

世象杂谈

可不可以放走肇事者

左右

你听说过被车挂倒受伤,却喊司机快点走的人吗?据5月20日《重庆晚报》报道,家住重庆市逸静丰豪小区的龙光贤老人,就做了这样一件事。据老人的家人和邻居说,这已经是他第四次这样做了。

对老人的做法,家人和邻居不理解,有人甚至指责他这样做是“纵容违法者”。还有医生认为,车祸造成的一些内伤,当时是不易看出来的,所以,车祸后,不管自己感觉如何,都应该及时到医院检查。

对此,龙老先生说:“每次挂倒我的车都是摩托车和自行车,车速并不快,我只是受了一点皮外伤,而且我摔倒后,他们都主动停下来,诚心地给我道歉。”龙老先生还说:“做人得相互谅解。如果让他们陪我到医院检查,付医疗费,有可能一个月的工资就没有了,我确实不忍心。”

龙老先生放走肇事者是换位思考,也是设身处地为他人着想,表现出老人的一种善良与宽容。交通事故发生后,在人身安全和财产损失较轻的情况下,这种简化的处理方式是值得提倡的。但是,为避免事后检查出隐性伤又索赔无门,建议龙老先生不妨留下对方的姓名、电话、身份证号码、车牌号码等信息。

生活中相互间多一些谅解和理解,社会就会多一份和谐。龙老先生放走肇事者不但是“纵容违法者”,相反,会提醒肇事者更加注意行车安全。

深度游世博园 买套票最合适

木头大爷:近日,我刚刚去了趟上海世博园,根据自己游览世博园的经历整理了一些小经验,希望能为想去看世博的老年朋友们提供些帮助。

世博游出发前最好查阅一些世博资料,做到心中有数。游览世博园时,宏观游览世博园和进入场馆参观兼顾,各国家场馆和主题场馆兼顾,各个片区的不同风格的场馆兼顾。切忌在一个片区参观地域邻近、风格相似的几个场馆。另外,进园时志愿者会给游览者发一份世博园导览图,您可以利用排队时间找出要参观的场馆和路线,以便充分合理安排游览次序。

我认为要优先参观非永久性

场馆,这些场馆在11月1日后要拆除,错过十分可惜。而永久性场馆今后会常年开放,参观机会还很多。(永久场馆包括:世博轴广场、中国国家馆、世博中心、世博会文化中心、城市人馆、城市生命馆、城市星球馆、城市足迹馆、城市未来馆)

在安全检查过程中,有的人一秒可以通过,有的人需要多次检查。为减少安检时间,我建议老年朋友们,尽量穿不带金属拉链、金属皮带扣的服装,少带钥匙,大水果刀等工具禁止进入世博园。

由于在世博园内要排队、参观场馆、游览各片区场馆外景,活动量相当大。建议老年朋友们,穿一双轻便舒适的鞋。

根据有关规定,游客不能带水及饮料进园。售货亭纯净水三元一瓶,饮料约六元一瓶;直饮水点,出水口与地面成60°角,打开阀门后水向斜上方喷出,弧线形下落,游客不必接触水龙头就可饮用,十分方便。为节省体力可自备一个大些的空广口水杯,遇到饮水点就灌满,以备不时之需。

世博园区的通常运行时间为9:00至24:00,园内展馆的通常开放时间为9:30至22:30。游客应在21:00前入园,并于入园当日24:00前离开园区。

游客要想在世博园区内多游览几个场馆,午餐、晚餐可自行解决,如自带带有密封包装的熟食(这

是以参观为主的游客的最佳选择)。因为去售货亭买食品,需要排队,且价格比园外高一倍以上。虽然园内设有快餐点,但最简单的一顿饭大约也要25元左右/人。

园内的轮船、公交车免费乘坐,小型代步车收费每人每次10元。去D、E片区必须乘坐轮船,如果选中的场馆距离所在位置较远,乘坐公交车会省时省力。

许多老年人想多看几个场馆,我建议老年人买多次进园的套票,慢慢游、细细看、多拍照、记笔记。



世博游记

看看养老保险缴费对不对 即日起可打印养老保险个人账户对账单啦

本报讯(记者王艳伟)记者从石市社保局获悉,该局已将2009年度养老保险个人账户储存额统一进行了计息,即日起,石市所有参加企业职工基本养老保险的人员,可以打印2009年度个人账户对账单了。参保人员对缴费基数或其他缴费记载有异议的,应及时核对复查。

象棋比赛

本报讯 日前,石市桥东区社保局组织辖区企业退休人员进行了一场象棋比赛。此次比赛集竞技和文化于一体,丰富了大家的业余文化生活。(张志勋)

参加石市医保,可否在天津看病

蔡先生问:我父母是石家庄市一家企业的退休工人,他们参加的是石家庄市医疗保险。因为我在天津安家了,父母现在也和我一起在天津住。随着年龄越来越大,他们总为能否在天津就医的事发愁。我想问一下,能否把我父母的医疗保险关系转到天津,让他们在天津也能顺利享受医保看病。

艳伟解答:根据《石家庄市市区城镇职工基本医疗保险实施细则》规定,常驻外地在职职工和异地安置退休人

员,可以在居住地选择一家县级及以上基本医保定点医院,作为本人住院定点医院。选定医疗机构后,需要报石市医保中心备案,确定后一年不变。

本人因病在定点医院住院后,应在5个工作日内由用人单位向市医保中心备案。所发生的医疗费由本人垫付,每月10日前凭住院病历复印件、票据明细、诊断证明,通过用人单位到石市医保中心按规定审核报销。

常驻外地在职职工和易

地安置退休人员,如果因本人定点医院条件所限,需转院诊治的,应在5个工作日内凭本人定点医疗机构的书面证明,报石市医保中心核准备案。否则,转往非本人定点医院的费用不予报销。

办理异地安置就医的退休人员,其个人账户发给本人。

艳伟说政策

第208期

艳伟电话:0311-88629317
E-mail:vywffz@sohu.com



单身中老年见面会 每月1日、15日举行

本报讯(记者贾霞)每月15日在水上公园举行的单身中老年见面会,从6月份开始,由每月一次增加为两次,时间为每月1日、15日。欢迎单身中老年朋友前去参加。

地点:水上公园镇海吼雕塑旁
电话:15027763402(姜华)

幸福情缘 报纸来牵

张女士,64岁,身高1.65米,企业退休职工,无“三高”,身体好。她说:“别人都说我长得挺漂亮的,我要找的另一半也不能太差,要不然太不般配了。”她想找一位1.80米左右、67岁以下、有退休金,有独立住房、身体健康、长较好的男士为伴。电话:13643385000

白女士,61岁,家住西古城社区。她的老伴去世了,两个女儿也出嫁了,空空落落的大房子里,就剩下她一个人。她觉得自己的身体很好,活到80岁绝对没问题。她想找一位61至66岁,有退休金的男士为伴,电话:15931699948

(以上信息由单身俱乐部姜华提供,非诚勿扰)

大自然特种鸭蛋 软化血管降血压

国家专利申请号:200710185224.4
北京各大超市有售
咨询电话:15076321797

顽固性失眠 多疑多虑 抑郁 中医妙治

失眠危害大 常规治疗走进“死胡同”

春夏交替,失眠最易加剧!……睡不着,心急如焚!容易醒,痛苦难熬!质量差,身心俱疲!老人寿命短,女人易老,男人早衰!全球大约有1/3的成年人正遭受着失眠症的折磨,失眠与精神疾患如抑郁症、神经衰弱互为因果,形成恶性循环。

常规的药物治疗主要通过镇静、抑制神经、抗抑郁来达到缓解症状的目的,一定程度上掩盖了病情。服用安眠药,容易引起思维混乱、行为异常、记忆受损、晕倒、过度思睡。长期服用安眠药,因为药物的耐药性、成瘾性及戒断反应,容易引发药物性肝损伤、肾功能衰竭等药源性疾病。且一旦停药,失眠会更加重。气味疗法麻醉神经,睡眠枕、睡眠仪、睡眠床治标不治本。常规治疗失眠走进“死胡同”,失眠难道只能熬着?五千年文明相信中医药的伟大力量。

对症施药 贴穴治疗 绿色疗法 多重推荐

【失眠静电治疗贴】不打针,不吃药,贴神阙穴和涌泉穴两穴位,利用特定刺激强度的激发功能,产生静电磁场,引发人体自身体生物调节功能,药物通过穴位吸收,提高了细胞活性,诱导生物效应,平衡阴阳,助眠健脑,宁神益智,解郁安神,可以快速消除或缓解各种原因引起的失眠,可以持久改善睡眠质量(缩短睡眠潜伏期和延长睡眠时间),从而维持正

常的睡眠形式,安全、快速、持久、显著的特点备受推崇。

见效快 疗程短 国药械准字 权威推荐

通过对15800名失眠患者的跟踪调查发现:【失眠静电治疗贴】3天改善睡眠质量,30天告别失眠抑郁、神经衰弱。倒头就着,明显感觉睡觉香甜。白天头脑清醒、精力充沛,全身轻松,血压平稳。紧张、烦躁、易怒、头痛头胀、腰酸腿软等亚健康症状全部消除。多年来已使全国无数失眠患者摆脱了失眠的纠缠。经国家药监局批准产品(郑食药监械(准)字2008第1260016号),因其独特的功效和简便的使用方法,是2010年国家中医药管理局科技成果推广中心唯一指定推荐产品。

适用范围:适用于各种原因引起的失眠、抑郁、多梦、睡眠障碍、烦躁、乏力、焦虑、记忆力减退、神经衰弱等人群。

全国24小时订购热线:400-656-9119
专家咨询热线:010-52320363

地址:北京朝阳区北苑东路18号
详情查询:www.dybc120.com/sm



全市企事业单位离、退休老干部

重要通知

为积极推行政府号召的“防治疾病,定量补硒”活动在我市的大范围开展,由中国农业科学院食品工业研究所、九医堂生物技术有限公司石家庄分公司于近期在石家庄河北大戏院联合组织的大型科普报告会——《硒与人体健康》在石家庄市正式启动。届时将邀请中国农业科学院食品工业研究所研究员张景峰博士来我市为离、退休老干部做系列科普报告会。

凡年满55岁以上且从我市各企事业单位离、退休的老干部以及在我市居住一年以上的外省市离、退休老干部均可参加。由于会场容量有限,需提前打电话报名。每人只限参加一次,活动结束后,每位老干部凭本人《离、退休证》可免费领取农科院特供富硒大米50斤。名额有限,望相互转告。本次活动为纯公益活动,不销售任何产品,请自带笔、本、眼镜、水。

相关链接:硒是人体自身不能合成的必需微量元素,我国是一个缺硒大国,人体

缺硒会导致100多种疾病。

- 1. 首先硒是癌细胞杀伤剂,可明显抑制癌细胞生长,减轻放疗副作用,明显缓解晚期癌症病人的剧痛。
- 2. 硒能提高乙肝自身的抗病能力,清除体内90%的肝脏病毒。
- 3. 硒可保护心肌细胞的正常代谢,保护血管内皮细胞,防止动脉硬化。
- 4. 硒可保护胰腺,改善糖尿病人的代谢调节。
- 5. 硒能防治各种中老年眼病。
- 6. 硒可提高自身免疫力,增强机体抗病能力……

推广单位:中国农业科学院食品工业研究所

协办单位:九医堂生物技术有限公司石家庄分公司

注:凡以前参加过本活动的不得重复报名

报名热线:桥东:89272288、89273388

桥西:89272266、89273366

本活动最终解释权归九医堂所有(本通知长期有效)

打呼噜是大病,不治要人命

世界卫生组织统计:全球每天有4000例死亡和打鼾(打呼噜)有关

打鼾,俗称打呼噜,医学上称之为睡眠呼吸暂停综合症,又称“鼾症”,属于缺氧性疾病。长期打呼噜伴随反复的呼吸暂停就会形成“低血氧症”。轻者出现头痛、口干、精神疲惫、白天嗜睡、记忆力减退等症状。重者诱发高血压、心脏病、心绞痛、性功能减退、脑中风、痴呆等27种并发症。据世界卫生组织统计,全球每天有4000例死亡和打鼾有关,打呼噜已被世界卫生组织(WHO)公认为人类十大杀手之一。治疗打鼾,刻不容缓。

由世界睡眠呼吸研究中心、中国中医研究院联合组成的科研专家组,经过十多年的刻苦攻关,终于成功研制出我国唯一根治鼾症(打呼噜)的特效纯中药君碧莎红草止鼾胶囊(国药准字Z20080494),这是目前国内问世的第一种专用止鼾药。填补了国内外治疗鼾症(打呼噜)的空白,君碧莎红草止鼾胶囊以明朝李时珍古方“止鼾养心汤”为基础,经现代最先进的高科技萃取制药技术精制而成。该药重在止鼾,同时兼顾清除酸化肽、护心养脑,能够全面治鼾,为鼾症(打呼噜)病人带来了彻底康复的希望,被国家中医药管理局列为重大科技成果推广项目。全国免费送药上门,货到付款。发放信誉卡,无效退款。专家应诊地址:上海海滨医院(上海市宝山区水产路687号),咨询电话:021-56176285 中国中医药研究中心(北京市永定门东街中里3号),咨询电话:010-67019728 广东经销地址:广州百健药店(江南大道中185号)咨询电话:020-84058970 河北经销地址:石家庄开心大药房(石家庄市省二院对面);石家庄康汇大药房(石家庄市东购东行50米),咨询电话0311-87053110 全国免费热线:4006762799