

储蓄健康OR储蓄金钱,您怎么看?

银龄警示

父母陷入网络诈骗 儿子劝说无果 民警上门劝阻并及时止损

本报讯 8月24日晚,当市民金先生得知父母向某网站投资8万元后还想继续投资时,急得团团转的他,无奈之下报警求助。经过民警近一个小时的劝阻与说明后,金先生的父母最终放弃了继续追加投资的念头。

几天前,金先生的父亲刷手机时,无意中点进了一个名为“香港周六福珠宝国际集团”的网站,金先生的父亲瞬间被页面上“高利息”这三个字吸引了。特别是在听完网站工作人员的线上介绍后,更是深信不疑,并将卡里的8万元积蓄一点一点地投了进去。而令金先生气愤的是,当他得知父母在网上做投资后,想要劝阻时,父母却不以为然。金先生怀疑父母落入骗子的圈套,可父母又不听劝,且扬言还要继续追加投资。

“好的,我们马上来。”接到金先生的求助电话后,灵秀派出所夜间当班的民警立即上门查看情况。在了解事情的来龙去脉后,民警很明确地告诉金先生的父母,他们的确已经落入骗子的圈套,可金先生的父母却不相信,还说他们投得不多,叫民警不用担心。民警见金先生的父母执迷不悟,便继续劝说,并向他们介绍了近期辖区接到的各类诈骗案件和相关诈骗手段。金先生的父母听完后,开始意识到自己可能正遭遇网络诈骗。经过近一个小时劝说,金先生的父母当着民警的面承诺不再继续投资。看到父母终于醒悟,金先生对民警及时上门劝阻表示感谢。

民警提醒广大老年朋友,理财还是要通过正规渠道,切莫为了贪一点所谓的高利息,而搭进了自己的本金。另外,在刷手机时,不小心点进陌生浏览网站时,一定要多留一个心眼,凡是打着高利息、高回报口号的都涉嫌诈骗,切莫轻易投资。(记者 刘晓娟 通讯员 林凯)

“如果85岁是男性平均寿命的话,我就希望别占人便宜,活到84岁就行了,但我80岁才得病,83岁才得大病。可千万别演变成了好像我活了85岁,70岁就成了病秧子,75岁便常年跟医院打交道。您,承受不了,孩子承受不了,社会也承受不了,所以储蓄健康要比储蓄钱管用。”央视著名主持人白岩松前段时间在一次演讲中,用最直白的话,向中国的老年朋友道出了储蓄健康的重要性。



黄韵诗/图

老人要学会储蓄健康

近日,与长福社区的老戴闲聊时,他向记者说起了身边一位老友患重病的事。他的这位老友比老戴还要小三岁,却因患重病在医院住院一个多月。老戴说,老友的银行里存有二十多万元,但由于平时舍不得花钱,经常吃剩菜剩饭,有点小病就硬撑,长年累月导

致疾病缠身。“存那么多钱又有什么用?”老戴感叹道,特别是听白岩松的演讲后,更加认同老年人应学会储蓄健康,而不省吃俭用,只知道储蓄金钱的观点。

记者了解到,现实生活中,有相当一部分老年人习惯于储蓄金钱,而往往忽视了储蓄自己的健康。其具体表现在三个方面。其一,省吃俭用。许多老人平时对吃十分“吝啬”,舍不得花钱买点好菜“招待”自己,往往是炒一两碗菜吃上好几餐,餐餐吃剩菜。其二,有病硬撑。平时有个小毛病,不去医院就医,硬撑着只为省下医药费。结果,小毛病拖成了大病。其三,过度劳累。尤其是一些家庭经济条件不宽裕的老人,有的甚至整天在田地里忙碌,结果累坏了身体。

老戴说,勤俭节约是个好习惯,但倘若以牺牲自己的健康为代价,那就不得不偿失了。采访中,一些老人的子女特别认同老戴的观念。他们表示,老人年纪大了,应学会储蓄健康,不管是吃,还是生病,都不应“吝啬”。可现实中,他们的父母大多舍不得花钱,有的还将儿女们汇来的每一笔钱(孝心)存起来。“我们就希望父母能想明白,金钱花了可以再挣,可身体垮了就没机会。”因为在他们眼里,父母的健康比任何事情都要重要。

储蓄健康必将成为趋势

“储蓄健康是应对老龄化的重要举措,必将成为一种趋势。”石狮市老年学会的老蔡告诉记者,储蓄健康就是要保护健康的存量,促进健康的增量,延缓健康的流失。衰老是无法避免的,正常老龄化才是健康老龄化的本意和底线。

采访中,老蔡从“微健康”概念进行健康老龄化问题探讨。他指出,健康得之于微。需要每一位老人从微健康做起,建立高度的健康自觉,积极响应为健康而活的理念。微健康包括饮食健康、睡眠健康、运动健康、循环健康等等,就拿饮食健康而言,很多人并不是为健康而吃,结果病从口入,吃出一身的病来。因此,年轻人更需要“有备而老”,有准备的老龄化最重要的准备是健康的准备和储蓄,这也是最重要的养老资本。(记者 刘晓娟)

教孙辈打太极 传承非遗文化



“转腰摆手,转身右平摆,擦步推掌,弓腿前棚,虚步擦掌……”8月27日早上6时许,家住祥芝的蔡雪绵正在与孙女一起练习陈式太极拳竞赛套路。据悉,因为孙女喜欢太极拳,这些年的寒暑假晨练时间,便成了她和孙女切磋太极的美好时光。

在祥芝,提及太极拳,许多祥芝太极爱好者就会对蔡雪绵竖起拇指。她曾于2012年代表石狮老年大学前往重庆参加全国武林大会,并一举斩获42式太极剑金牌和42式太极拳铜牌。那一年,为了备战比赛,蔡雪绵每天都会到院子里练拳,而当时年仅3岁的孙女童童,看见奶奶练拳时,就会搬个小凳子在一旁观看,时不时还会给奶奶点个赞。

蔡雪绵那时便看出了童童对太极是感兴趣的。不过,当时的她并没有打算教童童练太极。“毕竟年纪太小,可能只是孩子一时兴起。”上幼儿园中班的那年暑假,

童童主动向奶奶提出学太极的想法。蔡雪绵兴奋极了,于是从那一年起,她便开始教童童打太极。从太极拳入门级的24式到42式再到48式,从拳到剑,只要是孙女想学的,蔡雪绵都悉心教导。

“现在孩子大一些,有了自己的想法,每次切磋时,她还会经常发表自己的意见。”蔡雪绵告诉记者,最近在教童童练习陈式太极拳竞赛套路,相对于之前教童童的那些拳法,陈式太极拳竞赛套路要复杂许多。可是小小年纪的童童,仅一个暑假的时间,就已经熟练掌握了这套拳法的精髓。前天早上,在一起切磋结束后,童童翻出手机里的一段小视频,拿给蔡雪绵看,还说人家的动作比画要更好看些。听到孙女发表意见和看法时,蔡雪绵情不自禁地笑道:“你这个小丫头,观察能力很强嘛,看来太极拳这项非遗文化在咱们家算是后继有人啦!”(记者 刘晓娟)

祥芝派出所 深入推进防养老诈骗宣传工作

本报讯 近日,祥芝派出所结合夏季社会治安整治“百日行动”纵深推进防养老诈骗宣传工作。

据悉,该所结合老年人生活习惯、行为特点,坚持以“线下为主、线上为辅”的宣传策略,结合疫情防控、反诈宣传、常态化扫黑除恶、座谈会、入户访查等工作,灵活运用面对面宣传、发放宣传资料、小喇叭广播、悬挂横幅、LED屏滚动等形式,组织“进社区、进超市、进公园、进药店、进企业”等宣传活动,同步开展线上反诈防骗宣传,自行开展以来累计发放宣传资料、张贴海报等6000余份,悬挂横幅标语20条、滚动播放宣传标语40条、发布各类微信小视频5条,进一步营造浓厚氛围,有效提高了老年人识骗防骗能力。(记者 邱育钦 通讯员 谢少雄)

对叙空袭凸显美霸凌丑行

美军近日连续3天在叙利亚东北部对“与伊朗有关联”的武装人员发起空袭。

当前,恢复履行伊朗核问题全面协议的谈判正处于关键节点,美国却通过各种手段对伊朗极限施压,凸显其实施霸凌、推行强权政治的本质。

空袭侵犯叙主权

美军中央司令部23日说,美军当天空袭了代尔祖尔隶属于伊朗伊斯兰革命卫队的民兵组织的基础设施,作为对驻叙美军15日遭无人机袭击的报复。24日、25日,美军继续空袭叙境内目标。

伊朗外交部发言人卡纳尼24日说,美军对叙境内目标发动空袭是“侵略行径”和“恐怖主义行为”,侵犯了叙利亚的主权、独立和领土完整。他说,被袭目标是“反对占领的民众团体”,这些团体与伊朗之间没有任何联系。

叙利亚政府多次指责美国驻军侵犯叙利亚主权、非法占领叙领土,且频繁盗采叙石油、抢夺小麦等粮食。叙利亚通讯社21日报道,美军当天将又一批在叙东北部盗采的石油转运至伊拉克境内,美军近期已向伊拉克转运盗采石油数百车次。

威胁制裁阻碍伊核谈判

本月8日,欧盟向相关谈判参与方提交了一份关于恢复履行2015年伊核协议的“最终文本”。伊朗15日正式回应这一“最终文本”,并作出修改提议。24日,伊方表示当天收到美国对伊朗所作提议的回应。

2018年5月,美国单方面退出伊核协议,随后重启并新增一系列对伊制裁措施。2021年4月起,伊核协议相关方在维也纳举行多轮会谈,讨论美伊恢复履约问题,美国间接参与谈判。

分析人士认为,美国此前单方面背弃原有协议,加深了伊朗对美国的信任。此外,美方屡屡抬高对伊威胁调门,设置谈判障碍,不断加大制裁力度,致使伊核协议谈判一度陷入僵局。

本月1日,美国又宣布对涉及伊朗石油和石化产品贸易的部分实体进行制裁。伊外交部发表声明指出,在各方努力重启伊核协议恢复履约谈判之际,美国政府仍然“没有停止使用这种徒劳的破坏性手段”。现任和前任美国政府都沉迷于把制裁当成工具,这是美国霸权体系的一个标志。

霸道行径后果严重

伊朗《德黑兰时报》评论说,美方此次空袭行动或为传达这样一个信息,即美国即使重回伊核协议,仍致力于通过各种手段来对抗伊朗的地区影响力。

长期以来,美国四处煽风点火挑动地区紧张,挥舞制裁大棒干涉他国内政,频频开动“战争机器”对他国武力侵略或威胁。美国霸权触角所伸之处,制造了巨大的人道主义灾难,导致当地国家深陷冲突泥潭和安全困境。叙利亚、伊拉克、阿富汗……都是美国霸道行径的重灾区。

以叙利亚为例。根据联合国公布的数据,美国的军事介入已造成叙利亚至少35万人失去生命,1200多万人流离失所,1400万平民急需人道主义援助。仅在2016年至2019年间,叙利亚有记录直接死于美国领导的联军轰炸的平民就达3833人,其中半数是妇女和儿童。对此,叙政治分析人士乌萨马·达努拉说,空袭造成的平民流离失所和伤亡是美国在叙利亚侵犯人权的罪行,但美国将之称作“附带损失”。

美国布朗大学“战争代价”项目去年9月公布的数据显示,20年

来,美国在至少85个国家发动战争或者进行相关行动,造成的军民死亡总数高达92.9万人,至少3800万民众流离失所,而且这只是“非常保守的估计”。

去年12月,《纽约时报》获得的有关五角大楼的1300多份机密文件显示,美国自2014年在中东多国发动的空袭行动“存在严重情报缺陷”,直接导致数以千计的平民死亡,包括许多儿童。《纽约时报》评论指出,这与美国政府描绘的所谓“精准打击”形成鲜明对比,不仅如此,五角大楼公布的平民伤亡人数更是“被大大低估”。

一串串冷酷的数字将美国的霸权本质和强权政治的野蛮性、残酷性、危害性暴露无遗。如美国《外交政策》网站文章所说:“美国人动不动就批评其他国家的反人类罪,却拒绝照镜子看看自己——其实这种做法早已被所有人看穿。”(新华)

国际视窗

美国韦布望远镜首次在系外行星大气中发现二氧化碳存在的证据

新华社洛杉矶8月26日电 美国航天局25日表示,詹姆斯·韦布空间望远镜首次在太阳系外行星大气中发现二氧化碳存在的明确证据。

美航天局在一份公报中介绍,这颗名为WASP-39 b的行星是一颗巨型气态行星,距离地球约700光年,其质量约为木星的四分之一,与土星相当,直径为木星的1.3倍,表面温度约900摄氏度。美航天局表示,了解行星的大气组成成分对于研究行星的起源和演化过程非常重要。尽管WASP-39 b是一颗巨型气态行星,但这一发现表明未来韦布望远镜可能在更小的岩石行星的更稀薄大气中检测到二氧化碳。

德国消费者信心先行指数连创新低

新华社柏林8月26日电 德国市场研究机构捷孚凯26日发布的报告显示,继7月和8月接连降至历史低点后,9月德国消费者信心先行指数再创新低,为负36.5点,环比下降5.6点。

捷孚凯专家罗尔夫·比尔克勒当天在一份声明中说,由于担忧今后几个月能源支出可能大幅上升,许多家庭采取预防措施,削减了其他方面的支出。

自1980年起,捷孚凯每月对大约2000名德国消费者进行信心指数问卷调查。该指数是预测德国经济走势和居民消费趋向的先行指标。

环球博览

斯里兰卡18名学生 获得中国政府奖学金

中国驻斯里兰卡大使馆26日举行2022-2023学年中国政府奖学金颁发仪式,18名获得奖学金的斯里兰卡学生领取录取通知书。

斯学生代表表示,很荣幸获得中国政府奖学金赴华深造,一定珍惜中国政府提供的宝贵学习机会,做两国友好的践行者和贡献者。

据了解,中国政府通过斯教育部向斯里兰卡学生提供不同种类的奖学金。这些获得中国政府奖学金的斯里兰卡学生分别被同济大学、北京师范大学、对外经济贸易大学、四川大学和山东大学等高校录取,将分别攻读博士、硕士、学士学位,涉及汉语言、临床医学、工商管理等专业。(新华)



为当地居民和中企员工义诊 中国援津巴布韦医疗队

8月26日,在津巴布韦旺吉电站,医疗队队员带领中企员工和当地居民学习中国传统健身操八段锦。

当日,在津巴布韦首都哈拉雷以西约500公里处的旺吉电站,中国第19批援津医疗队为当地居民和正在建设电站三期扩建项目的中国电建集团核电公司员工义诊。(新华)

(上接一版)科普信息化提升工程,立足提升优质科普内容资源创作和传播能力,推动传统媒体与新媒体深度融合,建设即时、泛在、精准的全媒体传播网络,服务数字社会建设;科普基础设施工程,主要是围绕构建科普公共服务体系,进一步增加科普基础设施总量,完善科普基础设施布局,提升科普基础设施的服务能力,实现城乡科普公共服务均衡发展;基层科普能力提升工程,旨在建立健全公共卫生、自然灾害、事故灾难等突发事件应急科普宣教协调联动机制,显著提升基层科普工作能力,基本建成平战结合应急科普体系;科学素质交流合作工程,主要是加强高层次人才对接服务平台,组织科技工作者开展专题调研、考察论证、决策咨询论证,加强与各科技创新智库交流合作,积极探索对外科技交流和科学素质交流模式。(记者 林本鸣)