

网友热议

长株潭融城历来是大家关注的焦点。日前,长沙地铁官方公布了最新轨道交通运营线网图,显示长株潭城际铁路S1号线正式纳入长沙地铁。

7月1日,株洲日报、株洲晚报微信平台发布的《长株潭城际将与长沙地铁实现票制融通》一文,不仅在朋友圈刷屏,还引来众多网友热议。

网友@老柠檬:想知道长株潭地区的“老年乘车卡”“退役军人证”在乘坐长株潭城际和长沙地铁时,有没有什么优惠?

网友@Brian Tang:票制融通,无需出站,即可二维码出入长沙市区地铁……如果车次也较多的话,长株潭城际铁路就相当于地铁的功能了。

网友@九皋恬:乘坐长株潭城际和地铁是享受同样的优惠政策吗?价格会不会降?老年人有没有优惠政策?

网友@岳馨:我现在从长沙到株洲都是选择坐城轨。在长沙观沙岭站上车,到株洲回心东下车,返程就反过来说,挺方便的。

网友@我也想你:广州到佛山的地铁叫“广佛线”,所以湖南这个也叫什么长株潭城际,就叫长株潭线或者S1号线吧,顺口也还好。

餐饮业目前似乎正在陷入困境。株洲餐饮行业协会一负责人透露,一些投资不菲的高档饭店,如今仅几万元转让却无人接盘。为何会出现这样的情况?又该如何破解?株洲日报社记者采访调查后,在自媒体平台发布的《株洲餐饮为何陷入困境?》,让很多网友深有感触。

网友@一诺千金:肉涨价的时候,饭店的肉类也跟着涨价,肉价回落到原来一半了,饭店却没降价。一个小青菜20元,一个带肉的菜要40元,一家三口出去吃个饭,随便便花掉200块,确实吃不起。

网友@马睿:我觉得还是要学会怎么掌握流量密码。口味、就餐环境、服务质量,这些基础的环节是必备的,但“酒香不怕巷子深”的时代已经过去了,怎么搞好营销,在这个时代很重要!

网友@肖肖:许多网红餐厅只注重装修和硬件,却没有培训工作人员的服务意识和态度。动辄几百万元的装修投进去,饭菜的味道却很一般。你们要知道,老百姓是会用胃和脚投票的,一时的新鲜难得长久留住客人。

网友@王大壮:其实株洲餐饮下行在疫情之前已有表现。经济下行,节约开支,性价比消费成为百姓消费习惯。对比长沙,中端规模,中低价格的餐馆生意仍然不错。想要吸引大众客流,就要少利多销,而不是成本或者毛利定价,抬高客单价,由此陷入恶性循环。

匠心闪耀株洲

株洲在全省率先设立工匠日,将每年10月25日定为“株洲工匠日”。隆重的仪式感,展现了制造名城对工匠精神的崇敬。让我们走近工匠,并通过他们了解株洲,寻迹城市的脉络与时代风潮。

策划:罗春娇
文案:青琪
设计:胡兴鑫



扫描二维码 获取详情

株洲日报社 新媒体编辑传播部 | 出品

新闻点击排行榜(6月28日-7月4日)

长株潭城际S1号线纳入长沙地铁 城际与地铁票制融通后,将享受换乘便捷
访问量:179.7万次 发布时间:7月1日 记者:沈勇跃

新塘路四期道路通车
访问量:78.3万次 发布时间:6月28日 记者:旷显红

株洲“七一”表彰大会召开(附“两优一先”名单)
访问量:75.4万次 发布时间:7月1日 记者:陈正明

今年餐饮门店的经营状况令人担忧 株洲餐饮为何陷入困境?
访问量:74.5万次 发布时间:7月2日 记者:徐滔

中车株洲所旗下中车智行公司 自主研发国内首列氢能智轨电车下线
访问量:66.1万次 发布时间:7月3日 记者:高晓燕

亚朵酒店拟落户职教城
访问量:64.8万次 发布时间:7月2日 记者:李逸峰

三个维度,看株洲产业前行新态势
访问量:61.4万次 发布时间:7月1日 记者:王娜

株洲港20多天发货3万余吨
访问量:60.6万次 发布时间:6月29日 记者:张威

铁路新建工程(新华路—公园路段)即将通车
访问量:59.7万次 发布时间:7月1日 记者:张威

株洲住房公积金2024年度结息达3.63亿元 人均获息965.08元
访问量:58.8万次 发布时间:7月4日 记者:王芳

权威资讯 尽在掌握



制图:谭俊杰

健康·广场

责任编辑:赖杰琦 美术编辑:言岚

彰显深厚军民情谊 市三三一医院 倾情力推医疗优待政策



市三三一医院开展关爱退役军人义诊活动。 通讯员供图

株洲日报全媒体记者/王芳 通讯员/杨何阳

在热烈的掌声和期待的目光中,株洲市三三一医院近日正式揭牌成为拥军优属定点医院,为退役军人、退役军人及其“三属”提供一系列医疗优待政策和优质服务。

株洲有着良好的拥军优属、拥政爱民传统,至今已连续七届蝉联“全国双拥模范城”荣誉称号。作为芦淞区区域医疗中心,株洲市三三一医院传承“血脉”中的红色基因,依托优质的医疗资源,一直用心为退役军人和其他优属对象提供就诊、住院、健康管理等医疗服务。

据介绍,此次拥军优属定点医院授牌,是市退役军人事务局与市三三一医院共同努力的结果,也标志着我市在拥军优属工作上又迈出了坚实的一步,将为全市探索新时代社会化拥军优属工作提供新样板、新典型,为持续巩固双拥创建成果做出新的贡献。

医院将以此次授牌为契机,充分发挥引领作用,践行拥军优属定点医院使命和担当,更好地服务于退役军人、退役军人和其他优属对象,让他们享受到更快捷、更便利、更优质的医疗服务,推动我市双拥共建工作高质量发展。

值得一提的是,株洲市三三一医院为现役、退役军人及“三属”制定了“六免、五优、一同享、一赠送、一补贴”的医疗优待政策。这些政策涵盖了诊疗费、停车费、救护车费用、体检项目、门诊检查等多个方面,旨在让军人及军属在就医过程中享受到更多的实惠和便利。具体内容如下:

六免政策

1. 免诊查费:现役军人和退役军人凭有效证件即可享受普通号和院内专家号的免费诊查服务。
2. 免停车费:凭现役证、退役优待证,可享受4小时免费停车。
3. 免救护车费用:全市(城区)急救救护车接车费用全免(含洞口城区)。
4. 免费体检:伤残军人每年可享受一次原价800元的体检项目(核磁、肠镜除外)。
5. 免费B超检查:每年为男性退役军人提供一次门诊泌尿系B超(前列腺和膀胱)检查。
6. 天伦康养院优惠:入住第一年每月减免300元,免入住体检。

五优政策

1. 优先就诊通道:现役、退役军人本人可享受优先就诊服务。
2. 优先入住病房:现役、退役军人本人可享受优先入住病房的权益。
3. 体检优惠:提供7折优惠的体检服务(核磁、胃肠镜除外)。
4. 大型检查优惠:门诊大型检查(核磁、CT、彩超)享受9折优惠。
5. 中医特色治疗优惠:中医特色治疗(艾灸、针灸、火龙罐、中药外敷、推拿、盘龙灸)享受7折优惠。

同享政策

现役、退役军人直系亲属来院就医,需来院登记后,可同等享受医院提供的优惠政策。

赠送政策

优待对象住院,提前报备后,出院时可领取一张不记名500元体检卡(限每年一次)。

补贴政策

重点优抚对象(享受国家定期抚恤补助的优抚对象)住院,医保和优待对象报销后,自付部分关爱补贴500元(限每年一次),不足500元按实际自付部分进行关爱补贴。

株洲市三医院第六党支部 荣获“株洲市先进基层党组织”殊荣



表彰大会现场。 通讯员供图

在我市庆祝中国共产党成立103周年及“七一”表彰大会的庄严时刻,株洲市三医院第六党支部于7月1日荣膺殊荣,被授予“株洲市先进基层党组织”的崇高称号。这一荣誉不仅是对该支部过去一年辛勤耕耘与卓越贡献的肯定,更是对未来持续发挥党建引领作用、深化心理健康服务的期许。

党建引领,赋能发展;心理健康,护航未来。株洲市三医院第六党支部始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,紧密围绕医院中心工作,将党建工作与心理健康服务深度融合,创新性地打造“医心党建 心灵驿站”品牌,以党建为引领,推动心理健康事业蓬勃发展。

一年来,该支部积极践行“呵护心灵 护航成长”的理念,将心灵驿站延伸至校园、单位及基层,开展形式多样的义诊活动

和心理咨询服务。同时,依托“22203333——株洲市心理免费咨询热线”及“12355 株洲市青少年心理健康咨询热线”,构建了一张覆盖全市、24小时不间断的“心理服务网”,为市民提供了及时、有效的心理支持。

据统计,该支部全年共举办心理健康科普知识宣教、心理减压等义诊活动超过百场,惠及人数突破十万大关。其中,“赋能妈妈”成长公益课堂及中考考前“团体心理减压”活动,以其精准的定位和显著的成效,赢得了社会各界的广泛赞誉与好评。

展望未来,株洲市三医院第六党支部将继续秉承初心,牢记使命,以更加饱满的热情和更加扎实的作风,推动心理健康服务向更高水平迈进,为构建和谐社会、促进人民健康福祉作出新的更大贡献。

(通讯员/易静)

小暑中医养生指南

随着太阳逐渐北移,我们迎来了二十四节气中的第十一个节气——小暑。此时,虽非最热,但已能感受到暑气的蒸腾,人体也需顺应自然变化,调整养生策略。

避暑清湿 养阴扶阳

小暑时节,阳热下降,湿气上腾,形成“湿热交蒸”的气候特点。中医认为,暑湿之邪易乘虚而入,损伤人体阳气,引发中暑、心脑血管疾病及肠道传染病等。因此,避暑清湿、养阴扶阳成为此阶段养生的关键。建议减少在烈日下的户外活动,保持室内环境清凉通风,适当使用电扇或空调降温。同时,多喝水,补充因出汗而流失的水分和电解质,多进食清凉解暑的食物,如西瓜、绿豆等。

少动多静 养心安神

小暑时,人体阳气旺盛,但能量消耗也较大。中医提倡“少动多静”的养生原则,避免阳气外泄太过。运动时应选择清晨或傍晚,避开高温时段,进行散步、太极拳、瑜伽等较为和缓的运动。同时,保持心境平和,避免急躁、恼怒等不良情绪,以防心火亢盛,损伤心脏。可以

听悠扬的音乐,看优美的图画,或进行冥想、深呼吸等放松身心的活动,以养心安神。

合理饮食 调养脾胃

小暑时节,人体脾胃功能相对较弱,饮食应以清淡、易消化为主。建议少吃辛辣、油腻、过咸的食物,以免损伤脾胃。可以多吃蔬菜、水果、粥类等富含营养且易于吸收的食物。例如,绿豆粥、莲子粥、菊花粥等,不仅清热解暑,还能健脾养胃。此外,适当食用一些具有养心安神功效的药材,如金银花菊花茶、枸杞茶等,也有助于缓解夏季的烦躁情绪。

按摩穴位 滋阴降火

夏季出汗多,易伤阴上火。中医认为,涌泉穴是滋阴降火的重要穴位,位于足底部,蜷足时足前部凹陷处。每天晨起和睡前,用较强的力按摩涌泉穴20至30次,有助于缓解因上火引起的口干、眩晕、焦躁等症状。此外,还可以按摩太溪穴、三阴交穴等穴位,以滋阴补肾、调节气血。

(全文来自网络)

院长当“患者” 体验就医流程



“你好,我没带医保卡,怎么挂号?”“我需要在医院开点药,找谁?”6月28日,株洲恺德心血管病医院党委书记、院长陈大来(图左2)带领该院财务部、医务部、运营部、行政后勤部、人力资源部等部门负责人开展“一把手走流程”活动。活动中,陈大来以普通患者身份分别在医院门诊和住院部体验就诊流程,从患者及患者家属的角度去发现问题,寻找不足,进而优化就诊流程,让服务更有“温度”,促进医疗服务提质增效。

(通讯员/黎婕好供图)