

书画为媒宣传“老街坊”品牌

“一句老街坊，满是正能量。大事小事天下事，大家来商量。急事难事揪心事，街里街坊互相帮”。石景山“老街坊”已成为石景山人的精神力量和区域形象，成为石景山区基层社会治理的金字招牌。为进一步宣传“老街坊”的品牌概念，使之广泛传播，深入人心，石景山区文联邀请区书法家协会、区老年书画研究会、区美术家协会30位书画家，创作一千幅“老街坊”书法扇面赠送各界群众，并于8月26日邀请多位书画家在八大处现场送写并赠送各界群众，为“老街坊”品牌注入了更多的文化内涵，为老街坊们送去和畅之风。此次宣传“老街坊”品牌活动，吸引了众多群众参与，深受大家欢迎，收到了宣传“老街坊”品牌，弘扬和传承先进文化的良好效果。

文/王成成 图/敬万合



2017年北京市十大典型劳动争议仲裁案件

近日，北京市人力资源和社会保障发布2017年本市十大典型劳动争议仲裁案例。这是继2015年、2016年后，本市第三次发布十大典型劳动争议仲裁案例。本次发布的十大案例是从2016年全市劳动人事争议仲裁系统处理的8.1万件案件中精心筛选出来的，涉及社会保险缴纳、年休假、竞业限制、服

务期、试用期、“三期”女职工、劳动合同的履行、变更和解除、外国人就业等较为常见的劳动争议，旨在通过以案说法和风险提示的方式，宣传普及劳动法律知识，规范企业用工管理行为，引导劳动者合法理性维权，预防和减少劳动争议发生，促进首都劳动关系和谐稳定，助力平安北京建设。

社保折现无效 解除经济补偿不能少

案例：张某系外地农民工，于2014年8月入职某餐饮公司，从事后厨工作，双方订立了为期3年的劳动合同，约定其月工资为4000元。同时，双方订立了一份《社保补偿协议》，其中约定，因本人原因，张某不要求餐饮公司为其缴纳社会保险费，餐饮公司将每月社保费用折现为500元支付给张某，张某自行承担放弃缴纳社会保险费的相关法律后果等。工作至2016年7月，张某以餐饮公司未依法为其缴纳社会保险费为由，提出解除劳动合同并要求支付经济补偿金及缴纳工作期间的社会保险费。餐饮公司认为，张某本人自愿放弃缴纳社会保险费，现在却反过来要单位为其缴纳社会保险，且还要经济补偿金，其行为违背了诚信原则，故不同意支付经济补偿金。因发生争议，张某遂向某区仲裁委提出仲裁申请。

仲裁委审理后认为，张某与餐饮公司所订立的《社保补偿协议》违反法律的强制性规定，应属无效。后经过仲裁委调解，双方

达成了和解协议，张某将每月所得500元社保补偿返还给餐饮公司，餐饮公司依法为张某补缴社会保险费，并向张某支付部分经济补偿金。

评析：依法缴纳社保义务不可规避。

按照《社会保险法》的相关规定，用人单位与劳动者均负有依法缴纳社会保险费的义务。本案中，餐饮公司与张某签订了《社保补偿协议》，张某每月获得了更多的工资，餐饮公司也可以少承担一些社保费用，似乎两者都有利，但却存在张某在生病、生育、年老等情况下，无法获得相应社会保障的巨大风险，从而最终损害个人、用人单位乃至社会利益。本案中，虽然张某有违“诚信”原则，但由于《社保补偿协议》本身不具有法律效力，且用人单位有代扣代缴社会保险费的法定义务，未依法缴纳社会保险费的事实成立，故在张某以此为由提出解除劳动合同时，餐饮公司仍需支付经济补偿金。

走着走着腿麻了 可能是腰椎管狭窄

走着走着腿麻了，腰也不舒服，很多人都只会想到“腰椎间盘突出”，因为腰椎间盘的人典型症状就是腰疼、腿麻。这样的话你就错了，还有一种病，它的危害不比腰椎间盘突出小，它就是“腰椎管狭窄症”。

认识腰椎管狭窄症

腰椎管狭窄在骨科是一种很常见的疾病，病因是：随着年龄增加，椎间盘发生退变，造成韧带的增生肥厚、椎体与小关节的增生肥大，使得一个或多个平面的椎管有效容积变小，导致尾椎骨的神经根受到压迫，进而引起腰腿痛等症状。换成简单的说法就是，您的腰椎管就相当于咱家里的自来水管，年久生锈，管道越来越窄“住在”里面的神经系统受到了压迫，于是腰腿疼就出现了。

从年龄上区分

间盘突出“偏爱”青壮年，而腰椎管狭窄“偏爱”中老年。所以，不要一出现腰腿疼，就“对号入座”认为是间盘突出，而忽视腰椎管狭窄，不然就走弯路喽……

腰椎管狭窄症典型症状：间歇性跛行

间歇性跛行是什么呢，就是当你站着或走路一段时间后，你的腿会出现疼痛、麻木、沉重感、乏力等不同的感觉，但你休息一下，腿上那种不舒服的感觉又会减轻……如果您出现了这种情况，那很可能是腰椎管狭窄症在“作怪”！

而且，间歇性跛行的症状可以持续多年，随着时间的推移症状逐渐缓慢加重，有的患者最初能正常行走几百米，但慢慢却发展到走十来步或直立不到五分钟就出现下肢麻木、疼痛、乏力等症状。有的患者，到最后会严重到寸步难行。因此，中老年人腰腿痛，不要动不动就给自己扣上“腰椎间盘突出症”的帽子。

有关腰的疾病越来越多，得了还不容易好，无论是年轻人，还是老年人，都很容易中招。所以在日常生活中应该适当加强腰部的锻炼，让自己的腰强壮起来，尽量避免腰的疾病。



北京长庚医院健康教育知识普及

健康热线：010-88296363