

今日立冬 寒意渐浓

本周前三天阴雨后四天转晴

信阳消息(首席记者 韩蕾) 今天是我国农历二十四节气之一的立冬,立冬的到来则意味着冬季的来临。为了应景,天公用降温来迎接立冬的到来,小伙伴也感受到了阵阵寒意。

上周,下了半个月的雨终于停止,久违的阳光也重返我市,不少市民都趁着天晴把家里的被子、羽绒服拿出来晾晒。原本以为太阳会“小住”一阵,没想到,上周日太阳就已离去,天空又恢复了阴沉,再加上时不时刮来的冷风,让人意识到:冬天真的不远了。

本周伊始,我市处于阴雨降温之中,但是周三过后,我市气温

会逐渐上升,天气也会以晴好为主。具体天气预报如下:11月7日(星期一),阴天有小雨,10℃~13℃;11月8日(星期二),阴天转多云,7℃~12℃;11月9日(星期三),多云间阴天,6℃~12℃;11月10日(星期四),多云到晴天,6℃~18℃;11月11日(星期五),晴天到多云,9℃~19℃;11月12日(星期六),多云到晴天,11℃~16℃;11月13日(星期天),晴天到多云,9℃~22℃。

根据市气象台的天气预报可以看出,本周我市虽然偶有降雨,但是大部分时间还是以多云天气为主,没有太阳的时候气温会稍微低点,但是到了本周后半段,天

气逐渐放晴,气温也随之升高,而周日的最高气温达到了22℃,市民可以趁机出门游玩了。

“立冬”节气过后,就意味着今年的冬季正式来临,小伙伴们应该养成早睡的习惯。冬季宜多喝温水,还可酌情选择沙参、玉竹、百合、无花果、银耳、枸杞、甲鱼、罗汉果等养阴的食物煲汤或炖煮。冬季运动则不要像春夏锻炼一样大汗淋漓,可以选择太极拳、游泳等适合冬季的中轻度运动。



周一谈天

社区微播报

问卷调查 倡导文明



为了解社区居民对社区文明的满意度,浉河区五里墩街道办事处民族社区与车站区域管理办公室一起,开展创建文明城市调查问卷活动。工作人员深入辖区并入户调查,还向居民宣传创建文明城市相关知识,号召大家从自身做起,说文明话、办文明事、做文明人。

见习记者 郭晓雨 摄

普查养老院 确保安全

信阳消息(见习记者 郭晓雨) 近日,浉河区五里墩街道办事处河南路社区按照上级要求,对辖区内的养老院进行普查,了解养老院的数量及基本情况。

社区工作人员在第一时间走访了宝石敬老院,社区网格员把养老院的基本情况都一一了解。“此次普查的主要是了解

养老院基本情况,包括单位名称、负责人姓名、性别、年龄、联系电话,养老机构建立时间,养老院证件,工作人员数量,入住老人数等9个项目。”社区工作人员告诉记者,养老院里住的都是年迈的老人,如果养老院存在某些问题对老人的安全没有保障,那就失去了提供养老

服务的意义,所以我们就严格要求细致,保证老人们住的地方是安全可靠的。

据介绍,在社区工作人员普查完辖区养老院后,把调查了解到的信息都收集起来,填写调查表,完善相关台账并上报,对发现的问题进行整改。

学会这些小窍门 衣服寿命更长久

人们常说,衣服没有穿坏的,都是被洗坏的。确实,衣物都有个最佳清洁周期,洗得过频会加快衣物的磨损,清洗不及时又会引起细菌滋生,带来健康风险。不同种类衣服要用什么频率清洗才好?让社区达人来告诉你。

牛仔裤要怎么洗?

南京路办事处石化路社区张女士

因为“养牛”并非牛仔裤不能洗,但过度清洗可能会导致牛仔裤掉色或磨损。所以,牛仔裤的清

洗周期在4次至5次穿着后。洗牛仔裤的时候首先用温水浸泡,直至水变冷,然后将牛仔裤翻过来冲洗,手搓掉有污垢的地方,最后悬挂在阴凉处晾干。如果担心掉色,将牛仔裤浸泡在盆内,放入2勺白醋,浸泡约半小时,这样掉色就不会那么严重了。

睡衣要怎么清洗?

五星办事处平西社区胡女士 贴身睡衣若长期不洗,微生物以及皮肤脱落的细胞会为大量堆积在睡衣上,可能会引起皮肤

感染、膀胱炎等健康风险。所以,睡衣的清洗周期在3次至4次穿着后。清洗时最好使用冷水手洗,并放在阴凉处晾干,否则阳光会令睡衣变质、变黄,缩短睡衣的使用寿命。新买的睡衣别着急穿,最好用盐水泡上半小时,再用洗涤剂清洗晾干;但洗涤剂不要直接沾于睡衣上,以免造成颜色不均匀。

(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:小雨 10℃~13℃



- 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



中国罗蒙集团

罗蒙信阳销售有限公司

地址:信阳市中山南路11号

电话:0376-6230977