

苦练广场舞,自费买设备,组织成立舞蹈队;夫妻恩爱,婆媳和睦,
用行动诠释好家风——

“舞蹈老师”李宝玉的幸福生活



本报记者 郭晓雨

在浉河区五星办事处幸运社区,65岁的李宝玉不仅是社区的“文艺小队长”,更是社区“好家风”的代表家庭。

昨日上午,记者见到李宝玉时,她正带着舞蹈队的姐妹们一起参加社区活动,活动结束后还要和姐妹们一起练舞。“跳广场舞是我的爱好,年轻的时候我就一直在宣传队里,性格开朗,是个爱唱爱跳的‘热闹人’。”

提到李宝玉,舞蹈队的姐妹们都夸她热心、能干。“宝玉姐收拾家务是‘一把好手’,组织我们学广场舞也是我们的教练。”居民陈女士说,两年前李宝玉号召成立了广场舞队,从

起初的四五个人发展到现在快四十人。大家从不好意思学,动作也放不开,到现在非常享受跳舞,现在舞蹈队90%的姐妹们身体都棒得很。为了方便大家练习,李宝玉还自掏腰包为舞蹈队添置音响道具,后来社区学广场舞的居民越来越多。李宝玉常说,锻炼改善了我很多年的颈椎病,为了健康我会一直坚持跳下去。

李宝玉的爱好得到了全家人的支持,儿子每隔几天就要来家里为她下载舞蹈视频,学习新的舞蹈。平时学舞、教舞会耽误家务,老伴儿王云生很是很是支持和理解,在她忙的时候就帮她把家务承担下来。“我们一家人相处融洽,老伴儿、儿子、媳妇都很支持我,以前音响坏了都

是老伴儿负责修,儿媳妇对我就像自己的妈妈一样孝顺,还经常给我买跳舞用的道具。”李宝玉提起自己的家人笑得像花儿一样。

“婆婆对我特别好,她总说遗憾没有女儿,所以一直都把我当她自己的孩子。”李宝玉的儿媳妇告诉记者,虽然公公婆婆已不再年轻,但精神状态和身体却很好,她和丈夫每年都会抽时间带老人们去度假。

“李宝玉是我们工作中的好帮手,她为人热情,平时社区有什么活动,她都踊跃参加,如果有什么矛盾总是从中协调,既方便了居民,也给我们帮了大忙。”社区工作人员说道。

踏青赏花要有“防敏之心”

医生支招:给皮肤涂乳液,远离过敏原

信阳消息(见习记者 李倩)时下天气晴朗,正是市民外出踏青游玩的好时节,不过医生提醒,市民在踏春欣赏美丽春景的同时,要注意保护好皮肤,做足防护措施,以免接触到过敏原,出现类似丘疹性荨麻疹、过敏性皮炎等各类皮肤病。

“春季是皮肤病多发季节。近几日,气候转暖,鲜花盛开,各种花粉、植物花絮以及一些微生物、寄生虫等复苏,对于一些体质特殊的人群就成为引起过敏的罪魁祸首。”金牛山社区卫生服务中心的张医生说,在儿童中较易出现的就是丘疹性荨麻疹又称风团,多与蚊虫叮咬有关。

“由于春季冷暖空气交替频繁,身体的机体尚未适应外界温度变化,皮脂腺和汗腺的分泌难以取得平衡,使皮肤对外界刺激非常敏感。”张医生告诉记者,胃肠功能欠佳的人群,黏膜水肿,消化能力减弱,食用鱼、虾等高蛋白食物后,由于大分子物质的吸收,很容易发生过敏。另外,春天空气中的花粉、粉尘等这些过敏源附着在皮肤表层,堵塞毛孔更易导致皮肤过敏。

“预防春季皮肤病是十分重要的,选择合适的出行、锻炼时间,风沙大的时候尽量减少外出或戴口罩。对于有花粉或者螨虫过敏的人,应避免靠近鲜花及出人有花粉飞扬的场所。”张医生建议,市民在外出游玩之前,最好给皮肤涂上一层保湿乳液,避免致敏物质直接接触皮肤,外出归来后应尽快洗去颜面的灰尘和花粉。如果在野外游玩时,不小心被虫子咬伤,回家后可以先用温水冲洗一下,然后用花露水涂抹。如果皮肤出现红肿、丘疹、发痒、脱皮等症状时,应引起重视,及时就医,不可随意用药,以免延误病情。

声明

●兹有杨涵淳、马玉琳之子杨钰轩于2014年2月10日在信阳市中心医院出生,其出生医学证明(编号:O410906427),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有彭军豫SX6117号二轮摩托车,此机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李发祥豫SXE092、豫SXE111、豫SXE118号二轮摩托车,此三辆机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有姚正义豫SXE059号二轮摩托车,此机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李明山豫S9X218号二轮摩托车,此机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李建华豫SXA930号二轮摩托车,此机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市平桥区甘岸街道办事处中心学校事业单位法人证书,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有何军毕业于信阳职业技术学院临床医学专业,其专科毕业证(证号:137841201306003447),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有杨万春豫SX5468号二轮摩托车,此

机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区扬子整体厨房经营部营业执照正、副本(证号:411502615134389),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有杨刚金豫C03777号车,其在人保财险购买的商业险保险单(印刷号:41001601110487),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有周明星的道路货运从业资格(证号:4115000020014038785),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区包罗万象包店的营业执照正、副本(证号:411502615254763),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区小豆现磨豆浆吧营业执照副本(证号:411502615077475),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市江淮水利水电工程建设监理站在中国银行股份有限公司信阳中山南路支行开立的账号为263704060000的银行开户许可证(核准号:J5150000627903),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区建军电动车修理门市部营业执照正本(证号:41300130201931),因不慎丢失,特声明作废。

所有信阳市公共交通总公司
以下车辆行驶证、号牌不慎丢失,特声明作废:

| 序号 | 车牌号 | 车架号 |
|----|---------|-------------------|
| 1 | 豫SC3806 | LC11B6FL38F1C5977 |
| 2 | 豫SC3830 | LC11B6FL38F1C5968 |
| 3 | 豫SC3829 | LC11B6FL38F1C5974 |
| 4 | 豫SC3858 | LC11B6FL38F1C5967 |
| 5 | 豫SC3826 | LC11B6FL38F1C5973 |
| 6 | 豫SC3829 | LC11B6FL38F1C5975 |
| 7 | 豫SC3830 | LC11B6FL38F1C5971 |
| 8 | 豫SC3810 | LC11B6FL38F1C5970 |
| 9 | 豫SC3830 | LC11B6FL40F1C5972 |
| 10 | 豫SC3856 | LC11B6FL13F1C5975 |
| 11 | 豫SC3809 | LC11B6FL18F1C5969 |
| 12 | 豫SC3856 | LC11B6FL38F1C5968 |