



北京发布清明节祭扫须知

清明祭扫昨起启动预约

□本报记者 盛丽

相关链接

清明节期间“理性追思 文明祭扫”倡议书

市民朋友们：

清明时节逢疫情，为保障疫情防控期间安全祭扫，我们希望您积极响应以下倡议：

预约祭扫不聚集。请登录“北京社会建设和民政”微信公众号，通过清明节祭扫预约登记系统和陵园电话预约祭扫。减少家庭人员聚集，祭扫同行不超过3人，按预约时间到达。推荐选择家庭追思、网上祭奠或预约代为祭扫，减少出行和人员聚集带来的疫情传播风险。

做好防护减风险。乍暖还寒，疫情犹在。疫情防控不能放松，出门必须戴口罩，到达陵园要排队，间隔一米保安全。主动出示预约码（号），接受体温检测和身份核验后入园。避免交叉感染，请提前自备祭扫用品、毛巾和鲜花。

听从指挥守秩序。避开高峰日高峰时段，提倡乘坐公共交通出行，减少车辆拥堵。听从引导有序行进，自驾车有序停放。祭奠仪式从简，减少驻留时间，完成祭扫后尽快离园，共同维护祭扫活动安全、顺畅、有序。

身体异常不预约。外地、境外返京人员居家隔离不满14天的人员不能预约，这是您对奋战在疫情防控和清明祭扫服务一线全体人员的最大支持。体温检测异常者也不得入园，请您关注自己的身体健康，爱护自己就是保护他人。

防火安全要牢记。祭扫区域内严禁使用明火、严禁吸烟、严禁点燃香烛、严禁焚烧纸钱、严禁燃放鞭炮，做好森林防火人人有责。不在街边、路边焚香烧纸，共同维护首都的美好城市环境。

文明有礼树新风。勤孝敬，厚赡养。让老人安度幸福晚年，传承弘扬尊老孝敬文化传统。从简办丧，文明祭奠，倡导绿色节地生态安葬，让逝者安息，让生者无憾。

中共北京市委社会工作委员会 北京市民政局
首都精神文明建设委员会办公室

2020年3月16日

重营养 强体魄
每天吃蔬菜提高免疫力
□本报记者 唐诗

随着全国新冠肺炎疫情防控总体态势的积极向好，很多人开始返岗复工复产。相信大家都做到了“阻外部之邪气”：戴口罩、勤洗手、常通风、一米线、不聚集、会消毒。那么“提自身之正气”：重营养、强体魄、好心态，是否也做到了呢？

提到重营养，不少人想象中是禽畜蛋奶，都是好蛋白，的确，优质蛋白质对增强抵抗力非常重要，但还有一大类食物也是“抗疫排头兵”。这类食物品种繁多、色彩缤纷，富含胡萝卜素、维生素C、B族维生素、钙、铁等维生素、矿物质，与机体免疫屏障的构成与维护、以及能否产生清除病毒的特异性免疫功能密切相关。这类食物还含有丰富的膳食纤维和很多不为人知的植物化学物，在促进肠道蠕动、帮助肠道益生菌增殖、抗炎、预防肿瘤等方面有独到之处。这类食物就是：蔬菜。北京市疾控中心提示，简而言之，我们要多吃蔬菜。

那么，具体怎么做呢？第一步，保证蔬菜总量（每人每天一斤菜），深色蔬菜占一半（每人每天250克），并有适量菌藻类。

第二步，要做到品种多、颜色深。每人每天蔬菜至少4种（含1种深绿色叶菜、1种富含维生素C的蔬菜、1种其他深色蔬菜），每周不少于10种。

不同种类蔬菜的营养成分含量差异大，多种蔬菜搭配着吃、换着样吃才更有营养。深色蔬菜则比浅色蔬菜含有更多的胡萝卜素、B族维生素、钾、钙、植物化学物等。此外，绿色叶菜、高钾低钠蔬菜有利于降低2型糖尿病、高血压等慢性病的风险，要特别注意选购。

第三步，餐餐有蔬菜。早餐最少要有1种蔬菜，至少50克。可以是单一蔬菜，也可以把蔬菜加入主食。其次，中餐、晚餐至少各有不同的2至3种蔬菜，蔬菜的量要占整个餐盘的1/3，中餐最好能达到250克，晚餐最好达到200克。

3月16日，北京市委社会工委、市民政局发布2020年清明节祭扫须知。须知中提到，清明时节逢疫情，倡议市民尽量不到现场祭扫，选择家庭追思、网上祭奠和代为祭扫服务。对确有到现场祭扫需求的群众，实行预约登记，分时限流新模式。

须知中提到，预约祭扫可关注“北京社会建设和民政”微信公众号进行网上预约。还可以登录“首都之窗”“北京市民政局”官方网站，查看殡葬服务机构公布的联系电话进行预约。

此外，有代为祭扫需求的市民可关注“北京社会建设和民政”微信公众号进行代为祭扫预约。选择网上祭扫的市民可以登录“首都之窗”“北京市民政局”及各区人民政府官方网站，点击“2020年清明节网上祭扫服务”进行网上祭扫。

祭扫预约受理日期为2020年3月19日至4月11日，当日下午15:00后停止预约次日祭扫。如所选时间预约人数已满，请选择其他时间。每个墓穴每天只限预约3人，未预约的不得入内。居家或集中隔离未满14天的不能预约。手机预约的凭二维码、电话预约的凭预约电话编号核验入园。全体同行人员须共同入园。

预约流程提示

微信预约流程

在“北京社会建设和民政”微信公众号中点击“祭扫预约”，进入“北京统一身份认证平台”。

通过实名制认证后，系统将自动跳转至“祭扫预约服务系统”首页，点击“扫墓预约”后，先阅读

“预约须知”，后点击下方“预约”按钮进入预约信息填写页面。

预约人填写完全部预约信息后，点击“本人承诺以上填写内容真实有效”后，点击“预约提交”按钮完成祭扫预约，系统将自动生成二维码，待祭扫入园时出示检验。

电话预约流程

通过殡葬服务机构公布的联系电话进行预约，如实告知个人姓名、手机号码、同行人数、出行方式、祭扫日期及时段，机构给预约编号，入园报号核验，经体温检测正常后进入。

代为祭扫流程

点击“代为祭扫”后，先阅读“代扫须知”，后点击下方“代为祭扫”按钮进入代为祭扫信息填写页面。

填写公墓、逝者信息等内容完成代扫服务申请，点击预约提交，申请成功后页面生成受理号。

网上祭扫流程

登录首都之窗、北京市民政局或各区政府官方网站，点击清明节网上祭扫专题。

选填祭奠对象，填写留言人，选填纪念私语，选填献花、点烛、上香、祭酒等祭奠物品，点击提交后，进入内容页进行查看。

昨日，大兴法院发布《“防疫企业”用工问题“十问十答”》，通报应对疫情影响解决劳动争议纠纷的工作举措及典型案例，着力为用人单位和职工答疑解惑，为辖区经济发展、疫情防控提供更完善的司法保障。

问：用人单位能否发布拒绝招录疫情严重地区的劳动者的招聘信息或以劳动者曾感染新冠肺炎为由拒绝录用劳动者？

答：不能。《北京市人力资源和社会保障局、北京市财政局关于做好疫情防控期间有关就业工作的通知》（京人社就字[2020]14号）第十条明确规定，防止就业歧视。各类人力资源服务机构和用人单位不得发布拒绝招录疫情严重地区劳动者的招聘信息。各类用人单位不得以来自疫情严重地区为由拒绝招录相关人员。

问：用人单位已向劳动者发出录用通知书或已与劳动者签订书面劳动合同，但劳动者尚未实际向用人单位提供劳动，双方劳动关系是否建立？

答：双方劳动关系尚未建立。根据《劳动合同法》第十条第一款、第三款规定，建立劳动关系，应订立书面劳动合同。用

■法官提示

“防疫企业”用工问题

十问十答 (上)

□本报记者 赵新政

人单位与劳动者在用工之前订立劳动合同的，劳动关系自用工之日起建立。根据前述规定，判断劳动关系是否建立的标准是“实际用工”，如双方仅签订书面劳动合同但尚未形成实际用工，那么劳动关系尚未建立，用人单位和劳动者也无需基于劳动关系承担各项权利义务。

问：用人单位能否要求新录用员工提供一定数额的押金作为其身体健康的担保或要求以“口罩费”“防护费”“隔离费”等

名义向劳动者收取财物？

答：不能。《劳动合同法》第九条规定，用人单位招用劳动者，不得扣押劳动者的居民身份证和其他证件，不得要求劳动者提供担保或以其他名义向劳动者收取财物。

问：疫情防控期间，劳动者因感染新冠肺炎、或被界定为疑似病人、密切接触者在其隔离治疗期间或医学观察期间以及因政府实施隔离措施或其他紧急措施导致不能提供正常劳动的，用人

单位是否需要向劳动者支付工资，按什么标准支付？

答：需要。用人单位应当视同提供正常劳动并支付其工资。

根据《北京市人力资源和社会保障局关于进一步做好疫情防控期间本市人力资源和社会保障相关工作的通知》（京人社办发〔2020〕2号）规定，疫情防控期间，企业应依法履行劳动合同，保障工资支付。对新冠肺炎患者、疑似病人、密切接触者在其隔离治疗期间或医学观察期间以

及因政府实施隔离措施或者采取其他紧急措施导致不能提供正常劳动的职工，企业应当视同提供正常劳动并支付其工资。

问：用人单位要求员工通过网络、电话等灵活方式在家工作的，应按什么标准支付工资？

答：用人单位应按照正常工作期间的工资收入支付劳动者工资。

《北京市人民政府关于在新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控期间本市企业灵活安排工作的通知》（京政发〔2020〕3号）规定，在2020年2月9日24时前，其他企业具备条件的，应当安排职工通过电话、网络等灵活方式在家上班完成相应工作；不具备条件安排职工在家上班的企业，安排职工工作应当采取错时、弹性等灵活计算工作时间的方式，不得造成人员汇聚、集中。

《北京市人力资源和社会保障局关于进一步做好疫情防控期间本市人力资源和社会保障相关工作的通知》（京人社办发〔2020〕2号）规定，对企业要求职工通过网络、电话等灵活方式在家上班的，按照正常工作期间的工资收入支付工资。