

山东上线养老“一件事”服务场景

首批38个事项实现“一网联办”

本报济南讯 为营造更加高效便捷的政务服务环境,方便老年人办事,山东省民政厅近日依托山东省政务服务平台上线养老“一件事”服务场景。该服务场景将分散在多个部门的养老服务事项进行系统集成,梳理形成“老有所养、老有所医、老有所为、

老有所学、老有所乐”五类服务,可实现“一次告知、一表申请、一套材料、一网联办”。居民可登录“爱山东”APP办理相关业务。

目前,养老“一件事”首批38个事项已上线“爱山东”政务服务平台,包含“高龄津贴申领”等17项办理类事项和“老年人汽车

购票服务”等21项即时查询类、即时服务类事项。

下一步,山东将继续深化养老“一件事”集成改革,拓展服务事项、优化办事流程、提升服务质量,推动更多政务服务事项纳入养老“一件事”,切实提升老年人的获得感、幸福感、安全感。(董方舟)

二级及以上公立中医医院要普遍设置老年病科

本报北京讯 国家中医药局、国家发展改革委日前联合印发《中医药振兴发展“十五五”规划》(以下简称《规划》),其中明确,加强中医医院老年病科建设,二级及以上公立中医医院普遍设置老年病科。

《规划》要求,完善高质量中医药服务体系,依托地市级及以上公立三级中医医院设置老年中医药健康中心,提升老年病救治和中医药健康服务能力,优化服务模式,辐射带动区域老年中医药健康服务。壮大中医

药健康服务新业态。开展中医药医养结合行动,鼓励医疗机构开展中医药特色医养结合服务,发展中医药特色医养结合服务提供机构。发展中医药食养药膳、养生保健等服务。

数据显示,截至2025年年底,全国中医医疗机构数量已突破11万个,99%以上的社区卫生服务中心和乡镇卫生院能够提供中医药服务。为了更好就近满足群众日常健康需求,未来五年,我国将持续为基层中医药服务“强筋健骨”:支持

中医馆加强中医药人员配置及培训,强化优势专科(专病)、中医药文化、信息化等方面建设,同时支持一批县级中医医院参与紧密型县域医共体建设。

另外,加强濒危稀缺中药资源临床价值发掘、人工繁育、人工替代等关键技术和中药材育种攻关,开展中医药医养结合行动,推广普及中医养生保健功法……规划还就推进现代化中药产业和健康服务作出部署,让更多人能够享受中医药发展成果。(王甦萌)

山东省人口关爱基金会换届会议召开

更名为山东省人口健康基金会
张勇当选第四届理事会理事长

本报讯 7月24日,山东省人口关爱基金会换届会议在济南召开,省政协副主席、省计划生育协会会长刘均刚,省卫生健康委和省计生协有关领导出席会议,省民政厅社会组织管理局、省妇女儿童发展基金会到会致辞祝贺。

会议以无记名投票方式选举产生了山东省人口关爱基金会第四届理事会和监事会。在随后召开的理事会四届一次会议上,选举产生了新一届理事会、监事会负责人,审议通过了基金会更名为山东省人口健康基金会、设立“齐鲁善育·好孕圆梦”公益项目等事项。张勇当选第四届理事会理事长,孙学礼、李金龙、李国锋当选副理事长,李国锋兼任秘书长。袁玉伟当选监事会监事长。

更名后,基金会将从侧重困难帮扶向全面服务人口健康转变,主动融入健康山东建设和人口高质量发展全局,聚焦生育支持、全民健康、卫生科研、困难群体救助等重点领域,发挥慈善在多层次社会保障体系中的补充作用。

会议指出,当前我省正处于人口结构深刻转型、健康需求多元升级的关键时期。省人口关爱基金会更名为省人口健康基金会,作为省级人口健康领域的重要公益平台,要找准慈善事业与人口健康工作的结合点,发挥好慈善在多层次社会保障体系中的补充作用。会上,鲁南制药、齐鲁制药、威高集团、江苏先声药业等4家爱心企业进行了现场公益捐赠。(记者 朱振东)

养生健康

喝咖啡 伤心脏吗

不少人曾担心喝咖啡伤心脏,近年有研究却证实适量饮用反而能护心,背后的原理是怎样的呢?

咖啡中的咖啡因可扩张血管、抑制炎症、改善动脉功能,规律饮用能降低20%脑卒中风险。其对心血管的保护效果呈U型曲线,每天喝3至5杯(每杯150ml)时,冠状动脉粥样硬化发生率最低,全因死亡、心血管病死亡风险下降最显著。过量摄入咖啡会引发心慌、焦虑、失眠甚至中毒,饮用时需避开空腹状态,不喝温度过高的咖啡,代谢较慢的人群要严格控制在摄入量。添加大量糖和奶的花式咖啡热量陡增,反而会提升心血管疾病风险,优选黑咖啡更健康。

此前流传的咖啡致癌说法已被辟谣,它不仅不会提升多数癌症发病概率,还能降低肝癌、子宫内膜癌的患病风险。咖啡并非神药,适量饮用才健康。

养老金融

你我他

中国银行特约

随着我国人口老龄化程度加深,越来越多的老年朋友开始主动打理养老积蓄,希望通过合理规划让资金稳健增值,为晚年生活增添保障。我从事理财服务多年,打交道最多的就是退休的叔叔阿姨们,大家的核心诉求高度一致:本金安全、收益稳健、让人放心。

老年朋友打理养老钱,看重的从来不是赚快钱、赚大钱,而是本金安全不亏、收益稳稳当当、急用钱时能随时拿出来。可

不少叔叔阿姨却犯了难:既怕活期利息太低、定期提前支取损失收益,又看不懂五花八门的理财产品,一不小心就可能踩坑被骗,心里一直犯愁、犯慌。

之前有位阿姨来找我咨询,她退休后每月有固定养老金,手里存了一笔养老积蓄,想让钱稳健增值,可又啥都不敢投。了解清楚阿姨的顾虑后,我没有推荐复杂难懂的产品,而是给她做了分三步走的规划:

第一步:留足应急备用金,心里踏实 先把平时看病、应急要用的钱单独预留出来,放在存取方便、保本安心的储蓄产品

养老理财规划三步走

里,随用随取,不用为突发用钱发愁,心里踏实。

第二步:配置稳健增值金,省心省力 剩下的大部分资金,优先选择银行正规、专为长辈设计的稳健养老产品。这类产品风险低,收益比普通定期存款更可观,不用天天盯行情、操心涨跌。

第三步:做好长期保障规划,晚年无忧 拿出一小部分资金做长期规划,锁定长期稳定的收入,为未来的医疗、养老需求提前做好准备。规划做完后,阿姨再也不用天天纠结产品、研究行情,看着收益稳稳增长,整个人都轻松了不少。



目前银行推出的正规养老产品种类丰富,包括养老专属存款、稳健养老理财、长期养老保障等,能适配不同长辈的需求。最后特别提醒各位叔叔阿姨:理财一定要认准正规银行网点,陌生的高回报、高利息千万别信,天上不会掉馅饼,盲目跟风最容易吃亏。

贵宾热线: 0532 - 68617079