

请市民戴口罩做好个人防护 理性对待疫情保持良好心态

慢羊羊：12月5日起,我市疫情防控相关政策作出优化调整,不再开展常态化核酸检测,除特殊场所外,公共场所不再查验核酸检测阴性证明和扫场所码。对此,有少数市民出现了焦虑、恐慌的心理。

主持人：要理性对待疫情,不要过度紧张担心。除了做好科学防护外,保持良好的心态也有助于提高自身的免疫力。

慢羊羊：是的。我有个朋友自从政策变化后,过度关注负面信息,总是担心身边的人有没有感染新冠肺炎,继而担心自己有没有被感染等。有了过度反应,消极、忐忑、暴躁等情绪就容易产生。

主持人：要客观认识疾病,通过官方媒体了解准确信息,不传播、不轻信非官方渠道的疫情信息,以免造成不必要的盲目乐观或恐慌心理。

慢羊羊：科学规范佩戴口罩,是预防新冠肺炎等呼吸道传染病最经济、最有效、最实用的措施,也是一种文明行为。

主持人：为做好个人防护、保护公众健康,我市目前已发出全民戴口罩的倡议。

慢羊羊：防疫措施千万条,佩戴口罩第一条。公共场所是防疫重点区域,市民在做好有效防护外,还需全程戴口罩。非必要尽量少出门,同时要注意个人卫生,避免集体聚会。

主持人：疫情期间,市民要注意监测体温,察觉症状,一旦有异常情况应及时就医。

慢羊羊：是的。为了不被感染或晚感染,建议市民当好自身健康第一责任人。选用一次性医用口罩、医用外科口罩或以上防护级别口罩,时

刻牢记内外上下要分清,贴合盖住口鼻颌,调整压紧金属条,及时定期换口罩。尤其是出现发热、干咳、乏力等十大症状时,务必及时就医并全程佩戴好口罩,争当自觉佩戴口罩的践行者、监督者、宣传者。

主持人：养成随身携带口罩、出行佩戴口罩的良好习惯,同时当好佩戴口罩的宣传员,积极动员周边人员充分认识佩戴口罩的重要性,消除戴口罩无用思想。

慢羊羊：相信大家都做好了对自身的防护,尽量让自己规避病毒风险,也相当于为社会贡献一分力量。无论是需要自我居家隔离的朋友,亦或是返乡的朋友,各自履行好自己的防疫责任,就是当下最重要的事情。

主持人：一个人的努力微小,但在大家共同努力下,我们终将能够战胜疫情。

和睦平等的家庭不会出现家暴 夫妻间多包容互谅少争强好胜

老话：看了贵报11月29日第6版《预防和制止家暴并非家务事》一文,想说说我的一些看法。

主持人：你对家暴有什么看法?

老话：和睦、平等的家庭,不会出现家暴。夫妻平时拌嘴不可怕,但得有个度。好狗不咬鸡,好汉不打妻。聪明人都知道妥协、容忍是夫妻的相处之道,一方作出让步,并不代表就理亏。

主持人：是的。因为家是讲爱、讲情的地方,不是事事讲理的地方。许多时候,你赢了道理,却输了感情。

老话：清官难断家务事,家家有本难念经。夫妻间多包容互谅,少争强

好胜,少吵架。因为感情吵着吵着就淡了,吵着吵着就散了。动手更甚,感情越打越淡,打着打着就分了。人人有脸,树树有皮。人怕伤心,树怕剥皮。古语云:堂前教子,枕边训妻。

主持人：夫妻、婆媳必须相互包容,适度示弱是一种智慧。

老话：性格强势、控制欲太强的人碰在一起,肯定会撞出火花。一旦双方斗气斗狠,死磕到底,即使最后一方表面上赢了,但对家庭而言,实际上双方都是输家。针锋相对之时,注定没有赢家。当家庭里充满争斗和算计,那还有什么幸福可言呢?爱情是一门艺术,但婚姻是生活。所以要多一分换位思考,相互尊重、包容,婆媳、夫妻关系才会和谐。这才是人与人和睦相处的

应有之道。

主持人：其实,不光是儿媳妇,每个家庭成员都应是家庭和睦的建设者和促进者,而不是旁观者甚或破坏者。有话好说,有事共商,家和万事兴。

老话：我有个朋友2004年结婚,2007年因感情不和离婚,当时孩子只有3岁。因我朋友放心不下,又经父母劝说,决定仍和对方生活在一起。同居期间,对方疑心病日益加重,时常翻看我朋友的手机,怀疑其有外遇,便拳脚相加。我朋友好面子,被打了都不会说。

主持人：同居关系一方遭受家庭暴力或者面临家庭暴力的现实危险,可以申请人身安全保护令,依法维护自身的权益。

催款时发错短信 对方回了两个字 骗子

淡定：现在诈骗短信太多,即便是真实的催款短信也没人信了。

主持人：为什么这么说?

淡定：我是做生意的,与朋友经常有汇款往来。

主持人：是汇款时汇错了?

淡定：是发错了短信。前两天,我让朋友把5万多元货款打到我卡上,但输入手机号码时,不小心把最后

两位数85输成58,当时没注意就发出去了,很快对方就回复短信了。

主持人：对方怎么回的?

淡定：简洁明了两个字“骗子”,后面还跟了三个感叹号。我这人一直很讲诚信的,突然被人骂骗子,真不好受。

主持人：估计对方常收到一些诈骗类的短信,所以才会那样回。

淡定：于是,我又发了一条短信解

释:我不是骗子,是发错了,对不起!

主持人：对方回了么?

淡定：大概觉得我就是骗子,不再理我了。

主持人：你的短信具体是怎么写的?

淡定：就是让我朋友把钱打到这个卡上,写明了开户行、卡号、姓名及金额,确实和那些诈骗短信有点像,也怪不得对方认为我是骗子了。



谈了场网恋 丢人又丢钱

日落日出：男人不要裸聊,女人不要刷单,这句反诈口号大家已经倒背如流,但还有人面对美女的诱惑把持不住。

主持人：发生了什么事?

日落日出：我有个亲戚在一家公司上班,平时工作压力大。现阶段,没有什么恋爱经历的他陷入了一段甜甜的恋爱,却又因这段恋爱,让他人财两空。

主持人：说说事情的经过。

日落日出：有一次,他出差住酒店,想找个小姐姐聊聊天。在网上搜索了一番,他找了一个“理想型”女友,火速加了对方QQ。

主持人：网络交友是一把双刃剑,它可以拉近人与人之间的距离,却也因为它的隐蔽性和可伪装性,让人在与他人交流时无法做到察言观色,无法对其所说的话进行甄别,会因为一时的侥幸心理错信他人,给自己带来终生的伤痛与懊悔。

日落日出：是的。不一会儿,手机弹出一个名叫“菲儿”的语音对话框,直接提出想要和他裸聊。挑逗性的语言,让他逐渐失去理智,他按照对方的提示,下载安装了一个App开始聊天。

主持人：后来怎么样了?

日落日出：挂断视频后,与“菲儿”的对话框突然弹出了一张自己的头像和身体合成的照片,并声称要将照片发送给通讯录里的所有人,吓得他冷汗直出。之后,对方变着花样让他转账。

主持人：给对方转了多少钱?

日落日出：现在他自己也搞不清楚到底汇了多少钱,转了几个账户,只听说给钱就能不把照片发给亲戚朋友,他就照做了。

主持人：这就是与陌生人聊天引发的诈骗,不法分子抓住了受害人的贪色心态,再以将聊天视频发送给亲人朋友相要挟,受害者大多出于恐惧心理,只好拿钱消灾。但是这个“灾”根本无法消,对方会无止境地进行敲诈。遇到这种事情应第一时间拨打110报警,并建议他下载国家反诈中心App。