

骗术又翻新花样 冒充领导

诈骗团伙冒充公司领导，以向其他公司支付合同款为名，骗取公司财物近200万元。案发后，南京六合警方紧急处置，千里追踪，冻结账户并追回174万元，抓获涉案嫌疑人10人。

2021年11月16日，六合某建设公司会计沈某接到一通自称是“市税务局”工作人员的电话，对方称有相关工作文件需要发送处理，让沈某添加其联系方式。沈某回想到，前不久税务局的工作人员说过，近期会对接更正一些工作内容，没有多想便添加了其联系方式。随后，对方发来3份税务文件。沈某在看完文件后，发现自己被拉进了一个3人的群聊里，群里除了自己，还有自己公司的老板“杨某”和“市税务局”财

务负责人。

沈某进群后发现，老板“杨某”以在外谈事情不便接电话为由，与“市税务局”财务负责人在群里谈项目及签约付款的事情，之后以给对方支付合同款为由，让沈某转账，并加急办理，手续后补。沈某信以为真，便按照“杨某”的指示，将对方提供的银行账号和户名发给会计同事张某，让其向该银行账户转账195万元。张某在汇完款后恰巧在公司碰到了领导杨某，告知其款项已汇。谁知杨某一脸懵态，表示自己并不知道这个事情。发现并无此事后，两名财务人员这才发觉被骗，立即报警。

接到报警后，六合警方高度重视，立即成立专案组，展开调查，一方面，快速反应、立即

启动止付程序，争分夺秒与嫌疑人抢时间，在第一时间将被害人资金转入的银行卡予以冻结。另一方面，深挖线索、分工协作开展案件攻坚工作。通过一个多月的努力，基本摸清了该团伙主要成员身份和组织架构。在锁定了该团伙落脚点后，于今年2月初组织集中收网行动，成功抓获涉案团伙10人，当场扣押作案用银行卡50余张，手机10台等作案工具。

经审讯，10名嫌疑人如实供述了自己的犯罪行为，一条洗钱产业链也渐渐清晰。经民警循线追查，查出了多个专门转移犯罪所得的利益团伙。他们从中关联50余张涉案银行卡，这些账户之间资金流水往来频繁，流水交易日均10多万元，可谓名副其实的“日进斗

金”。由于该案案情复杂，涉案金额较大，民警多次赶赴外省市调查取证，与相关部门沟通协调。最终功夫不负有心人，按照新型违法犯罪案件冻结资金返还的相关规定，在市局刑侦局反诈中心的大力支持下，2月15日，分局刑警大队办案民警赶赴河北张家口涿鹿县农村商业银行办理电信网络诈骗冻结资金返还手续。

2月18日下午，刑警大队反诈中心民警向受害人公司负责人返还174万元。目前，相关案件正在进一步办理中。

任国勇/文

敲敲警钟

石家庄市司法局
石家庄市普法办 联合主办
燕赵老年报

饮食科学

馒头不要反复加热

有些老人有时一次热很多馒头，有的已经发黄了，还有的由于靠近锅边都干硬、开裂了，这种馒头不仅口感不好，营养价值也有所下降。对于剩下的馒头或包子、饺子，如果较多，要有计划地分批食用，尽量避免反复加热。根据家人的食量，一餐吃完，其余放在冰箱中冷冻。

黄静/文

不盲目购买理财产品。老年人理财，首先要保证不亏本，其次是要追求便利性，急用钱时要能支取。这就要求老年人买理财产品之前，充分了解产品的信息，以安全性和便利性为原则选择产品，只购买能够看得懂的产品。

不盲目参与另类投资。很多老年人被忽悠，是因为参加了一些另类投资讲座，或者一些机构借着赠送各种礼品的名

老年人理财四注意

头，再推销他们的产品。一些老年人缺少专业知识，又容易轻信，便导致深陷其中。其实，另类投资门槛比较高，投资者需要具备很强的专业知识，不然，就会中了骗子的圈套。

不盲目相信理财顾问。一般理财顾问与客户互动，双方需要沟通交流，客户在规划中有最终的决策权，理财顾问必须得到客户的授权才能执行理财规划。客户要处于主导地

位，要防范不靠谱的理财顾问做出不适合自己的规划方案。

不瞒着子女做投资。如果老人们有理财需求，又怕被骗子忽悠了，最简单的方法就是寻求子女的帮助。遇到不懂的理财产品，无法判断产品的风险收益时，不要盲目下手，可以让子女帮助你去了解理财产品的细节，听听他们的意见，之后再下手也不迟。

小雅/文

居家常备消防四件套

家中常备消防器材，其实很有必要。一般家庭最好备有烟感报警器、干粉灭火器、自救呼吸器、逃生绳或缓降器四件套，家庭火灾事故基本上能用到。

一般家庭火灾多为家具起火、电器短路起火或油锅起火。使用干粉灭

火器基本上能扑灭初期的家庭火灾。当装有烟感报警器时，发生火灾自动报警，可以预留逃生和报警时间。而逃生绳或缓降器，在较高的建筑中使用较多，建议根据家庭所在建筑物的高度购买。

方东南/文

有的面汤不建议喝

人们常说：“原汤化原食。”但是，并不是所有的面汤都该喝。

如果是打卤面、牛肉面、骨汤面等加了辅料的面汤，喝两口尝尝滋味就好了，千万别觉得精华都在汤里。汤里面的“精华”基本就是盐、油和少量的风味物质，喝汤弊大于利。

速冻饺子煮出来的汤，除了盐，还会有馅儿里的油被煮出来，有时能看得出来汤上漂着一层油花。这种汤会额外

增加饱和油脂摄入，也是不健康的。

而且，不是所有的人都适合喝面汤。面汤喝起来比较“顺滑”，是因为其中溶解的淀粉糊化比较充分。这部分淀粉进入消化系统，能够很快消化吸收，血糖控制不好的人要少喝。如果觉得面汤很有营养，刚吃完面就喝上好几碗，反倒会稀释胃液，影响消化。所以，胃酸分泌不足而消化不良的人，要少喝面汤。

康健/文

选购酸奶 有加减项

加分项：生产日期在7天内的低温酸奶，乳酸菌含量最多，是比较理想的；碳水含量<12克/100克的酸奶可作为加分项；发酵乳蛋白质含量≥2.9克/100克，风味发酵乳含量≥2.3克/100克也是加分项；简单配料的发酵乳钙含量约120毫克/100克，风味发酵乳约100毫克/100克的含钙量都不错，为加分项。



减分项：大多数果粒酸奶中都会放一些果酱，果酱含糖量较高且水溶性维生素被破坏，不如直接喝酸奶、吃水果；如果酸奶的主要原料为乳粉，表明该酸奶是用乳粉还原成动物奶制成的，其新鲜度和营养度都不及鲜奶；有的酸奶中会添加稀奶油，使其整体热量增加且价格偏贵，没有太大的必要。

刘梁/文

柠檬加盐清洗木案板

木制案板是最常用的烹饪工具，定期用柠檬和盐擦洗案板，可以让旧案板看起来像新的一样。

清洗过程很简单：把粗盐撒在案板上，再揉搓半个柠檬，把柠檬汁充分挤出来，用柠檬汁把粗盐擦洗掉。柠檬是一种天然的强效清洁剂，它含有的柠檬酸和D-柠檬烯，非常适合去除水渍和油污。此外，柠檬油也是一种天然的香味剂和抗菌剂。盐可以作为去除污渍的研磨料。除此之外，案板的日常保养还有以下几种方法：

1.用肥皂和热水清洗案板。虽然盐和柠檬的组合很适合去除污渍，但这种方法没有肥皂的抗菌性能。因此，每次使用后需要用板刷、热水和温和无香味的肥皂彻底清洗案板。

2.别把案板放在洗碗机里。为了延长案板的使用寿命，别把它放在洗碗机里。水和热量会导致案板裂开和弯曲。

3.清洗后立即晾干。案板在清洗之后，表面残留的水分会渗入木材并使它膨胀变形，潮湿的案板还会滋生霉菌。因此，清洗之后要立即将案板放在通风处晾干。

周煜/文

