

# 防电信诈骗 从你我做起!

## 一、你了解什么是电信诈骗吗?

电信诈骗是近年来比较突出的侵财犯罪,它具体包括电话诈骗、网络诈骗、纸质媒介诈骗等,是犯罪分子利用日益先进的通讯手段、银行支付渠道以及互联网技术,向不特定多数人实施的诈骗行为。

## 二、日常生活中,如何防范电信诈骗?

1、克服“贪利”思想,不要轻信麻痹,谨防上当。不要轻信中奖和他人能办理高息贷款或信用卡套现及有致富信息转让,一定多了解和分析识别真伪,以免上当

受骗。

2、不要轻易将自己或家人的身份、通讯信息等家庭、个人资料泄露给他人。对于家人意外受伤需抢救治疗费用、朋友急事求助类的诈骗短信、电话,要仔细核对,不要着急恐慌、轻信上当,更不要上当将“急用款”汇入犯罪分子指定的银行账户。

3、对于来电声称是公安、检察、法院、银行等的电话号码,务必多方印证,尝试回拨电话核实,防止犯罪分子利用改号软件等手法冒充电话号码。

4、日常应多提示家中老人、未成年人注意防范电信诈骗,提高老人、未成年人的安全防范意识。犯罪分子通常喜欢选择相对容易上当受骗的老年人、未成年人作为诈骗目标,作为子女或者父母,除了自己注意防范电信诈骗外,应积极主动向家中老人、未成年人传递防诈骗的知识,为我们敬爱的长辈和需要呵护的下一代筑起防诈骗的知识围墙。

## 三、遇到电信诈骗怎么办?

应及时联系银行办理银行卡挂失、网上

银行和手机银行密码修改等,防止可能的损失进一步扩大。同时,应尽可能及时记下诈骗犯罪分子的电话号码、电子邮件地址、QQ号、MSN码及银行卡账号,记住犯罪分子的口音、语言特征和诈骗的手段经过,及时向公安机关报案,积极配合公安机关开展侦查破案和追缴被骗款等工作。

## 防电信诈骗 享美好生活

# 地震后如何进行心理调适

近日,果洛州玛多县等地发生严重的地震灾害。地震不仅会带来房屋财产等损失,还会影响心理健康。震后,一有风吹草动就紧张、整夜失眠焦虑,是否意味着自己得了心理疾病?

## 一、震后出现心理应激反应,是正常的吗?

面对突如其来地震,不同人群在心理、生理、社会等层面均表现出一系列的应激反应。应激反应是当人们面对新异的、不可预测的、不可控制的刺激时,或当前情境超出自己的承受能力时,表现出的与平常状态下不同的特异性反应。

震后,无论是幸存者还是救援人员,甚至是通过媒体报道获知震灾信息的非灾区居民,有些人会不同程度地产生创伤后的心理反应,这是大家对异常环境和事件的正常反应。例如,受灾者会因为在地震中失去所爱的人、家园和财产,或者自身留下伤残,而使生活的希望、梦想和人生观受到打击,可能会因为迁离自己的家园而感到无助或难以接受等。

地震给人带来了哀伤、抑郁、痛苦、内疚、愤怒、无助、丧失信心等心理反应,这些反应通

常是正常而又短暂的,并不是病态的。

## 二、您还可能会有这些身心不适:

1、执行力差:头晕眼花,做事莫名其妙出错。2、紧张不安:多汗、脸颊潮红、心跳加速、呼吸急促、失眠、多梦。3、心情忧郁:没胃口、闷闷不乐、做任何事都没兴趣。4、行为退缩:不太想接触人群或做事。5、负性记忆:不断涌现有关地震的回忆和感觉。6、坐立不安:经常感觉有余震而坐立不安。7、负性联想:想起地震,会引发强烈的心理痛苦和身体不适。8、过度敏感:无法成眠、睡不深、易生气、易受惊吓、注意力不集中。9、逃避冲动:试着逃避有关地震(或勾起地震回忆)的一切,不想说话或接近灾区。10、麻木失落:觉得和别人有隔离感,失去喜欢的能力,对未来不抱希望。这些都属于正常的“急性应激反应”,不必担心。随着时间的延长而逐步减轻,可能过几天(一般不会超过一个月)就消失了。

## 黄南州消防救援支队 宣

# 遗失声明

▲同仁泽雄羊肉自助火锅店 JY2632321001151号食品经营许可证(正本)声明遗失。  
▲时晓语的630105199702180022号驾驶证声明遗失。  
▲尖扎县马克唐镇申宝路52号2号商住楼2单元101室马青山的尖国用(2014)第040号土地使用证声明遗失。  
▲同仁福盈商店JY16323210004443号食品经营许可证(正本)声明遗失。  
▲同仁县保安镇银扎木村委会扎西的6323211010955号法人章声明遗失。  
▲尖扎县公安局青D·0109警号车牌照(前后)声明遗失。  
▲尖扎县当顺乡人民政府青D—23726号机动车登记证声明遗失。  
▲同仁县隆务镇热贡路张蓉的同国用2004年第2996号国有土地使用证声明遗失。  
▲同仁县保安镇下庄村02公保3人户口簿声明遗失。  
▲同仁县多哇镇李太工程服务有限公司统一社会信用代码为91632321MA752U111M号营业执照(正本)声明遗失。  
▲尖扎县昂拉乡牙子盖村拉毛社66号叶拉

的2人户口簿声明遗失。  
▲尖扎县昂拉乡牙子盖村拉毛社66号万玛吉的2人户口簿声明遗失。  
▲尖扎县公安局开掘给杨毛卓玛的青准字00224696号准予迁入证明(甘肃省天祝藏族自治县东大滩乡华郎村四组22号迁往青海省尖扎县坎布拉镇坎加社5号)声明遗失。  
▲马成友的初级专业技术职务资格证书(电力)声明遗失。  
▲同仁县玉翔矿业有限责任公司核准号为J8550000240701号开户许可证(副本,编号:8510—00259325,账号:28605001040017490)声明遗失。  
▲同仁县保安镇新城村051号郝正德同集用2014年第2199、同集用2014年第2192号《集体土地使用证》声明遗失。  
▲同仁县保安镇双处村扶贫互助协会统一社会信用代码为51632321MJX0152288号社会团体法人登记证书(正本)声明遗失。  
▲同仁县保安镇新城村051号郝正才同集用2014年第2234号《集体土地使用证》声明遗失。

# 黄南辖区逾期未检验及逾期未报废车辆名单

近期,黄南州交警支队结合“防风险、除隐患、降发案、保平安”专项行动工作安排,全面加大车辆隐患排查力度,及时消除安全隐患,现将辖区内逾期未检验及逾期未报废车辆名单进行公布,请及时前往黄南州交警支队车管所办理检验及报废手续。注:截至发布日期前已检验车辆或已报废的车辆请忽略此曝光名单!

## 大型客车逾期未检验名单

号牌号码	机动车所有人	检验截止日期
D02610	黄南隆祥汽车客运有限公司	2020/12/31
D02579	黄南隆祥汽车客运有限公司	2020/05/31

## 农村面包车逾期未报废名单

号牌号码	机动车使用人	报废日期
D20823	完么本	2019/08/31
D29219	黄南州福利慈善康复医院	2020/06/30
D26785	黄南州山峰公交有限公司	2017/12/31
D32610	黄南州山峰公交有限公司	2019/12/31
D21962	周本才让	2019/07/31
D06737	黄南州顺鑫建筑门窗有限责任公司	2020/06/30
D09005	黄南州热贡艺术职业培训学校	2019/03/31
D29722	羊毛加	2018/02/28
D06807	桑杰才让	2021/01/31
D06753	俄见才让	2018/03/31
D09836	卡布才让	2019/02/28
D10290	仁青加措	2018/12/31
D10983	下吾索南	2021/01/31
D10375	夏吾加	2017/12/31
D11277	同仁县城建监察大队	2018/06/30
D11299	同仁县市容环境	2018/06/30

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D35638	吉德才让	2018/11/30
D09301	录毛扎西	2018/11/30
D11161	同仁县永鑫商贸有限责任公司	2018/06/30
D35215	东智才让	2020/06/30
D35875	刘志银	2020/06/30
D15726	华青多杰	2021/03/31
D16706	庞福贵	2018/08/31
D16727	下吾扎西加	2019/08/31
D20075	多杰本	2018/10/31
D18700	蔡灵	2020/06/30
D38961	南卡才让	2021/03/31
D19285	马建林	2020/06/30
D19023	马虎林	2020/06/30
D19206	周加	2019/04/30
D12250	公保多杰	2018/01/31
D05351	普娃加	2016/12/31
D04585	黄南州同仁县汽车运输有限公司	2014/10/16
D23208	赵牙古布	2018/10/31
D09837	完德才让	2016/10/31
D04155	同仁县保安中学	2019/03/31
D04620	张社教	2016/11/30
D04091	扎西才让	2017/02/28
D04418	斗尕加布	2016/08/31
D15605	陈兰兰	2016/10/31
D18095	普日哇才旦	2016/10/31
D05010	黄南州防护雷电中心	2016/06/30
D21581	马如格牙	2016/10/31
D05513	卡先木	2016/12/31
D33055	陈力才让	2018/07/31
D18257	马乙努	2018/11/30
D05349	达哇智华	2016/12/31
D30060	马建新	2019/06/30
D05217	下吾朝加	2018/01/31
D06063	下吾才旦	2017/04/30
D04931	同仁县畜牧兽医工作站	2018/04/30

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D05763	拉龙	2017/03/31
D06393	同仁县隆务镇计划生育服务站	2017/11/30
D06011	何桑杰	2017/3/31
D23578	吴得平	2017/11/30
D06955	同仁县保安镇计划生育服务站	2017/11/30
D42396	才旦加	2021/3/31

## 农村面包车逾期未检验名单

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D37221	华才加	2018/05/31
D41159	更太加	2019/12/31
D43608	夏巴	2021/01/31
D55547	更藏卓玛	2020/05/31
D97976	韩学林	2021/03/31
D58669	同仁隆务大寺旅游大酒店	2021/03/31
D82699	马良	2020/07/31
D15187	周他加	2021/04/30
D09178	古巴扎西	2021/04/30
D20235	才太加	2021/01/31
D09937	还贡加	2021/03/31
D10725	南加	2021/03/31
D23087	卢青峰	2019/12/31
D10989	同仁县交通运输综合行政执法大队	2019/06/30
D11609	完麻才让	2021/01/31
D12508	扎羊加	2021/03/31
D11816	旦正才让	2020/08/31
D12078	程益恩	2020/08/31
D12365	万么扎西	2020/09/30
D26889	李志强	2020/09/30
D12063	才关加	2021/02/28
D13208	多杰才让	2020/11/30
D15529	周果才让	2021/03/31
D16603	桑斗合加	2021/02/28
D17282	杨加布才让	2018/09/30
D17738	夏吾吉太	2020/10/31
D17511	项多才让	2020/10/31

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D15799	卡毛措	2020/02/29
D17390	同仁县妇幼保健计划生育服务中心	2021/02/28
D19158	南拉才让	2021/03/31
D19217	拉么才让	2021/04/30

## 校车逾期未检验名单

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D57677	同仁县格桑花幼儿园	2020/06/30

## 重型挂车逾期未检验名单

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D2099	青海宏丰得建筑有限责任公司商砼分公司	2020/5/31
D2226	黄海成	2019/5/31

## 重型货车逾期未报废名单

号牌号码	机动车使用人	报废日期
D01777	马存德	2020/07/31
D01540	算他吉	2019/03/31
D01719	夏吾当周	2019/05/31
D02820	周建一	2021/03/31
D02069	同仁县顺达物流货运有限责任公司	2020/06/30
D02196	同仁县海林商贸有限责任公司	2021/04/30
D01978	李启库	2019/12/31
D02236	同仁县顺达汽车修理厂	2020/06/30
D02176	赵德贤	2019/04/30
D02158	马克	2020/07/12
D02212	何永璋	2021/01/31

## 重型货车逾期未检验名单

号牌号码	机动车使用人	检验截止日期
D57687	韩鲁古么	2021/3/31

黄南州交警支队车管所  
2021年5月