

中秋、国庆双节近在眼前，百姓也又将进入一个假日消费高峰期。吃、喝、玩、乐、购，这是假期应有的节奏，为减少消费纠纷，倡导文明、科学、绿色、环保的品质消费理念，让大家度过一个愉快的假期，中消协结合近期市场消费热点和假日消费特点，发布消费提示，提醒广大消费者在食住行及购物出游等方面理性消费、远离陷阱。



中消协发布中秋国庆消费提示

网红月饼 噱头胜过质量

□本报记者 包亚茹

别被“网红月饼”忽悠

伴随着中秋节的临近，在各大购物网站和朋友圈中，打着“养生”“手工”“保健”等招牌的“网红月饼”开始走俏。但调查发现，这些概念月饼大多金玉其外，宣传噱头胜过内在质量，光鲜背后不同程度地存在虚假宣传等问题。

中消协提醒消费者，选购月饼，首先要选择具有食品生产经营资质、品牌信誉度高、产品质量稳定的商家，购买产品后要留存相关购物凭证，以便退换货和维权。其次，选购月饼时，要做到明辨真伪、识别优劣，例如商家宣称的“鲍鱼月饼”或许只是“鲍鱼味”，而非“鲍鱼肉”，所谓的“私厨月饼”或许根本不具备相应的食品生产及流通资质，实为“三无产品”，存在食品安全隐患。

在线预订宾馆要确认

节日出行，必不可少地要预订宾馆。很多消费者已经习惯在线订房，但在享受便捷的同时，也时有消费纠纷发生。如：订完房后入住时却发现没有预订成功，或者房间被平台订到另外一个城市等等。国庆假期是旅游旺

季，一旦订错房可能面临无处下榻的尴尬，既影响度假心情，也会耽误后续旅行计划。

在此提醒消费者，在线订房后，最好再直接与预订的酒店电话确认，确认无误后再放心出行。同时，建议消费者到预订酒店后，最好关注酒店的装修情况，尽量避免选择入住新装修酒店，以防装修污染过重而造成实际无法入住。

出游拒绝低价防陷阱

假期出行，安全第一，出行前一定要规划好旅行线路。自驾出行的消费者应提前保养检查车辆，确保用车安全；跟团出行，要认清正规旅行社产品，切勿贪图便宜，因小失大。打着“低价”“返利”等各种名号吸引消费者特别是老年消费者的旅行产品多年来屡禁不绝。低价旅游团大都是通过诱导参团消费者购物、行程缩水、降低食宿标准乃至中途加价等形式牟利，消费者为省小钱却可能最终掉入商家精心设计的陷阱。

此外，一些不法商家通过推

出旅游预付卡等形式，吸引消费者一次投资，许诺后续福利。这些促销产品看似十分诱人，但已经出现多起商家卷款跑路，消费者投诉无门的情况。

“养老返利”要当心

“金九银十”是房地产销售的旺季，当前不少地产商打出“养老”牌，这其中有正规合法的地产企业，也有非法行骗掺杂其中。如果遇到买养老房产能够返利、旅游房费打折、餐费减免等诱人许诺，消费者一定要三思而后行。一些不法养老企业为了让老人心甘情愿拿出积蓄使出浑身解数，比如以国家养老战略为幌子或把自己包装成慈善家，令人应接不暇的温情攻势甚至让老人们的子女都自叹不如。

中消协提醒，老年人缺乏足够的鉴别力，而不法商家恰恰摸准了老年人思维的弱点，抓住了他们身上的“命门”。但老年人遭遇诈骗并非他们所愿，作为子女应多多陪伴老人，帮助老人分析和鉴别诈骗行为，提高老人们的防骗意识。



婚宴喜庆提防霸王条款

国庆期间也是新人举办婚宴的高峰期，由于理想的婚宴场所预订困难，“霸王条款”在婚宴消费中又有“抬头”趋势。其主要体现在：一是除了正常餐饮收费外，酒店巧立名目，收取服务费、场地费、设备费等不合理费用；二是侵害消费者的自主选择权，强迫消费，如指定婚庆公司、规定预订桌数、婚礼当日只

能加桌不能退桌等；三是规定餐前全款结账。一般商业惯例是餐后付款，如在餐前付款，消费者就会丧失主动权，出现问题想要维权会很被动。

在此提醒准新人们，预订婚宴前一定要仔细考虑各种细节，事先与商家协定好双方要承担的责任，以免给本该热热闹闹的结婚典礼增添一些不必要的麻烦和遗憾。

互联网装修最好实地考察

来自全国消协组织上半年的投诉数据显示，互联网装修服务公司卷款跑路现象多发，并成为消费者投诉的热点和难点。金九银十，家装旺季来临。通常，家装公司会在节日期间推出所谓的“大礼包套餐”等优惠。面对商家的“低价”广告宣传，消费者一定要时刻保持警惕，不可轻信不符合市场规律的超低价促销活动。

选择装修公司前，尽量先走访一些该公司正在进行装修的工地，了解其工艺水平和工地的管理情况。面对一次性全额付款的要求，更要慎重，最好采取根据施工进度分期付款的方式进行。一旦经营者关门跑路，要及时向公安机关报案处理，争取在第一时间内提供相关证据，维护自身权益。

不慕虚荣抵制假冒伪劣

目前，电商平台售卖假货、产品质量低劣等侵犯消费者权益的事情时有发生。假货产生的一个重要原因是消费者盲目追求“名牌”，又往往贪图价格低廉，而忽视产品质量安全。

中消协一贯倡导消费者重质量、选正品、拒假货，因此提醒消费者：不慕虚荣、理性消费，注重品质、抵制假货，促使商家诚信经营，依法维护自身正当权益。同时，希望消费者树立维权意识，对非法经营者说“不”。如遇权益受损情况，一定要保留好消费凭证，及时向当地消协组织或拨打12315进行投诉维权。

体内毒素多并不是一种病，却可能导致疾病缠身。毒素堆积过多容易导致亚健康，出现精神萎靡不振、便秘、口臭、痤疮等。当出现下列表现提示您的身体毒素太多，需要及时排毒。

身体毒素太多的4种信号

便秘

两天以上不排便可能让您脸色铁青。正常人每日应排便1-2次，而2天以上没有排便提示便秘风险。便秘分为偶发性便秘和习惯性便秘，当肠道内毒素太多，会影响肠道内正常代谢循环，久而久之形成便秘。

大肠作为排便主要通道，如果毒素在大肠内没及时排出，就容易在身体上表现。比如色斑、口臭等均提示长期便秘引发的毒素堆积太多。

口臭

许多人将口臭不当回事，这



和长期熬夜、睡眠不足有较大关联。此外，喜欢辛辣食物、夜宵等也容易导致脾胃积食，进而引发毒素过多堆积体内。当然，引起口臭除了提示毒素太多，还有龋齿、口腔溃疡、消化道疾病也会引起口臭。

痤疮

痤疮是体内毒素堆积多的一种表现。引起痤疮的原因有喜欢油炸食物、缺乏微量元素、维生素、精神紧张等。

痤疮主要长在脸上，为了容

貌干净整洁，建议您还是从排除毒素做起。

皮肤瘙痒

皮肤瘙痒是最容易被忽视的体内毒素太多的表现。因为皮肤是排毒器官，分布了大量的汗腺和皮脂腺，人体正常情况下需要依靠排汗来排毒。

如果在生活中，精神紧张、作息不规律、压力过大等都可能引起皮肤排汗功能下降，久而久之毒素没能及时排出体外，就容易引起皮肤瘙痒。

丰台工商分局

多措并举 助力丽泽金融商务区发展

作为北京未来发展的“金角银边”的关键节点，丽泽金融商务区的发展一直是外界瞩目的焦点。丰台工商分局坚决落实市区决策部署，多措并举助力丽泽金融商务区发展。

1.在新设企业一站式办理专区窗口增设动产抵押登记和广告发布登记业务，开通“绿色通道”，专人受理业务申请和咨询事项。

2.免费刻章、容缺受理、全城通办等一系列改革措施全面推行，营商环境进一步优化。

3.上门走访精准支持“高精尖”企业发展。瞄准高精尖企业，主动走访，按照“一企一策”“一事一议”原则，积极主动地帮助辖区重点企业

解决实际困难和问题，助力“高精尖”产业健康有序发展。

4.“暖心驿站”优化办事环境。在分局登记服务大厅开设“暖心驿站”，为申请人提供伞、手机自动充电、针线包、医药箱等便民服务。

(于航)

