

开学后记得为孩子做这件事！

少儿住院互助基金的集中参保缴费工作于9月1日正式启动

2024学年上海市中小學生、嬰幼兒住院醫療互助基金(以下簡稱“少儿住院互助基金”)的集中參保繳費工作于9月1日正式启动。目前每年有約240萬名0-18周歲的常住少年兒童參保。截至2024年5月,少儿住院互助基金已累計為243.3萬人次患病少儿支出住院和大病專科門診等費用達38.9億元,被家長稱為“生命綠卡”“少年兒童健康的保護神”。

少儿住院互助基金是公益性、非營利性的醫療保障互助基金。互助基金遵循互助共濟的原則,實行全市少年兒童住院和大病門診醫療費用的統籌、風險共担。是對上海市居民基本醫療保險制度(少

兒學生住院)的補充,也是在本市各類中小學校、幼托機構就讀的非滬籍少儿,非滬籍常住人員子女的一種主要醫療保障形式。

2024學年收費標準分兩個年齡段收取,具體標準:0-5周歲兒童(指2018年8月31日以後出生)每人170元,6周歲及以上兒童(指2018年8月31日及以前出生)每人150元。

享受待遇:目前,參加少儿住院互助基金的兒童因傷、病住院,其符合報銷規定的住院醫療費用,由基金按比例支付。(1)一般每人每學年住院累計最高支付為10萬元;(2)患大病住院和專科門診累計最高支付為20萬元;(3)患罕見

病特异性藥物治療累計最高支付10萬元;同時患大病和罕見病,累計最高支付20萬元。

線下參保登記與繳費方式:本市各中小學校和中職校在籍在冊學生、幼托機構兒童,可向所在學校、幼兒園專門設立的互助基金繳費窗口直接繳納參保費;散居兒童,需家長自行到戶籍所在地或《上海市居住證》積分通知書居住地址所屬的社區衛生服務中心繳費參保。

“一网通办”參保登記與繳費方式:通過隨申APP和支付寶隨申小程序(9月1日0時開通)、“一网通办”(9月5日左右開通)自助辦理。

(1)0-2周歲(指2021年8月31日後出生)未入托入園的本市戶籍兒童和《上海市居住證》達標積分人員同住子女,使用“上海市少儿住院互助基金參保繳費項目(0-2周歲散居兒童集中參保)”事項。

(2)托幼機構、學校完成符合參保條件人員名單上傳並通過初審後,名單內的學生使用“上海市少儿住院互助基金參保繳費項目(幼托機構兒童和在校學生集中參保)”事項。

少儿住院互助基金參保繳費、住院須知、結算規定、定点医院等基本政策,可登錄上海市紅十字會官網查詢。“一网通办”事項訂單問題可撥打12345熱線。 趙玉林

民生民声

秋季蔬菜种植 要做好前期准备工作

秋季气候条件较好,是适合多种蔬菜种植的季节。然而想要这些蔬菜长得好,不但要掌握好具体的播种时间、种植和管理方法,还要做好种植的前期准备工作。

别重茬

很多种菜新手对重茬不太理解,有的同一种蔬菜经常出现重茬种植,导致长势不好、病害多等问题。重茬,严格来说,就是去年在同一地方种植的豆角,今年春天不管种的是什么,到了秋天再种豆角就是重茬,其他蔬菜也是如此。因此,秋季种植蔬菜要先安排好茬口,尽量不要重茬,如果实在没有其他地方种植,在翻地时可以在底肥里混合微生物菌肥等。

种植前先翻地

秋季蔬菜,最好在种植的3天之前把土壤翻耕一遍,让强光暴晒几天,其中有很多好处,第一、深翻细耕能增加活土层厚度,疏松土壤。第二、通过太阳暴晒,能减少土壤中的一部分虫卵和病菌。第三、有利于蔬菜根系发育和生长。因此,秋天不管种植什么蔬菜,种植前先把土壤翻耕好,才能为蔬菜生长打下一个好的基础。

把肥料和种子准备好

种植蔬菜,种子和肥料是不能缺少的两种物资,必须要提前预备好。种子要根据当地气候和个人的喜好来选择,不要贪图便宜,要买正规原包装的种子,不要买散种子和分装种子。种植时所用的肥料也要提前准备好,尤其是有机的肥,要提前进行发酵和翻堆晾晒,避免用的时候湿度太大黏或有虫子。

看天播种

种植秋季蔬菜,由于温度高、光照强、雨水大,种植之前先看天,根据近期天气预报来安排种植。比如说:在种植时近两天有大到暴雨,那么就等下完雨以后再种,因为种完后如果下大雨,会导致土层发硬,种子出苗困难。如果说在种植时间之内,一时半会也没有雨,那么在种植时就需要多浇水,并且做好保湿工作。 朱卫林



不惧酷暑 励青年之志

暑假期间,亭林镇许多青年志愿者们不惧酷暑,纷纷走出家门参与到志愿服务中。他们奔赴田间地头、宅前屋后,不惧烈日炎炎,将青年力量注入到了“洁美乡村”行动中。他们用实干之为诠释着鸿鹄之志,将青春的汗水挥洒在亭林这片热土上,书写了无愧于时代的青春答卷! 镇团委/图/文

上海实施国内首个室外吸烟点标准规范

上海市地方标准《室外吸烟点设置与管理要求》今年5月25日由上海市市场监督管理局发布,并于今年9月1日起正式实施。这是国内首个室外吸烟点的标准规范。

据上海市卫健委介绍,该标准是健康上海行动专项(2022-2024年)的一项重要成果,也是推进公共场所“控烟行动三部曲”,即“室内全面禁烟、室外不吸游烟、吸烟请看标识”的一项重要举措。在加强室内全面禁烟和监管执法的基

础上,上海将强化室外不随处吸烟、不吸游烟的宣传倡导和疏导,吸烟应避免人群前往指定室外吸烟点。

该标准总结上海控烟管理的实践经验并参考国外相关做法,规定了室外吸烟点的选址、设施、标识、健康提示等设置要求,明确了室外吸烟点的日常巡检与维护等管理要求,有利于疏导和规范室外吸烟行为,减少室外二手烟和游烟对非吸烟者的健康危害,保护市民

公众健康,推动控烟精细化管理和健康城市建设。在室外吸烟点,将设置烟草烟雾危害健康警示和戒烟服务信息。

同时,在全市选取具有代表性的室外公共场所,如综合商圈、体育健身场地、公园绿地、会展文博场馆、交通枢纽、“一江一河”滨水公共空间等进行室外吸烟点示范建设,规范设置禁烟标识、吸烟点标识及引导标识,年底前将完成300个示范点建设。 张晓童

沪苏湖高铁沿线上海松江站年底将通车

日前,沪苏湖铁路项目全面启动静态验收工作,标志着该铁路项目主体工程已基本完成,全力冲刺年内建成通车目标。作为沪苏湖高铁沿线最大新建站——上海松江站将同步投入使用。当前上海松江站正处于建设的攻坚阶段,该车站总体建设进度已完成80%。当前,项目多重圆环造型屋面已基本搭建完毕,正在进行屋面幕墙施工。上海松江站是松江枢纽的重要载体,通项目过“三位一体”的方法,将新建站房、服务中心、既有松江南站等设计整合为一体,多重圆环循环依次展开形成南北、东西两条发展轴,与城市功能充分融合,成为大型“站城一体”综合交通枢纽。新站

房候车厅为高架候车厅,站场规模为7台19线,加上原松江南站2台4线,总规模为9台23线,设计最高聚集人数5000人,预计年客流量将达2500万人次。作为松江新城面向长三角的城市会客厅,松江枢纽包含了沪苏湖高铁、沪昆高铁和沪昆铁路,将通达长三角80%以上城市。

同时,松江区正推进松江国际多式联运物流枢纽建设,打造客货运“复式枢纽”布局。推进建设高效低成本的“公转水、公转铁、铁转水”松江国际多式联运物流枢纽,发挥松江区公、铁、水交通优势,依托松江客运枢纽,打造面向长三角、辐射海内外国际高端供应链和服务长三角G60科创走廊的门户物流中心。

未来,伴随着松江国际多式联运枢纽的启用,将以枢纽站为始发站,以沪昆铁路、沪昆高速公路为纽带,从上海松江和云南昆明双向发车,开通国际班列东南亚线,将芯片、机电仪器、新能源汽车等高科技高附加值产品,通过铁路和高速公路直通云南省磨憨、磨丁口岸,深入东南亚腹地,推进亚太跨区域资源高效流通和配置。

除了常态化开行国际班列东南亚线“中老班列-G60号”,松江区还将结合铁路石湖荡站建设引入“中欧班列-上海号”,形成“以中欧班列为目标,联动海运航运体系,紧密衔接高铁货运”的多式联运物流枢纽。 姚芳芳

健康科普

白露节气刚刚过去,你是不是已经感觉到早晚的凉意呢?俗话说“白露秋分夜,一夜凉一夜”,随着太阳直射点的南移,我国大部分地区的闷热正慢慢消退。昼夜温差的拉大,也代表着孟秋的开始,仲秋正式开始了,那么这个时节我们应该吃哪“三宝”呢?

莲子

秋季正是莲子成熟的时候,补五脏,对心、肝、脾、胃、肾都有好处。尤其是随着气温的不断降低,身体就会出现阳气不足的情况,吃莲子可以补阳、调五脏,增强人体的抗病能力。

推荐食谱:莲子芸豆杂粮粥;食材:莲子,花芸豆,大碴子,糯米,高粱米,麦片;做法:1、把所有食材混合,清洗后倒入电饭煲里。2、电饭煲设置杂粮粥2小时,中间再留出来4-5个小时的浸泡时间。3、早起的时候,软糯可口的粥就熬好了。

白萝卜

“白色入肺”,作为秋季的时令蔬菜白萝卜,是很好的食材。中医理论认为,白萝卜性凉,入胃经和肺经,可止咳化痰,还帮助消化,避免便秘的发生,是“蔬菜中的最有利者”。

推荐食谱:萝卜丝煎瘦肉汤;食材:白萝卜少半根,鸡蛋1个,猪瘦肉1小块;做法:1、把瘦肉和萝卜洗净后切成丝。2、炒锅里加植物油烧热,磕入鸡蛋煎成两面金黄的荷包蛋,倒入清水烧开。3、放入萝卜丝煮到软烂合适,关火出锅。

豆腐

在民间,一直有“金秋豆腐赛人参”的说法。豆腐作为豆制品里公认的健康食品,富含优质蛋白和钙质,在补身体增强体质的同时还清肺热,润燥不上火,秋季要常吃。

推荐食谱:猪肉豆腐炖粉条;食材:去皮肥瘦猪肉1小块,豆腐1块,粉条适量。做法:1、把去皮猪肉切薄片,豆腐切成块。2、炒锅里油烧热后,下入葱姜炒香,放肉片炒变色,加料酒去腥,放酱油炒上颜色。3、倒入清水,下入豆腐,上面铺上粉条,加盐调味,烧开后炖12分钟,即可关火出锅。

顾军

8月27日,上海市住建委、房管局和规资局联合发布《关于优化本市新出让商品住房用地套型供应结构的通知》。通知明确中小套型住房建筑面积标准有所提高,这意味着未来将有更多小户型住宅进入市场,以更好地满足改善型购房需求。

中小套型住房的建筑面积标准,多层为100平方米,小高层为110平方米,高层为120平方米,比原先分别多出10到20个平方米。调整依据来自本市人均住房建筑面积、家庭人口结构、住房套型的市场需求、住房建筑设计和施工等情况。

这将助推各楼盘项目推出户型更大的房源,也将增加户型设计方面的灵活性。 刘伟权

中小套型住宅推新政