

2017年4月28日 星期五 责编/蒋继斌 陈韬 照排/马喜春

用镜头见证历史的美 “印象·博物馆”老年摄影大赛邀您参加

主办方欢迎手机照参赛

宁波博物馆与宁波老年大学、宁波市文化信息中心和《宁波老年》特别策划举办的“印象·博物馆”——老年摄影大赛将于今天开始征稿,喜欢摄影的您赶紧参加吧。

本次摄影大赛围绕“博物馆”这一拍摄主题,邀请我市老年摄影爱好者走进宁波各个博物馆、美术馆,用光影艺术来表达自身的文化追求和艺术审美。拍摄对象包括博物馆的建筑、展厅、展品、观众等等,只要在博物馆这一空间中,所有能被拍摄的美,都可以成为镜头的聚焦点。

观众们走进博物馆,所看所闻、所思所想,其实都是在与博物馆进行交流,而摄影,也是一种文化与自身的交流。宁波博物馆希望通过本次活动,不仅能够鼓励老年朋友更加积极地走进博物馆,而且能够主动发现博物馆所带来的审美和感情的触动。

本次大赛设相机组和手机组,征稿截至5月31日,主办方设置了最高2000元的奖金和其他丰厚奖品,还在等什么,赶紧拿起相机和手机吧。

记者 徐丽文

参赛要求

参赛作品风格与题材不限,彩色、黑白均可(除历史图片外,尽量提供彩色

色图片),作品必须是原创作品,参加过以往其他摄影大赛和征稿活动获奖图片不再参评。

评选方式

大赛将于6月初进行作品评选,评选方式不仅邀请专家评审团评选出金、银、铜及入围奖,还将通过“宁波老年”微信公众号等网络平台评选出最佳人气奖。获奖作品也将在宁波博物馆举办作品展,成为博物馆的精彩展品。

参赛方式

参赛者以发送电子稿的方式参与活动,电子稿请发送至xcjy@nbmusem.cn(“宁波博物馆”宣教部专用邮箱)。电子稿需提供以下信息:年龄、姓名、联系方式、身份证号码,建议注明原工作单位和现所属老年大学名称。

更多详细

比赛信息请关注“宁波老年”微信公众号(见下图二维码)。



70多岁老人胸闷难受,医生却让他看心理科 空巢老人,需警惕“隐匿性抑郁症”

张老先生今年70多岁,前一阵他突然胸闷难受,以为是心脏病发作,到医院紧急就医,结果却被诊断为“隐匿性抑郁症”。市康宁医院主任医师方泽忠表示,“隐匿性抑郁症”常常表现为躯体不适,不容易发现,在中老年人中比较常见,其背后反应出的,是“空巢”老人经常遇到的心理疾病。

独自在家半月,心脏不对了

张老先生女儿和女婿都是上班族,有一个5岁的外孙,他自然承担起了每天接送小外孙的工作。往年,因为孩子小,每逢节假日,女儿女婿都宅在家,前段时间,女儿女婿觉得孩子大了,于是决定一家人去欧洲旅游。张老先生考虑到给女儿一家三口自己的空间,推辞未去。

整整15天,独自一家的张老先生不用接送外孙,不用买菜煮饭,貌似生活轻松了很多,但他觉得心里空荡荡的,饭也不想吃,干什么都没意思。

一天早上,张老先生起床后,突然感到胸闷难受,以为是心脏病发了,赶紧到医院检查,检查结果显示他的心脏没有问题。后来,医生和他详细交流后,认为可能是心理方面的原因,建议去看心理科。在心理科,他被诊断为典型的抑郁症引起的躯体障碍。在医生的对症治疗下,他的病情果然逐渐好转。

“隐匿性抑郁症”危害更大

方泽忠认为,张老先生这种情况,临床上就认为是“隐匿性抑郁症”。

他介绍说,“隐匿性抑郁症”并不是说患者故意把抑郁症状隐藏起来,怕人

知道,不告诉别人,而是本人也不知道自己有抑郁症,总以为自己躯体疾病很重,希望其他科的医生帮助诊治,所以患者一般不会主动到精神科治疗。实际上,综合医院的医生面对他们时,也常常会忽略这些抑郁症。结果好多人辗转各大医院的各个科室,做尽各种检查,结果却显示没病。

现在空巢老人很多,市康宁医院老年科心理咨询师邵丽一直在关注他们的心理问题。“一般来说,像春节、国庆节这样的长假过后,空巢老人最容易出现心理不适。这是因为过节期间,老人被孩子包围,一大家子其乐融融,处于愉快和亢奋之中,而当孩子离家重回‘空巢’状态后,巨大的反差使得心理上产生严重失落感,甚至有可能导致抑郁发生,出现失眠、头晕、腹胀、便秘、食欲下降、胸闷憋气、大脑反应迟钝、记忆力减退、对外兴趣寥寥、做事缺乏动力等症状。”

“节后抑郁”属于短暂适应障碍,一般半个月内就可自行缓解,如果超过两周不能缓解则需寻求心理医生的帮助,时间拖久了容易演变为真性抑郁。

医生表示,要避免节后出现抑郁情绪,老年人不仅要有规律的生活习惯,还应在节后多参加户外活动和交往,适当的运动锻炼不仅有助提高身体免疫力,也能帮助老人走出相对封闭的生活空间,保持健康、开朗的心态,提高自身适应和心理承受能力。同时,“空巢”老人的子女应该多关心家中老人,常回家看看,陪老人拉拉家常,这是治疗“空巢”心理疾病的最佳良方。

记者 徐丽文

投保“防癌险”,为何被拒赔?

针对老年人的险种少、赔付条件多 选择时需理清背后的“免责条款”

35岁的张先生住在江北洪塘,刚为自己买了一份重大疾病保险,最长保障至80岁。他还想再为辛苦劳碌了一辈子的老父亲买一份保险,可他买的同类型疾病险55岁以下才可以购买,他再找其他保险品种,发现可选择余地不大。记者了解发现,张先生的烦恼并非个案,目前市面上针对老年人的健康类保险品种很少,而且赔付条件设置较多,不少投保人都遇到过拒赔的情况。

免体检是真是假?

王先生去年年底就经历过从退费7074元到赔付15万元的事情,他曾帮父母每人买了一份叫“乐无忧”的老年防癌保险,这份老年恶性肿瘤保险的保单生效于2015年12月22日,虽然销售员声称可以不用体检,说一下大致情况即可。但王先生比较谨慎,投保同时递交了体检报告,当时体检报告还是有一些问题,最重要的就是甲状腺结节和右下肺内陈旧灶两个问题。

老年防癌险观察期大部分都是180天,因为这个年龄买保险对于保险公司风险比较大的。去年6月份,王先生母亲被医生建议复查,7月确诊。9月初,王先生把资料快递给保险公司,保险公司核实一些信息后,下达了退费拒赔的通知书。

王先生为此向保险公司进行了申诉后,新的赔付通知下达,赔付金额合计是15万元。王先生说,整件事情的关键点在于投保时如实告知了身体的真实情况,如果没有如实告知,百分之百会拒赔。他说,他之前认真帮父母研读过投保的研读条款,条款是观察期后首次确诊可以赔付。

业内人士表示,尽管大多数老年防癌险不要求体检和健康证明,但是投保时各家公司都会给被保险人一份健康告知书,其中包含近期体检、近期诊治,过去两年内的体检情况、过去是否曾住院等内容,签订这份健康告知书后,被保险人就履行了如实告知义务。如果健康告知书与实际不符,出险后将会被视为带病投保,不仅无法获得理赔,情节严重的还会被没收保费甚至被列为保险欺诈。

投保时一定要看清楚 保险保障范围

许多老年人购买保险时,对于

合同条款往往一带而过。60多岁的马先生2015年为自己购买了一款老年防癌保险,保额10万元。在缴纳两期保费后,马先生因突发心脏病不幸身故。按照此款保险合同的规定,他仅获得了身故保险金,而没有拿到10万元保额。原来,这款老年防癌险主要保障恶性肿瘤、原位癌和身故保险,保额10万元也仅是首次确诊恶性肿瘤的保险理赔金,身故理赔则是在合同有效期内,将最后一个保险期间内已缴纳的保费给付给被保险人。

保险公司的工作人员解释,不少老年人比较关注健康类保险,在购买这类产品时,一定要关注保障范围。一般而言,在售的老年防癌险产品主要保障都是恶性肿瘤、原位癌、轻症和身故保险金等,如果因恶性肿瘤出险则可以获得合同规定的全部保额的理赔金,如果是原位癌、轻症出险,则获得一定比例保额的理赔金,如果是身故则基本都是退还缴纳的保费。

此外,保险期限也十分重要,各家保险公司对于保险期限规定不一,有的规定缴费期即为保障期,有的保障期长于缴费期,这也直接关系到后期的理赔,因此在选购时还要留意。同时,还要清楚免责范围,以免后续理赔时出现损失。

老年保险市场容易被忽视

一家保险公司的销售员小李说,老年人对保险接触得少、认识不深,为他们讲解保险比较费精力。而且即使能够讲解明白,客户在保额选择上也会比较谨慎,一般保费都不会太高。所以,他不愿意在这个市场中花费太多时间。这也是很多保险销售员的心声。

宁波市保险行业协会投资顾问金先生说,其实随着时代发展,不少老人有风险意识,更渴望安享晚年,有时候简单地电话问候、聊聊天、谈谈趣闻,他们都会表现出足够的耐心来听讲解。当下,最重要的是要给出符合老年人的保险产品,在合同条款设置中,与其增加太多附加条件,还不如拿出更多公益性的薄利优惠保险产品,来开拓老年保险这个“蓝海市场”。

他提醒,没有最好的保险,只有最适合的保险。因此,老年人在投保时一定要弄清楚所购买的险种是否符合自己保障的需求,投资型的险种尽量少买。

记者 徐丽文



扫一扫关注
“滚蛋吧,肿瘤君”
《雨爱会》



扫一扫关注
《宁波老年》
宁波康乐老年俱乐部
QQ群274295074