

迷途人生

裴金平

S生活万花筒

hbfbzbgazk@126.com

生活·趣味·常识

近日，迁安警方破获一起职务侵占案。1988年出生的小张是迁安市某公司管理科科员，利用职务便利，从2013年1月到2014年11月，采用重复报销员工医疗费的手段侵占公司资金62万余元。对于一个刚刚入职月收入2000多元的大学生来讲，这笔钱是他数十年收入的总和。但是这样一笔巨款，并没有让他富有和快乐，而是锒铛入狱，断送了前程。得到这笔巨款之后，他的人生到底经历了什么呢？

30万元——
在“梦想”中消失

“小商品利润很高，进价几块钱的东西，进店就能卖几十元，这可是个暴利行业。”小张的妻子，一直想开一家小商品店，可苦于没有本钱，小张夫妻一直也没能实现创业的“梦想”。26岁的小张像所有年轻人一样，总觉得缺少机会，缺少资本，在他通过犯罪手段取得大量资金后，他骗妻子说自己借到钱

那还是初春时的一件事。那天晚上老李喝醉了，想起自己和老陈的几次争吵，越想越觉得自己窝囊，就找到老陈家中想好好理论理论。老陈说：“你喝醉了，有啥事明天再说。”老李说：“我没醉，我清醒着呢，我就想今晚和你唠个嗑。”老陈不想和一个醉鬼一争高低，就往外推他，可他赖着就是不走，俩人就吵了起来。我们接到报警赶到现场的时候，双方都很激动，各执一词，争吵不休。有十来个人在围观。

经鉴定，老李一根肋骨骨折。老李说：“是他打的我。”老陈说：“他胡说，是他自己从楼梯上摔下来的。”围观的人说他们也是听到争吵才过来的，具体不清楚怎么回事。

我们也猜测是老李自己摔的。一是老李先到别人家里找事，二是他本人喝醉了酒，醉醺醺地走都走不稳。又刚下了一场小雪，他一脚踏空也不是没有可能。

老陈不依不饶，说老李不但到家里来无理取闹，还诬陷自己打他，这是私闯民宅！公安机关应予严惩！老李说我这伤就是他打的，打了人还不敢承认，警察要不管，明天我就告到县里说这事儿去！

我和同事商量后，觉得还是要弄清老李这伤到底是怎么形成的，不能主观臆断也不能单听信个人说什么。第二天天亮，我们又到现场，发现了在老陈那栋楼的拐角有一个摄像头。但由于离得较远，录像不太清晰，影影绰绰看到有三四个人往外拖老李，有一个人蹬了老李两脚，老李摔倒在地。老李的骨折很可能就是这两脚造成的，但这个人是谁却不好认定。

我想起昨晚巡警也处警了，应该有全程录像。我们就把录像复制了过来。录像很清晰，双方人员也都还在场，但那个是蹬老李的那个人是谁呢？我把录像反反复复看了好几遍，终于从体态和步法特征上发现有一个人很像蹬老李的那个人。经查实，那人是老陈的侄子。

我们找到老陈的侄子，一开始他不承认蹬了老李，我们把下载下来的图片给他看，他才讲了事情经过。那天他正好在叔叔家，看他们争吵，他就把老李拽了出去。可老李走到楼梯口把住楼梯栏杆赖着就是不走，他怕老李再和叔叔找事，就打电话叫来几个哥们一起推的推，拽的拽，可老李一直骂骂咧咧地，他一气之下就蹬了老李两脚。

事情的前因后果已经清楚了，我们觉得还是以调解为先。毕竟他们是认识多年的老朋友，虽然平时爱抬个杠吵个架的，但过后二人还是挺和睦的。如果对一方做硬性处理，恐怕二人以后就成了死对头，俗话说冤家宜解不宜结嘛！

我们让老陈看了录像，老陈才知道老李的骨折确实是侄子蹬的。不管怎么说，人家受了伤，他也不想把事情搞大，我们一提出调解他马上表示赞同。老李也在录像里看到了自己昨晚的醉状，确实有失颜面。我们趁机给他做工作，你虽然受了伤，但毕竟你跑人家家里闹事自己有错在先，得饶人处且饶人吧，老李也表示愿意调解。

最终，老陈赔了钱，老李道了歉。看到又一起案件被我们悉心化解，多年老友终于化干戈为玉帛，真是无比惬意！

（作者单位：成安县公安局）

那一次的调解

那一次的调解

乡亲们很待见他——一线民警李海明二三事

朱永利

“乡村天眼”助力一方平安

“QQ警务室”架起连心桥

从县公安局政治处调到南杨庄派出所，从一位副主任到教导员，老李经历了一次“人生之变”。离小城的繁华远了，离家中的父母妻儿远了，但是离黄土地近了，离百姓近了。生在农村长在农村的老李内心深处一直涌动着滚烫的农村情结，他喜欢村里人喊他“老李”，带着重重的乡音，就像身在故乡一样。

为了更好地服务辖区群众，老李积极创新思路，成立了南杨庄“QQ警务室”，派出所民警每天都会在线与辖区群众进行网上交流互动，或通过查看QQ留言及时收集辖区治安信息，同时通报发案情况、发布预警信息、讲解法律知识、播送失物认领信息等。通过“QQ警务室”不断加强与辖区群众联系，了解社情民意，征求意见建议，受理群众非紧急警情报警和举报、投诉，在第一时间收集社会各界的民情反映和对公安工作的意见、建议。“QQ警务室”在户籍信息采集中也发挥了重要作用，一些在外务工人员因需要更改户籍信息，但又难以分身回家乡派出所输录近照信息，在这种特殊情况下，老李则通过“QQ警务室”在线与本人网上视频，确定身份无误后，将务工人员的身份及个人信息通过这个平台输送回来，既方便

公告

衡水市造纸一厂有限责任公司现已委托衡水正则会计师事务所进行清产核资专项审计。根据法律规定，特公告通知衡水市造纸一厂有限责任公司的债权人，于本公告之日起60日内，到衡水市造纸一厂有限责任公司申报债权，逾期不申报者，视为自行放弃所有权利。

申报地址：衡水市桃城区人民中路17-1号
联系人：张洪粒
电话：13831857291

衡水市造纸一厂有限责任公司

了，两人便毫不犹豫地去实现了这个曾经计划的“梦想”。2013年8月，他们经过联系洽谈，加盟了一家连锁店，商铺租金花了10万元，按照总部要求店面装修、进货又花了20万元。看着装修精美的店面和琳琅满目的商品，小张一方面希望着这次创业能够成功，憧憬着暴富的日子，另一方面心里隐忧重重，眼前的繁华就像浮云，总有一天会散去露出罪恶的事实。实际上，用犯罪所得经营起来的这间店铺，即便赚了钱，有一天事情败露，也会连本带息全部被追缴。这笔人生赌注，从一开始便注定了失败。

一年后，小商品店经营亏损，30多万元血本无归。

20万元——
在游戏中耗尽

作为信息时代成长起来的年轻人，网络游戏是小张最大的爱好，有了钱之后，他在游戏中一掷千金。在一年多时

间内，他在网络游戏中共计花费20多万元，为游戏人物角色添置各种装备，这使得他在游戏世界中叱咤风云，所向披靡，但是回到现实生活中却心惊胆战，夜不能寐。为了缓解犯罪带来的恐惧和压力，2014年7月他主动向公司提出辞职。坐在审讯椅上，他流着泪对民警说“这一年多的时间，我很少能睡个好觉，经常做噩梦，体重一天天下降，整整瘦了20斤。辞职时还怀着侥幸心理，万一公司发现不了呢？可能我离职了，公司就不追究了呢？我始终担心有一天会东窗事发，我知道早晚会有这一天的。”

2014年11月28日，迁安市公安局刑侦大队接到了小张所在公司的报警，因涉嫌职务侵占，当晚小张被警方抓获归案。被抓获的一瞬间，他说他感觉如释重负，这其实是一种解脱。

买新款手机，穿名牌服装，出入高

档餐厅，在吃好的、穿好的、用好的这一消费观念的引领下，一年间，10万多元的日常生活消费，让初入社会的小张经历了一段潇洒人生，但是这钱越花他心里越没底，也越来越清楚地明白——这条路走错了。自从侵占公司资金以后，他无时无刻不担心、不恐惧，在公司里，他如坐针毡，无心工作，感觉随时都会有相关部门过来查账。辞职回家后，又整天提心吊胆、忧心忡忡，名牌服装、美味食品，都变得毫无意义、索然无味，就连对迷恋了多年来的网络游戏，也渐渐失去了兴趣。此时，他迷失了方向……

审讯室里，交代完罪行后，小张终于悔悟：“钱不应该这样得来，花出去也不安心。以前老人们总说，要踏实做人，我不懂‘踏实’的意义，现在知道了，就是脚踏实地，用自己的劳动和智慧，赚安心的钱，才能过幸福的日子。在人生大道路上，我迷失了方向，我会好好改正，走回正路，希望一切还不太晚。”

喜欢开灯睡觉的人要小心了，灯光会在不知不觉中影响到人体褪黑激素的正常分泌，破坏人体感知昼夜节律的自然机制，影响睡眠质量。此外，还会导致人体内的化学物质等各种平衡紊乱，肌体免疫力下降，工作效率降低，加速人体衰老。

晚睡强迫症

晚睡强迫症，就是自己意识到该睡觉了，但就是不想睡，现在很多人都有晚睡强迫症。在心理学上是“拖延症”的一种。患有晚睡强迫症的人性格中容易有拖延的一面，不自觉地在工作、学习中形成拖拖拉拉的风气，不到最后一刻不完成任务，如果这些长期存在就会构成亚健康的人格特征。

冬季养生靠“四冬”

冬菇，是我们常说的香菇，它的热量低，蛋白质和维生素含量较高，能够增强免疫力，预防感冒。冬笋，可以促进肠道蠕动，消除积食。冬瓜，不但能利尿消肿，还能清热解暑。大枣，能够有效保护心血管。

跑步岔气了怎么办

跑步最痛苦的事儿，莫过于刚开始跑，就岔气了。岔气是由于呼吸肌痉挛，所以解决办法也很简单：拉伸膈肌20-30秒。操作方式：双手交叉，掌心向上举过头顶，一边连续深呼吸胸腔扩大，一边踮起脚尖小跑，持续20-30秒。

汤泡饭危害大

平时我们咀嚼食物可以有效锻炼我们的牙齿，而且在咀嚼的过程中，唾液会不断产生，把食物湿润，唾液本身含有消化酶，帮助预先吸收和解毒，对我们的身体非常健康，而汤泡饭中的饭粒含有大量的水分，饭粒没有经过唾液消化过程的食物快速吞下会对胃造成负担。时间长了，会导致胃病的发作。

黄金比例

把一条线段分割为两部分，较短部分与较长部分长度之比，较长部分与整体长度之比相同，其比值是一个无理数，取其前三位数字的近似值是0.618。由于按此比例设计的造型十分美丽，因此称为黄金比例，也称为中外比。黄金比例被运用到到的层面相当的广阔，例如：数学、物理、建筑、美术甚至是音乐。

饭后吃梨好处多

饭后吃个梨或喝杯热梨汁，积存在人体内的致癌物质可以大量排出。吸烟或者吃烤肉等在体内聚集的强致癌物质多环芳烃，在吃梨后会显着降低，特别是喝了加热过的梨汁。

选牙膏别看名字看成分

各式各样的牙膏让人眼花缭乱，其实，无论叫什么名字，成分才是决定牙膏是否适合你的重要因素。1、牙齿发黄要找“有机硅”；2、防止蛀牙要找“氟”；3、牙齿敏感找“氯化锶”或“硝酸钾”；4、预防牙垢找“焦磷酸盐”或“柠檬酸锌”。因此，找对牙膏是关键。

常温存豆浆别超6小时

豆浆最好现打现喝，夏季常温下最好在2小时内喝完，秋冬常温下最多存放4-6小时。若喝不完，应趁热倒入密闭容器，留下相当于总容量1/5的空隙。盖上盖子，但别拧紧，停留约十几秒钟后，再把盖子拧到最紧。在室温下等待豆浆自然冷却，再放进冰箱冷藏室。

小水果大功效

吃菠萝帮助消化吸收；吃桃子清热润肺；吃葡萄增强免疫抗衰老；吃梨帮助器官排毒；吃火龙果缓解重金属中毒；吃柚子维护血管健康；吃苹果预防癌症；吃西瓜利尿排毒；吃荔枝生血养颜；吃猕猴桃可降低胆固醇。

冬季预防煤气中毒

崔福震

煤气中毒是在不知不觉发生的。

误区：用湿煤封火或放一盆水不会引起煤气中毒。

一氧化碳极难溶于水；而且水分和煤在高温下会发生化学反应，生成一种叫水煤气的混合气体，内含大量一氧化碳，且比重大，更易在室内弥存，增加中毒危险性。

误区：炉上烤枣核、橘皮能解煤毒。

在煤炉上烤这些香型物质，也只能增加室内的清香味，并不能吸收煤气和预防中毒。

误区：装设烟筒就不会煤气中毒。

其实遇大风倒烟、烟筒被烟灰或其他东西堵塞等，煤气排不出或排量少，大部分扩散在室内，也会发生煤气中毒。

误区：装上风斗就不会引起煤气中毒。

许多人家使用旧风斗，或风斗过小或安装高度不够。由于煤气排出不畅，所以也能引起中毒。

误区：门窗上有缝隙不会引起煤气中毒。

门窗上有缝隙不会引起煤气中毒。

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示

警方提示