

住房公积金利好政策持续发力 托起缴存职工“安居梦”

如何利用好“公园二十分钟效应”是一道考题

○苑广南

你听说过“公园20分钟效应”吗?在阳光明媚的春日,到公园待上20分钟,吸收大自然给予的养分,即便不做运动也能让人状态更好。”刚刚过去的清明假期,许多城市的草坪上都“长满了人”。格外应景的是,最近“公园20分钟效应”也在社交媒体上走红。(4月11日《武汉晚报》)

最近在网络上引发热议,并且很多人已经付诸实践的“公园20分钟效应”,就是人在经过紧张的工作,或者是疲惫的生活之后,到身边的公园去待上哪怕是20分钟的时间,也会让人神经得到放松、精神得到愉悦,从而有效缓解内心的疲惫,治愈精神的内耗。很多网友纷纷在社交平台分享自己在公园20分钟的时间,表示“真的有用”“治愈力量强大”“效果惊艳”……

而最先提出“公园20分钟效应”的,是一本杂志。此前,《国际环境健康研究杂志》上发表了一项研究,该研究显示,每天在户外待上一小段时间能够让人感到更加快乐,即便不做运动,只是每天到公园待上20分钟也能让人状态更好。

“公园20分钟效应”由此而来,并且得到了越来越多人的认可和追捧。尤其对于现代都市人来说,生活节奏快、工作压力大、精神内耗严重,最终的结果就是人生获得感、幸福感的流失,严重者则可能罹患抑郁等疾病。在这种情况下,作为一种低成本的精神解压和心灵按摩方式,“公园20分钟效应”理应得到从政府到社会更多的重视。

如何充分利用好“公园20分钟效应”,让大家紧绷的精神得到放松和疗愈,也就成了摆在城市管理者面前的一道考题。令人欣慰的是,近年来,全国多地开展“留白”“增绿”行动,打造“300米见绿、500米见园”的“幸福半径”。除了综合公园、主题公园,一些地方还充分利用城市的边角空地,积极打造“口袋公园”“小微公园、街心公园,小而多、小而美、小而精的城市绿色空间不断拓展,为人们提供了更多近在咫尺、丰富多样的绿色好去处。

当然也需要正视不足和短板。一些公园还没有对市民完全开放;有些公园开放了,周边停车位匮乏,限制了市民前往;有些公园配套设施缺乏,走累了的市民想找个地方歇歇脚而不得。这些问题,都是需要地方政府和有关部门尽快解决的。

自然的入口,是生活的出口,无论是远离人群,放空自己,还是靠近生命,感受生机,都有舒缓压力、缓解焦虑之效。“公园20分钟效应”对很多人是一剂良药,希望地方政府和有关部门答好这道考题,让更多人能够“久居樊笼里,复得返自然”。



本报讯(通讯员 龚光菊)近期,前往凯里市民之家公积金服务窗口办理公积金业务人员络绎不绝。据了解,为更好支持住房公积金缴存人刚性和改善性住房需求,租购并举助力解决新市民、青年人住房问题,按照“提取优先于贷款、租房优先于购房、保障房优先于商品房、首套房优先于二套房”的原则,黔东南调整优化住房公积金使用十条惠民政策,从2024年4月1日起实施,多项利好政策让更多缴存人享受到政策红利。

缴存人龙女士2023年刚毕业参加工作,其名下的助学贷款还未还完,但龙女士最近看中了一套房子,很想购买。不过,在4月1日前,个人名下只要有贷款,是不能使用住房公积金贷款买房的,龙女士就刚好符合了

4月1日起执行的十条住房公积金惠民政策中的一条:“征信良好的缴存人征信报告内非住房贷款余额累计不超过5万元(含)的,可以申请住房公积金个人住房贷款,月还款额合计不得超过住房公积金缴存基数的50%”。

“刚参加工作,有一笔助学贷款还没还完,正好在5万元之内,我可以来办理公积金贷款买房,也减轻了我很多经济负担。”龙女士说。

缴存人王先生为积极落实国家生育政策,养育两个未成年宝宝,原来的住房显得拥挤,未能满足生活需要,于4月初购买家庭第二套改善性住房,刚好符合4月1日起执行的十条住房公积金惠民政策中的一条:“对养育两个及以上未成年子女的缴存人家

庭购买自住住房申请住房公积金个人住房贷款的,最高贷款额度提高到70万元”。

王先生表示,这次公积金政策优化调整有创新有突破,同一套住房不仅办理了购房首付款提取,还按最高贷款额度办理公积金贷款,办理完公积金贷款后还可以用夫妻双方公积金账户余额按月对冲偿还贷款,确实解决家庭还贷压力。

缴存人张先生,参加工作才二年,个人住房公积金账户余额不多,近期正准备购买婚房,因资金不足而郁闷,其父母均缴存住房公积金,但从未申请使用过,账户余额较充裕,当看到州住房公积金管理中心优化调整住房公积金新政宣传后,第一时间前来咨询,刚好符合4月1日起执行的十条住房公

积金惠民政策中的一条:二人及以上共同购买同一套住房申请提取住房公积金的,支持缴存人及其配偶和子女共有权情形的提取。

“想不到,自己公积金加父母公积金让我实现“住有宜居”的安居梦,公积金政策充分发挥制度保障性、互助性作用,太开心了!”张先生高兴地说。

此外,州住房公积金管理中心还放宽城镇老旧小区加装电梯提取住房公积金、优化购买二手房公积金使用政策,提高租房提取额度等政策,还优化拓展住房公积金服务渠道,开通“便民服务网点”业务伸伸受委托银行办理、异地公积金业务实行“亮码可办”、开通AI智能在线客服服务,实行7×24小时“不打烊”在线问答,职工办理住房公积金业务更好办、更易办。

香炉山古茶树树龄或超六百岁



本报讯(通讯员 雷子德)凯里的香炉山,高海拔、低纬度、多云雾,适宜茶树生长。据志书记载,山上所产的云雾茶,早在六百年前的明代就被选为贡茶。

笔者从凯里市农业农村局了解到,为保护香炉山古茶树,2023年4月,工作人员就开始对古茶树进行追肥护理、清除杂草灌木等。

在现存的百余丛古茶树中,有一丛特别显眼,它的根,紧紧扎在一块岩石脚下,从根

底长出十余根枝条,遒劲有力的枝条,总体向上伸展,大的枝条粗得像人的手臂。

据目测,整丛古茶树,高约两米,枝叶如伞状一样遮阴地面,覆盖面积约十多平方米。

清明节刚过,远观这丛古茶树,郁郁葱葱,近看就能感受到一股勃勃生气,嫩芽在阳光下更显熠熠生辉。

“这丛古茶树,大概也有五六百年了,我小的时候,跟爷爷到山上去玩,那时候看到

的,和现在的差不多。”年近九十岁的周泽鸿老人说。

他是万潮镇香炉山村人,据他回忆,小时候放牛,没事就到山顶玩,常看到有人来采茶,后来才知道,都是凯里或周边地区的一些人,慕着香炉山云雾茶的名气,不辞辛劳,爬山采茶。

关于香炉山云雾茶,1989年出版的《凯里市地名志》记载:“山的顶层,呈椭圆形,既宽而平……地面杂花生树,野蔓交错。驰

名远近的‘香炉山云雾茶’即产于此,为历代贡品。

香炉山云雾茶历史悠久,为挖掘和传承历史名茶,推动茶文化与旅游的深度融合,4月3日凯里市在香炉山上举办了云雾茶开采活动,受到了广泛关注。

据凯里市农业农村局有关工作人员介绍,目前正在采取措施对这片古茶树林进行保护,并积极申报项目,深入做好古茶树资源调查、日常管护、品种繁育等工作。

凯里有了自助借还书柜

本报讯(记者 杨天梅 龙炳燕)快节奏的生活,许多人总说没时间读书,更没有时间去借书。4月1日,州图书馆在凯里投放了两台自助借还书柜,市民可24小时免费借还图书,极大方便了读者的阅读需求。

4月12日,记者来到了凯里国贸购物中心的4楼,看到阅享易栈就在这一层,阅享易栈有个电子屏,屏幕上有一个二维码,打开微信扫一扫,扫描之后进行实名认证,认证结束进入界面,想要借哪本书找到相对应的编码,借书,确定,等待开仓拿出所借的书,关闭,这样借书就成功了。

新读者,还需自助办理电子借阅证才可借阅。如果已有借阅证的读者,可直接刷借阅证或者身份证借还图书。除了凯里国贸购物中心,在凯里市民之家一楼也放有一台自助借还书柜。清新淡雅的柜机内书本种类繁多,从金融分析到科普教育,从儿童文学到畅销书籍一应俱全。记者从州图书馆了解到,为了及时满足阅读需求,他们会根据市民借阅数量、频率不定期更新投放书籍。

“阅享易栈自助借还书柜是我们州图书馆开展阅读推广的一种新尝试,也是图书馆走出去的一种服务新模式,目的是满足社会大众就近阅读的需求。”州图书馆副馆长黄勇说。更为便利的是,在州图书馆借阅的书籍也可在就近自助借还书柜归还,在柜机上借出的书也能归还到州图书馆。这就相当于多出了两个小型图书馆,借还互通。此外,自助借还书柜还提供免费电子书,方便市民随时进行掌上阅读。

黄勇表示,每个读者都有自己的私人图书、闲置图书,在自己阅读完之后,可以放到我们的书柜里面去提供给其他有需求的读者进行借阅。在自助借还书柜上,记者看到有几个大格,据黄勇介绍,这些空格可大有用处。

“下一步把‘村超’‘村BA’的文旅旅游产品放到书格当中去,如果社会大众或者读者对那些产品有需求可以通过扫码支付,后台就会把产品发送到购买者的手上,这是我们一个新的尝试。下一步,将在医院、社区、高铁站等人流量比较集中的地方继续推广这项阅读服务。”黄勇说。

危桥改造“大变身” 群众出行更安心

本报讯(通讯员 罗涛 胡宁)桥,是贵州一个特别的文化符号,危桥改造更是保障百姓出行安全的民生工程。凯里市致力于全面推进农村道路高质量发展,投入专项资金和力量,让危桥转危为安,彻底消除桥梁安全隐患,确保农村公路的安全畅通,保障群众出行安全。

经第三方检测机构进行检测评定,凯里市湾水镇的吴家桥、龙场镇的下院桥和杨家桥主要构件损毁严重,不能满足桥梁

使用功能。近日,3座危桥改造工程相继完成,改造后的桥梁面貌焕然一新,打通了乡村振兴之路。

据了解,凯里市2023年第一批农村公路危桥改造建设项目有4座。目前,已完成3座,未完工的三棵树镇季刀桥施工有序推进中。其中已完工的湾水镇吴家桥全长为19米,桥面宽度为5.5米;龙场镇的下院桥全长为40米,桥面宽度为5.5米;龙场镇的杨家桥全长为18米,桥面宽度为5.5米。

据悉,凯里市2023年第一批农村公路危桥改造建设项目将于2024年5月底全部建设完成,凯里市交通运输局坚持每一座桥梁设计充分考虑群众利益,全面兼顾群众出行、生态环保、质量安全等因素,确保工程质量过硬。

随着一座座公路危桥改造完成,一个个阻碍村民出行的“堵点”相继被打通,桥梁越来越畅,老百姓出行越来越方便,乡村振兴发展致富坦途越走越宽。

凯里市民请注意 路灯设备“喊话了”

本报讯(通讯员 马金 朱守能)近日,凯里市公共照明管理中心组织一线工作人员对全市大街小巷路灯杆、控制箱等设施进行排查整治,全面排除路灯设施安全隐患,并在设施设备上贴上“有电危险,请勿靠近”的安全警示牌,向市民展开一场关爱与警示的安全“喊话”。

据悉,凯里市公共照明管理中心分为白班、夜班两个班组全天候开展照明设施设备排查整治,确保损坏、隐患设备第一时间得到维修维护,保障市民夜间出行照明情况安全良好。4月以来,一共排查韶山南北路、北京东西路、宁波路、凯丰二路等20余条路段路灯杆、控制箱、变电箱等照明设施设备419处,维修问题40余处,张贴安全警示牌69张。

凯里市公共照明管理中心表示,将持续守护路灯设施的安全状况,不断创新管理方法,确保每一盏路灯都能为市民照亮前行的道路,让凯里夜间出行,既有照明之安,又有灯光之美。



黎平县:

一村民向黎平会议纪念馆捐赠蓑衣1件

本报讯(通讯员 左云 张才林 姚进忠)4月12日,黎平县德化乡乌孟村村民吴康朝向黎平会议纪念馆无偿捐赠蓑衣1件。经文物专家初步核实为红军长征经过黎平时期的物品,并同意入藏。

据吴康朝介绍,该蓑衣是祖传物件,由祖父吴四手制。吴四生于1914年,是当地有名木匠,现已去世,制作蓑衣的时间约为红军转战黎平时期。因祖父制作的蓑衣耐用且实用,从祖辈一直妥善保管至今,在父亲将保管的“接力棒”交给吴康朝后,他毅然做出了向黎平会议纪念馆捐赠蓑衣的决定。

蓑衣即棕衣,是农村的雨衣,用棕榈树干上的网状纤维物一层一层编织而成,经多道工序制作,穿戴灵活轻便。据实测,此件蓑衣长67厘米,宽79厘米,重约700克,外侧为棕榈纤维层状下垂密布,内侧则编成网眼形,品相良好,制作精美。

德化乡属革命老区范围,1934年12月18日,中共中央在黎平城召开长征途中的第一次政治局会议——黎平会议后,进入黎平城的红军队伍继续北上,数支红军分队先后转战德化乡境内的什里、德化、岑己、高洋等地,向剑河方向挺进。

黎平会议纪念馆作为长征纪念馆之一,拥有规范化的文物展陈及储藏设备设施,常年面向社会征集或收购长征文物。吴康朝无偿捐赠蓑衣,丰富了该馆的文物资源和研究资源,为推进红色场馆研究展陈提供了重要支持。

380名幼儿体验

“浓浓三月三·悠悠侗乡情”

本报讯(通讯员 陈光昌 杨桂金)4月7日至4月11日,天柱县第六幼儿园开展“浓浓三月三·悠悠侗乡情”主题活动。该园11个班级380名幼儿和部分家长参加。

据介绍,三月三是侗族的传统节日,在农事方面也叫插秧节,有送鞋垫、抛绣球、包三月粳、桐树开花时提醒及时插秧不误农时等习俗,是中华优秀传统文化的重要组成部分。本次“浓浓三月三·悠悠侗乡情”主题活动的开展,把民族民间传统文化引进校园,不仅是对民族民间文化的传承和发展,也是该园创设园本课程的重要内容,也是激发和体现幼儿、家长、教师热爱家乡、热爱民族、热爱生活和奋发向上的精神风貌。