

重走长征路 共筑中国梦

浉河区秀水社区组织党员开展主题活动

信阳消息（记者 李倩）为庆祝中国共产党建党98周年，6月27日上午，浉河区五星街道秀水社区党支部组织辖区党员干部和入党积极分子10余人，来到红二十五军长征出发地罗山县何家冲开展“重走长征路共筑中国梦”主题活动。

在解说员的引领下，大家前往何氏祠，听取一件件关于革命先烈的光荣事迹，唤起大家的红色记忆。在何家冲政治文化广

场，老党员重温入党誓词，每一位党员再一次接受了心灵的洗礼，进一步坚定了理想信念和历史责任感。

“红二十五军高举中国工农红军北上抗日第二先遣队的旗帜，由此出发长征，北上抗日。”在“重走长征路”体验活动中，大家走过革命先烈曾经走过的山间小路，感受革命先辈的艰辛和不易。

活动最后，社区党支部书记

陈彦焰在红二十五军集结在村头的大银杏树下，给大家上了一堂“不忘初心 牢记使命”专题党课，分享自己的参观感悟，从牢记初心使命、弘扬红色基因、做好本职工作3个方面告诉党员干部要不忘初心、砥砺前行。

“这是一次生动而有意义的党员活动。”陈彦焰告诉记者，利用现场教学和重走长征路，让社区党员同志们实地感受红军长征精神，接受革命传统教育。



在党的生日来临之际，近日，浉河区五里墩街道民族社区开展“颂歌献给党 奋进新时代”庆七一文艺演出。社区艺术团精心编排的歌舞、朗诵等10个节目相继亮相。一首首红歌唱响了主旋律，一句句颂词献给了党，吸引了众多居民驻足观看。本报记者 李倩 摄

为提高“创建全国文明城市”在居民中的知晓率、支持率、参与率。近日，浉河区五星街道宝石社区开展创文入户宣传问卷调查活动。活动中，社区网格员通过入户走访向居民宣传创建全国文明城市相关知识，号召大家从自身做起，从身边的小事做起，要说文明话、办文明事、做文明人。

本报记者 李倩 摄



加大道路清扫作业力度

平桥街道提升辖区扬尘污染治理水平

信阳消息（谢远洋）近期，平桥区平桥街道多措并举，全面提升辖区扬尘污染治理水平。

背街小巷的道路扬尘治理，是大气污染防治的重中之重。据了解，该街道拥有背街小巷88条。连日来，该街道党政负责人多次带领环境攻坚办工作人员深入华豫南路、予林路等路段进行督导，实地了解治理情况，

现场研究治理措施和方案，要求街道环境攻坚办和社区居委会要密切配合，扎扎实实抓好背街小巷扬尘治理。同时，加大道路清扫作业力度，实施地毯式吸尘、人机结合清洗、机械化清扫、精细化保洁、调度洒水“五位一体”的道路控尘措施，每天6时至18时不间断对道路进行清扫和冲洗，做到全时

段保洁，对道路黄土裸露部分进行绿化、硬化和防尘网覆盖，严格管控出入车辆清洗，全力控制道路扬尘。此外，关注重点区域。在坚持日常工作的基础上，街道对华豫南路、灌渠北路、予林路等重点路段进行了重点治理，每天增加清扫频次和巡查管控力度，对出入车辆进行全天候清洗，杜绝带泥上路。



信阳市供水集团公司特约

今日天气：多云 21℃~34℃



- 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

痛风防治要过三道关

改变饮食结构、控制饮食总嘌呤摄入量。高嘌呤动物性食品，如动物内脏、部分海产品、红肉（猪肉、牛肉、羊肉）、肉汤会升高血尿酸，增加痛风发病风险，所以要限制食用。酒类和含糖饮料会显著升高血尿酸，也应少喝或不喝。蔬菜的嘌呤含量与动物性食物相比，总体来说低一些，但有些蔬菜并不属于低嘌呤食物，比如芦笋、紫菜、豌豆苗等。痛风患者急性发作期，除限制摄入嘌呤含量高的动物性食物，也要尽量避免吃嘌呤含量较高的蔬菜。

控制体重、适当运动。减重可降低血尿酸，同时对控制血糖、血脂、血压均有益处。痛风病人应多进行散步、骑自行车、打太极拳、跳广场舞等有氧运动，但不宜过于剧烈，最好不要选择体力消耗较大的运动。

降尿酸，还需要药物助力。痛风药物治疗包括两类，一是急性发作期抗炎镇痛治疗，二是间歇期降尿酸治疗。急性期即关节红、肿、热、痛发作期，治疗目标为迅速控制炎症、缓解疼痛，可选药物有非甾体抗炎药、秋水仙碱和糖皮质激素。间歇期治疗目标为降低血尿酸并实现达标治疗，避免痛风反复发作及并发症的发生发展，可选药物包括苯溴马隆、别嘌醇、非布司他等。

（据《生命时报》）

