



10年交满23万元保险费 取钱要等到2084年

合同很奇葩,保险销售员已成植物人

浙江金华市的张大姐反映,她给儿子女儿各买了一份保险,10年总共交了23万多。她说保险营销员告诉她,交满10年就能取,最近她发现,保险期长达73年,到2084年才能取。她希望那位保险营销员帮她证明,发现了意外情况。

张大姐说,保险营销员姓华,是在一次聚会上认识的。“她说比银行理财还要合算,反正过两年,每年都有分红给我的,到孩子读大学了,可以一次性的连本带利拿出来。”张大姐告诉记者。

2011年7月份,张女士给七八岁的女儿先买了一份信泰人寿保险发行的“信泰恒富通两全保险(分红型)”。

“当时我只给我女儿保了一份,她打电话说女儿跟儿子是一模一样的,你不能偏心。一年一共交两万三千五百块。我一共交了十年。四年之后,每两年分4200元,两个人是8400元。十年都交完了。分红大概一共是七万左右。”张大姐说,到了2021年7月份,她买的那两份保险都已经交满十年,总共交了23万多。前段时间,她打算把钱取出来。

记者看到保险单,上面写的保险期限是73年,也

就是说要到2084年才能够取钱,那时候张大姐的儿女都七八十岁了。保险责任约定,被保险人在合同保险期间届满日生存的,按保险金额的300%付给满期保险金,张女士之前找信泰人寿保险协调过。

“保险公司说以人道主义,给我十五万六。”她希望,信泰人寿保险能承担,当时保险营销员是怎么跟张女士介绍的,张女士拨通了营销员的电话。

接电话的是对方的丈夫,保险营销员华某某的丈夫回应称,“我老婆变成植物人五六年了。”

之后,张女士拨打了信泰人寿保险的客服电话。信泰人寿保险客服人员回应称,安排工作人员核实之后,到时会联系处理的。而到截至发稿,信泰人寿保险还没有回馈记者。保险公司后来回复:保单承保后向张女士进行电话回访,她清楚相关条款、责任和义务。目前,张女士提供不了销售误导的相关证明,公司也无法向营销人员核实相关情况,合同已经生效十三年,张女士要求全额退费,他们无法支持。之前双方调解没能达成一致,后续公司愿意配合再次调解。

(据红星新闻)

2500只“熊猫”香港亮相



12月2日,香港最大型熊猫主题展览(PAN-DA GO! 香港游)在香港国际机场举行欢迎仪式,2500只大熊猫雕塑惊喜亮相。

自12月7日起,2500只大熊猫雕塑将“巡游”香港多个地标,并在星光大道、昂坪360、海

洋公园及中山公园举行4场公众展览,为香港居民和游客带来前所未有的熊猫主题体验,陪伴大家共享大熊猫的独特魅力,欢度佳节。图为活动现场。

(据羊城晚报)

特朗普又大放厥词了 “加拿大可以成为美国第51州”

特朗普威胁要对加拿大征收关税后,加总理特鲁多被爆于上周五匆忙安排了对海湖庄园的一次访问。美国福克斯新闻网当地时间12月2日援引消息人士的话最新爆料,面对加拿大总理特鲁多称加征关税会扼杀加拿大经济,美国当选总统特朗普在与她会面时“建议”,也许加拿大应该成为美国第51个州,而特鲁多可以当州长。

当地时间11月25日,美国当选总统特朗普表示,将对墨西哥和加拿大进入美国的所有产品征收25%关税,理由是这两个国家未能遏制非法移民和毒品流入美国。随后在30日,加拿大总理特鲁多“突访”美国佛罗里达州的海湖庄园,与特朗普会面。特朗普事后称这次会晤“非常有效”,特鲁多则表示“期待再次合作”。

现在,有关两人会晤的新细节开始浮出水面。有报道称特朗普虽然热情,但谈话目的非常直接。他向特鲁多表示,加拿大允许大量毒品和人员越境,

其中包括来自70多个不同国家的非法移民,这让美国边境蒙羞。

而在谈到美国与加拿大的贸易逆差时,特朗普变得更加激动,称贸易逆差“超过1000亿美元”。特朗普说,如果加拿大不能解决边境问题和贸易逆差,他将在上任第一天对所有加拿大商品征收25%的关税。

特鲁多则表示,如果施加这一关税将会彻底扼杀加拿大经济。特朗普反驳称,“如果不从美国榨取1000亿美元,你的国家(加拿大)就不能生存了?”特朗普还向特鲁多建议让加拿大“成为美国第51个州”,但他随后又表示,尽管特鲁多可以成为第51个州的州长,但总理是一个更好的职位。

尽管特朗普关于让加拿大成为美国第51个州的建议引来了现场尴尬的笑声,但特朗普传达的信息是,他希望加拿大在他1月20日上任之前改变现状。

(据环球网)

中国加强两用物项 对美出口管制

据商务部消息,根据《中华人民共和国出口管制法》等法律法规有关规定,为维护国家安全和利益、履行防扩散等国际义务,决定加强相关两用物项对美国出口管制。

一是禁止两用物项对美国军事用户或军事用途出口。二是原则上不予许可镓、锗、锑、超硬材料相关两用物项对美国出口;对石墨两用物项对美国出口,实施更严格的最终用户和最终用途审查。任何国家和地区的组织和个人,违反上述规定,将原产于中华人民共和国的相关两用物项转移或提供给美国的组织和个人,将依法追究法律责任。

(据新京报)

外媒关注“中国发现 世界最大金矿”

“中国发现价值830亿美元世界最大金矿”,12月1日,美媒福克斯新闻网以此为题报道了中国宣布在万古金矿田发现千吨金矿的相关新闻。《印度时报》认为此次成果是中国政府持续增加勘探投资的“必然收获”,也为中国应对未来的各种挑战提供了助力。

据新华社11月21日报道,湖南省地质院当日宣布在湖南平江县万古金矿田发现超40条金矿脉,探矿核心区累计探获黄金资源量300.2吨,预测地下3000米以上远景黄金储量超1000吨,以现行金价计算资源价值达6000亿元。这一发现近日也受到外媒集中关注。

路透社在湖南省地质院官宣万古金矿田消息的当天就跟进了报道。据路透社的消息,中国此前已经是世界上最大的黄金生产国,产量约占世界的10%以上。按照中国黄金协会的数据,2024年前三季度我国黄金产量268.068吨,黄金消费量741.732吨。中国的黄金消费量远高于产量,因此仍依赖从澳大利亚和南非等国进口黄金,才能满足首饰、投资、工业等方面的需求。

《纽约邮报》则注意到,此前南非的“南深金矿”被认为是世界上储量最大的金矿,蕴藏着超过930吨黄金——这意味着按照报道中超过1000吨的远景黄金储量计算,万古金矿田将成为世界上最大的金矿。

(据观察者网)

拜登赦免儿子 白宫这样回应

当地时间12月2日,美国白宫新闻发言人卡琳·让-皮埃尔当日在美国总统拜登赦免其子亨特·拜登后首次面对媒体质询。

据了解,让-皮埃尔此前曾六次坚称拜登没有赦免亨特·拜登的计划。一位记者询问让-皮埃尔,之前那些否认赦免的声明是否“可以看作是对美国人民的谎言”。对此,让-皮埃尔表示,“拜登相信的一件事就是永远对美国人民说实话”,并反复表示拜登在决定中“挣扎”。在被问及有关赦免的问题时,让-皮埃尔重复了拜登1日晚上声明中的许多观点,如针对亨特·拜登的联邦指控是出于政治动机。

根据白宫当地时间12月1日晚发表的声明,美国总统拜登宣布赦免他的儿子亨特·拜登。根据声明,美国总统拜登赦免的罪行涵盖了亨特·拜登的联邦枪击重罪指控和此前针对9项联邦税务指控的认罪,使亨特·拜登免于可能因此被判刑。

(据央视网)



想慢点变老,多练练腿脚



图片来源 包图网

健身防衰老,应先从腿脚锻炼开始。下面介绍几种简便有效的锻炼方法,供中老年人选用。

1.步行 适合于初练和腿力较差的老年人。开始速度不宜快,可由每分钟30~40步开始,逐步提高到每分钟60~90步;一次行程由1000~1500米,逐渐增至4000~6000米。每天步行1~2次。体力较好的老年人,1~2个月后速度和距离可再适当增加一些。

2.慢跑 适合于无心脏病和下肢无伤病的中老年人。开始跑时,速度一定要慢,以边跑边能和别人交谈为宜,跑400~600米即可,每次5~10分钟,每天1~2次。1~2个月后,可适当提高一些速度和增长一些路程,但要以心肺功能能够适应为宜。

3.徒手操和打拳 适合不宜慢跑的中老年人。这类运动的活动量小,动作轻柔,能锻炼全身筋骨,避免关节僵硬、调节神经、提高心肺及消化功能。可以单独练,也可在步行后练。

4.摆胯转膝 适合年岁大、弯腰踢腿不便者。开始时双脚分开,比肩稍宽,双手分别置于同侧胯部加以保护;以髋关节为轴心左右摆动3~5分钟;接着双腿屈膝半蹲,双膝并拢,双手按住膝盖盖作转膝活动,先由左向右,再由右向左,各转30~50圈,每天3~5次,以保持下肢关节的滑利与灵活。

5.压腿 双脚前后分开,前腿屈膝下蹲,后腿伸膝后蹬,双手按住前腿膝部,作一压一松的压腿活动20次;再转身向后,使后腿变为前腿,同样压腿20次。这项运动不仅可以活动膝关节,还可以活动踝关节。每天可锻炼

2~3次。

6.虚实换步 双脚一前一后站立,两手拇指向后叉腰,躯干挺直。练习时身体前移,前脚平踩地面,身体重心放于前脚,后脚跟提起,脚尖点地;身体后移,后脚平踩地面,身体重心移于后脚,同时前脚脚尖抬起,脚跟着地,在原地进行身体重心前后移动的锻炼。该运动主要是练习踝关节及髋关节。

7.直腿抬高 仰卧位双腿伸直,两手自然放置体侧,交替做直腿抬高的锻炼。抬高的角度要逐渐增大,抬高次数可不断增多。练一段时间后也可在踝部绑一沙袋(1~1.5千克)进行负重锻炼。主要是加强大腿的股四头肌的力量,防止大腿肌肉萎缩,减轻膝关节负担。

8.行者下坐 两脚分开与肩同宽,双臂向前平举;先前脚掌着地,脚跟轻提,慢慢屈腿下蹲,力争臀部触到脚跟,然后慢慢站起。下蹲程度根据个人情况而定,不可勉强。必要时可手扶桌椅或床头进行蹲与起的锻炼。

9.屈腿蹬空 仰卧位,双腿伸直,先一腿屈膝,向前上方进行连续的蹬空练习,并尽量使脚背伸直。一腿蹬空10~20次,再改换另一腿。双腿交替进行。既能锻炼关节,又可锻炼肌力。

10.脚滚圆木 坐于椅上,双腿屈膝自然下垂,脚底踩一圆木(或酒瓶),进行前后滚动。可使下肢关节特别是膝、踝关节得到良好的屈伸锻炼,并使胫骨前肌和小腿三头肌肌力不断提高。

此外,还有很多可以练腿的方法,如游泳、踢毽、跳老年交谊舞等,每个人可根据自己情况合理选择。

(据《家庭医生报》)

冬季易咳嗽子干 试试雪梨枇杷棒棒糖

棒棒糖是小朋友的最爱之一,在气候干燥的冬季,偶尔吃上一根雪梨枇杷棒棒糖,不仅可以解馋,而且可以润肺清热、生津利咽。

雪梨枇杷棒棒糖主要由梨、枇杷、冰糖等组成。梨甘凉多汁,可以清热润肺、生津止渴。枇杷也是润肺止咳佳品,可祛痰止渴、生津润肺、清热健胃,善于治疗阴虚燥咳。冰糖可润肺止咳、补中益气,能改善肺燥咳嗽及便秘。

现代研究发现,梨含有丰富的膳食纤维,可以刺激肠道蠕动,促进排便,改善便秘;富含的维生素C和抗氧化物质可增强人体免疫力,预防感冒及其他疾病。枇杷中含有的有机酸能刺激消化腺分泌,增进食欲,促进消化;含有的苦杏仁甙能够润肺止咳、祛痰,治疗各种咳嗽;其果实和叶有抑制流感病毒作用,可以预防感冒。

需要注意的是,秋梨枇杷棒棒糖的养生功效主要体现在润肺清热、生津利咽方面,适合肺热咳嗽,如果用来治疗风寒咳嗽或者气虚咳嗽等,症状只会加重不会减轻。秋梨枇杷棒棒糖作为零食亦不可过量食用,因其含糖,故糖尿病患者尤该禁食;又因其为甘润偏凉,故脾胃寒湿人群亦当禁食。因此食用后一定要及时认真刷牙。

(据《老年生活报》)

冬季如何预防手脚凉

冬季寒冷,很多人会出现手脚冰凉,严重的会出现口唇发紫、头痛头晕、四肢麻木、行动无力等现象,尤其女性更为明显。

医学研究证明,这是全身的微循环不好引起的。微循环是身体中微小的动脉和静脉之间的血液循环,这种循环分布在全身各处的毛细血管中,尤其是四肢末端。毛细血管的粗细只有1毫米的百分之一,如果将20根毛细血管捆在一起,还不及一根头发丝粗。有些人对寒冷敏感,突然遇冷后毛细血管会发生痉挛,血管收缩得更细,微循环不畅通,更容易出现手脚冰凉、头痛头晕、四肢麻木、行动无力等现象,医学上称为“微循环不良综合征”。

老年人防止手脚冰凉,平时要做到以下几点:

- 1.寒冷时添加衣服,注意防寒保暖。
- 2.经常按摩和揉搓手脚及头颈部,刺激手脚及耳朵的毛细血管,促进血液循环。
- 3.用热水洗手、洗脚、洗澡,毛细血管遇热扩张,血液流动会加快。
- 4.在医生指导下,饮用姜枣茶。原料及用法:姜冬4克、大枣3枚、茶叶1克,冲水当茶饮。(据《燕赵老年报》)

寿命长短,看脸就知道?

据《英国医学期刊》上一项研究,70岁后外貌看起来更年轻的人预计寿命更长。这项研究受试者都是双胞胎,基因和成长环境高度相似,但到老年期外貌却慢慢发生变化。这是因为情绪、生活环境和行为习惯对外貌产生影响。

长寿的人,脸上一般会有哪些共性?
眉毛浓密且长。现代医学证实,眉毛生长状况与体内激素水平、营养状况有一定关联。浓密的眉毛可能意味着拥有良好内分泌系统和营养吸收能力,这是维持健康、延缓衰老的基础。

眼睛明亮有神。长寿者眼睛往往明亮有神,反映出他们精神饱满、思维敏捷。这意味着良好血液循环、充足睡眠及乐观心态。

鼻梁挺直,鼻翼适中。良好呼吸能确保身体获得足够氧气,促进新陈代谢。鼻翼适中可能意味着个体对空气中的污染物有较好过滤能力,进一步保护呼吸系统。

嘴唇红润,嘴角上扬。长寿者的嘴唇往往红润有光泽,通常是血液循环良好的表现。嘴角自然上扬,则可能意味着性格开朗、乐观,乐观的人更倾向于采取积极生活方式,如规律运动、健康饮食,这些都是长寿的重要因素。

下巴圆润,脸部轮廓清晰。下巴形态与激素分泌、骨骼健康等有一定联系。一个均衡的面部结构可能意味着身体各系统之间的和谐运作,这是长寿的重要基石。

牙齿健康。牙齿健康关系到口腔健康,影响食物的咀嚼和消化,直接关系到营养的吸收。牙齿健康的人往往营养吸收良好,身体健康,寿命相对较长。

(据《养生中国》)