

舞出健康 舞出快乐

——记市区阳光广场快乐广场舞队组织者冯志谦

●本报记者 薄秀芳

初冬,室外虽然有几分凉意,但是挡不住市民们的健身热情。每天17时左右,家住白城经开区的市民冯志谦将充好电的两个音箱搬到汽车上,开着车直奔阳光广场驶去。“2017年,我组建了快乐广场舞队,开展晚上健身活动。每天我都会在17点前到达阳光广场做好准备工作,主要是不忍心让队员们在哪儿等我。”冯志谦边开车边向记者介绍。

身为60后的冯志谦是一名普通的打工者,队员们都习惯叫他老冯。老冯为了拉两个音箱到广场,特意花费7万多元买了一辆汽车。在队员们眼中,老冯可是拿出了干事业的劲儿经营广场舞队。

很快,老冯开着汽车到了阳光广场。几位中年男女急忙迎了上来:“师傅您可来了,昨天新学的舞步怎么也踩不到点儿上,您得再教教我。”几个人边说边帮老冯从车上搬

下音箱。“没事儿,我就考虑到你们没学会,特意早点来教你们……”老冯麻利地打开音箱,然后伴着动感十足的DJ舞曲,开始教队员们跳基本舞步。这支广场舞队,无论是从衣着还是舞步的设计都充满时尚元素,极富感染力,吸引了众多市民驻足观看,跳了三四首曲子后,他们又跳起了曳步舞。“我近来身体有点状况,过段时间要做个手术,不适合跳动作太激烈的曳步舞,就由徒弟来领舞。我每天还坚持来是为了给大家带音箱,教新学员练基本动作。”看着带病依然坚持的老冯,记者不免心生敬意。

“我们这个‘快乐广场舞队’真的能给人带来快乐,不仅是健身,更能让我们找回年轻的感觉。老冯不仅跳舞的好,教的好,还很热心,连音箱一些设备的费用都不收,这有病了本应在家休养,但他依然坚持每天拉着音箱来教我

们跳舞。”队员邱丽光热情地介绍着。

据老冯讲,2016年夏天,他吃过晚饭后到广场散步,看到有人在跳曳步舞,他感觉挺有意思,就跟着学了起来,这样坚持了五六天,终于学会了。都说兴趣是最好的老师,老冯每天吃过晚饭后都在广场上跳,回到家后,自己还跟着手机里的视频学。功夫不负有心人,老冯的舞技突飞猛进,终于能完整的跳上几支曲子了,这份喜悦他无法用语言形容。2017年,老冯带着10多位舞蹈爱好者组建了快乐广场舞队。教跳舞需要有耐心,由于学员年纪参差不齐,有的人一个舞步连续教七八天都不会。他就针对每个人的特点,分门别类,因材施教。为调动大家跳舞的积极性,老冯利用网络认真学习,不断创新舞步,让舞队更具有吸引力。

身边的亲友都说,老冯这把年纪了愿意跳自己跟着玩玩也就得了,又组织又投入的图个啥呀?而老冯却说,人活一辈子,不能光为自己乐呵。若能为他人和社会做些有益的事,那样人生会更有意义。老冯是这样想的也是这样做的,他给更多的人带去了健康和快乐。



培育和践行社会主义核心价值观

市发改委 农工党白城市委

联合药企开展送医送药下乡活动

本报讯(杨立 记者吴冰)近日,由市发改委、农工党白城市委主办,步长制药有限公司协办的“健康在行动”——送医送药下乡活动在洮南市聚宝乡各村举行,为当地群众提供免费义诊、赠送药品,开展健康咨询服务。

活动当天,来自洮北区长庆社区医院、洮南市聚宝乡卫生院的10名专家及医务人员,免费为100多名群众提供内科、外科、妇产科、儿

科等方面的诊疗和咨询。步长制药有限公司免费提供3种常用药品,价值2万元。

据了解,此次活动是市发改委贯彻“不忘初心、牢记使命”主题教育开展的“四走进六推动”活动之一,是体察农村医疗现状,保障群众身心健康,发挥医药卫生界专家及医务人员的专长与优势,为基层医疗卫生机构建设提供帮扶支持,为群众提供专业医疗和健康服务的有效举措。



大安市委税务局驻安广镇永富村工作队积极推动适合贫困户自身发展的扶贫项目落地见效。经过3年多的持续帮扶,已使全村119户贫困户都实现了脱贫。图为金山屯贫困户李国义与老伴依靠大棚发展生产,正挑选芹菜准备出售。

洮南市启用火车站站前出租车专用车道

本报讯(刘永祥 朱国庆 记者汪伦)为积极落实洮南市政府民生实事,进一步规范洮南市火车站前出租车运营秩序,确保旅客人身安全,近日,洮南市运输管理所联合洮南市公安交通管理大队为火车站站前的两条出租车专用车道设置标线标识,并安装视频抓拍监控设备。

专用车道按照相关法律法规进行管理,规范了出租车运营秩序。同时,出租车采取排队等候、客来即走的方式候客,实现了出租车有序停靠,避免了出租车司机拉长不拉短的择客行为,有效缓解了拒载、议价、强行拼客等违法违规问题。

火车站站前出租车专用车道启用后,洮南市运输管理所派出若干个巡查组,将采取不定时巡查的方式,对火车站站前出租车营运秩序进行规范治理,重点查处出租车垄断经营、高价宰客和严打“黑车”等违法违规行为,高效维护站前出租车良好的运营秩序,为动车驶入洮南、确保旅客安全出行保驾护航。

通榆县住建局努力提升党风廉政建设水平

本报讯(程立国 记者李政孚)今年以来,通榆县住建局进一步贯彻落实党的十九大精神,深入学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神,按照中央、省、市、县部署要求,全面落实管党治党政治责任,保持坚强政治定力和正风反腐高压态势,为该县住房保障事业发展提供了较好的政治环境。

一是聚焦难点,切实解决问题。该局制定专项整治方案,成立领导小组,规范整治内

容,明确整改标准,安排专人深入检查排查,突出整治办事不公、侵害群众利益等问题。二是仔细筛查,力求确保效果。该局紧盯民生领域,重点对农村危房改造及水、气、暖等与群众生活密切相关的事项认真排查,深入整改。截至目前,完成贫困户危房改造6920户,新建和改造供热管道17200延长米,解决信访问题5件,群众满意度明显提升,进一步增强了人民群众的获得感、幸福感和安全感。

医疗卫生

表三 特殊疾病病种

序号	疾病名称(ICD10)	序号	疾病名称(ICD10)
1	恶性肿瘤放疗	2	白血病
3	骨髓增生异常综合征	4	血友病
5	原发性血小板减少性紫癜	6	脑梗
7	器官移植抗排斥治疗	8	血管支架植入术后
9	心脏瓣膜术后	10	造血干细胞移植术后
11	胃息肉内镜治疗	12	痔疮门诊手术治疗
13	肾、输尿管结石(体外冲击波碎石)	14	甲状腺功能亢进(减退)药物治疗
15	乳腺癌(内分泌治疗)	16	前列腺癌(内分泌治疗)
17	病毒性肝炎	18	肝豆状核变性
19	肝硬化	20	结核病(免费项目除外)
21	外阴白斑	22	肾功能不全透析治疗 ^①
23	肾病综合征	24	血吸虫病
25	克山病	26	囊虫病
27	大骨节病	28	再生障碍性贫血
29	布鲁氏菌病	30	手足口病
31	帕金森氏病	32	癫痫
33	风湿(类风湿)性关节炎	34	重症精神病
35	强直性脊柱炎	36	银屑病
37	结肠(直肠)息肉内镜治疗	38	重症肌无力
39	白癜风	40	系统性红斑狼疮
41	艾滋病	42	儿童苯丙酮尿症 ^②

注①:肾功能不全透析治疗——慢性肾功能不全(1终1末肾病)门诊血液透析采取按次定额付费办法,省(市)级定点医院门诊血液透析,每次限价400元,新农合定额补助300元;县级定点医院门诊血液透析,每次限价360元,新农合定额补助300元。门诊血液透析包括:碳酸液或醋酸液透析、导管、穿刺针、滤器、透析液、血透监测、肝素钠和生理盐水等(各县市区可增加项目内漏但不得减少项目)。终末肾病门诊血液透析治疗每周不超过3次,超出次数新农合不予补偿。门诊腹膜透析的透析液每袋最高限价40元,按照同级定点医院住院补偿比例,年度累加予以报销。

注②:儿童苯丙酮尿症——将0~14周岁苯丙酮尿症(PKU)(包括四氢生物蝶呤(BH4)缺乏症)患儿纳入特殊疾病门诊统筹补偿范围。治疗苯丙酮尿症必需的特殊食品(不含有苯丙氨酸成分的米、面、奶粉、蛋白粉等)、专用药品(盐酸沙丙蝶呤片、L-多巴、5-羟色胺)以及血苯丙氨酸检测等费用纳入新农合报销范围。按照同级定点医院住院补偿比例给予报销,年度个人累计补偿总额不超过20000元。

(4)住院补偿:住院补偿政策拉开了不同层级定点医院医疗机构的报销比例,以实际合理调整参保农民的就诊流向,有效提升基层医疗卫生资源利用率,切实提高参保农民受益水平的目的。具体比例见表四。

B 光盘行动

践行“光盘行动” 拒绝舌尖上的浪费

近几年,随着“光盘行动”的开展,餐桌文明逐渐深入人心。笔者通过走访福州市区多家餐馆发现,许多店家为了倡导“光盘”频出妙招,市民也积极主动地参与其中,剩饭剩菜少了,“光盘”渐渐多了起来。

为了践行“光盘行动”,避免造成食物浪费,福州一些餐厅制定了半份菜、小份菜的人性化菜单,倡导顾客“量力而行”进行点餐。在鼓楼区温泉支路上的一家牛排餐饮店,就推出了按照顾客需求现煎牛排的举措,备受顾客的喜爱和好评。

店长郭静静:比如说一般两个人的话,我们就推荐他点一份牛排再加一份主食,牛排大概150克到200克,小朋友我们是推荐100克到150克之间,这样的话客人也很容易把点的餐吃完,用餐不会有太大的压力,比较容易做到光盘。他还有更多的空间去点一些其他的菜品,比如说沙拉之类的,这样整个营养的搭配也是更好的。

而在餐厅的餐桌旁、墙壁上、取餐口处,都贴有“文明餐桌”

桌节俭美德”“不剩菜不剩饭”这样的宣传提示语,营造文明餐桌的良好氛围,提醒顾客们不要铺张浪费。此外,对于做到“光盘”的顾客,餐厅也会有相应的小奖励。

还有包括我们有一些自助的酱料之类,顾客取用都会比较理性的,顾客也比较配合我们,比如说顾客有做到光盘的话,就是整个都吃得很干净,我们也有做出一些奖励措施,比如我们会送20元的抵用券给他们。

顾客:我们出去吃饭首先合理点单,确实多下来的话,我们是要求让孩子去跟服务员拿一个盒子过来打包,然后我们带走,要让她在生活中有这么个接触,接触了就会自身会有这种习惯,其实很多东西就是一个习惯。

顾客:光盘行动在我们整个福州实行多年了,我一直很喜欢不浪费的这个节约观念,光盘非常好,包括在家里也会引导孩子东西不可以剩下,一定要全部吃完。

(据《中国文明网》)

关于开展2018年度 全市企业政工专业职务评定工作的公告

2018年度全市企业政工专业职务评定工作已经开始,具体文件通知请通过白城市文明网(www.bcwenming.gov.cn)“权威公告”栏目下载。特此公告!

中共白城市委宣传部
2019年11月11日

扫黑除恶 全民参与 重要线索 予以奖励

全省扫黑除恶举报电话:0431-12389, 0431-82097213
举报电话:长春市工农大路605号吉林省公安厅扫黑办

诚信建设万里行

(一)新农合政策

享受对象:凡在我市常住的农村居民参加吉林省新型农村合作医疗的参保人群。

享受标准:普通门诊补偿、常见慢性病门诊补偿、特殊疾病门诊补偿、住院补偿。

(1)普通门诊补偿:普通门诊补偿仅限于乡、村两级定点医院;普通门诊统筹累计补偿封顶线为350元(含一般诊疗费),一般诊疗费补偿可结合门诊统筹实行总额预付,超支不补。

表一 普通门诊补偿标准

定点医院	报销比例	封顶线	一般诊疗费用	备注
村卫生室	50%	50(元)	5元(补4元、自付1元)	日次补偿封顶为15元
乡镇卫生院	60%	300(元)	10元(补8元、自付2元)	

(2)常见慢性病门诊补偿:常见慢性病门诊补偿报销仅限于县(市、区)域内县、乡两级新农合定点医院。常见慢性病门诊补偿比例为60%,封顶线每人每年6500元。常见慢性病病种见表二。

表二 常见慢性病病种

序号	疾病名称(ICD10)	序号	疾病名称(ICD10)
1	慢性支气管炎	2	肺纤维化
3	慢性阻塞性肺病	4	哮喘
5	慢性肺源性心脏病	6	高血压(Ⅱ、Ⅲ期)
7	慢性缺血性心脏病	8	风湿性心脏病
9	心力衰竭(心功能Ⅱ、Ⅲ级)	10	心内膜炎
11	慢性心包炎	12	心律失常(限房颤)
13	慢性胃炎	14	胃溃疡
15	慢性肠炎	16	溃疡性结肠炎
17	慢性胆囊炎	18	慢性胰腺炎
19	脑动脉供血不足	20	慢性腹泻
21	慢性鼻(咽)炎	22	慢性鼻窦炎
23	糖尿病(饮食控制无效的)	24	痛风
25	脑出血(恢复期)	26	脑梗塞(恢复期)
27	高脂血症	28	子宫内异位症
29	中耳炎	30	慢性肾炎
31	脊柱退行性疾病	32	恶性肿瘤镇痛治疗

(3)特殊疾病门诊补偿:特殊疾病门诊限于省内县及县以上新农合定点医院。参保农民患者转往省、市级新农合定点医院治疗时,须办理转诊手续,报销比例按照同级定点医院住院补偿政策执行,年度内累加结算报销。特殊疾病病种见表三。

扶贫好政策

注:手术治疗含介入治疗。

(待续)