高的,但是出门要记得带雨具。

温度升高了,天气暖和了,春困也随之而来了,不少市民都反映,自从温度升高之后,就特别想睡觉,感觉就是休息不过来。

那是因为在寒冷的冬天,人体内的毛细血管经常处于收缩状态,大脑在血液供应充足的情况下保持兴奋状态,人便时常感到精力充沛。进入春天,气温渐渐回

升,毛细血管逐渐扩张,末梢神经解除了紧张状态,从而影响大脑的兴奋性,人就容易困倦、疲乏。

香、凉的气味可以促使神经减轻一时的困乏感觉,如果市民在工作时容易犯困,可以嗅一下藿香正气水、花露水、清凉油或风油精,利用嗅觉刺激提神醒脑;同时,喝一些清香的春茶,也可减轻春困的感觉;实在困乏的话,也可以看一些喜剧或相声来提升,另外也要注意平衡饮食,荤素搭配,以满足春季人体因新陈代谢旺盛而对能量的需求。



周一谈天

烦心!

天气暖和忙晒被 不想被子不见了

信阳消息(记者 陈明娟)昨日,记者路过南关社区发现,在门岗室前贴着一张醒目的寻物启事:“如有哪位业主于2月16日误收了院子东边车库旁的被子,请与门岗联系,谢谢!”于是记者找到门岗,一探究竟。

“是院子里的胡先生,趁着好天气把家里的被子拿出来晾晒,谁知道晚上去收的时候找不到了,估计是哪家业主看错了,以为是自家的,误收

了吧。”门岗室的张师傅略显无奈地说,“在院子里晒被子是常有的事啊,以前也没出现过这样的情况,到现在被子还没找到,挺让人烦心的。”

记者随后联系胡先生,电话未接通。“希望每位业主都能更加仔细些,晾晒在外的东西记得早些收回去,是不是自家的物品也要查看清楚,以免误收,给他人带来困扰。”张师傅最后温馨提醒道。

尴尬!

欢欢喜喜去领证 谁料身份证过期

信阳消息(记者 陈明娟)家住老城的刘女士最近因为身份证的事儿遭遇了尴尬。

年后新婚的刘女士原计划和先生在2月14日情人节领证,二人准备好需要的证件便早早地来到婚姻登记处。西方情人节早已被现在的年轻人所接受并推崇,所以当天去领证的人特别多,大家也都做好了准备。

“我们到后赶紧咨询了程序,然后就去排队照相,复印证件,接着排队填表盖章。一切准备就绪,谁知道轮到我们的时候,工作人员说我的身份证过期了,结婚证领不了。”刘女士闷闷不乐,“为了领证,我和先生都还特意向单位请了半天假,看来白费劲了。”

记者接过刘女士的身份证一看,有效期至2016年1月28日,证件的确已经无效了,“我近期也没用到身份证,没注意查看有效期的具体



的日期,早知道的话我就提前补办了。”刘女士表示,以后会密切关注自己的有效证件,本报也在此提醒广大市民,及时更换已过期证件,避免出行和生活遭遇尴尬。



便民信息

信阳市供水集团公司特约



今日天气: 5℃~14℃

- 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:12329
- 国税稽查举报:6207648
- 安全生产举报:12350
- 供电服务:6218315
- 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
- 食品药品投诉电话:12331
- 燃气服务:6263939
- 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
- 交通肇事:122
- 火警:119 天气:12121
- 急救:120
- 灭四害:6259868
- 环保受理热线:12369

声明

兹有李清执业医师执业证书(编号:110411500006466),因不慎丢失,特声明作废。

兹有张玲的执业助理医师执业证书(编号:210411502000078),因不慎丢失,特声明作废。