

500余名军休干部喜进“家门”

青岛市军休服务中心举办2022年迎新欢迎会

记者 张磊

工资医保卡现场办理 服务开好头

为认真贯彻落实军休干部“两个待遇”，及时做好军休干部的医疗保障和薪资发放工作，迎新会邀请了青岛农商银行工作人员，在现场开通了为2022年度新接收的军休干部集中办理发放社保卡和工资卡窗口，以最快的时间将“两卡”发放到他们手中。

在办理之前，军休工作人员逐一与军休干部取得联络，详细告知办理流程。在银行工作人员的引导下，军休干部只需要携带身份证，就可以完成开卡流程，现场即可领取到自己的医保卡，整个办卡

流程快捷、高效。“咱们军休服务工作想得真周到，我们不用去银行排队，不清楚的地方在这里就得到了解答。”领到卡的军休干部赞叹不已。此外，新接收军休干部还签订了党员不信仰宗教、拒绝邪教承诺书和杜绝酒后驾车承诺书、“零违建”承诺书等。

军休干部纷纷表示，“两卡”发放减轻了自行办理排队难、填写难的问题，为他们节约了时间，提高了效率，使军休干部充分感受到了党和国家对退役军人和优抚对象的重视与关怀。

荣军智慧屏 开启服务新时代

为适应新时期军休干部居家养老服务需要，市军休服务中心依托社会资源自主研发“智慧军休”APP，通过“互联网+智慧终端+智能语音交互+数字阅读”等技术，整合了智享悦读、智能呼叫、智慧养老、数据管理、信息门户等五大类十余项功能，涵盖生活起居、学习科普、休闲娱乐等方面，开启军休智慧居家养老新模式，创建“一站式”军休医养服务平台，为军休干部打造智能型军休之家。

迎新会上，中心为新接收的军休干部每人送上一台荣军智慧屏，工作人员现场为军休干部讲解了使用办法。“在手机上一扫，就能查到自己的健康信息、体检报告，还可以学习一些健康养生知识，真是方便。”

“新的一年，我们要认真学习贯彻习近平总书记关于退役军人工作的重要指示精神，用心用情、精准服务，为军休干部颐养身心、发挥余热创造更好条件，努力在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩。”军休四分中心副主任郝光东表示。

戴上红围巾 传递浓浓关爱与祝福

迎新会上为军休干部戴红围巾，是军休服务中心服务工作的又一项亮点。红围巾传递“家”的温暖，寓意快乐健康，红红火火。

军休四分中心班子成员为每一名军休干部戴上红围巾，并送上关爱和祝愿，希望广大军休干部能尽快适应新生活，融入到军休大家庭，健康快乐的安享晚年。

在“迎新会”的交流环节中，同和路院区军休干部支部书记郭高田、东山院区军休干部支部书记

陈明、永平路院区军休干部支部书记韩良敏，及新接收的军休干部代表刘春林、冯建国、孙金立分别作了发言。大家表示，要始终保持共产党员和革命军人的政治本色，继续发扬人民军队的优良传统，退休不褪色、离岗不离党，加强学习、转换角色、发挥余热，服从中心管理，配合军休服务中心工作，积极参与到军休服务中心各项建设中去，为军休服务中心的建设发展贡献力量。



新兵见老兵，战友再相逢。新春将至，青岛市军休服务中心通过线上线下的形式将2022年度新接收的500多名军休干部正式迎进军休服务中心的“家门”。

迎新会上，军休四分中心负责人孙建科代表分中心党委致辞，向新接收军休干部详细介绍了军休服务中心的基本情况、职能定位、全新服务管理模式，倡导军休干部要继听党指挥，积极参与党支部的组织生活；积极参与军休各项文化活动，为军休事业发展建言献策；积极发挥余热投身志愿服务，继续发挥作用。

送健康送文化 传承红色基因

胶州干休所官兵助力乡村振兴

本报讯 1月12日，一支由山东省军区胶州离职干部休养所医护人员、现役官兵组成的爱心团队，走进胶州市胶西街道西佛乐村，开展了“送健康送文化 传承红色基因”为主题的系列活动，不仅为村里送来了米面油等生活物资及体育健身器材，而且还开展了义诊活动，推进乡村振兴。

本次义诊，胶州干休所精心抽调了四位业务精湛、经验丰富的军医，携带了100多种常用药品，为村民的身心健康保驾护航。由于准备充分，村民们逐个进行问诊检查，军医们根据大家不同的病情进行诊断，耐心解答，并给出相应的诊疗方案和处方建议。“您的血压有些偏高，平时一定要控制盐的摄入量，一

定按时吃药。”吕洪伟一边对前来就诊的老人嘱咐，一边认真写下药方。

义诊进展的同时，胶州干休所所长王军平、协理员刘鹏在村书记带领下，分别来到村里的贫困家庭，为他们送上了米面油等生活物资。“感谢党，感谢部队领导前来看望我，让我对生活充满了信心。”今年76岁的姜亿成激动地说。

“党的二十大报告提出，全面推进乡村振兴，扎实推动乡村产业、人才、文化、生态、组织振兴。我们也会结合自身工作，发挥干休所优势，对乡村老人、儿童、妇女就医、生活等给予帮扶，更好体现军民鱼水情，把我们的乡村建设向更高更好的方向推进。”王军平说。

(记者 张磊)

讲文明 树新风 公益广告

崇俭尚德 倡导文明 移风易俗 树立新风



老年人为什么需要适当补充叶黄素

日常生活中，我们需要多吃一些含有叶黄素丰富的食物，比如说甘蓝、菠菜、卷心菜、绿豆、蓝莓、芒果和木瓜，因为这些食物中含有大量的叶黄素，可以保护人体的眼睛，防止视力衰减。老年人更应该注意叶黄素的补充，能够预防老年眼部病变。

许多老年朋友眼部不适都与缺叶黄素有关，及时补充叶黄素，能保护眼睛不受到破坏，同时滋润双眼，

呵护眼睛健康，因此叶黄素也被誉为“植物眼黄金”。

为了帮助眼部不适的读者朋友及家人，老年生活报康康商城限时团购南京同仁堂绿金家园蓝莓叶黄素酯片6瓶只需99元，由于此次优惠产品数量有限，活动时间仅限7天，还望广大朋友抓紧时间报名申购，售完为止，感谢您的合作和理解！不能到店的读者可免费邮寄货到付款！

0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)
乘车路线 125.206.218.220.25.32到延安三路南九水下车即到; 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号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

● 转让护腰带、轮滑鞋、瑜伽垫，9成新。电话：15063952338

● 转让蝴蝶牌缝纫机；宠物笼子一大一小。电话：13370863266

● 转让5成新爱普生打印机，带十几瓶墨盒，价格面议。电话：13698676582

● 求购轮椅，电话：18054440119

信息真实性由提供者负责，请读者慎重选择。

启事

● 本报所选部分稿件、图片作者姓名及地址不详，敬请相关作者与本报编辑部联系，以便寄送稿酬。