

开展精准化、场景化反诈宣传活动 筑牢老年群体“防骗墙”

为切实筑牢基层安全防线,近期,西安市公安局雁塔分局辖区派出所走进社区,以精准化、场景化的反诈宣传活动,帮助居民提升识骗防骗能力,共同守护群众的“养老钱”与“钱袋子”。

互动式宣讲 让反诈知识入脑入心

长延堡派出所将反诈宣传与社区邻里互动场景深度融合,在三兴鑫苑社区开展主题宣传活动,打破传统单向宣讲模式,以“知识讲解+互动问答”的形式激发居民参与热情。活动现场,社区民警先从电信网络诈骗的常见类型入手,向居民系统讲解网络刷单、虚假购物、冒充客服退款等诈骗手段的核心套路,同时重点聚焦老年人这一高风险群体,筛选出多起具有代表性的养老

诈骗案例进行深度拆解。

在互动问答环节,居民们积极提问,从“收到陌生保健品推销电话该如何应对”到“子女不在身边时遇到投资推荐该找谁核实”,民警均结合实际场景逐一解答,并引导居民主动分享身边的可疑情况,形成“民警讲、居民议”的良好互动氛围。

唠嗑式反诈 守护银发族养老钱

“王警官,您可真真是我们的‘定心丸’!以前总觉得骗子离我们远着呢,听您这么一讲,真是后怕,以后可得多留心!”在西安市电子城街道融侨馨苑小区的活动中心,王奶奶拉着电子城派出所民警的手,不住地念叨着。为了守护好辖区居民的“钱袋子”,特别是防范老年人成为诈骗的目标,电子城派出所民警

主动“找上门”,用拉家常的方式,把反诈知识送到居民心坎里。

活动现场,民警并没有照本宣科,而是结合近期发生的真实案例,用“大白话”给老人们讲解了骗子常用的“冒充子女借钱”“虚假保健品推销”“中奖诈骗”等套路。

此次反诈宣传活动,不仅让辖区居民尤其是老年人掌握了电信网络诈骗的辨别方法与应对技巧,更在社区内营造了“人人识诈、人人反诈”的浓厚氛围。下一步,雁塔分局将持续深化“预防警务”理念,结合不同社区的居民结构与需求特点,定制差异化反诈宣传方案,通过常态化宣传、精准化提醒,持续织密基层反诈防护网,切实守护群众的生命财产安全,为辖区营造安全、和谐、稳定的生活环境。

本报记者 李佳

“机票退改签”有陷阱 三种情况易“中招”

国庆中秋假期结束,此时也是出行高峰,不法分子盯上了“退改签”环节,利用旅客“担心耽误行程、想快速解决问题”的心理设下陷阱。公安部网安局提示返程旅客,警惕“机票退改签”诈骗。

据介绍,以下情况最易遭遇“退改签”诈骗:一是出发前1至2天接到“退改签”消息,但此时旅客已做好出行准备,对“航班取消、延误”的消息敏感度高,不法分子趁此机会来电,易让旅客慌乱中配合操作;二是节假日期间,一些热门线路票务紧张,旅客担心“错过出行”,更易相信“需紧急退改签”的说法;三是一些人通过非官方预订渠道买票,对订单状态查询不便捷,骗子谎称“代

订平台出现故障,需重新办理票务”,旅客难以核实真假。

警方介绍,首先,不法分子会冒充航空公司客服人员拨打旅客电话,以航班故障取消需办理退改签并赔偿,让旅客放下戒备。第二步,“您预订的航班因机械故障取消,仅剩最后2个免费改签名额,1小时内不办理就无法安排后续行程”,不法分子用这类“时间紧迫”“影响出行”的话术,让旅客在焦虑中失去判断力,听从指挥。第三步,当旅客同意退改签后,不法分子会向旅客发送“退改签办理链接”,但该链接实则是钓鱼网站,当旅客输入银行卡号、密码、短信验证码后,信息会被实时窃取。第四步,若旅客未察觉信息

泄露,不法分子会进一步编造借口,如“退改签需缴纳20%手续费,先转账到官方账户,退款时会连同本金一并返还”,以此索要资金。而这些“官方账户”实则是骗子的私人账户,转账后就会被拉黑。第五步,不法分子得手后,继续编造“系统正在维护,24小时内到账”等理由拖延时间,并诱导继续投钱,直到旅客无力支付或察觉被骗,骗子就会彻底失联。

警方提示,正规退改签不会“主动来电要求操作”,不会“索要敏感信息”,不会“要求转账缴费”。通过官方渠道核实,多花1分钟确认,就能识破骗局,避免“行程泡汤+钱财损失”的双重麻烦。 据《北京晚报》

警用装备矩阵亮相大唐不夜城景区

“大雁塔北广场东侧人流量较大,建议从西侧通道前往,请注意脚下安全。”10月8日下午,在西安大唐不夜城景区,警用升降台上执勤民警正用扩音设备向游客播报指引——这是西安市公安局雁塔分局国庆中秋假期全新上线的“科技全家桶”警用装备矩阵。

为切实保障节日期间辖区社会治安稳定,雁塔公安深度激活“智慧警务”效能,率先将警用机器人、机器犬、升降执勤台、多功能泛光工作灯、警用无人机机场等科技装备组成“科技全家桶”,全面投入重点区域巡逻、人流疏导、应急处置等安保工作,为国庆中秋假期筑起坚实安全屏障。

在大唐不夜城、大雁塔北广场等核心景区,身形灵活的警用机器人与机器犬穿梭在人流中,化身移动的“智能安全哨”,机器人头部高清摄像头可实现360度无死角拍摄,不仅能实时捕捉现场画面、识别异常行为,还能通过内置语音系统向游客宣传安全知识;机器犬则凭借灵活的移动能力,深入人群密集的小巷、商铺周边,辅助民警排查隐蔽区域的安全隐患。

作为西安市首家投入实战的警用升降执勤台,在此次国庆中秋假期成为景区一道亮丽风景线,当



夜城景区。『科技全家桶』警用装备矩阵亮相大唐不

执勤人员站上可升降平台时,视野瞬间覆盖半径50米内区域,既能清晰观察到远处人流走向,提前预判拥堵风险,又能第一时间发现突发情况,真正实现“站得高、望得远、守得稳”。

夜幕降临后,科技装备的“守护模式”持续升级。辖区内的街头巷尾、景区地标旁,多功能泛光工作灯次第亮起,暖白色的灯光既驱散夜色,其搭载的智能语音播报系统更化身“贴心向导”。与此同时,隐藏在辖区制高点的警用无人机机场,正以“24小时不打烊”的状态坚守

岗位——自动起飞、巡航、返航,既能进行空中巡逻,还能在突发情况下搭载应急物资,快速送达现场,真正实现“空地联动、立体防控”。

“科技装备不是替代人力,而是成为民辅警的‘好搭档’。”此次科技装备全面应用,不仅让安保工作更精准、更高效,也让民警有更多精力为群众提供贴心服务。节日期间,雁塔公安持续优化工作模式,让智能装备与民辅警协同作战,守护每一位市民游客度过一个平安祥和的假期。

文/图 本报记者 李佳

假期结束 专家支招破解“节后综合征”

国庆中秋假期结束后,有些人会感到精神不振、情绪低落,并伴有失眠、食欲减退等生理不适。专家表示,这可能是“节后综合征”来袭,可以从作息、饮食、运动等多方面进行调整,找回好状态。

空军军医大学唐都医院神经内科心身门诊教授张侃指出,“节后综合征”并非严格的临床疾病诊断,而是指个体在长假后,从放松状态回归日常轨道的过渡期中,出现的短暂身心适应不良。主要表现为:情绪方面,提不起精神,对工作感到厌倦、恐惧、焦虑,甚至莫名烦躁、情绪低落;生理方面,失眠、早醒、疲劳乏力、头痛、头晕、食欲不振、肠胃不适等;认知方面,注意力难以集中,记忆力下降,思维迟钝,工作效率大打折扣。

张侃表示,“节后综合征”的成因复杂多样,涵盖生理、心理、生活方式等因素。节假日期间,人们通常会打破日常的作息规律,饮食也往往缺乏规律,暴饮暴食、过量食用油腻或辛辣食物。这些生活方式的改变,打乱了人体正常的生物钟,造成植物神经系统紊乱,促使“节后综合征”的产生。此外,节假

日后,重新投身到紧张的工作或学习当中,部分人可能难以适应,从而产生焦虑、抑郁等不良情绪。这种心理压力的改变,也会导致体内激素水平发生波动,诱发“节后综合征”。

如何调适以减少或避免“节后综合征”的发生?空军军医大学唐都医院神经内科心身门诊主治医师程金湘建议,早晨尽早拉开窗帘,去户外稍微运动接受光照,逐步调整入睡时间,能有效帮助生物钟复位。节后尽量选择高纤维食物和易消化蛋白,增加绿叶蔬菜、燕麦、鱼类摄入,保证充足饮水,减轻身体的运转负荷。选择适合自己的运动方式,如快走、慢跑或瑜伽等,提升身体整体适应能力。

程金湘提醒,面对“节后综合征”,最好的态度是理解而非对抗。虽然“节后综合征”通常在一两周内自行缓解,但需注意与临床意义上的焦虑症或抑郁症进行区分。如果相关症状持续半月以上,且严重损害社会功能,则应寻求专业心理帮助,进行科学评估。

据新华社

把节日温情融入邻里互动



志愿者和社区居民一起制作月饼。

揉面、包馅、压模,文化广场上笑语不断。鼻尖沾着面粉的孩子踮脚盯着模具,老人捏着面团轻声念叨:“这味道,像极了小时候。”10月6日中秋节,西安市未央区谭家街道高山流水社区开展“手工月饼寄相思,邻里共庆中秋时”主题活动,将团圆的味道揉进面团,把节日的温情融入邻里互动。

当日,手工月饼区,面粉、馅料分装整齐,月饼压花模具一字排开,上面刻着“中秋快乐”字样。志愿者反复演练教学动作,从揉面力度到压模技巧,只为让老人和孩子学得更顺手。

活动正式开始后,志愿者手把手带着居民揉面、包馅、压花,还不时分享自家的“月饼小秘方”。不一会儿,一个个饱满圆润的月饼整齐排列在烤盘上,即将送入烤箱。

猜灯谜区,灯笼高挂,彩纸纷飞。题目既有“举头望明月”的诗意,也有“祖国腾飞”的家国情怀,吸引居民驻足竞猜。旁边的爆米花机“砰砰”作响,甜香四溢,志愿者将刚出锅的爆米花装进纸筒,连同热乎乎的羊奶粉一并递到老人和孩子手中,暖手又暖心。

“嵌入式”服务也为节日增添了便利。医生坐诊,耐心为居民测量血压,针对老年人慢性病细致叮嘱;

书法老师挥毫泼墨,“阖家团圆”“月满中秋”“国泰民安”等祝福语跃然红纸上。

“月饼出炉啦!”随着一声欢快的提醒,金黄饱满的月饼被端上长桌。大家围坐在一起,品尝着亲手制作的成果,你尝一块莲蓉月饼,他品一口奶黄月饼,聊家常,说趣事,邻里情在分享中悄然升温。

该社区负责人表示,未来将持续推动传统文化与社区治理融合,积极引入资源,通过技艺传承等活动,建设邻里和睦、文化厚重、服务贴心的幸福港湾。

此前,西安市长安区郭杜街道香溪路社区也举办了“邻里团圆迎中秋”活动。社区与物业提前备好材料,居民以家庭为单位围坐一堂,在志愿者指导下兴致勃勃地动手制作。大家边做边聊,交流技巧,分享生活点滴。不一会儿,一枚枚花纹清晰、造型精致的冰皮月饼便做好了。

“不仅体验了动手的乐趣,更让邻里感情在互动中不断升温。”居民刘女士笑道。

该社区相关负责人表示,今后将持续开展有温度、有内涵的活动,增进邻里和谐,共同营造互助友爱、文明温馨的社区大家庭。

文/图 本报记者 姬娜