

郑州全面开展提取住房公积金按期付房租业务 让新市民、青年人租得起租得好

本报讯 记者近日从郑州住房公积金管理中心获悉,该中心印发《郑州住房公积金管理中心关于住房公积金支持新市民和青年人住房租赁需求的实施意见》,大力支持新市民、青年人的住房租赁需求,全面开展提取住房公积金按期付房租业务。下一步,按照《意见》,将进一步落实各项支持政策和具体措施。正观新闻·郑州晚报记者 曹婷

重点支持自持物业型住房租赁企业

《意见》明确,通过政府主导,相关部门支持,助推住房租赁市场发展,支持新市民、青年人租赁住房消费,实现城市安居。助力各类主体新建、改建长期租赁住房,盘活存量房屋,有效增加保障性和商业性租赁住房供应。

重点支持以独立法人运营、业务边界清晰、具备房地产专业投资和管理能力的自持物业型住房租赁企业,提升长期租赁住房的供给能力和运营水平。按照依法合规、风险可控、服务可持续的原则,

为新市民、青年人住房公积金缴存人和租赁住房运营和管理主体提供提取住房公积金按期付房租全周期服务。

《意见》提出,重点了解租赁住房资源情况和“制造业,建筑业,批发和零售业,交通运输、仓储和邮政业,居民服务、修理和其他服务业,信息传输、软件和信息技术服务业”六大重点行业新市民、青年人缴存住房公积金及租赁住房需求,从实际出发,科学确定提取住房公积金按期付房租支持政策。

适时调整提取额度和提取政策

《意见》强调,根据住房公积金资金运行情况,制定住房公积金归集使用计划,优先满足新市民、青年人的住房租赁资金需求,合理安排提取住房公积金按期付房租的工作任务和资金运用,支持缴存人租赁住房消费。

《意见》规定,通过开展现场服务、集中为租住缴存人办理委托提取等方式,进一步满足缴存人住房租赁消费需求。适时

调整租房提取额度和提取政策,让新市民、青年人租得起、租得好。住房租赁企业对住房公积金缴存租户可根据实际适当优惠,包括但不限于免交租房押金和房租打折等。通过与房管、公安、民政、不动产等部门数据共享,实现租房委托提取协议自主签约、自动代扣、对账管理等功能。落实减时限、减材料、减环节、减跑动、优流程的“四减一优”要求,简化业务办理流程。



戏曲节目播主地头为菜农唱戏:

“头一回在蔬菜大棚里演出,感觉太接地气了”



申慧萍在蔬菜大棚里为菜农唱戏

本报讯(正观新闻·郑州晚报记者 徐富盈 通讯员 赵胜利 文/图)春耕时节,3月25日上午,梨园春节目银牌播主申慧萍来到登封市唐庄镇康家农博园,为她的粉丝在蔬菜大棚内献艺,同时倡议同行下乡献艺,一同走进田间地头助力农

民春耕。

“是爱好戏曲的群众成就了我的梦想,我必须认真对待每一名粉丝。”42岁的申慧萍说。

申慧萍来到农博园的蔬菜大棚:“我们一边听戏,一边干活,中不中?”“中!”正在收割芹菜的菜农齐声应答着。

站在绿油油的芹菜地里,申慧萍为正在采摘芹菜的菜农们演唱了《穆桂英挂帅》《朝阳沟》等经典唱段,并和他们现场互动。

“我头一回在蔬菜大棚里演出,感觉太接地气了。”面对一双双渴望的眼睛,申慧萍激动地说。

癌症的预防

肿瘤,这个词让我们的心悸动。它是一个世纪以来困扰人类的疾病,是全球第二大死亡原因,每年有数百万人因此失去生命。被诊断患上癌症的想法让人恐惧不安,但好消息是,有方法可以减少患上癌症的风险。我们将讨论肿瘤的预防,如何保持健康的生活方式以减少患上这种疾病的风险。

了解癌症 癌症是一种异常细胞无法控制生长和分裂的疾病。这些细胞可以侵入并破坏附近的组织和器官,导致肿瘤的形成。癌症可以发生在身体的任何部位,其严重程度取决于癌症的类型和阶段。

癌症的类型 有100多种癌症类型,其中一些比其他类型更常见,如乳腺癌、肺癌、结直肠癌、前列腺癌、皮肤癌、白血病等。

引起癌症的原因 癌症可能由多种因素引起,包括遗传、生活方式和环境因素。一些最常见的癌症原因包括:吸烟、暴露在紫外线下、饮酒、肥胖、不良饮食、活动少、癌症家族史等。

肿瘤的预防 虽然没有确切的方法可以预防癌症,但可以采取措施以减少患上这种疾病的风险。以下是预防癌症的一些方法:

1. 健康饮食 健康的饮食是减少患上癌症风险的最

重要步骤之一。健康的饮食应包括大量的水果、蔬菜、全谷物和瘦肉。您还应避免加工食品,限制红肉和加工肉的摄入。

2. 保持活跃 锻炼对于整体健康至关重要,也可以帮助减少患上癌症的风险。每周至少进行150分钟中等强度的有氧运动,如快走、跑步、游泳或骑自行车等。同时,也应该尝试进行一些强度较高的活动,如举重或跳绳。

3. 避免烟草和饮酒 吸烟是患上癌症的最常见原因之一,因此,戒烟是预防癌症的重要步骤。此外,饮酒也与多种癌症的发生有关,应

该限制饮酒的摄入量。

4. 避免过度暴露在紫外线下 长期暴露在紫外线下会增加患皮肤癌的风险。为了避免过度暴露,您应该在外出时涂上防晒霜,并在阳光最强烈的时候待在阴凉处。

5. 预防感染 一些病毒可以导致某些类型的癌症,如乙型肝炎病毒和人类乳头瘤病毒。因此,接种疫苗可以预防这些病毒感染的。

6. 定期体检 定期进行体检可以帮助您及早发现潜在的癌症症状,并提高治愈的机会。建议每年进行一次全面的身体检查。

结论 虽然预防癌症可

能有一些挑战,但是采取一些简单的措施可以帮助您减少患上癌症的风险。保持健康的生活方式、戒烟、避免饮酒和暴露在紫外线下、接种疫苗并定期体检是预防癌症的重要步骤。让我们保持健康的生活方式,与癌症做斗争,为自己和家人创造一个更加健康的未来。

无论做什么,我们都不能完全消除患上癌症的风险。但是,通过采取一些简单的措施可以减少患上癌症的可能性,并提高治愈率。让我们拥抱健康的生活方式,预防癌症,保持身体健康,创造美好的未来。