

电话随诊、就医陪诊…… 老年人意外受伤 就医康复有帮扶

本报讯 7月7日,青岛市民政局、市财政局会同市立医院联合召开老年人意外伤害保险康复指导增值服务座谈会。据悉,该增值服务是在青岛市60岁以上老年人意外伤害保险的基础上,由市民政局、市财政局进一步统筹资金、优化方案,为青岛市户籍老年人免费提供电话随诊、就医陪诊、上门接送等增值服务。市立医院作为协作医疗机构承接落地,让老年群众意外受伤后的就医康复全程有帮扶。

据了解,本次增值服务实行分层供给,门槛清晰、全部免费,惠及范围各有侧重:一是电话随诊康复指导,出险时年满60周岁的青岛户籍老年人,在遭遇意外伤害复诊期间,可享受专业医生的免费电话随访康复指导;二是全程就医陪诊,出险时年满65周岁的青岛户籍长者复诊,有专业护士全程陪同挂号、缴费、换药、解读医嘱,解决独居、高龄老人独自就医难;三是上门接送陪诊,针对出险时60周岁以上的计划生育特殊家庭、特困老年人,提供往返医院免费接送服务,全方位兜底特殊困难群体就医需求。(记者 王镜)

“小巷管家”吴亚琴:社区干部就是要做“一团火”

“没有不好的居民,只有不到位的服务;服务群众站在最后一公里,打造最美‘零距离’;社区干部就是要做‘一团火’,温暖大伙儿的心。”——这是“七一勋章”获得者、吉林省长春市宽城区长山花园社区党委第一书记吴亚琴扎根基层30余年总结的治理经验,更是她的工作准则。

1995年,吴亚琴从企业转岗投身社区工作。30多年来,她带领社区党员与广大居民,把昔日环境杂乱、矛盾频发的小区打造成全国闻名的幸福家园;她躬身实践,潜心钻研,探索推进社区治理先进做法;她笃行育才,传授经验,培训基层治理骨干近3万名。

如今,年过六旬的吴亚琴,依然奔走一线,心系邻里,她表示:“还能再干30年!”

早上7点不到,长山花园社区办公楼大门已经敞开,居民陆续登门。套着标志性的红马甲,吴亚琴早就忙活开了。咨询的、办事的、取东西的,来到社区办事大厅,大家就像到了自己家,大爷大妈把她当成贴心的干闺女,同辈邻里都亲切地称呼她一声“大姐”。吴亚琴办事利落,走路



带风,盘在脑后的头发一丝不苟。“我们社区24小时不锁门,早上7点前就开门办事。就是想让年轻人上班前能把问题解决,让老年人起床就能找到说话的人。”吴亚琴说。

30多年来,吴亚琴将全部的心血都倾注在了长山花园社区。“当时的社区,雨天一脚泥、晴天一身灰,煤气也不通,下岗职工多,姑娘都不愿嫁过来。”老住户吴宗吉回忆,“没承想,亚琴憋着一股劲,硬是带着大家把‘龙须沟’建成了幸福苑。”

小区改造初期面临巨大资金缺口,吴亚琴就号召党员居民自力更生、共建家园:没有钱就捡瓶子、卖报纸攒钱;没有绿化就买种子自己栽;没有路就攒砖头慢慢铺……如今,社区发生了翻天覆地的变化:柏油路平整干净,花草灌木生机盎然,居民

楼朴素齐整,偌大的小区竟找不到一处随意乱贴的小广告。每个人都像爱着自己的家一样,守护着这座“花园”。

近几年,吴亚琴还不断为社区“添砖加瓦”,把银行网点建在了社区办事大厅,方便老人存取款;为1000多户楼房住户安装了智慧燃气报警器,杜绝安全隐患;搭建“双山互动”“同心童梦”“金秋助学”等多个青少年服务平台,帮助社区400多名青少年健康成长;设立遗嘱库,已接收了236名老人的身后事委托……

“居民就是我的亲人,把居民的事当成爹的事、妈的事、兄弟姐妹的事,他们自然也拿你当亲人、当最信任的人。”吴亚琴说。

30多年基层岁月里,吴亚琴用心办好一件件民生小事,用真情实意拉近干群距离,凝聚起邻里同心向善的强大力量。三十余载扎根街巷,一辈子心系百姓,吴亚琴始终怀揣赤诚热忱,把一件件民生小事做实做细,用数十年如一日的坚守与奉献,生动诠释一名共产党员的初心与使命。

赵丹丹

当心贪凉 偷走健康

盛夏时节,人们都渴望清凉舒爽,但要讲究方法,切不可为图一时痛快而损害健康。以下几种消暑陷阱,大家应留意。

忌常喝冰水:会阻滞气血循环,加重肠胃负担甚至引发腹泻,日常建议喝温白开、绿豆汤,性寒凉茶仅可在大量出汗时少量饮用。

忌久待低温空调房:易诱发头痛、乏力等“空调病”,还可能引发呼吸道疾病,需控制室内外温差在10℃内,定时开窗通风,别整夜开空调。

忌贪凉用凉水冲脚、出汗后立刻洗冷水澡:骤冷刺激会阻碍血液循环,加重心脏负担,诱发抽筋、感冒、痛经等问题,建议用温水洗脚、洗热水澡。

气温超37℃时别打赤膊:皮肤易吸热被晒伤,穿浅色薄长衣更利于防暑。

别靠地面洒水降温:只会短暂降温,后续会升高室内湿度,体感更闷热。



早规划 稳布局

不仅资金积累周期短、压力大,也容易因盲目投资、追逐高收益,而陷入本金亏损的风险,直接影响晚年生活质量。

稳健理财养老,核心在于坚守“稳字当头”的投资原则。晚年财富的核心诉求是安全、保值、可控。对于中青年群体,

可采取“稳健为主、小幅增值”的配置思路,在保障本金安全的前提下,合理搭配低风险理财产品、养老储蓄、年金保险等产品,兼顾流动性与收益性,稳步增厚养老财富;对于中老年临近退休群体,首要目标是守住本金、锁定收益,尽量规避

高波动、高风险的投资产品,优先选择保本、收益稳定、支取灵活的养老专属金融产品,杜绝侥幸心理,避免财富缩水。

真正科学的养老财富规划是量身定制、多元配置、动态调整的理性规划。结合个人收入情况、家庭负债、养老目标、年龄阶段,合理分配流动资金、备用资金、养老储备资金,通过储蓄、养老理财、商业养老保险、低风险固收产品的科学组合,分散投资风险,实现财富稳步保值增值。

当下,银行专属养老金融产品日益丰富,针对性适配大



中国银行青岛双珠路支行 理财经理 于聪聪

众养老需求。专属养老储蓄安全性高,利率稳定,适合保守型投资者长期储备;养老理财产品风控严格、收益稳健,兼顾长期增值需求;个人养老金账户、养老年金险可以实现专款专用,强制积累,精准锁定未来稳定现金流,为晚年生活提供持续收入来源。

贵宾热线:0532-85183387