

养老金及时足额发放有保证，今年养老金政策亮点在哪儿？



有一定的差距，根据人社部的部署，养老金2020年将全面实现省级统筹，为养老保险全国统筹打好基础。

实际上，我国已经迈出养老金全国统筹的第一步。去年7月1日，我国开始实施企业职工基本养老保险基金中央调剂制度。中央调剂基金由各省养老保险基金上解的资金构成，按照各省企业职工平均工资的90%和在应参保人数作为计算上解额的基数，上解比例从3%起步，逐步提高。

刘昆表示，企业职工基本养老保险基金中央调剂制度执行了半年，去年半年调剂金额是2400多亿元，有22个省份从中受益，受益金额600多亿元，适度均衡了不同省份间的基金负担，一定程度上缓解了各地基金负担苦乐不均的问题。

为了确保各地养老金按时足额发放，财政部今年还要采取一些相应的措施，例如将调剂比例提高到3.5%，预计全年中央调剂基金规模将达到6000亿元左右，进一步缓解个别省份基金收支压力；拟安排中央财政基本养老金转移支付预算7392亿元，同比增长10.9%，重点向基金收支矛盾较为突出的中西部地区和老工业基地省份倾斜；对于通过中央调剂和中央财政补助后基金仍存在滚存缺口的省份，将按照中央和地方共同负担的原则，弥补基金收支缺口。不断巩固现有养老保险省级统筹的成果，并进一步规范有关政策。在此基础上，尽快实现养老保险全国统筹。

董登新认为，从目前来看，要实现养老金的全国统筹，除了应尽快完成省级统筹之外，还要攻克配套制度改革的难关。

“配套到位，对于推进全国统筹至关重要，现在的全国统筹是一个配套改革，因此目前加大配套改革的力度，成为当务之急。”董登新表示。

(据《新京报》)

减轻企业社保缴费负担、加快推进养老保险省级统筹改革，是今年政府工作报告中关于养老金政策的两大亮点。

政府工作报告中指出，下调城镇职工基本养老保险单位缴费比例，各地可降至16%。加快推进养老保险省级统筹改革，继续提高企业职工基本养老保险基金中央调剂比例、划转部分国有资本充实社保基金。

“有人担心，社保费率降低后养老保险的发放问题。我可以保证，我们有能力保证养老金的及时足额发放。而且，还要适当提高养老待遇。”人社部部长张纪南表示。

财政部部长刘昆介绍，初步统计，去年全国企业职工基本养老保险的收入是3.6万亿元，基金支出是3.2万亿元，当年结余约4000亿元，滚存结余达到了4.6万亿元。“目前社会保险基金的运行情况总体良好，能够确保养老金按时足额发放。”

但刘昆也表示，受人口老龄化加剧和人口流动不均等因素的影响，再加上此前基金不能在省际调剂使用，确实有部分省份的基金收支平衡压力比较大。

城镇职工基本养老保险单位缴费比例降至16%

2019年政府工作报告提出，要下调城镇职工基本养老保险单位缴费比例，各地可降至16%。

实际上，近年来我国企业职工基本养老保险单位缴费比例也有所调整，目前缴费的比例在19%左右。而今年，这一比例要降至16%，对比来看，下降了3个百分点。

张纪南3月12日在部长通道中表示，养老保险单位缴费比例可以降低到16%，最多的省份可以降低4个百分点。力度是比较大的。他认为，这些综合降费举措主要目的是减轻企业负担，增强企业活力，推动经济的发

展。一方面，从现实来看，由于一些历史原因，我们国家的社保名义费率是偏高的，有一定降费空间。另一方面，从长远来看，降低费率以后，企业有了活力，可以不断扩大再生产，扩大就业，而且门槛降低了，就业的人就会越来越多，参加社保的人也会越来越多，社保基金的“蛋糕”就会越做越大，形成良性循环，必然进一步增强社保制度的可持续性。

中国养老金融50人论坛核心成员、武汉大学金融证券研究所所长董登新表示，一次性降3个百分点，力度非常大，降幅相当可观，是今年政府工作报告中企业减税降费部分最大的亮点，能够极大地减轻企业的社保负担，降低企业用工成本。如果将这一措施与降低增值税税率相结合，可以看出企业最重要的两个负担都有所减轻，减税降费总幅度对于企业来说还是比较大的。2019年

大幅度减税降费，对企业轻装上阵，降低用工成本和税务成本，刺激投资、扩张是非常有帮助、有作用的。

2020年全面实现省级统筹

政府工作报告还提出，加快推进养老保险省级统筹改革，继续提高企业职工基本养老保险基金中央调剂比例、划转部分国有资本充实社保基金。

董登新认为，由省政府来统一征收全省的职工基本养老保险费用，然后由省政府直接给全省退休人员发放退休金，地市县的政府不插手、不干预，这才是真正意义上实现省级统筹，而全国统筹只有在省级统筹的基础上才能顺利切换、过渡。“只有全国各省份都实行了职工基本养老保险省级统筹，才可以过渡到全国统筹，这一步很关键。”

目前，我国的养老金离实现省级统筹还

记者跑市场

单位：元/斤

魏鑫农贸市场 千禧量贩

芹菜	1.8	1.86
黄瓜	3.3	3.26
蒜苗	1.8	2.18
青菜	2.0	2.28
短豆角	5.0	4.86
西红柿	3.5	3.28
青椒	4.0	3.88
土豆	1.8	2.16
洋葱	1.0	0.86
鸡蛋	3.3	3.58
五花肉	10.0	11.98

菜价小幅上涨 菠萝集中上市

3月14日上午，记者走访市区多家菜市场发现，相较于前段时间，芹菜、土豆、青椒等蔬菜的价格都有所上涨，其中青椒每斤上涨了一元左右，涨幅最为明显。“青椒前几天还是2块多一斤，今天就涨到了4块。”当天上午，在市区魏鑫农贸市场买菜的市民李先生抱怨道，“少涨点还行，一下子涨了一块多就有点让人接受不了了。”而蔬菜商贩表示，最近主要是青椒的批发价上涨了，“我们也是随行就市，价格涨了销量跟着少了不少，但也不能赔钱卖啊”。而在经过近一个月的连续下跌后，本周市场鸡蛋价格保

持在了3.3元/斤，便宜的价格对市民来说是一大利好。

此外，随着气温不断回升，市面上各色水果逐渐增多，除了常见的香蕉、草莓，菠萝也早早上市了。同一日上午，记者在魏鑫农贸市场看到，黄灿灿的菠萝被商家摆在显眼的位置。正忙着削皮的商贩告诉记者，削好皮的菠萝2.5元一斤，不削皮的10元3个。“这都是刚从外地拉回来的，保证新鲜可口。”商贩介绍，最近几天忽冷忽热，菠萝的销量一般，期待天气继续转暖后销量能上去。(张朝峰)

乐活

春天多吃五种蔬菜 尝鲜还养生



菠菜、韭菜、香椿……春季，这些时令蔬菜陆续上市，给人们带来美味的同时，也守护着大家的健康。

菠菜护眼明目。菠菜是叶黄素的最佳来源之一，这种营养素对于预防眼睛衰老导致的“视网膜黄斑变性”十分有效。同时，菠菜还富含维生素B2和β胡萝卜素，前者充足时，眼睛不容易布满血丝，后者可以在体内转变成维生素A，有助预防干眼病。此外，菠菜还富含钾、钙和镁元素，能帮助眼部肌肉增强弹性，降低近视概率。

荠菜能补钙。荠菜营养丰富，其维生素C、类胡萝卜素以及各种矿物质含量较高，尤其值得一提的是，其含钙量高于同等重量的牛奶。荠菜还有一定药用价值，传统医学认为它可用于辅助治疗痢疾、肠炎、胃溃疡等疾病。

莴笋抗过敏。莴笋含丰富的维生素、钙、镁、膳食纤维等成分。研究发现，莴笋中的某种物质可以抵抗因春季过敏而引发的鼻炎，缓解过敏带来的不适。

香椿增加食欲。香椿不仅香味独特，还富含钾、钙、镁等矿物质，其B族维生素的含量在蔬菜中也名列前茅。此外，香椿还含有香椿素等挥发性芳香族化合物，可起到健脾开胃、增加食欲的功效。因为香椿中硝酸盐和亚硝酸盐(储存过程中由硝酸盐转化而来)的含量较高，因此烹调前最好先焯烫一下。

韭菜有助护肝。李时珍把韭菜描述为“肝之菜”，就是因为肝主升发，而韭菜是温性食物，能起到助肝升发的作用。而且，韭菜含有挥发性精油及硫化物等特殊成分，散发出一种独特的辛香气味，有助于疏调肝气，增进食欲，强化消化功能。(海宇)

生活中有哪些“隐形盐”食物？

很多人都知道，吃盐太多容易引起高血压，加重肾脏负担。国家制定的膳食指南推荐的盐摄入量是包含各种食物里的“隐形盐”的，特别是婴幼儿和老年人，如果不注意日常生活中食物的“隐形盐”存在，容易摄入过多盐量，不利于身体健康。

那么，生活中有哪些“隐形盐”食物呢？第一，调味酱料。如鸡精、味精、酱油、蚝油、豆瓣酱、番茄酱……这是最容易被忽视的隐形盐食物。炒菜时，如果加入这些佐料量比较多，就可以不加盐了，否则口味可能太重，不适合孩子、老人食用。一般仔细看一下标签中钠的含量就能知道其中含盐的分量了。有时有些人会纳闷：明明一点盐都没放，只放了酱油，可是口味还那么重，这就是酱油等其他调味品含钠导致的。

第二，加工肉制品。爱吃的烤肠、火腿、培根、烧鸡等，这些产品的盐含量其实也是非常高的，一定要尽量少吃，吃这些食物时，可以配合吃馒头或者面包等基本没有盐的食物。

第三，很多咸味的零食。如薯片、虾条、锅巴、蜜饯、瓜子；另外，一些罐头，如鱼片干、鱿鱼丝罐头等，都含有大量的盐，吃多了会让嗓子变沙哑，也容易引起咳嗽。

第四，各种汤类。如排骨汤、猪蹄汤、老鸭汤等，这些汤类中的盐含量不可忽视。按正常的咸味感知来说，一小碗汤下肚，相当于多吃了1克盐。如果想要喝点汤，一定要注意尽量清淡，同时搭配米粉、馒头或者面条等食物。(任飞)



彩市彩民

福彩3D 近期预测

最近几期，奖号的奇偶走势中，奇数稍逊于偶数，未来四五期偶数可能要弱于奇数，15、17、35、37、57、39、19这样的两奇组合可适当多关注。

未来四五期，奖号之四六分解式：2346—015789，前者四码至少出一码；五五分解式：23468—01579，后五码包含3个奖号的概率较低。

跨度可参考2、3、4、5、6、7、8，和值可参考6、7、8、9、10、11、12、13、14、15、16。

不定位组选试荐：038、056、067、126、128、129、136、138、146、156、167、168、169、238、239、245、247、249、256、258、259、267、269、278、336、346、347、348、349、356、358。

体彩排列三、五近期预测

未来三四期，排列三大范围选号七码试荐：1234689或1234568(不建议直接全购买)。

排列五比较好2、3、5、6，十位或千位及万位重点参考。

体彩大乐透近期预测

前区大范围选号试荐：03、04、06、07、10、12、15、19、20、22、24、28、29。

后区：第一个号01、02、04、05，第二个号08、09、10、11。(格格)

本版资讯仅供参考

科普吧



1979年中国首次颁布《环境保护法》

1973年，中华人民共和国国务院召开了第一次全国环境保护会议，大会研究、讨论了中国的环保问题，并制定了中国第一部关于环境保护法规性的文件——《关于保护和改善环境的若干规定》。1979年9月，中国颁布了建国以来第一部综合性的环境保护基本法——《中华人民共和国环境保护法(试行)》，把中国的环境保护方面的基本方针、任务和政策，用法律的形式确定下来。其后在此基础上又陆续颁布了许多重要的环境保护单行法规，如1982年颁布的《中华人民共和国海洋环境保护法》，1984年颁布的《中华人民共和国水污染防治法》等。

经过10年的试行和实践，《中华人民共和国环境保护法》于1989年12月26日在中华人民共和国第七届全国人民代表大会常务委员会第十一次会议上审议通过，以112名赞成、4名弃权、无人反对的票数通

过，正式颁布。该法是根据1982年的《宪法》制定的，是在总结《环境保护法(试行)》经验的基础上经过修订完善的。该法共分6章47条，分别为总则、环境监督管理、保护和改善环境、防治环境污染和其他公害、法律责任、附则。

经过20多年的努力，中国的环境保护法律体系日臻完善，已颁布了5部环境保护的专项法律——《海洋环境保护法》《大气污染防治法》《环境噪声污染防治法》《固体废物污染环境防治法》；颁布了8部资源法——《森林法》《草原法》《渔业法》《矿产资源法》《土地管理法》《水法》《野生动植物保护法》《水土保持法》，以及对多项环境法规和万项国家标准。除此以外，中国还加入了若干国际环境保护公约和条约，《中华人民共和国环境保护法》保证了这些国际环境保护公约、条约的贯彻执行。(据人民网)