

秋分近 秋意浓

本周信阳天气舒爽适宜出游

信阳消息 (首席记者 韩蕾) 上周,中午时分阳光明媚的天气并没掩盖住气温逐渐降低的现象,早晚骑车的市民都已披上薄薄的外套,晚上睡觉似乎没有电扇也不热,秋意越来越浓。而本周,我市气温开始逐渐向“2”字头靠拢,35℃的高温天气正在逐渐远离,舒爽的天气让很多小伙伴都按捺不住,纷纷表示,双休日要趁着秋高气爽出门游玩。

具体天气预报如下:9月19日(星期一)多云,26℃-18℃;9月20日(星期二),多云间晴天,25℃-16℃;9月21日(星期三),多云,27℃-15℃;9月22日(星期四),晴间多云,29℃-16℃;9月23日(星期五),晴间多云,31℃-18℃;

9月24日(星期六),多云间晴天,31℃-19℃;9月25日(星期天),多云,30℃-19℃。

从天气预报中可以看出,本周我市天气很舒爽,没有雨水,以晴好天气为主,气温也不高,真可谓秋高气爽。

本周四是秋分,秋分的到来则表示真正意义上进入秋天了,从之前的昼长夜短逐渐变成昼短夜长,天气也由热转凉。随着秋分节气的到来,气温降低的速度将明显加快,市民应准备好换季的秋装。老年人代谢功能下降,血液循环减慢,既怕冷又怕热,对天气变化非常敏感,可适时加厚衣服。秋天早晚凉,千万要注意别让“背”和“心”着凉。

秋季早晚温差大,尤其是清晨温度低,所以市民不要穿着单衣去户外运动,应根据户外气温的变化增减衣物。锻炼时,不宜一下子脱得太多,应等到身体发热后,才可以脱下。锻炼后,切忌穿着汗湿的衣服在冷风中逗留,以防身体着凉。

秋季运动适宜选择轻松平缓,活动量不大的项目。市民可以去学习太极拳、八段锦等,或者选一些宁心安神的娱乐活动,如书法、绘画等,也可以登高望远,以开阔心胸,使内心豁达,从而安定神志。



情浓中秋



① 14日上午,浉河区五里墩街道办事处民族社区开展了迎中秋有奖问答活动,并联合西关风情酒店招待社区里的十几位孤寡老人一起吃团圆饭,让他们在节日不孤独。

② 12日晚,一场以“中秋夜 邻里情”为主题的中秋文艺晚会,在浉河区湖东办事处三里店社区举行。歌曲、舞蹈、小品、快板等精彩纷呈的节目为居民带来了欢乐,赢得阵阵掌声。

③ 13日下午,浉河区五星办事处幸运社区的志愿者们带着面条、鸡蛋等来到了辖区困难居民的家里,给他们送上中秋的祝福和关爱。

见习记者 郭晓雨 摄

声 明

●兹有信阳市浉河区建民副食店营业执照副本(证号:411502615260042),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有杨华亮豫S7X332号普通两轮摩托车,车架号:LCS5BJT9455017939,发动机号:040908110,其机动车车辆登记证书、行车证及车牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有甘其明豫SX9126号普通两轮摩托车,车架号:LAEEAZ4594E403880,发动机号:0405105817,其机动车车辆登记证书、行车证及车牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有刘瑞霞购买的由河南正通置业有限公司开发的正通桂花苑第13幢1单元1801号房产壹处,其商品房买卖合同、发票、

燃气及有线电视收据,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有池淑贤营业执照副本(证号:411502603107434),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有郭晓豫SK0359号轻型自卸货车,车架号:169708,发动机号:08089C,因车辆自然灭失,特此声明。

●兹有谢友福的道路货运从业资格证件(证号:4115000020012023869),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区顺航机械厂营业执照正、副本(证号:411502615116635),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳申通货运集团有限公司豫S15369号车,车架号:LGHGJH3X87D032151,发动机号:69424004,其机动车车辆登记证书,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市我爱我家装饰有限责任公司税务登记证副本(证号:豫地税信字411502397414171号),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市第二人民医院《母婴保健技术服务执业许可证》副本(证号:M41150246010010142),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有杨迎宾豫SXE017号两轮摩托车,车架号:LC6PCJK070082269,发动机号:K0101528,其车辆自然灭失,特此声明。



便民信息

信阳市供水集团公司特约



今日天气:多云 26℃~18℃

- 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
- 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
- 燃气服务:6263939
- 供电服务:6218315
- 自来水抢修:6222251
- 物价投诉:12358
- 民航航班问询:6205656
- 食品药品投诉电话:12331
- 有线电视维修:96266
- 旅游咨询电话:6366823
- 旅游投诉电话:6366983
- 灭四害:6259868
- 环保举报:12369
- 法律咨询:6253148
- 报警:110
- 交通肇事:122
- 火警:119
- 天气:12121
- 急救:120

招标公告

●河南高速公路有限责任公司灵山服务区屋顶防水和供水管道整修项目已批准实施,资金已落实,现进行招标。

1. 有意向者请于2016年9月19日-9月23日来京港澳高速K994公里处灵山服务区领取招标资料。

2. 联系人:周女士
电话:15981802678

河南高速公路有限责任公司灵山服务区
2016年9月19日

●河南高速公路有限责任公司息县服务区屋主楼楼顶整修项目已批准实施,资金已落实,现进行招标。

1. 有意向者请于2016年9月19日-9月23日来大广高速K2203公里处息县服务区领取招标资料。

2. 联系人:袁经理
电话:13460058388

河南高速公路有限责任公司息县服务区
2016年9月18日