



# 年底前租房提取公积金限额上调20%

## 最高可达每户21600元/年

本报讯(记者 刘述波)记者从哈尔滨市住房公积金管委会2022年第二次会议获悉,为深入贯彻落实中央、省、市助企纾困有关精神,充分发挥住房公积金制度保障性功能和普惠性作用,6月1日至12月31日,哈尔滨市受新冠肺炎疫情影响的公积金借款人,不能正常偿还住房公积金

贷款的,不作逾期处理,不作为逾期记录报送征信部门;同时,哈尔滨市租房提取公积金限额上浮20%,无房租房自住的职工家庭可分次提取,提取上限为市区(包括呼兰、阿城、双城)21600元/年·户,县(市)14400元/年·户。

为帮助缴存企业克服疫情影响,其

可按规定申请缓缴住房公积金或降低住房公积金缴存比例至5%,对受疫情影响特别严重的企业,住房公积金缴存比例最低可降至3%,到期后补缴缓缴的住房公积金或提高住房公积金缴存比例。在此期间,缴存职工正常提取和申请住房公积金贷款,不受缓缴影响。



### 踏青行

端午节期间,不少市民来到哈尔滨大剧院湿地踏青。

哈报手机记者 顾玉骝 摄

### 旅游

## 端午小长假 这10个景区最热门

本报讯(记者 李佳琪)小长假省内游客最喜欢去哈尔滨哪里玩?5日,携程发布《2022端午假期旅行大数据》,数据显示,端午小长假跨省游加速升温,哈尔滨端午假期旅游产品总订单量相较清明增长406%,酒店订单量相较清明假期增长705%。哈尔滨融创乐园、北方森林动物园等十个景区最热门。

### 十大热门景区

哈尔滨融创乐园、北方森林动物园、香炉山、凤凰山国家森林公园、哈尔滨极地公园·极地馆、松峰山景区、平山鹿苑旅游区、龙塔、东北虎林园、波塞冬沙滩水世界

### 出行

## 本周出行 留意这7条易堵路段

本报讯(记者 王铁军)高德地图交通大数据监测显示,本周(6月6日至12日)通勤日早晚高峰车流量将增多,其中,6月6日早晚高峰最堵车,7处路段最易拥堵。

本周进入高考,提醒驾驶人,行经考点周边应错峰错峰,提前查看实时路况,选择合理路线绕行。



## 今天芒种最高15℃ 明起气温回升

本报讯(刘宇飞 记者 董琳 陈悦)今天我们迎来芒种节气,这标志着仲夏时节正式开始,但今天的天似乎与仲夏相去甚远,白天阴有小雨,气温较低、风力较大,体感清凉,小长假后第一天上班,我们要适当添衣,带好雨具。

受今年第13号东北冷涡影响,5日哈尔滨市气温出现断崖式下降,最高18.2℃,是1961年有气象记录以来历史同日第八位。今日气温继续走低,有望创下历史同日新低。不过随着东北冷涡的移出,7日-10日气温将迅速回升,9日、10日最高温将达26℃至27℃。



### 小知识

### 仲夏至此始 四野皆插秧

芒种是二十四节气中第九个节气,标志着仲夏时节正式开始。字面意思是“有芒的麦子快收,有芒的稻子可种”。此时节,我国从南到北都在忙着耕种,长江流域“栽秧割麦两头忙”,黄河流域“豆不让宿,麦不让晌”,这是一年中农人们最忙的时节,一派“家家麦饭美,处处菱歌长”的景象。辛苦劳作之余,古人应时应景地形成煮梅、送花神等习俗,抚慰劳作疲惫的身心。

养生专家建议,此时节宜顺应夜短昼长的季节特征,“夜卧早起,无厌于日”,中午最好适当小憩。饮食上注意清淡,多吃祛暑益气、生津止渴的食物。此时节是皮肤病的高发时期,衣物要勤换,保持洁净干燥。

### 彩票

#### 体彩中奖号码

- 7星彩第22063期 971692+7
- 排列3 第22146期 194
- 排列5 第22146期 19404

#### 福彩中奖号码

- 双色球 第22063期 06 08 09 17 22 31+11
- 3D 第22146期 848
- 22选5 第22146期 04 11 17 20 21
- P62 第22146期 266636+1

## 一天4杯奶茶,24岁小伙躺进ICU?

### 警惕! 招来糖尿病的一个坏习惯,很多人天天在重复

日前,有这样一则消息爬上了微博热搜:据5月11日《澎湃新闻》报道,广西柳州一24岁男子因每日习惯喝至少4杯奶茶,之后出现腹痛、恶心、呕吐等症状,被诊断出糖尿病等数种疾病,转入ICU病房治疗。黑龙江省中医药文化传播协会理事张雷医生提示,过多的糖分摄入只是诱发糖尿病的因素之一,不良的生活及饮食习惯都可能是诱发糖尿病的因素。近些年,糖尿病已经成为一种常见的慢性病。不但中老年人群会得病,甚至不少青少年也患了糖尿病。

根据科普中国报道显示,2021年全球成人糖尿病患者有5.37亿,相比2019年增加了7400万,增幅达16%。我国糖尿病患者(20-79岁)达到了1.409亿,每10个成年人中,就有一个糖尿病患者

者。然而,在糖尿病发病率与日俱增的大背景之下,仍然有许多人对糖尿病不甚了解。糖尿病都有哪些症状?常听到有人说,糖尿病是吃糖吃出来的,一旦患病无法根治……事实果真如此吗?糖尿病和饮食习惯有啥关系?糖尿病这样的“老年病”为啥越来越年轻化?今晚,新晚报“健康冰城”直播栏目一一为您解答。

今晚新晚报“健康冰城”直播栏目请到了张雷医生(主治医师),与大家聊聊关于糖尿病的相关问题。张医生师从于国医大师段富津教授,临床作风细密务实,是黑龙江省中医药文化传播协会理事、黑龙江省中医药学会青年委员会委员,从事中医临床、教学20余年,临床诊治疾病崇尚传统思维,擅于辩证,用药精当。尤其擅长治疗月经不调、痛经、崩漏等

妇科疾病,糖尿病、甲状腺病等内分泌科疾病,以及更年期综合调理。今晚的直播节目中,有被相关

问题困扰的读者可直接参与直播,与张雷医生对接、问诊,免费挂号。



- 直播时间: 6月6日(星期一)19:30
- 参与办法: 1. 手机微信关注新晚报微

信公众号,点击“健康冰城”栏目获取更多专科医生出诊信息。 2. 扫描上图中二维码咨询小编,并可直接对接张雷医生。