

路灯亮了 出行顺了

市市政管理处为法庭胡同义务安装3盏路灯



工作人员正在安装路灯 首席记者 韩蕾 摄

信阳消息 (首席记者 韩蕾) “装路灯了,这下好了,不用再摸黑走路了。”昨日上午,家住浉河区老城办事处胜利南路社区法庭

胡同的李大爷高兴地对记者说。上午10时许,记者在现场看到,来自市市政管理处的几名工作人员正在法庭胡同忙碌着,他们有

的正站在工程车上在高处安装路灯,有的在一旁接驳电线,大家分工合作,有条不紊地进行着安装。

“这次安装的3盏路灯都是LED路灯,不仅亮,还节能。”市市政管理处的工作人员对记者说,“已经是秋天了,天黑得越来越早,路灯安好了,老百姓出门也方便点。”

“这已经是市市政管理处第二次帮我们义务安装路灯了,上一次是给我们社区的友谊胡同安装了两盏路灯。”浉河区老城办事处胜利南路社区居委会主任蔡延君告诉记者,作为社区的共驻共建单位,市市政管理处很关心社区建设,得知作为背街小巷的法庭胡同至今还没有路灯,居民出行要摸黑,而且因为没有路灯,监控也无法发挥作用,就赶紧派人到社区来装路灯。

接近中午,3盏路灯安装好了,看着崭新又漂亮的路灯,居民们高兴地告诉记者,出行顺畅了,而且饭后还可以在路灯下聊聊天,下下棋,真好!

秋季咋养生 专家来支招

报晓新村社区举办“全国科普日”健康知识讲座

信阳消息 (见习记者 郭晓雨) 为倡导健康的生活方式,给居民提供养生知识平台,并结合2016年全国科普日活动要求,9月21日上午,浉河区湖东办事处报晓新村社区联合湖东卫生服务中心举办了一期“全国科普日”健康知识讲座。社区居民现场听取和分享日常生活健康小常识,纷纷表示受益良多。

记者在现场看到,湖东卫生服务中心不只给社区居民科普知识,还有医护人员为社区居民提供免费测量血压、疾病预防咨询等服务,并发放健康宣传资料,受到了

社区居民的一致好评。

此次讲座由湖东卫生服务中心医师朱智勇主讲。朱智勇从合理膳食、坚持运动、保持良好心态三个方面分析如何在日常生活、学习、工作中营造健康的生活,从而促进个人的健康。他通俗易懂地向居民解读健康常识和秋季养生知识,内容贴近生活,很多健康小贴士虽然细微,但都很实用,也是居民常常忽视的。

“秋季是干燥的季节,多吃温补的食物,像柚子、橘子等水果就很好。每天白天喝点盐水,晚上喝

点蜂蜜水,这既是补充人体水分的好方法,又是秋季养生、抗拒衰老的饮食良方,同时还可以防止因秋燥而引起的便秘,一举三得。虽然现在天气还不冷,很多年轻小姑娘爱美,不注意保暖,很容易感冒,尤其是脾胃虚寒的女性,如果不做好保暖,更是容易腹痛、拉肚子……”朱志勇医师不仅讲授了秋季养生的小常识,还告诉了大家秋季应该怎样锻炼等。

同时,讲座发出倡议,呼吁广大社区居民坚持良好的卫生习惯和文明的行为规范。

塑料袋的“冷门”用法

家家户户都会有塑料袋,买东西经常用到的塑料袋用完大家是不是都拿来当垃圾袋了呢?其实,塑料袋还有很多妙用。

防止衣服变皱

金牛山办事处徐堂社区刘女士 叠衣服时,把塑料袋叠在衣服里,衣服与衣服之间也用塑料袋隔开。这样,衣服放得多,有些挤压的时候,塑料会缓冲一部分压力,另外也可以减缓衣料之间的摩擦,一般就不容易变皱了。

帮助皮鞋防霉

湖东办事处三里店社区傅女士

塑料袋可以防止鞋子变质。先用湿布将皮鞋擦干净放到阴凉处晾干打上鞋油,用鞋刷刷亮装入干燥的塑料袋,将袋内气体排出,用绳子扎紧。这样保存可以防止皮鞋干裂变形和生霉变质。

保存干辣椒

老城办事处胜利南路社区张女士 辣椒串起来晾干后,用塑料袋将串辣椒的绳子从底穿出,再悬挂起来,每隔1到2个月取掉塑料袋拿出辣椒晒晒。这样可以保持辣椒保持干净卫生,不会生虫腐烂。

加快柿子脱涩

五里墩办事处民心社区钱女士 秋天很多爱吃柿子的市民也可以用塑料袋帮柿子脱涩。把柿子排放在干净没有破损的塑料袋里,根据柿子数量的多少,选择1至2个梨放在柿子周围,然后把塑料袋扎紧放在阴凉处,一周左右时间就可以食用。

(见习记者 郭晓雨 整理)



社区达人
教你一招



便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气: 阴 30°C~20°C

- 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

声 明

●兹有卢有良豫 S01631 号三轮汽车, 车架号: L7SSAC13472023790, 发动机号: 170306424, 该车已自然灭失, 特此声明。

●兹有信阳市弘运集团货运有限公司豫 S09581 号轻型厢式货车, 车架号: LJ14RKBA630605407, 发动机号: 309281, 其机动车车辆登记证书, 因不慎丢失, 特声明作废。

●兹有信阳力道起重吊装有限公司行政公章壹枚、财务专用章壹枚、合同专用章壹枚, 因不慎丢失, 特声明作废。

●兹有福齐商务快捷酒店有限公司国税增值税普通发票 34 份 (发票号: 07501857-07501887, 07501889-07501890, 0751897), 因不慎丢失, 特声明作废。

●兹有毕得阳购买的由河南政和房地产开发有限公司开发的建业城一期 12 号楼 1 单元 801 号房产壹处, 其交付的定金收据 (交款人为张振红) (收据编号: 1069487, 金额: 20000 元), 首付款收据 (收据编号: 1069322, 金额: 120844 元), 因不慎丢失, 特声明作废。

●兹有杨林、杨青华购买的由河南政和房地产开发有限公司开发的建业城一期 11 号楼 1 单元 702 号房产壹处, 其交付的定金收据 (收据编号: 1069508, 金额: 20000 元), 首付款收据 (收据编号: 1069540, 金额: 247361 元), 因不慎丢失, 特声明作废。

●兹有王玉购买的由河南政和房地产开发有限公司开发的建业城一期 11 号楼 1 单元 602 号房产壹处, 其交付的定金收据 (收据编号: 1069403, 金额: 20000 元), 因不慎丢失, 特声明作废。