



第七届端午民俗文化节暨山西省第三届龙舟公开赛 活动安排

(一)启动仪式

- 1、时间:6月19日上午9:00
- 2、地点:西湖水上舞台
- 3、内容:①文艺节目表演;②启动仪式;③龙舟点睛;④观看赛龙舟。

4、承办单位:县体育总会、县广播电视台

5、责任单位:县体育服务中心

(二)民俗看沁州

1、民俗展演

(1)时间:6月19日—6月21日

(2)地点:县民俗馆

(3)内容:①祭祀屈原;②包粽子比赛;

③民间七十二行技艺展演;④民俗展览;⑤民间传统趣味活动。

(4)承办单位:县民俗文化协会

(5)责任单位:县文体广电新闻出版局

2、民间传统文化巡游

(1)时间:6月19日—6月21日(每天上午一场)

(2)地点:县城西内环、青少年活动中心广场

(3)内容:①党政口“清朝皇帝出巡”

巡游队伍;②农口“吴王献米”巡游队伍;

③宣教口“隋唐时期王通讲学”巡游队伍;④经商贸口“皇后泉传说”巡游队伍;⑤新店镇舞龙巡游队伍;⑥定昌镇跑旱船巡游队伍;⑦故县镇跑驴巡游队伍;⑧郭村镇高跷巡游队伍;⑨册村镇舞狮、二鬼摔跤。

(4)承办单位:党政口、农口、宣教口、

经贸口、新店镇、定昌镇、故县镇、郭村镇、

⑩册村镇舞狮、二鬼摔跤。

(4)承办单位:党政口、农口、宣教口、

经贸口、新店镇、定昌镇、故县镇、郭村镇、

⑩册村镇舞狮、二鬼摔跤。

(4)承办单位:党政口、农口、宣教口、

经贸口、新店镇、定昌镇、故县镇、郭村镇、

⑩册村镇舞狮、二鬼摔跤。

册村镇

(5)责任单位:县文体广电新闻出版局

3、八音会大赛

(1)时间:6月19日—6月21日(每天下午一场)

(2)地点:青少年活动中心广场

(3)内容:八音会大赛

(4)承办单位:县文体广电新闻出版局

(5)责任单位:县文体广电新闻出版局

(三)龙舟亮沁州

山西省第三届龙舟公开赛

(1)时间:6月19日—6月21日

(2)地点:县城西湖

(3)内容:①公开组传统龙舟200米直道竞速;②公开组传统龙舟500米直道竞速;③公开组传统龙舟500米环形赛。

(4)承办单位:县体育总会

(5)责任单位:县体育服务中心

(四)曲艺唱沁州

1、沁州书会

(1)时间:6月19日—6月21日下午3:30晚上8:00

(2)地点:曲艺广场

(3)内容:①山西沁州书会鼓曲唱新新人新作展演;②山西沁州书会鼓曲唱曲名人名曲展演;③山西沁州书会太行盲人曲艺论坛。

(4)承办单位:县文联、县曲艺家协会、县文化馆

(5)责任单位:县文化服务中心

2、传统庙会

(1)时间:6月16日—6月23日(唱戏、物资交流会)

(2)地点:苏式一条街小广场(唱戏)

苏式一条街(物资交流会)

(3)内容:唱戏、物资交流会

(4)承办单位:县工商局、县文体广电新闻出版局、县环卫中心、县城管队、唯思可达公司

(5)责任单位:县工商局

(五)乐游在沁州

1、第十届钓鱼大赛

(1)时间:6月20日上午8:30—10:30、下午15:30—17:30:

(2)地点:北海鱼塘

(3)内容:手杆钓鱼比赛

(4)承办单位:县钓鱼协会

(5)责任单位:县民政局

2、北方水域一日游

(1)时间:6月19日—6月21日

(2)地点:环西湖各景点(南涅水石刻馆、二郎山森林公园、永庆寺、西湖、苏式一条街、决死队纪念馆、民俗馆、青少年活动中心)

(3)承办单位:县文旅中心、县交警队

(4)责任单位:县文旅中心

3、骑行天下美丽沁州游

(1)时间:6月20日

(2)线路:广场—友谊街—沁州路—育才街—西内环—西渠上—开村普照寺—郭村大云院—仁胜决死队旧址—漳河源

头——景村湿地公园——北海河道——广场

(3)承办单位:县自行车运动协会

(4)责任单位:县文旅中心

(六)影像展沁州

《美丽沁州我的家》摄影展、书法展

(1)时间:6月19日—6月21日

(2)地点:县决死队纪念馆

(3)内容:乡村世界·漳河源头·生态水城·沧桑岁月·行摄天下·今日沁州

(4)承办单位:县摄影家协会、县书法家协会

(5)责任单位:县新闻中心

(七)经典诵沁州

端午篇·中华经典诵读

(1)时间:6月16日—6月18日

(2)地点:各中、小学校

(3)内容:组织学生参与文化节相关活动,通过开展中华经典诵读,培育和践行社会主义核心价值观,强化未成年人思想道德教育,培育爱国主义民族精神,传承中华民族优秀文化传统。

(4)承办单位:县直各中小学校

(5)责任单位:县教育局

(八)招商促沁州

招商引资签约仪式

(1)时间:6月19日上午11:00

(2)地点:沁州宾馆

(3)内容:重大项目签约仪式

(4)承办单位:县招商局、县发改局

(5)责任单位:县招商局

长治市住房公积金新政策

一、调整拓展六项住房公积金业务

(一)放宽租房提取

简化手续,租房提取不再提供无房证明,即可按年申请提取本人及配偶账户内的住房公积金,提取额度不超过每月2000元。首次提取可一次性提取两年的房租费用。

提取资料:

1.缴存职工夫妻双方的无房房产证明(公积金缴存地房地产管理部门出具);

2.缴存职工夫妻双方的身份证书、结婚证;

3.缴存职工本人银行卡。

(二)新增物业费提取

缴存职工每年可凭物业费支付凭证,提取本人及配偶的住房公积金。职工可按年提取,每次提取的额度不超过当年物业费用。

提取资料:

1.物业费支付凭证;

2.缴存职工夫妻双方身份证书、结婚证;

3.缴存职工本人银行卡。

(三)新增进城务工人员提取

进城务工人员可按年申请提取本人账户内的住房公积金(进城务工人员为非城镇户口的或户口不在本市行政区域内、劳动合同在三年以内的缴存职工)。职工可按年提取,每次可提取账户内全部余额(账户内最低保留10元)。

提取资料:

1.缴存职工本人户口本;

2.缴存职工本人身份证;

3.缴存职工本人银行卡;

4.劳动合同(非城镇户口不需要提供)。

(四)惠民性提取

发生过购房行为但未使用过住房公积金的缴存职工及配偶,在2015年5月4日至2015年12月30日,可提取夫妻双方的住房公积金,提取额不超过所购房当时的价款。

提取资料:

1.缴存职工购房的房屋所有权证或已备案的购房合同;

2.购房款收据或发票;

3.缴存职工夫妻双方的身份证书、结婚证;

4.缴存职工本人的银行卡。

(五)大购房提取额度

发生住房消费行为三年之内,包括购买、建造、翻建、大修自住住房(含公寓性住房),或进行偿还住房公积金贷款,可提取本人、配偶及直系亲属的住房公积金,提取额含房款和地下室、储藏室购置费用以及每平米1000元以内的房屋装修费用,提取资料仍按原政策提供即可。

乡村教师、乡村医生等缴存职工群体在农村建房,进一步简化手续,不需要再提供县或区级以上规划、住建局等相关单位的批准文件,只需村委出具建房证明即可。

(六)解除劳动合同提取的取消两年未再就业的限制

提取资料:

1.解除劳动关系合同或解

很多人上班下班都是坐着,殊不知,久坐的危害甚于吸烟。澳大利亚昆士兰大学研究发现,久坐1小时的危害约等于抽两根烟,也就是减寿22分钟。台湾署立双和医院复健医学部主任刘宏指出,每天下班后,不妨尝试以下6个动作,有助于缓解久坐不适。

1.双手合掌互推。坐直,双手合掌互推,保持这一动作5秒后放松,至少做4次。此动作可以锻炼胸大肌,也可以瘦手臂。

2.抬腿。抬起一条腿,直至腿部发酸,再换另一条腿,可以锻炼平时很少运动到的大腿股四头肌。

3.贴墙站。后脚跟离墙一拳远,肩胛骨往后来,收下巴,腹肌用力向后缩,尽量使腰部与墙没有空隙。能伸展前胸,放松紧绷的肩膀。还可以增加难度,即大腿往下坐,缓慢上下摩擦墙壁,这样可以锻炼大腿股四头肌。

(4)调整借款人个人征信报告的审查范围。取消对借款人助学贷款信用的审查,已结清的各类信用卡不再纳入审查范围。

(5)调整建造、翻修、大修贷款额度。申请建造、翻修、大修的公积金贷款额度在本中心规定的贷款额度范围内,最高额度由原来的不超过工程预算总价的60%调整为50%,在主体完工后发放。

(6)提高住房公积金贷款最高额度。住房公积金最高贷款额度由60万元提高到100万元,并取消原有政策中贷款额度受购房所在地(市区、县区)、配偶是否缴存公积金的限制;公积金装修贷款保留装修房屋面积的限制,装修贷款最高额度为90平米以下30万元90平米以上(含90平米)40万元,不分县市区。

(7)放宽公积金贷款期限。贷款期限由原来的最长不超过30年,且不超过借款人法定退休时间后5年,调整为最长不超过30年,且不超过借款人65岁。

(8)放宽借款人还款能力的核定。还款能力由原来的按借款人夫妻双方收入的50%核定,调整为按包含借款人配偶、父母、子女的月工资收入的60%核定。

在长治市行政辖区内同一套住房可以先申请购房贷款再申请装修贷款,两笔贷款的最高额度不超过100万元(不可以先申请装修贷款再申请购房贷款)。

(9)放宽公积金贷款期限。贷款期限由原来的最长不超过30年,且不超过借款人法定退休时间后5年,调整为最长不超过30年,且不超过借款人65岁。

(10)放宽借款人还款能力的核定。还款能力由原来的按借款人夫妻双方收入的50%核定,调整为按包含借款人配偶、父母、子女的月工资收入的60%核定。

4.趴在床上。睡前和起床后,可以在床上趴一会儿,这一动作有助于被动伸展全天紧缩的前侧躯干。

5.半蹲。双脚距离与肩同宽,收紧小腹,大腿往下坐,可以有效地锻炼大腿肌肉。

6.踮脚。双脚并拢着地,用力踮起脚尖,然后放松,重复20~30次。踮起脚尖时,两侧小腿后部肌肉每次收缩时,挤压出的血液量,相当于心脏搏动排血量。所以,久坐的人最好每坐1小时就做1次踮脚运动,可使下肢血液循环流畅。

<p