

# 低碳生活有“金”点子

## 浉河区五里墩街道申碑社区开展低碳节能宣传活动

本报讯(记者李倩)6月17日是全国低碳日。为进一步倡导“节能、节水、绿色出行、垃圾分类”理念,当日下午,浉河区五里墩街道申碑社区开展低碳节能宣传活动。

“阿姨叔叔,你们知道低碳生活应该怎么做吗?”社区工作人员走上街头巷尾,向来往居民发放宣传资料,向居民宣传“以勤俭节约为荣,以铺张浪费为耻”生活理念,向大家倡导了废物循环利用的理念,积极教授大家如何进行旧物改造。

“穿着环保面料衣服,节约

用水用电,少用一次性筷子,使用环保饭盒,采用骑自行车、徒步,乘坐公共汽车出行……这些都是低碳行为。”社区工作人员说,低碳生活是一种流行的生活习惯,希望从身边一点一滴的小事做起,争做节能环保小能手。

“我在家就是随手关灯、关开关、拔插头。”“洗衣机开强档比开弱档更省电,还能延长机器寿命。”“在办公室里我们都进行双面打印,不浪费纸张。”在宣传过程中,居民们你一言我一语,相互“切磋”各自低碳生活的“金点子”。

活动中,居民们纷纷感叹废物利用的好处、妙处。“我们会倡导亲朋好友们一起积极参与节能减排降碳行动,生活中注重低碳出行、绿色消费等问题,将以低碳的生活方式,携手共建文明社区。”居民蒋玉琳女士说。

此次低碳环保宣传活动,有效提升了居民节能减排意识,营造了人人践行节能减排降碳理念,形成居民争做节能环保卫士,崇尚节约、绿色低碳的社会风尚。

## 消防安全演练 防患于未“燃”



正值消防安全月,为增强辖区大型商场及商户安全意识,提高商场员工自救能力,加强管理单位的安全意识和灭火扑救能力,近日,浉河区车站街道车站社区联合天润广场在天润广场东门开展了消防疏散演练活动。

活动中,商户及员工了解了灭火的正确流程及如何疏散被困人员等,帮助大家认识了不同种类的消防器材,并通过实战操作了解和掌握了消防器材的使用方法。图为活动现场。

本报记者 李倩 摄

## 大腹便便 或成心脏病复发推手

瑞典卡罗琳斯卡医学院的研究者发现,如果心脏病发作幸存者的腰部脂肪过多,那么他们心脏病再次发作的风险会上升。

发表在《欧洲预防心脏病学》杂志上的这项研究成果认为,腹部肥胖不仅增加了首次心脏病发作或中风的风险,而且增加了反复发作的风险。因此,保持健康的腰围对于防止未来心脏病发作和中风起到了重要作用。

先前的研究表明,腹部肥胖是首次心脏病发作的重要风险因素。然而,到目前为止,腹部肥胖与随后心脏病发作或中风的风险之间的相关性尚不清楚。

这项研究是迄今为止针对这一主题进行的规模最大、确定

性最强的一项研究。研究人员选取了首次心脏病发作后的22882名患者,考察了腹部肥胖(用腰围这一指标来衡量)与反复发生心血管疾病事件的风险之间的关系。研究人员专门考察了由动脉堵塞引起的事件,如致命和非致命的心脏病发作和中风。大多数患者(78%的男性和90%的女性)有腹部肥胖(男性腰围94厘米或以上,女性为80厘米或以上)。

在3.8年的中位随访时间内,1232名男性(7.3%)和469名女性(7.9%)经历了反复发作的动脉粥样硬化性心血管疾病事件。

分析结果显示,腹部肥胖增加与致命和非致命性心脏病发作

和中风独立相关,而与其他风险因素(如吸烟、糖尿病、高血压、血脂和体重指数)和二级预防治疗无关。就复发事件来说,腰围是比整体肥胖更重要的一个指标。

腰围与复发事件之间的关系在男性中更强,呈线性关系。在女性中,这种关系是U形的,这意味着腰围处于中等范围(而不是腰围最小)的女性复发事件的风险最低。需要强调的是,这项研究中所指的女性腰围的中等范围高于传统上公认的腹部肥胖(80厘米)的临界值。

(据《北京青年报》)



### 便民信息

信阳市供水集团公司特约



今日天气:晴 22℃~29℃

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

## 声明

●兹有信阳市明港你好餐饮店营业执照副本(统一社会信用代码:92411500MA475QNT2M),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有周炳靠、乔清红之女周思颖于2014年2月12日在息县妇幼保健院出生,其出生医学证明(编号:0410902589),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有蒋德涛购买的万家灯火城市广场14号楼2单元2205号房产壹处,其交付的维修基金收据(收据编号:2853445,金额:14076元),因不慎丢失,特声明原始票据作废。

●兹有刘承祥、曾媛媛之女刘诗蔚于2014年3月31日在信阳市浉河区南湾乡卫生院出生,其出生医学证明(编号:0410907739),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳建诚房地产开发有限公司建设工程规划许可证附件(1)(证号:信规建字第411500202000008号),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有邵丽丹的医师资格证(证书编号:201541120411481199009051006)。执业类别:口腔。执业医师证书(原证件作废证书编号:120411503000014),于2020年5月3号不慎丢失。特声明作废。