



沪敬老卡使用常见问题解答



上海市敬老卡如何申办?何时会有津贴到账?敬老卡遗失、损坏了怎么办?市民政局整理了上海市敬老卡使用常见问题解答。

1.遇到敬老卡申办、综合津贴发放相关问题该向谁咨询或投诉?

涉及老年综合津贴的政策有关问题可拨打12345;涉及上海市敬老卡制作、领取、信息校正等有关问题,可拨打962222;涉及敬老卡金融功能使用方面的问题(如开户、激活、存取款、注销等),可拨打有关商业银行的客服电话。

2.什么时候可以申办敬老卡?

具有本市户籍的老年人,最早可在年满65周岁之前的一个月提出办理申请。

3.如何申办敬老卡?

申请人可至就近的街道(乡镇)社区事务受理服务中心,提出申办上海市敬老卡。办理成功后的敬老卡经办理激活手续后方具备金融支付功能。

4.申领敬老卡后怎样查询办理进度?

申领敬老卡后,您可直接拨打962222进行查询,也可通过上海市市民信息服务网(www.962222.net)上的“敬老卡”栏目进行“敬老卡查询”,了解申领进度。

5.敬老卡如何激活?未激活会不会影响津贴发放?

领取敬老卡后,您需携带敬老卡以及本人二代居民身份证至发卡银行网点柜台,办理银行账户激活手续。委托办理银行账户激活手续的,按照银行相关金融规定。自银行开户成功后,津贴从符合条件之日起,根据适用标准按月计算,按时发放入卡。敬老卡未激活不影响津贴发放,但是未激活的敬老卡不具备金融功能。

6.敬老卡何时会有津贴到账?

敬老卡开户成功后,老年综合津贴发放采取按季度预拨的方式,于每年1月、4月、7月和10月进行常规发放(每季度的第一个月),津贴发放日为该月15日。您如果是首次申请的,津贴一般于次年1月15日发放,应发金额从您

符合条件的当月开始根据适用标准按月计算。

7.津贴未收到,大概是什么情况呢?

您可以拨打敬老卡发卡银行的客服电话,询问您的敬老卡状态是否正常。如有注销、挂失或者账户冻结等异常情况,请按照银行提示尽快前往网点处理。

8.敬老卡遗失、损坏了该怎么办?

有下列情形之一的,持卡人可以携带本人有效身份证件,到发卡银行网点申请补换领:

- (1)卡片遗失的;
- (2)卡面污损、残缺、不能辨认的;
- (3)因敬老卡的质量问题在读卡设备上不能正常使用的。

9.如何补换敬老卡?

如您需要补换敬老卡且不更换发卡银行,可至原开户银行网点柜台办理原卡注销手续、

补换卡手续。新卡自申请之日起20个工作日内完成制作,并通过邮政快递寄送到您指定的在沪地址。如涉及更正信息等特殊情形的,按实际需要时限处理。

注:如您在银行办理原卡注销手续后未当场办理补换卡手续,需要后续前往街道(乡镇)社区事务受理服务中心重新提出申请。

机构:青浦区养老服务发展指导中心,电话69200071(具体受理结果以民政部门核查为准)。来源:上海发布



带您了解胆囊结石

胆囊结石不仅发生在每个人的身边,也可能发生在每个人的身上,有时胆囊结石发病时却很难诊断,由于就诊不及时或误诊造成的不良后果,也客观存在。下面来给大家科普一下胆囊结石。

问题一:什么是胆囊结石?

所谓胆囊结石,就是胆囊里面长了“石头”。“石头”分三种:胆固醇:硬梆梆,一般是黑的;胆色素:松垮垮,一般是黄的;混合的:又黑又黄,又硬又松。70%的“石头”是胆固醇的,也就是大部分都是硬石头!

问题二:胆囊结石是怎么形成的?

原因很多,与遗传、饮食、环境、个人身体素质等多种因素相关。具体包括:不吃早饭、饮食不规律、肥胖、高胆固醇饮食等。

问题三:什么人容易发生胆囊结石?

胆囊结石主要见于成年人,发病率约10%,妇女胆结石的发病率是男性2-4倍,中年妇女发病率高达15%,其发生与女性激素、肥胖、妊娠、高脂肪饮食、长期肠外营养、糖尿病、高血脂症、肝硬化等有关,发病率在40岁后随年龄增长而增加,所以说胆结石有个特点“重女轻男”。

问题四:胆囊结石有哪些症状?



有的胆囊结石无任何症状,仅仅在体检B超时发现。

当胆囊结石发生嵌顿时,会发生突然发作的右上腹痛,并向右肩背部反射,疼痛呈阵发性绞痛,并伴有恶心、呕吐、发热等症状,一般发生在夜间或进食高脂肪食物后。还有一种情况是由于胆囊结石长期反复刺激、磨损胆囊壁形成慢性胆囊炎,常表现为右上腹部的隐痛,向右肩背部放射,在进食高脂肪食物后有所加重,甚至发热、寒战。

问题五:发生胆囊结石怎么办?

对于没有任何症状的胆囊结石,暂时不

治疗。但要定期做B超检查,观察结石大小、胆囊大小和胆囊壁变化等,以防止恶变后没有早期发现而丧失根治机会。特别大的结石、伴有胆囊息肉,囊壁像瓷片样或合并糖尿病情况等患者,需要积极治疗(药物治疗、手术治疗),对于胆结石要保胆还是切胆,不能一概而论,而要具体情况具体分析,咨询专科医生,不要乱投医。

问题六:有哪些妙招降低胆囊结石风险?

1.按时三餐:每天三餐一餐都不能少,按时吃饭,不论多吃少,吃好吃坏,都可以稀释消化液,防止胆汁因浓度过高而沉积出胆石,不仅对肝胆有好处,对整个消化道都有好处。

2.多吃谷类蔬菜少吃肉:中国人几千年来传统饮食是谷类为主,蔬菜其次,肉类辅之。每餐中蔬菜与谷类的比例约1:1,肉类与谷类的比例约1:3,不同种类的肉类之间,鱼肉优于禽肉,禽肉优于畜肉。

3.生命在于运动:每日一定要抽出一点时间来进行运动。如果没有时间运动,那就走路吧,快步走是一项简单、容易、安全的运动。

朱家角人民医院外科 魏斌



春节消费提醒

春节即将来临,为有效防控疫情,营造安全、放心的消费环境,市场监管部门日前发布春节消费提醒。

理性购物 远离陷阱

临近春节,各大商场及消费平台推出的促销活动种类繁多,消费者要详细了解促销活动的规则、时限等。在网上购物时,消费者要仔细查阅商品明细单,看实收价格与促销价格是否一致。要尽量选择知名度较高的网站,保存网上商品交易图片以及与商家的聊天记录等资料。在实体店购物时,要留意商家是否明码标价和虚构原价,赠品是否标明品名和数量,价格承诺是否履行或完全履行,并注意索取发票、购货小票等凭证。

安全选购和食用
进口冷链食品

为加强疫情防控,保护自身健康,消费者要慎重选购和食用进口冷链食品。在选购进口冷链食品时应戴口罩和一次性手套。要关注生产日期、保质期、储存方式等食品标签内容,查看食品是否在保质期内。不购买来源不明,不能提供入境货物检验检疫证明、海关报关单、新冠病毒核酸检测结果、口岸进口冷链食品消毒记录证明的进口冷链食品。购物后,应及时洗手,在食用冷链食品时,要烧熟煮透,确保食品安全。

适度理性选择校外培训

受疫情影响,校外培训从线下向线上迅速发展。家长在给孩子报名时要注意理性思考、谨慎选择,不能盲目信从。要注意查看培训机构是否已取得教育部门颁发的办学许可证、社会信誉度是否良好、任课教师是否具有教师资格、收费项目标准是否公示等,并在交培训费前依法签订培训协议。对于培训机构营销人员在咨询过程中对教育培训的效果作出明示或者暗示的保证性承诺不盲目听信。

朱家角市场监督管理所



酒后一眼,“看”来有期徒刑六个月

有首歌唱道“只因在人群中多看了你一眼,再也没能忘掉你容颜”,但人群中的美女也不能多看。近日就有这样一名男子,在夜宵店内专注看别人的女友,惹得对方男友不快,他却与朋友一起将对方男友殴打致受伤。1月22日,青浦区人民检察院以寻衅滋事罪对犯罪嫌疑人陆舟等三人提起公诉。

2020年10月底的一天,陆舟与朋友刘明、洪祥相聚在一家夜宵店。老友相见分外高兴,陆舟一口气喝了一瓶白酒和几瓶啤酒。酒喝到一半时,夜宵店顾客逐渐多了起来,老板让大家拼桌坐。陆舟身边坐了一对情侣,那女子与陆舟的座位很近。陆舟眯缝着眼睛瞥了一眼这女子,瞬间惊为天人,他摇头晃脑地又喝了两口酒,继续转头看那女子。女子被看得不自在,把椅子挪开了一些。

可陆舟酒劲上来了,看到女子挪远了,心生不满,摸摸自己的脸,恬笑着搭起讪来:“美女,多大了?哪里人呀?”那女子名叫刘娇,是和男友杨自春来吃饭的,谁知身边坐了几个醉汉,其中一个还一直看自己,早就心生不快,只想躲远点。男友杨自春已经几回差点按捺不住

了,都是被她拉着才不吭声。这会儿醉汉竟还与自己搭讪,刘娇一时不敢说话。一旁的杨自春忍不住叫问:“你想干嘛?”陆舟瞥了一眼杨自春,并不理睬,依旧只顾着问刘娇:“美女,我们一起喝几杯呀?”说着便想去拉扯刘娇,刘娇吓得躲开,杨自春怒上心头,扑上去想要扯开陆舟。陆舟火了,一把扔下酒杯就与杨自春互掐脖子扭打起来。

刘娇见状慌了神,想拉开自己男友和陆舟,却没想到刘明和洪祥也过来帮着陆舟打架,双拳难敌六手,杨自春头上挨了好几拳,连刘娇都在劝架过程中不知被哪双手打了四拳,疼的她龇牙咧嘴。

陆舟等四人滚作一团,掀翻了好几张桌椅,打碎了不少碗盘。四人从店内打到了店外,引得顾客与行人惊叫连连。这时,一旁的店主立即报警,警察赶到现场将陆舟等四人以及刘娇带至看守所。

经鉴定,陆舟等三人致杨自春面部软组织挫伤,构成轻微伤。经检察机关审查认定,陆



舟、刘明、洪祥三人随意殴打他人的行为已触犯《中华人民共和国刑法》,应当追究其刑事责任,遂以寻衅滋事罪对该三人提起公诉,并建议法院判处三人有期徒刑六个月到五个月不等。

检察官提醒:

喝酒闹事打人属于寻衅滋事,情节严重的,依法应当追究其刑事责任,最高可获刑五年以上十年以下。朋友相聚,欢乐时刻,都难免饮酒,但应当适量,保持自己清醒的头脑,莫让酒精冲昏了头脑,更莫触碰法律的界限。(文中均为化名) 王擅文