

500余件棉衣让这个冬天不再寒冷

周口萤火虫公益爱心人士看望慰问自闭症儿童



病人家属排队为孩子挑选棉衣

□记者 关秋丽 文/图

本报讯 近日我市气温骤然下降,让人们明显感受到了冬的寒冷。11月30日,周口萤火虫公益的20位爱心人士来到周口惠济康复医院,为那里的自闭症儿童带去他们喜欢吃的零食和过冬的棉衣。

他们是一群贫困患者,他们的家人为了给孩子看病,倾其所有。有的患者家属每天仅靠馒头充饥,生活十分困难。天气转冷,孩子们有的还穿着单薄的衣服,因为他们买不起新棉衣。

周口萤火虫公益了解情况后,迅速组织爱心人士进行募捐,短短几天时间,就为这些贫困患者捐出棉衣500多件。有些爱心人士甚至把一次未穿的新棉衣拿出来,送给这些贫困孩子。收到这些爱心捐赠后,周口萤火虫公益的爱心人士又对这些棉衣进行了分类包装,方便贫困患者领取。

当天,第一次参加公益活动的周口萤火虫公益爱心人士沙莉娜,带着几岁的孩子参加爱心送温暖活动,想让孩子从小接受爱心帮扶教育,为孩子长大后为社会多作贡献打基础。

“我是太康县农村的,天气冷了,回家也不方便,正发愁孩子没有衣服穿呢。感谢周口萤火虫公益的爱心人士,是他们给孩子送来了棉衣,解决了我们的燃眉之急。”来自太康的张女士说。

“帮助贫困儿童是周口萤火虫公益一直以来的工作目标,也是以后的努力方向。今后,随着公益队伍的发展壮大,我们会帮助更多的困境儿童,让他们享受到社会大家庭给他们带来的温暖。这些孩子长大后,也会积极地投入到公益当中,让爱心传递,让社会正能量继续传递。”周口萤火虫公益相关负责人史书杰说。

2019年“体彩杯”周口市青少年游泳锦标赛落幕



比赛现场

□记者 黄佳 文/图

本报讯 12月1日,为期两天的2019年“体彩杯”周口市青少年游泳锦标赛在周口市游泳馆落下帷幕。全市共有8支代表队187名青少年运动员参加比赛。

据了解,本次青少年游泳锦标赛由周口市教育体育局主办,周口市体育中

心、周口市游泳馆承办,旨在促进我市青少年游泳运动广泛开展,为省十四届运动会选拔、培养、储备优秀人才。

比赛共分男女甲、乙、丙、丁4个组别,共设50、100米自由泳、蛙泳、仰泳、蝶泳,4×50米自由泳接力,男女4×50米混合泳接力,50米持板仰泳腿,50米持板蛙泳腿,50米持板爬泳腿,50米持板蝶泳腿等项目,参赛对象为9~14岁青少年。

来自扶沟县龙瑞游泳俱乐部9岁的丁子祥告诉记者,他学游泳半年了,参赛的项目是50、100米蛙泳和自由泳。尽管没有取得很好的成绩,但是他感觉游泳锻炼了他的意志,希望以后可以像孙杨一样为国争光。

杨女士陪9岁的女儿来参赛,她认为,游泳不但锻炼了孩子身体的协调能力,而且对孩子体质的增强也有很大帮助。

经过两天的较量,沈丘县、商水县、项城市代表队斩获比赛三甲。

自己身体能接受为宜。

具体预报如下:

周一,晴天间多云,偏北风2~3级,0~7℃;
周二、周三,晴天间多云,偏西风2~3级,-1~13℃;
周四,晴天间多云,偏北风3~4级,-2~11℃;
周五、周六,晴天间多云,偏南风2~3级,-2~11℃;
周日,晴天间多云,西南风2~3级,-2~13℃。



我市第八届“优秀读书家庭”开始评选

□记者 王晨
通讯员 周若霖 实习生 叶明玉

本报讯 12月1日,记者从市图书馆了解到,我市第八届“优秀读书家庭”评选活动即日开启,热爱读书的市民均可报名,同时也可推荐身边的优秀读书家庭参与活动。

市图书馆自2011年免费对外开放以来,每年都会举办“优秀读书家庭”评选和表彰活动,已成功举办七届评选活动,在全市掀起了读书学习的新高潮。据悉,今年的评选活动,全市热爱读书的家庭均可参加评选。记者采访得知,参选家庭成员需要具有良好的读书习惯,重视家庭读书活动,家庭藏书量较大;家庭成员能充分利用图书馆、博物馆、科技馆等资源,能较好运用现代网

络科技,不断学习吸纳新知识、新文化,并取得一定成就,诸如发表文章、获得各种等级证书、家庭成员受教育程度较高;家庭成员的读书之风在邻居、社区、工作单位等具有一定的知名度、影响力,能够辐射带动周围家庭成员的学习。

同时,申报“优秀读书家庭”需要撰写文章“我家的读书故事”(1000字左右),并提供家庭书房、家庭成员读书照片及所获得与读书学习相关的证书原件电子版照片各1张,在12月13日前,以电子邮件的方式向市图书馆申报(邮箱:zkstsg@163.com),并注明“优秀读书家庭”评选。活动最终将评选出5个“优秀读书家庭”,12月下旬,市图书馆将举行“优秀读书家庭”表彰活动,为获奖者颁发荣誉证书和精美图书一套。

本周天气转晴 气温回升

□记者 王凯

本报讯 12月1日,记者从市气象台了解到,本周我市无降水,气温略微回升。

据市气象台预计,未来一周我市无降水,较历年同期平均值(4.6mm)偏少;周平均气温4.5~5.5℃,较历年同期平均值(4.6℃)偏高,周最低气温-2℃左右,最高气温13℃左右。从周二开始,我市的最低气温均在0℃以下。

冬季健身前的热身运动是非常必要的,时间应达到15至20分钟,尤其是器械训练前,要有针对性地热身,以免造成肌肉拉伤或关节扭伤。同时,健身训练时要注意控制训练的量,特别是冬季,人体相对要脆弱一些,更不宜运动量过大。冬季健身要循序渐进,切莫心急,运动量以

墙白路又净 越住越舒心



12月1日,居民从粉刷一新的储运小区院内经过。据该院老住户孙先生介绍,在我市开展“创卫”之前,这个小区可以用“脏、乱、差”三个字来形容。自“创卫”开展以来,小区面貌焕然一新,墙上的小广告没了,地上的垃圾没了,车辆也不乱停乱放了,居民越住越舒心。

记者 关秋丽 摄