

# 筑牢“心巢” “夕阳”多缤纷

## 浉河区五星街道幸运社区关爱老年人心理健康



居民们一起做游戏 本报记者 李倩 摄

本报讯(记者 李倩)人老了是不是就不中用了,怎样体现老年人的价值?这是个困扰不少老年人的问题。9日上午,浉河区五星街道幸运社区联合市社会心理协会的志愿者通过做游戏引导老年人重塑价值感,促进家庭和谐、邻里和睦。

当天,社区居民早早地拿着凳子等在社区小广场上,期待志

愿者对他们进行心理疏导。“阿姨,我们先来做做手指操。”市社会心理学会史训英老师通过手指操锻炼老年居民心、脑、手、口的协调性,活跃现场氛围。

记者在活动现场看到,史训英老师从老年人的生活规律、家庭环境、生理等方面的改变,分析了老年人出现心理问题的原

因。针对如何积极防治老人心理疾病,解除他们的心理障碍,史训英提出老年人应当学会自我调节,保持乐观心态,适当参加活动,保持大脑活跃,多学习多动脑,多接受新事物,提高自我保健意识和健康水平。

随后,参与活动的居民一起做互动游戏,几人一组相互结合,用绳子做成五角星、菱形等图案,以此引导他们要以健康为中心,保持乐观心态,发展兴趣爱好,学会享受生活。

“心理老师讲得通俗易懂,我们听得津津有味,”居民张金荣说参加完活动,自己对晚年生活有了新的认识,“今后我们也要多享受生活,多和邻居一起做一些有意义的事情,发挥老年人的价值。”

幸运社区工作人员李莽言说,此次活动进一步增强了老年人对心理健康知识的了解,同时也激发了老年人关爱自己、关注健康的自我保健意识,远离老年精神疾病,让“夕阳之花”绽放出无限光彩,让幸福温暖的种子盛开在和谐社区。



为进一步弘扬志愿服务精神,深入践行社会主义核心价值观,9日上午,浉河区秀水社区联合市青年义工协会的志愿者开展志愿服务活动。此次便民志愿服务包括义诊、免费理发、免费维修家电等。现场,居民们纷纷竖起大拇指向志愿者表示感谢,并对这种家门口享受免费服务的志愿活动表示赞许。

本报记者 李倩 摄

## 信阳市精神卫生中心诚聘英才

信阳市精神卫生中心是信阳市唯一一家集预防、治疗、教学、宣教、心理健康、司法鉴定、康复疗养、社会心理服务工作于一体的精神卫生专业机构。中心位于信阳市新七大道西段,青山环绕,风景如画。

近年来,中心各项工作快速发展,人才需求量不断增大,现面向全国招聘如下精英人才:

- 1.大专以上学历,临床医学专业,提供宿舍;
- 2.本科学历,临床医学专业,提供20平方米住房;
- 3.研究生学历,精神病与精神卫生学专业,提供80平方米套房,入编;
- 4.研究生学历,具有精神卫生专业执业医师资格证,提供80平方米套房,入编;
- 5.有西医精神科副主任医师

职称、年龄45岁以下,入编。

咨询电话:0376-6301680

中心地址:信阳市新七大道西段107国道往西2公里

乘车路线:从信阳火车站乘8路、10路公交车直达信阳市精神卫生中心

### 信阳市精神卫生中心

关注精神卫生

共建和谐社会

拨号:0376-6301680

地址:信阳市第六人民医院(信阳市新七大道西段)



## 便民信息

信阳市供水集团公司特约



今日天气:雨 22℃~26℃

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

报警:110

交通肇事:122

火警:119

天气:12121

急救:120

## 声明

●兹有信阳市浉河区舒意电动车车棚店营业执照正本(统一社会信用代码:92411502MA45PW9MXA),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市羊山新区云尚快餐店营业执照正、副本(统一社会信用代码:92411500MA45YTXP8P),因不慎丢失,特声明作废。