

服务保障 群众有“医”靠

全市基本医疗保险参保人数达963.42万

8月27日起

3条公交线路恢复原线通行

本报讯(记者 王红)截至今年7月底,郑州市基本医疗保险参保人数已达963.42万。昨日,记者从郑州市医疗保障中心获悉,今年1至7月份,郑州市医保经办工作不断优化完善,年度既定的医保经办领域重点民生实事稳步落实,医保便民利民惠民成效凸显。

多项医保“一件事”落地生根

今年以来,全市医保部门全力推动落实“高效办成一件事”的部署,积极推动跨部门政策对接、标准对齐、数据共享与业务协调,全面实现包括“新生儿出生”“职工退休”“医保信息查询”在内的多项医保“一件事”落地生根。

推动新生儿业务“集成办”。针对新生儿出生前后,新生儿家庭可能面临的一系

列医疗保障问题,在“新生儿出生一件事”的基础上,进一步加强业务融合,实现新生儿参保、信用就医、生育待遇结算、亲情账户绑定、个人账户家庭共济、医保信息查询等“六事联办”,出生医学证明签发、预防接种证办理、出生登记、城乡居民医保参保登记、社会保障卡申领、科学育儿指导等“六证联审”。目前,郑州市“新生儿医保业务集成办”试点工作已覆盖15家定点医院。

推动退休业务“联合办”。坚持窗口集成、业务集成、服务集成,实现职工养老和职工医保“在职退休”业务一窗联办、一单联审,群众通过“一个点位”“一个流程”“一个标准”即可同步办理退休审批。目前,市、县两级17个政务服务中心的医保、社保联合窗口均可“一站式”办理退休业务。

持续提升医疗保障待遇

今年以来,我市持续扩大医保“覆盖面”,稳步实施基本医保参保扩面工作,全面加强全民医保体系建设。允许新生儿以其父或母任意一方在郑州市的参保关系参加郑州市基本医保;继续实施“立缴立享”“全国就医免备案异地”“门特待遇无缝衔接”“缴费年限挂钩折算”等更加优惠的大学生医保政策;推动灵活就业人员参保生育保险,确保各类人群都能够全方位享受更高质量、更加全面的医疗保障。

同时,我市民生“保障力”持续提升。将居民医保门诊统筹标准由150元/年提高至300元/年,使用范围扩展至所有定点医院;将女职工生育三孩的费用纳入生育保险范围,将城乡居民自然分娩补助标准由700元调整为1000元,剖宫产由1600元调整为

2000元;将“双通道”定点零售药店数量从7家增加到42家,门诊特药从214种增加到259种,推动更多救命救急的好药纳入报销范围。

医保“体验感”持续增强。全面落实“省内就医无异地”、“跨省异地就医备案即时办结”、“异地就医费用”一站式直接结算”等便民措施,在国家规定的5种跨省异地就医门慢特病直接结算病种基础上,进一步确定31个门慢特病省内异地就医直接结算病种,为群众外出就医提供最大便利。试点推进“信用就医”服务,引入金融机构授信服务,为每名有需要的参保人设定2000元至20000元不等信用额度,通过医保报销、个人账户或家庭共济账户支付、信用支付紧密衔接,实现就医购药全过程“无感”支付,有效缓解参保患者的费用压力。

本报讯(记者 张倩)昨日,记者从郑州公交集团获悉,根据地铁6号线工程进度,淮河路(勤芳街—大学路)已施工改造完毕,郑州公交定于8月27日起,恢复20路、203路、Y2路淮河路大学路区域线路走向。

具体信息如下:20路(尖岗村一火车站西广场),恢复后途经道路:丹青西路、西三环、航海路、秦岭路、沁园路、桐柏南路、淮河路、交通路、陇海路、京广路。开往火车站西广场方向撤销站:人和路淮河路、大学路政通路。开往火车站西广场方向恢复站:淮河路曹寨。

203路(凯旋路公交站—汽车客运南站),恢复后途经道路:建设路、伏牛路(下行协作路)、中原路、桐柏路、淮河路、大学路、航海路、京广路。开往汽车客运南站方向撤销站:人和路淮河路、龙跃时代社区。开往汽车客运南站方向恢复站:淮河路曹寨、大学路政通路。

Y2路(郑密路公交站—火车站北港湾),恢复后途经道路:郑密路、南三环、西三环、航海路、秦岭路、淮河路、京广路、正兴街、福寿街、兴隆街。开往火车站北港湾方向撤销站:人和路淮河路。开往火车站北港湾方向恢复站:淮河路曹寨。



市民热线

锁门半月有余 市民如厕不便

回复:正协调解决水电费用及管网问题



“公厕天天锁门(如图),半个多月了,什么情况?附近商户和居民如厕非常不方便!”近日,有网友向郑州日报“市民热线”反映,郑航街淮南街交叉口东北角公厕锁门超过半月,周边商户和过路行人如厕不便,希望相关部门尽快排除故障重新打开方便之门。

8月22日上午,记者在郑航街淮南街交叉口找到了该处公共卫生间,这一临街建筑外路面整洁,但大门紧闭,悬挂着一块“公厕停用,暂停开放”字样的通知牌,让一些想要就近如厕的人不得不离开。

郑航街与淮南街交叉口附近有亚星盛世雅居三期、锦华小区、玫瑰花园、郑飞小区东区等多个居民生活区,并有兴华小学东校区、多个农贸市场及建材市场,路口及周边道路车流量、人流量较大,该处公厕的使用频率较高,也曾为大家提供了不少方便。

对于公厕关门的原因,一位自称管理员的男子表示,公厕内设施完备,此前运营正常,半月前因水电问题停止运营,情况已经上报给领导,现在可能正在协调处理问题,他则是按照要求继续在已关闭的公厕外值守。

11时40分,二七区城管局相关工作人员对此问题进行回复,称该处公厕除存在水电结算问题外,周边管网也需要检修排除故障,目前管网检测和水电费用处理正在提报维修和协调当中,暂不清楚重新开门的日期。

此外,对于公厕关闭后管理人员仍然值守的情况,工作人员解释管理员属于低收入群体,不在岗的话就没有工资和收入来源,而督查部门也会对公厕开放便民的情况进行巡查。另外,还涉及在岗值守及问题解释的问题。

本报记者 汪永森 文/图

垃圾积存无人清 街头游园该打扫

回复:近两天组织清理

“公园里垃圾遍地,持续好长时间无人清理,早晚都有人在这里休闲玩耍,看着满地垃圾心情都受影响。”近日,市民丁女士向郑州日报“市民热线”反映,京广快速路与粮仓北一街交叉口西侧生态廊道及绿地游园内,生活垃圾连日积存影响市容。

8月22日10时,记者来到京广快速路与粮仓北一街交叉口西南角和西北角区域草木生长茂盛,成片的绿地和清凉的廊道引得不少老人和孩子前来休闲,但廊道边沿设置的垃圾桶已被塞满,周边的地面也散落着各种生活垃圾。

“十几天都是这样,廊道和草坪上都是垃圾,饮料瓶、塑料袋、碎纸片都有,早该清理了。”丁女士说,100多米长的两段廊道和绿地近期缺少管理,游园市民产生的生活垃圾不但塞满了垃圾桶,绿地草坪内也有星星点点的塑料袋和碎纸片,希望加大清扫和转运垃圾的力度。

10时40分,记者将问题反映给惠济区刘寨办事处区域发展中心,工作人员表示将与相关部门联系,上报该区域生态廊道和游园草坪垃圾积存的情况,督促尽快完成清理,给周边居民创设干净的游园环境。

11时30分,记者将京广快速路与粮仓北一街交叉口周边廊道和游园内垃圾积存的问题反映给惠济区林业和园林局,工作人员表示已收到市民有关该问题的反映,问题的出现可能与近期管理交接出现的空当有关,这两天已经开始组织清理。

本报记者 汪永森

给您提个醒

开学在即 “一钟一会一境”帮孩子收心

心理专家:预留“心理缓冲区”避免急刹车

本报讯(记者 王红 张勤)暑假进入尾声,全市中小学生在即将迎来新一阶段的学习生活。新学期来临,学生如何才能“元气满满”投入校园生活?心理专家建议:从“假期模式”切换到“开学模式”,孩子们会面临一些不适应,这需要家长和孩子一起调整,提前预留“心理缓冲区”,做好收心准备,避免急刹车。

郑州市实验高级中学专职心理老师、郑州市心理学教研中心组、郑州市学术带头人鲁帅建议,新学期开学前,家长们可以通过“一钟一会一境”来帮助孩子做好收心准备。

“一钟”,“钟”指的是生物钟,帮助孩子调整生物钟,规律作息。从现在开始到开学前,家长可以循序渐进地帮助孩子调整作息,规律饮食,注意小步前进,比如孩子在假期里常常晚上12点以后才睡,第二天快中午才起,那就可以跟孩子约定早睡早起半个或一个小时,让生物钟逐步恢复到正常作息。

“一会”,“会”指的是家庭会议。在假期快结束的时候,一家人在轻松的氛围下开一个家庭会议。聊聊假期,梳理下假期的收获或遗憾;聊聊新学期的期待,想见的同学老师;聊聊目标,家长可以和孩子共同制定一个小目标,再讨论下如何达成。在家庭会议的聊天中帮助孩子做好迎接开学的心态转换。

“一境”,“境”指的是环境。家长可以鼓励孩子重新布置卧室和书桌,还可以带孩子一同选购书籍、文具等,也可以通过给孩子写一封信、举行假期告别仪式等,总之是在充满仪式感的环境创设中,帮助孩子做好沉浸式开学准备。

除了“一钟一会一境”之外,特别想提醒各位家长,收心工作一定要坚持“循序渐进”的原则,避免“断崖式收心”“紧箍咒式收心”,要用一种温和、理解、包容、不激进的方式,用正面的情绪和话语,帮助孩子一步一步地收心。

心理专家表示,开学前,同学们心情多多少少会出现一些变化,

可能会有期待,也会有不安、焦虑、担忧,更多的可能是多种情绪夹杂在一起,这其实都是开学前正常的心理表现。如果出现负面情绪,首先学会接纳,也就是接纳当前可能产生的所有情绪,不着急压制它,评价它,比如“我感到有些担忧,是因为我在假期里有些摆烂,我担心开学学习跟不上……”当情绪被看到、被接纳时,它就更容易被理解和调整。

此外,新学期伊始,孩子们还容易出现的一个问题就是“专注力”。不少同学在假期会接触电子产品,甚至出现“沉迷”,到开学就容易出现“戒断反应”,表现为注意力不集中、打不起精神、嗜睡、学习没兴趣等情况。那如何避免这种情况呢?同学们可以从现在开始有意识地使用“隔离法”“等待10分钟”“丰富休闲生活,转移注意力”三种方式帮助自己积极收心。如果仍旧无法改善自己的状态,要学会求助,可以向班主任老师、家长、心理老师、同学倾诉,获得支持。

郑州机场:不同航司免费行李额不一样

18家可免费托运20公斤 10多家实行差异化行李服务

本报讯(记者 张倩)昨日,记者从郑州机场了解到,8月20日以来,郑州机场日均航班量一直保持在650架次以上,T2航站楼出发大厅内,各值机柜台、安检大厅等区域都有旅客在办理各种手续,其中在值机柜台,常有一些旅客的行李因为重量、大小等问题出现一些状况,其中主要集中在免费行李问题上。目前在郑州机场运营的客运航空公司中,有18家航空公司都有国内免费托运20公斤行李的政策,有10多家航空公司则实行差异化行李服务,对旅客的免费行李额规定各有不同。

今年7月底至8月中旬,郑州机场日均发送旅客超过9万人次,其中从郑州机场出发的旅客中,平均每天1.5万件行李需要托运,对于这些行李的托运,各航空公司的免费行李托运费政策不尽相同。其中,中国国际航空、东方航空、南方航空、深圳航空、厦门航空等18家国内航空公司国内经济舱含有20公斤免费托运行李。

根据目前了解的信息,湖南航空、长龙航空、东海航空、江西航空等10多家航空公司根据舱位、票价折扣的不同,提供差异化行李服务。

郑州机场运管委提醒说,行李托运的收费主体是各航空公司,对于乘客来说,建议在购买机票时向购票渠道询问以下的信息:自己乘坐的航班,哪个公司有免费行李额,哪个公司是差异化行李服务,加收的行李费标准是多少?如果是差异

化行李服务,航空公司就会根据行李总量加收行李费,因此,在购买时问清免费行李额,如果没有免费行李额,加收行李费后综合票价如何,以此来确定购买理想的航班机票。

乘坐飞机时,为了飞行安全,目前,中国民航业对三超(超大、超重、超件)行李进行严格管控。为最大限度减少行李原因对航班运行效率和旅客出行体验的影响,今年暑运期间,郑州机场针对客流群体的变化,围绕旅客行李采取了多项举措:将行李的服务前置。在T2航站楼内的值机区域、安检闸机口等明显位置,增加行李测量设备及提示牌,并归纳总结航司的标准,设计制作二维码,方便旅客及时查询到准确信息。

文明旅游

游客和公园的“双向奔赴”

本报记者 裴其娟 通讯员 魏翔

暑期最后几天,城市公园成了不少家长和青少年游玩放松的好去处,记者22日上午在碧沙岗公园看到,公园管理井然有序,人们游园文明有礼,一幅其乐融融的和谐画面。

金秋时节,正是各种果树挂果的季节。从公园北门进入向西,路两侧的海棠树结满了青里透红的果子,却无人采摘。漫步在碧沙岗公园,绿树葱茏、芳草茵茵、鸟语花香。在大草坪共享绿地、公园西南部的儿童友好区域,三三两两的家长带着孩子在玩耍,但无人乱丢果皮纸屑,草坪如绿毯,保持得十分整洁。园内有多处免费提供开水的饮水机,一些游客在接水时也有序排队,未见浪费开水的现象。公园主环路上,不少市民在健身,林荫下,游客有的在唱歌,有的在健身……所到之处,路面十分干净,随地吐痰、乱丢垃圾的现象几乎销声匿迹。

游客和公园的“双向奔赴”,是公园打造安全、舒适、文明游园环境的“密码”。碧沙岗公园开展常态化文明引导志愿服务活动,提醒游客保持环境卫生、遵守秩序、尊重他人,让文明游园深入人心。记者在采访时也看到,嵩山路、建设路沿线各入口处,张贴有“游园须知”和“禁止车辆、宠物入内”提示牌;环路两侧草坪内,“文明游园”“爱护小草”等公益广告、温馨提示语处处可见,还有志愿者热心帮助坐轮椅的游客;棕榈园公交港湾、西门公交港湾、牡丹园西侧小入口,公园在提升改造时新建的3处非机动车停车场,人们自觉地把非机动车停放得整整齐齐。

“毛坯的人生 精装的朋友圈”是个啥梗?

本报记者 李娜 陶然 通讯员 张丽新

登山累得要缺氧,朋友圈:“轻松拿捏。”赤脚蹚水踩沙石,冷得浑身发抖,朋友圈:“生机勃勃。”近日,“毛坯的人生VS精装的朋友圈”全网火爆,网友主打一个“我的生活可以一地鸡毛,但朋友圈必须岁月静好”。那么,网友是如何“精装修”自己的朋友圈的?为何“精装修”朋友圈受到无数人的追捧?我们又该如何面对“毛坯”与“精装修”的人生?

圈内是“童话”圈外是“生活”

暑假来了,大一的杨杨很早就和朋友制定好了去韩国游玩的出行计划,但真正玩起来,才发现“吃不惯,到处都是人,语言也不通”,一系列的问题导致此次出行不尽如人意。但翻看杨杨的朋友圈,车水马龙的街景、精心P过的图片、文艺感拉满的文案……诗意与美好让人心驰神往。

“我只是觉得这样有面子,而且能充实自己的心情,看到这些自己心情都能变好。”杨杨告诉记者。

刘阿姨对养花情有独钟,她的朋友圈全是她在各种花丛中照的美图,配上小清新的文案,单看刘阿姨朋友圈的人都会觉得刘阿姨活得阳光白雪,殊不知刘阿姨每天也和大家一样,早上起来拎个菜篮子买新鲜便宜菜,骑车接送孙子上下学,闲来无事拿着马扎在院子里和朋友们聊家长里短。

但刘阿姨是少有的分得清现实与虚拟的人:“朋友圈是给别人生活的,自己日常的生活才是最真的。”

朋友圈精心营造“出圈”人设

“把自己的朋友圈过得光鲜亮丽有面子,自己也是经常翻看过往图片、状态,看到大家点赞,我的内心会得到极大满足。”90后的丽丽告诉记者。

对于上班族阳阳来说,发朋友圈前精心策划、反复编辑,回复评论时字斟句酌,甚至连每个表情的使用都经过慎重考虑早已成为常态。

“因为朋友圈加的领导和同事比较多,所以每次发朋友圈都瞻前顾后,生怕给大家留下不好的印象。”阳阳无奈地说道。

独自一人上班5年的芳芳工作压力大的时候,经常会自己跑去装修精致的小资咖啡厅,点上一杯咖啡、一份甜品摆拍一番,一坐就是半天,只为“出片”。

“因为家人、朋友都不在身边,朋友圈是我唯一和他们建立情感的桥梁,每次看到他们的点赞、评论都会安慰到我。”芳芳告诉记者,这样的联系让她获得了一些生活的能量。

真实面对才是最好的生活态度

在河南财政金融学院心理学专业教师、国家二级心理咨询师徐爽看来,每个人都有自己的生活方式和追求幸福的方式,无须攀比,也无须让别人来评判我们的美好与否,要珍惜自己的努力和付出,欣赏自己的成长和进步。因为,当你以温热的心态欣赏、点赞朋友圈的一切动态,你才会从美丽的自拍、精致的日常中看到温暖的传递,而你自己也会成为温暖的一部分。

“‘精装修朋友圈’反映的是数字时代的‘积极营业’,尽管有时候有些失真,但也是想营造美好形象和人生态度的个人自由,倒也无可厚非。”徐爽也表示,我们也要防止过度“装修”而产生的内耗、内卷等消极心态。