

如何参加补贴培训



政策解读

根据劳动力市场的供求比例和需求情况,市人力资源和社会保障局发布了政府补贴培训的职业(工种)目录,享受政府培训费用补贴的对象参加目录中的培训项目,鉴定合格后,将享受政府50%-100%培训费用的补贴。

● 补贴对象及标准

本市户籍、在法定劳动年龄段内的以下对象可按规定享受培训补贴:

1. 失业人员、协保人员和原农

村富余劳动力

该类对象参加补贴培训目录内的培训项目,可按规定的补贴标准享受100%培训补贴。

2. 在职从业人员(含本市户籍的灵活就业人员、非正规就业劳动组织从业人员)

该类对象参加补贴培训目录内紧缺急需的培训项目,可按规定的补贴标准享受80%培训补贴;

参加补贴培训目录内其他培训项目,可按规定的补贴标准享受60%培训补贴。

3. 本市中等职业学校和高等院校的毕业学年学生

该类对象参加补贴培训目录内

中级或单项技术类专项职业能力项目鉴定且合格的,可按规定的补贴标准享受考核鉴定费补贴;

其中,高等院校毕业学年学生参加补贴培训目录内紧缺急需的中级以上或单项技术类专项职业能力的培训项目,可按规定的补贴标准享受80%培训补贴;参加补贴培训目录内其他中级以上或单项技术类专项职业能力的培训项目,可按规定的补贴标准享受60%培训补贴。

4. 退役士兵、残疾人、服刑、戒毒人员等经认定的人员

该类对象中退役士兵在退役后五年内参加补贴培训目录内的培训项目,残疾人参加补贴培训目录内

的培训项目、服刑、戒毒人员回归社会前经所在监狱、戒毒所批准参加补贴培训目录内经认定的培训项目,可按规定的补贴标准享受100%培训补贴。其他经认定的人员按相关规定享受培训补贴。

注意: 外省市户籍参加本市社会保险并处于缴费状态的从业人员,参加本办法规定的社会化项目,参照第二类对象享受培训补贴。

在本市中等职业学校和高等院校就读的外省市生源毕业学年学生参加本办法规定的社会化培训,参照第三类对象享受培训补贴。

经认定的外省市户籍、在法定劳动年龄段内、本市户籍人员的配

偶在沪未就业期间参加本办法规定的社会化培训,参照第一类享受培训补贴。

● 如何参加补贴培训

1. 凭本人身份证(或社保卡)或相关身份证明,到区就业促进中心接受培训指导后,自主选择补贴培训项目,并提供本人相关银行账号。

2. 选择补贴培训项目之日起3个月内,持本人身份证(或社保卡)到自主选择的补贴培训实施机构报名注册。

3. 在完成培训和考核鉴定后,补贴经费按规定的补贴标准和补贴比例直接补贴给劳动者本人。

镇社区事务受理服务中心



医生谈健康

当今三七被老百姓和商家称之为“神药”,药师们也听说了近些年三七价格的飙升,也时常会有亲戚朋友咨询三七保健的问题和如何服用?或者被作为走亲访友的赠送佳品。在此简单说说我的个人意见。

首先,要保证三七的货源,市场上三七的品质参差不齐,价格五花八门,不是专业人士很难鉴别三七的真伪,因此您如果需要服用三七保健,建议去当地的医疗机构挂看中医师,并在医院配药,或前往注册监管的国家连锁药店购买。至于三七的保健功效,如抗纤维化和抗肿瘤等,尚缺乏可靠的临床研究,不

“神药”三七如何正确服用

朱家角人民医院药剂科 项奇珍

建议以此为目的服用三七保健。

其次,三七并不是人人都适合服用。且有生熟之分。如需活血化瘀,治疗心血管疾病和降“三高”等,一般建议服用生三七。熟三七则有补血理血、提高人体免疫功能,只要炖10分钟即可,高温会破坏三七的有效成分。

另外,服用时需注意:

1. 三七性温,阴虚火旺者慎用,建议在中医师的指导下服用;
2. 心血管患者需服用抗凝剂,如果需服用三七,必须咨询医生,同时定期检查凝血功能;
3. 孕妇和月经期间禁用三七,服用可能有

流产的危险,经期则导致月经量增多而贫血;

4. 切勿服用过量,一般每天3-5克,可分2-3次服用,超量服用会出现口渴和四肢无力,此时应停药或减量,症状一般很快消失;

5. 服用时间一般建议不要长期服用,服用2-3个月可以停用一段时间,三七因有活血化瘀功效,特别是生三七,易刺激胃黏膜,造成胃部不适;

6. 建议不要在睡前服用,如过量服用会导致兴奋和口渴。

最后,药师提醒:“是药三分毒”,服用需谨慎。



花香朱家角

长寿花



大家对于长寿花都很熟悉,不少人家都会养上一盆,因此对于这种花自然不会陌生。养一盆无论是放置在阳台或是书房,总是能带来一丝朝气,给人好心情,也给见到它的人带来温馨和快乐。

说起长寿花,周家港村的陈大叔就乐得合不拢嘴,每次和他聊起这花,他总是会问我这样一个问题:“你知道,这长寿花有什么花语吗?”我摇摇头说:“这个倒是没研究过。”“长寿花的花语是:大吉大利、长命百岁、福寿吉庆。我的第一盆长寿花就是我孙女在我60岁生日的时候送我的,之后我就喜欢上这花,越种越多!”

长寿花花期是12月至翌年4月,长达4个月,因此被称为长寿花。长寿花是馈赠亲友和长辈的理想盆花。

王玉婷



市场速递

“以房养老”愿景好 谨防骗子设陷阱

70多岁的陈女士在小区散步时收到一则广告,一家公司称是获民政部授权的“以房养老”项目,只要将房产证抵押就可以每月领取2000元的“养老金”,待她身故后,公司将获得抵押房产的处置权。陈女士动了心,于是在2015年年底与该公司签订了合同。

刚开始的半年,这家公司每月都准时将钱转入她的账户。有一次,这家公司工作人员联系陈女士,称要用一下她的账户接收一笔

钱,到账后立即取走,几经忽悠,陈女士稀里糊涂同意了对方的要求。此后,陈女士发现,这家公司不再往她的账户里打“养老金”了,她联系对方时也已经找不到人。担心被骗,陈女士将抵押在对方处的房产证声明作废,并重新办理了房产证。

本以为此事告一段落,可过了一段时间,陈女士却接到法庭的传票。她被一家小额贷款公司告上了法庭,要求她尽快偿还60万元

贷款。此时,陈女士才明白:北京这家公司工作人员让她签字并不是什么合同,而是抵押房子向小额贷款公司申请了60万元贷款,而从她账户取走的钱正是这笔贷款。

提醒: 作为政府部门,民政部或民政局是不得参与任何商业活动的,更谈不上会授权商家推广所谓的“以房养老”项目,如果遇到类似推销,千万不要相信,以免上当受骗。

朱家角市场监管所



私房菜谱

黄金南瓜饼

家住乐湖新村的沈颖擅长制作各类点心,今天她给大家带来一道黄金南瓜饼。

这道点心制作简单,首先将蒸熟的南瓜放到干净的盆中,加入糯米粉,将南瓜和糯米粉混合在一起。和好面后取适量的面团,搓成圆球状,放在手心里压成饼状,也可以根据自己的喜好做成五角星、爱心等可爱造型。锅内加少许油烧热,将做好的南瓜饼放入锅内煎至两面金黄即可。

新鲜出锅是品尝南瓜饼的最佳时刻,金黄色的外观让人看着胃口大开,随着送进嘴里,甜甜的,软软的,口感正好。

● 小贴士: 别看南瓜饼只是一道简单的小点心,它有着许多食疗作用。



1. 解毒: 南瓜饼内含有维生素和果胶,果胶有很好的吸附性,能粘附和消除体内细菌毒素和其他有害物质,如重金属中的铅、汞和放射性元素,起到解毒作用。

2. 保护胃粘膜,帮助消化: 南瓜饼所含果胶还可以保护胃肠道粘膜,免受粗糙食品刺激,促进溃疡面愈合,适宜于胃病患者。南瓜饼所含成分能促进胆汁分泌,加强胃肠蠕动,帮助食物消化。

3. 南瓜饼中所含的甘露醇有通便的作用,可减少粪便中毒素对人体的危害,防止结肠癌的发生。

沈颖



角里说法

与“天降美女”谈了一场“假恋爱”

面对从天而降的美女,男子以为自己交上了桃花运,对女友处处有求必应。岂料女友频繁编织理由向他借钱,原来她并非真心而是图财。目前,犯罪嫌疑人蓝勤涉嫌诈骗罪正被青浦区检察院审查起诉中。

张叶是青浦人,年龄四十好几的他至今仍没有结婚对象,面对家人的不断催促,他自己也十分焦急。

今年1月的某天,他点开微信,突然收到一条好友申请,一个美女头像在闪动。张叶很好奇,他添加好友后,一个自称是朋友介绍的女子主动和他打起了招呼。这名女子叫蓝勤,在沪并没有稳定的工作,但平时生活奢华,还有赌博的恶习。在一次朋友聚会中,她从一个闺蜜那里得知张叶是公司老板,目前仍是单身。

了解到这些信息,蓝勤打起了小算盘,主动接近这位单身老板。两人在微信上聊得火热,不久便相约在一家咖啡馆见面。张叶对年轻貌

美的蓝勤十分满意,很快两人便确立了男女朋友关系。

面对从天而降的美女,张叶心花怒放,对蓝勤处处关心,百般呵护,唯恐自己哪里做得不周到。临近春节,蓝勤在电话中对张叶娇媚道:“快要过年啦,你打算送我什么礼物呀?”张叶没有多想,取出来1万元现金陪她逛街。蓝勤拉着他来到一家首饰店,挑中了一个黄金手镯和一个黄金戒指。买了没几天,蓝勤便将黄金手镯和戒指拿到当铺换了钱,来到赌场中输了个精光。不久,蓝勤在赌场中欠下高利贷,她又想起了张叶。这次,她谎称自己看中了一件高档上衣,又从张叶手中骗来了两千元。

从此以后,每当蓝勤手头紧的时候,便编造出各种理由向张叶借钱,用来赌博、还高利贷和个人生活消费。一来二去,张叶逐渐产生了疑心:女友为什么老是问自己要钱?她到底是不是真心的?

有一次,蓝勤不小心将手机落在了张叶的住处,张叶忍不住打开女友手机翻看。他看到蓝勤和微信上的一名男子聊天暧昧,顿时懵了。他激动地给女友打电话,质问她是怎么回事。蓝勤狡辩地糊弄了过去,谎称该男子正在追她,但是自己一直不同意,她心里喜欢的只有张叶一个人。张叶半信半疑,却也没有说什么。

转眼间到了3月,蓝勤又缺钱花了。她故技重施,这次她利用张叶想尽快结婚的心理,称只要将张叶名下的一处住宅过户给自己,两人立即可以登记结婚。张叶再也忍不住了,经熟人打探,原来蓝勤经常换男朋友,在和张叶谈恋爱期间,同时跟其他男子交往,张叶一气之下报了警。

检察官指出:犯罪嫌疑人蓝勤以非法占有为目的,虚构事实隐瞒真相,以假借恋爱的方式骗取他人财物共计价值3万余元,其行为已涉嫌诈骗罪。

马硕