

我市社保卡发放工作正在进行中

本报讯(记者 鲁 超)8月29日,记者从市人社局获悉,尚未领取社会保障卡(以下简称社保卡)的参保人员,其社保卡发放工作正在进行中,各项惠民惠农财政补贴资金均将陆续通过社保卡“一卡通”发放。还未领取社保卡的市民应及时领取,已领取的市民及时激活社保卡的银行账户。

据市人社局电子政务中心负责人介绍,惠民惠农财政补贴资金“一卡通”发放是指各项补贴资金通过惠民惠农财政补贴资金“一卡通”系统,集中发放到补贴对象社会保障卡银行账户的一种发放模式。

惠民惠农财政补贴资金主要包括耕地地力保护补贴、农机购置补贴、学前教育生活补助、农村危房改造补助、城乡居民最低生活保障、残疾人两项补贴、城镇独生子女父母奖励扶助、就业补助等农业、教育、民政、卫健、人社、林业、交通、住建等有关部门管理的财政补贴资金。

惠民惠农财政补贴资金发放是一件涉及群众多、工

作量大、具有重要民生意义的大事。截至6月30日,上半年我市及各县(市、区)通过惠民惠农财政补贴资金“一卡通”系统发放补贴项目共61项,共发放资金145749.47万元,惠及群众660.43万人次。全市发放成功率达97.93%,社保卡发放占比达99.61%。

由于社保卡具有普及率高、使用便捷、功能多样、安全高效的优势,使用社保卡领取补贴便于核实补贴对象身份信息、实现“一人一卡”,方便群众取用补贴资金。

应用“一卡通”系统,实现补贴资金发放全过程线上办理,便于进行数据统计、过程监督、留痕管理;发放到个人社会保障卡,可以从根本上解决“一人多卡”取用不便等突出问题,增加群众获得感和满意度。

就激活社保卡的相关问题,该负责人表示,市民可以查看社保卡有个人照片的那一面,靠下部有一行10位数字,字体较大,即社保卡金融账号。正面左上角有发

卡银行的标识和名称,可以查看确认发卡银行。

根据有关政策规定,养老金、失业金、惠民惠农财政补贴等都要发放到社保卡银行账户,如果不激活社保卡的银行账户,资金将无法取出。激活社保卡银行账户需要本人持有效身份证件和社保卡在发卡银行柜台办理,具体激活方式及流程可以拨打发卡银行客服电话详细咨询。

社保卡银行账户激活后,就具备银行卡的一切功能。社保卡个人银行账户目前享受I类户全部功能,可办理存款、取款、转账、消费、缴费支付、购买投资理财产品等,也可以绑定支付宝或者微信进行线上、线下支付等。

据了解,办理补换社保卡后,银行账号会发生变化,养老、失业等人社部门待遇发放和领取需要市民主动变更发放账号。惠民惠农财政补贴等其他资金领取需要与相关责任部门具体联系确认。市民如有关于社保卡的问题,可拨打电话12333进行咨询。

肉蛋价格基本稳定 市民“菜篮子”有保障

本报讯(记者 鲁 超 实习生 孙浩铭)8月29日,在我市一家大型超市内,记者看到五花猪肉的价格每斤19.8元,鸡蛋的价格每斤为5.58元。“猪肉价格一直都没降,而鸡蛋的价格基本稳定。”一位前来购物的市民表示。

据8月29日市发改委发布的监测数据显示,上周我市主要食品价格基本稳定。较上上周相比,市场粮油零售价格基本稳定;蔬菜市场价格涨跌互现;肉价、蛋价基本稳定。我市民生主要商品供应充足、价格总体运行平稳。

肉类每斤零售价格分别为:猪肉(精瘦肉)19元、猪肉(五花肉)17元、牛肉39元、羊肉41元、鸡肉7.58元、生猪10.5元、带鱼9元、草鱼8.5元、鲤鱼7.5元、鲢鱼6元。较上上周相比,生猪下降1.87%、草鱼上升6.25%;其余持平。较上月同期相比,猪肉(精瘦肉)下降9.52%、猪肉(五花肉)下降10.53%、生猪下降7.89%;其余持平。

鸡蛋每斤零售价为5.38元,较上上周相比上涨3.86%,和上月同期相比上涨1.89%。

较上月同期相比,蔬菜价格6涨2平8降,上涨的蔬菜是:大白菜上涨30.61%、上海青上涨37.31%、黄瓜上涨7.01%、土豆上涨15.15%、豆角上涨33.56%、韭菜上涨3.88%;下降的蔬菜是:芹菜下降33.56%、青椒下降47.85%、西红柿下降36.70%、白萝卜下降18.99%、胡萝卜下降25.25%、茄子下降35.35%、尖椒下降24.67%、圆白菜下降15.63%。其余持平。

“猪肉价格小幅下降,目前五花肉和精瘦肉每斤批发价均为15元,排骨17元。”商丘农产品中心批发市场副总经理刘敏男告诉记者,与今年7月初的猪肉精瘦肉每斤16元的价格相比,出现了小幅下降。

对于鸡蛋的价格,刘敏男表示,我市鸡蛋批发价格在5月初达到了每斤5.2元的高位后,就逐步下降。目前市场内的批发价格为每斤4.5元,相较于7月初期略微下降。

市发改委相关工作人员提醒,随着气温逐渐转凉,对蔬菜价格带来阶段性上涨压力,预计短期内部分蔬菜价格或波动上行,将带动菜价稳中略涨。受节日效应提振,加上开学季的到来,猪肉消费市场将逐步改善,而月底前生猪供给较为偏紧,短期内生猪价格或将震荡上扬,但上涨幅度有限。中秋节前备货带动,加上9月学校陆续开学,团体需求增加,预计中秋节前,蛋价将继续呈小幅上涨态势,但涨幅或逐渐趋缓。

「秋冻」不宜所有人

本报融媒体记者 宋云晨

处暑节气过后,人们感受到明显的凉意,特别是近几天的阴雨天气,气温下降更是明显。等白露节气以后,天气会进一步转凉,昼夜温差将继续加大。常言道,“春捂秋冻,不生杂病”。“秋冻”使人体适当接受耐寒训练,可提高机体抵抗力,对安度冬季有益,不少人选择在这个时候有意识地让身体“冻一冻”。市中医院国医堂主任杨华提醒,“秋冻”虽有道理,并不适合所有人,对于患有一些慢性病的中老年人,不但

不宜秋冻,还应注意秋季保暖。

杨华说,生活中,个别中老年人不服老,坚持“春天要捂得住,秋天要挺得住”,结果导致旧病复发。

“‘秋冻’不适合体弱多病的老年人。”杨华说,从防病保健的角度出发,循序渐进地练习“秋冻”,加强御寒锻炼,可增强心肺功能,提高机体适应自然气候变化的抗寒能力。然而,秋季是心脑血管疾病高发时期,对于有此类病史的中老年人来说,防寒尤其重要。同时,年老体弱者,或是怕冷、阳虚的中老年人也不适宜“秋冻”。

当然,能抗“冻”的人也应该有度。俗话说“寒从脚下起”,杨华提醒,老年人要注意脚部保暖,同时腰部、背部也需注意别受凉。“燥”为秋季主气,称“秋燥”,养生重点在于养阴防燥,以生津润燥、益肺养阴为主要养生原则。

“对于一些慢性病患者而言,如果坚持‘秋冻’,将十分危险。”杨华提醒患有心血管疾病、慢性肺病、胃肠病、糖尿病、关节病的老年人,不要“秋冻”。

杨华告诉记者,即使是身体比较好、没有慢性病的老人,“秋冻”也十分有讲究,如不注意则会给身体带来损害。我们的身体上有五个部位极其脆弱,即使适合“秋冻”的人也不要“冻”到这几个部位。

秋季头部不宜受凉,尤其不宜晨起洗头,这样头部易受风寒;颈部要注意保暖,否则颈部血管收缩,不利于脑部供血,还易引起有肺部症状的感冒;腹部保暖至关重要,因为肚脐皮下没有脂肪,紧邻丰富的神经末梢和神经丛,对外部刺激特别敏感,容易被寒邪侵袭。肚脐一旦受凉,腹痛、腹泻在所难免,若长期受凉,泌尿系统疾病也容易找上门来;关节应格外注意,若在阴冷、潮湿的天气着裙装,腿部会因风寒的袭击而出现发凉麻木、酸痛不适等症状,久而久之会引起关节炎;脚部保暖保健康,因为脚是人体各部位中离心脏最远的地方,所以人们常说“脚冷,则冷全身”,全身若冷,病邪就有可能乘虚而入。

“寒从脚生”,脚是全身最怕冷的部位。杨华说,老年人可以坚持用热水泡脚,有助于促进气血运行、疏通经络、解表散寒,能有效缓解手脚冰冷、温暖全身。在热水中加入生姜、花椒,可加强祛风散寒的功效。泡脚水温不可过高,时间不可过长,水温在40℃左右,泡20分钟即可。



我们的节日·中秋

8月28日,在市区一家大型商超内,顾客在“中秋集市”上选购商品。中秋佳节临近,商场和超市内纷纷设置了“中秋集市”,琳琅满目的中秋特色商品吸引了不少市民前来选购。

本报融媒体记者 崔坤摄

下水道污水外溢

梁园区市政部门当日抽污解决

本报讯(记者 司鹤欣)“梁园区八一路与归德路交叉口向西,路北的好乐家超市门前有个下水道管井口,从8月22日开始就一直往外冒污水,请尽快处理一下。”近日,有市民拨打市12345政务服务便民热线反映。

8月25日,记者与市12345政务服务便民热线人员来到市民反映地点,在距离好乐家便利店不远处的花坛旁侧有一处安装有铁篦子的方井,周边可见污水外溢后的痕迹。梁园区市政建设局工作人员也赶到现场,经查看,是该处雨水收集井产生了淤堵。“经查看井里有生活垃圾、落叶等杂物堆积,产生了淤堵。我们将尽快安排人手对这个方井进行清淤,这样很快就

能解决污水外冒问题。”梁园区市政建设局工作人员孙睿表示。

8月29日,记者发稿前获悉,8月25日梁园区市政建设局已经安排高压疏通车和工人到该处管井进行疏通,并于当日解决了问题。



河南新闻奖新闻名专栏

12345热线一周速递

8月22日到8月28日,全市共受理有效事件25988件,环比增长0.54%;电话受理23809件,微信受理2084件,手机APP受理35件,网站受理43件,政务服务网受理10件,省平台受理6件,微博受理1件。

群众反映的问题主要集中在以下几类:卫生健康类(疫情防控)3552件,占比44.4%;城市管理类(住房)552件,占比6.9%;交通管理类(车驾管业务)224件,占比2.8%

现场办理群众较满意的工单有:梁园区八一路与归德路交叉口下水道冒污水问题,已由梁园区市政建设局及时进行抽污处理。

办理质量较高的单位有:市公安局、城市管理局、睢阳区人民政府、民权县人民政府、柘城县人民政府、梁园区城市管理局、梁园区谢集镇政府、梁园区八八街道办事处、睢阳区住房保障中心、睢阳区路河镇政府、睢阳区新城街道办事处、示范区住房和城乡建设局、示范区贾寨镇政府、示范区平安街道办事处、商丘市水务公司。

本报融媒体记者 司鹤欣 整理

牙痛来袭 不妨试试针灸法

俗话说“牙痛不是病,但疼起来要命”,那去医院治疗前有什么方法能缓解牙痛?

办法当然有。可以用温盐水漱口,有助于消肿,缓解咽喉不适症状。还可以用冰袋冷敷牙痛对应的脸颊部,有助于减轻牙痛,促进收缩血管,以减轻局部肿胀。

中医上认为,“齿为骨之余,龈为胃之络”,所以牙龈肿痛多属胃火所致,应先清胃火;牙齿松动而痛多属虚火,应滋肾阴。从经络学角度看,手阳明大肠经入下齿中,足阳明胃经入上齿中,所以下牙痛多从大肠经入手,上牙痛多从胃经入手。

针灸是治疗牙痛不错的选择。中医上常将牙痛分为风火牙痛、胃火牙痛、虚火牙痛、虫牙痛四种,对于不同的牙痛类型,有不同的针灸方法。

其中风火牙痛是风邪入侵引起的,牙痛遇风发作或加重,遇冷痛减,受热加重,伴有恶寒、发热等症状,多见于急性牙髓炎与根尖周炎初期。针灸治疗以祛风泻火为主,可选外关穴、翳风穴、合谷穴。

胃火牙痛由胃肠积热引起,疼痛剧烈,牙龈红肿,可伴有口渴、口臭、尿黄、舌苔黄腻等胃热症状,多见于冠周炎、化脓性根尖周炎。针灸治疗以清胃泻火为主,可选内庭穴、下关穴、合谷穴。

虚火牙痛为牙齿隐隐作痛,有浮动感,无口臭,常在夜晚牙疼明显,牙齿松动,吃东西有咀嚼无力之感。多见于老年人慢性牙周病。针灸治疗可选太溪穴、合谷穴。

当分不清楚是哪一种类型的牙疼时,若是上牙痛,可用食指指腹按摩下关穴;下牙痛时,可用食指按摩大迎穴,能起到很好的缓解作用。

(来源:河南省卫生健康委)

(上接2版)

考准考实,功夫重在平时。各地区各部门开展公务员平时考核,把考核抓在经常、融入日常。北京从市、区、街道(乡镇)选取30个单位作为平时考核联系点,指导其发挥好工作展示窗口、创新试验平台、典型示范载体的功能。

聚焦人民满意,以表彰奖励选树典型、激励奋进——

192个名字,98个集体,一份承载着荣誉的名单背后,是第九届全国“人民满意的公务员”和“人民满意的公务员集体”感人至深的故事和竭诚为民的真心。2019年6月,习近平总书记亲切会见了受表彰代表,充分体现了党中央对公务员工作的高度重视、对广大公务员的深切关怀和殷切期望。2022年,首次以党中央、国务院名义开展全国“人民满意的公务员”和“人民满意的公务员集体”评选表彰活动。

一位受表彰的乡党委书记满怀激动地说:“我只是一名最基层的干部,做了一些平凡的工作,党和人民却给了我这么高的荣誉。我要把‘让人民满意’作为自己的终身追求,踏踏实实为群众办实事、解难事,不辜负组织对我的信任!”

竭诚为民是公仆最美的本色。中央组织

部、中央宣传部连续两年开展“最美公务员”学习宣传活动,2021年中央组织部首次对32名“最美公务员”记一等功。各省区市组织开展本地区公务员先进典型的选树宣传活动,营造崇尚先进、学习先进、争当先进的良好氛围。

很多公务员说,时代是舞台,激励是导向,照着“最美”样子干,谁让百姓真满意,谁就可以披红挂彩、立功受奖!

有功即奖,让奖章带热度。修订出台的《公务员奖励规定》,适当扩大奖励权限,缩短奖励周期,鼓励奖当其时、奖当其事。各地区各部门用足用活公务员奖励政策,对在攻坚克难中成绩突出、表现优秀的公务员和公务员集体,及时给予适当奖励,使“优秀者”催生更多干事创业的领跑者。

夯实基层基础,助力国家治理体系和治理能力现代化

基层强则国家强,基层安则天下安。

习近平总书记强调,要突出抓基层、强基础、固根本的工作导向,推动各类资源向基层下沉,为基层干事创业创造更好条件。全国县以下机关公务员超过公务员总数的一半,他们

处于党治国理政的第一线,直接服务广大人民群众,是密切党群关系的重要纽带。加强基层公务员队伍建设对于提升基层治理水平、巩固党的执政基础意义重大。

人员力量向基层倾斜——

山东加大基层公务员招录力度,支持鼓励基层机关用足用好年度用编进人计划,满足用人需求。江西注重从优秀村(社区)干部、服务基层项目人员、高校毕业生和退役士兵中招录公务员,一大批接地气、懂乡音、解乡情的“永久牌”干部扎根基层干事创业……

近年来,各地区结合实际完善基层公务员招录政策,坚持招录计划向基层倾斜,一大批年纪轻、学历高、素质好的优秀人才进入基层公务员队伍,成为基层治理的骨干力量。2017—2021年,全国县以下机关共录用公务员61.2万人,占录用总人数近六成。

为保证基层公务员“招得来”“留得住”,一些艰苦边远地区采取适当调整学历要求、放宽专业限制等措施,科学合理设置招录条件。各地认真落实新录用到乡镇机关公务员最低服务年限规定,严格控制从乡镇机关借调人员。

政策资源向基层倾斜——

拓宽基层公务员职业发展空间。公务员职务与职级并行制度实施后,县乡机关从原来主任科员以下4个层次增加到二级调研员以下9个层次,有利于实现“小步快跑”、持续激励。

畅通基层公务员向上流动渠道。地市级以上机关有序开展公开遴选公务员工作,合理确定遴选频次和规模,兼顾优化上级机关人员结构与稳定基层队伍。2017—2021年全国共有3.5万名基层公务员通过公开遴选进入上级机关工作。

推动优质培训资源向基层延伸。2021年,中央组织部会同有关部门部署实施新时代基层干部主题培训行动计划,着力提高基层干部素质、提升基层治理水平。四川实施“基层公务员专业化能力提升计划”,举办现代产业体系、区域协调发展、打赢污染防治攻坚战等40余期专题培训班,培训5200余人次。

提高基层公务员评优比例。《公务员考核规定》明确提出,公务员年度考核优秀等次名额向基层一线、艰苦岗位公务员倾斜。广西等地适当提高综合评价好的乡镇年度考核优秀等次比例。云南县级组织部统筹各机关(单位)按比例计算优秀等次名额取整后的小数点部分,向承担急难险重任务的基层一线公务员倾斜。

完善基层公务员待遇政策。实行乡镇工作补贴政策,加大向条件艰苦的偏远乡镇和长期在乡镇工作的人员倾斜力度。推动落实乡镇机关公务员收入高于县直机关同职级人员一定比例的政策措施。

“这几年自治区对基层干部实行工资待遇优厚、选拔使用优先、生活条件优待的‘三优’政策,乡镇公务员收入上去了,生活条件改善了,大家更安心了,干劲也更大了!”宁夏一位乡党委书记说。

重视基层、关心基层、爱护基层的导向和政策,激励着一批批基层公务员扎根基层、辛勤付出,用心用情用力构筑起新时代基层干部群众的一条“连心桥”,为基层治理体系和治理能力现代化建设提供了强大助力。

百年芳华铸就千秋伟业,铿锵步伐再启复兴征程。在以习近平总书记为核心的党中央坚强领导下,广大公务员坚定捍卫“两个确立”,坚决做到“两个维护”,牢记全心全意为人民服务的根本宗旨,自觉以国家富强、民族复兴、人民幸福为己任,踔厉奋发、勇毅前行,奏响做人民公仆、为人民服务的时代强音,以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

(新华社北京8月29日电)