

警惕“花式”诈骗 阿拉民警来支招



□记者 陈超 刘攀攀

在日常生活中，我们经常看到有人因资金短缺被贷款诈骗、网购被冒充客服诈骗、找不到工作被兼职刷单诈骗等新闻。那么，为什么会有这么多人上当受骗？市民该如何防范类似电信网络诈骗？围绕这些市民关心的问题，记者前往区公安分局刑侦大队，邀请公安民警来支招。

据介绍，刷单返利类诈骗占了所有电信诈骗案例近三分之一，是目前发案率最高的电诈类型，危害

突出。无需费用、时间自由、一任务一结算，那些贴着“兼职”“做任务”“加关注”标签的信息，尽管已经不叫刷单，但其刷单诈骗的实质并未改变。前期小额快速返还佣金，诱导被害人下载刷单专属APP垫资充值，随后以“返利丰厚”诱导受害人加大本金投入。

“一般情况下，诈骗分子都会在网上发布刷单广告，然后将你拉入所谓的刷单群，之后会在群里面发布刷单广告，这一步完成后，他会给予你一定的佣金。实际上诈骗分子做这一步就是为了打消你的顾虑，提升你对他的信任度。”民警陈勤翔详细解释道，多次后，诈骗分子就会让下载所谓的刷单APP进行转账刷单，实际上刷单APP都是由诈骗分子搭建，最终钱都到了诈骗分子的口袋。“凡是刷

单，皆是诈骗，切记莫贪小利！我国法律明令规定，刷单是违法行为，大家千万不要对此抱有侥幸心理。”陈勤翔提醒说。

小区里的反诈横幅，农贸市场里的反诈标语，外卖上的反诈小提示，还有一系列反诈视频和反诈海报，天天反诈宣传，为什么还是有很多人被骗？陈勤翔告诉记者，反诈宣传虽然越来越多，但诈骗分子中不乏高学历、高技术人才，他们的话术、骗术也在不断改变，针对不同的人群，诈骗分子会制定不同的话术、不同的诈骗类型，根本防不胜防。很多群众虽然看到过、听到过反诈宣传，但是对于具体的内容知之甚少，很多人也都带着一种“我不会被骗，被骗与我无关”的心理，在了解这些内容时，知其然而不知其所以然，总觉得不会发生在

自己身上。如果不了解一个骗术，不去掌握反诈知识，一时的疏忽就会让人掉入被骗的陷阱。

天上掉的馅饼，很有可能是陷阱，面对高利诱惑时，应该保持冷静，更要提前了解和掌握防范诈骗的方法，有效防范诈骗。记者提醒，市民除了下载公安部研发的“国家反诈中心”APP，也可以关注“93反诈”、“浙江定海公安”微信公众号，及时了解最新反诈防骗资讯。如果怀疑自己遭遇电信网络诈骗，请立即拨打全国反诈热线96110。



扫码看视频

为定海建设零工市场叫好

□扬光

从近日举行的2023年定海区零工市场建设助力共同富裕新闻发布会上传来好消息，我区在完成定海区综合性零工市场、定海区东山路零工市场两家零工市场建设的基础上，努力为灵活就业人员创造更好的就业机会和环境，促进零工市场高质量发展。笔者不禁要为定海零工市场建设点赞。

长期以来，无论是城市还是农村，都存在许多零工，他们因为工作时间短，或者上了一定的年纪，找工作相对比较困难。同时，市民，还有一些小微企业，经常因为家政、保洁、维修等需要找零工，但要找到满意的，得花上很长的时间。如

今，有了零工市场这个平台，可以互通供需双方的信息进行高效匹配，让零工更好找工作，也有助于解决大家的用工烦恼，让他们可以放心大胆地去请零工。

笔者认为，零工市场位于招工用工一线，对紧缺技能岗位、新职业技能岗位更为了解，可以通过及时开展针对性的技能培训，有效提升零工的就业能力，帮助大家从“好就业”向“就好业”转变。总的来说，加大零工市场建设提质，加快零工群体培育挖潜，更有助于打造良好的人力资源环境，实现高质量充分就业。



把脉国民体质 开具“运动处方”

定海启动“健康浙江”国民体质监测活动



本报讯(记者 王胜 尹倩倩 通讯员 方威畏 文/摄)定海区“健康浙江”国民体质监测活动于近日启动，此次体质监测活动将持续至10月份，覆盖全区11个镇(街道)，以及两所幼儿园，将完成国民体质监测1550余人，通过测试更好地为群众提供针对性的运动健身项目和科学合理的健身指导。

“像小白兔一样，并拢双腿连续往前跳。”“握住球，把它高高地仍出去。”在舟山市海娃幼儿园，该园的3至6岁幼儿在老师和体质监测工作人员的引导下，有序进行身高体重、立定跳远等项目指数监测，整个过程轻松而愉快。“这所幼儿园有190多人参与此次国民体质监测活动，年龄和男女比例都进行了合理分配，以便系统掌握我区3至6岁幼儿的身体形态、机能和素质。”体质监测工作人员边向记者介绍，边忙着将当天的监测数据上传至国民体质管理系统。后续，相关部门将根据统计和分析结果，科学指导幼儿园开展体育活动，促进幼儿健康体质发展。

开展国民体质监测，让群众获得科学健身指导服务，是全民健身和全民健康深度融合的具体表现。据悉，本次国民体质监测对象分为幼儿(3至6岁)、成年人(20至59岁)及老年人(60至69岁)三



个年龄阶段，测试内容包括身体形态、身体机能和身体素质等方面，根据不同年龄设置了立定跳远、坐位体前屈、走平衡木、台阶试验等具体项目。为保障测试工作有步骤、有计划地开展，区文化和广电旅游体育局体育发展中心与各镇(街道)密切配合，建立健康监测台账，严格控制同一时段测试人数，确保测试工作安全有序开展，并在完成所有监测项目后给出体

质“综合评价”报告，依据具体情况给被测试者开出能够改善其体质的“运动处方”，指导其正确地进行体育锻炼。

近年来，我区持续开展国民体质监测工作，提醒群众关注自身健康，帮助群众掌握正确、科学、有效的健身方法，逐渐养成健康的生活方式。下一步，我区还将依托东海云廊、室外智能健身房、户外笼式篮球场、社区多功能运动场等便

民体育设施，结合“神行定海山”户外运动休闲旅游金字品牌，有针对性地开展适合群众体质的赛事活动，让群众会健身、健好身，畅享健康新生活。



扫码看视频

电动自行车经营单位 集中约谈会举行



本报讯(记者 刘琪琳 唐晨佳 通讯员 张晨琪)市市场监督管理局定海分局近日组织开展定海区电动自行车经营单位集中约谈会，进一步提升电动自行车产品质量，规范市场秩序，辖区各经营单位代表参加。

现场，工作人员以案释法，为各经营单位代表讲解了违法销售、租赁非标电动自行车专项整治治理实施方案的具体内容，要求各经营单位签订《定海区电动自行车行业规范经营承诺书》，严格落实《电动自行车安全技术规范》(GB17761-2018)，认真履行工作职责，针对电动自行车产品质量、维修改装、经营销售、电瓶回收等方面存在的问题，及时自查自纠。

自去年开展非标电动自行车淘汰置换工作以来，我区各部门

依法处置违法上路非标电动自行车，严格查扣无牌电动自行车，严惩严惩电动自行车重点违法行为，以电动自行车售卖店、上牌保险服务点、回收拆解点为重点检查场所，采取“地毯式搜索”对非标电动自行车实施精准清查。“目前在农村和偏远小岛依然存在一些违法销售、租赁非标电动自行车的现象，我们会在10月份联合各职能部门全面开展专项整治，确保问题闭环。”市市场监督管理局定海分局计量与产品质量监督管理科副科长汤志辉说。

下一步，该局将继续围绕动态排查生产销售底数、集中开展联合执法专项行动、进行拉网式检查、严厉打击各类违法行为、强化各经营单位主体责任、建立健全长效监管机制、加强舆论宣传引导等方面，全面推进非标电动自行车源头治理工作，全方位加强非标电动自行车生产、销售、维修、回收各环节的全链条监管，全力促进行业健康发展。

除陋习树新风 盘峙吹响动员号角

本报讯(记者 倪妮 刘琪琳 通讯员 沈卓静 陈叶)乡村振兴，乡风文明是保障；文明乡风，移风易俗是关键。近日，在环南街道盘峙村举行推动移风易俗倡导文明新风倡议动员会，100余名党员和村民代表在承诺书上郑重签下自己的名字，号召全体村民自觉摒弃陈规陋习、抵制铺张浪费、厉行勤俭节约，营造文明新风尚的良好氛围。

动员会上还成立了村移风易俗小分队，整治村里婚丧嫁娶等各种陈规陋习，并通过党员包干责任田的模式，集中下沉、进村入户，“一对一”“面对面”宣传政策，做好群众的劝导和联动。党员侯亚珠负责该村大岙片区的群众移风易俗宣传工作，在她印象里，不少老年村民思想观念陈旧，喜欢在红白喜事上攀比，一味追求“面子”“排场”。“现在村里大力推行移风易俗，我要以身作则带动身边的人一

起参加。”侯亚珠说，她的婆婆已90多岁高龄，之前婆婆打定主意要在身后事上大办特办，如今经过全家人的劝说，婆婆同意一切从简。

近年来，盘峙村紧扣“深化移风易俗、树立文明新风”主题，引导村民破除陈规陋习，树立勤俭节约、文明健康的生活方式，全面提升移风易俗工作成效。依托宣传栏、乡贤表率、入户宣传等方式，该村全方位、多手段、立体化营造浓厚宣传氛围，多元开展文明新风倡导宣传活动，号召群众杜绝铺张浪费、滥办酒席、大操大办、高价彩礼、人情攀比、厚葬薄养等陈规陋习，倡导勤俭节约。“乡村要有人情味，但不能背人情债，我们希望村民能把活着的日子过得更好。”盘峙村党委书记王志刚说，近年来村里大力提升基础设施，改善人居环境，幸福驿站的开放、海岛支老上岛服务等一些列举措，让村民的日子越过越有滋味。

聚焦新课标 赋能新课堂

本报讯(记者 陆瑜瑜 张旭东 通讯员 陈姝羽)由舟山教育学院主办的2023年舟山市小学“新课标、新课程”学科培训活动近日在金塘举行，来自舟山市属、岱山、定海、嵊泗等各县区的20余位小学老师，在3位名教师工作室导师、教研员的带领下走进柳行中心小学与山潭中心小学，参加教学培训。

培训活动以“素养导向、加强实践；情境中学习、学教评一体”为主题，分三个专场分科进行，柳行中心小学为语文、数学专场，山潭中心小学为综合课程专场，包括体育、劳动和综合实践课程。除进行小学各学科教学课例展示，现场还举行了主题报告、沙龙研讨和主题讲座，内容涉及小学

各学科学生学习问题的诊断与矫治，以及基于教师专业成长、学生素养提升的深度融合研修模式探究等。教师们认真听讲的同时，记录下优秀教学经验与培训感悟，并结合教学实践交流与分享，进一步夯实培训成效。“此次培训为我们离岛教师进行了更准确的指引，专家的点拨也带给我们许多教学上的启发，感谢能有这次宝贵的学习机会。”柳行中心小学教导主任宋沂老师说。

舟山教育学院小学语文教研员钟玲说，他们将聚焦真实学习情境的创设，体现学教评一体化的理念，并在今后新课标新课程工作推进中，聚焦典型教学问题，更好地促进教育均衡发展，营造良好的教育教研环境。

