



您还在为家庭教育、亲子沟通发愁吗?

快来“申城讲坛”取经吧

●地点:市图书馆 ●时间:本月还有两场分别在18日15时、25日15时

信阳消息(记者 马依帆) 昨日,记者从市图书馆了解到,以家庭教育、亲子沟通为关注重点的“申城讲坛”系列讲座本月正在进行。感兴趣的市民可前往取经,不要错过学习的机会。

记者从市图书馆了解到,为弘扬社会主义核心价值观,推广全民阅读,建设书香信阳,市图书馆近年来坚持开展“申城讲坛”系列讲座,邀请我市以及省内文化教育名家主讲,涉及信阳地方文化、青少年心理健康、家庭教育互动等

多方面内容。

市图书馆副馆长朱进向记者介绍,“申城讲坛”已经成为市图书馆着力打造的可供全市广大读者交流学习的重要平台;今年以来,针对不同年龄段读者的需求,已举办各类现场讲座和视频讲座20多场,取得了良好的效果。

据介绍,本月举办的“申城讲坛”活动以家庭教育、亲子沟通为主题内容,共有4场,时间均为每周六15时,地点为市图书馆一楼报告厅。前两期主讲人分别为我市儿童

文学作家侠客飞鹰以及中学一级教师、信阳市优秀班主任周青。两场讲座一场没落的市民岳红梅告诉记者,接地气的内容和贴近生活的实例让家长和孩子都受益匪浅。

感兴趣的市民注意啦!此次“申城讲坛”活动还余两场。分别为18日15时,罗丹美术教育创始人白云主讲《孩子,你自己决定》;25日15时,教育部家庭教育高级指导师翟慧娟主讲《让爱流动——正面管教让亲子沟通更有效》。

电缆突发故障 工人赶赴现场

连续抢修10多小时重现“光明”

信阳消息(记者 杨长喜) 14日凌晨1时许,连续工作了10多个小时之后,王建华终于松了一口气,平桥区光明路沿线的电力供应终于恢复了。

王建华是信阳供电公司配电运检室主任。13日13时许,他接到了报修电话称,10千伏汪3线平桥欧凯分支线路(位于平桥区光明路沿线)故障,沿线居民用电受影响。得知该信息后,他立即带领工

作人员前往现场查看。赶到现场后,工作人员首先进行故障排查。该条线路沿线电缆都已经入地,并且预留检查口不多,给排查工作带来了一定困难;同时,由于故障排查需要听声音,白天的各种声音也给故障排查带来了一定的不便。不过工作人员还是克服了不利因素,最终确定故障段位于电厂路怡馨花园小区门口。考虑到沿线居民用电问题,工作人员先恢复了线路前端的供

电。此时,天色已经黑了下來。

为尽快修复损坏设施,恢复居民用电,抢修人员运来了照明设备。在照明设备的帮助下,工作人员破开了故障段所在路面,最终确定线路故障是因为电缆老化所致。于是,工作人员对老化线路进行了更换,结束后立即恢复了供电,王建华和他的团队这才下了班。14日白天,他们继续夜间未完成的工作,完成了路面恢复。

信阳市食品药品监督管理局 专栏

食物储存有讲究

(接上期)

存放谷物需防虫蛀、防霉变

谷物最怕受潮、生虫子。一般来说,谷物放在阴凉、干燥、避光处储存即可,一定要扎紧袋口。如果条件允许,可以把谷物放在塑料袋或保鲜盒中,置于冰箱里冷藏存放。

水果储存方法有讲究

温带水果:葡萄、苹果、梨、草莓、樱桃等温带水果宜放在冰箱中冷藏,可以起到保鲜的作用,避免水分流失。

热带水果:菠萝、香蕉、木瓜、芒果、杨桃等热带水果,比较怕冷,如果储藏在冰箱中可能出现冻伤,最好放在避光、阴凉的地方储藏。

西瓜:完整的西瓜最好放在室温下,如果已经切开,用保鲜膜包好切面,放入冰箱冷藏。

各类肉品储存方法有区别

鲜肉:一大块肉长期食用应切成小块,用两层塑料袋或铝箔纸以每次用量包好,放入冷藏室,以后每次解冻一包,可保存半年。若买的是肉馅、肉片、肉块,只能保存1-3个月。

冷藏肉:一般保鲜膜包装的冷鲜肉,保存在2℃-5℃只能延缓部分细菌生长、繁殖,保存期限2天-3天,一次不要买太多。

冷冻肉:买回的冷冻肉应该立即放进冰箱冷冻室。如果解冻后用不完再放回冷冻室易造成污染,肉汁流失,

保质期也会随之缩短。

加工肉品:香肠、灌肠、肉干等肉制品,买回家后应该放入冰箱冷藏,吃的时候再开封。一次吃不完,应用塑料袋包好再放回冰箱,以免变质。若放入冷冻室,也要在2个月内吃完,以免变质。

肉类罐头:未开启前,可存放于室温下,但开罐后剩余部分应倒于碗里,上面覆盖保鲜膜放在冰箱内冷藏保存。肉松或肉脯类的罐头,打开后的保存时间约为10天,打开后吃剩的部分仍应盖紧,以免潮湿发霉。

熟肉:放在冷藏室可保存5天,放入冷冻室可保存2-3个星期。存放时依次分装,并与卤汁一并冷冻,否则肉会变干硬。



106



樊丽 法律从业者

“文明是多一点耐心。我承诺,耐心细致地为当事人提供优质、高效、全面的法律服务,并以勤勉尽责精神完成当事人托付的法律事务。”

107

舒战峰 律师

“法律在心中,文明伴我行。我承诺,竭诚为当事人提供倾心的服务,法大于权,铭刻民心,为正义保驾护航,为公平护航。”



108

肖疆 银行职员



“文明礼仪从微笑开始。我承诺,在工作过程中,微笑服务,认真细致地对待每一位前来办理业务的市民。”

(首席记者 韩蕾 整理)

声 明

●兹有朱卫国的豫S10918号二轮摩托车,该车已自行拆解报废,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。

●兹有河南富贵食品有限公司的原公章编号:4115270001198 现更改为编号:41152700033031,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市中拓网络科技有限公司的营业执照副本(证号:411591000001255),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有河南中电电梯有限公司信阳分公司的组织机构代码证正、副本(代码:05722016-X),因不慎丢失,特声明作废。