

# 雨润万物 秋意渐浓

## 周末迎来国庆黄金周,昼夜温差大,出行需备好衣物



**信阳消息**(首席记者 韩蕾)上周末,一场小雨毫无征兆地从天而降,随着小雨到来的还有“降温”。俗话说“一场秋雨一场寒,十场秋雨穿上棉”,虽然说本周我市的温度还不至于穿棉,但是薄外套可以准备“登场”了。

根据市气象台的天气预报,本周太阳将会暂时离开,阴雨天气或唱主角。随着阴雨天的到来,温度也开始逐渐下降。上周,我市的最高温度突破30℃,但是本周,艳阳高照的天气将不存在,取而代之的

将是阴雨绵绵。

具体天气预报如下:9月26日(星期一),阴天有小到中雨,局部大雨,22℃-26℃;9月27日(星期二),阴天有小雨,21℃-26℃;9月28日(星期三),阴天有小雨,19℃-22℃;9月29日(星期四),阴天有小到中雨,17℃-21℃;9月30日(星期五),阴天有小雨,17℃-24℃;10月1日(星期六),小雨转阴天,18℃-27℃;10月2日(星期日),阴天转多云,20℃-29℃。

从天气预报中可以看出,本周,我市的气温逐渐开始有些凉意,昼夜温差也逐渐加大,白天越来越短,夜晚的时间逐渐拉长。所以,小伙伴们出门一定要穿上外套,同时也要根据天气的变化及时增添衣物,要用健康的体魄迎接本周末到来的“十一黄金周”。

本周六就是10月1日,也是国庆黄金周的开始,相信不少小伙伴都已经计划好出行的路线了。“十一”期间,全国大部分地区昼夜温差比较大,所以小伙伴在外出之前一定要提前了解目的地的天气变化,根据天气准备好衣物,同时也要带上感冒药、伞等必需品,以备不时之需。

同时,外出旅游时要注意保护自己的皮肤,除了戴帽子、涂防晒霜,可以多吃蔬菜瓜果,增加体内维生素和多种矿物质,使皮肤不至于干燥皴裂。而且秋季空气干燥,是传染病的高发期,在旅途中一定要注意预防传染病,乘坐交通工具也要注意通风换气。



## 传递关爱 情满社区

### 志愿者热心服务残疾人

**信阳消息**(见习记者 郭晓雨)“谢谢你们来看我,快请坐!”近日,家住浉河区五星办事处红星社区的付家良家里来了一群“客人”,他们身穿红色小马甲,带着慰问品前来看望,并陪他唠唠家常。

这群“客人”是由7人组成的红星社区志愿者服务队,他们在辖区开展入户慰问残疾人志愿服务活动,先后共慰问重度残疾人13人。“红星社区三组居民付家良,因病致残丧失劳动能力造成家庭困难,六组张传友因车祸残疾,三组周兰英因病残疾,家庭生活比较困难。这些残疾人大多生活困苦,很

多没有经济来源,需要关心和照顾。”红星社区志愿者服务队负责人告诉记者,志愿者们没事经常去家里看看他们,给他们带点水果、米面等,陪他们唠唠家常,了解他们的身体状况和生活情况。同时,为他们讲述日常保健知识,叮嘱他们一定要注意身体。

“你们经常到我家里来,留你们吃饭从来都没答应过,谢谢你们对我的关心,真的非常感谢你们!”面对前来看望的志愿者,周兰英拉着他们的手激动地说,志愿者用实际行动让她感受到社区对残疾人的关心和关爱,感受到了社会这个

大家庭的温暖。

志愿者张女士告诉记者,平时社区哪里需要他们,他们就组织在一起,帮助那些需要帮助的人,“助人为乐是中华民族的传统美德,我们做这些力所能及的事儿,是为了增强社会助残意识,增进社区与居民之间的联系,让更多的人可以关注到他们。”



## 便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气:雨 22℃~26℃

- 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

# 信阳市第一高级中学 喜迎中国共产党信阳市第五次代表大会



信阳市第一高级中学,创建于1900年,从这里走出了教育部长何伟、著名作家姚雪垠、解放军军事科学院院长郑文瀚中将、解放军济南军区副政委黄学禄中将等一大批名人名家。已向清华、北大等高等学府输送了数以万计的优秀人才。学校先后获得“河南省普通高中多样化发展试点学校”“全国青少年校园足球特色学校”“河南省电化教学一类学校”“信阳市高中教育综

合管理先进单位”等荣誉。

学校现有教师300余名,有72个教学班、在校生4900余名。2015年12月,一高整体搬迁到信师老校区后,以“成全学生、成就教师、成功学校”为宗旨,以实施教育教学质量的“全面、全员、全程”管理为理念,坚持走“文化+特长”相结合的多样化办学之路,在2016年高考中实现了历史性突破,书写了低进优出的传奇。