昼暖夜凉秋寒渐起 持续晴好需防“秋燥”

本周全市以晴到多云天气为主,18日间有大风降温

本报讯(记者 张雪峰)淮南市气象资料显示,上周淮南气象观测站最低气温6.5℃(10月11日),最高气温25℃(10月16日);一周无降水。

眼下正值二十四节气“寒露”和“霜降”之间,今年的“霜降”在10月23日本周日,天气在渐渐转凉。只是在经历过十一长假期间的气温猛降,逐渐地降温不会使人们心生波澜。气温适宜,秋色斑斓,恰此时,又一茬桂花开放,吐露芬芳,暗香浮动,不由得让人神清气爽,是难得的享受。

桂花是特别有意思的花,它在夏季充足的阳光下已早早孕育,却只待秋天带来的花信才开,这个花信就是降温。桂花开花受温度和湿度影响,需要低温刺激,早晚温差要大。一般来说,平均气温在20℃至25℃之间,昼夜温差达到10℃左右,阳光充足的话,桂花就容易开花。天气晴朗,花香浓郁;天气阴湿,花香就大为逊色。

今夏气温太高,秋季来得迟,其间的气温高低反复阶段,就有误听的花信,以至于早开品种的桂花在有降温时先开了,却不料气温很快又回升了,达不到桂花开花的条件了,迟些的桂花就没开,所以今年桂花开花反反复复,开了好几茬,并不集中。即便到了现在这个时候,还有迟开的桂花,香气正在逐渐弥漫。

“寒露”和“霜降”之间,北方冷空气已有一定势力,大部分地区处在冷高压控制之下,天气常是昼暖夜凉,晴空万里,一派深秋景象。此刻,雨水减少,水分滋润不足,人们常会出现口干咽燥、大便干结、皮肤干裂的症状。养生专家介绍,《黄帝内经》载“秋冬养阴”。意思是说,在秋冬两季应当收养阴气,以适应自然界阴气渐长的规律,并为来年阳气的生发打好基础。“燥”为秋季的主气,故称“秋燥”。燥气伤人,以耗伤津液为主。秋季对应的脏腑是“肺”,当秋燥犯肺时容易出现“诸涩枯涸,干劲皴揭”等燥邪致病的症状。因此,秋季养生,当以“防肺燥,护阴津”为主。应在平衡饮食五味的基础上,根据个人情况,适当多食甘、淡滋润的食品,补脾益胃,养肺润肠,如酥梨、苹果、冬瓜、萝卜、山药、百合等食品。如果燥热症状严重,就得少吃辛辣、香燥、熏烤等刺激类食品。

淮南市气象台预报,本周全市以晴到多云天气为主。在10月18日间有大风降温天气,过程平均气温下降6-8℃,阵风6级左右。周三起气温逐步回升,有利于秋收秋种开展。

10月18日,晴,8~17℃;10月19日,晴转多云,11~20℃;10月20日,多云转阴,12~21℃;10月21日,阴转晴,12~21℃;10月22日,晴转多云,13~23℃;10月23日,多云,12~21℃。

2023年城乡居民基本医疗保险开始缴费

本报讯(记者 李严)10月15日,淮河早报、淮南网记者从市医疗保障局获悉,2023年度城乡居民基本医疗保险费开始缴费,缴费期限从即日起至12月31日,个人缴费标准为350元。

据介绍,2023年度城乡居民基本医疗保险费的征缴继续沿用“政府统一组织,多方协作配合,集中征收或委托代收”等方式征收。缴费方式包括线上缴费,缴费人可登录皖事通APP,定位在淮南,搜索安徽医保公共服务,从业务办理中点击“城乡居民参保缴费”进行缴费。或者打开微信,关注“淮南医保”微信公众号,点击“服务大厅”,再点击“医保掌上办”,进入“城乡居民医保缴费。”输入身份证信息时,请仔细核对信息是否正确。缴费完成后,可点击“城乡居民参保缴费”查询,即可查询到通过微信小程序端缴费的缴费信息,也可在明细中下载缴费电子票据。

个别不具备线上缴费条件的,继续委托乡镇(街道)、村(社区)、学校等为代收单位,保留线下现金缴费渠道。同时,为满足部分缴费人电子支付需要,在各代收点继续开通微信扫码缴费通道。

新生儿落地参保缴费分别在县(区)政务中心税务窗口和医保经办机构窗口完成。

这场现场推进会旨在提高职工生活品质

淮南工会之窗

本报讯(记者 廖凌云)命名5家市级职工疗休养基地、推动10家企业开展职工生活幸福型企业标准化建设,建设100家工会服务驿站……10月14日上午,淮南市总工会在安徽电力股份有限公司淮南田家庵发电分公司组织召开淮南市首批“幸福企业”试点工作交流推进会,深入了解各试点单位工作进展,现场交流先进经验,并就进一步深化“幸福企业”创建工作进行再动员再部署。

2021年9月,中华全国总工会下发《关于开展提升职工生活品质试点工作的通知》。2021年12月,淮南田家庵发电分公司被中华全国总工会列入提升职工生活品质试点单位,成为安徽省唯一一家入选企业。淮南市总工会迅速行动,持续发力,全力推进该项工作在淮南试点,确定淮南市职工服务中心等2家单位、东辰集团等14家企业为我市首批“幸福企业”试点单位。

当天,各县区、各试点单位工会负责人先后前往田家庵发电分公司历史展览馆、职工活动中心、职工运动中心、杨昆劳模创新工作室现场参观,田电围绕提升职工生活品质试点工作进行了经验介绍,东辰集团、中安联合、国网寿县供电公司、文峰光电四家首批“幸福企业”试点单位作交流发言。

据介绍,“幸福企业”有10项评价标准,打造“幸福企业”是基于企业员工、企业自身和社会三个方面的需要,也是工会组织维护职工权益、提高职工生活品质、促进社会共同富裕的职责所在。今年以来,市总工会坚持以职工为中心的工作导向,以提升职工生活品质为目标,切实增强广大职工的获得感幸福感安全感。为此,下发相关实施意见,要求各县(区)、市直工会要把“幸福企业”建设作为重要工作加以部署推进,紧紧聚焦试点任务探索创新,积极推动企业构建和谐劳动关系、改善职工生活条件、落实职工福利制度、建设高素质职工队伍,塑造职工生活幸福环境。

淮南一案例入选省“四个五”基层妇联组织建设创新典型

淮南女性之声

淮南市妇女联合会 主办

本报讯(记者 孙鸿)10月17日,淮河早报、淮南网记者从市妇联获悉,为落实全国妇联《“十四五”时期深化妇联系统改革方案》,深化妇联组织改革破难行动,推进妇联组织建设创新发展,安徽省妇联启动改革谋新篇、喜迎二十大——“四个五”基层妇联组织建设创新典型案例征集活动。经逐级遴选、实地调研和材料审核,从各单位申报的60个案例中,最终评审确定《党建带妇建,构建“舞动+”治理模式,打造社区治理新平台》等20个案例为“四个五”基层妇联组织建设创新典型案例。

淮南市妇联亦有1个案例成功入选。该案例为队伍建设创新类型,特色鲜明、成效显著,充分展现了市妇联在提升妇女群众获得感、幸福感、安全感方面的独特作用。下一步,市妇联将坚持“党建带妇建”原则,以促进执委有效履职破题,健全完善基层妇联执委履职机制,探索打造妇联改革破难“淮南模式”。