

农业银行新泰开发区支行

上门服务解民忧 温情守护暖人心

东平农商银行
多措并举提升支付服务质效

□通讯员 张婷 张晓君



■工作人员帮助客户使用手机银行。

通讯员供图

近年来,东平农商银行坚持“以客户为中心”的服务理念,聚焦现金服务、账户服务、移动支付及支付服务适老化等重点领域,推出了一系列有温度、有实效的特色举措,切实增强了群众的金融获得感和满意度。

移动支付无障碍 跨越“数字鸿沟”

在推广移动支付的过程中,该行注重兼顾便捷与安全,帮助老年群体跨越“数字鸿沟”。依托“厅堂微沙龙”,该行每月定期举办“手机银行小课堂”活动,手把手教老年客户使用手机银行的扫码支付、生活缴费、余额查询等功能。各网点每月开展相关培训4场,覆盖老年客户万余人次,有效降低了老年客户使用移动支付的风险。

该行还积极推广具有字体放大、功能精简等特点的简易版手机银行。今年以来,该行老年客户手机银行月活数同比增长35%。

适老化服务重细节 温情守护“夕阳红”

该行将适老化理念融入服务全流程,不仅升级硬件设施,还注重人文关怀。网点门口设有无障碍坡道,厅堂设置“爱心座椅”和“敬老专窗”,并配备急救药箱、血压计等。针对高龄、独居老人,该行还建立了“爱心联系卡”制度,客户可随时拨打专属客户经理电话咨询业务。

今年2月,一位老人因行动不便无法到网点办理社保卡激活业务,该行工作人员主动利用周末时间为其提供上门服务。

东平农商银行将继续秉持“金融为民”初心,持续优化支付服务体系,推进适老化金融服务创新,让更多群众享受到普惠金融带来的便利与温暖。

现金服务“零距离” 小面额兑换更便捷

针对辖内老年客户较多、现金使用频繁的特点,该行建立常态化小面额现金备付机制,每日营业前确保零钞库存充足,并在厅堂设置“零币兑换绿色窗口”。今年以来,该行已累计为周边商超、农贸市场和老年客户兑换小面额现金超300万元。

同时,该行主动延伸服务半径,组建“移动现金服务队”,为行动不便的老年客户提供上门服务,打通现金服务“最后一公里”。

账户服务“有温度” 简化流程提效率

为解决老年客户及特殊群体“开户难、办理慢”问题,该行优化账户办理流程,推行“爱心窗口+专人引导”服务模式。该行还在厅堂配备老花镜、放大镜、轮椅等便民设施,由工作人员“一对一”协助老年客户填写单据、使用智能柜员机办理相关业务。

针对行动不便的老年客户,工作人员上门为其办理账户开立、挂失、密码重置等业务,今年以来,已上门办理业务143次,客户满意度达100%。

本报4月1日讯(通讯员 徐贺)近日,农业银行新泰开发区支行的工作人员上门为出行不便的老人办理业务,用贴心举措解决群众急难愁盼,彰显了金融服务的温度。

据了解,当时,一位中年男子来到网点,焦急地向柜员求助:“请你们帮帮忙,我母亲腿脚不便,没法出门,前几个月换的同号银行卡还没领,密码也忘了,现在急着要打印银行卡交易明细,这可怎么办啊?”

柜员立刻起身安抚客户情绪,在

耐心倾听其诉求后说:“您别着急,网点有专门的适老化上门服务,针对行动不便的老年人,我们可以上门办理前期手续。”客户随即惊喜地表示希望网点能上门服务。

了解该情况后,网点客服经理及时将此事上报内勤行长。为保障业务合规高效办理,网点主任与客户经理迅速组成服务小组,备齐上门服务资料、移动设备及影像采集工具,即刻驱车前往老人家中。

到达老人家后,工作人员细心核

对老人身份信息,耐心讲解业务流程,在老人的配合下,有条不紊地完成了上门服务资料填写、本人意愿确认及影像资料留存等关键环节。考虑到部分业务需在网点系统办理,工作人员与老人的儿子约定好于次日上午前往网点完成后续流程,并详细告知了需要携带的材料。

次日一早,客户如约来到网点营业厅。早已准备就绪的工作人员开启了“绿色通道”,快速为老人办理了银行卡领取、密码重置及交易

明细打印等业务。“真是太感谢你们了,不仅提供上门服务,还这么快就帮我母亲把所有业务都办好了。”客户感激地说。

一次暖心的奔赴,一场高效的接力,彰显了金融服务的温度与担当。该行始终秉持“金融为民”初心,将规范流程与人文关怀深度融合,用上门服务打破距离限制,用贴心举措解决群众急难愁盼。平凡的岗位上,农行人正以实际行动为千家万户架起安心便捷的桥梁。

宁阳农商银行葛石支行

金融惠民服务走进“梨花会”

本报4月1日讯(通讯员 张浩然 宿惠惠)近日,宁阳县葛石镇凤凰山上梨花竞相绽放,一年一度的宁阳“梨花会”如约而至,吸引了大批游客前来踏青赏花。宁阳农商银行葛石支行紧抓这一文旅盛会契机,在景区内设立金融服务宣传点,把贴心的金融服务和实用的金融知识送到游客和村民身边,用实际行动践行普惠金融,助力乡村振兴。

活动现场,工作人员向游客和周

边村民发放宣传折页,详细介绍该行特色存款产品、普惠信贷政策,并结合农户经营、居民消费、小微企业周转等实际需求,耐心讲解贷款办理流程、利率优势及便捷服务。针对老年群体、返乡游客等重点人群,工作人员“一对一”答疑解惑,用通俗易懂的语言解读金融政策,确保惠民服务“看得见、听得懂、用得上”。

在提供金融服务的同时,该行还积极开展金融安全知识普及活动。工

作人员重点围绕防范电信网络诈骗、远离非法集资、保护个人信息安全等内容,通过典型案例分析、现场互动提问等形式,揭露虚假理财、刷单返利、冒充客服等常见骗局,提醒广大群众不轻信陌生信息、不随意透露银行卡密码、不向陌生账户转账,切实守护好“钱袋子”。

此外,工作人员还向群众普及了人民币真伪识别、个人征信维护等方面的金融知识,帮助大家增强风险防

范意识,提升金融素养。

此次宣传活动将金融服务与文旅场景有机融合,既丰富了“梨花会”的服务内涵,也拉近了宁阳农商银行与群众之间的距离。该行将继续扎根本土、服务民生,不断创新宣传方式,延伸服务触角,把更优质的金融产品、更贴心的金融服务送到田间地头、送进千家万户,为地方经济发展和乡村振兴注入源源不断的金融“活水”。

糖尿病饮食餐盘法:科学控糖的简易饮食方案

□泰安市中心医院 张密

饮食控制是糖尿病综合管理的核心,但因计算烦琐、配比复杂,成为患者日常管理的难点。糖尿病饮食餐盘法作为国内外指南推荐的实用方法,以标准化餐盘为载体,通过固定比例分配食物,无需称重、算热量,轻松实现控糖与营养均衡,是适合糖尿病患者长期使用的饮食搭配方案。

餐盘法以直径9英寸(约22.86厘米)、深0.5英寸(约1.27厘米)的标准餐盘为基础,核心配比清晰明了:餐盘的50%为蔬菜,25%为全谷物主食,25%为优质蛋白质,同时搭配1杯奶类或豆制品以及少量的健康油脂,用简单的比例划分,让“吃什么、吃多少”一目了然。

实操中需把握各类食物的选择与摄入量,这是餐盘法控糖的关键。蔬菜作为占比最大的部分,每餐摄入量不少于200克,优先选菠菜、黄瓜、菌菇等低升糖、高膳食纤维种类,土豆、山药等淀粉类蔬菜需归为主食,不可计入蔬菜范畴,烹饪以清淡少油少盐为原则。全谷物主食遵循“吃粗、吃杂、吃少”原则,优选糙米、燕麦、玉米等,替代白米饭、糕点等精制主食,每餐量约1个拳头大小,可依身高、体重进行微调。优质蛋白质每餐为1个掌心大小,优先选择鱼、虾、鸡胸肉、鸡蛋、无糖酸奶等,避免肥肉、油炸肉类和加工肉肠,保证每天1个鸡蛋,适量搭配豆制品。额外搭配上,选无糖牛

奶或酸奶补充钙和蛋白质,健康油脂每天不超过2个拇指量,优先选橄榄油、菜籽油,杜绝油炸的烹饪方式。

相较于传统饮食控制方法,餐盘法的优势十分突出。一是操作简便,无需专业营养知识,方便掌握,适合各年龄段患者;二是能平稳餐后血糖,高纤维蔬菜、粗粮与优质蛋白质的搭配可延缓碳水吸收,减少血糖波动;三是实现营养均衡,避免患者因过度忌口导致营养不良,在吃饱的同时,保证维生素、矿物质等全面摄入;四是适用场景多元,居家、外出就餐均可遵循,易形成长期习惯,提升饮食管理依从性。

想要让餐盘法的控糖效果事半功倍,还可搭配几个实用技巧。调整进

食顺序,先喝汤或吃蔬菜,再吃蛋白质,最后吃主食,提前增加饱腹感,减少主食摄入量;坚持少食多餐,每餐七八分饱,避免暴饮暴食,可根据血糖适量加餐;优化烹饪方式,以蒸、煮、炖、凉拌为主,减少红烧、勾芡;保证充足饮水,每天喝1500至2000毫升白开水,不喝任何含糖饮料。

糖尿病饮食管理并非“节食”,而是科学的食物搭配。牢记“半盘菜,四分粮,四分蛋白,奶豆适量,油盐少放”,坚持使用餐盘法,就能让糖尿病患者享受美食的同时稳稳控糖,让饮食管理变得简单易行,为糖尿病综合管理打下坚实基础,降低并发症的发生风险。



登泰山 观天下

望岳

— 扫码下载望岳客户端获取更多权威资讯 —



扫码安装体验
iOS/Android