



见习记者 项乐茹

全市公办中职生学费全免

首批9223名在校生受益

今年1月,省财政厅、省发改委、省教育厅,以及省人力资源和社会保障厅联合下发《关于进一步完善中等职业教育学生资助政策的通知》,要求从2012年秋季学期起,对公办中等职业学校全日制正式学籍一、二、三年级所有在校生免除学费(艺术类相关表演专业学生除外)。民办学校按当地同类型同专业公办中职学校学费标准给予补助,高出部分,学校可以按规定继续向学生收取。另外,免学费补助资金由省与市县财政共同分担。

据了解,我市共有7所中等职业学校(含瑞安市技工学校),其中两所为民办中

等职业学校,首批共9223名在校中职生获益。2013年春季学期起,公办中等职业学校不得向学生收取学费;在同类型同专业的情况下,民办中职学校若与公办中职学校收费相同,则免除学生学费(艺术类相关表演专业学生除外);若比公办中职学校收费高,则高出部分再继续收取。

根据通知要求,各中职学校必须将2012年秋季学期收取的学费予以退还。同时,考虑到部分民办中等职业学校财政开支问题,市财政部门正在加紧制定出台有关补助资金政策。在这之前,民办中等学校不得以任何形式违规收费。

昨日,记者从市教育局获悉,为加快推进中等教育发展的,我市中职教育学生资助政策有所调整,政策规定从2012年秋季学期起,对公办中等职业学校全日制正式学籍一、二、三年级所有在校生免除学费(艺术类相关表演专业学生除外),民办中等职业学校也享受此项政策,首批9223名在校中职生受益(含瑞安市技工学校302人),大约减免学费1844.6万元。

R 小贴士
Rui bao Tel 6688 6688

瑞安日报旗下产业

桔子航空

24小时

特价热线

6688 8080

桔子航空 部分特价机票

为方便市民买到最实惠的机票,桔子航空特开通机票咨询热线66888080,以下航班机票价格仅供参考,详情请来电咨询(注:因转机航班机票价格变动快,请以当日查询的价格为准)。

近日温州始发机票价格:

- 直飞航线:
 - 温州至上海:3月3日、3月4日500元(4折);
 - 温州至深圳:3月3日、3月4日770元(8折);
 - 温州至青岛:3月3日650元(6折),3月4日440元(4折);
 - 温州至北京:3月3日、3月4日780元(5折);
 - 温州至广州:3月3日740元(7折),3月4日580元(5.5折);
 - 温州至淮安:3月3日、3月4日480元(5折);
 - 温州至重庆:3月3日560元(4折),3月4日490元(3.5折);
 - 温州至天津:3月3日800元(8折),3月4日1000元(全价);
 - 温州至成都:3月3日1070元(7折),3月4日920元(6折)。
- (以上所有机票价格均不含机建燃油费)
- 现温州至重庆、成都机票紧张,有需求的市民请尽早预订!

(记者 林长凯 整理)



教您挑果蔬

记者帮帮帮

本报讯(记者 蔡玲玲)番茄不是菜市场或餐桌上的名门闺秀,她属于邻家姐姐,是普通老百姓餐桌上最受欢迎的蔬菜之一。它与鸡蛋是黄金搭档,有时,也是很多名菜中的重要配角。番茄不仅拥有艳红的外形与酸甜的口感,而且果实营养丰富,特别是它所含的茄红素,对人体健康更有益处。番茄可以生食、煮食、加工制成番茄酱、汁等,食用方式也多种多样。眼下,正是我市番茄上市的时节,菜场上那些光鲜亮丽的番茄,看起来确有几分勾人的姿态呢。

专家教您挑自然熟的番茄

买番茄的时候,很多人都会挑个大、颜色漂亮的。有些番茄,为了更容易被相中,在它们还没成熟时,就被种植者用乙烯利、酒精等化学药物催熟。催熟的番茄外貌往往比正常的番茄好看,但没有经过完整的生育期,口感、品质、营养方面就大为逊色了。如何买到自然熟的番茄,记者邀请市农业局农业站技术人员陈义重来担当相菜总监,他建议:

一是从外观上来分辨。果形周正、果面光滑、脐小、无裂口、无虫咬为佳。自然成熟的番茄,果蒂部分通常能看到绿色,经过催熟的番茄果实着色特别均匀,整个果实均为红色,果蒂部很少看到绿色(果蒂就是果子窝处的那个把儿,跟枝相连的地方)。自然成熟的番茄,体型匀称,柔软,催熟的番茄,外观有些还有明显的尖顶,有的还有棱,那是喷施过量防落素类植物生长调节剂造成的,长期食用这种番茄对人体肝肾有损害。

编者按:本版在推出“记者帮你挑海鲜”系列报道后,受到众多读者的关注。应广大市民要求,今日起,继续推出“挑果蔬”系列。如果说,海鲜是您餐桌上的一道点缀,那么果蔬绝对是生活中的必需品。正因为它们与生活息息相关,我们才想接近它们,跟它们来个亲密接触。为此,记者特联系市农业站的技术人员与酒店主厨及营养专家,全面解析果蔬能量,帮您打造成挑果蔬的专家。

本期推荐:番茄



二是从手感上辨别。番茄成熟的标志是软而不是硬。自然成熟的番茄,捏起来手感比较软,而催熟的番茄,捏起来手感就很硬。

三是从果实内部观察。果肉肥厚、心室多而小者为好。掰开番茄后,催熟的往往无籽或籽呈绿色,果肉少汁;自然成熟的籽呈土黄色,果肉红色,而且多汁。

四是从口感上区别。催熟的番茄食而无味,口感发涩;自然成熟的吃起来是沙的,酸甜适口。

大厨是这样烧番茄的

阳光假日酒店行政总厨郑宏冠推荐菜谱:

西式番茄饭

主料:番茄、泰国香米

辅料:青豆、玉米、胡萝卜、生菜

调料:番茄沙司、盐、味精、鸡精、白糖

烹饪方法:炒

做法:番茄去皮切丁,胡萝卜切丁,青豆、玉米、胡萝卜焯水后控干水分备用,生菜修剪成圆形,生菜焯备用,热锅后倒入食用油,油热后下番茄丁翻炒,加番茄沙司,下入米饭翻炒,使每一粒米饭上都包裹到番茄汁调味;下入焯好的青豆、玉米、胡萝卜,加入糖盐调味翻炒均匀,出锅装盘,配备生菜焯即可。

芝士番茄焗安格斯牛肉

主料:番茄、安格斯牛肉、芝士

辅料:土豆仔

调料:盐、味精、鸡粉、牛尾汤

烹饪方法:焗

做法:番茄顶端切个小口,挖出果肉备用,番茄果壳作为容器;安格斯牛肉切四方小块,土豆仔去皮,加入番茄果肉加入牛尾汤熬至牛肉酥烂(调小火)一起烧至入味,盛入番茄壳,将盛好牛肉的番茄壳加盖,放入焗盆中,将芝士洒在番茄上,入烤箱中220度烤10分钟左右,至表面焦黄即可。

营养专家眼中的番茄

番茄的营养价值是被肯定的,但关于番茄是生吃好或是熟吃好,各有说法。市人民医院门诊营养科副主任医师戴福仁介绍,番茄生吃所保留的营养物质,有防癌抗癌和预防多种疾病的作用。同时,生番茄还可以抑制多种细菌和真菌,有利于口腔炎症的恢复,且具有清热解毒,生津利尿,凉血平肝和降低血压之功效。与食用生番茄相比,人们食用加工后的熟番茄,更能提高血液中番茄红素的浓度,番茄红素作为一种极强的抗氧化剂,可以有效地清除体内的氧自由基。

公积金说吧

2012年4月我们创办了《公积金说吧》栏目,过去的一年,栏目在广大读者的积极参与下日渐成熟,公积金话题更加贴近实际、贴近生活、贴近群众,有力地推进了我市住房公积金工作。新年伊始,我们将加倍努力办好这个栏目,希望有更多的群众来信咨询求解、提意见或建议,让彼此的沟通更顺畅,互动性更强,服务更到位。

欢迎广大群众来信来电互动
来信地址:瑞安市罗阳大道596号
公积金中心瑞安分中心综合科收。
电话:967366、65856171、65856162。
电子信箱:razfgjj@126.com。

住房公积金提取可否委托他人办理?

解答:可以委托他人办理。在支取前,委托人和被委托人必须同时到公积金大厅办理当面委托手续或到公证处办理公证委托手续。

实例:钱某系江西人,原为华峰氨纶股份有限公司职工,单位为其缴存了住房公积金,2013年1月19日,钱某离职回江西,需一次性提取住房公积金账户余额(以非本市户口职工与单位终止劳动关系后,不再在本市重新就业的,可申请提取住房公积金余额)。由于其账户还未处于封存状态,不能提取,故钱某委托其工友待账户封存后为其办理提取手续。

办理委托时需提供的资料:

- 1.委托书(分中心提供);
- 2.委托人和被委托人的身份证原件;
- 3.委托人的银行储蓄卡。

被委托人办理外地职工离职提取住房公积金需提供的资料:

- 1.离职证明;
- 2.委托手续(包含委托书、委托人和被委托人身份证复印件、委托人银行储蓄卡复印件);
- 3.住房公积金提取申请表(单位盖章);
- 4.被委托人身份证原件。

办理情况:钱某于2013年1月25日,与其工友周某到公积金办事大厅当面办理了委托手续,2月5日,华峰氨纶股份有限公司为钱某办理了账户封存手续,2月7日,周某携带委托书等相关材料到办事大厅,为钱某办理公积金提取手续。

温馨提示:提取业务每个工作日均可受理,但离职提取时提取人账户必须处于封存状

态。否则,提取人应联系单位经办人为其办理账户封存手续(账户封存等变更业务限每月1日-10日办理),之后方可提取。

(通讯员 陈瑶 记者 金晓锋)

