

医保门诊共济政策解读

在家庭成员中,通常年轻人的医保账户会大量结余,而年老体弱者负担较重,如何把个人账户变为家庭账户、提高个人账户使用效率、扩大医保受益面,是很多市民关心的问题。

2022年7月,上海市正式启动医保家庭共济组网,历年账户有结余的职工医保参保人可以通过组建家庭共济网,将本人个人账户的历年结余资金拓展到给配偶、父母及子女等家庭成员共济使用。对于这项医保政策,家庭如何共济、如何报销等具体操作环节成了市民最关心的问题。

问:什么是一个账户家庭共济使用?

答:个人账户家庭共济使用,是指职工医保个人账户的历年结余资金,从仅限职工本人使用,拓展到可以给配偶、父母及子女等家庭成员使用。

问:什么是职工医保个人账户历年结余资金?如何查询?

答:当年账户资金,是在每年7月1日一个医保年度起始时,计入医保个人账户的资金;历年结余资金,是在次年6月30日年度末清算后,按规定结转至医保个人账户的资金。

可通过随申办(包括“随申办市民云”APP、随申办微信小程序、随申办支付宝小程序)自助

查询“医保金”,手机界面会显示“当年账户余额”和“历年账户余额”。医保经办服务窗口也可查询。

问:家庭共济后是不是指个人的社保卡(或医保卡)可以给家里人用?

答:不是的。家庭共济后,参保人仍用自己的社保卡(或医保卡)就医或者购药,享受本人的职工医保或城乡居民医保待遇。

问:家庭共济网的组建人、共济成员需要满足什么条件?

答:家庭共济网的组建人,需满足三个条件:

本市职工医保参保人;历年账户资金有结余;职工医保账户可正常使用。

家庭共济成员,需要满足两个条件:

应当是组建人的配偶、父母、子女;有本市医保,包括职工医保、城乡居民医保参保人。

参加本市市民社区医疗互助帮困计划的人员也可作为共济成员,按规定使用家庭共济资金。

问:共济成员使用家庭共济资金,有使用限额吗?

答:家庭共济网组建后,系统默认将组建人的全额个人账户历年结余资金作为家庭共济资

金,且没有使用限额,用完为止。

问:参保人员可以同时加入多个家庭共济网吗?

答:不可以。每个参保人员在同一时间段只能加入一个家庭共济网,如需变更,可以退出后加入新的共济网。

问:共济成员是否可以将本人的历年账户结余资金共济给其他成员使用?

答:不可以。只有组建人可以将本人的历年账户结余资金共济给共济成员使用,共济成员只能使用家庭共济资金。

问:家庭共济资金有哪些使用方式?

答:家庭共济资金的使用方式有两种:一是共济支付;二是共济缴费。

问:什么是共济支付?什么是共济缴费?

答:共济支付,是指家庭共济资金可以支付共济成员在定点医院或药店发生的医保报销后的医疗费用,不包括自费费用。

共济缴费,是指缴纳城乡居民医保参保费、购买“沪惠保”等。

来源:区医保局



科普

“郁金香有毒”居然是真的

郁金香有毒吗?和郁金香拍照会中毒吗?不能将郁金香放在室内养护吗?……不少市民都有这些疑虑,这些说法都是真的吗?市绿化市容局来解答。

郁金香确实含有有毒物质,但是不接触皮肤不会造成伤害。郁金香所含的有毒物质主要有两类——凝集素和郁金香素。

如果不慎误食郁金香,凝集素会刺激消化道,造成恶心、呕吐、唾液分泌过多等中毒症状。郁金香素主要分布于郁金香的鳞茎和茎叶中,是人类的过敏原之一,与皮肤接触可以引发皮炎,造成皮肤起疹甚至水疱,而且皮炎的发作部位不限于皮肤直接接触郁金香的部位。此外,郁金香素还可以造成指甲发脆等甲部病变。

然而,无论是凝集素还是郁金香素,都是不能挥发的。所以,和郁金香打卡拍照不会中毒,郁金香也可以放在室内养护。郁金香的生物碱不会扩散到空气里,也就是说“人花共室”不会引起中毒的情况。

一般情况下触摸郁金香不会引起中毒现象,只有在人类皮肤破裂,又正好接触到郁金香汁液,有毒物质进入伤口,且达到一定量,才有引起中毒的可能。只要在注意不让小孩、老人和宠物误食的前提下,市民可以在家中安心种植郁金香。

来源:“上海发布”微信公众号

这些东西,不能放进空气炸锅

空气炸锅作为厨房新晋“神器”,已成为不少市民制作美食的“新宠”。但有市民发现,自己在使用空气炸锅的过程中发生了自燃,该如何避免呢?

空气炸锅工作原理

1.空气炸锅上方的加热器产生高温热风,通过对流的方式到达食物表面,再通过热传导烹熟食物内部。2.炸锅内部,热空气快速循环,迅速加热。3.食物位于带孔的篮子中,增加与热空气的接触,表面水分迅速烘干,达到焦脆的口感。

为什么空气炸锅会着火

空气炸锅工作时温度很高,烘焙纸、吸油纸这些燃点较低、重量较轻的纸,在空气炸锅里使用时,如果没有被食材完整覆盖,可能会被热风卷起,触碰到发热管被点燃,导致起火。

哪类东西不建议放进空气炸锅加热

不能放外壳封闭的食物,如蛋、栗子等有爆裂烫伤的风险。此外,空气炸锅可以放耐热玻璃和不锈钢器皿,不能放普通玻璃和塑料容器。

来源:《人民日报》

美食

春日花酥

春天和花花草草很配,不妨做一道高颜值点心——春日花酥。

食材:高筋面粉60克,低筋面粉45克,白糖5克,猪油22克,豆沙适量。

做法:1.将高筋面粉、白糖、猪油和适当纯净水混合均匀制作油皮,将低筋面粉和猪油混合均匀制作油酥,分别用保鲜膜包好放入冰箱冷藏备用;2.将豆沙馅料按照24克一个,将油皮按照18克一个,均分好备用。3.在油酥里少量多次加入红色的果粉,揉搓均匀,按照个人喜好调整颜色深浅;4.将染好色的油酥按照每11克分好,在油皮里包好上色的油酥搓圆,用擀面杖压长条卷起备用;5.将面皮压平加入豆沙馅料,在面饼中央用工具压一个圆做花心,用刀划出花瓣,将边缘捏圆润,放入烤盘;6.在花心处刷上蛋黄液,花心周围刷上红色果粉液,增添层

次感。最后在花心撒上桂花干作花蕊,放入烤箱180度烤15分钟即可出炉。

来源:“上海嘉定”微信公众号

沙茶排骨煲

繁忙的生活中,总有一些味道能触动心灵,充满家常味的沙茶排骨煲就是其中之一。

食材:排骨250克,玉米150克,香菇50克,1包汤底调味料,400毫升水。

做法:1.排骨切小段,放清水中煮出浮沫,捞出沥干水分备用;2.小火热锅,倒入适量花生油,放入冰糖炒出糖色,倒入排骨,翻炒至上色均匀;3.加入汤底调味料和400毫升水,煮沸;4.加入玉米、香菇等,煮熟即可食用。

来源:“上海嘉定”微信公众号

出行

绿色出行,邂逅一波新地标

近期,上海又有不少地标陆续落成对外开放,为这座城市的繁荣版图上再添绚丽的色彩。让我们乘坐公共交通,绿色出行邂逅申城美好春日。

嘉定档案馆新馆

嘉定档案馆新馆建筑融合了嘉定独特的竹刻艺术和档案案卷的概念。整个建筑外形犹如一本缓缓打开的图册,典雅别致的同时也以“册”之形,隐喻了档案和纸张的意象;外立面竖向线条的肌理,则体现了嘉定竹刻的坚韧精神。

地址:嘉戬公路116号

交通攻略:乘坐轨交11号线至嘉定新城站,出站后换乘公交嘉定1路或嘉定14路,至嘉新公路叶城路站下车。

嘉源海美术馆

嘉源海美术馆坐落在马陆镇大裕村的阡陌乡间,由世界著名建筑设计师安藤忠雄亲自操刀设计。建筑由南、北两个相对独立的长方体建筑构成。北栋是艺术公共区域,南栋为艺术品展陈空间,中间以阶梯广场相连,造就出建筑单体之间错落丰富的层次感。

地址:嘉定区大治路39号

交通攻略:乘坐轨交11号线至马陆站,出站后换乘公交嘉定101路,至大裕村站下车。

宝钢工业创享园

前不久,上海市宝钢工业创享园开园,以全新的面貌向社会大众开放。宝钢工业创享园区位于东海之滨的宝钢股份宝山基地,总占地面积为21平方公里。

正确广场、宝钢历史陈列馆、初心火车、拾光驿站、犇牛花田、钢铁荣誉林、闲趣荷苑、钢路蓝缕、滨江景观长廊、哨兵动物园……这座钢铁花园既拥有工业史诗的震撼,也拥有4A级景区的靓丽。

地址:宝山区牡丹江路1900号

交通攻略:乘坐轨交3号线至友谊路站,出站后步行或骑行可达。

新象限·武夷

作为长宁区武夷路城市更新重点项目之一,“新象限·武夷”占地面积3774平方米,建筑面积约1.2万平方米,融合现代简约和海派风情。5幢建筑组成了集人工智能、文化创意、商业办公于一体的开放式产业园区。

地址:长宁区武夷路155号

交通攻略:乘坐轨交2号线、11号线至江苏路站,出站后步行或骑行可达。来源:“上海交通”微信公众号

清明长途客票开启预售

清明将至,扫墓祭祀、踏青出游和返乡等客流逐渐增多。为方便广大旅客高效快捷购票出行,嘉定长途客运站即日起开始预售清明期间长途客票,直至4月6日(含当天)。

购票须知

1.实名购票:旅客购票时需提供有效身份证件,一张有效身份证件在同一车次只允许购买一张实名制车票,检票上车时旅客应出示有效客票和本人身份证件,配合工作人员查验。有效身份证件包括:居民身份证、临时身份证、户口簿、机动车驾驶证、护照、港澳通行证、台胞证、军官证、警官证、士兵证等;

2.儿童免票、半票政策:根据交通部《道路运输价格管理规定》,每一成人乘客可携带1名6周岁(含6周岁)以下或者身高1.2米(含1.2米)以下、且不单独占用座位的儿童免费乘车,需单独占用座位或者超过1名时超过的人数执行客票半价优待,并提供座位;6周岁—14周岁或者身高为1.2米

1.5米的儿童乘车执行客票半价优待,并提供座位;

3.乘客可通过身份证件、临时身份证件、户口本等证明儿童年龄。但在客车满载情况下,免费乘车儿童数量不得超过核定载客人数的10%。

购票方式

乘客可前往上海嘉定客运中心(胜辛路3285号)的售票窗口进行现场购票。

乘客可通过服务热线:021-59167050(8:30—17:00)咨询,也可进入“上海嘉定客运中心”微信公众号、“嘉定行”App或访问官网:https://www.jdctky.com查询具体班次信息。

温馨提示

1.乘车旅客须带好身份证件,确保乘车时票证一致;

2.禁止旅客携带关于交通运输部及公安部公布的《道路客运车辆禁止、限制携带和托运物品目录》中的相关物品进站乘车;

3.打算出行的旅客务必提前购票,尽可能选择线上购票方式;

4.嘉定客运中心为旅客提供急救医疗箱、晕车药等相关便民用品。

来源:上海嘉定客运中心

办事

长三角档案便民服务“上新”

市档案局(馆)介绍,“出生医学证明档案查询”服务已上线长三角地区政务服务“一网通办”平台。这项便民服务覆盖上海、江苏、浙江、安徽三省一市的345家档案机构,长三角地区居民可通过长三角“一网通办”平台(https://csj.sh.gov.cn/govService/index)在线提出查档申请,并获取出生医学证明电子档案。其中上海可申请查询的出生医学证明档案的时间跨度为2008年—2021年。

来源:“上海发布”微信公众号

