

# 保持健康心理 过上健康生活

## 浉河区幸运社区为居民开展心理健康辅导活动

信阳消息(记者 郭晓雨)为了进一步提高辖区居民的心里素质,引导青少年、老年人树立心理健康意识,让更多的居民认识到保持心理健康的重要性,11月28日上午,浉河区五星街道幸运社区邀请了信阳学院心理健康教育志愿服务队和信阳市公益志愿者协会的志愿者们在社区活动室开展了关注辖区居民心理健康的活动。

当天,社区居民们早早地等在社区的小广场上,期待着志愿者们可以为他们带来心理辅导。不一会儿,只见志愿者们穿着卡通的衣服走在了广场上,并为大伙带来了滑稽的表演。此景立即惹得大家欢笑不已。“开始想到要和志愿者们谈心,我还害怕因太紧张而让他们认为我的心里不健康,没想到一上来他们却给大伙来了一通可爱的歌舞表演,我的心啊一下子就放松了。”李阿姨开心地说,这样的互动方式她很喜欢,既轻松又有趣。

在有趣的卡通舞结束后,志愿者们聚在一起,教老人、青少年



居民们跟着志愿者学习手指舞 本报记者 郭晓雨 摄

们健康手指舞,并在教他们的同时和他们说一些小故事。在这样温馨的氛围里,居民们放下心防和志愿者们说了很多。在一些老人说出自己的烦恼时,志愿者跟他们慢慢讲述老年人的心理和生理的特殊性,让他们知道什么叫“心理健康”,并对生活中容易出

现的各种心理问题进行了深入浅出的讲解。

“今天的活动让我感到很开心,和老人、孩子们聊聊,也多少了解了他们生活上的困扰和不开心,所以我觉得今天的收获很大,期待下次还可以为他们带来欢乐。”志愿者刘女士说。

# 做社区居民的贴心人

## ——记五里墩街道八一社区第三网格楼栋长黄爱荣

刘建华 高师建

黄爱荣是八一社区第三网格楼栋长,任职以来,她时刻了解群众的基本信息和服务诉求,关注群众的热点难点,协助社区居委会做好政策宣传等工作,得到了社区居民的大力肯定。

积极带头,勤勤恳恳为社区服务。在楼栋长的岗位上,黄爱荣始终牢固树立“为居民服务,帮弱势群体、架党群桥梁、助政府投入”的理念,积极主动,热情地投入网格化管理的工作中,积极承担社区政策宣传和环境保护等职责。今年秋天,网格内一段排水沟堵塞,污水散发出臭味,居民找到黄爱荣说起这事,希望她能向

社区反映予以解决。考虑到社区经费不足,黄爱荣主动承担下了解决这个问题的担子,在网格其他党员同志的参与下,黄爱荣拿上水桶和铁锹,掀开盖板,一桶一桶地往上掏淤泥。经过一天时间,黄爱荣和网格党员终于将排水沟堆积的污泥清理干净。

黄爱荣的工作表现得到了社区居民的充分肯定,大家都对她赞不绝口。“现在无论什么事,都有楼栋长带领党员志愿者为我们服务,社区和我们居民群众的距离是越来越近了,各种服务也更加贴心了。”一位居民如是说。

心系民生,踏踏实实为居民做事。作为楼栋长,无论平时工作多忙,黄爱荣都要抽出时间去看望

那些低保户、孤寡老人,送去自己的一片爱心。对于辖区贫困户深入家中聊天、安慰,并尽自己所能给予物质帮助。热心接待居民的求助,帮助居民解决困难。对于居民提出的有关问题,例如独生子女证办理流程、就业失业证办理及年检、低保享受条件、廉租房补贴、老年人乘车卡办理及年检等有关问题认真给与答复,并及时通知他们去办理。

基层工作琐碎而平凡,但正是平凡的工作成就了不凡的业绩和不凡的人。在日常工作中,黄爱荣积极主动服务居民,认真履行社区网格楼栋长工作职责,用奉献回报社区,为社区贡献自己的力量,履行了自己的职责,也成了居民的贴心人。



### 便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气:多云 4℃~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
- 妇女儿童心理援助热线:15503760718
- 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
- 信阳市城市管理服务热线:12319
- 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

## 信阳市食品药品监督管理局 专栏

### “保健食品”与“食品”“药品”的区别

**保健食品:**多数是针对某些营养失衡等所产生的症状,作为长期、持续且具有特定效果补充的营养物质,并且可以借此预防某些特定疾病的发生或能够改善体质。它们多是以食品为基础,并且以天然物质经过精制、加工或组合所制成。保健食品含有一定量的功效成

分,能调节人体的机能,具有特定的保健功能,一般有规定的用量及特定的食用范围。

**食品:**包括各种供人食用或饮用的成品和原料,以及按照传统医学认定的药食同源类食品,但是不包括以治疗为目的的食物。一般食品强调提供营养成分,没有服用量的要求,

无特定的食用范围,而且不强调特定功能。

**药品:**是针对某种症状或病症,作为治病用的化学制品。利用天然或化学合成原料,且必须经过法定的临床实验与分析研究,采用严格的工业化程序制成,一般来说并不适合长期或大量服用,药品存在各种不良反应。此外,保健食品仅口服使用,而药品可以注射、涂抹等方法使用。

### 声明

●兹有黄宇、成春华购买的由信阳恒大房地产有限公司开发的浉河区鸡公山大街中都·沁园号17号楼2502号房产壹处,其交付的购房款发票(票号:00861821),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区锅大侠火锅店开具的增值税普通发票(代码:4100161320,票号:06947301,金额:80.5元;票号:06947302,金额:100元),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳重庆德庄饮食连锁有限公司北京路分公司的税务登记证(税登字411502697322631号),因不慎丢失,特声明作废。