

# 整理图书贴标签 清洁环境迎客来

## 浉河区河南路社区图书室便民又亲民



整理后的社区图书室 (社区供图)

信阳消息(记者 李亚云)“让每本书都在它该在的位置。”近日,寒风习习,浉河区五星街道河南路社区的工作人员和志愿者们却都忙得出了汗。他们将社区图书室 3000 余册图书重新贴上标签,分门别类地整理排序,摆上书架,等待社区居民前来阅读。社区图书室

图书维护整理活动不仅规范了图书室的管理,更方便了社区居民的借阅,提升了大家的阅读体验。

记者从社区了解到,社区图书室是居民的知识库,3000 余册图书种类丰富,有历史名著、育儿百科、文学书籍、儿童文学等。“有了社区图书室,我们阅

读更方便了,可选择性也很多。”一位常来社区图书室阅读的居民说。

随着河南路社区功能设施的完善和内容的不断增加,到社区活动已经成为居民生活中的一部分。除了社区文体活动室,社区开放式图书室也已成为居民重要的交流阵地。

# 人人参与 人人受益

## 平桥区震雷山街道进一步深化文明城市创建工作

信阳消息(记者 李亚云)为全力助推我市全国文明城市创建工作,连日来,平桥区震雷山街道坚持以常态促长效、抓机制促提升、补短板强弱项,加快提升街道环境面貌、社会公共秩序、居民文明素养,齐心协力提升创建实效。

记者从震雷山街道了解到,近日,震雷山街道充分调

动居委会干部、党员、志愿者力量进行文明宣传,以面对面告知的方式,推动居民养成文明习惯。

此外,震雷山街道严格开展全域巡查,进一步提升创建水平和精细化管理能力。将“清洁家园”活动常态化,定时组织干部职工对社区、道路、公厕、背街小巷等区域进行集中清理。对出店

经营、车辆乱停乱放等不文明现象加强管理,确保发现问题不留死角、整改问题不留尾巴。

通过参与一系列活动,街道工作人员表示,文明,没有旁观者,文明城市中的每一个人都是文明受益者和建设者。震雷山街道工作人员号召辖区居民共同参与文明城市创建活动,共同建设我们的美好家园。

# 社区扬歌声 文艺润心田

## 平桥区平西街道组织文艺汇演进社区

信阳消息(记者李亚云)12月4日下午,平桥区平西街道双邻社区内传来阵阵歌声。当日下午,由平西街道工会主办的文艺汇演活动在双邻社区昌建二期休闲广场开展。大家载歌载舞,抒发爱国情怀,表达对祖国母亲深深的祝福。

演出在广场舞《我和我的

祖国》中拉开帷幕,模特走秀和精彩的器乐表演赢得观众阵阵掌声,现代豫剧《朝阳沟》选段、《亲家母》表演弘扬了传统文化。演出在合唱《走向复兴》中落下帷幕。

整场演出围绕着“歌唱祖国、不忘初心”的主题展开,以歌曲、舞蹈、戏曲等多样化的表现方式

抒发大家的爱国情怀。丰富多彩的文艺节目让社区居民饱眼福、饱耳福,并引来大家阵阵掌声。

此次活动的成功开展,丰富了社区居民的文化生活,营造了和谐友爱的社区氛围,提升了社区的文化层次,为构建和谐社区奠定了基础,对助力我市文明城市创建工作起到积极作用。



信阳市供水集团公司特约

今日天气:多云 7℃~19℃



- 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

## 进补,温阳为主

12月7日迎来大雪节气,民间素有“冬天进补,开春打虎”的说法,指的就是大雪节气要重视“进补”。随着天气愈发寒冷,大家要抓住黄金期给身体补好能量。这里的“补”主要是补肾温阳、补气血。给大家推荐两款食疗方,大雪节气不妨常用。

胡萝卜炖羊肉。冬天,人体阳气藏于体内,四肢容易冰凉,气血循环不畅,此时需要进补一些性温的食物来增加肾阳、抵御寒湿。在众多的温阳之品中,羊肉味甘而不腻、性温而不燥,被奉为冬令最宜补品。具体做法是:取胡萝卜 500 克、羊肉 1000 克,生姜、甘草、盐、葱花、料酒适量;羊肉洗净切块焯水,锅内倒清水,连同以上食物一起炖煮。每周吃 1 次~2 次。

黄芪酒。血液在体内循环,需要一定的温度保障。体温适宜,气血通畅;反之受寒,气血循环就会慢下来,出现堵塞,影响脏腑功能。平时在衣物保暖的基础上,辅助饮用一些有暖身作用的食疗方,可为身体增加热量。具体做法是:取糯米 300 克、炙黄芪 30 克、川芎 5 克,一同水煎取汤汁,分 3 次服用。

(据《生命时报》)

