

# 丰富居民生活 增进邻里友谊

## 中医推拿+便民义诊 如意湖办事处开展健康养生进社区活动



本报讯 为加强健康和医学知识的宣传普及,增强群众健康保护意识,在立秋之际,如意湖办事处开展推拿按摩及便民义诊进社区活动,带领居民一起健康养生。

在联盟新城社区党群服务中心,医师从“春夏养阳,秋冬养阴”的中医理论出发,详细讲解了中医推拿的适用对象、治疗范围、常用推拿手法。随后,通

过现场指导,手把手教老年人对于发热、咳嗽鼻塞、肩周炎等常见病的日常护理和治疗所需要推拿的穴位。“用左手的拇指尖按压内关穴,两秒钟一次,按压时可左右揉动,力度以稍有疼痛感为宜,然后换手进行,每次10~15分钟,每日2~3次,长期坚持可调理精气,促进血液循环,有利于降低血压。”大家边听、边学、边请教,纷纷为老师的专业和

耐心点赞。

此外,办事处联合郑州颐和医院在如意东路社区党群服务中心设立义诊咨询台,为辖区群众免费进行测量血压、血糖、心电图、胸片检查等。各科专家逐一为前来参加活动的居民解答常见的慢性病、多发病的预防和保健常识,并为每位到场的居民建立健康档案。

记者 王阳 通讯员 王洁茹 郑帅 文/图

## 商都路办事处 独生子女免费体检



检活动。

活动前期,工作人员通过微信、QQ、电话、入户等多种方式,对父母双方或其中一方为辖区户籍居民,且持有《独生子女父母光荣证》,年龄在18周岁以下的独生子女进行广泛宣传,确保每一个符合条件的独生子女都能享受到免费体检服务。活动中,办事处为符合条件的独生子女家庭发放免费体检卡。此次免费体检主要包括常规体格、彩超(肝胆脾肾)、血常规、肝功、肾功等多个检查项目。工作人员还根据独生子女的日常生活习惯及身体状况,详细讲解疾病预防相关知识,并建立健康档案,统一管理,定期随访,跟踪服务。

记者 王阳 通讯员 朱艳萍 文/图

本报讯 为进一步完善计生利益导向机制,贯彻落实独生子女优待奖励政策,关心爱护辖区户籍独生子女家庭子女健康成长,近日,商都路办事处联合郑州市人民医院郑东院区,积极开展“情系独生子女·关爱独生子女”活动,为辖区200余名户籍独生子女提供免费体

## 白沙镇 群众的大舞台 庆祝你我的运动会



本报讯 为庆祝中华人民共和国成立70周年,近日,白沙镇在杜桥、龙王庙村开展文艺汇演活动,为居民送上一场精彩的视觉盛宴。

汇演在村支部书记的致辞中开始,动员大家争做志愿者,争当文明人,扮靓家园,迎接新中国七十华诞。接着,全体干部登台,合唱《没有共产党就没有新中国》;全体志愿

者登台,合唱《团结就是力量》;村民代表登台,以音乐、豫剧、歌曲、舞蹈、小品、太极扇、武术、魔术、二人转、钢琴独奏等形式,分别进行精彩的演出。村民代表演出后,观众自告奋勇上台即兴演出,看着身边人在舞台上光彩夺目,赢得阵阵掌声,大家都按捺不住内心的激动,开始了自己的第一次正式演出。演出还设置了互动节目,即“做好志愿者 热情迎嘉宾”的万人签名环节,大家纷纷上台签名,积极加入志愿者队伍。

此次丰富多彩的文艺节目,展示了镇村干部的精神风貌和居民昂扬向上的生活态度,表达了广大群众对中华人民共和国成立70周年的深情祝福。

记者 王阳 通讯员 袁书华 贺明 文/图

## 金光路办事处 名角齐登场 群众享盛宴



序幕。拉丁舞表演、摇滚歌曲、诗歌颂、豫剧、模仿秀、杂技、架子鼓、魔术等节目,形式多样,主题鲜明,一个个精彩纷呈的节目调动了现场气氛,梨园春三连冠擂主赵社军表演的《朝阳沟》选段、中国民族声乐艺术研究会会员张庆果独唱的《好儿好女好江山》以及啦啦操《赞赞新时代》更是将现场气氛一次次推向高潮,赢得阵阵掌声。

在演出的过程中,围绕民族运动会和志愿者服务主题,与辖区群众互动开展了有奖知识竞答,涵盖了民族运动会相关知识、文明行为规范、志愿服务等内容,通过互动环节,进一步提升了辖区居民“当好东道主,做好主人翁”的意识。最后,中国戏曲小梅花奖第一人、梨园春全年擂主总决赛金奖获得者秦梦瑶压轴出场,她演出的《一杯美酒》为此次活动画上了一个圆满的句号。

接下来,金光路办事处将通过举办更多群众喜闻乐见的文化活动、志愿服务等活动,不断提升居民文明素养水平,为庆祝中华人民共和国成立70周年增光添彩。

记者 马燕 通讯员 翟向 文/图

本报讯 为庆祝新中国成立70周年华诞,更好地迎接民族盛会、丰富群众的精神文化生活,8月13日晚,郑东新区金光路办事处在贾陈社区尚景佳园举办文艺汇演活动,金光路党工委副书记、办事处主任任冀军及其他班子成员、机关志愿服务队、巾帼志愿服务队、辖区5个村(社区)志愿服务队及辖区群众800余人参与本次活动。

汇演活动开始前,任冀军在致辞中表示,此次活动是金光路办事处向新中国成立70周年的献礼,号召大家一起努力,共同践行文明规范,自觉维护市容环境,礼貌待人、热情待客,充分展示美丽郑州、文明金光的良好形象。

演出在歌曲《彩龙飞舞》中拉开了

## 兴东照明全力做好景观亮化提升工作



本报讯 郑东新区是郑州市一张亮丽的名片,为呈现瑰丽多彩的城市夜间景观魅力,兴东市政照明综合管养部在已完成排查检测、制订方案等前期工作的基础上,于近期全面展开了景观照明管养提升工作。

照明综合管养部以CBD区域、郑州东站西广场、驻地酒店周边为重点区域,先后完成了郑州之林绿地、内环

绿地三米灯、一米灯杆清洗刷漆,畅通桥等4座桥梁路灯杆清洗刷漆,更换祭城东、西桥防撞墙灯罩,畅通桥路灯灯罩等多项主要提升工作,全月共计提升、修复景观灯1636套。

为更好地做好维护养护工作,部门灵活调配人员、车辆、材料,充分调动广大员工积极性,合理安排夜间加班,按时保质保量地完成了修补金水立交防撞墙洞、迁移金水东路三环地埋式变压器、紧急拆除金水东路黄河南路交叉口东北角废弃三米灯等多项临时任务;保证了道路照明用电安全与道路交通安全,做到了发现问题及时处理,杜绝因维护、养护的工作疏忽而造成生命及财产损失。

在提升工作期间,部门灵活地进行“错峰作业”、在关键作业面采取轮换作业等多种举措,处理了郑州之林绿地一路三米灯灭灯故障、抢修恢复外环桥管养处“金色的梦”雕塑投光灯等多项管养疑难杂症,保障了景观照明提升方案的顺利执行。

记者 王阳 通讯员 王晨阳 文/图

