

长沙高校毕业生求职补贴开始申报了

2027届毕业生满足五类条件可申领1500元一次性补贴 线上申报9月13日截止

正值2027届毕业生求职筹备关键期,为减轻困难毕业生求职经济压力,8月12日,长沙正式启动2027届毕业生一次性求职补贴申报工作。长沙市内符合条件的多类院校非定向应届毕业生,满足五类困难条件即可申领1500元一次性补贴,申报通道现已开放,9月13日截止,全程线上办理、资金直达个人账户。



五类学子可申领补贴 政策明确申领规范标准

此次求职补贴覆盖长沙市全日制普通高等学校、技工院校高级工班、预备技师班、技师班及特殊教育院校职业教育类的毕业学年非定向培养毕业生,毕业生积极求职创业且符合五类条件之一,便可自愿提交申请。具体包含城乡低保家庭毕业生、零就业家庭毕业生、持证残疾毕业生、在读期间办理国家助学贷款毕业生、持有特困人员救助供养证的毕业生。

政策同时划定申领红线,杜绝重复申领、叠加申领情况。若毕业生同时符合两类及以上申领条件,仅可选择一种类别申领;此前已享受过一次性求职补贴、求职创业补贴的人员,不得重复申报。本次补贴统一标准为每人1500元,资金实行直达发放模式,将统一拨付至毕业生社保卡对应的金融账户,保障补贴精准直达、专款专用。人社部门特别提示,未激活社保卡金融功能的毕业生,需提前完成激活操作,避免影响补贴发放。

线上申报限时开启 全流程严格审核落地

本次补贴申领流程清晰规范,全程遵循“个人申请—学校初审—人社部门审核—公示—资金拨付”流程。个人申报统一通过“湘就业”微信公众号自助办理,院校与人社部门依托湖南省人社一体化平台完成审核工作,申报截止时间为2026年9月13日,逾期未申请、未补齐证明材料均视为自动放弃资格。

毕业生申报需按规范完成全套流程,先办理并激活社保卡金融功能,再登录专属板块填报个人信息、完成大数据资格校验,提交申请后打印签字申请表提交至学校。不同申领类型需提交对应有效证明材料,且多数材料需为2026年1月1日后开具、9月13日前出具的有效凭证,材料不全、信息有误将被驳回。

学校作为初审第一责任主体,专人核查毕业生学籍资质、材料真实性与匹配度,初审完成后统一整理汇总材料、加盖公章报送人社部门。人社部门完成复审后将公示合格名单,公示无异议后,联合财政部门通过银行代发方式,将补贴资金直接发放至毕业生社保卡金融账户,切实保障惠民政策精准落地,助力困难毕业生安心求职就业。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 王智芳
通讯员 石少雄 邹思洁



△制图

吃冰会缺钙、长胖?这些“锅”冷饮不背

湘雅医院专家释疑三大冷饮误区:控量、择时、分人群科学食用即可

高温盛夏,雪糕、冰淇淋、冰饮成解暑刚需。但“吃冰会缺钙”“冷饮全是添加剂”“吃冰越吃越胖”等说法,让不少市民不敢放心吃冰。8月12日,中南大学湘雅医院营养科副教授门美超权威辟谣:夏季冷饮无需彻底戒掉,选对、适量食用,可安心清凉度夏。

很多人认为冷饮会“冻坏骨骼”、造成缺钙。专家解释,真正导致钙流失的不是“冰”,而是冷饮中的高糖、高磷成分。多数雪糕含有食品磷酸盐与过量添加糖。偶尔适量吃冰不会伤骨,只有长期大量食用高糖高磷冰品才会造成钙流失。

翻看冰淇淋配料表,不少市民认为添加剂都是有害化工成分。专家介绍,冰淇淋由水、乳、糖、油脂组成,水油无法自然融合。配料表中的乳化剂、增稠剂等,作用是稳定口感、改善质地。正规厂家使用的食品添加剂均经国家严格安全准入,限量内无害。常见的“胶类”成分,大多提取自海藻、豆类等天然食材。市民避开三无作坊杂牌冰品即可。

“吃糖必胖”是大众普遍认知,对此专家表示,长胖的核心是总热量超标。按照《中国居民膳食指南(2022)》标准,成年人每日添加糖摄入上限为50克,理想控制值在25克以内。单支普通雪糕含糖量约16克、甜筒冰淇淋含糖约12克,单次食用并不会造成糖分超标。控制频次、不暴饮暴食,就不会因偶尔吃冰导致发胖。

专家强调,夏季解暑无需戒冰,控量、择时、分人群科学食用即可。健康成年人可饭后半小时小口慢吃,单次一支为宜。儿童青少年是管控重点人群。

6个月以下婴儿严禁吃冷饮;1至3岁幼儿尽量不吃冰镇食物;3至12岁儿童每周吃冷饮不超过2次;13至17岁青少年杜绝天天吃、暴食。市面上多数“儿童专属雪糕”糖分偏高,家长切勿盲目认为更健康。老年人消化功能退化,尽量少吃或不吃冰镇食品,解暑优先选择凉白开、常温瓜果。所有人吃冰都需遵循三不原则:不空腹、不猛吃、大汗淋漓不急着吃。

■文/三湘都市报全媒体记者 李琪
通讯员 刘莉 胡骐鹏 马紫洋

链接 低卡无负担 三款自制健康解暑冰品

为让市民健康解暑、减少添加剂摄入,营养师推荐三款家常自制低卡冰品,简单易操作、老少适宜。

无糖鲜果气泡冰:将柠檬、鲜果切片,搭配百香果果肉,加入冰块与无糖气泡水,点缀薄荷叶即可,清甜解暑、零负担。

酸奶燕麦鲜果冰棒:无糖酸奶搭配熟燕麦、奇亚籽搅匀,分层填入蓝莓、香蕉、芒果等鲜果丁,冷冻成型,低脂又饱腹。

冰镇绿豆百合汤/冰棒:绿豆浸泡煮开花,加入百合慢炖放凉,冷藏饮用清甜解暑,倒入模具冷冻即为健康绿豆冰棒。

湖南规范三类医疗服务价格项目10月8日起实施

三湘都市报8月12日讯 8月12日,记者从湖南省医保局获悉,该局印发《关于规范整合心血管系统等三类医疗服务价格项目的通知》(以下简称《通知》),落地国家医疗服务价格项目立项指南,对省内心血管系统、消化系统、物理治疗类医疗服务价格项目开展规范整合,新规将于2026年10月8日施行,有效期5年。

此次价格项目调整力度较大。全省新增心血管系统价格项目129项、消化系统价格项目150项、物理治疗类价格项目32项,同步制定一类价格、二类价格、三类价格的全省最高指导价;废止停用现行心血管系统价格项目173项、消化系统价格项目235项、物理治疗类价格项目64项,修订现行消化系统价格项目3项、物理治疗类

价格项目2项。《通知》明确,各级各类医疗机构开展心血管系统、消化系统、物理治疗类医疗服务,需遵照新的价格项目收取费用。公立医疗机构实行政府指导价管理,政府指导价所定价格属于最高限价,医疗机构不得上浮,可自行下浮,下浮不限。非公立医疗机构实行市场调节价,医保定点非公立医疗机构按照医保协议约定并承诺执行与公立医疗机构相同的收付费标准。

针对物理治疗类,《通知》指出,物理治疗类医疗服务价格项目为通用项目,已在其他类别立项指南特定学科中单独设立价格项目的,优先执行特定学科的价格项目,在其他立项指南都找不到对应医疗服务价格项目的方可按物理治疗类医疗服务价格项目执行,且所有物理治疗类医疗服务价格项目不重复收取辅助操作费。

■文/视频 全媒体记者 李琪 通讯员 胡骐鹏 马紫洋