

老战友刘运恒,你在哪里

本报讯 “我与老战友刘运恒很多年没见了,最近总是想起他,希望在有生之年,还能听到他的消息,即使见不到面,互相打电话问候一下也好。”近日,山东菏泽鄄城县红船镇75岁的读者朱仰坤拨打本报寻亲热线,希望借助本报,找到老战友刘运恒。

据悉,朱仰坤出生于1949年。1965年12月,正值青春年华的他来到天津参军入伍,成为中国人民解放军陆军4720部队的一员。在部队里,朱仰坤和刘运恒成为亲密无间的战友。刘运恒当时担任连队文书,朱仰坤进入连队后,接替了刘运恒的文书职务,刘运恒则下到4班担任班长。回忆起那段时光,朱仰坤感慨万分:“在部队里,我们情投意合,很谈得来。我们一起训练,一起执行任务,一起经历了许多风风雨雨。那时候的我们,年轻、热血,对未来充满了无限的憧憬和期待。”

时光荏苒,转眼间,朱仰坤和刘运恒都到了退伍的时

候。分别之际,他们互道珍重,约定以后一定要常联系。起初,两人还保持着书信往来,互相诉说着各自的近况和思念。然而,随着时间的推移,以及各自生活的忙碌与琐碎,他们逐渐失去了联系。这一别,就是五十多年。

“我退伍后回到原籍,据说他分配到天津市公安厅,后来又转到天津市群众艺术馆。”朱仰坤详细地说着刘运恒的情况,仿佛这些信息早已深深地刻在了他的脑海里。然而,尽管他多次尝试寻找刘运恒,但都没有成功。“八九年前,我让儿子开车带着我去天津找过他。”朱仰坤回忆起那次寻找战友的经历,依然记忆犹新。“我向派出所打听到的工作地点,但是到那看了之后,开门的不是他。据说他找了一位天津当地的姑娘结婚,后来又回到了河北省太谷县原地。”

那次寻找虽然没能见到刘运恒,但朱仰坤并没有放弃。他始终坚信,只要自己不放弃,总有一天能找到这位老战友。“从我们俩分开到



年轻时候的朱仰坤

现在一直没有联系,我只知道他年龄大体在80岁左右,老家在河北省太谷县。”朱仰坤说,“我非常想念他,想借助老年生活报找到他。无论他现在在哪里,无论他过得怎么样,我都希望他能够知道,还有人在深深地思念着他。”说到这里,朱仰坤声音有些哽咽。他说,随着年龄的增长,他对战友的思念愈发强烈。每当夜深人静时,他总会想起与刘运恒在部队时的点点滴滴,那些共同奋斗的日子仿佛就在昨天。

如果您认识刘运恒,或者知道有关于他的任何消息,都可以拨打热线电话(0532) 66988698 或 66610000,让我们一起帮助这对老战友重逢。(记者 尚美玉)

连续20年 山东省调整工伤保险三项定期待遇

本报讯 日前,山东省人力资源和社会保障厅会同山东省财政厅印发了《关于2024年调整一级至四级工伤职工伤残津贴、生活护理费和工亡职工供养亲属抚恤金标准的通知》(以下简称《通知》),自2024年1月1日起,继续提高一级至四级工伤职工伤残津贴、生活护理费和工亡职工供养亲属抚恤金标准。

《通知》指出,调整的范围是,2023年12月31日前,领取伤残津贴的一级至四级工伤职工、经批准领取生活护理费的工伤职工和领取供养亲属抚恤金的工亡职工(含一级至四级伤残职工退休后领取基本养老金期间死亡人员)供养亲属。

《通知》对调整的标准作出具体规定。伤残津贴:符合条件的一级至四级工

伤职工,每人每月分别增加155元、146元、138元、129元。生活护理费:生活完全不能自理的、生活大部分不能自理的、生活部分不能自理的工伤职工的护理费每人每月分别为3680元、2944元、2208元。供养亲属抚恤金:工亡职工配偶每人每月增加55元,其他供养亲属每人每月增加41元,孤寡老人或者孤儿在上述标准的基础上每人每月再增加14元。

山东省人力资源和社会保障厅相关负责人表示,本次增加工伤保险三项定期待遇是2005年以来连续第20次调整,能够更好地保障和改善一至四级工伤职工和工亡职工供养亲属基本生活,增强全省职工群众的获得感和幸福感。

(范洪艳 葛红普)

青岛启动糖尿病前期中医健康管理项目 招募患者共启逆转之旅

本报讯 青岛市疾病预防控制中心组织开展基层糖尿病前期中医健康管理创新项目,探索中医健康管理服务模式。目前,市南区、李沧区、崂山区、即墨区、胶州市的9家基层医疗卫生机构参与,招募30-100名糖尿病前期患者(空腹血糖6.1-7.0mmol/L或餐后两小时血糖7.8-11.1mmol/L),提供为期3个月的个性化健康管理服务,包括筛查诊断、中医体质辨识、健康教育、膳食与运动管理、减重与睡眠管理等,并免费提供血糖监测设备及培训。

糖尿病前期是血糖值高于正常但尚未达糖尿病标准的阶段,此期患者面临高转化为糖尿病及心血管

疾病的风险,尽管症状不明显,却是身体发出的重要警示。通过调整生活方式,尤其是控制饮食、增加运动,并结合中医调理,糖尿病前期是可逆转的。

若您符合标准并愿意参与,请于10月到就近试点机构报名,或电话咨询。不清楚自身状况者,亦可前往检测。(扫描右方二维码获取机构详情)

改变生活方式是逆转关键,需患者自身努力,持之以恒。项目参与者需遵循医嘱,自我监测血糖,执行个性化健康管理方案,培养健康习惯,实现血糖长期稳定。(记者 王镜 通讯员 陈方超)



个人征婚 气质女,68岁,164cm,退休,丧偶,觅健康老伴幸福生活(户籍不限)。电话:18669704509(本人)

楹联书画颂祖国



共展出170余幅楹联书画作品,吸引了近两千人观众前来观赏。

此次展览为期五天,展览期间,每天都有大量观众前来参观。青岛市楹联协会作为展览的承办单位之一,充分发挥了自身优势,及时组织研讨交流会,通过绘画、撰联、书联多人合作的方式,提升了作品质量。此外,青岛市楹联协会还安排多位艺术家老师现场值班,与观众进行互动交流。

(记者 王镜)

本报讯 近日,由青岛市文联与市园林和林业局指导,青岛市楹联艺术家协会与市级公园管理服务中心承办的庆祝新中国成立75周年“中国优秀历史典故”中堂楹联书画展在海泊河公园民俗文化艺术展馆圆满落幕。此次展览

勇夺健身球操冠军

本报讯 山东省第十四届全民健身运动会健身球操比赛不久前在淄博市举行。由薛家岛街道健身球操队组成的青岛西海岸新区老体协女子代表队在比赛中不畏强手,超常发挥,勇夺规定和自选动作两项第一,成为双冠王。这也是西海岸新区老体协今年在参加的市级以上比赛中勇夺9项第一后,又一次获得的优异成绩。

薛家岛街道老体协操舞队是一支被称为“铁军”的队伍,在参加国家、省市多次比赛中获得了骄人成绩。这次代表青岛西海新区参加全省比赛,时间紧,任务重,在安全第一的前提下,他们团结拼搏,不畏酷暑,不辞辛劳,进行了高强度训练,为西海岸新区和薛家岛街道争得了荣誉。

(邴文英 陈为善)

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,老年人更应该注意叶黄素的补充。

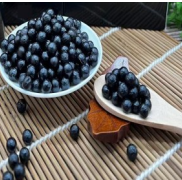
许多老年朋友眼部不适都与缺叶黄素有关,及时补充叶黄素,能保护眼睛不受到破坏,同时滋润双眼,呵护眼睛健康。

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养生堂中药科学研究院蓝莓叶黄素酯片6瓶只需99元,由于此次优惠产品数量有限,还望广大朋友抓紧时间报名申购,售完为止,谢谢您的合作和理解!不能到店的读者可免费邮寄货到付款!



限时团购参杞全鹿丸每天只需6块6 关爱中老年健康每次一丸高品质易吸收 提高中老年人活力



参杞全鹿丸,每一丸都是上等原材料,每一丸都是真材实料,甄选人参(人工种植五年或四年生)、枸杞子、鹿肉、鹿血、鹿心、鹿鞭、鹿尾、鹿胎、鹿茸、鹿骨、鹿角、黑米、茯苓、黑芝麻、黑豆、肉桂、桑椹、高良姜、薏苡仁、玉米须、酸枣仁、重瓣红玫瑰、大枣、山药、山楂、芡实、丁香、小茴香、栀子等29味好原材,每天6块6,幸福生活天天有!每天6块6,为您添活力!每

天6块6,为您源源不断补充能量!

参杞全鹿丸是专门为中老年人研发的滋补性营养品,每天两次,补充能量,服用方便,珍贵原材料提取精华把身体补的棒棒的。

买5盒送1盒;买10送5盒;每天限量100盒

参杞全鹿丸由29味动植物原材料萃取而成,每天吃两次,每次吃10克就行了,简单方便。团购价每天只需6块6,每盒服用3天,买5盒送1盒;买10送5盒,算下来每天只需6块6非常划算!每天限量100盒,名额有限,先到先得。

0532-87676969 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号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

0532-87676969 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号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

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。