

想去军营吗?直招军士预报名将启动

招收对象:普通高等学校全日制应届、往届毕业生,研究生年龄放宽至26岁



扫码看视频

想去军营的你看过来!3月24日,记者从相关部门获悉,2026年直招军士网上预

报名工作将于3月下旬正式启动。今年,直招军士招收对象为普通高等学校全日制应届、往届毕业生,全日制研究生毕业生年龄放宽至26周岁。

直招军士是指从具有军地通用专业技能的普通高等学校毕业生中,为军队对口选拔军士。今年招收专业涵盖道路运输、汽车制造、电子信息、通信、计算机、机电设备、机械、医药等400余个军民通用专业类别,专业覆盖面广,为更多高校毕业生提供了投身军营的机会。

■湖南日报全媒体记者 沈可心



绣球花海藏不住

3月24日,长沙市开福区芙蓉北路盛世路口街角花园,市民在木绣球花海中打卡留影。近期,这里的中华木绣球花蓬勃绽放,嫩绿的花苞渐次晕染成雪白,层层叠叠的花团簇拥在枝头,勾勒出一幅惬意的春日美景。

湖南日报全媒体记者 徐行 摄

年龄条件明确,研究生放宽至26周岁

根据公告,直招军士招收对象年龄不超过24周岁(2002年1月1日以后出生),全日制研究生毕业生年龄放宽至26周岁。所学专业在就读高校已开展职业技能鉴定的,须取得中级以上职业资格证书。

招收分三步走,网上报名截至8月1日

招收工作分为三个阶段:3月下旬起,应征青年开始网上预报名;6至7月,国防部征兵办公室结合网上预报名情况下达各省招收任务,应征青年可登录全国征兵网查询所学专业是否符合省级招收专业范围;网上报名时间原则上截至8月1日。体格检查、政治考核时间由省级以下征兵办公室自行安排,具体时间以实际政策通知为准。

条件公布,这些情况建议不要报名

直招军士基本条件明确:身高160cm以上,裸眼视力4.5以上,体重符合相应BMI标准。同时,公告特别提醒,面颈部文身或瘢痕长径超过3cm、带有淫秽暴力和非法组织标志等文身者,有违法犯罪记录者,有严重生理缺陷或严重残疾者,患有精神类疾病、艾滋病及其病毒携带者、恶性肿瘤、神经系统疾病等严重疾病者,建议不要报名。

公告提示,今年直招军士体格检查、政治考核等工作从8月1日开始,9月30日结束。完成网上报名后,应密切关注网上审核结论,保持通信畅通。因应征地招收军士专业和计划限制,未能被确定为直招军士送检对象的,还可根据应征地兵役机关安排参加义务兵征集。

具体标准条件以《应征公民体格检查标准》和《军队征集和招录人员政治考核规定》及有关规定为准。有意向的青年可登录全国征兵网(<https://www.gfbzb.gov.cn>)查询详细信息并报名。

连日阴雨“偷走”好心情,吃维D有用吗



扫码看视频

三湘都市报3月24日讯 “象征着一切霉湿,凄怆,惶惑的生活。”1937年,林徽因在长沙经历了长达十天的阴雨天,忍不住吐槽。如今,长沙正在经历漫长的雨季,太阳一度“失联”。长达40天的阴雨会让人心情也变得“阴霾”。不少网友表示,吃维生素D可以缓解这种“低落”。为什么阴雨天要吃维生素D?真的有效吗?3月24日,记者采访相关专家。

“人的情绪确实会受到很多因素的影响。”3月24日,湖南省第二人民医院成人精神科主任医师张雪花介绍,会让情绪受到影响的因素有很多,其中包括环境因素,而环境因素就包括文化环境和自然环境。

天气因素就是自然因素的一种,例如天气晴朗的时候,人会感觉浑身舒服,心情也豁然开朗一些。而长时间的阴雨天,可能会导致情绪受到影响。

对于一些网友在“连日的阴雨天吃维生素D”的说法,张雪花表示,首先要确定是在缺乏维生素D的情况下,再

进行补充。

目前有研究显示,缺乏维生素D确实是抑郁症的一个危险因素。“但并不是说维生素D缺乏,就一定会导致抑郁症,只能说这个患者,如果维生素D缺乏,他对抑郁症可能易感。”张雪花强调。

张雪花解释,人的大脑本来广泛分布了维生素D的受体,维生素D受体也参与调节大脑神经递质,包括多巴胺、五羟色胺这些跟情绪密切相关的神经递质,而且它能够抑制一些慢性的炎症,是跟抑郁症发生有关的。但维生素D与治疗抑郁症没有直接关系,只能说维生素D缺乏的话,是一个抑郁的危险因素。

如果在雨季觉得心情低落怎么办?张雪花也给出了一些建议。“我们治疗时有一种‘光照疗法’,心情低落的人,也可以采取这样的方式来调节情绪。阴雨天可能会长时间待在室内,可以尝试调整家里面的光线,把灯开亮堂一些。”张雪花表示,这也是遵循“白天黑夜”的自然规律,在白天保持自然光线充足一些。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋 通讯员 乔木 石荣

医保待遇“线上评”,快审快评让患者少跑腿



扫码看视频

三湘都市报3月24日讯 “以前办理门诊慢特病待遇认定,需要到定点医院提交材料、等待评审,整个流程需要20多天。现在我通过手机就能办,3天就通过了审核。”3月24日,长沙市参保群众毛先生在收到门诊慢特病待遇申报审核通过的短信后,对“网上办”的便捷体验连连称赞。

门诊慢特病及“双通道”药品待遇认定是医保经办服务中的高频事项,事关群众切身利益。以往实行集中受理、集中评审模式,参保群众需前往定点医疗机构提交纸质材料,经人工核对、分类编号、专家集中审核等环节,每月组织一次评审,全流程耗时20个工作日,存在申报周期长、材料审核难、过程监管难等问题。

3月24日,记者从湖南省医保局了解到,为切实解决群众办事痛点,湖南省医疗保障局依托全省医保信息平台,开发上线“特门双通道线上评审管理”业务模块,目前已实现全省同步运行。

系统上线后,参保群众可通过就诊医院代办、手机App上传或窗口提交电子材料,实现“掌上办、就近办、一次办”。审核环节通过系统智能匹配病种与对应专家,专家在线完成审核,确保评审及时、公正、准确。同时,参保人可实时查询评审进度,审核结果由系统主动短信告知,全流

程公开透明,让群众“心中有数”。

通过流程再造与服务优化,湖南省医保待遇申评办理时限由原来的20个工作日压缩至7个工作日左右,评审效率大幅提升,有效解决了申报烦琐、待遇滞后等问题,切实增强群众的获得感与满意度。

链接

手机App操作指南 (以门诊慢特病待遇申请为例)

1. 打开湘医保App,进入“业务办理”页面,下滑至“经办业务”栏目,点击“特门业务办理”。
2. 点击“门慢门特材料上传”。
3. 在“门慢门特材料上传”页面(该页面待遇申报信息由就诊医院负责维护),点击“补充材料”。
4. 在“门慢门特材料补充”页面,按照页面提示一次性上传病历资料和医学检查报告等补充材料。
5. 在“特门业务办理”页面,点击“申请记录进度”可实时查询待遇评审进度。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋 通讯员 邓亨瑜 乔木