

# 做合格父母 育阳光少年

## 平桥区平桥街道心理健康知识讲座受欢迎

信阳消息(记者 李亚云)“学到真知识,解决了真问题,真是一项好福利!”近日,平桥区平桥街道开展的以“做合格父母 育阳光少年”为主题的心理健康知识讲座,受到辖区居民的一致称赞。

为提升社区家庭教育的质量,帮助社区居民解决家庭教育难题,平桥街道与辖区内厚德心理咨询室张杰老师取得联系,请张杰从心理学角度,为辖区居民讲解教育孩子的方式方法。

讲座开始,参与的家长仔细

聆听、记录。张杰以“健康”为切入点与家长展开讨论。重点引导家长不仅要关注孩子的身体健康,更要注重孩子健康心理的养成。“父母是孩子最好的老师,对孩子的影响不容小觑。家长应该掌握与孩子的沟通方法,避免一些言语上的“雷区”。学会积极正向的引导孩子,让孩子在潜移默化中变得更加阳光、优秀!”张杰说。

随后,参与讲座的家长就日常生活中发生的亲子问题展开

询问。讲座上大家争相讨论、互相支招,现场气氛热烈。张杰从心理学的角度为心存困扰的家长答疑解惑。随着现场抛出的问题被逐一解答,讲座渐渐接近尾声。

“听完这期心理健康知识讲座,我们家长感觉获益匪浅。从中发现了自己日常生活中忽略的一些问题,也从中寻找到了问题的答案。这样有意义的活动希望以后多多举办。”参与此次讲座的辖区居民吴先生说。

# 新设备 新思维 新生活

## 浉河区宝石社区推广垃圾分类营造绿色生活



工作人员对垃圾桶喷写分类标识 本报记者 李倩 摄

信阳消息(记者 李倩)为全面做好全国文明城市创建工作,营造整洁优美、文明有序的小区环境,近日,浉河区五星街道宝石社区工作人员在小区内对多套垃圾桶喷写分类标识,进一步强化居民垃圾分类的意识,提倡居民爱社区、爱家园,爱护环境卫生,共同营造美好社区。

据了解,此前宝石山庄小区内垃圾桶安放点上均只有一个垃圾桶,且没进行细致的垃圾分类,时常出现生活垃圾与建筑垃圾混合倾倒的现象。近日,该社区对小区内的垃圾桶进行更换,换为可回收与不可回收两种分类垃圾桶。同时,对小区部分未安装垃圾桶的地方增安分类垃圾桶,并在放置的过

程中,向过往的居民宣传垃圾分类小常识,积极引导居民主动按照标识分类投放垃圾。

“分类垃圾桶的投放既环保,又增强了居民进行垃圾分类的意识。”居民崔涛先生说,“在以后的生活中,自己会积极配合社区工作,共同营造健康绿色美好生活。”

# 老年人画画增强记忆力

加拿大滑铁卢大学的一项最新研究表明,画画可增强老年人记忆力。

参试者可以通过书写、绘制或列出与之相关的属性等方式对每个单词进行“编码”。完成任务后,研究人员对他们的记忆力水平进行评估。结果发现,两组人在使用绘画代替书写进行新信息“编码”时,记忆效率更高,在老年组中这种效果更加明显。

研究领导者、滑铁卢大学认

知神经科学博士梅丽莎·米德指出,画画能提高记忆力的原因在于,其过程包含了多种信息表现方式。她说:“伴随年龄的增长,人们对于新信息的记忆能力会逐渐下降,这是由海马体和额叶等与记忆有关的主要大脑结构衰退所致。不过,大脑中负责表现图像和视觉空间处理的区域,在衰老过程中大多保持完好无损。我们认为,画画对痴呆症患者尤为有益,因为它能更好地利用大脑中那些没有被破坏的区域。”研

究人员表示,画画改善记忆的方法适用于很多人,即使并不擅长画画,它也比记笔记、做可视化练习或被动地看图像效果更佳。该发现对老年痴呆症的干预治疗具有重大意义,有望帮助患者在疾病发展过程中保留更多有价值的情景记忆。

(据《生命时报》)



## 便民信息



信阳市供水集团公司特约

今日天气:阴 -4℃~0℃

- 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:6222521
- 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
- 信阳市城市管理服务热线:12319

## 声明

●兹有信阳市远大生产资料专业合作社营业执照正、副本(统一社会信用代码:9341150209092007XR),法人张胜远私章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有张再义豫 SM5842 号普通二轮摩托车,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。

●兹有徐豪购买的由河南政和房地产开发有限公司开发的建业城4号地第2号住宅楼601号房产壹处,其交付的购房首付款收据(收据编号:1067998,金额:111865元),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有王贻亮豫 ST9116 号普通二轮摩托车、豫 STN169 号三轮摩托车,此两辆机动车已自行拆解报废,此两辆机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳龙鼎茶业有限公司行政公章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有阮以江购买的由信阳骏景地产开发有限公司开发的信阳恒大翡翠华庭1号楼1单元2503号房产壹处,其交付的购房款收据(收据编号:5821064,金额:20198元),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳仙翁矿业有限公司行政公章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。