

赴尼山“圣境”养身心

曲阜尼山鲁源村民俗康养一日游活动开启

都市晨报

养生

YANG
SHENG

06

2026年
3月13日

星期五

编辑 / 王 惠
美编 / 徐 丞
校对 / 李希斌

本报讯(记者 张翔宇)“二月二,龙抬头,风调雨顺好年头。”值春回大地、万物复苏之际,徐州报业传媒集团健康融媒中心联合徐州知遇行旅游咨询有限公司(三千芳华),推出曲阜尼山·鲁源村民俗文化康养一日游活动,邀您与老友同行,赴尼山“圣境”、访圣贤故里、养身心健康。本次活动将于3月20日、21日发团,徐州起止,仅需99元/人,即可解锁一场集历史探秘、民俗体验、康养休闲于一体的春日雅集。

据了解,本次康养一日游的目的地曲阜尼山鲁源村是名副其实的“圣源故里”。据《阙里志》记载,这里正是孔子诞生的昌平乡所在地,康有为手书的“古昌平乡”石碑静静矗立,承载着两千多年的儒家文脉。如今的鲁源村,将千年儒风与烟火气息完美融合,青砖黛瓦间,身着古装的村民NPC拱手问好,让人一秒“穿越”回春秋时期,沉浸式感受圣源深处的静谧与厚重。

本次活动恰逢农历二月二,这场旅程更是藏满了民俗惊喜与康养乐趣:非遗老师傅将现场制作祥龙糖画,指尖翻飞间,一条条腾飞的祥龙跃然而出,让您近距离感受非遗民俗的温度,沾取春日福气;春日暖阳下,专业老师将带领您练习养生八段锦,吐故纳新,舒展筋骨,在千年古村的静谧中实现身心同调;更有专业摄影师全程跟拍,在昌平门下、寻芳桥边,为您和老友定格芳华倩影,轻松刷屏朋友圈。



景区丰富多彩的演出。

此外,本次行程安排充实且舒适。市民在指定时间、地点集合后,乘坐正规空调旅游大巴(一人一座)前往曲阜,车程约2.5小时。抵达鲁源村后,将有4小时的充足时间游览,深度感受古村韵味与民俗风情,下午适时集合返程,不赶行程、重在体验。

服务保障方面,99元/人的费用包含全程交通、鲁源村首道大门票(挂牌价90元/人)、优秀导游服务、旅行社责任险及旅游意外险双重保障,更赠送专业旅拍跟拍服务(电子照片免费赠送)。为方便市民自由体验当地美食,本次行程不含午餐,大家可自主选择景区内品尝孔府糕点、熏豆腐等特色美食,或打卡网红中药奶茶店,解锁舌尖上的曲阜风味。

作为官媒牵头组织的特色活动,徐报集团健康融媒中心全程把控品质,金牌导游陪同,让市民出行安心又省心。

春和景明,儒风拂面。这个二月二,暂离都市烟火,与三五老友一同奔赴圣境鲁源村,在历史文脉中滋养心灵,在民俗雅趣中寄托期盼,抬出一年的好运气、好兆头!

特别提醒:本次行程任何证件(军官证、残疾证、老年证等)不再享受额外优惠,无差价可退;若行程中自愿中途离团,未完成部分视为自行放弃,费用不予退还。

发团日期:3月20日、21日(徐州起止)

活动价格:99元/人

咨询热线:18752101220(王老师)

@肾友们,第十七届肾友会招募50名肾病患者

本报讯(记者 张翔宇)今年3月12日是第21个世界肾脏日,“人人享有肾脏健康:关爱生命,守护地球”的主题再次将肾脏健康的重要性摆到大众面前。为提高广大肾病患者对疾病的知晓率,加强患者的自我管理,构建和谐医患关系,徐州市第九人民医院将于3月15日下午2:00在埃罗莎国际钻石酒店举办第十七届肾友会活动。现面向全市(不限户籍)招募肾病患者50名,符合条件的市民均可报名参加,活动现场可领取精美礼品一份。

据介绍,本次肾友会活动现场将有专家为病友带来专业肾病知识讲座,并进行现场义诊。此外,肾友们还将献上精彩的节目表演。现场设有互动抽奖环节,每位到场的患者将获得精美伴手礼一份。

据了解,徐州市第九人民医院血液净化

中心成立于2009年5月25日,该中心在全国民政系统窗口单位为民服务创先争优活动中被民政部授予“优秀服务品牌”荣誉称号,并获徐州市百姓办事“零障碍”工程“金牌服务岗”荣誉称号及徐州市“人民满意医疗卫生服务窗口”“三八红旗先进集体”“青年文明号”“苏皖鲁豫省际交界地区肾脏病专科联盟成员单位”等荣誉称号。

中心现有肾脏病学主任医师1名、副主任医师2名、主治医师1名、国家级血液净化专科护士3名、省级血液净化专科护士2名、省级肾脏病专科护士1名、市级血液净化专科护士6名,医护人员配备合理,业务精湛,深受广大患者好评。目前,中心常规开展血液透析、血液透析滤过、血液灌流、单纯超滤、无肝素透析等多种血液透析技术,并开展动

静脉内瘘手术、自体动静脉瘘吻合术及动脉狭窄球囊扩张等技术。每月可透析2600多人次,每年可为近200名尿毒症患者提供近30000人次的血液透析治疗。

■特别提醒

招募对象:慢性肾功能衰竭已开展血液透析或腹膜透析的患者

招募电话:0516-83983806 83983807

招募时间:即日起至3月14日

活动地址:徐州市泉山区淮海西路195号埃罗莎国际钻石酒店一楼翡翠厅



扫描二维码
可加入
徐报健康肾友团

加入「徐报·乐年团」参与各项活动
① 扫描二维码添加「徐报·乐年团」小助手微信
② 咨询电话:0516-85698208
③ 投稿邮箱:2083507344@qq.com

医保政策周周见2026年第6期 职工生育保险待遇(六)

徐州医保周周见
人人参保有医靠
惠徐保 徐州人专属的补充医保

1. 生育保险如何参保缴费?

答:用人单位按照属地原则依法参加生育保险,并按时足额缴纳生育保险费。我市用人单位按照本单位职工工资总额的1%缴纳生育保险费,职工个人不缴纳生育保险费。

2. 无痛分娩纳入医保,报销比例是多少?

答:职工住院生育采取按病种付费,即定额结算。如果生育过程中使用了无痛分娩,三级医院定额结算标准为7200元、二级医院

为5000元、一级医院为3700元。

在三级医院,职工个人仅需支付定额的15%。在二级和一级医院,职工个人无自付,由生育保险基金与医院全额结算。

3. 部分治疗性辅助生殖技术项目基金支付范围有哪些?

答:自2024年7月1日起,有13项辅助生殖类医疗服务项目纳入医保基金支付范围。目前,徐州有5家医院获批开展以上项目,分别是徐州市妇幼保健院、徐州市中心医院、徐州市中医院、徐州矿务集团总医院、徐州医科大学附属医院。在批准的定点医疗机构,发生的辅助生殖技术项目的门诊治疗费用,实行门诊按项目单独支付,职工医保除自付的费用外,基金按80%予以报销。

4. 女职工住院分娩财政补助多少,补助方式是什么?

答:2025年7月1日起,参加我省基本医疗保险并处于待遇享受期的孕产妇,在定点医疗机构发生的住院分娩目录范围内医疗费用(含期间发生的合并症、并发症诊治费用)经基本医保、大病保险与医疗救助按规定支付后,剩余个人自付部分由财政给予补贴。孕产妇办理出院结算手续时,即时享受个人自付部分补助,只需结算住院分娩目录范围外个人自费部分。

对于因异地生育等情形需回参保地办理手工(零星)报销的,医保经办机构在办理报销时,一并将个人自付部分的补助发放给孕产妇本人。
本报记者 晏飞 整理

