

清明时节雨纷纷? 还真“是滴”!

本周温度适宜而阴雨天气将再度来访

本报讯(记者 张方志)今年春季的雨水总是很“殷勤”,动不动就想播洒甘霖,这不,刚刚离开了两日,这周又在蠢蠢欲动了。

过去的一周,我市大部分天数天气以晴朗为主,且气温回升明显。在这气温适宜、湿度适中的环境下,我市春茶生产渐渐拉开帷幕,并于上周五全面进入开采期。

而刚刚过去的周末,天气更是好到无以复加,且恰逢农历二月十五、十六,真是个白天晴空万里,夜晚月朗星稀,时光美到令人沉醉。但是,稍微令人

遗憾的是气温回升太快,一不小心就窜到了26℃,着实让人发出“周末去春游,太阳晒出油”的感叹。

不过,这种“晒出油”的天儿转瞬即逝,阴雨天气正在赶来的途中。

清明将至,慎终追远的日子,春雨纷纷或许更适合这种氛围。“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。”从古诗中我们知道,清明下雨古而有之,这大概是一种气候规律吧。时至今日,这种规律似乎还在延续。据气象部门预测,本周我市将迎来新一轮降水过程,且持续时间

较长,直达清明节小长假。

今明两天为雨水酝酿期,我市天气以多云到阴天为主,气温有小幅度下降。到了周三,天气转雨,气温也将下降到20℃以下。清明节即将来临,阴雨会在一定程度上暗淡小长假的底色,但在淅淅沥沥的小雨中度假赏春也能收获另一种恬淡的滋味。



群众有需要“我”就在身边

——市城市管理行政执法支队学党史、办实事日常工作纪实

王家林

3月27日,阳光明媚,对人们来说是一个惬意的休闲周末,但市城市管理行政执法支队的城管队员们却依然在走街串巷守护着这座安逸的城市,服务保障着城市的秩序井然。同时,结合最近的党史学习教育,市城市管理行政执法支队的城管队员们学党史、办实事的行动步步深入,一日之内为群众解决两则为民服务的实事。

当日下午5时许,当市城市管理行政执法支队机动大队四中队的队员们正在河南省公务员考试平桥区五中考场周边维持秩序时,突然一名腿部意外受伤的女考生上前向现场执勤城管执法人员寻求帮助。经交谈查看,了解到女考生受伤不轻,城管队员们立即实施现场救援:首先,他们快速找来简单的材料对受伤女孩的膝关节进行

固定医疗包扎;接着,迅速用城管执法车辆将女学生送到市中心医院进行救治;最后,看到女孩得到成功救治后,城管队员才放心离开。

同在当天下午,一名女士焦急地向正在百花园周边管理市容环境秩序的城管机动大队的城管队员杨勇求助,请求帮助寻找走失的孩子。看到孩子母亲焦急的样子,杨勇也是急在心头。经了解孩子的体貌特征后,杨勇赶紧发动其他城管队员与群众,随后寻找人员快速分散开来,最终孩子被成功找到。看到母女相聚后,杨勇才与城管队员们默默离开。

针对服务对象道出的一声“谢谢”,城管队员们微笑着回应道,“这是我们应该做的。”结合全党正在开展的党史学习教育,市城市管理行政执法支队吹响“有困难,找城管”的服务口号,突出学党史、办实事,倾情为民服务作奉献。



3月28日,由信阳旗袍文化协会浉河公园模特艺术团、信阳知音艺术团联合举办的“群英荟萃 舞动申城”联谊会在浉河公园举行。据悉,参加此次联谊会的成员主要由一群热爱生活、热爱模特艺术的退休干部职工组成,他们本着“走出健康,走出美丽”的宗旨,此前每天下午都在风景秀美的浉河公园进行训练,排练现场已经成为浉河公园的一道亮丽风景线。

本报记者 陈亚莉 通讯员 余宏斌 摄

街拍



目前已是仲春,气温回升,春暖花开。趁着天气良好,广大市民纷纷走向户外,广场舞这一有着广大群众基础的体育运动也再次在各大广场或空地上热闹起来。图为近日中心城区五星街的广场上,市民正在跳广场舞锻炼身体时的场景。

本报记者 杨长喜 摄

长期失眠不治疗 会有什么后果?

失眠的影响是多方面的,影响的程度与失眠的严重程度及时间长短有关。轻微或偶发性的短暂失眠,对工作或学业并不会造成明显的影响。

持续睡眠时间低于生理的需要(约6小时至8小时)达两三天以上,由于生理上有补足睡眠的需求,会造成立即且明显的影响。最先受到影响的是注意力、专注力、精细操作能力、高智力思考及记忆力,学习效率及创造性思考力也会明显

减退。而当睡眠严重不足时,还有可能诱发精神错乱。

有一青年因为和妻子闹矛盾,产生睡眠障碍,由于持续时间长达3年左右,而没有及时到医院去治疗,最后病情严重,导致他精神失常。

可以说,失眠对健康的伤害不容忽视。睡眠减少会影响记忆力,导致心情抑郁,甚至影响神经系统而导致心血管疾病的发生。

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)

