

法在身边

教您如何防范非法集资

近年来,国家对防范打击非法集资始终保持高压态势,2021年5月1日,国务院发布的《防范和处置非法集资条例》正式施行,防范和处置非法集资工作进入新阶段。

节日期间,一些平台、公司及个人假借“投资理财”的名义,以高额返利为诱饵,通过保本、高收益、无风险、有担保等虚假宣传,诱骗广大群众签订协议、跟进投资,实施非法集资活动。

事实上,多数平台或个人不具备资质,无正当实体,收益与其承诺的回报不匹配,资金

安全无保障,其运作模式违背价值规律,资金运转和高额返利难以长期维系,一旦资金链断裂,参与者将面临严重的损失。

近日,北京市打击非法集资工作领导小组办公室(即“北京市打非办”)发布致全体市民的一封公开信,呼吁广大市民擦亮双眼,认清非法集资的套路和伎俩,提醒大家防范非法集资要“四看三思等一夜”,拒绝高利诱惑,远离非法集资。

什么是“四看三思等一夜”?所谓“四看”:一看融资合法性,除了看是否取得企业营

业执照,还要看是否取得相关金融牌照或经金融管理部门批准;二看宣传内容,看宣传中是否含有或暗示“有担保、无风险、高收益、稳赚不赔”等内容;三看经营模式,有没有实体项目,项目真实性、资金的投向去向、获取利润的方式等;四看参与集资主体,是不是主要面向老年人等特定群体。

所谓“三思”:一思自己是否真正了解该产品及市场行情;二思产品是否符合市场规律;三思自身经济实力是否具备抗风险能力。

所谓“等一夜”:是指遇到

相关投资集资类宣传,一定要避免头脑发热,先征求家人和朋友的意见,拖延一晚再决定。不要盲目相信造势宣传、熟人介绍、专家推荐,不要被高利诱惑盲目投资。

北京市打非办提醒市民:《防范和处置非法集资条例》中明文规定:“因参与非法集资受到的损失,由集资参与人自行承担。”为此,广大市民朋友在投资理财前一定要擦亮双眼,增强风险防范意识和识别能力,拒绝高利诱惑,远离非法集资。

据《北京青年报》

买粉条 学问多

粉条、粉丝是我们常吃的食物。口感最好的粉条,要数红薯粉和马铃薯粉,营养丰富,口感爽滑,极富弹性,受到大家的喜爱。

给大家普及一下常见的各种粉条、粉丝的颜色:正常的粉丝、粉条色泽略偏黄,接近淀粉原色。薯类粉条色泽黄,暗淡不透明;甘薯粉条色泽土黄,暗淡,过滤不净的呈灰锈色;土豆粉丝微黄色;木薯粉丝灰白色;山芋粉丝是本色淡青灰。在豆类粉丝中,以绿豆粉丝品质最佳,它的颜色洁白光润,呈半透明状;蚕豆粉丝虽然也洁白光润,但不如绿豆粉细、有韧性;杂豆粉丝外观色泽白而无光,质量与蚕豆粉丝相近。

品质好的红薯粉条,晒干后发脆,手抓易碎,而掺了胶质的粉条则韧劲十足,不易折断。还可以用点燃粉条的方式辨别其品质。纯红薯粉条点着后会起泡,变成白色灰烬,一捏就碎,混合粉条火烧后则不起泡,变成黑色灰烬,手捏有发硬的杂质。粉条买回家,用热水泡几分钟,闻一下气味,好的粉条无异味,水也不变色,质量差的粉条常带有霉味、酸味及刺激性气味。

人民/文



别戴着蒸汽眼罩睡觉

蒸汽眼罩,又叫蒸汽热敷眼罩。热敷眼罩,采用自发热控温技术,让空气中的水分与金属粉在眼罩内部达成发热体,生成肉眼无法看到的、细微温润的水蒸汽,主要作用是缓解眼部疲劳,减轻压力。虽然戴着蒸汽眼罩舒舒服服就能入睡,但如果使用时间过长,可能会造成眼周红肿、充血甚至低温烫伤。一般建议使用蒸汽眼罩的时间为15~20分钟,最多不超过25分钟,再舒服,都要及时取下,不要戴着蒸汽眼罩睡觉。

此外,有商家声称蒸汽眼

罩可以祛黑眼圈、祛除眼部细纹。但实际上,蒸汽眼罩的本质就是热敷,无法有效祛黑眼圈、眼纹、眼袋。想要除去眼部黑眼圈、细纹等,除了做好眼部护理、补水,更重要的是要保持良好的作息,睡眠充足不熬夜。

杨希川/文



净化厨房空气注意细节

厨房作为做饭重地,始终弥漫着一些油烟、油污,空气质量非常差,所以,改善空气质量十分重要。天津市家政行业业内人士提醒,净化厨房空气要从多个方面进行改善。

改变不健康的饮食方式。很多家庭做饭时离不开煎、炒、炸,这些烹饪方式会使油温过高,从而产生大量的有害油烟。可以采取蒸煮、凉拌等烹饪方式,不仅可以减少油烟的产生,还能养成健康的饮食习惯。此外,建议选择花生油、菜籽油等,这些

油适合高温烹饪,产生的油烟较少。

合理正确使用除烟设备。使用油烟机时,不要等到厨房内弥漫着大量油烟后才想起来打开油烟机。做完饭关火后,还应保持油烟机继续工作几分钟,将厨房内残留的油烟全部除尽后再关闭油烟机。

巧用智能便捷小家电。可以多尝试一些智能小家电。比如想吃油炸食物,可以选择空气炸锅,不会产生过多的油烟,蒸煮食物用微波炉也可完成。

李今/文

贴心叮咛

六个习惯最伤牙

生活中,有些不经意的小习惯实际上非常毁牙齿。如果你发现自己经常做这些事情,那么,是时候做出改变了。

磨牙和咬紧牙。有些人一紧张就会忍不住咬紧牙,或是晚上睡觉时有磨牙的习惯。经常咬紧牙会给牙齿施加额外的压力,甚至改变牙齿的外观。随着时间的推移,磨牙还会造成牙齿的过度磨损,使牙体组织变薄和缺损,出现牙齿过敏。

咀嚼冰块。生冷食物会刺激牙龈,引起牙痛。用牙齿咀嚼冰块还会磨损牙齿。

用牙齿开瓶盖。用牙齿开瓶盖或塑料包装虽然很方便,但时间长了牙

齿会产生裂纹,而且还会接触包装上的细菌,导致病从口入。

常吃零食。经常吃零食或含糖饮料,会让糖分分解并残留在牙齿上,增加了患蛀牙的风险。如果平时再不好好刷牙,零食残渣在牙缝中沉积,久而久之还会形成牙石,引起牙周发炎。

刷牙太用力。刷牙用力过大可能会引起牙面损伤,主要损伤牙齿表面的牙釉质,使牙釉质变薄,会引起牙髓炎、根尖炎,对牙齿的伤害非常大。

吸烟。吸烟不仅导致口臭,还让牙齿变黄,增加患牙龈疾病和口腔癌的风险。此外,抽烟会对牙周产生伤害。

毕良佳/文

装淋浴设备关注五个数

随着年龄的增长,洗个惬意的澡越来越难。洗澡过程中消耗精力过大,转身、取物不方便等“小问题”,可能就是老人的“大隐患”。为了让洗澡变得舒适、简便、安全,老人的淋浴间要精心布置,如购买淋浴椅或浴缸升降椅、安装扶手、铺上橡胶防滑垫等。除了这些“硬件”,为了让淋浴更方便,尤其要关注“五个数”。

1米。由于老年人特殊的生理特点,淋浴物品的开关离地高度不宜过高或过低。通常,设置在1米左右时,老人使用会更加方便。

45厘米。淋浴喷头到侧墙的距离

应至少为45厘米,距离太小不利于老人伸手、转身等正常活动,但距离太大,老人在身体倾斜时会不方便扶靠,增加跌倒风险。

70厘米和1.5米。老人淋浴处应该安装一个L型扶手。扶手最低段距离地面应为70厘米左右,便于坐在淋浴椅上的老人借力起身;最高处应该满足距地面1.5米,老人稍一抬手就能借力。

70~80厘米。扶手距离淋浴喷头所在墙面的距离应为70~80厘米,这一距离正好与老人淋浴所需的距离相当。

罗椅民/文

因说
核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

母亲哺育我
我报慈母恩

中宣部宣教局 中国文明网