

我市打造城市绿色休闲长廊

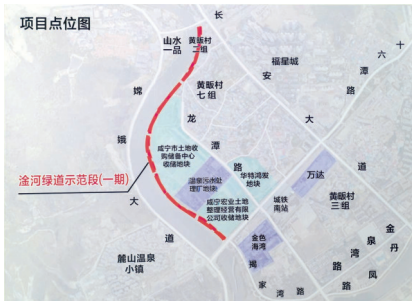
淦河绿道示范段一期项目启动

本报讯(记者黄兰芬 通讯员余智勇)记者11月11日从市政府投资项目建设管理局获悉,淦河绿道示范段一期项目于近日启动。该项目明年7月建成后,在我市中心城区范围内,淦河东岸绿道基本连通。

淦河绿道示范段一期项目位于嫦娥大道东侧,起于大畈陈闸,止于龙潭新桥,道路建设长度1565米。

该项目主要建设内容包括:新建5米宽绿道1565米;新建2米宽亲水步道1380米;新建景观灯、路灯102盏;新建绿化工程;新建观景平台一处;新建驿站一处;新建桥头观景平台一处;新建导视系统;完善淦河沿线夜景亮化。

目前,该项目正在进行沿岸杂草清理、施工围挡安装、宣传牌设置等前期准备工作,项目部已经成立。相关施工人



员、管理人员和设施配备已经到位,等获得施工许可后立马进场施工。

据市政府投资项目建设管理局相关负责人介绍,该项目计划明年7月份完工,建成后不仅能提高城市防汛能力,还将连通中心城区范围内的淦河东岸绿道,为当地居民创造更加美好的生活、休闲环境。



多措并举保障资金保值增值

咸宁公积金增值收益同比增长

本报讯(记者黄兰芬 通讯员张鹏飞 叶茜)据市住房公积金中心最新统计,今年1-10月,全市住房公积金增值收益1.45亿元,同比增长1.30%,再创历史新高。

近年来,面对房地产形势下行、住房公积金贷款利率和银行存款利率下调多重影响,市住房公积金中心多措并举,助推增值收益稳步增长,确保完成全年目标任务。

推进制度扩面,提升缴存金额。坚持广泛宣传、重点突破,引导非公企业、重点人群建缴公积金,截至10月末当年新增缴存单位478家,新增缴存人数17.84万人;新增缴存金额27.55亿元,同比增长8.66%,资金“蓄水池”持续做大。

重塑考核体系,助力商转公贷款。完善考核办法,引导受托银行找好发力点,截至10月末当年发放“商转公”贷款493笔、1.29亿元,同比分别增长78.32%、

72.01%,充分发挥资金“指挥棒”作用。

加强数据分析,科学调配资金。编制《咸宁市住房公积金中心收支月报》,及时做好资金动态测算,在保证业务正常运行情况下,稳步提升定期存款比例到92%,提高了存款平均利率,保障资金收益。

截至目前,该中心当年已预缴市级财政增值收益1.4亿元,有力支持了咸宁市房地产市场健康、平稳发展。

市住房公积金中心

“三送下乡”受欢迎

本报讯(记者黄兰芬 通讯员周苗 费冬萍)日前,市住房公积金中心工作人员受邀来到咸安区横沟桥镇鹿过村的党群服务中心,给村民们送上公积金的政策、知识、关怀。

活动开始,该中心的工作人员就先给村民们上了一堂生动的理论课。他们结合党的创新理论成果,深入浅出地讲解了公积金政策的制定背景和长远意义,让村民们更加了解这项政策。

紧接着,该中心的工作人员们详细解读了最新的公积金十条新政策,从缴存、使用到贷款,每一个环节都讲得清清楚楚、明明白白。村民们听得津津有味,不时点头称赞。

在送温暖环节,该中心工作人员们耐心倾听村民们在公积金使用过程中遇到的问题,现场答疑解惑,还提供了个性化的政策指导和服务。这让村民们感受到了实实在在的关怀和帮助。

这次“三送”活动,不仅让村民们对公积金相关政策法规有了更深入的了解,还让他们学会了如何更好地利用这些政策来改善自己的生活。

市住房公积金中心创新举措

“潮汐窗口”服务群众更贴心

本报讯(记者黄兰芬 通讯员梁欢 阮愉婷)为有效应对业务受理高峰期,确保公积金窗口各项业务有序办理。市住房公积金中心市直营营业部设置“潮汐窗口”,灵活引导群众,提升窗口服务质效。

近期,由于窗口等待人员较多,该中

心市直营营业部窗口负责人了解详细情况后,立即启动“潮汐窗口”进行削峰、错峰,采取临时增设窗口及增加服务人员的方式,适时将后台工作人员转为窗口工作人员,有效分流办事群众,缩短等待时间。

市民周女士对这一举措表示非常满意。原本需要1个小时的业务,现在半

个小时就办好了,大大减少了办事等待时间,也让她顺利赶上回深圳的高铁。

下一步,该中心市直营营业部将一如既往地立足岗位实际,倾听群众心声,积极应对工作中的突发情况,不断探索高效率精细化服务,推动住房公积金事业新发展。

泡温泉有益健康的秘密

泡温泉是女性朋友的最爱,尤其是在寒冷的秋冬季,泡在温泉水里既能够缓解劳累去除疲劳,还对身体有保健作用。由于温泉水一般是地下水,含有多

●温度作用

池水温度在37℃-40℃时,对人体有镇静作用,对于神经衰弱、失眠、精神病及高血压、心脏病、脑溢血后遗症的患者有很好的疗效。池水温度在40℃-43℃时,称高温浴,此时对人体具有兴奋刺激的作用,对心脏、血管有较好作用,对减轻疼痛、治疗神经痛、风湿病、肠胃病均有疗效。同时,还可改善体质、增强

抵抗力、预防疾病的作用。

●水压和浮力的作用

入浴温泉时,水对人体产生了压力,胸腔和腹腔受到压迫,影响到循环器官和呼吸机能,有利尿和治疗浮肿的作用。水对人体产生的浮力作用,使人的体重减轻。在地下不能行走的人,在水中活动比较方便,泡温泉对半身不遂、运动麻痹和风湿病患者进行运动训练,对恢复健康有很大作用。

●温泉的治疗作用

1、温泉热浴可使肌肉、关节松弛,达到消除疲劳、改善睡眠功能;

2、温泉热浴可扩张血管,促进血液循环,加速新陈代谢;

3、瀑布浴可活络筋骨,减轻酸痛等症。不过尽量避免与泉水成直角直接冲击,以斜角舒缓水压,毛巾敷于患部为宜;

4、露天温泉的日光浴加森林浴,对骨骼疏松症患者有特别帮助,温泉中的钙质、适当的紫外线交互作用,对身体有益;

5、冷热泉交替的方式,可使血管扩张收缩,增强全身肌肉;

6、温泉中的化学物质有美容的效果。硫磺泉可软化角质,明矾泉有收敛作用,含钠元素的碳酸水有漂白软化肌肤的效果。

●泡温泉的注意事项

1、入水时,应从低温到高温,逐次浸泡,每次15-20分钟即可;

2、避免空腹、饭后、酒后、疲倦劳累泡温泉,饭后一小时方可入浴;

3、泡温泉虽有美肤的疗效,但湿疹、皮肤炎等患者,泡在热水中过久,加速皮肤水分的蒸发,破坏皮肤保护层,会恶化症状;

4、浸泡药浴前、中、后应当补充水份;

5、如果在泡温泉的时候,感觉身体不舒服时,应立即离开。

(科普中国)

科普在身边

咸宁市科协主办