双11剁手，请收好这份海淘“指南”

单日销售额破亿元，全球200多个国家和地区的商品参与其中……随着物流体系的不断升级，“海淘”已成为双11的必备项目之一。但海淘并不意味着十全十美，有时甚至因为不能享受常规售后服务，无法判定产品真假，或者因一些错误的消费理念而错买。

洋货定比国货强？

无论在哪个海淘平台上，母婴商品一直都是热销产品。尤其是奶粉、纸尿裤、婴幼儿辅食、药品等产品，都常常成为“爆款”。但海淘奶粉真的是最佳选择吗？

此前就有媒体海淘了19款热销奶粉，有8个样品的铁、锰、碘、硒实测值不符合我国的食品安全标准。乳业高级分析师宋亮说，中国婴幼儿奶粉的国家标准除了参考国际标准之外，还需要和中国母乳的特点相结合，补充母乳中可能缺失的营养成分。而不同国家的婴幼儿奶粉配方标准是不一样的，这和当地的母乳分析研究结果有关。

“以日本为例，日本饮食中海产品比例较高，反映到母乳中碘含量就不会缺，因此日本的奶粉没有对碘含量作出规定。而中国人饮食中海产品比较低，如果奶粉中不增加碘，婴儿就有可能缺碘。”宋亮建议，即使要吃进口的产品，也不建议走个人代购的渠道，而应选择正规渠道进口、符合中国国标的奶粉。

近两年，海淘药品也成为热门话题，似乎国外的药品更安全、副作用更少，发烧感冒咳嗽等儿童常见病的药物海淘也逐渐兴起，不少德国的药房甚至开通了中文网页。但是，上海市嘉定区市场监管局相关工作人员介绍，根据药品管理法规定，进入我国的药品，必须经国家食品药品监督管理总局组织审查，经审查确认符合质量标准、安全有效，并取得《进口药品注册证》的方可进口销售。

而现在，代购药品缺少审查这道关键环节，盲目按照国外标准用药，会导致用药量不准确，不仅起不到理想的治疗效果，用药不当的话，反而会对身体造成伤害。

国外“网红”莫轻信

随着健康观念逐渐深入人心，各种国外的所谓养生用品也逐渐成了“网红”，其中最著名的就是动辄几百上千元、火遍日本的水素水杯。

记者在淘宝上搜索“水素水”，找到了100页以上的结果，一家售价2300余元的“高浓度水素水生成器”卖家就宣称，70%的人都处于“亚健康”状态，而富氢水“水素水”可以有效清除人体自由基，预防多种疾病，延缓衰老。

这些广告宣称，大量生物医学研究已充分证实了氢气的安全性。饮用水素水没有任何副作用，非常适合亚健康、慢性疾病患者和孕产妇、新生儿，特别是压力大的白领、运动员、爱美人士、老人以及免疫力差的儿童。在去日本旅游时，不少导游都会向游客推荐这一产品。

然而，水素水，又名“富氢水”，真的这么神奇吗？其实即使是在大火的日本，水素水也没有得到官方的承认。2016年，日本国立健康营养研究所在其官方网站上发布消息表示：“并没有得出水素水有效性和安全性的数据。”科普作家、松鼠会成员云无心更是直言，即使你的钱多得没处花，也没必要去支持这样的东西。

而经常被引用的富氢水“科学证据”，是曾经发表过的一篇论文，科研人员在体外培养细胞，发现氢能够减少细胞里的自由基，又发现氢能够减轻大鼠脑部的氧化损伤。但是专家认为，这些研究大多是让动物和人吸入氢气，或者是注射含氢的生理盐水，而不是喝富氢水。即使氢真的对人体具有保健作用，富氢水里的氢是不是能被人体有效吸收、利用，也值得怀疑。

“爆款”真身难判别

随着双11临近，打开手机APP，越来越多的“爆款”跃入眼帘，让不少消费者忍不住想“剁手”。

“因为评论很高，而且很详实，就想买来试试看，但结果让人很尴尬。”花700元买了一款爆款手表的“90后”上海白领叶康说，收到货后发现做工很粗糙，尤其是表盘的颜色看着很劣质，但是小众品牌连线下能验货的实体店都找不到，最后只能把这个“鸡肋”退了。然而，让叶康更郁闷的是，花379元买了一个法国的隔离霜，却闻到刺鼻气味，可是已经拆封不能退货，只能默默放在角落里。

中国互联网协会信用评价中心法律顾问赵占领表示，海淘的陷阱不少。一是假货，有的是商家进货渠道出了问题，有的是商家自己造假，伪造报关凭证；二是虚假宣传，有些是假洋鬼子，拉到国外走一圈就成了海外产品；三是产品质量问题，以次充好；四是售后服务国内难以保证。

值得一提的是，除了产品本身真假难辨，“爆款”的价格也是飘忽不定。比如一盒泰国的人气面膜，消费者10月份下单的时候是79元，11月1日商品的售价是92元，而双11预售价格显示89元，可见，双11也并没有带来多少优惠。

中国电子商务研究中心法律权益部分析师姚建芳提醒消费者，面对商家的轮番促销广告，消费者需保持清醒，货比三家，对于心仪商品，应关注平时销售价格，与双11价格进行对比，看是否真正存在实惠；对于商家先涨后降等行为，则应积极向平台和监管部门进行举报。

据新华社

四川首次拍到四只雪豹同框画面

新华社电 11月5日下午，四川卧龙国家级自然保护区发布消息，保护区首次拍到四只雪豹同框画面：3个点位分别记录到一母三子行踪。

在卧龙保护区公布的新一轮雪豹数据回收成果中，三台红外线相机中分别发现了雪豹四口之家的身影，共五段视频，其中三段是在6月份的3天中、在点缀着零星小花的高山草甸上拍到的：雪豹妈妈带着三只小雪豹缓缓地走入镜头，三只小雪豹走走停停好奇地东张希望；雪豹妈妈觅食去了，三只小雪豹乖乖地坐在草地上，啃着脚丫玩耍；雪豹妈妈不在，两只小雪豹争抢草皮玩儿。

据专家判断，这三只小雪豹约3个月左右，正是活泼好奇的年纪。雪豹是独居动物，大约在两周岁以后离开母亲，独自生活。据悉，四只雪豹同框比较罕见，这也是四川首次拍到的画面。

上述消息是卧龙保护区在“首届横断山雪豹保护行动研讨会”上发布的。由四川省林业厅主办的此次研讨会，于11月4日-6日在四川都江堰召开，来自雪豹保护领域的专家、各大保护组织及四川雪豹重点分布自然保护区的负责人，就横断山雪豹保护现状及监测经验进行了深入交流。

在当天的会议上，与会人士一致通过了《卧龙雪豹宣言》，倡议加强对雪豹的保护和研究，并首次公布了卧龙雪豹数量不少于26只的消息。

上 海

在基层探索“四治一体”工作法

新华社电 上海正在郊区金山探索自治、共治、德治、法治“四治一体”社区治理工作法，以党建为引领，社会全面参与，聚焦群众生活的重点和难点，建立“需求库”与“供给库”，让群众需求与社会资源有效对接。这是记者从新近召开的沪郊金山社区治理工作现场会上获得的信息。

据了解，“四治一体”工作法以社区事务自治、社区管理共治、社区文明德治、社区秩序法治构成的“四治”作为理念和目标，以此建成党组织领导下的社区治理新格局，建好以党组织书记为带头人的村居新班子，建立聚集各方力量的社区服务新模式，建构联动联勤联办联管的网格化管理新平台，最终建成依法依规、自我管理、民主协商、睦邻互助的群众自治新社区。

在基层，“四治一体”工作法已开始与社区生活“土壤”相适应，逐步落地生根。在新枫居民区，已成立了“随手帮”党员服务驿站，志愿者为居民维修小家电、辅导中老年居民学习智能手机的使用技巧，居民的一个个“微心愿”在这里得到实现。新义村的“心联鑫”党建服务站建在村民的“家门口”，成为基层党组织和党员发挥作用的“一线”阵地。

浙 江

县级政府部门和乡镇不开设政府网站

新华社电 为了进一步加强和规范政府网站建设和管理工作，提升政府网上履职能力和服务水平，浙江省政府近日决定清理整合存量网站，其中县级政府部门和乡镇不开设政府网站。

根据浙江省政府办公厅发出的《关于进一步加强政府网站管理的通知》规定，各设区市、县（市、区）政府要开设政府门户网站；省市政府部门可根据需要开设部门网站，原则上1个单位最多开设1个网站；县级政府部门和乡镇（街道）原则上不开设政府网站，通过县级政府门户网站开展政务公开，提供政务服务。一个单位已开设多个网站、县级政府部门和乡镇（街道）已开设网站的，2017年底前完成内容整合迁移、关停下线；确有特殊需求需保留的，参照部门网站开设流程提出申请，经审批同意后予以保留。

浙江省政府指出，清理整合存量网站后，各级政府网站不得单独建设网上办事栏目，相关页面应统一链接到浙江政务服务网本地平台或部门窗口。

广 西

鼓励中小学办“校内午托”

新华社电 广西壮族自治区政府办公厅日前出台《关于做好中小学生校内课后服务工作的指导意见》，鼓励和支持有条件的学校利用闲置设施向学生提供早餐、午餐和午间住宿等校内课后服务。这一规定或将改变多地校内午托班停办的现状。

新规要求，由学校举办的早餐、午餐、午间住宿等校内课后服务收费项目，按物价等部门管理规定执行，其他校内课后服务项目应通过政府购买服务、财政补助、利用中央专项彩票公益金支持校外活动保障和能力提升项目资金等方式解决经费来源。严禁学校以校内课后服务名义违规乱收费。对校内确实不具备条件但课后服务需求强烈的地方，在坚持公益性的前提下，鼓励探索由校外机构（校外活动中心、勤工俭学服务中心等）或社会培训机构作为收费主体、学校提供必要场所和设施设备支持、家长分担服务成本的运行机制。

新规鼓励支持中小学教职工在按质按量完成正常职责工作任务后，参与校内课后服务教学和管理工作并取得相应的劳务报酬。教职工参与校内课后服务工作取得的收入不纳入学校绩效工资范畴。在中小学校内开展食宿类校内课后服务的纳税人，按规定享受相关税收优惠。

吉 林

“医养联盟”让老人安享晚年

新华社电 “李医生，张大爷最近经常咳喘，痰多，上不来气……”在长春市绿园区温馨养老院，来自长春市第二医院的5名医生正在为居住在这里的老人巡诊查房。内科医生李彦芳仔细听诊后，给老人开出药方，并建议他每天进行雾化治疗。

温馨养老院工作人员高铭鸿告诉记者，自从去年养老院与长春市第二医院签订“医联体医养联盟”协议后，院里的医护人员定期来养老院巡诊，不仅为老人提供便捷的诊疗服务，还开展基础护理、生活护理技能培训，提升养老院工作人员的服务能力。

记者从吉林省卫计委了解到，截至2016年底，全省60周岁以上老年人口共499万人，约占全省总人口的18.1%。呈现出老年人口数量持续攀升、老龄化速度不断加快、老年人群健康状况不容乐观、健康服务需求日益增长等特点。为应对老龄化，吉林省通过在养老机构设立医疗机构，在医疗机构设立养老机构，医疗机构对养老机构通过签约提供医疗服务等方式，用医养结合托起老人们的晚年幸福。截至目前，当地共有医养结合机构总数61个。全省80%二级以上医院开设为老年人提供挂号、就医等便利服务绿色通道。有800多家养老机构能够为入住的老年人提供医疗服务，占总数的50%以上。