

树敬老之风 促社会文明

浉河区茗阳天下社区和肖家河社区组织志愿者开展文明宣传主题踩街活动

信阳消息(记者 马依钜)透着文艺范的节目表演直接走上街头,以踩街的形式宣传文明风尚。这样的文明宣传活动可谓入眼美,入脑深。

“活动形式很新鲜,既参与文艺,又传播文明,群众很喜欢,大家也都兴致勃勃,希望这样的活动越来越多。”说起社区刚结束的敬老踩街文明宣传活动,昨日,南湾湖风景区茗阳天下社区志愿者孙瑞林对记者说道。

为创新文明宣传方式,基层工作人员没少花心思。茗阳天下社区党支部书记刘臻告诉记者,踩街是一种传统文艺活动,为群众喜闻乐见,“我们就想着能不能借用这种方式,酒瓶装新酒,把社区居民自己的文艺节目搬上街头,宣传社会主义核心价值观,宣传文明新风尚。”

10月是社区的敬老活动月,为宣传敬老爱老的传统美德,营造浓厚的文明氛围,近日,茗阳天下社区、肖家河社区 120



一路走来,新风扑面 本报记者 马依钜 摄

余名社区志愿者组成的文艺队走上街头,沿着茗阳阁附近,走进浉河南岸的背街小巷,开展了一场以敬老为主题的踩街文明宣传活动。

活动中,志愿者的队旗迎风飘扬。志愿者们穿着文艺表演服装,拿好表演道具,有序地走在沿河的茶韵路上。高举着“树敬老之风,促社会文明”“尊老为

德,敬老为善,爱老为美,助老为乐”等横幅标语,成为了路上一道亮丽的风景线。道路两旁的群众纷纷驻足观看。不停地喝彩鼓掌,手机拍照。

“文艺活动从台上走到街头,这样的宣传活动引人注目,俺们群众都喜欢,宣传效果也很好。”茶韵路居民曹荣贺对这次踩街活动竖起了大拇指。

便民服务进社区 居民点赞好贴心

信阳消息(记者 李倩)“志愿者们开展的便民服务进社区为我们提供了很多优质又贴心的服务,我们很开心。”20日上午,信阳市公益志愿者协会的志愿者们来到了羊山新区博士名城小区开展便民服务活动,让小区居民足不出户就能享受到便民利民服务,受到了小区居民的一致好评。

据了解,此次便民活动为居民们送健康、送关爱,提供免费理发、量血压、口腔检查、磨刀、快板表演等志愿服务项目。

早上8时许,活动现场气氛

热烈,志愿者们各司其职,发挥专长为社区居民提供了便民服务,赢得居民的一致好评。来自市教体局的志愿者们逐个为居民测量血压、身高体重、肺活量、坐立体前屈等体质检测项目,圣德医院的医务人员现场向居民讲解生活健康知识,并仔细向老人讲解定期检查身体的重要性,鼓励老年人树立乐观的生活态度,养成健康的生活习惯。

“小胡的理发技术不错,给我理了个满意的发型。”市公益志愿者协会的志愿者胡积兵的

理发技艺受到了居民们夸赞,同时,记者了解到,胡积兵的爱人正在医院住院,但他听说此次便民活动没有理发师,二话不说便来到了活动现场,为20多位居民义务理发。

活动结束后,居民纷纷表示希望今后能多开展类似这种便民活动。市公益志愿者协会秘书长马军告诉记者,以后将继续在社区开展便民活动,而且还会调动社会力量,让居民们能够在社区里就能享受到优质的服务,打造幸福和谐的社区氛围。

明日迎来霜降 深秋寒意渐浓

本周天气阴晴多变,洗衣晒被请注意把握时机

信阳消息(记者 韩蕾)最近小伙伴们有没有感受到秋天的冷?大街上穿厚衣服的多了起来,有些市民还穿起了小薄袄。本周虽然天气还算不错,但因为“霜降”的到来,天气只会越来越冷,所以小伙伴要抓住“稍纵即逝”的暖意,好好跟太阳“亲近”。

记者从市气象台的天气预报中得知,本周我市的昼夜温差有所加大,早晚的最低温在10℃左右徘徊,好在白天的最高温度还依然维持在20℃以上。不过,本周的气候也是阴晴不定,好在晴好天气为主,所以,不管是洗衣晾晒,还是外出郊游,小伙伴们都要好好把握时机。

具体天气预报如下:10月22日(星期一),零星小雨转多云,14℃~21℃;10月23日(星期二),晴天间多云,12℃~23℃;10月24日(星期三),晴天转多云,13℃~24℃;10月25日(星期四),多云到阴天有小雨,16℃~21℃;10月26日(星期五),小雨转多云,16℃~21℃;10月27日(星期六),晴天间多云,10℃~22℃;10月28日(星期天),晴天到多云,12℃~24℃。

本周二是农历二十四节气之一的“霜降”,同时,也是秋季的最后一个节气,这也意味着冬天即将开始,早晚温差会越来越。为了适应温度,小伙伴要根据情况

及时添衣。秋风萧瑟容易使人干燥上火,热水也一定要多喝,预防秋燥和秋乏。

霜降来临,天气明显转凉,要注意脚部保暖。特别是女性尽量不要再穿船形鞋和薄袜,改穿能遮盖脚面的鞋或靴子,使脚部保持暖和。可以早睡早起,以确保充足的睡眠;适当的运动,可以让身体更耐冻;保持愉悦的好心情;多吃当季水果,如葡萄、石榴、柚子、橘子、梨,可增强抵抗力。



信阳市供水集团公司特约

今日天气:雨 21℃~25℃



- 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

知识与健康



常吃鲜枣好处多 益智健脑提高免疫力

鲜枣含有多项营养元素都聚其他水果首位,如维生素C、钾、镁等。维生素C可软化血管、预防高血压、冠心病和动脉硬化。同时,维生素C有助于阻断致癌物质N-亚硝基化合物的形成,从而降低了肿瘤的形成风险;钾能增强肌肉的兴奋性,参与蛋白质、碳水化合物的合成和热能代谢;镁具有抑制神经的兴奋性,参与体内蛋白质的合成,肌肉收缩和调节体温的作用等。