

江浦路街道辽昆居民区 300 余盆栽为小区添绿

老弄堂成绿荫道 小区变花园

■记者 陈玲

本报讯 一条长约15米的小巷,摆满了大大小小盆栽300余盆,在居民们的精心布置下,老弄堂变成了绿荫道,而小区则变成了街心花园。

近日,记者走进位于长阳路上的辽昆居民区,看到小区道路两旁的盆栽一字排开,重瓣月季、扇叶银杏、铁树等,将一条狭长的老巷点缀得容光焕发。

两年前,这条不起眼的弄堂和其他二级旧里小区一样,环境脏乱,没有绿化。“居民们总是抱怨小区缺少绿化,提出要栽种一些树木,但在这样局促的空间内种植绿化,显然行不通。”江浦路街道辽昆居民区党总支书记李爱珠说。

正当大家为此事犯愁的时候,有细心的居民发现,小区居民罗阿姨家门前摆放的各式山水盆景、植物盆栽,将家门前的方寸天地点缀成了一个迷你花园。于是,居民们纷纷动手,打造自家门前的一片小天地。李阿姨家门前摆一盆月季,张阿姨家门前摆一盆铁树……就这样,这条长约15米的小巷,摆满了大大小小的盆栽300余盆,走进小巷,仿佛来到了公园。

不少居民表示,因为有了“点缀环境”的共同心愿,邻里间会经常交流养花经验,美化环境的同时增进了邻里之间的感情。

天气转凉,要注意防寒保暖

■记者 毛海萍

本报讯 近日,82岁的王老先生因反应迟钝,并伴有头晕、呕吐症状,被家人送往医院就诊,被诊断为小脑出血。医生提醒,天气转凉,要注意防寒保暖,警惕呼吸系统疾病、心脑血管病等。

天气进行。

另据了解,近年来心脑血管疾病年轻化趋势明显。“年轻人的不良生活习惯,例如吸烟、饮酒、缺乏锻炼等,这些都为心脑血管疾病埋下隐患。”李雯说,年轻人饮食要合理,作息要有规律,还要定期进行体检。

心脑血管病患者明显增加

杨浦区中心医院神经内科副主任医师李雯介绍,秋天是感冒、心脑血管病的高发季节,尤其是心脑血管病患者,极易出现脑梗死、脑出血等症状。

记者了解到,近日杨浦区中心医院神经内科的接诊人数比平时增加了近50%。李雯说,对心脑血管病人,本身就存在血管硬化、血液黏稠、高血脂症、糖尿病等问题,随着气温下降,体表血管弹性随之降低,血管的外周阻力增加,从而引起血压升高。

李雯建议,患有心脑血管疾病的老年人要定期测量血压。“由于血管收缩,活动量减少,对于高血压病人来说,如不及时调整用药,血压就会升高。”同时,老年人也要注意防寒保暖,合理调整饮食起居,防止风湿或类风湿疾病的复发。对有哮喘等基础疾病的人,警惕由普通的呼吸道感染上升为肺炎。

此外,李雯还提醒,在秋冬季,老年人、心脑血管病患者可适当进行御寒锻炼,户外活动应选择在上9时半以后到下午4时之前风和日丽的

打太极易加重骨关节炎

近日申城气温明显下降,许多市民一身秋装出行,但也有不少爱美女性依然短裙上阵。对此,杨浦区中心医院骨科主任医师徐意辉说,天气转凉后,裸露的腿部和膝盖,很容易冻伤,诱发骨关节炎等疾病。另外,很多骨关节炎患者因为不注意保暖,导致关节部位受凉,导致骨关节炎复发或骨质增生病情加重。

徐意辉表示,骨关节炎患者常常因为一些错误的锻炼方式和日常保健上的不注意而使病情加重。“比如不少老年人喜欢通过打太极拳、反复蹲起、爬山、爬楼梯等运动来锻炼关节,其实这反而会增加关节扭力使关节面负荷过大,导致其磨损。”因此,要学会科学的锻炼方法,关节炎患者的运动原则是动作要慢,以将关节伸展到最大限度但不痛为度,可适当进行有氧锻炼,比如游泳、散步、骑脚踏车、仰卧直腿抬高高等。

徐意辉建议,气温下降时,膝关节遇冷血管收缩,血液循环变差,往往使关节僵硬、疼痛加重,故在天气寒冷时应注意保暖,必要时戴上护膝,防止膝关节受凉,膝关节一旦出现疼痛,要积极治疗。



近日,“同心健康行”民进医疗志愿服务队走进控江路社区生活服务中心,为居民开展医疗咨询服务。据悉,该活动是民进科技医疗卫生委员会结合自身特点,与民进杨浦区委、控江路街道办事处合作开展的党派服务社区的系列医疗服务项目,包括医疗咨询、心理健康和医疗讲座等。

■记者 郑满萌 摄

智慧城市,让智慧点亮城市生活

(上接第1版)陈寅在致辞时表示,推进智慧城市建设是上海加快实现创新驱动、转型发展的重要手段,是深化实践“城市,让生活更美好”的重要举措,也是杨浦国家创新型试点城区建设的必然要求。聚焦信息化、智能化,打造智慧城区,对杨浦到2015年基本建成国家创新型试点城区、到2020年基本建成“四地四区”具有重要意义。目前,杨浦正在以智慧政务、智慧社区、智慧商圈、智慧医疗、智慧校园和智慧文体为重点,汇集各方资源,推进智慧城区建设。希望本次论坛的举办能给杨浦带来国际前沿的先进理念及实践经验,更好推动智慧城市

建设。

朱文之说,此次论坛以智慧城市建设为主题,杨浦为上海智慧社区智能电网和产业环境发展建设承担了重要任务。复旦的发展和杨浦的发展密切相关,近年来积极响应“三区融合、联动发展”的要求,双方加强合作,加快建设“创业走廊”,支持学校科研成果在科技园区的孵化,取得丰硕成果。今后复旦将积极发挥人才技术优势,围绕杨浦信息化建设的目标,加快专业人才培养,为智慧城区发展添砖加瓦,为国家、上海城市建设和新兴信息产业发展作出贡献。期待此次论坛上,中外专家、精英交流思想,分享经验,探讨城市可持续发展的新模式。

遗失声明

■上海市杨浦区

鑫彩日用百货商店遗失个体工商户营业执照正、

副本(统一标识码101005190006,注册号310110600402750),特声明作废。

警银联手阻止电信诈骗

■记者 郑满萌

本报讯 近期,随着电信诈骗防范宣传的不断深入,骗子的骗术被不断揭发,市民群众的防范意识有所提高。但是,一些骗子渐渐瞄准独居老人,骗取他们的钱财。近日,殷行派出所成功劝阻一起电信诈骗案件。

8月6日15时21分,市民朱女士报警称,其父亲接到一陌生男子电话,声称父亲的银行卡涉嫌洗钱,要求将钱款转到新的安全账户中,父亲对此深信不疑,并可能已经将钱款转

给对方。

接到报警后,殷行派出所民警经过初步分析,朱老先生很有可能遭遇了电信诈骗,于是兵分两路,一路民警赶赴辖区内的各银行进行拦截,另一路赶往国和二村朱老先生的家里,当民警来到居民楼的门口时,正巧遇到了迎面而来的朱老先生。民警遂上前询问,证实他正是朱女士的父亲,而朱老先生则称已将两万元打入骗子要求他开设的建设银行储蓄卡中,并已告知骗子银行卡号及密码。

眼看骗子即将得逞,民警急中生

智,从朱老伯手中接过电话,称自己是朱老伯的儿子,佯装对骗子的话深信不疑,并告诉对方父亲还有一张10万元存折,询问如何转入安全账户,就在民警向骗子询问如何一步一步转入安全账户时,朱老伯已经到达银行,抢先一步将2万元存款取出,这时,大家都松了一口气。至此一起已经既遂的电信诈骗案成功被民警拦截。目前,该案在进一步调查中。

据了解,今年以来,通过警银合作杨浦警方成功拦截电信诈骗45起,为群众挽回经济损失360余万元。

杨浦区部分菜市场主要蔬菜品种周平均价格信息专项公布

采价时间:2013年10月14日-2013年10月18日

	辽源	靖宇	鞍山	浣沙浜	沙岗	敦化	平昌	心诚	市京	国年	安图	殷行	长岭	国和	霍山	乐家福	引翔港	腾越	盐阜	辽阳
青菜	2.52	2.48	2.00	3.50	3.66	2.00	1.88	2.40	2.76	3.13	2.60	3.10	2.50	2.90	2.50	2.20	3.30	1.66	2.10	2.50
鸡毛菜	3.68	3.08	2.50	4.50	4.82	2.50	2.68	5.80	3.80	4.50	4.70	4.80	3.30	4.40	3.50	4.90	3.70	3.14	4.10	3.32
卷心菜	2.04	1.72	1.50	-	1.96	1.50	1.64	1.26	1.60	1.50	2.40	1.50	1.70	1.76	2.00	2.00	2.20	1.46	1.42	2.50
芹菜	2.62	3.20	2.50	3.50	3.96	2.50	4.00	4.00	3.60	4.50	4.40	3.28	3.12	3.30	2.35	6.90	2.80	2.96	3.00	4.18
菠菜	3.68	4.40	4.50	5.50	5.48	5.60	5.00	6.00	5.50	7.00	5.10	4.66	4.12	5.00	3.85	-	-	5.90	-	-
黄瓜	2.56	3.12	2.50	3.50	3.60	3.00	3.50	3.10	3.00	3.38	2.60	3.10	3.10	2.60	2.50	2.30	3.50	3.00	3.00	3.86
番茄	2.80	3.24	2.00	3.50	3.74	2.56	3.52	4.50	4.40	4.50	4.00	3.40	3.10	3.00	2.95	4.00	3.00	2.48	3.00	4.38
青椒	3.88	3.96	3.00	4.20	4.40	3.80	3.20	3.20	3.00	3.40	3.28	3.28	3.92	3.10	3.80	2.84	4.40	3.00	2.80	5.00
土豆	2.20	2.48	2.00	2.50	2.62	2.30	2.60	1.80	2.50	2.50	2.10	2.32	2.42	2.48	2.20	2.00	2.50	2.56	1.89	2.62
茄子	3.50	3.36	3.00	3.50	3.38	2.92	3.50	3.00	3.20	3.00	2.90	3.08	3.30	3.00	3.43	2.50	3.20	2.60	2.40	4.00
冬瓜	1.46	1.28	0.80	1.50	1.50	0.80	1.44	1.00	1.20	1.50	1.10	1.12	1.22	1.50	1.35	1.00	1.80	0.66	0.92	1.50
刀豆	3.76	3.42	3.50	4.00	4.00	1.80	5.00	3.10	4.30	4.40	4.50	4.08	3.50	4.00	3.53	4.06	4.30	3.10	4.00	4.50

说明:1、上述蔬菜价格为市场调节价,反映相应监测点经营场所内的价格水平,仅作参考。

2、红底标注代表该蔬菜品种在上述菜市场的最高价;绿底标注代表该蔬菜品种在上述菜市场的最低价。

以上数据由区发改委提供