

墨香送祝福 剪纸庆重阳

浉河区京深社区组织老年人开展学剪纸庆佳节活动



老人们展示自己的剪纸作品 (社区供图)

信阳消息 (记者 李亚云) 金菊怒放,丹桂飘香。10月7日上午,浉河区湖东街道京深社区开展了“墨香送祝福 剪纸迎重阳”活动,吸引辖区20余位

老人到场参加,共庆佳节。重阳节一大早社区活动室里就热闹起来,居民陈老师带来了设计好的“社会主义核心价值观”主题剪纸样稿,并进行

现场展示与指导制作。随后,剪刀在老人们手中飞舞,欢乐在身边荡漾,一张张精美的“社会主义核心价值观”主题剪纸作品在大家的细心雕琢下成形。同时,书法家高老师挥毫泼墨1个多小时,一幅幅作品呈现在大家眼前,高老师还为此次活动书写了“敬老爱老好风尚 共创和谐同欢乐”。最后,社区工作人员将老人们的作品放入社区宣传栏,用剪纸装点着社区的环境,此次活动的欢乐一直萦绕在大家的心头。

在这个金秋的重阳佳节里,大家用红红的剪纸展示了“社会主义核心价值观”,弘扬了爱祖国爱家园、树新风树正气的正能量;用书法传递了“尊老、敬老、爱老、护老”的传统美德,感受着和谐欢乐的社区氛围。

以棋会友话夕阳

浉河区贸易广场社区举办老年人象棋友谊赛

信阳消息 (记者 李亚云) 时值晚秋,再逢重阳。重阳节是我国传统节日,可登高赏秋、可感恩敬老,被称之为“敬老节”,寄托着人们对老人健康长寿的美好祝愿。为弘扬“尊老、敬老、爱老、助老”精神,倡树“老有所为、老有所乐”的风尚,近日,浉河区贸易广场社区举行以“九九重阳秋送爽 以棋会友话夕阳”为主题的老人象棋友谊赛,以此来丰富社区老年人的精神文化生活。

友谊赛以分组淘汰赛的形式进行,各小组产生的第一名进入最后的决赛环节,最终产生冠军、亚军、季军各1名。

虽说是一次自娱自乐的比试,但老年棋手们却不敢掉以轻心,大家摩拳擦掌,切磋炫技。有的选手快刀斩乱麻,以摧枯拉朽之势兵临城下;有的选手鏖战犹



以棋会友现场激战正酣 (社区供图)

酣,楚河汉界你来我往;更有圈中大咖兵不血刃,不战而屈他人之兵……棋逢对手意未尽,楚汉往来相甚欢。选手调兵遣将,观众凝神屏气,共同将友谊赛的大餐调制得有滋有味。

经过激烈角逐,冠军、亚

军、季军脱颖而出,社区工作人员为获胜方颁发了纪念品。参赛的老李赛后说,老人围桌杀上一盘,无论输赢,怡情益智、其乐融融是最美,活动既成为尊老、爱老的平台,也是社区联结、凝聚居民最有力的纽带。

爱喝茶,大脑老得慢

茶水是清油解腻、提神醒脑的好饮品,但喝茶的健康功效远不止这些。新加坡国立大学杨潞龄医学院心理医学系的一项小规模研究发现,经常喝茶可以提高大脑连通性,延缓大脑衰老。

为确定喝茶是否可以促使大脑中的沟通线路组织得更加有效,研究人员选取36名年龄在60岁以上的中老年人进行调查,其中15人经常喝茶,21人很少或不喝茶。参试者提供其总

体健康状况、情绪心理、生活方式等方面的详细信息,并接受核磁共振扫描及12项神经心理功能测试和认知功能测量。

研究人员特别关注了默认模式神经网络(DMN)的连通性。DMN是连接多个大脑区域的大型网络,它的重要作用包括自我意识、共情能力、道德推理和想象未来。在比较了两组人的测试结果后,研究人员发现,喝茶者大脑的整体网络比较完善,功能和结构连接效率

更高。当大脑区域之间的连接体现出更强的结构化特征时,信息处理就可以得到更有效地执行。研究结论发表在《老龄化杂志》上。

该研究成果首次证明了喝茶对大脑结构的积极影响,表明经常喝茶对脑组织的衰老起到延缓作用。(据《生命时报》)



信阳市供水集团公司特约



今日天气:多云 14℃~21℃

- 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

●兹有李忠东的身份证(身份证号:413021196807120010),本人身份证于2013年10月在罗山县被盗丢失,现声明本人身份证自丢失之日起,若有人用本人身份证做违背本人意愿的事,均与本人无关。

●兹有信阳市浉河区云山龙吟茶叶专业合作社在中国农业银行股份有限公司信阳中山北路分理处办理的账号为:16796101040008629的银行开户许可证(核准号:J5150001034202),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有杜大成营业执照正本(证号:411503606059552),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有李中祥豫 SXF662 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。