

送戏上门,居民连夸“过瘾”

浉河区车站街道多个社区组织文艺演出丰富居民生活



精彩的演出吸引居民前来观看 本报记者 王婷摄

信阳消息 (记者 李倩) 近日,为了丰富辖区老年人的生活,提升社区文化建设,浉河区车站街道信柴社区、化工社区、工区东社区联合星乐戏剧艺术团在林志科技孵化园开展文艺汇演。

活动现场暖意融融、异常热闹,星乐戏剧艺术团演员们精心编排的戏曲节目正在这里上演。得知家门口就能看精彩演出,居民们早早来到现场,围坐在舞台前。演员们配上华美的服饰,优美

动听的唱腔、细腻传神的演绎让现场观众看得津津有味,现场鼓掌不断。

“我已经很长时间没有看到这么专业的戏曲表演了,真过瘾!”居民蒋阿姨是位老戏迷,她对送戏上门连连拍手称赞,“只要有戏曲表演我就会去看,今天在家门口可过足了戏瘾。”

居民刘大妈告诉记者,她今天带着孙女一起来听戏,就是想培养孙女的兴趣,“只有年轻人对中国戏剧、戏曲感兴趣了,我们的国粹才能一代一代传承发展。”“戏剧舞台虽小,但演出意义重大,作为组织者,我们也要有充分的文化自信,同时也要为社区居民的文化建设作出我们的贡献。”工区东社区主任王亚娟说,本次戏曲演出让居民在家门口大饱眼福、过足戏瘾,丰富了居民的精神文化生活,今后类似的文艺演出还将持续在社区上演,为居民送上一道道丰盛的文化大餐。

睡眠出问题? 来听听这节课

浉河区幸运社区健康知识讲座受欢迎

信阳消息 (记者 李倩) 拥有良好睡眠,才能成就健康生活。为帮助辖区老年人改善睡眠质量,倡导健康生活方式,昨日上午,浉河区五星街道幸运社区联合市社会心理学会组织开展“谁偷走了我的睡眠”心理健康讲座。

活动中,老人们在轻松的背景音乐下陈述自己的睡眠问题、身心困扰及对拥有良好睡眠的期盼。在市社会心理学会史训英老师带领下以腹式呼吸为指导进行了放松训练和穴位助眠的学习。随后,史训英老师从睡眠的生理意义、影响因素、睡眠障碍的分类

等方面进行了详细的讲解。重点讲述了每个年龄阶段的睡眠时间,失眠的类型和原因,怎样调节和放松自己的心理、生活和身体,以达到一个良好的睡眠状态。

“服用安眠药是否会对身体有害”“晚上运动是否会影响睡眠质量”史老师通过举例说明让老年人更直观地认识到睡眠的重要性。同时,通过互动小游戏的方式就如何从思想上重视睡眠、如何处理不同的失眠等问题介绍了摆脱失眠的小技巧,并针对性地对现场居民提出的问题给予解答和指导。

“我晚上睡眠一直不好,这次

心理健康活动让我学到了不少有用的知识,相信肯定对我以后的睡眠质量改善有很大的帮助。”社区居民张文秀告诉记者,这次社区开展的心理健康活动不仅改变了自己对睡眠的错误认知,还学习了自我管理睡眠的技巧。

幸运社区党支部书记陆香告诉记者,今后社区将继续针对老年人及其家属开展心理辅导讲座、义诊等活动,帮助老年人提高心理健康水平,使他们在身心愉快的状况下安度晚年,实现老有所悟、老有所乐、老有所学、老有所为。

声明

●兹有信阳市现代男科医院有限公司(税号91411500789190410G),不慎遗失河南省医疗机构门诊收费统一发票一张,发票代码:141001820125,发票号码:00556785,特此声明作废。

●兹有信阳市浉河区顺心酒楼2013年4月3日核发的营业执照正(副)本遗失,注册号4115020044001909 声明作废。

●兹有信阳市思途广告传媒有限公司在中国工商银行股份有限公司信阳航空路支行办理的账号为:1718321109100039529的银行开户许可证(核准号:J5150003339001),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市羊山新区平价快餐店营业执照正、副本(证号:411592602057908),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市羊山新新防盗门店税务登记证正、副本(证号:4115221 98708154515),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区引领信息科技有限公司增值税普通发票壹份(发票代码:141001420043,发票号:29108971),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区大舞台制衣有限公司在中原银行股份

有限公司信阳胜利路支行办理的账号为:8800612014000000396的银行开户许可证(核准号:J5150002196501),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有固始县杨山明源实业有限责任公司原财务专用章壹枚(编号:4115250002304),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区名品时尚包店营业执照正、副本(证号:411502615315402),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区维信轿车维修部国税通用机打发票壹份(发票代码:141001820043,发票号:01088591),因不慎丢失,特声明作废。



便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气:多云 4℃~15℃



- 市长热线:12345
- 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
- 税务稽查举报: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

河南省固始县港航管理局固始县2017年淮河航道养护项目环境影响评价信息公示

我单位委托宁夏智诚安环技术咨询有限公司组织编制的《河南省固始县港航管理局固始县2017年淮河航道养护项目环境影响报告书征求意见稿》已编制完成,现将相关信息公示如下:

1.征求意见稿、公众意见表电子版链接:<http://www.eiafans.com/thread-1167170-1-1.html>,查阅纸质报告书的联系人:张先生 联系电话:15225355176 邮箱:2838540663@qq.com。

2.征求意见的公众范围:本项目实施地点为中心(经度115.774283;纬度32.499521),边长5km,面积约为25km²范围内的公民、法人和其他组织。

3.公众可通过信函、电子邮件等方式向我单位提交公众意见表。

4.公众提出意见的起止时间:2019年3月23日至2019年3月28日。