

百岁老夫妻 寿长情亦深

◎冒建国 史有生

长寿之乡如皋,有这样一对百岁夫妻:丈夫谢雪生,今年102岁;妻子马同桂,今年100岁。他们结婚70多年来,从没拌过嘴,也没红过脸;特别是进入老年后,两人更是每天形影不离、恩爱有加。他们有什么长寿秘诀呢?

一是心态非常好。

谢雪生1923年10月生,初中文化,曾担任过教师、会计等,有经济头脑。他曾积极为单位出主意理财、为厂方节约开支,被同事们赞为单位的“铁算盘”“好管家”。他一贯待人和气,从不为小事与人斤斤计较。马同桂,1925年7月出生,一生勤劳、待人平和、乐于助人。

20世纪60年代初,国家遭遇了困难,当时谢雪生在街道工厂工作,仅有十几元的工资,维持六口之家的生活。马同桂一边照顾孩子,一边帮人家纺毛线、织毛衣,挣点钱补贴家用。在这艰苦的环境里,夫妻俩也始终保持乐观平和的心态,从无怨言牢骚。

二是生活有规律。

他们有着良好的生活习惯,年轻时如此,进入老年之后更是如此。他们一般每天早晨五点多起床,晚上九点左右睡觉;午饭后会小憩,下午两点读报纸,晚上七点看《新闻联播》,关心时事政治,偶尔会与好友一起打牌娱乐。

三是适当运动。

老夫妻认为运动能活动筋骨,益于保持健康。他们年轻时就注重适当锻炼身体,退休后,一般晚饭后散步一两公里。谢雪生在高龄不能单独行走时,还由保姆推着轮椅四处转转,看看不断变化的环境,他说这也是一种对于身心的锻炼。马同桂也一直保持着这些习惯,特别是每天早晨十分认真地“干洗脸”,反复搓脸、捏耳朵,增强头部、脸部的血液流动,通顺筋骨。

四是子女孝顺。

父母做榜样,子女们看在眼里,记在心里。女儿、女婿们对父母非常孝顺。二老生活不能自理后,二女儿谢建奇马上召集其他三姐妹开家庭会议,商定除了为二老各找一个保姆外,大家轮流上门照料二老。轮值表排好后,女儿、女婿们把两人照顾得无微不至。冬天陪他们晒太阳,夏天陪他们乘凉风。为他们读书念报,替他们揉肩捶背,帮他们买喜欢吃的零食。天气晴好时,还用轮椅推着他们逛街看景,与邻居、朋友们常常见面、聊天谈心,使他们从不感到孤独。二老有谁生病了,姐妹们更是精心照料,及时与医院或社区卫生室商量,请医生出诊,确保二老的身体健

康。谢雪生早晚饭喜欢吃牛肉方便面,而且要带点辣,觉得这样更爽口;中午则吃大米饭,菜式以素为主,但特别喜欢吃红烧肉。马同桂与丈夫一样喜欢吃红烧肉。年过百岁的老夫妻一直互相惦记着,起床之后、睡觉之前,都要互相问候。

在网络二手平台捡到“漏”啦……

◎周周

“是派出所吗?我要报警,我爷爷可能遇到骗子了,我和奶奶怎么劝他都不听。你们赶紧到我家来……”电话那头男孩的语气听起来很焦急。

“好,我们马上到。”接警后,社区民警大李迅速赶往现场处置。

“我上午上完补习课回来,发现奶奶饭也没做,一个人在厨房里流眼泪。爷爷也不安慰奶奶,只顾拿着手机琢磨怎么解冻账户、扫码付款。听奶奶说,爷爷的支付宝账户被冻结了,他便拿奶奶的手机付了款。当他要求立即发货时,对方却让他再付500元的加急费,奶奶不肯,爷爷就动手推了奶奶一把。警察叔叔,刚好前几天你们到学校给我们上了一堂反诈反诈安全教育课,我觉得爷爷是遇到网络诈骗了。”这个叫轩轩的男孩讲述了情况。

原来,轩轩爷爷的手机内存太小,不要说刷视频了,光是浏览网页就要等上一两分钟。他一直想换部手机,但又觉得电子产品更新快,买新手机划不来,也不知道他从哪里了解到网络二手交易平台,于是到平台上浏览,还看中

一部原价5000多元、现在只要2000元的二手苹果手机。他便向卖家咨询该手机性能、续航、规格等细节,卖家表示自己很忙,平台聊天不方便,建议加微信详聊。加上微信后,卖家“贴心”地告诉他,这部苹果手机成色很好,性价比非常高,如果不从平台走还可以给其优惠300元,并且无须首付或定金,款到立即发货,支持15天无理由退换。

轩轩爷爷很开心,以为自己捡了大便宜,当即与卖家达成交易意向。随后卖家发过来几个不同的收款二维码,要求扫不同的二维码分次付款。一心只想早点拿到手机的轩轩爷爷丝毫没有犹豫,立刻扫码付款。在转账的过程中,轩轩爷爷收到支付宝诈骗风险的提示,其账号也被冻结,但他根本没当回事,以为只是自己输错了密码,便拿轩轩奶奶的手机付了款。当他再次想要用老伴的支付宝时,不想遭到了拒绝,心有不甘的他就……

“您看看现在是否还能联系上卖家。我来同他聊聊。”大李说。轩轩爷爷点开微信,发现自己已经被对方拉黑。他这才意识到被骗了,后悔不已。

“上网购物一定要选择正规的

购物平台,切忌脱离平台扫码转账。那些所谓‘高质低价’商品,十有八九是诈骗分子在二手平台上发布的虚假信息。诈骗分子尤其喜欢打着官方授权直销的名号,吸引不知情的购买者主动联系。他们会以加私信更为方便联系为由,引导买家通过其他第三方聊天平台进行沟通,或者直接通过转账形式付款。一旦收到了钱,诈骗分子便立刻拉黑买家,消失得无影无踪。由于脱离了交易平台,平台既无法对钱款进行追踪,也难以对卖家进行判责。”大李一步步揭开此类诈骗的套路。

“偷鸡不成反蚀把米。平时我让他去社区听听反诈小课堂的课,他说啥也不愿意,这次让他花钱买个教训也好。吃了一辈子粉笔灰的人连个10岁的小孩都不如。”轩轩奶奶在旁数落老伴。

“不仅把知识学进去了,而且做到了学以致用。轩轩真棒,叔叔给你点个赞!”大李由衷地夸奖。他又转向轩轩爷爷说:“提高防范意识,筑牢安全防线,您今后可要好好向轩轩学习。网络诈骗第一条,不贪便宜要记牢。天上馅饼含陷阱,切记切记!”



11月13日,通州区公安局平潮派出所民警深入辖区,联合村(居)网格员一起开展反诈宣传活动。他们充分发挥社区民警、网格员“人熟、地熟、情况熟”的优势,深入镇区、居民小区向老年人讲解养老诈骗违法犯罪的典型案例,重点揭露“扫码进群给礼品”“投资理财”“购买保健品”等作案手法和特点,提醒老年人不要相信陌生人的“甜言蜜语”,做到不轻信、不透露、不转账,不要把自己的银行卡租借或者售卖给他人使用,如遇到可疑情况及时向公安机关核实,谨防上当受骗。

徐玲 吕炜照

全社会协同发力,保障老年人合法权益

◎元玉昆

在当前,敬老活动的一项重要内容是优化为老服务,保障老年人合法权益,帮助老年人提升维权意识和维权能力,增强老年人获得感、幸福感、安全感。

现实中,老年人容易成为不法分子实施违法犯罪的对象。一些不法分子打着“服务老人”“关爱老人”的旗号招摇撞骗,以养老、理财、旅游等为幌子,用“免费”赠送、储值投资、消费返利等诱骗老年人,严重危害老年人的切身利益。

随着经济社会快速发展,老

年人在健康养老、财产处分、情感慰藉等方面有着更多元的需求。与此同时,违法犯罪分子也不断翻新手法、创设套路,增强迷惑性,侵犯老年人合法权益的行为出现一些新动向。如广东公安机关侦破多起冒充孙辈、女婿以处理打架、交通事故急需用钱保释为由,对老年人实施诈骗的案件。在安徽省淮南市中级人民法院审理的一起案件中,犯罪团伙在加密直播间对老年人进行“洗脑式”诈骗,对产品进行隐蔽销售,给维权与监管带来了新挑战。

尊老敬老是中华民族的传统美德,爱老助老是全社会的共同责任。面对种种非法套路,一方面,老年人自身要学会守好“钱袋子”,做到不信“大饼”、勿贪“小利”;另一方面,家庭成员也要多与老年人沟通、讲解,加强防诈骗宣传,帮助老年人增强法律意识、提高辨别能力,不给不法分子可乘之机。政法机关要加大涉老领域执法司法普法力度,既要“治已病”,更要“治未病”,最大限度挤压“行骗空间”。只有社会各界协同发力,才能让老年人获得感成色更足,幸福感更可持续,安全感更有保障。