

续办游泳卡遇阻 七旬老人讨要“游泳权”

记者手记

读者的“表扬”

夏季，游泳既可以消暑，也能起到锻炼效果，因此很受欢迎，但青岛市77岁的陆先生最近却因为游泳遇到了烦心事。前不久，他常去的全时健身游泳馆以年龄大为由，不再为他续办游泳卡。

陆先生很纳闷，虽然自己已是古稀，但身体健康，难道从此就真的没有地方游泳了吗？

年龄成“拦路虎” 古稀老人办游泳卡被拒

陆先生是一名游泳爱好者，平时一周会在游泳馆游泳两三次。最近，陆先生2年期的年卡到期，他想再续卡时，却被工作人员

拒绝了，“他们说65岁以上的老人就不能办卡了。”

陆先生告诉记者，其实两年前他在办理游泳卡时，就曾被告知有年龄限制，“现在，他们换了经营者，也改了名，这次是怎么协商，都行不通。”

陆先生说，他知道，游泳馆是担心他年龄大，生怕出什么意外，但这种事情还是应该根据每个人的身体状况而定。

年龄超65周岁 多数游泳场馆有限制

老年人能否进入游泳馆游泳？青岛其他游泳馆是否真如陆先生所说有年龄设限？日前，记者深入几

家游泳馆，以为老人办游泳卡的名义，分别致电各馆进行调查。

“65岁以上的老人可以办一年期限的卡，70岁以上的不能办卡。”全时健身(五四广场店)的工作人员表示，即使家属签“免责声明”也不可以。

新兴体育馆游泳馆，将游泳者年龄的上限设为70岁。“70岁以上的老人只能办理次卡，每次由家属陪同，而如果超过80岁，什么卡都不能办理了。”

做好服务保障 老人游泳不可搞“一刀切”

据了解，2014年，青岛市体育局曾联合发布实施

的《青岛市游泳场所服务规范》中规定，65周岁以上老年人没有成年人陪同的游泳者不得进入游泳场所。去年，青岛市体育局相关负责人在网谈时也曾提到，将修订政策规范，引导游泳健身机构，做好老年人游泳健身相关服务保障，对65岁以上老人进馆游泳不搞一刀切，为降低风险，可设置合理条件。对此，记者也咨询青岛体育局相关人员，工作人员表示，关于老人办理游泳年卡入馆游泳的年龄设限问题，没有相关的硬性规定，但是各游泳馆都有自己的管理规定。

记者 许瑶

“我要电话表扬给我送报的师傅。”近日，青岛市读者王女士多次致电本报热线66610000，表达对送报师傅的感激之心。

记者了解到，王女士是一位独居老人，平时很喜欢读书看报，订阅老年生活报已经十多个年头，中间从来没有间断过，对老年生活报非常信任。“老年生活报涉及的知识面非常广，我非常愿意看。”王女士说她从老年生活报上学到了很多知识，如涉老方针政策、健康养生知识、历史文化知识等。

王女士告诉值班记者，她每天上午第一件事就是下楼拿报纸，并且要回到家把报纸内容看完，遇到非常喜欢的内容，她还会反复阅读，记录笔记；有时候一早有事外出，她也是办完事就先回家看报，“每天读老年生活报就像每天吃饭一样，一天不读报就像缺了点什么，生怕漏了精彩的内容。”王女士非常喜欢看的版面之一是热线版，《小区绿地被侵占建停车场》《老人投资理财被圈钱要不回》《居民用电还需交税？》等报道让她爱不释手。王女士表示，她希望本报能多帮助老百姓反映一些民生问题。

听到读者的热心反馈，记者万分感动，同时也为送报师傅的敬业精神深深触动。精神慰藉足则无养老之忧，作为一份全国发行的专业性老年类报纸，历经29载后，已然成为全国中老年朋友喜闻乐见、不可或缺的精神食粮。今后，我们一定会继续努力，听民声、解民意的同时，创新内容、丰富版面，为社会和谐助力。

值班记者 王镜

八大涉老骗局曝光 防诈骗指南请收好

当今社会，诈骗套路层出不穷，老年人常常成为诈骗分子的“下手对象”。老年人应当如何防诈骗呢？我们搜集提炼了一些常见的诈骗方式，供读者朋友参考。

保健品诈骗

老年人十分注重养生，诈骗分子打着免费送鸡蛋、水果、小家电的幌子，租用专门场地向老年人宣传“保健产品”，夸大产品功效，实施诈骗。

防诈提示：面对保健品诈骗时，要相信科学，不要相信诈骗分子所说有包治百病的“灵丹妙药”。身体不适时，要及时去正规医院就医诊治，相信医生。

“缴纳养老金”骗局

诈骗分子以认识工作人员的名义，谎称可帮助未参保人员进行代办服务，让未参保人员误以为一次性补缴社会养老保险费即可享受养老金。

防诈提示：诈骗分子通常会

新闻。子女要多了解家中老人最近的生活状况。如若发现老年人被骗，应立即耐心劝导，并立即报警。

中奖诈骗

诈骗分子利用伪基站或者互联网软件群发虚假中奖信息，一旦有人联系兑奖，诈骗分子就以“公证费”“转账手续费”“滞纳金”等各种名目要求汇钱，实施诈骗。

防诈提示：老年人平时一定要注意增强防骗意识，收到类似中奖信息时千万不要轻信，不要贪图意外之财，以免上当受骗。

冒充公检法诈骗

诈骗分子通常会伪造相关证件和文件，冒充公检法等单位的工作人员，谎称老年人或其子女违法，须缴纳罚款、保证金等，以此骗取钱财。

防诈提示：接到陌生人的电话，不要轻易相信，一旦陌生人在电话中提出汇款、转账、垫资等要求，要提高警惕，做到不轻信、不透露、不转账。

低价旅游诈骗

诈骗分子以低价组织旅游活动，然后通过诱导、忽悠、捆绑销售等手段，欺骗老年人以高价购买商品，或途中增加旅游费用。

防诈提示：老年人要主动拒绝“不合理低价游”，不盲目追求便宜，签约正式旅游合同，对不能辨别真假的物品要谨慎购买，在旅游消费时，务必索取发票、收据等凭证，以便事后维权。

以房养老诈骗

诈骗分子推出“以房养老”项目，忽悠老人抵押房产贷款，将贷到的钱用于购买“高收益”的“理财项目”。前期老人还能获得收益，而后骗子卷钱跑路，房子也被强制过户，老年人钱房两空。

防诈提示：老年人要主动学习投资理财知识，去正规金融机构购买理财产品，警惕“高息0风险”理财项目，远离非法集资，并积极与子女沟通，重视他们的意见。

“温情”骗局

诈骗分子以空巢老人为目标，在老年人面前装儿子、装孙子，通过“陪伴”赢取信任，诈骗财物。

防诈提示：老年人要树立防范意识，遇事多找子女商量，不要轻信别人的话。子女要多关心老人，让老年人精神世界充实起来，不再被骗子的甜言蜜语哄骗。

收藏品诈骗

诈骗分子抓住老年人喜欢收藏东西，但又对这方面的知识不了解这一现状，以“高价回收”作为诱饵来吸引老年人购买所谓“收藏品”。骗子还会安排专人扮演“托儿”，在骗局中，他们会承诺“回购保本+合同保障”。

防诈提示：拍卖藏品，要认准有拍卖资质的拍卖公司。如果需要签署藏品回购合同时，建议寻求律师帮助。

本报记者

筑牢诈骗“防护网” 守住百姓“养老钱”

山东省卫生健康委、老年生活报联合办

创新志愿服务“联合体” 助力养老服务发展

本报讯 为进一步激发公益志愿团队活力，创新志愿服务项目，近日，青岛市首家时间银行“创新服务孵化中心”在青岛城运控股公交集团隧道巴士第四分公司场站内正式揭牌成立。

活动现场，隧道巴士第四分公司的多名干部职工纷纷报名参加志愿服务团队，向岛城“公益达人”拜师学艺，学习家电维修、理发、医疗急救技能等专业养老服务项目。他们表示：在为老人们开展志愿服务的时候也收获了很多感动和快乐，希望借机学习专业的服务技能，将来能为更多的老人提供更全面、更专业的服务。

据了解，在未来，青岛时间银行将以孵化中心为载体，与多方社会力量合作，开展常态化的人才孵化计划，培养专业、高能的养老服务志愿者，并将在今年为千名志愿者开展专业化急救技能培训，以实际行动助力青岛养老服务业蓬勃发展。

(记者 许瑶)

青岛乐康 中医老年病医院

下肢血管病 专科门诊

电话:15615324125

地址:青岛市南仙居路10号

鲁中医广【2022】第0222-005-3702号

每天一勺伏湿膏 远离湿气有“膏”招

如果您经常出现疲倦无力，大便不成形或便秘，口干口苦，失眠多梦等现象，那您是湿气重的表现，建议您尝试一下伏湿膏，伏湿膏精选蜂蜜、红豆、薏苡仁、芡实、山药、橘皮、茯苓、大枣、鱼腥草等优质食材，科学营养配比，纯手工七七四十九小时历经八道工序古法熬制而成，浓缩就是精华，营养更易吸收。

为了让更多读者远离湿气、生活健康，老年生活报康康商城推出了限时团购优惠活动，每瓶300克的伏湿膏团购价仅需38元，买5送1，买7送3，此次团购只有500瓶，数量有限，欲购从速！

0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

疫情期间提前预约进店

乘车路线 125.206.218.220.25.32到延安三路南九水站下车即到; 225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁; 地铁2号线老泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。