

银行手续费“减负”进行时

本报记者 龙雨晴

“互联网+金融”不仅给我们带来了更方便的金融服务,也带来了更低廉的手续费。这不,继招商银行上个月宣布取消网上转账手续费后,又有两家银行跟进,打出免费牌,让不少市民拍手叫好。

细算下来,其实市民花在银行手续费上的钱除了转账费,还有年费、小额账户管理费、短信提醒费等,虽然不多,但日积月累之下也让人无法忽视。其实,巧妙地利用互联网和一些国家政策,就可以有效地避免或者减少这项开支。



网上转账 减免手续费

日前,招商银行放了一记“大招”,宣布网上转账全免费,无论网上个人银行还是手机APP办理境内任何转账业务,统统享受零费率,随后又有两家银行也宣布取消网上转账手续费。其实,面对第三方支付平台的冲击,各家银行都已在电子渠道上发力,网上银行和手机银行转账的手续费明显低于柜台以及ATM机。

举例来说,工商银行通过网银和手机银行转账享受柜面转账手续费5折的优惠;交通银行是网银8折,手机银行转账银行5折以下免费;邮储银行是网银5折,手机银行转账免费;建设银行也是手

机银行转账免费;而郑州银行和招商银行则无论网银还是手机银行都不收取转账手续费。

值得注意的是,银行的这些优惠并不是永久性的,邮储银行和建设银行的网上银行均表示免费活动都只持续到今年的12月31日,明年收不收,怎么收,“还会另行通知”,而郑州银行的工作人员也只说是“目前”不收取转账费,招商银行则表示:“如果以后要收费了,肯定还会通知的。”所以理财专家提醒市民,虽然网银和手机银行转账更加方便省钱,但要想对转账费“心中有数”,还应随时关注银行的收费政策,不要以为它是一成不变的,从而产生“惯性思维”,不知不觉多花了冤枉钱。

主动申请 规避管理费

你知道银行卡的账户管理费和年费是可以避免的吗? “不知道”、“没听说过”、“好像有这么回事,但是没去办。”……记者发现,不少市民对这项“省钱诀窍”还“蒙在鼓里”。

其实,早在去年2月,国家发改委和银监会就发布了《关于印发商业银行服务政府指导价政府定价目录的通知》,对于银行客户账户中(不含信用卡)没有享受免收账户管理费(含小额账户管理费)和年费的,商业银行应根据客户申请,为其提供一个免收账户管理费(含小额账户管理费)和年费的账户(不含信用卡、贵宾账户)。该通

知于2014年8月1日起执行。

也就是说,用户在每家银行都可以有一张可以免年费和管理费的银行卡。不过,要想享受这项优惠,是要自己主动向银行申请的,并需持有有效身份证件及银行卡(或存折)前往柜台办理。“如果是首次开户,银行一般会主动告知并为符合条件的客户办理相关业务,但已经开卡或者开户的客户,银行不会主动通知。”某银行客户经理表示。

巧用微信 节省提醒费

短信提醒功能,相信不少市民都有办理。卡内账户一有变动,短信立即提醒,这样贴心的服务早已深得人心,但这可不是“免费的午

餐”。据了解,许多股份制银行诸如民生、浦发、华夏等会免费通知借记卡用户的账户变动,而国有银行中目前只有交通银行借记卡的短信提醒是免费的。一般借记卡的短信通知费是一个月2元,一年就是24元钱,而大部分银行的信用卡都是不收取短信通知费的。

虽然每月2元、3元的收费标准不算太高,但能省一块是一块,某银行工作人员提醒市民:“现在许多银行的微信银行都开通了免费的账户变动提醒功能。和传统的短信提醒相比,微信提醒不需要专门前往银行柜台进行办理,市民只需要添加微信银行,并绑定银行卡,即可享受免费的微信提醒服务了。”

健康关注

预防骨质疏松要从年轻时做起

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 金雨珊)10月20日是世界骨质疏松日,专家提醒,预防骨质疏松要从年轻时做起,平时注重补钙。

据国际骨质疏松基金会调查显示,全世界50岁以上女性有1/3会出现骨质疏松性骨折,50岁以上男性有1/5会出现骨质疏松性骨折。

“高龄老人的骨头像花瓶,一碰就碎。”郑州人民医院骨科二病区主任张陆介绍,骨质疏松是老年人常见的慢性病,这是因为随着年龄的增长,性激素分泌不足,同时,老年人脾胃消化功能差,直接影响钙的吸收。

“令人担忧的是,一位刚20出头的小伙,体检时发现骨密度非常低,相当于一个60岁的人骨头。”张陆说,骨质疏松症近年来正在走向年轻化。这和不少年轻人一些不良的生活方式有关,如经常喝咖啡、抽烟、喝酒、喝碳酸饮料等。同时,不少年轻人还普遍缺乏运动与日晒。

张陆提醒,预防骨质疏松除改善饮食、多做运动、多晒太阳之外,也可服用一定的钙剂、活性维生素D或一些抗骨质疏松药,但对于绝经期的女性,雌激素对防治骨质疏松有一定的疗效,但也增加了患癌的风险,所以目前并不主张药物治疗。

金融资讯

光大银行联合 国贸360广场推出优惠活动

本报讯10月1日~31日,光大银行郑州分行联合国贸360广场推出“金秋情意浓,光大有好礼”的专场活动。

据了解,活动期间,光大银行持卡者在国贸360广场内近100家百货刷卡购物,消费满600元(含)以上可领取50元礼券一份;在场内近60家餐饮商户消费满200元(含)就能获得50元礼品一份;每周二在屈臣氏国贸360店刷卡,满120元立减50元。除此之外,消费者凭当天消费的POS小票还可到服务台换取4小时的免费停车券。活动开展以来,深受消费者好评。

(淡晓丹)

工商银行 成立罗马分行

本报讯10月19日,中国工商银行罗马分行在意大利正式成立。该分行是工商银行继米兰分行之后在意大利设立的第二个营业机构,标志着工行在意大利和南欧地区迈入了新的发展阶段。至此,工行已经在欧洲的伦敦、巴黎、阿姆斯特丹等17个主要城市设立了分支机构,建立起较为完善的营业网络。

中国工商银行负责人在罗马分行开业仪式上表示,中意两国间密切稳定的经贸联系和全方位、宽领域、多层次的互利合作格局,为工商银行深入服务中意两国客户和促进双边经贸往来提供了良好环境。罗马分行开业后将依托集团的资金、网络和技术优势,为中意两国企业和金融机构提供优质的金融服务。

(李欣)

华夏银行 推出国内首家手表银行

本报讯近日,华夏银行依托苹果手表的应用特性,为客户提供余额查询、网点查询、信息推送等金融服务,成为国内首家推出的真正具备金融服务功能的手表银行。

据了解,手表银行的操作十分方便。客户只需添加华夏银行移动银行APP,绑定设备就可以使用。绑定成功后,点击华夏银行图标即可进入手表银行服务页面,可轻松查询移动银行里已添加的华夏卡的账户余额和到自己最近的网点地址等。手表银行同时为客户提供从客户所在位置到网点的交通路线导航功能。

华夏银行电子银行部相关负责人表示,将传统金融服务与智能可穿戴设备结合是手表银行的一大亮点,也是华夏银行布局智能可穿戴设备领域的重要举措。

(华郑)

中心医院医联体脊柱骨科挂牌

本报讯(记者 汪辉 王治)日前,郑州市首家医联体——“郑州市中心医院医联体”脊柱骨科正式挂牌,医联体共涵盖70家医院遍布郑州市西南城区和中原、高新、上街、二七4个区和新郑、新密、荥阳、中牟和登封5个县(市)。

医联体内成员医院如果首诊遇到脊柱骨科疑难病患者,可以直接预约郑州市中心医院医联体的脊柱骨科号。医联体成员遇到骨科急重症时,还可请郑州市中心医院医联体脊柱科的专家会诊、手术,实现“患者不动技术跑”。

据悉,郑州市中心医院医联体在地域上互补性较强。今后还将根据各成员医院的需求和医疗水平,向医联体成员提供个性化、规范化的技术帮扶、科研支持和人才培养等一系列扶持。

“翻白眼”不能根治近视

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 王佳男)近日,一篇关于“翻白眼能根治近视”的文章在微信朋友圈里广泛传播,专家提醒,切勿盲目跟风。

郑州人民医院眼科副主任医师王艳青介绍,近视的原因有两个,一是遗传因素造成的,这种近视目前还没有确切的治疗方法。另一个是后天因素,这类患者由于长时间、近距离视物,导致眼睛眼轴过长,可以通过佩戴框架眼镜、角膜接触镜或者激光手术来治疗。睫状肌调节痉挛导致的近视被称为假性近视,可通过眼药水松弛睫状肌来改善症状。

“如果是为了让眼睛放松,那么可以做一做,如果寄希望于控制近视,这是不现实的。”王艳青说,预防近视,最重要的是养成良好的用眼习惯,多休息,多参加户外活动。预防近视要在养成良好的习惯之余注意定期到医院检查,随时关注自己眼睛的情况。



日前,首届“服务百姓、健康河南”微电影展暨市骨科医院微电影《温暖的骨头》开机仪式在郑举行。

丁友明 摄

图片新闻

近日,郑州华夏视觉眼科医院启动“孝动绿城,爱在重阳”白内障免费筛查公益活动,凡年满65周岁的白内障患者均可报名申请免费手术。

丁友明 摄



校园速递

德化街小学 微课堂开播

本报讯为了顺应时代发展潮流,二七区德化街小学倡导的微课堂于近日正式开播。据介绍,“微课”是按照新课程标准及教学实践要求,以视频为主要载体,记录教师在课堂内外教育教学过程中围绕某个知识点或教学环节而开展的精彩教学与学习活动全过程。为教师打造微课堂平台,给教师提供最新的微课堂信息,是德化街小学努力发展的方向。

学习中,老师们了解到微课堂的主要特点:教学时间短、教学内容精、教学容量小、教学主题突出、教学内容具体、传播多样化、成果简单化,且反馈及时、针对性强。目前,该校赵晶晶老师、罗珍老师的微课已经和公众见面,学校全体教师将携手热爱教育的人士,共同开启博雅教育的新篇章。(张震)

七十一中 参加航模竞赛 学习航空知识

本报讯近日,在刚刚结束的2015年河南省传统项目学校航空航天模型竞赛中,七十一中的学生在竞赛中稳定发挥,取得优异成绩。在竞赛间隙,社团指导老师吴帅和霍淇龙带领社团成员,参观学习真飞机,为学生普及航空飞行知识。

据了解,航模活动是郑州第七十一中学的传统社团项目,在航空模型的设计制造中,学生要学会运用无线电、空气动力学、电动机等多学科的知识。航模活动作为一项传统的科技活动,在培养学生的过程中,发挥着积极正面的巨大能量。七十一中长期坚持对学生的素质教育和特长培养,积极开设航模特色课程,坚持在校内开展丰富多彩的航模活动。学生亲手制作航模翱翔蓝天,能增强他们的自信心、锻炼自我纠错能力。(毛静)

东风路小学 安全督导员持证上岗

本报讯为了建设安全、文明、和谐、愉快的校园环境,10月19日,惠济区东风路小学校园安全督导组正式成立。校园安全督导组由各班的安全督导员组成,从本周起这些同学将戴上红袖箍活跃在校园里,肩负起校园安全督导检查的任务。

在动员会上安全员代表高文浩发言:作为一名安全督导员,严格遵守《东风路小学安全岗位职责》,认真履行安全督导和安全检查工作,坚决制止校园内的不文明行为和安全隐患,为了建设安全、文明、和谐、愉快的校园环境做出自己的贡献。(王中华)

文化路一小 旗中小世界 舞动大未来

本报讯10月17日,由国家体育总局、国家教育部体卫艺司主办,金水区教体局承办的“全国啦啦操大赛开幕式”在华北水利水电学院举行,金水区部分学校的艺术特色项目参加了开幕式展演,文化路第一小学的“旗·舞”荣幸地作为开场节目精彩亮相。

据介绍,文化路一小“旗·舞”团成立于2013年,是河南最早的一支旗舞表演团队,同时也是文化路第一小学具有鲜明特色的品牌社团。该团秉承“让生命幸福成长”的学校办学理念,以“旗行快乐,舞动精彩”为宗旨。社团活动以“彩旗”为舞蹈器械,在训练中融入芭蕾和传统儿童舞等多种动作技能,使团员在舞旗的过程中,提升艺术气质。(蔡旭东)

逸夫小学 法制教育进课堂

本报讯10月16日,管城回族区逸夫小学邀请管城区人民检察院检察官兰岚走进校园,给四年级的同学们上了一堂精彩的法制教育课。

课堂上,兰岚运用多媒体课件,结合自己的工作经验,通过翔实的案例向同学们诠释了何为不良行为、何为违法行为、如何规范行为,做一名遵纪守法的小公民。这节课,进一步增强了学生们的法律意识,规范同学们的日常行为,为同学们做一名知法、懂法、守法的好少年起到了促进作用。(高翠香)

新建幼儿园 开展爱心捐款活动

本报讯为了大力弘扬中华民族扶贫济困、乐善好施的传统美德,金水区新建幼儿园于近日组织开展了慈善爱心捐款活动。

活动中,园长郭敏向大家发起倡议,倡议大家捐出一天的工资,献上自己的一份爱心。家长和孩子们也纷纷捐献爱心,共募集善款6811元。善款虽不多,但表达了全体新建人积极参与慈善事业、人人奉献爱心的情怀。本次活动的开展,不仅促进了郑州慈善事业的发展,更彰显了新建园团结互助、扶贫帮困的精神。(赵阳)