



## 警惕针对宝妈设下“轻松赚钱”骗局——

# “手工活”兼职暗藏陷阱

□记者 程兰霞

“时间自由、有手就会、工作带娃两不误，轻松当上万元户。”这样的广告语让无数宝妈心动不已。她们渴望在照顾家庭的同时获得一份收入，却不知自己正踏入一个精心布置的诈骗陷阱。

今年以来，全国多地频发“手工活回收”骗局，专门针对寻求兼职的宝妈、孕妇和待业人员。这些骗局披着“轻松赚钱”的外衣，通过心理操控和精心设计的套路，骗取受害者的钱财。

### 月入过万？宝妈屡屡被骗

#### 案例一：高额加工费陷阱

“无押金兼职”“在家赚大钱”等广告在宝妈群中流传，利用她们对灵活就业的渴望实施诈骗。家住城南的宝妈小徐被“加工干燥剂”的兼职吸引，对方承诺投资3680元（团购价）购买封口机，累计加工2万包即可报销机器款，并结算每包0.3元至0.8元的加工费。她日夜赶工完成后，却发现商家已失联。小徐事后醒悟，干燥剂成本仅几分钱，高额加工费本就是骗局。此类骗局以“时间自由、日结工资”为诱饵，专攻急于兼职的宝妈群体。

#### 案例二：成品合格可退押金被骗

另一位宝妈小陈经邻居介绍做手工活兼职，需先付押金，成品合格可退押金并获手工费。邻居提醒“工厂可能跑路”，反而增强了可信度。小陈尝试10单后，顺利收到押金和报酬，便彻底放心。随后她加大投入，累计支付8400元押金，但此次厂家跑路，邻居也成了受害者。此类骗局常以“先予后取”手法施骗，先小额返利建立信任，再大额收割。

#### 案例三：从手工活到刷单骗局

随着人们对传统手工活骗局警惕性的提高，诈骗手段出现“复合型”升级。家住老城区的宝妈小周在社交平台接触手工兼职，被引流至某App，实则落入刷单陷阱。对方以“完成匹配单即可领取手工活”为诱饵，前期小额返利骗取信任，至第24单时突然要求投入两万余元。小周此时方察觉被骗。此类骗局将手工活伪装成引流入口，最终导向更隐蔽的刷单诈骗，需提高警惕。

### 诈骗套路的深度解析

当心“手工活”兼职骗局，近年来，此类诈骗案件频发，不少寻求灵活就业的普通人，特别是宝妈落入陷阱，损失惨重。诈骗套路往往经过精心设计，一步步引人入彀。盐城警方为市民朋友揭开“手工活”兼职诈骗套路。

产品名称	单价/毛 以日产量计算		
	3000以下	3000以上	5000以上
干燥剂包	2	2.5	3
藏红花	3	3.5	4
驱蚊香包	3.5	4	4.5
提神香包	3.5	4	4.5
草药包	3.5	4	4.5
玫瑰花茶	2	2.5	3
菊花茶	2	2.5	3
瑶浴包	5	5.5	6
汗蒸包	5.5	6	7

合对方发过来的加工费价目表  
合对方说材料都是长期免费提供  
(受访者供图)

首先，骗子通过微信群、短视频平台、社交网站或线下小广告，广泛发布“手工活外包”的兼职信息。他们利用“时间自由”“零门槛”“在家可做”“每日轻松赚百元”等话术，专门瞄准希望兼顾家庭与收入的宝妈、待业人员、学生等群体，以“简单易学、收入日结”为诱饵，吸引目标人群主动联系。

一旦有人感兴趣，骗子便会引导其垫资购买机器、下载指定App或加入特定群组，美其名曰“办理接单手续”。初期，对方会发放一些简单任务，比如串珠、包装、贴画等，并很快支付小额佣金，让受害人感觉“真的能赚钱”，从而卸下防备。

然而，这只是骗局的“饵”。取得信任后，骗子便以“手工材料已领完”“需完成更多刷单任务才能优先安排”等理由，诱导受害人转向所谓“数据任务”——即典型的刷单操作。受害人被要求垫资充值，购买虚拟商品或积分，承诺完成后返还高额佣金。起初或许还能提现，但随着金额加大，对方便以“任务未完成”“卡单”“账户被冻结”等借口，要求持续转账才能“解封”或“提现”。最终，在一次次充值后，受害人发现自己再也无法取回本金，所谓的“客服”“厂家”也消失无踪，App无法登录，群组被解散，只剩下无法追回的资金损失。

任何兼职若强调“高回报、易操作”，并要求预先支付押金、保证金、培训费，或不断诱导充值刷单，都极有可能是诈骗。寻找兼职应通过正规招聘平台或线下可靠渠道，切勿轻信陌生链接与广告。一旦发现被骗，及时保存证据并报警，保护财产安全，从警惕“轻松赚钱”的诱惑开始。

### 谨防赚钱不成反被骗

针对日益猖獗的手工活诈

骗，盐城警方给出了明确的识别方法和防范建议。首先，警惕任何要求垫资的兼职，正规的手工活外包通常不会要求劳动者购买昂贵设备或支付高额押金，如果遇到“先交钱”的情况，务必提高警惕。其次，通过正规渠道寻找兼职，建议通过正规招聘平台、劳务市场或官方认证的灵活就业平台寻找机会，并尽量签订书面协议，明确双方权利义务。再者，理性评估回报承诺，对于“低门槛高回报”的工作要保持怀疑态度，可以简单计算一下，如果加工费远高于材料本身价值，那么商业逻辑上就不合理。

此外，注意核查企业资质，在接单前，可以通过国家企业信用信息公示系统等官方平台查询企业信息，确认其真实性和合法性。最重要的是，一旦发现被骗，要立即报警。保存好聊天记录、转账凭证等证据，及时提供给警方。不少受害者因觉得“丢人”或“金额不大”而选择不报警，这反而助长了诈骗分子的气焰。

打击手工活诈骗，不仅需要警方的努力，更需要社会各方的协同合作。曾经被骗的宝妈钱女士建议，平台方应加强内容审核，社交平台、兼职网站等应当建立更严格的信息审核机制，对涉嫌诈骗的广告和账号及时处理。一些平台已开始使用人工智能技术识别可疑招聘信息；社区和基层组织可以发挥作用，通过开展反诈宣传、提供正规兼职信息、组织技能培训等方式，帮助宝妈群体获得安全可靠的增收渠道；政府层面需要完善灵活就业保障，建立健全零工市场规范，发展正规的手工活外包平台，为宝妈等群体提供有保障的灵活就业机会。另外，家庭成员的理解和支持同样重要，家人应当认可宝妈照顾家庭的劳动价值，减轻她们的经济压力和心理负担，避免因急于赚钱而落入骗局。



## 养生茶汤非“万能” 冬令进补莫“盲从”

养生热潮持续升温，盐城不少家庭也开始“煲一锅”。枸杞黄芪炖鸡、当归生姜羊肉汤、桂圆红枣茶……这些听起来暖身又滋补的膳食，频频出现在市民的餐桌上和杯子里。

在湿冷交加的盐城冬季，热腾腾的养生汤、茶确实给人以慰藉。朋友圈里也常见“一碗热汤驱寒湿”“冬日进补正当时”的分享。然而，养生膳食并非简单跟风就能见效，若不分体质、不辨地域，一味照搬，很可能“补身”反成“伤身”。

不少市民会参照网络食谱或他人推荐，自行购买中药材搭配煲汤煮茶。然而，看似简单的药膳背后，其实藏着讲究。

“最近来咨询的市民里，有人喝了当归羊肉汤后上火燥热，也有人吃了茯苓陈皮汤反而觉得胃胀不舒服。”市区一家药房的执业药师、中西医结合执业医师、高级营养师徐扣兄说。

盐城地处黄海之滨，冬季气候湿冷，寒风夹杂湿气，人体易受寒湿困阻。这种气候也影响了当地人的体质特点，因此冬季进补不能盲目沿用外地的温燥之法。

以“当归生姜羊肉汤”为例，此汤温补气血、驱寒止痛，非常适合阳虚、血虚体质者在寒冷季节食用。但徐医师提醒：“盐城冬季外寒内湿，不少人体内本就湿气较重。若盲目食用过于温补滋腻的汤品，可能助湿生热，导致出现口干、生疮、消化不良等症状。”

一些市民误以为所有药膳都能“抗寒”，实际上不同食材药材性质迥异。

徐医师解释，冬季养生固然要顾护阳气、抵御外寒，但盐城地区还需兼顾“化湿”。“饮食上可适当加入一些性质平和、兼具健脾祛湿的食材，比如山药、莲子、芡实、白扁豆等。若一味只用温燥大补之品，可能加重脾胃负担，湿气更难运化。”

她特别提到一些常见误区：“比如很多人冬天爱喝桂圆红枣茶，觉得补血暖身。但桂圆红枣性偏温，容易滋腻，对于湿热体质或脾胃运化功能弱的人来说，长期饮用可能引起上火、生痰或食欲不振。”

中药材自有其性味与偏性。即便是药食同源的食材，如黄芪、枸杞、当归等，本质也有药性，有四气五味之分。将其加入汤水茶饮，就需要考虑是否与自身体质、当前气候相合。

“跟风煲汤”是常见现象。看到邻居或网上推荐某款“网红养生汤”，很多人不问缘由就跟着做，却忽略了“一方水土养一方人”的道理。

不少药店在接待咨询时经常遇到这种情况，顾客拿着从网上找的广东汤谱来抓药，一问才知道，他们并不清楚自己是什么体质，只是觉得天冷该补了。

“药食同源”不等于“随意食用”。很多人认为用来煲汤的材料都是食物，多吃无害。

“即便是食材，用之不当也对身体无益。”徐医师强调，“任何加入中药的膳食，都应讲究适量、适季、适体。比如冬季常用黄芪补气，但黄芪性温，对于阴虚火旺、或有实热证的人就不太适合，可能加重口干、便秘等症状。”

随着市民健康意识提升，盐城本地药店也能提供更多养生咨询服务。理性看待养生热潮，根据自身情况和本地气候特点，选择适合自己的冬季养生方式，才能让传统食养真正为健康加分。

记者 张咪