

# 新春送祝福 街巷年味浓

## 平桥区平西街道:剪纸精致 春联墨香



“福”到手,笑开颜 (街道供图)

本报讯(记者 李亚云)过新年贴春联是中华民族的传统文  
化,为营造欢乐祥和的节日气  
氛,近日,平桥区平西街道组织  
辖区书法爱好者和老年大学的  
老师们举办 2020 年“春满中原”

迎新春送春联活动。一副副春联  
和剪纸作品,为辖区居民送上新  
春祝福。

活动现场,一副副大红春联  
墨香扑鼻,一张张剪纸窗花玲珑  
精致。手写春联中既有辞旧迎新

的美好憧憬,也有讴歌祖国、赞  
颂党恩的真诚表达,充满了浓浓  
的年味。

居民们拿到满载祝福的春  
联、窗花时,喜悦之情溢于言表。  
“过去自己家和邻居家过年贴的  
春联都是从市场上买的,今天听  
说平西街道在举办现场写春联、  
送窗花活动,我一大早就赶过  
来,等着老师帮我写一副春联,  
带份祝福回去。”前来参加活动的  
居民说。

“爷爷们的字写得好,奶奶  
们的窗花剪得漂亮,回去我也要  
去练字、学剪纸,长大后也要为  
大家写春联、剪窗花。”活动现场  
的一位小姑娘兴奋地说道。

平西街道相关负责人表示,  
此次送春联活动不仅装点了各家  
各户的门楣,将新春祝福送进千  
家万户,同时也增进了辖区居民  
之间的感情,营造了浓浓的年味。

## 浉河区鲍氏社区:手写春联添喜庆

本报讯(记者 韩蕾)还有  
不到 10 天,农历鼠年就要到来,  
为了营造喜庆热烈、文明祥和的  
节日气氛,也为了弘扬中国传统  
文化,1月15日下午,浉河区老  
城街道鲍氏社区组织开展了“喜  
迎新春写春联,情暖社区送祝福”  
的活动,吸引了很多社区居民  
前来参加。

活动现场,只见书法老师挥  
毫泼墨,一行行工整飘逸的毛笔  
字、一句句喜庆的祝福话语,就  
出现在纸上,顿时墨香和祝福

也随着笔触散发出来,现场充满  
了温馨和祥和,令人心生欢喜。  
“贴春联是新春佳节的头等大  
事,自从社区举办写春联送祝福  
活动以来,我们每年都可以领取  
到寓意美好的手写春联,特别  
高兴。”居民李女士第一个领到  
了充满年味的春联,欣喜不已,  
高兴地说,“快过年了,这充满祝  
福的春联让过年的味道更加浓  
厚了。”

春联越写越多,社区居民  
也越来越多,社区志愿者忙前

忙后,将刚写好的春联一一铺  
平晾干。“千祥好运来,五福迎  
春到”“健康如意春,平安吉祥  
年”……“你看看春联多么精  
致。”“字写得好,春联内容也好,  
听着就很喜庆。”“一定要领上一  
副回家,等过年的时候贴在门  
上,欢欢喜喜过大年。”……看  
着一副副手写的春联,居民们  
挑花了眼。

此次活动拉近了社区与居  
民的距离,增进了邻里感情,也  
让大家对新年充满了期望。



## 一天俩苹果,控制胆固醇

俗话说:“每天一苹果,医生  
远离我。”常吃苹果既能补充维生  
素和无机盐等营养物质,又有促  
进消化、减轻便秘、维持体内酸碱  
平衡、降血压、稳定血糖、美容等  
作用。《美国临床营养学杂志》刊  
登英国雷丁大学的一项新研究还  
发现,常吃苹果能降低“坏”胆固  
醇,有益心血管健康。

研究纳入 40 名轻度高胆固  
醇血症受试者(23 名女性,17  
名男性),平均年龄为 51 岁,平  
均体重指数为 25.3(超重)。受  
试者在试验正式开始前,接受了  
2 周饮食调整期,主要是停止  
食用益生菌、益生元以及任

何含苹果成分的食物。试验开  
始后,他们被随机分为两组,一  
组每天吃 2 个苹果(去核净重  
340 克),一组进食糖分能量匹  
配的对照饮料,为期 8 周。两组  
饮食的差别在于,苹果中的多酚  
和膳食纤维含量更高。之后间隔  
4 周(避免前一种饮食的残留影  
响),两组对调饮食方案。试验期  
间,受试者还要详细记录日常其  
他饮食。每周研究人员都对他们  
进行空腹抽血,以检测其血脂、  
血糖、胰岛素等生化指标和血管  
功能、炎症相关的生物标记物。  
结果显示,20 周的试验期,他们  
在苹果或对照食物以外,日常饮

食的碳水化合物、糖分、脂肪和  
蛋白质等组成基本没有变化,食  
物干预也没有影响他们的体重、  
腰围、体脂。但在吃苹果期间,受  
试者的总胆固醇和低密度脂蛋  
白胆固醇(“坏”胆固醇)、甘油三  
酯都有所降低,微血管扩张反应  
更明显。

研究者认为,轻度高胆固醇  
血症的人多吃苹果有助降低胆固  
醇,改善血管功能。

(据《生命时报》)



信阳市供水集团公司特约

今日天气:多云 0℃~6℃

- 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
- 国税稽查举报: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
- 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
- 信阳市城市管理服务热线:12319

## 声 明

●兹有伍胜利豫 SX1085 号正三轮载货  
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。

●兹有周元春豫 S7X101 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。

●兹有张顺明豫 S1037G 号三轮摩托车,  
该车已自行拆解报废,此机动车登记证书、机  
动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有刘冬、吴雪平购买的由河南东方城  
房地产开发有限公司开发的东方今典·中央城  
D 区第 4 号楼 1 单元 1601 号房产壹处,其交  
付的购房款发票(发票代码:4100172350,发票  
号:03673097),因不慎丢失,特此声明。