

讲座直播义诊研学相结合,让专业知识听得懂用得上

市计生协“健康知识进万家”活动圆满收官

本报讯(记者 钱嘉宜 通讯员 王小平)12月18日下午,在鼓楼区鼓东街道文化站,福建医科大学附属协和医院内科副主任医师林慧中为开元社区30多名中老年人带来“冬季中老年人血脂管理”健康讲座。随着这场讲座结束,由福州市计生协主办的2025年“健康知识进万家”健康科普宣传系列活动圆满收官。

活动自今年6月启动以来,已累计开展健康科普讲座30场、优生优育指导直播沙龙4场、青少年健康研学实践1场,覆盖福州市六区六县(市),服务对象涵盖中老年人、育龄群众、青少年及婴幼儿等全年龄段群体。活动通过面对面讲解、现场操作、直播互动等群众喜闻乐见的形式,让专业健康知识变得通俗易懂,为“健康福州”建设夯实群众基础。

今年11月,在鼓楼区安泰街道社区卫生服务中心,省级机关医院主任医师林泰南开展“爱眼护眼”科普并现场义诊,筛查出多名早期白内障患者及血压、血糖异常群众。“不用排队挂号,在家门口就能看专家,太需要这样的活动了!”年过七旬的王先生不禁点赞。



协和医院林慧中医生为中老年人带来健康讲座。本报记者 石美祥摄

在“健康中国”战略引领下,福州市计生协坚持“以人民为中心”理念,将健康课堂搬到群众“家门口”。30场健康科普宣传讲座覆盖城乡社区的党群活动服务中心、计生协“会员之家”和家庭健康服务中心等阵地,让居民无需奔波就能享受权威的健

康服务。为保障科普专业性,市计生协今年组建了“健康促进专家库”,吸纳了来自协和医院、省人民医院、市第一总医院等三甲医院的25名专家入库,涵盖呼吸、内分泌、儿科等领域。

围绕“体重管理”主题,福州市第一总医院张芳芳主任在专场讲座中提出“科学饮食12345”理

念和“3-3-3”运动原则,用通俗语言和具体标准,让居民轻松掌握健康管理方法。

在流感、心梗高发季,省人民医院急诊科主任吴晖主任医师赴闽清县省城镇健康科普宣传点,开展流感应对、急救知识等相关健康科普。

据了解,系列活动还精准对接不同群体的健康需求,以“中西医结合、防治并重”为核心,针对性开展健康科普服务,让健康防护端口前移。

面向中老年人群体,重点普及心脑血管病、白内障等常见病防治,融入中医穴位按摩、食疗养生等传统方法。福建中医药大学附属康复医院副主任中医师付慧中结合福州气候与饮食特点,分享顺时养生理念,并为不同年龄段人群提供个性化体检建议。

针对育龄家庭,4场优生优育直播沙龙邀请儿科专家讲解婴幼儿喂养、生长发育监测等知识,分享“洋葱穿衣法”“小儿推拿退热”等实用技巧。平均每场直播吸引近千个家庭在线观看,互动热烈,许多家长留言咨询育儿问题,专家均耐心细致解答。不少观众在直播结束后回放内容,整理专家分享的知识点。

福州市计生协相关负责人表示,此次活动是践行“健康中国”战略的具体行动。下一步,市计生协将持续优化专家库建设,创新活动内容和形式,推出更多精准化科普服务,助力“健康福州”建设,让更多群众受益。

据了解,系列活动还精准对接不同群体的健康需求,以“中西医结合、防治并重”为核心,针对性开展健康科普服务,让健康防护端口前移。

面向中老年人群体,重点普及心脑血管病、白内障等常见病防治,融入中医穴位按摩、食疗养生等传统方法。福建中医药大学附属康复医院副主任中医师付慧中结合福州气候与饮食特点,分享顺时养生理念,并为不同年龄段人群提供个性化体检建议。

市人社局领导接听12345热线

“福你就业”平台可智能匹配人员和岗位

本报讯(记者 钱嘉宜)18日上午,市人社局党组书记、局长李朝波走进12345政务服务便民热线中心,围绕求职就业、人才政策、毕业生档案接收等社会广泛关注问题,回应群众和企业诉求,推动民生问题高效解决。

诉求:我们是一家2023年成立的小微企业,听说福州有企业失业保险稳岗返还政策。我们是否符合条件? 返还标准是什么?

回复:您如果符合以下三个条件就可以领取失业保险稳岗返还:1.2024年1月至12月连续缴纳失业保险费;2.2024年末裁员或裁员率不高于5.5%,其中,30人(含)以下的单位裁员率不高于参保职工总数

20%;3.生产经营活动符合产能、环保等国家政策规定,未被列入严重违法失信企业名单。按您所述,您是中小微企业,那您具体的返还标准是按不超过企业及其职工2024年度实际缴纳失业保险费的60%返还。

诉求:我是一名居住在仓山区的家庭主妇,有时间灵活的工作可以推荐吗?

回复:目前,福州市人社局线上线下结合,打造了“福你就业”零工信息化服务平台。线上,您可以通过微信搜索“福你就业”小程序,登录注册账号,填写个人情况和求职意向,系统将为您提供智能人岗匹配、线上签约等“全链条一站式”就业服务。线下,您可前往全

市各级零工服务网点或就近的公共就业服务机构进行求职咨询。同时,市人社局联合市人才集团等单位每周五均在劳动保障大厦、四城区大型商场等地举办“福你就业”系列招聘活动,您可关注“福州人社”微信公众号,我们会提前发布招聘活动公告。

诉求:我在一家用工地址位于晋安区的公司做钢筋工人,签署了劳动合同但被公司收走。入职至今,公司拖欠了我39天的工资,共计一万多元。我没有负责人联系方式,希望有关部门帮我讨薪。

回复:《工资支付暂行规定》规定,工资一个周期必须发放一次,至少每月支付一次。如用人单位以资

金困难为由不发放工资,违反了劳动法的相关规定,构成拖欠工资的违法行为。您可携带身份证等相关资料,到晋安区人力资源和社会保障局投诉反映,我们会依法办理,维护您的合法权益。今后如遇到这方面问题,可拨打96333反映。

诉求:我是2026年复旦大学应届全日制博士研究生,毕业计划入职福州市属国企,请问根据福州现有人才政策,我可以认定为福州的什么层次人才? 享受哪些政策? 具体如何申报?

回复:福州市出台了市高层次人才认定和支持办法,根据您的个人情况,您可以申请认定为市高层次人才E类人才,享受15万元的落地补

助和“闽都英才卡”系列配套服务。您可登录“好年华 聚福州”人才网在线填写申报表,经单位盖章确认后上传佐证材料,后续经过审核、公示后确认,高层次人才申报可全程线上办理。

诉求:我在福州工作,户籍在厦门市,档案能不能直接调到福州市人才中心?

回复:在福州市落实就业且就业单位无人事档案保管权限的,可至福州市人事人才公共服务中心开具调档函,交由原档案保管单位,将档案转递至福州市人才中心免费保管。调档函可通过“闽政通APP”搜索“流动人员档案服务”,点击“档案接收与转递”在线申请。

烟草广告禁止发布

本报讯(记者 沐方婷)近日,市市场监督管理局就禁止发布烟草(含电子烟)广告相关问题,向全市电子烟经营者、烟草制品经营者和相关广告市场经营主体发出明确提示,划定多方面广告发布“红线”。

禁止在大众传播媒介或者公共场所、公共交通工具、户外发布烟草(含电子烟)广告;禁止向未成年人发送任何形式的烟草、电子烟等新型烟草制品广告;禁止利用其他商品或者服务的广告、公益广告,宣传烟草制品(含电子烟)名称、商标、包装、装潢以及类似内容。

烟草制品生产者或者销售者发布的迁址、更名、招聘等启事中,不得含有烟草制品名称、商标、包装、装潢以及类似内容;禁止利用互联网、小程序、公众号等发布烟草及电子烟广告。

全市各相关单位要遵守法律法规规定,开展自查自纠强化主体责任,不得承接、制作、发布或者变相发布烟草广告。

膏方门诊 提供个性化服务

本报讯(记者 林文婧 通讯员 陈文艺)记者18日获悉,福州市中医院五四北院区膏方门诊已正式揭牌开诊,充分发挥膏方在养生保健和慢性病防治中的特色优势,为市民提供更加优质、便捷、个性化的中医药健康服务。

膏方门诊设在市中医院五四北院区闽都国医馆内,是医院持续优化中医药服务供给、发挥中医药“治未病”优势的重要举措。

据介绍,膏方门诊重点提供以下服务:慢性疾病预防:如慢性支气管炎、哮喘、过敏性鼻炎、慢性胃肠病、心脏病、肾病等疾病的稳定期调理。

术后及病后恢复:手术后、重病后体质虚弱、气血不足者的康复调理。

亚健康状态改善:长期疲劳、失眠、记忆力减退、情绪不佳、免疫力低下等。

特殊人群调养:中老年人抗衰老、女性月经不凋、更年期综合征、孕产前后调理等。

梅峰山地公园杉树换装 最佳观赏期预计持续至下月中旬



梅峰山地公园入口处的池杉悄然披上“彩装”。 本报记者 包华摄

本报讯(记者 傅亦静 石磊磊)眼下,梅峰山地公园入口处,数百棵池杉悄然披上五颜六色的“彩装”,成为冬日榕城的一道亮丽风景,引来市民游客“打卡”。

记者在梅峰山地公园内看到,成片池杉沿栈道蔓延,如烂的黄、热情的红、青翠的绿相互交织,构成了一幅五彩斑斓的画卷。昨日,来自东北的游客周先生正和家人沿着福道漫步,他告诉记者:“做攻略时看到网友推荐这里,实地过来果然没失望,池杉与湖水相互映照,比想象中更有诗意。”

“目前池杉变色率已达五成以上,12月底将进入最佳观赏期,预计可持续至明年1月中旬。”公园管理人员介绍,随着天气转凉,后续池杉会呈现更丰富的颜色,观赏体验会进一步提升。

梅峰山地公园位于梅峰路南侧,东接左海公园,西连闽江廊线,是福道的重要节点之一。

市民到梅峰山地公园,可导航至福道3号入口,公交出行可乘坐53路、207路公交车至“保福站”,或乘坐10路、23路、53路、66路、87路、91路、101路、158路、322路公交车至“梅峰路站”。

乐聚怡山 情暖冬至

本报讯(记者 莫思予 通讯员 陈雯)冬至临近,前日下午,由鼓楼区委文明办、区委社会工作部主办,洪山镇怡山社区、鼓楼区海容青少年社会工作服务中心承办的“乐聚怡山·暖意小集”——“我们的节日·冬至”主题活动在福沁休闲公园开展。

充满暖意的冬日聚会在幼儿园孩子们的童真表演中开启。现场分为趣味游戏和便民服务两大区域。游戏区内,“冬至快乐涂鸦”活动吸引居民在空白挂历上自由创作,绘出独具特色的冬日纪念。

便民服务区同样内容丰富、温情满满。志愿者与社区老人、居民围坐在一起,制作福州传统小吃。

活动还同步开展反诈宣传、政策咨询、口腔义诊、金融知识普及、冬季热饮赠送等服务,志愿者的热情引导、贴心服务受到好评。

52所学校集中展示 校园文化建设成果

本报讯(记者 陈雨晨)昨日,福州市教育系统“书香校园 温暖集体”主题宣传展示暨“两课一宣讲”观摩交流活动举行,活动由市委教育工委、市教育局主办。全市52所学校积极参与,集中展示了我市教育系统在校园文化建设与立德树人方面取得的阶段性成果。

现场,“书香校园”与“温暖集体”两大主题展示依次展开。“书香校园”展示环节,学校代表围绕阅读推广、文化传承、素养提升等内容,分享了校园书香建设的创新实

践与丰硕成果。“温暖集体”展示中,学校代表聚焦班级建设、师生互助、家校协同等,讲述了一个个充满温情的校园故事。

最终,福州市长乐区海峡路小学、福州教育学院附属第四小学分获“书香校园”“温暖集体”特等奖。此外,在“两课一宣讲”观摩交流环节,一系列优秀作品带领现场观众回顾峥嵘岁月,感受爱国热忱与青春力量。

市教育局相关负责人表示,当前我市校园正日益呈现出涵养底蕴的“书卷气”、滋养心灵的

“烟火气”和引领方向的“英雄气”,共同构筑起育人的坚实基础。伴随“英雄福州城,血性福州人”这一话题引发广泛共鸣,下一步,市教育局将开展“英雄福州城,血性福州人”主题教育,紧密结合省会福州丰富的革命文化资源和英雄人物事迹,通过“两课一宣”“行见福州”“铭志寄情”“凝心铸魂”等,引导广大青少年在铭记历史、缅怀先烈中致敬英雄、崇尚英雄,在行走、阅读、思考、实践中涵养坚韧不拔、自强不息、血性担当的意志品格。

首家市内免税店开业,能为福州带来什么

(上接1版)

第一次来福州的马来西亚旅客黄星喻便被“福州有礼”专柜里充满本土特色的冰箱贴吸引了注意力。“我很喜欢这些有当地特色的文创产品,可以带回去作纪念。”在工作人员的帮助下,他成功购买2套“福州有礼”冰箱贴,价值217元,并申请了退税业务。

来自埃及的努兰和她的丈夫韩潮在体验免税购物后,还漫步至邻近的三坊七巷,在充满故事的爱心中打卡留念。在国际社交平台拥有30万粉丝的他们计划把在福州的旅游经历分享到自己的社交账号上。“这里既有国际化的购物体验,又能感受到深厚的文化底蕴,我们想把这份独特的体验带给全世界的观众。”

“免税店选址毗邻东街口商圈和三坊七巷历史文化街区等文化

地标,就是希望打造一个‘全球好物汇聚地’和‘闽都文化展示窗’相融合的空间。”市商务局相关负责人表示,希望将免税店打造成为既能满足入境游客选购中国特色礼品、体验福州文化,又能让本地市民感受本土时尚、选购国际名品的消费新地标,从而形成一个兼具活力与福州特色的全新名片。

一批新政策 蕴藏城市发展新机遇

商务部等五部门近期联合印发《关于完善免税店政策支持提振消费的通知》,自2025年11月1日起完善免税店政策,支持提振消费。通知从支持国内商品进店销售、扩大免税店经营品类、放宽免税店审批权限、完善免税店便利化和监管措施等方面细化举措,进一

步加大免税店对出入境旅客购物消费的吸引力。

福州海关口岸监管处副处长刘方浩告诉记者,福州首家市内免税店的开业颇具突破性,“这是福州市第4家免税店,填补了福州市城市核心商圈免税消费场景的空白,实现口岸免税店与市内免税店的协同布局”。

刘方浩的信心并非空穴来风。截至今年11月,福州长乐机场旅客出入境数量约146万人次,同比增长16.73%,消费潜力巨大。

“我们希望打造一个集购物、体验、文化于一体的综合消费平台。”市商务局相关负责人表示,福州作为拥有超过460万海外侨胞的重要侨乡,以及积极利用240小时过境免签等政策的城市,不仅完全具备承接和运营高水平市内免税店的市场基础与客源条



“温暖集体”展示环节,学校代表聚焦班级建设、师生互助等,讲述了一个个充满温情的校园故事。 本报记者 叶诚摄

如何在市内免税店购买商品?

1. 市内免税店下单:符合条件的旅客在市内免税店挑选心仪商品,完成选购后正常结账付款。付款时需提供有效的出境证件信息以及出境航班信息。

2. 信息传输与商品配送:市内免税店将旅客的购物信息传输至海关系统,同时安排将旅客购买的商品配送到提货点。

3. 提货点提货:旅客在出境当天在指定机场的出境隔离区内,找到对应的免税商品提货点。向工作人员出示购买商品时所用的有效证件(如护照、往来港澳通行证、往来台湾通行证等),工作人员核对信息无误后,将旅客购买的免税商品交付给旅客,旅客购后携带商品按正常出境流程出境,即“店内下单,口岸提货”。

也会把福州推荐给更多朋友。”

“未来,我们将继续从优化消费环境、联动免税购物与文旅资源、培育推广福品品牌等方面系统推进,持续提升福州城市吸引力,在满足国内外旅客多样化需求的同时,加快建设国际消费中心城市。”市商务局相关负责人说。

【小贴士】