

公积金建德分中心： 联网减负，践行“最多跑一次”

谢小凤 胡水珍

近日，公积金建德分中心窗口积极发挥网上办事平台、基层公积金窗口的作用，全力助推政务服务“最多跑一次”工作。据了解，继建德公积金中心将25项业务纳入“最多跑一次”改革后，在回应群众“少跑路、快办事”的服务需求上，又有新动作。住房公积金单位网上对账业务优化、全国住房公积金异地转移接续平台上线、公积金铁路分中心实现与杭州公积金中心系统一体化管理这三项新政策是从6月26日开始实施，是公积金中心主动扩大服务外延，推进业务提速增效，联网减负，以实际行动践行“最多跑一次”所取得的高颜值成绩单。

住房公积金实现单位网上对账业务优化

“之前使用公积金网上对账功能，首先需要注册，然后在网站下载《杭州住房公积金单位会员注册申请表》并填好，盖好单位公章之后，提交至公积金中心柜台，由柜员进行人工核实并开通后，才可以使用。”某单位公积金经办人说。

建德公积金中心负责人表示，去年一

体化以后，公积金中心不断深化大数据业务处理，继与民政、住建等单位联网后，将住房公积金单位网上对账业务进行了优化。

自从住房公积金单位网上对账业务优化后，单位用户只需要在网上的注册页面填写相关信息，且信息与公积金业务系统

留存信息一致，包括单位客户号、单位代理人姓名、单位代理人证件号码及手机号码等，将无需再跑至柜面进行人工核实，注册即开通，“至少跑一次”的业务实现了“一次都不用跑”。若核对不一致，单位将无法进行网上注册，须至中心柜面进行核实或修改。

全国住房公积金异地转移接续平台正式上线

回到家乡工作以后，之前在外地工作时的公积金怎么办？别担心，全国住房公积金异地转移接续平台上线啦！再也不用提供各种证明，两地来回跑。用户只须到工作调入地公积金中心提出申请，申请后11个工作日内，原账户中的住房公积金就可接续到调入地职工个人公积金账户中。值得注意的是，通过该平台进行资金转入和转出的，仅限一般住房公积金，公积金补贴及一次性补贴等资金除外。

据了解，自全国住房公积金异地转移接

续平台上线以来至7月3日止，杭州公积金中心已接受调入申请403人，其中资金已转移接续到账的已达29人。

公积金铁路分中心实现与杭州公积金中心系统一体化管理

自公积金铁路分中心实现与杭州公积金中心系统一体化管理之后，浙江省内的铁路职工办理公积金提取业务的网点增加了许多，除了公积金铁路分中心，杭州地区所有办理住房公积金的网点均可办理我省铁路职工公积金提取业务。就是说，我市铁路职工提

取公积金可就近在公积金建德分中心办理，不需要去杭州到公积金铁路分中心去了，衢州、兰溪等的市民也可以就近到我市来办理。

需要说明的是，铁路职工离职提取公积金，本省户口职工与所在单位终止劳动关系后，未重新就业满5年或者男性年满50周岁、女性年满45周岁的，方可提取；非本省户口职工与所在单位终止劳动关系后未在本省重新就业的，提供单位终止劳动关系证明即可提取。如有任何疑问，可拨打12329电话咨询。

防晒——你真的会了吗？

盛夏烈日当头，不少爱美的人使出各式招数防晒，可是，你真了解怎样防晒吗？你防晒真方式做得对吗？

先说什么是防晒？海边游泳的人会说“防止晒伤”，路上的行人会说“防止晒黑”，完全正确！

紫外线可以晒伤皮肤：防晒其实是预防日光中的紫外线对皮肤的损伤，紫外线分为长波长的UVA、中波长的UVB及短波长的UVC，其中UVC在进入大气层时被臭氧层吸收，能到达地面的只有UVA和UVB。导致皮肤晒伤的主要是UVB，中波长的UVB主要引起皮肤的红斑反应，引起皮肤的红肿脱皮，甚至水疱，导致晒伤。因此防止皮肤晒伤，主要是预防UVB的损伤。

紫外线可以晒黑皮肤，诱发和加重色斑：皮肤经过太阳照射之后很容易变黑，还会出现各种色斑，这是紫外线中的UVA引起的。长波长UVA有很强的穿透力，它可以激发色素合成而导致肤色“变黑”，导致雀斑、黄褐斑、老年斑的出现或加重。并且UVA能够穿透玻璃，即使在室内，也可能受到长波紫外线的伤害，所以怕晒黑和色斑，主要是预防UVA。

紫外线只是会“晒黑或晒伤”皮肤吗？NO！

紫外线除了可以“晒黑、晒伤”皮肤，

还可以引起皮肤光老化—色斑、干燥、毛细血管扩张、皱纹、松弛和下垂，通俗地说就是紫外线促使皮肤过早出现老化性改变，是比自然老化更可以预防和减缓的一种老化。

光老化主要是长波长的UVA，到达真皮层，使结合水分的透明质酸的含量减少，使真皮内胶原蛋白、弹性纤维破坏，导致皮肤干燥，出现皱纹和松弛，所以防晒能够减缓这种衰老，防止光老化也成了防晒的另一大任务！

防晒很重要 那到底怎么样做防晒才对呢？

目前防晒的方法是物理遮挡防晒和防晒霜。在夏日防晒不建议二选一，而是缺一不可。

物理遮挡防晒：

主要是包括遮阳帽、遮阳伞、太阳镜及保护性衣物。其中太阳帽、遮阳伞及衣物是织纱密度越高，颜色越深或加有防晒涂层，防晒效果越好，帽檐的边长最好在7.5cm以上。太阳镜则应该选择覆盖全部UV的，要求镜面能完全遮住眼睛和眉毛，镜片深色为宜，但也不宜过深以免影响视觉。

防晒霜：



防晒霜可分为物理性防晒剂和化学性防晒剂，有什么区别？该如何选择呢？

物理性防晒霜是在皮肤表层形成反光膜，以将紫外线反射回去的方式减少紫外线对皮肤的伤害。化学性防晒霜是将紫外线吸收进成分中，使其不进入肌肤，达到防晒的目的。物理性防晒剂的优点是安全性高，稳定性好，不易引起过敏，且即涂即防晒。但其比较厚重，涂抹后皮肤表面容易泛白，堵塞毛孔。化学性防晒霜的优点是较清爽，不粘腻。但敏感皮肤可能会有过敏反应，需要提前涂抹才能发挥作用，且需要反复涂抹。目前化妆品业较多采用两者结合，取长补短，达到清爽又不油，且温和不刺激的品质。

整理自新华网