

消费资讯

# 本市二次启动 节能消费补贴

## 市民尝鲜 优惠有道

本报讯(记者孙妍)11月27日是本市第二次启动对节能商品的消费补贴首日,记者在苏宁易购慈云寺桥店了解到,北京人徐先生成为该店享受节能补贴第一单的市民。

记者看到,徐先生所买的一台电视,原价9224元,苏宁易购门店有一个电视季的优惠,折扣之后售价7999元,徐先生又享受了640元的节能补贴,最后实际支付7359元。徐先生支付完款项、在《北京市节能减排商品补贴确认书》上签完字,仅仅用时2分钟,就成功享受到了640元的节能补贴款。而且,更方便的是,这640元是从应付款项中直接抵扣了,而不用先付再退。

从2015年11月27日到2018年11月30日,本市对符合国家质量标准的电视机、电冰箱、洗衣机、空调、热水器、吸油烟机、等9类产品,启动节能补贴政策。本市户籍居民,持有工作证、暂住证的外埠户籍人员,只要买这9类符合要求的节能减排商品,

就可以享受政府资金补贴,单件商品最高补贴800元。

### 线下消费者领取补贴流程: 第一步

消费者凭有效身份证件(本市户籍人员持居民身份证,驻京现役军人、武警持居民身份证和军人、武警证件,外地在京人员持居民身份证和北京市工作居住证、暂住证)到通过公开征集选定的节能减排商品销售企业购买节能减排商品。

### 第二步

销售企业对消费者的补贴资格进行审核。审核通过后,开具发票,开票方应为销售企业,其他方开具的发票将不能通过第三方机构评审。销售企业将相关信息录入节能减排政策信息管理系统。对不符合条件的,现场告知消费者。

### 第三步

消费者在《北京市节能减排商品补贴确认书》上签字确认。

### 第四步

销售企业在《北京市节能减



排商品补贴确认书》上加盖单位公章。《北京市节能减排商品补贴确认书》一式三份,消费者、销售企业各留存一份复印件,原件由销售企业交市商务委。

### 第五步

销售企业直接向符合补贴条件的消费者垫付补贴资金。将消费者身份证件和发票复印在《北京市节能减排商品补贴确认书》背面。

### 线上购买产品领取补贴流程:

#### 第一步

消费者到公开征集选定的电子商务企业购买节能减排商品,按照电子商务企业的要求,填写订单,完成商品销售手续。电子商务企业可以要求上传身份证件扫描件,也可以不要求消费者上传。

#### 第二步

电子商务企业对消费者的补贴资格进行审核。审核通过后,将除发票以外的相关信息录入节

能减排政策信息管理系统,并保存。对不符合条件的,立即告知消费者。

#### 第三步

若网上支付,电子商务企业将垫付的补贴资金返至消费者提供的银行账户;若货到付款,电子商务企业在送货时直接向消费者垫付补贴资金。

#### 第四步

电子商务企业在仓库完成发票打印和配送单打印,在信息管理系统补录发票信息,打印《北京市节能减排商品补贴确认书》,复印两份,加盖单位公章。

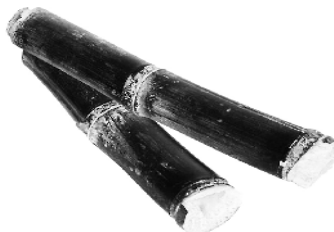
#### 第五步

电子商务企业将补贴商品配送至消费者指定的送货地址。消费者在《北京市节能减排商品补贴确认书》签字。消费者购买补贴商品时,如果电子商务企业没有要求消费者上传身份证件扫描件,消费者应提供身份证件复印件。 本报记者 孙妍 摄

## 【健康红绿灯】

### 绿灯

#### 甘蔗健脾祛烦



冬季干燥易上火,甘蔗具有滋阴润燥、和胃止呕的功效,比较适用于胃酸缺少之消化不良症。甘蔗汁液丰富,可以粥食入汤。甘蔗性寒,脾胃虚寒的人和糖尿病人应少吃。

#### 吃蓝莓护眼护心



蓝莓里果胶的含量非常丰富,可以有效降低人体胆固醇,防止动脉粥样硬化,让心血管更健康。而且蓝莓中含有的花青素,可以起到活化视网膜的功效,防止视力疲劳。蓝莓当中丰富的维C还可以增强心脏的功能,预防心脏病和癌症的发生。

### 红灯

#### 胶原蛋白或致痘



胶原蛋白在营养学上叫不完全蛋白,其缺乏一种人体的必需氨基酸——色氨酸,营养价值较低。胶原蛋白是大分子蛋白,无法被肠道直接吸收。过多的胶原蛋白还会代谢产生大量氮废物,加重肾脏负担,进而长痘痘甚至影响经期。

#### 口香糖并不健齿



一些广告中说口香糖能健齿,所以许多人吃了口香糖不漱口,这样一来口香糖的糖分同样会在口腔中发酵产酸,腐蚀牙齿,而形成龋齿。另外,口香糖中增塑剂的代谢产物,毒性较强,经消化道吸收入血液后,可危害人体健康。

## 影响孩子长大个 这些错误你犯过吗

### □包育晓

家长都很在意宝宝的身高,追着喂饭、不停地补钙……生怕营养跟不上,耽误长个。其实,除了先天遗传和后天营养因素,生活中,还有一些不能忽视的细节也会影响长个。

**喂饭过饱。**很多家长觉得吃得越多,营养跟得上,孩子就能长得高。殊不知,孩子身体各器官尚未发育成熟,营养补充过多,一方面可能导致孩子消化不良,另一方面,营养过剩容易伤及脾胃,表现出排便困难等问题,还可能适得其反,出现怎么吃也长不胖、长不高的情况。

**不爱外出。**很多家长工作压力大,周末总爱宅在家,以至于很多宝宝只能在家中游戏。事实上,阳光中的紫外线,能够加速体内维生素D的合成,对孩子骨骼发育十分关键。

**坐着玩玩具,运动量少。**孩子的玩具种类越来越多样,但运动也不能忽视。顺着孩子成长轨迹,陪伴他们多做运动,才能刺激身体分泌生长激素,促进长高。

**睡太晚,过早叫醒。**人体生长激素分泌最旺盛的时间是深夜11点到凌晨4点,保证孩子充足的睡眠,尤其是夜间睡眠,能帮助激素分泌,促进身高发育。而睡太晚或过早叫醒都会影响生长激素分泌。

**乱补钙。**有些家长过度关注补钙,其实,过量补钙反而易导致孩子骨骼提前闭合,使宝宝身高受限。



## 如何挑选放心肉

### □欣欣

10月26日世界卫生组织发布“食用红肉、加工肉类可能致癌”的研究结论,在世界范围内引起轩然大波,肉类是老百姓餐桌上的“主力”,人们却开始“谈肉色变”。那到底,还可不可以吃肉?

就此,北大肿瘤医院营养科主任方玉表示:“吃肉可以补充我们人体必需的蛋白质、氨基酸,对于维持机体正常功能、保持我们的身体健康是有着积极作用的。现在的公众很容易被‘致癌物’这样的概念吸引,但其实,离开了摄入量谈食品的致癌风险是没有意义的。只要摄入量在安全的范围之内就没有担心的必要。相比之下,食品卫生和膳食平衡更值得大家关注。”

### 肉类购买贴士

既然肉类可吃、该吃,那么,“食肉族”该如何挑选放心肉呢?购买肉类时,首先要选择有可靠进货渠道、管理制度健全

的大型商超或农副产品市场;其次,购买时要注意查看“两证两章”,即动物检疫合格证、肉品质检验合格证,动物检疫合格印章、肉品质检验合格印章。

### 问题肉鉴别

**手感气味鉴别:**好肉弹性好,没异味。从手感上来说,触摸鲜肉表面,感觉微干或稍湿,弹性较好,指压凹陷后能够立即复原,有坚实感。鲜肉除了本身的腥味或膻味外,没有臭味、刺鼻味等。

**色泽鉴别:**病畜肉颜色更深。肉的颜色受动物品种、部位及放血情况等因素的影响,但总体来说,新鲜猪肉呈淡红色或淡粉色,牛羊肉的颜色要比猪肉更深一些,肉鸡的皮应是白色、灰白色或浅粉色,鸭皮应是淡黄色。与正常肉类相比,病死猪肉的肉色会更深,血管有黑色凝块。

**注水肉鉴别:**一摸,用手触摸肉的表面,注水肉一般很潮湿;二看,注水肉类显得肿胀,从切面上看湿漉漉的;三压,观察肌肉弹性,注水肉弹性差,指压后凹陷恢复慢,重压时还有液体从切面渗出;四测,将纸巾贴在肉上,迅速取下,如纸巾一下就湿了,撕下来很完整,就有可能可能是注水肉;还可以用打火机点燃纸巾,若燃烧不彻底,很有可能可能是注水肉。

### 鲜肉储存贴士

鲜肉买回后,不要在水龙头下冲洗,以防细菌随着四处飞溅的水花污染厨房水槽、料理台等,建议用一个固定的盆子清洗;鲜肉最好切成小块用保鲜袋分开包装冷藏,冷藏最好别超过两天;冷冻的肉最好用微波炉解冻,减少与空气直接接触的时间;从冰箱里拿出来加工时也不能简单地一热了事,无论原来的包装是否完好,都应充分煮熟、热透。

### “放心肉”来源如何查询

**方法一:**网上获知来源。地址栏输入www.bjfxr.com访问北京市肉类蔬菜流通追溯平台,点击追溯码查询,输入产品标签或20位追溯码即可获知放心肉来源。

**方法二:**追溯查询终端获知来源。消费者只需拿着购物小票上的追溯码到试点超市的“放心肉”溯源查询机上一扫,猪肉的生产信息就会出现在屏幕上。