

55岁党员楼栋长刘初震:

居民的事儿就是我的事儿

见习记者 李倩

55岁的刘初震担任浉河区福寿社区二中东家属院的楼栋长,负责83户居民的大事小情,有着33年党龄的他始终铭记党的宗旨,终日忙碌在居民身边,热心为居民服务。居民无论大事小事都会找他帮忙,他总会在第一时间出现在大家最需要的地方。

“汪姨,这是您要的老鼠药,我给您拿来了。抓到老鼠之后,您别管,打个电话给我,我来帮您处理掉。”昨日,刘初震在日常巡楼时,80多岁的汪奶奶家中闹耗子便告诉刘初震,让他帮忙买点老鼠药。

汪奶奶是独居老人,也是刘初震日常巡楼时重点关注的居民对象。每隔两天,刘初震便会来到汪奶奶家中,询问她的生活有什么不便,再帮其解决。

2016年年底,二中东家属区的一、二号楼两楼共用一个化粪池,由于楼的年限长,化粪池排水管道老化并严重堵塞,使得一、二号楼前粪便积水严重,影响居民正常生活。

“怎样拿出一个让居民都同意的解决方案是最大的问题。”为了能让大家过上正常生活,刘初震多次来到这两栋楼的居民家中协商。“有些居民白天不在家,



刘初震正在擦拭社区衣物回收箱 见习记者 李倩 摄

晚上家中亮灯了,我再入户做思想工作。”刘初震说,经过近半个月的协商解决,这两栋楼的居民终于达成一致意见,维修化粪池费用由大家平均摊。同时,刘初震和居民代表与维修工协商,通过最低的价格将化粪池疏通,得到了居民的夸赞。

“刘哥当楼栋长真是好得没话说,我们有事找他时,他总是乐呵呵地帮助我们解决问题,一点怨言都没有。”居民张国华说。

作为一名社区党员,在与邻居相处时,刘初震总是以“与人为

善”的心态对待身边的每一个人,把党组织的温暖通过自己的行动传输给邻里。在忙于社区工作时,刘初震始终坚持用实际行动践行着共产党员的誓言。“虽然我当楼栋长才两年的时间,但是我知道一个道理,只有将居民家的事当成自己家的事才能算是称职的楼栋长。”刘初震说。



便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气:晴 6℃~17℃



- 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

惊蛰养生要依体质

社区医生提醒您注意这些事儿

信阳消息(记者 郭晓雨)惊蛰过后,万物复苏,正是春暖花开的好时节,同时也是各种病毒和细菌活跃的季节,不少市民开始关注春季健康。如何养生,预防各种疾病?本报记者采访了社区医生,看看惊蛰节气我们要注意什么。

浉河区湖东办事处华夏社区的中医刘浩告诉记者,惊蛰时节,除了注意防寒保暖,还因气候比较干燥,很容易使人口干舌燥、外感咳嗽,在饮食上也要注意。“惊蛰这个节气饮食应清温平淡,可多食用一些新鲜蔬菜及蛋白质丰富的食物,如春笋、菠菜、芹菜、鸡、

蛋、牛奶等,以增强体质抵御病菌的侵袭。”刘浩说,民间素有惊蛰吃梨的习俗,在日常饮食上多吃生津润肺的食物,如雪梨、银耳等。

除了吃清淡的食物,在惊蛰节气阴虚体质、血瘀体质、痰湿体质的人群要多注意。一般而言,阴虚体质者,要注意养成冷静、沉着习惯。少参与争胜负的活动,戒躁戒怒。刘浩说:“多吃清淡食物,如糯米、芝麻、蜂蜜、乳品、豆腐、鱼、蔬菜、甘蔗等。平时可利用打太极拳等项目以锻炼体质。”

血瘀体质者,多做有益心脏血脉的活动,如跳交谊舞、打太极拳、做保健按摩等。“血瘀体质

的人,要常吃具有活血化瘀的食品,如桃仁、黑豆、油菜、慈菇、醋等,经常煮食山楂粥和花生粥。也可用当归、川芎、丹参、地黄、地榆、五加皮和肉类煲汤饮用。”刘浩说。

春季潮湿多雨,痰湿体质者,在阴雨天,避免湿邪侵袭,不宜居阴冷潮湿环境。刘浩说,痰湿体质者应多吃健脾利湿、化痰祛湿食物,如白萝卜、扁豆、包菜、蚕豆、洋葱、紫菜、海蜇、荸荠、白果、枇杷、大枣、薏苡仁、红豆等;少食肥甘厚味、饮料、酒类,且每餐不宜过饱;应长期坚持散步、慢跑、各种舞蹈、球类等活动。

注销公告

兹有信阳禾乐礼品有限公司,经公司全体股东大会研究决议通过,拟向当地工商部门申请注销,请与公司有关的债权债务,自本公告刊登之日起45日内,向本公司申报债权债务。特此公告

信阳禾乐礼品有限公司
2017年3月8日

声明

●兹有刘俊毕业于河南大学河南高等教育自学考试汉语言文学(基础科段),其专科毕业证(证号:66411501023083747),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有浉河区双碑茶叶有限公司的组织机构代码证(证号:71678662-7),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有黄延奎购买的由信阳中远房地产开发有限公司开发的茗阳天下第306幢2单元5层504号房产壹处,其交付的购房契税票第三联(票号:0081141,金额:7948.58元),因不慎丢失,特此声明。

●兹有信阳市浉河区壹贰九宫格火锅店的营业

执照正、副本(证号:411502615324665),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区豫信西山茶园的营业执照副本(证号:411502615070324),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有董艾嶂之子徐子默于2014年8月11日在信阳市平桥区妇幼保健院出生,其出生医学证明(编号:0411127165),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区唯美花艺店的营业执照正、副本(证号:411502615143412),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳兴合房地产开发有限公司预留在中原银行信阳中山路支行的印鉴:行政公章及个人私章各一枚不慎丢失,特声明作废。

●兹有肖贤阳的豫S5X049号两轮摩托车,该机动车登记证书,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳大地房地产开发有限公司在中国工商银行信阳分行平桥支行的银行开户许可证(核准号:J5150000098401),因不慎丢失,特声明作废。