

从怀孕到生娃,这7笔钱记得领



日前,中央财政下发了2026年的育儿补贴资金,共999亿元,加上各级地方财政配套,今年整体投入约1100亿元,全部用于减轻普通家庭的生育和育儿压力。

除了育儿补贴,从怀孕建档开始,一直到孩子满三周岁,一共可以享受7笔福利。

第一笔,孕期产检报销。

宝妈怀孕12周建好档案之后,在定点医院做产检,只要是符合政策的产检项目,结账的时候就能直接报销。不管交的是职工医保还是居民医保,只要医保正常参保,就能享受这项产检报销福利。

就算宝妈自己没有参保,只要宝爸正常缴纳职工医保,也可以用来报销产检的相关费用。比如在河北,这种情况,可以按规定的50%报销产检相关费用。

第二笔,住院分娩报销。

不管是顺产还是剖宫产,生孩子住院产生的医疗费用,在政策范围内的部分都能报销,出院的时候直接结算就行。就算是异地生孩子,只要提前做好医保异地备案,报销待遇也不受影响。

第三笔,生育津贴,也就是大家常说的产假工资。

这是专门给缴纳了生育保险的女职工的生育福利,无需个人主动申请,津贴直接发放到个人银行账户。在浙江杭州等地,不仅是单位职工,包括灵活就业人员也可以参加生育保险,享受这项服务。

注意,男职工虽然也交生育保险,但如果妻子没有工作,只能报销生育医疗费用,领不到这笔津贴。

第四笔,0到3岁普惠育儿现金补贴。

每个孩子一年可以领3600元,每个月300元,从孩子出生一直领到孩子满三周岁。家里有多个孩子的,福利可以叠加,也就是每一个孩子都能单独享受这份补贴。注意,这笔补贴需要家长每年主动申请一次。

大家可以在微信、支付宝的育儿补贴小程序,或者当地政务服务平台线上提交申请;也可以去户籍所在地的街道、乡镇的便民服务窗口线下办理。

第五笔,三岁以下婴幼儿照护个税专项附加扣除。

家里有三周岁以下的小宝宝,父母正常缴纳个人所得税的,就可以享受这项抵扣福利。每个孩子每月可抵扣2000元个税额度。每年在个税汇算清缴的时候申报一下,就能实实在在省下一笔钱。

第六笔,男方陪产护理津贴。

这个福利各地的政策不太一样。有没有补贴、补贴多少钱,每个地方规定不同。各位宝爸可以去当地政务大厅咨询一下,看看当地有没有这项福利、该怎么申领。

第七笔,专属的生育奖励。

另外,很多地方还额外出台了专属的生育奖励政策。大部分地区会重点照顾二孩、三孩家庭,或是本地户籍家庭,补贴形式也很灵活,有的是一次性发现金奖励,有的是按月、按年发补贴,大家可以多留意自己当地的官方政策。

这些福利的目标都是帮咱们普通家庭减轻生育、育儿压力,中央和地方可以说是想了不少办法,各位家长也要及时了解政策、依规办理申领,享受国家民生福利。

据央视网

空调进入消费和使用高峰期 安全提醒必看

夏季来临,空调作为防暑降温的必备家电,已进入消费和使用高峰期。《2026年第一季度全国消协组织受理投诉情况分析》显示,2026年第一季度,全国消协组织共受理空调器投诉1705件,其中涉及安全类投诉17件。中国消费者协会、中国家用电器服务维修协会与中国市场监督管理委员会提醒消费者:

一、正规渠道选购,仔细查验商品信息。消费者应通过大型商场、家电专卖店、电商平台等正规渠道选购空调,并查验空调是否具备国家强制性产品认证(3C认证)及能效标识;坚决抵制无生产日期、无质量合格证、无生产厂家的“三无”产品。交易完成后,及时索要并妥善保管发票、保修卡等凭证,从源头保障消费安全。

二、查验作业资质,拒绝无证施工。安装维修是确保空调安全使用的关键环节。鉴于高处作业及电气安全的特殊性,消费者应优先选择品牌授权或具备专业资质的服务团队。安装前,消费者应查验安装维修人员是否持有应急管理部门颁发的《特种作业操作证》(作业类别应为

高处作业等),并有权拒绝无证人员进行安装。

三、规范日常使用,杜绝安全隐患。空调使用前,消费者应检查电源线路,确保空调电源未与其他大功率电器共用同一插线板;使用期间,定期清洗滤网,防止积尘引发火灾。若空调运行出现异响、异味或冒烟等异常,应立即停机断电并联系专业人员检修,切勿自行拆机或忽视故障信号。此外,还应避免在空调外机悬挂重物、踩踏、晾晒衣物或私自拆改安装位置。使用前最好联系专业人员对空调进行深度清洁保养,以延长寿命并排除内部零部件老化带来的电气隐患,确保空调始终处于良好运行状态。

中消协呼吁广大空调生产厂家及安装服务提供商切实履行主体责任,加强对安装服务人员的培训,确保安装人员持证上岗,严守操作规程,拒绝违章作业,保障消费者在安全前提下畅享清凉。同时,也提醒广大消费者,如遇消费纠纷,可登录全国消协智慧315平台进行投诉。

据央视新闻客户端

穿着外裤能直接坐床上吗?

穿着在外奔波了一天的衣服和裤子,回家后直接往沙发或床上一坐、一躺。但一想到这些衣物碰过各种公共场所的表面,比如地铁座位、办公室椅子和餐厅座椅,就觉得浑身不自在。

问题来了,穿着外裤能直接坐在床上吗?

平时问题不大

先说结论,对于大多数健康人而言,通过日常外出衣物感染传染性疾病的概率很低。虽然理论上衣物可能在疾病传播中扮演“中间”角色,但它的重要性尚不明确,而且总体风险很小。之所以这样说,主要基于以下几个原因:

1. 需要足够数量的病原体 大多时候,外衣上存在的极少量病原体并不足以让人生病,一般都要达到一定的数量才能引发感染。
2. 病原体存活时间有限 不少导致呼吸道和胃肠道疾病的病原体在体外存活的时间并不长。
3. 衣物纤维的“吸附”作用 衣物的纤维可以在一定程度上“锁住”病毒和细菌颗粒,让它们不那么容易通过接触转移到人的手上或其他

表面。

4. 传播效率远低于直接吸入 主流观点认为,与直接吸入感染者咳嗽或打喷嚏产生的飞沫相比,衣物上附着的病原体“生物利用度”要低得多。

外衣的一个风险 可能携带过敏原

对普通人来说,通过外衣感染疾病的总体风险比较低,但外衣有一个易被忽略的风险,许多常见的过敏原(例如花粉)会通过外衣“搭便车”进入我们的家中。

如果你是季节性过敏(例如花粉过敏)患者,就要特别注意了,可以采取下面的措施来预防过敏:

1. 回家后立即脱掉外衣;
2. 定期用吸尘器清洁布艺家具;
3. 在花粉季外出时可以考虑戴上帽子和太阳镜,且回家后洗头、洗脸。

总之,穿外裤坐在床上引发疾病的风险很低,不必过于担忧。但如果自己或家人身体不适,又或者心里感觉不舒服,换掉外衣外裤就好了。

据科普中国微信公众号

舟山乡音报

从远洋捕捞业合作投资兴建国际渔业会议中心
舟山盈海远洋
在基里巴斯开出“友谊花”

6月10日,新一期《舟山乡音报》和读者见面了,欢迎大家扫码阅读。



扫码阅读电子报

2026年10月10日 星期一
第10期
零售每份0.5元
全年50元

舟山乡音报编辑部
地址:舟山市定海区...
电话:0580-2525200

新纪录电影《舟山群岛》全卷首映,定档10月15日全国公映
舟山生态实践元素亮相大银幕

世界最高海中桥塔冲制“双塔顶”
高塔海底隧道推进突破1.8公里

海鸟筑巢之域 如何“更上一层楼”

勇担使命 舟行致远