

我要发布

拨打社区热线发布互动信息

《斜土·社区晨报》是一份覆盖斜土地区的属地化报纸,说的全是“自家门口这点事”,涵盖衣食住行、生活服务全方位的信息,每月2期,送达斜土家家户户。

您在斜土人人皆知吗? 无论您是居民、商家还是企业,通过《斜土·社区晨报》发布各种信息,用最简单的方式达到最直接的效果。

热线:8008190000(固话) 4006200000(手机)

邮箱:xwcb_xietu@126.com

2019年斜土社区4月活动安排

Table with 3 columns: 时间, 地点, 活动项目. Lists activities like movies and theater performances.

文化活动中心地址:大木桥路461号

(注:以上所有非电影和展览专场演出,请提前一周到前台领票,每人限领2张,演出当天下午13:00进场)

斜土社区服务机构信息

Table with 4 columns: 机构地址, 对外时间, 咨询电话. Lists services like Life Service Center, Cultural Activity Center, etc.

白领精神压力大,耳鸣眩晕头痛可能是高血压征兆

40岁的张先生是一家IT公司高管,平时工作经常加班,用脑强度非常大。最近半年来,张先生耳朵有类似蝉的鸣叫声,弄得他白天上班非常烦躁,晚上也无法安心入睡。



上海远大心胸医院宋贺教授介绍,高血压被称为“无形杀手”,它起病隐匿,不易被发现。加上很多人对高血压没有足够的认识,平时也没有自测的习惯,所以对于自身出现的一些疾病症状很少会想到跟高血压挂钩。

患者都曾有过耳鸣症状。因为多数高血压并没有自觉症状,因此,我们更不能麻痹大意。高血压若长时期持续的话,很可能引起心、脑、肾的损害,因此应及时接受检查。

宋贺教授提醒广大有耳鸣的朋友要多多注意自身的血压,高血压患者如出现耳鸣,也不要过度紧张,应及时接受诊治,积极配合治疗。

【专家介绍】

宋贺,上海远大心胸医院主任医师,副教授,硕士生导师,毕业于东南大学医学院医学系。中华医学会心血管分会委员,中国医师协会委员。

像张先生这样的例子在现代社会比比皆是,人到中年,他们一方面既是单位里的骨干,也是家里的顶梁柱,所面临的工作和生活压力都很大。对于头晕耳鸣这类不适以为只是工作压力大造成的,不是什么大毛病,抗一抗就过去了。

以上内容由上海远大心胸医院特约刊登

活动信息

斜土社区流动服务站

还记得每月“社区大篷车”活动中排成长龙的修伞队伍吗?斜土社区生活服务中心推出社区流动服务站,增加部分便民服务的频次,让一些“小问题”迎刃而解。

雨伞、拉链维修

服务时间:每月10日-19日 10:00-11:30,13:30-16:00(周日及国定假日除外) 地址:零陵北路1号2楼

“夕阳红”公益照相馆免费拍摄券 领取说明及使用方法

领取时间:每月14日-15日 9:00-11:00(周日除外),16日可到社区大篷车活动现场领取 领取地点:斜土社区生活服务中心(零陵北路1号2楼前台)

使用时间:每月16日 9:00-11:00 社区公益大篷车活动(春节除外)

使用条件:

- 1、年满60周岁(拍摄当天持身份证或社保卡等证件); 2、穿着得体(背心、睡衣睡裤等居家服装请回避); 3、不用担心不上照(我们有专业的摄影师为您提供造型设计)。

使用规则:

- 1、请在指定时间内使用,过期作废,拍摄券复印无效; 2、凭券可免费拍摄人像照1次,并免费彩扩6寸生活艺术照1张; 3、每人每季度仅限使用一次; 4、如需保留电子文档,请取照时自备U盘。

生活服务中心——社区清洗服务站

春季雨季频繁,斜土社区生活服务中心温馨提示,如果您家的空调长期闲置,且在过去很长一段时间内未曾清洗,那现在正是清洗空调的好时机。空调长期不清洗,会导致制冷、制暖效果明显下降,电费成倍增长,有一些怪味,在空调房里呆久了人会感到头晕、乏力、感冒等症状。欢迎有需要的居民前来咨询。

地址:零陵北路1号2楼215室 咨询电话:021-60542839

服务时间:周一至周六 上午8:30-11:30 下午13:30-17:00

居民筒子们,看过来啦——

由斜土社区生活服务中心举办的“公益集市”活动又来啦!

【招募征集】你还在为你的旧物品占地方而不舍得丢弃烦恼吗?你想让家里的小朋友培养社会综合能力吗?来斜土“公益集市”吧,让堆放已久的闲置物品再利用,找到合适的好去处。

【咨询电话】34243357

【报名方式】斜土社区生活服务中心211室(零陵北路1号2楼,茶陵菜市场2楼)填写报名表。欢迎大家踊跃报名~

我爱看电影

《如影随心》

小提琴家陆松与室内设计师文墨巴黎邂逅,不打不相识,彼此迷恋越陷越深。爱情之名怂恿着他们为爱再大胆一次,走出各自问题满满的情感关系。仿佛只要现任变前任,幸福就唾手可得。然而前任们也都是战士,文墨的前任郑可可是个理性至极的医生,陆松的前任刘娟则在情感社区开启了喋喋不休的骂战,是继续坚持对爱的信仰,还是选择放下与原谅重新开始?

上映日期:4月19日



《双生》



电影《双生》讲述了艺术学校学生李品(刘昊然饰),在一次偶然的机遇下获得了一份为期一个月的兼职工作,工作内容是为马上迎来自己生日的女孩涛(陈都灵)画肖像画,为此他来到了一处偏僻的豪宅。素不相识的两位年轻人因此结缘,一段青春的邂逅就此展开,然而在朝夕相处的过程中,李品逐渐发现了这栋房子里似乎还隐藏着一些不为人知的秘密,而他与涛之间的关系也逐渐变得微妙起来。

上映日期:4月19日



纠错有奖 欢迎大家来做“啄木鸟”

如果您在阅读本期《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台留言,将您发现的问题发送给我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,也可以直接发送报纸截图)。

每期纠错质量最高的十位读者,可获得最新出版的《咬文嚼字》

杂志一本。编辑部还将从中选出一位最佳“啄木鸟”,获得100元的额外奖励。报纸纠错时限为正式出版后两周内(以出版日期为准)。本期致谢名单:徐亚芳、卢悦怀、沈周建、陈银凤、沈正、乔献忠、快乐生活(网名)、方洛克、邱筱艳、徐捷、顾姚根、张从麟、徐俊培、徐非、严志明

本期最佳“啄木鸟”:沈周建



扫描二维码关注“上海社区发布”