

# 我区7.1万老年人获赠意外险 65岁以上遇意外最高获赔6万

本报讯(记者吴赛赛)日前,记者了解到,石景山区为全区户籍65周岁及以上老年人签约了“老年人意外伤害保险”,将为全区7.1万名老年人提供为期一年的人身意外伤害保险理赔服务。

石景山区民政局、区老龄办与中国人寿保险股份有限公司北京市分公司签约的这项“老年人意外伤害保险”是一项依托国家级“居家和社区养老服务改革试点”工作,涵盖全石景山区户籍65周岁及以上老年人【即1953年4月(含)前出生的老年人】的普惠性保障项目。

通过政府购买商业保险服务的方式,为全区老年人提供抵御风险、减轻经济压力的保障,增强老年人的获得感、幸福感和安全感。只要符合条件的老年人在北京市行政区域内遭遇意外伤害,经过保险公司评估,将会获得最高6万元的经济赔偿,同时,因意外伤害在门诊、急诊或住院过程中所产生的医疗费用,50元以上部分将获得最高8000元的赔偿。

为方便广大老年人领取保险凭证,区民政局、区老龄办与承保

方中国人寿北分公司共同讨论和制定了通过信函方式,将保险凭证和宣传手册等材料邮寄到所有目前符合政府统保条件的老人手中。另外,为了进一步提高石景山区老年人对这项保险理赔服务的认知度和满意度,中国人寿保险股份有限公司北京市分公司还将为符合条件的石景山区老年人赠送健康咨询及120紧急救援服务,并在各街道、社区开展保险政策宣讲会,以增强老人对保险政策的知晓率。

家住老山西里的赵明老人告

诉记者,自己居住的地区老年人偏多,这些老年人身体状况普遍不是很好,出出进进难免出现一些意外,子女们也常担心家里的老人有个磕磕碰碰。“今天来到签约现场,了解到政府为我们区的老年人购买了意外伤害险,我感觉这对我们来说是一件大好事。如果遇到一些问题,也能很好地解决,让老年人老有所得、老有所养,平平安安地度过晚年。”

附:中国人寿服务中心石景山网点位于石景山区玉泉大厦4层,联系电话010-88258891。

## 石景山医院开展“全国助残日”义诊活动

本报讯(通讯员武伟)5月20日是第二十八次“全国助残日”,石景山医院医联体办公室组织心血管内科、骨科、眼科、皮肤科等科室专家,于近日参加区残联举办的“传递爱心力量、参与扶残助残活动、弘扬主旋律、传播正能量”大型义诊活动。

活动中,专家团队为200多名就诊人员进行听力、视力检查和测量血压、血糖等基础项目,为前来就诊的居民做好健康咨询,讲解疾病预防的知识;对残疾人进行专业诊疗和康复指导,针对患者的病情在饮食及运动等方面给出合理化建议,并宣传日常疾病的相关防护知识,受到广大残疾患者的欢迎。

同时,医护人员耐心细致地与残疾人交流,进行心理疏导。鼓励他们转变思想观念,树立起生活信心,消除自卑心理,自强自立,有助于提升患者今后的生活品质。

据了解,石景山医院将持续关注社会弱势群体,扶弱救残,组织更多义诊活动,支持残疾人事业,用行动让更多人理解、尊重、关心和帮助残疾人。



## 全民反恐 人人参与

本报讯(通讯员胡东宇)5月22日上午,八角街道联合八角派出所、金海物业、杨中社区居委会开展反恐防暴应急演练,参演人员60余人。

安防专业人员首先向物业保安讲解及演示了防暴器械的使用方法,八角派出所副所长刘琛从撤、序、散、舍、联、控六个方面强调了反恐处突注意事项。

10点20分,演习开始,物业值班保安遭遇歹徒(由工作人员扮演)持械行凶,值班保安马上打110报警并对讲报告物业保安部门,物业保安部马上启动应急预案,物业和社区参演人员兵分两路,8名保安人员手持钢叉、盾牌等防暴器械赶到现场将歹徒围堵至墙角,与其进行对峙周旋;社区工作人员和物业其他工作人员一起疏散群众;随后,八角派出所民警火速赶到,与保安合力将歹徒制服。演练结束后,区反特巡支队副支队长王文鸿对本次演练进行点评指导,对应急分队制暴动作进行现场教学。

八角街道党工委书记宋永红从“党委领导、政府主导、社会协同、公众参与、法制保障”等方面介绍街道反恐防暴工作开展情况。指出反恐工作要以保障人民生命财产安全,提高辖区群众安全感为目标,加强反恐宣传、专业力量培训、反恐演练组织、应急体系建设,织密辖区安全网,筑高筑牢辖区反恐墙。

下一步,八角街道将分批组织各部门、各单位开展反恐处突实兵演练,做到搞一次演练,带一批单位,培训一批人员,不断完善八角辖区反恐社会体系,全面吹响人人参与辖区反恐的哨声,更好地维护辖区安全稳定。

## 石景山区首届社区3v3篮球赛招募报名中

本报讯(记者刘粟)由石景山区篮协主办的社区3v3篮球赛,将于7月~8月,每周六、日16:00~21:30在老山文化体育中心篮球场、北方工大篮球场火热开赛,更有一万元总奖金和现场纪念品等你来拿。

如果您是18~50周岁、身体健康的篮球爱好者;如果您能召集到4个伙伴,且每个伙伴只可代表一支球队参赛;如果您不是中国篮协注册的现役运动员,请马不停蹄地赶到各社区居委会报名,扫二维码关注“石景山篮协”了解比赛详情、关注比赛进展,也可联系韩阳 15611505551、刘磊 13141353215。报名截止日期为6月15日。

本次比赛是我区举办的首届社区3对3

篮球赛,由石景山区篮球运动协会主办。石景山区篮球运动协会现有会员55人,涵盖了优秀篮球教练员、运动员、裁判员及广大的篮球爱好者,前中国男篮、北京首钢主力球员、现任首钢女篮主教练的张云松就是石景山篮协副主席。此次比赛旨在为全区广大篮球爱好者搭建切磋球艺、沟通交流的平台,进一步发挥篮协服务于社会的职能作用,将篮球运动以比赛、趣味活动等形式普及到每个社区,为迎接2022年冬奥会的胜利举办营造“全民健身与冬奥同行”的良好氛围。



### 石景山区一周天气预报

预计未来一周,石景山区周最高气温32℃,最低气温14℃。具体预报如下:

5月24日(星期四):晴间多云,北转南风2、3级,32~18℃;5月25日(星期五):晴转阴,32~18℃;5月26日(星期六):阴有分散性雷雨转晴,北转南风2、3级,29~16℃;5月27日(星期日):晴转阴,有分散性阵雨,29~15℃;5月28日(星期一):阴有分散性阵雨转晴,25~15℃;5月29日(星期二):晴间多云,29~15℃;5月30日(星期三):晴间多云,30~16℃。

敬请关注本区最新天气预报。

综合新闻投稿邮箱:nakuzai@126.com

## 一感冒就喝姜汤? 大错特错!

很多老百姓都爱喝姜汤解感冒。可是,医生却说,其实姜汤不适合所有类型的感冒,乱喝姜汤不但感冒好不了,还可能惹来更大的麻烦。一般来说,中医将感冒分为风寒感冒、风热感冒、暑湿感冒、时行感冒四种,根据你出现的症状就能辨别你所患的感冒类型。

**风寒感冒:**这类感冒往往是受风寒侵袭,导致肺气失宣。主要症状是恶寒重、发热轻、无汗、头痛、周身关节酸痛、鼻塞流涕、喷嚏、咽喉痒、咳嗽、咯稀白痰、舌苔薄白、脉浮紧。应选用疏风解表、发散风寒的辛温解表药。

**风热感冒:**这类感冒和风寒感冒相反,为外感风热、风热之邪犯表、肺气失和所致。风热感冒一般发热较重,微恶风寒,还有头痛、咽痛、鼻塞、流黄涕、咳黄痰、口渴欲饮。应选用清热解毒、辛凉解表的药物。

**暑湿感冒:**多见于夏季,因患者素有湿热,又加感冒而得,也可因过食冷饮瓜果而引起。主要是恶寒发热、头痛头胀、胸膈痞满、腹痛肠鸣、呕吐泄泻、身乏无力、口淡无味、食欲不振等症。治疗宜芳香化浊、和中解

表。**时行感冒:**即我们平时所说的“流感”,与风热感冒相似,但发病快、病情重,常伴有高烧、怕冷寒战、头痛剧烈、肢体酸痛、疲倦无力、舌质红、苔黄、脉浮数有力等症。治疗宜清热解毒、疏风透表。

**姜汤虽好,但只适用于风寒感冒**

风寒感冒需要发散风寒,而生姜正好具备这个自身优势,在患上风寒感冒后,喝上一碗热乎乎的姜汤,会让体内感到暖和,还会出一身大汗,鼻子也不塞了,这就是生姜的温中散寒的作用。

但是,如果您只要一感冒,不管三七二十一就喝上姜汤,会发生什么事呢?会出现可怕的后果。万一您患上的是风热感冒,而不是风寒感冒,那一碗热乎乎的姜汤就不是治病的良药,而是推波助澜的“凶器”。

风热感冒为外感风热、风热之邪犯表、肺气失和所致,以生姜这种热性物质去调理,反而使病情加重,迁延难愈。另外,热性体质的患者也不要喝姜汤,喝了之后病没好,还会“火上浇油”,让你口干咽痛、便秘加重,喝了姜汤得不偿失。



北京长庚医院健康教育知识普及  
健康热线:010-88296363