

水压不足 团结小区上千户居民用水难

新报讯(记者 郑慧英) 5月8日,家住团结小区南区2号楼5楼的居民郭先生向本报记者反映,从去年开始,由于供水压力不足,他家所在楼的3楼以上的居民家出现了用水难的问题,白天没有水,深夜才有水。他盼望有关部门能够尽快解决此事。

5月9日,记者来到团结小区社区居委会了解情况。据该居委会负责人王建平介绍,团结小区分为

东区、南区、西区、北区,目前东区已经建了自来水加压泵房,不存在用水难问题。而南区、西区、北区共有90多栋楼4000多户居民,3楼以上的居民都存在不同程度的用水困难情

况,居委会已经将情况上报给迎新路街道办事处。迎新路街道办事处主任张继峰告诉记者,团结小区南区、西区、北区部分居民用水难是因为水压不够和用水量过大造成的。针对

这一情况,他们去年已经向供排水公司反映并打报告申请新建自来水加压泵房。目前,南区、北区新建自来水加压泵房已经列入计划中,并已经选好址,上报给市政府等待批复,批复后今

年开工建设。而西区在2012年老旧小区改造中已经在地下建好一个自来水加压泵房,但因不符合供排水公司的设计要求一直未启用,现在正在整改中,整改完成后就能投入使用了。

孕妈玩快闪

◎现场短新闻

5月13日正值母亲节,在呼和浩特市满都海公园,十几位怀着宝宝的准妈妈玩了一场别具一格的舞蹈快闪,用新颖、健康、快乐的方式庆祝自己的第一个母亲节。许多宝爸也带着自家的宝宝参与其中。

记者在现场看到,随着一首动感的舞曲响起,一位孕妈妈迅速伴着音乐摇曳身姿,接着,陆续有10多名孕妈妈从人群中走出,加入到舞蹈队伍中。这些孕妈妈在人群的簇拥及

掌声中,舞动到音乐尾声。紧接着,又一曲更加欢快的歌曲响起,一群背着宝宝的宝爸们起身跳舞,虽然舞步并不专业,但是铿锵有力,让怀中的宝宝们也手舞足蹈地玩起来。

据了解,这些孕妈们都是在首府的一家孕娩中心相识。为了纪念母亲节,她们自发组织了这场快闪秀,希望向大众普及孕期健康管理的重要性以及科学合理的孕期健身运动对孕妇的自然分娩及产后恢复会有很大帮助。

文·摄影/本报记者 牛天甲



孕妈玩快闪



宝爸也舞起来

暂住人员办理车驾管业务须提供居住证

新报讯(记者 艾文涛) 5月13日,记者从呼和浩特市公安局交管支队车管所了解到,首府暂住人员办理车驾管业务时必须提供居住证。

据车管所民警王涛介绍,按照自治区公安厅《关于全面落实〈居住证暂行条例〉加快推进我区

居住证制度的通知》要求,从2018年3月1日起,全区各级公安机关将不再出具暂住证、暂住证明等暂住地居住证明,居住证为唯一合法有效的暂住地居住证明。5月10日,交管部门经过细致调研论证,呼和浩特市公安机关2018年3月1日前发放的

“暂住证”“暂住证明”“居住证明”和“居住凭证”等具有证明性质的材料目前绝大部分已超出有效期,不再具备证明效力。为切实维护公安机关的公信度、权威性,避免群众往返奔波,交管部门决定自5月11日起正式取消居住证明过渡期措施,全

面实行居住证制度。凡在呼和浩特市暂住的人员需要办理机动车、驾驶证业务,必须提供公安机关核发的居住证,才可以办理;“暂住证”“暂住证明”“居住证明”和“居住凭证”等材料在有效期内的,经公安网核实信息与证明材料相符的,仍予以办理。

金桥路内蒙古日报社路口南向北临时封闭

新报讯(记者 艾文涛) 5月13日,记者从呼和浩特市赛罕区交警大队六中队了解到,因为施工需要,金桥路内蒙古日报社路口南向北临时封闭。

赛罕区交警大队六中队提示:金桥路道路提升改造工程由于施工封闭金桥路(乌尼尔大街至内蒙日报社路口路段)由南向北方向,金桥路该路段封闭由南向北

行驶方向后进入市区方向车辆根据提示标志左转弯绕行乌尼尔西街进入银河南街、右转弯绕行乌尼尔东街进入金桥路、兴安南路,根据目的地择优选择通行路线,

高峰期按照交警指挥和指路标志引导通行,准备左转或右转时提前选择所需行驶方向避免在路口随意穿插变道降低通行效率、引发交通事故造成车辆滞留。

◎微消息

●5月11日下午,中国银行呼和浩特市玉泉支行与呼和浩特市公共资源交易中心共同举办党风廉政共建签约仪式。仪式上,双方签署了《党风廉政共建协议》。该《协议》以“共筑防线、共守廉洁、共享资源、共创阵地、共聚民心”为出发点,以廉洁诚信、便捷高效为目标,合力推进廉洁从业、廉洁修身。现场还进行了党风廉政专题讲座。双方围绕“提升廉政意识、塑造服务形象”主题开展座谈,并选派党员代表交流学习心得和体会。

(玉泉)

●5月11日,内蒙古高速石化销售公司党支部全体党员和入党积极分子来到呼和浩特市新城区保合少养老院,开展“关心孤老、为公益事业献爱心活动”,为孤寡老人送上生活物资,与老人们亲切交流攀谈,帮助老人们打扫宿舍。同时,了解养老院的现状和老人们未来的生活保障等,参观各类场所和设施,以便集合多方力量,持续不断地为养老院送去关爱。

(彭树岗)

整治校外培训机构 新城区将公布黑白名单

新报讯(记者 王树天) “我们是新城区校外培训机构专项治理联合执法组,你的培训机构存在经营地和注册地不符、灭火器数量不够等问题,现给你下发《新城区校外培训机构安全检查限期整改通知书》,请你在规定时限内将上述问题全面整改。”5月11日,呼和浩特市新城区教育局民办教育科工作人员程功将《限期整改通知书》下发到一家校外培训机构,并叮嘱该培训机构负责人要按照整改要求问题整改到位。

当日,新城区综治办、教育局、人社局、城管局等11个部门组成联合执法组,对辖区内的校外培训机构进行全面执法检查。记者了解到,本次检查内容包括校外培训机构无证办学、使用安全隐患场所、与中小学合作办学、聘用在职教师任职、违规招生宣传、超范围开展培训业务、组织学科类等级考试、违规收费等10项。新城区还将建立长效机制,对整治后无不良行为的校外培训机构,建立《白名单》;对存在安全隐患、无办学资质、办学行为不规范的校外培训机构,建立《黑名单》,并将通过多渠道向社会公布这两个名单。

新城区鼓励广大群众积极参与和监督校外培训机构专项治理工作,市民发现相关问题和线索,可以拨打投诉电话0471-6218671。

高血压患者养生小窍门

春回大地,万物复苏。气候逐渐变暖,前来医院就诊的高血压患者也越来越多。按照中医的说法,高血压与肝的关系密切,而春季也与肝相应。所以,春季高血压患者应以养肝为主,使肝气条达,气血调和,自然血压就会平稳。下面,介绍一些这方面的养生小窍门。

畅情志。要顺应肝之疏泄功能及阳气的开发,放松心情,保持心情开朗,避免长时间精神紧张,避免郁怒,减少思虑。

慎起居。宜早睡早起,保证睡眠充足,避免熬夜,睡觉时可着宽松睡衣。适当外出锻炼,以散步为宜。在天气晴好的节假日,建议大家外出踏青、春游。老年患者要注意“春捂”,防寒保暖,洗漱水温要适度。

节饮食。需低盐低脂,清淡易消化,少肉多菜(绿色蔬菜为宜,如菠菜、油菜),多食应季水果,戒烟酒、浓茶,避免辛辣油腻食品。

按时服药,不适随诊。北方地区春季气温较低,且波动大,血压波动也大,不宜擅自停药、换药、减药,要遵医嘱规律服药,勤测血压,若有明显不适症状(如头晕加重)或血压波动太大,需及时就诊。

内蒙古中医医院内分泌科李欣:硕士研究生,中医副主任医师,擅长糖尿病(并发症)、甲状腺疾病、高血压、冠心病、更年期综合症的中西医结合诊断治疗。



内蒙古自治区中医医院健康讲堂

中医说病

