

戴党徽 传党情 送温暖

浉河区五里墩社区开展走访慰问老党员活动



社区工作人员与老人合影 本报记者 李倩 摄

信阳消息(记者 李倩)为深入推进党员活动日工作开展,增强党的凝聚力和向心力,让辖区行动不便的老党员更准确、及时地了解党中央的方针政策,近日,浉河区五里墩街道五里墩社区持续开展“送党徽、送温暖”走访慰问活动,为辖区内生活困难、行动不便的老党员送学上门、佩戴党徽。

辖区73岁的老党员许世华在去年不慎摔伤腿脚,出院后因腿脚不便、年龄较大,不便经常出门,对于社区党支部组织的各项活动,虽然有心却力不足。在许世华家中,社区工作人员和党员志愿者一同将鲜红的党徽戴在她的胸前,将鲜花、书籍送到了老人的手中。老人的眼睛瞬间变得湿润了,口中不停地说:

“谢谢,感谢党的关怀,感谢社区党支部的关心。”

党龄37年的许世华摸着胸口的党徽自豪地说:“我们这些老党员,由于身体原因不能为群众服务,组织还记着我们,让我们不忘学习、不掉队,时刻与党保持紧密联系,仿佛又回到了入党初期,我很激动、很骄傲。”

随后,社区工作人员耐心地给她逐字逐句地念读并讲解街道下发的关于印发《浉河区基层党组织和党员“夺旗争星”活动方案》的通知,让她及时了解党支部开展的相关学习教育内容,并参与到活动中来,社区工作人员认真听取老人对社区的意见和建议。

五里墩社区居委会主任彭俊告诉记者,此次为辖区行动不便老党员开展的“送党徽、送温暖”慰问活动,增强了老党员的责任感和使命感,慰问中,老党员对社区党支部在增设学习场地、便捷党费缴纳方面提出了宝贵的建议,有力地推动了社区党支部更加规范、健康地发展。

喝汤不吃肉,容易营养不良

很多子女在照顾病中老年人时,信奉“吃肉不如喝汤”的原则,认为营养都溶在汤里,让老人喝汤就是吃到了食物的“精华”,汤中的其他食材却被当成汤渣倒掉。时间久了,很多老人出现营养不良症状。这是因为,汤里的营养物质并没有人们想象得那么多,大部分营养还是在食材里。

无论鸡汤、肉汤还是鱼汤,汤的蛋白质含量都远不及肉块本身。虽然汤中溶出来的游离氨基酸、小肽、谷氨酸、谷氨酰胺、肌酸、B族维生素等物质,对老人或病后虚弱、消化不良

者可起到改善食欲、提高消化能力的作用,但是汤中蛋白质含量太低,仅有1%~2%,而肉块蛋白质含量高达15%~20%。另外,汤的营养密度较低,只有钾元素这样易溶的成分,而骨头中的钙、铁元素都属不溶性成分,即便是人们认为“补钙”的骨头汤,钙溶出浓度也不超过4毫克/100毫升,明显低于牛奶的含钙浓度(约80~120毫克/100毫升)。

因此,对消化吸收能力正常的老人来说,每天只喝汤,而不吃成块的肉,摄入的蛋白质、钙、铁等必备

营养都会低于身体所需。因此,建议老人连汤带食物一起吃,或者把食物如粮食类、蛋类、奶类、肉类、鱼类、豆制品、蔬菜类等,用粉碎机搅碎并调成高浓度的糊汁吃下,这样既便于吞咽又有利于消化吸收。

最后提醒,煲汤时要减少油和盐的用量,以清淡为主。享受鲜汤时,也要注意撇去上面的浮油。(据《生命时报》)



信阳市供水集团公司特约



今日天气:晴 24℃~36℃

- 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

声明

●兹有豫S74168号车、豫S08755号车的机动车行驶证、机动车登记证书不慎丢失。豫SA0980的机动车号牌不慎丢失。豫S74303号车、豫S75999号车、豫SL1967号车、豫S73996号车、豫S73322号车、豫S72549号车、豫SN4649号车的机动车登记证书不慎丢失。现声明以上车辆丢失证件及牌照,声明作废。

●兹有信阳市浉河区四海茶叶经营部营业执照正、副本(证号:411596601043754),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有黄威、柳青梅购买的由信阳合盛房地产开发有限公司开发的信阳恒大翡翠华庭7号楼1单元708号房产壹处,其交付的购房款收据(收据编号:6054889,金额:74156元,编号:6055917,金额:420212元),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有夏新丰所有的壹处房产位于浉河区鸡公山大街怡景翠园5号楼3单元6层605号,其交付的房产契税票(票号:00661335号),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有周先国、卢田田之女周馨怡于2012年9月5日在信阳市平桥区第四人民医院出生,其出生医学证明(编号:M410962271),因不慎丢失,特

声明作废。

●兹有何强购买的由信阳骏景地产有限公司开发的信阳恒大翡翠华庭1号楼2单元905号房产壹处,其交付的购房款收据(收据编号:5348009,金额:17858元),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有睿欣教育器材经营部国税通用机打发票2份(发票代码:141001520043,发票号码:13203981、13203982),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区建平时代保健品体验中心营业执照正本(证号:411502615374002),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有光山海腾农业科技有限公司在建设银行办理的账号为:4105017664080000333的银行开户许可证(核准号:J5156000493301),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有韩林芳的营业执照正、副本(证号:411503606211386),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳金龙新型建材有限公司财务专用章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有井立建豫SQB899号普通正三轮摩托车,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。

●兹有豫SGE948蓝牌登记证书丢失。豫SHA793蓝牌行驶证丢失。豫SB6267蓝牌行驶证登记证书丢失。豫S33300黄牌登记证书丢失。豫SFQ330蓝牌登记证书丢失。豫S19W97蓝牌登记证书丢失车牌丢失。特声明作废。

●兹有信阳花贝电子商务有限公司在中原银行信阳分行营业部办理的账号为:8801712010000000471的银行开户许可证(核准号:J5150002322302),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市羊山新区独挡一面餐馆营业执照正本(统一社会信用代码:92411500MA46CF5G93),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区尹平平内衣百货批发部营业执照副本(证号:411502615234893),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有平桥区恒泰沸石粉经销部行政公章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。