

## 提醒 | TIXING

## 接电话不要先喊“喂”

## 家长险中招

最近有家提醒所有爸妈,接到陌生电话最好改掉“喂”的习惯,随后她给大家讲了自己的经历,真的非常惊险!

睿睿妈这天在公司上班,突然接到一个本地的陌生来电,按了接收键下意识地“喂”了一声。随后一个陌生男子的声音恶狠狠地响起:“叫妈妈!”一个怯怯的小孩子的哭腔:“妈妈!救我!”睿睿妈心里一紧,下意识地叫了声“睿睿!”恶狠狠的男声又响起:“你们家睿睿在我手上,我只求财,识趣的赶紧给我汇1万块,不许报警,否则你将收到睿睿的手脚!”对方挂掉电话,随后发了一个银行卡账户,说“必须在20分钟内汇,汇完就放人,否则会后悔……”。睿睿妈惊慌失措找银行卡,找完了钱包找手提袋,发现身上没带任何银行卡,急忙给睿睿爸打电话,将事情的来龙去脉告诉了睿睿爸后,这时还好爸爸冷静:“你确定是睿睿的声音吗?”“好像……是!好像……又不是!”睿睿妈语无伦次了,睿睿爸说:“你先别汇款,我打电话给睿睿的班主任!”几分钟后睿睿爸的电话回来了,睿睿果然安然无恙在学校上课。

家长们遇到陌生电话应该有防范意识:

- 1、接到陌生电话时可以先保持沉默,让对方先出声,待了解来意后再出声;
- 2、即使让对方知道了你是男还是女,听到小孩声音时务必要保持冷静,仔细辨认是否自己孩子的声音;
- 3、家长可以问问对方手中是男孩还是女孩,长什么样,穿什么样的衣服。如果对方不回答或答不上,那一定是有诈;
- 4、挂电话后第一时间确认孩子是否安全;
- 5、如果以上的信息都不能确认,最好的处理方法是跟对方周旋,同时寻求警察的帮助。

最后,警惕一些常见的骗人手段:

- 1、冒充学校的老师,说孩子在学校出意外,正在医院手术,急需手术费用从而骗钱;
- 2、冒充医保局的,准确说出宝宝出生日期、宝妈名字,然后说针对新生儿有个补贴,说之前联系不上,马上快到期了,赶紧给指定的手机号码打个电话咨询办理领取;
- 3、冒充孩子的班主任,说最近房子装修或家人生病急需借钱,利用家长与班主任的关系骗钱。

星制作 | XINGZHIZUO

每天坚持做这个动作一分钟  
一周后,发生奇迹

金鸡独立的养生方法大家听说过吗?今天小编就来为大家讲解一下金鸡独立养生法的好处!

**方法:**两眼微闭,两手自然放在身体两侧,任意抬起一只脚,试试能站立几分钟,注意!关键是不能将眼睛睁开。这样你调节自己的平衡就不是靠双眼和参照物之间的协调,而是通过调动大脑神经来对身体各个器官的平衡进行调节。左脚酸了,换右脚即可。

每天做“金鸡独立”1分钟,对高血压、高血糖、颈腰椎病有帮助,还可远离老年痴呆。闭着眼睛做金鸡独立,如果站不了10秒钟,表示平衡感退化到了六七十岁的地步。多练习可以恢复平衡感。

**原理:调节身体的平衡**

身体出现疾病,中医理解为五脏六腑之间相互协调的关系出了问题,身体不平衡了。而“金鸡独立”就可调节彼此的关系。人的脚上有6条重要的经络通过,通过脚的调节,虚弱的经络就会感到酸痛,同时得到了锻炼,经络对应的脏腑和它循行的部位也就相应得到了调节。

**效果:增强免疫力**

随着站立时间的延长,头重脚轻的感觉没有了,睡眠质量大大提高,头脑清楚了,记忆力也明显增强了。对于足寒症,这是治本的方法,也可以迅速增强人体的免疫力。对于高血压、糖尿病、颈腰椎病等诸多疑难病都有立竿见影的疗效,还可以治疗小脑萎缩,并可预防美尼尔、痛风等许多病症。

一般人都适合,尤其是从年轻、身体健康的时候就开始坚持每天做,70岁以上,或双脚已站立不稳的老人,就不适合做。

 中国邮政储蓄银行  
POSTAL SAVINGS BANK OF CHINA

# 办邮储银行 ETC

## 省时 省钱 又省心 四大套餐 七项优惠

## 四大套餐

- 套餐一:** 签约交通卡,绑定信用卡,先通行后扣款。  
**套餐二:** 签约交通卡,绑定借记卡,先通行后扣款。  
**套餐三:** 签约ETC联名信用卡,一卡双功能,既是信用卡,又是交通卡。  
**套餐四:** 签约交通卡(储值卡),先充值后通行。



## 七项权益

- 你办卡赠标签** 活动期间免费赠送电子标签。  
**你过路我买单** 钻石、白金客户最高可免费通行。  
**你使用我保修** ETC标签保修期2年。  
**你持卡乘公交** 合肥、淮北、亳州、淮南、滁州、六安、宣城、铜陵、宿州、安庆、黄山、宿州11个城市开通IC卡公交闪付功能。
- 你通行我优惠** 持ETC卡省内高速消费享受95折。  
**你用卡享实惠** 享6元特价洗车,9元特惠观影。  
**你理财高收益** 定期推出ETC客户专属理财产品。