

快乐读书迎“六一” 温情互动伴成长

浉河区秀水社区开展“童乐六一”亲子阅读活动

本报讯(记者 李倩)为迎接六一儿童节,增强亲子间的互动,丰富社区幼儿的文化生活,培养幼儿课外阅读的兴趣,29日下午,五星街道秀水社区联合悠贝亲子图书馆共同开展了“童乐六一”亲子阅读活动。

“祝各位小朋友们,六一儿童节快乐哦。”活动开始前,秀水社区志愿者给小朋友们分发了气球、婴儿护理专用湿巾等

小礼品祝他们节日快乐。

活动开始,社区志愿者通过亲子操《谢谢你》调动了孩子们的激情,活跃了现场的气氛,孩子们跟着节拍手舞足蹈起来。接着,社区志愿者给孩子们绘声绘色地读绘本《换妈妈》,将孩子们带入阅读的氛围当中,通过提问互动的方式,教大家认识绘本,了解故事,走进绘本精彩的世界。

活动持续了一个半小时,孩

子们不仅互动热烈,而且新学到了很多知识。“这样的活动很有意义,不仅让孩子在欢声笑语中读完了绘本书,而且加深了父母与孩子间的情感。”

秀水社区主任陈彦焰说,此次亲子阅读活动受到了居民家长们一致的好评,既增进了亲子关系,也为孩子们提供了欢聚的空间,拉近了孩子们与社区的距离,让他们感受到社区大家庭的关爱与温暖。

高温超长“待机” 信阳加入“群聊”

本报讯(记者 韩蕾)和煦的风,清爽的天气,适宜的气温,上周末的天气让人丝毫没有入夏的感觉,即使穿着长袖走在大街上也不会感到特热。不过,老天爷最擅长的就是“障眼法”。这不,本周炎热天气说来就来,而且还是“蒸笼”模式和“烧烤”模式并存。

记者根据气象部门的天气预报了解到,本周高温将“常驻”我市,炎热天气开始发力,像上周这样凉爽的天气几乎难觅踪迹,只有在早晚的时候才能寻得片刻凉爽。而且本周我市时不时还会有雨水光临,千万别以为雨水到来会降温,这只会让大家从“干蒸”变成“汗蒸”,从“烧烤”变成“蒸笼”,我们将提前体验到三伏天的“热情”。

具体天气预报如下:6月1日(星期一),晴转多云,34℃~23℃;6月2日(星期二),阴转小雨,35℃~24℃;6月3日(星期三),多云,36℃~23℃;6月4日(星期四),多云,38℃~24℃;6月5日(星期五),多云转小雨,35℃~24℃;6月6日(星期六),小雨转多云,33℃~26℃;6月7日(星期天),阴,34℃~21℃。

从天气预报中可以看出,本周我市白天的最高气温始终居高不下,最低的时候33℃,最高的时候达到38℃,这妥妥的是“烧烤”模式。面对这样炎热的天气,不少小伙伴的防暑降温方法就是,靠空调,吃冷饮,穿夏装,怎么清凉怎么来,尤其是空调,不少市民靠空调降温,但长时间吹空调会影响身体自我调节能力,最好少开空调或将温度控制在26℃,避免直吹空调或使用披肩。天气炎热很多人也喜欢吃冰凉食物以降温,体质好的人可能没事,但是对于肠胃虚弱人群来说过量食用冰凉食品反而会刺激肠胃并引发肠胃炎,提醒市民少吃冰凉食品为宜。天气炎热也不能忘了运动,小伙伴可进行游泳、钓鱼以及太极拳等温和的运动,运动最好在早晨或者傍晚进行。高温下作息规律要顺应夏季昼长夜短,最好早上六七点起来且有午睡的习惯,同时晚上11点前入睡即可。



悦读助成长



5月31日,由市委宣传部组织的“阅陪伴 悦成长”亲子读书交流活动在市图书馆举行。古诗背诵、亲子朗诵、三阶魔方还原、诗歌朗诵、绘本阅读、歌曲演唱等节目陆续上演,家长、孩子通过阅读架起了良好的沟通的桥梁,孩子也在交流中建立了友谊、学到了知识。图为家长给孩子加油。本报记者 杨长喜 摄

我市四价、九价 HPV 疫苗 6 月 1 日开始网上预约

亲爱的市民朋友:

我市四价和九价 HPV 疫苗 6 月 1 日开始网上预约,本次计划网上预约接种九价 HPV 疫苗 100 支,四价 HPV 疫苗 1000 支,在信阳市东方红大道信阳市疾病预防控制中心预防接种门诊进行接种。

为方便市民朋友了解疫苗接种相关事宜,现将有关事项公告如下:一、预约接种单位:信阳市疾病预防控制中心东方红大道预防医学门诊部(信阳市东方红大道 161 号女人世界对面)二、本次疫苗接种全部实行网络预约,不接受电话和现场预约。市民可通过微信公众号预约。开通在线预约时间:2020 年 6 月 1 日 10:00-12:00。预约成功后,会有系统提示“预约成功”。三、首针预约成功(工作日上午 8:30-11:30 接种),其余二、三针次不再预约,只需按工作人员排好的接种程序

进行接种(工作日下午 15:00-17:00 接种)。四、预约成功者请在预约接种日,持本人有效证件到预约接种单位接种疫苗;接种名额仅限本人,不得转让;未按时来接种者视为自愿放弃。五、接种对象及程序:六、其他事宜:(1)对酿酒酵母和疫苗成分过敏者不能接种;发热、严重器质性疾病、严重过敏体质和三个月内使用免疫球蛋白或血液制品者不宜接种;妊娠期、哺乳期妇女不宜接种本疫苗;备孕期间不建议接种。(2)预约成功者在生理期可以接种本疫苗;(3)外地户口在信阳学习或工作者可以参与预约,其余人员建议在当地解决接

种;(4)宫颈癌疾病的预防,除了接种 HPV 疫苗外,常规进行宫颈癌疫苗筛查仍然极为重要;(5)接种前没必要监测自己有没有感染 HPV,如果一直存在 HPV 感染,疫苗仍可针对感染型别之外的疫苗型别产生保护。(6)本次接种的四价、九价 HPV 疫苗,数量有限,生产企业后续将会逐批供应,请大家耐心等待,再次预约疫苗的时间和单位以信阳市疾病预防控制中心公告为准。(7)九价 HPV 疫苗每剂 1320 元,四价 HPV 疫苗每剂 820 元(均含接种服务费),可接受微信支付或支付宝支付。

信阳市疾病预防控制中心
2020 年 5 月 29 日

预防疾病 共享健康
信阳市疾病预防控制中心

世界无烟日 请对吸烟说“不”



5月31日,是世界无烟日。为营造积极健康的生活环境,让居民远离吸烟的危害,浉河区湖东街道报晓新村社区开展了无烟宣传活动。

通过宣传,增强了社区全面控烟的舆论氛围,提高了居民对烟草危害的认识,使居民自觉拒绝吸烟,减少二手烟的吸入,引导居民营造健康、绿色的无烟生活环境。 本报记者 李倩 摄