

# 请注意！我市城乡居民医保费征缴进入倒计时

12月1日，记者从市医保局获悉，我市2022年度城乡居民基本医疗保险征缴工作，将于2021年12月31日关闭网上自主缴费系统，尚未及时缴费的居民需抓紧时间缴费。

据了解，我市2022年度城乡居民基本医疗保险集中征缴自2021年10月13日起至11月20日止。11月20日集中征缴结束后，尚未参保缴费的城乡居民，在12月31日前依然可以通过自主缴费模式缴费参保，缴费标准为每人320元。征缴范围：我市行政区域内未参加城镇职工基本医疗保险的城乡居民。长期在外务工且已参加务工地居民医疗保险或职工医疗保险的人员不在此次征缴范围内。城乡居民医疗保险与城镇职工医疗保险不得跨制度重复参保。

据介绍，在这次的征缴工作中，我市还为特殊群体制订实施了资助标准：1.特困人员、特殊群体全额资助。2.风险未消除(脱贫不稳定户、边缘易致贫户、突发严重困难户)三类监测户，每人资助160元。3.城乡低保户每人资助30元。上述资助对象均以民政局、卫健委、乡村振兴局等部门提供的名单为准，资助身份重叠的按照就高不就低的标准资助，不重复资助。

**自主征缴方式：**通过微信关注“河南税务”公众号：“微服务”→社保费缴纳→城乡居民基本医疗保险→输入姓名、身份证号→点击查询→核对缴费地信息后，点击城乡居民基本医疗保险缴费→填写接收短信通知的手机号、点击缴费→核对金额及缴费地后，点击确定后付款；0 下载网上税务局(河南税务移动办税)APP：社保→城乡居民医保→输入姓名、身份证号，点击查询缴费情况→核对缴费地信息

后，点击城乡居民基本医疗保险费→填写接收短信通知的手机号、点击缴费→核对金额及缴费地后，点击确定后付款；0 支付宝：市民中心→税务→社保缴费→城乡居民医保→缴纳本人直接带出信息(缴纳他人勾选是否代缴，输入姓名、身份证号)点击查询→核对缴费地信息及缴费年度后，点击城乡居民基本医疗保险费→填写接收短信通知的手机号、点击缴费→核对金额及缴费地后，点击确定后付款；0 豫事办：支付宝搜索“豫事办”点击进入→社保缴费→城乡居民医保→缴纳本人直接带出信息(缴纳他人勾选是否代缴，输入姓名、身份证号)点击查询→核对缴费地信息及缴费年度后，点击城乡居民基本医疗保险费→填写接收短信通知的手机号、点击缴费→核对金额及缴费地后，点击确定后付款。

**特别提醒：**通过网上自助缴费的城乡居民，请确认参保地为“汝州”后再完成缴费。对于首次参保或参保地信息有误的，请先到户籍所在地或居住地的县(区)医保部门核实有关信息并在新的参保地重新登记后，按上述方式缴费。

**门诊用药待遇：**缴纳2022年医保费后，参保群众可享受以下医疗待遇：0 门诊统筹医疗待遇。自2020年1月1日起，不再向个人(家庭)账户分配资金，全面开展门诊统筹，个人(家庭)账户余额可用于冲抵门诊或住院医疗费用个人负担部分。参保居民在门诊发生的医疗费用，门诊统筹基金报销不设起付线，政策范围内报销比例为50%(村级)和60%(乡级)。年度报销封顶线360元。0 门诊重症慢性病及重大疾病医疗待遇。符合申报条件的城乡居民

基本医疗保险参保人员可随时由参保居民本人或委托亲属向定点医疗机构申请，通过后按规定享受相关医疗待遇。药品支付范围、医疗费限额等按照相关政策规定执行，报销不设起付线，门诊重症慢性病报销比例为65%，重大疾病报销比例为80%。当年未参加本统筹区城乡居民医疗保险的门诊重症慢性病和重大疾病城乡居民，相关待遇自行终止，再次参保需重新申报。0 城乡居民“两病”(高血压糖尿病)门诊待遇。参加我市城乡居民基本医疗保险，经定点医疗机构规范诊断确诊为“两病”，需要采取药物治疗但未

达到我市城乡居民基本医疗保险门诊重症慢性病鉴定标准的患者，可在辖区内乡镇卫生院(社区卫生服务中心)，按要求享受“两病”门诊待遇。报销不设起付线，报销比例为65%，与门诊统筹共用一个年度限额，高血压支付限额为450元/年，糖尿病480元/年，两者合并的500元/年。

**住院医疗待遇：**参保城乡居民住院医疗费用在医保目录范围内按规定报销，基本医疗保险年度最高报销15万元，大病医疗保险限额为40万元，年度累计报销限额为55万元。参保居民住院起付标准和报销比例如下：

类别	医院范围	起付标准	报销比例
乡级	乡镇卫生院(社区卫生服务中心)	150元	150-800元80% 800元以上90%
	县级	400元	400-1500元63% 1500元以上83%
市级	二级或相同规模以下(含二级)医院	500元	500-3000元55% 3000元以上75%
	三级医院	1200元	1200-4000元53% 4000元以上72%
省级	二级或相同规模以下(含二级)医院	600元	600-4000元53% 4000元以上72%
	三级医院	2000元	2000-7000元50% 7000元以上68%
省外		2000元	2000-7000元50% 7000元以上68%

**温馨提醒：**14周岁以下(含14周岁)老人住院医疗费用报销比例在基本医疗保险现行政策基础上提高5个百分点。

融媒体中心记者 宋乐义 通讯员 常莹琪

## 市法院 法治进校园 护航青少年

**本报讯** 在我国第八个国家宪法日到来之际，为进一步培育广大青少年的宪法意识、国家意识和法治规则意识，助力平安校园建设，市法院开展了形式多样、内容丰富的宪法宣传周系列活动。

12月2日上午，市法院综合办公室干警、临汝镇三张小学法治副校长张旭来到三张小学开展法治进校园暨宪法宣传活动。张旭向师生赠送了宪法、民法典、民法典知识讲解手册和致女孩子的一封信等法律书籍和普法资料，并以“知法守法，健康成长”为题，围绕宪法和法律是什么、怎样遵守法律规范自身行为，以及如何自我保护避免不法侵害等几个方面，运用通俗易懂的语言、生动有趣的案例，为全体师生上了一堂法治教育课。教育引导青少年学生尊法、学法、守法、用法，用科学知识和法律武装头脑。

12月1日，市法院骑岭法庭法官、骑岭山王小学法治副校长于延坡带领团队到山王小学开展宪法宣传活动。于延坡为学校师生介绍了宪法的地位和宪法在国家政治生活中的作用，其他一切法律都要遵从宪法，并介绍了和同学们密切相关的几部法律。同学们纷纷表示，要学习宪法、尊重宪法，维护法律的权威和尊严。随后，于延坡还就同学们感兴趣的校园欺凌、未成年人犯罪等，向同学们介绍了几个案例和同学们要注意和避免的事项。于延坡还特意邀请同学们在完成学习之余，在学校组织下到法庭到庭审进行旁听，感受法律的氛围。

来源：汝州市人民法院微信公众号

## 市实验中学 举办“瞻仰先贤，传承文化”观览活动



**本报讯** (融媒体中心记者 郭营战 通讯员 刘琼琰) 文化是民族的记忆，传承文化是对民族集体记忆的延续，也是对民族精神家园的守护。文化代代相传，民族才能生生不息。为增强当代高中生传承文化的责任意识，12月1日，市实验中学语文教研组长雷晓阳带领学校高一、高三各班级语文课代表40余人，走进各教学楼一楼及实验楼一楼新落成的文化大厅内，开展“瞻仰先贤，传承文化”观览活动(如上图)。

实验中学在教学楼设置文化大厅创意工作，从设计、校对、施工，前后历时5个月，于11月底落成。从墙面文化的选材、作品的赏析，再到历代先贤铜像样貌的挑选、文字的校对、墙布材料的选择、色彩的搭配再到文化大厅的书柜、桌椅的摆放以及天花板的设计等，校领导全程参与并提供切实可行的指导意见与建议。经过大家的努力，最终，弥漫着书香气息的文化大厅与师生相见。从此，学生寒灯苦读的日子里，又多了些温暖的陪伴。

当天，雷晓阳带领大家瞻仰先贤荀子、韩愈、范仲淹、曾子塑像，给同学们介绍学校文化大厅的主题及设计理念，解读文化墙上的《劝学》《师说》《岳阳楼记》《大学(节选)》，让同学们从中感悟中国传统文化终身学习、尊师重教、忧国忧民、修齐治平的内涵。活动最后，雷晓阳给同学们布置作文作业，要求全校学生利用作文课时间，从文化大厅展示的四篇古文中任选其一，写出读后感。学校语文学科中心组评选出优秀读后感，并将优秀读后感张贴展示在奋斗广场上，让全校学生观阅，进一步培树广大学生学习先贤、立志报效祖国的情操。

## 平外学校 对口支援宝丰中专完成对接

**本报讯** (融媒体中心记者 李晓伟 通讯员 范卫明) 近日，平顶山外国语学校领导班子及相关科室负责人一行专程来到对口支援学校——宝丰中专，互相交流信息，共商携手发展大计。

按照平顶山市教体局的安排，平顶山外国语学校于2021年9月与宝丰中专结对为对口帮扶关系。为将帮扶工作落到实处，促进帮扶工作开好局、起好步，该校领导主动到宝丰中专对接、洽谈帮扶工作。对接中，宝丰中专校长马苑菲等领导陪同平顶山外国语学校一行参观了校园环境，并在会议室相互介绍了办学情况和发展规划，就支教工作具体事宜进行对接和协商，最终两校达成共享优质教育资源，加强交流沟通，优势互补，共同提升的共识。

## 我市开展预防艾滋病宣传活动

**本报讯** (融媒体中心记者 张亚萍) 12月1日是第34个世界艾滋病日，为广泛开展预防艾滋病宣传教育活动，普及艾滋病防控知识，市艾滋病防治工作委员会办公室在平顶山中医药学校(市卫校)开展艾滋病专题宣讲活动。

活动中，市艾滋病防治工作委员会办公室中医治疗HIV项目专家陈红民主任以“预防艾滋 从我做起”为题，从什么是艾滋病、艾滋病如何传播及其危害、如何预防艾滋病感染、青年学生预防艾滋病的责任等，向在座的同学们进行了详细的讲解。

通过本次讲座，同学们纷纷表示对艾滋病有了更加全面的认识，自己作为医学生，这样的知识普及特别重要，在学习和生活中也会增强自我保护意识，树立正确的人生观和价值观，远离艾滋病。

据了解，市交通局、市卫生监督所等市艾滋病防治工作委员会成员单位也在当天开展了世界艾滋病日系列宣传活动，通过电子屏、专题版面、宣传页发放等，让大家进一步认识艾滋病、了解艾滋病，营造全社会更加关注和重视预防艾滋病的良好氛围。

## 市一院 科室服务『有温度』

为坚持“人民至上 生命至上”的服务理念，持续践行“我为群众办实事”，将暖心行动落实落地，切实提升老百姓看病就医获得感、幸福感和安全感，市第一人民医院肝胆外科医护人员在日常护理工作中，始终坚持“懂倾听、常陪伴、来共情、重细节”的原则，用服务温暖患者，让病区生活充满温度。

懂倾听，给予战胜疾病的勇气。住院患者情绪低落是常态，肝胆外科在日常护理中，通过健康讲堂向患者和家属们分享治疗成功案例，让他们在每一次的互动中吐露真实心声，给予患者积极对抗疾病的信心及力量。

常陪伴，用温情温暖去治愈。办理住院时，常会碰到无儿女陪伴的患者，他们的眼中透着孤独，并时常带着羡慕的眼神看向那些有儿女陪伴的患者。遇到这类患者，肝胆外科医护人员都高度重视，在生活及心理上加以关怀。当看到他们早餐只喝一碗稀粥时，护理人员会把自己带的鸡蛋、牛奶送给这些患者。爱是会相互“传染”的，看到医护人员的行为，病房的其他患者也会时常伸出援手，做些力所能及的事情去帮助没有陪护的患者，用温暖和温情去治愈他们。

来共情，与疾病抗战，有爱互动。“阿姨，这些图书，我可不可以带到病房里看？”“护士，查完房了，麻烦你带我去‘阅读吧’坐坐吧……”为了打造温馨病房，肝胆外科医护人员从细节着手，为患者建立专门的阅读区域，助力患者康复。“阅读吧”自7月上线以来，深受患者们的喜爱，病区患者在治疗完毕后，可以在阅读角看书、下象棋、闲聊互动等，丰富了住院生活。

重细节，便民服务，帮大忙。肝胆外科病区多急腹症患者，发生腹痛后，家属常会手忙脚乱，来院治疗后才发觉忘带日用品。因此，肝胆外科想病人所想，将患者最急、最缺、最需要的物品进行归类汇总，并在病区醒目处添置便民箱，放置急用物品，方便患者取用。

便民箱虽小，“五脏”俱全，关键时刻帮大忙。11月30日下午，一名需日间手术的疝气小患者，家属因没带充电器，无法及时与其他家人联系，科室的责任护士见状，立即从便民箱里取出充电器，解决了家属的燃眉之急。这名家属感动地说：“医院好，技术好，处处为病人着想，连这样的小事都能放在心上，真正帮我们解决困难。”

融媒体中心记者 李晓伟 通讯员 王文璐

## 市妇幼保健院医务人员义务献血

**本报讯** (融媒体中心记者 李浩然 通讯员 范延晓) 近日，一辆来自平顶山市中心血站的流动献血车停在了市妇幼保健院西门。早已排队等候的医院干部职工有序上车，经过信息登记、血压检测、血液初筛、采血等流程，成功完成献血。

流动献血车上秩序井然。参与献血的干部职工中，有医生、护士、医技，还有行政、后勤人员；有多次参加过无偿献血的医务人员，也有第一次献血的“新兵”；有的刚下夜班，有的趁工作间隙，还有的则放弃了休息赶过来……

成功献血400毫升的市妇幼保健院急诊科司机晁晓东表示，无偿献血架起了人与人之间友爱的桥梁，体现了无私奉献的人道主义精神。作为一名医务人员，献血更是义不容辞的责任。虽然个人献血量有限，但他一定会坚持献血，希望尽自己的绵薄之力，给需要的人带去帮助。

据了解，市妇幼保健院多年来一直积极响应无偿献血的号召，每年都组织干部职工参与无偿献血活动，大家不仅在工作中救死扶伤，呵护广大妇女儿童健康，还坚持用拳拳爱心充实血库，保障生命的延续。

## 市骨科医院急救培训进企业



培训活动现场

**本报讯** (融媒体中心记者 李浩然 通讯员 宋晗) 为加强企业对于事故现场应急处置能力，使企业在生产过程中发生意外伤害事故后，受伤职工能在第一时间得到有效的保护性治疗，

减轻二次伤害，保障患者生命安全，近日，市骨科医院深入汝州市神火顺通煤业有限公司、汝州市蜈蚣窝煤业有限公司、汝州市汝丰焦化有限公司、天瑞集团铸造有限公司二厂、河南巨龙生物工程股份有限公司等企业，开展急救急救培训活动。

此次培训中，市骨科医院创伤中心专家针对公司生产经营和员工日常生活中可能遇到的突发状况，以及如何科学自救和施救，避免操作不当引起“再损伤”等情况，通过现场讲解和生动演示，为参训人员详细展示了各类突发事件的现场救护方法，包括止血包扎、心肺复苏注意事项等内容。此次活动从企业的实际需求出发，深入企业生产一线，为企业解决了平时创伤急救培训不足的难题，在提升企业安全意识、增强安全生产能力的同时，也增强了企业职工的自救互救能力，为筑牢安全生产防线，助力企业高质量发展奠定了良好基础。

## 你是个“好孩子”吗？

● 阴柔辰

当孩子不爱学习，染上不良嗜好时，这时家长会说我尽力了。

你真的尽力了吗？你以为给他吃给他喝就是尽力了吗？你以为你尽力满足了他的一切就是尽力了吗？一个只知道给吃给喝好穿好的家长，很难养出一个知道看书、学习的孩子的。

在教育孩子上，很多家长都觉得挺委屈，觉得自己的初心就是为了让孩子成龙成凤，并且一直也是这么教育的，自己从没有放弃过，直到今天孩子突然放弃学习了，让家长措手不及，痛苦万分。

每一个

家长不可能都成为一个教育专家。所以教育孩子看似很难，因为我们不可能为了孩子改变专业，再说人到30不学艺，都生孩子了，还能学能记吗？

按理说，每一个家长应当懂一点教育。但是如果真没时间学，那最好的教育就是做一个最好自己。如何做好自己，我举几个例子，你来感悟一下你是个“好孩子”吗？

比如，我们希望自己的孩子以后上学时，早上能按时起床，那么你在没有孩子之前就要这么做。早上按时起床，在家吃早饭，按时去上班，那样等到孩子出生后，你就可以继续坚持了。如果你每天上班都是匆匆又匆匆，每天都是一边赶时间一边在吃早饭，早饭不是在路上就是在单

位吃完，你的孩子就会和你一样，没有时间起床，没有时间吃早饭，最后也没时间学习。

比如，我们希望孩子学习积极主动，父母就要在平时生活中，学会解决问题。当家里的水管、灯泡坏了，爸爸就要说我来解决；当家里有东西要洗了，妈妈就要说这事交给我来办。生活中你越是语言简单正向，你的孩子学习中遇到难题就越容易自己解决，而不是在那里只知道哭闹，等着大人来处理。

比如，我们不希望孩子把手机当成生命的一部分，不希望孩子玩手机玩游戏，那么作为父母，在备孕时就要学会远离手机，远离生活中的不良习性，学会让生活更慢生活，而不是除了手机和吵架，夫妻之间别无他事了。要学会用生活的语

言和家人好好沟通，到孩子长大后，他就可以向家人学习如何与人沟通交流了，而不是只会和手机在一起。只会和手机玩的孩子到了高年级后，就不善于与他人交流，与同学老师较难相处。

我们都知道细节决定成败，你平时小小的一些努力，会对孩子性格的形成带来巨大的影响。同样，你在养育孩子时夫妻之间的各种不和谐，也会对孩子性格的形成带来巨大的影响。

这种影响一开始你感觉不到，直到有一天孩子行为让你头疼，孩子的行为让你发狂，这时，你就可以看到当初的影响力了。

如果你不是一个“好孩子”，你怎么知道“好孩子”的“好”是怎么来的？

