

随着网络购物的快速发展,各类新型消费陷阱时有发生。面对“限时特惠”“品牌同款”等情形,消费者如何增强风险防范意识?“3·15”国际消费者权益日即将来临,中国消费者协会近日发布消费提示,网络购物牢记“三个不”,即不轻信夸大宣传、不点击不明链接、不脱离平台交易。

网购如何防“踩坑”?

中消协支招牢记“三个不”

谨慎识别促销活动真实性

“原价999元,限时特惠99元”“限时秒杀倒计时”,很多看似优惠让利的促销活动是否真实,消费者一时难以辨别。实际上,部分商家通过虚构原价、夸大折扣等方式诱导消费。

中消协消费指导部主任吕金波表示,此类行为涉嫌违反我国价格法、消费者权益保护法中关于明码标价和禁止虚假宣传的规定。消费者可以使用正规比价工具或平台历史价格查询功能,核实商品真实价格波动情况。理性对待“限时”“限量”营销话术,避免因冲动下单造成经济损失。留存商品促销页面截图、商家承诺记录等证据,便于后续维权。

防范假冒伪劣风险

“品牌同款”“正品代购”,网络平台部分商家以“低价清

仓”“工厂直销”为名销售假冒品牌商品,或通过仿冒商标、模糊描述误导消费者。

中消协建议,消费者优先选择品牌官方旗舰店或平台认证的自营店铺,查验店铺公示的营业执照等资质。收到商品后仔细核对品牌标识、防伪码、产品批次等信息,发现异常立即拒收。保留购物凭证、商品详情页及聊天记录,作为维权依据。

警惕新型诈骗手段

近期频发“冒充客服退款”“快递丢失理赔”等电信诈骗案件。不法分子通过非法获取消费者订单信息,诱导点击钓鱼链接、提供短信验证码或下载不明软件,导致消费者资金被盗。

中消协建议,消费者切勿轻信陌生电话、短信,所有售后问题都应通过平台官方渠道联系客服;拒绝向他人透露银行卡密码、短信验证码等敏感信息;谨

网购如何防“踩坑”?

防“屏幕共享”操作,避免远程操控导致账户失控;谨记正规网购平台的退款、赔付款都是从顾客支付账户原路返回,没有所谓的“退款链接”,也无需下载其他App,要求另行下载App或扫码入群等概率是骗子。

强化个人信息保护

部分商家违规收集消费者身份证号、人脸数据等个人信息,或通过快递面单非法收集、买卖用户地址、电话,导致骚扰电话、诈骗风险增加。

消费者如何强化个人信息保护,防范隐私泄露?中消协建议,消费者非必要不提供详细住址,可填写代收点或快递柜地址;丢弃快递包装前,务必清除或涂抹面单上的个人信息;谨慎



授权App获取通讯录、定位等权限,定期清理缓存数据。

依法主动维权

当消费者遭遇虚假宣传、商品质量缺陷、拒不退换货等问题怎么办?

中消协建议,消费者要积极维护自身权益。维权途径可依次选择协商解决、平台介入、投诉举报、司法诉讼。先通过平台客服发起投诉,要求商家履行退换货或赔偿义务;若协商未果,可申请交易平台介入处理;平台处理不佳可通过“消协315”投诉平台或者热线电话向消协组织投诉,也可以向相关监管部门举报;如果涉及金额较大、情节严重,可向人民法院提起诉讼。

(新华)

—【健康红绿灯】—

绿灯

睡眠是长高的黄金时间



生长激素是孩子长高的关键“催化剂”,而其分泌与睡眠密切相关。生长激素在夜间睡眠时分泌旺盛,尤其是晚上10点至凌晨2点以及早上5点至7点这两个时间段,堪称生长激素分泌的“高峰期”。在深度睡眠状态下,生长激素的分泌量可达白天的数倍,它作用于骨骼生长板,刺激软骨细胞分裂增殖,促使骨骼纵向生长。

草莓个头大与激素无关



草莓个头大小,关键在于品种和栽种管理,与激素没有关系。很多人担心大个头的草莓是因为使用了膨大剂,其实膨大剂会让草莓含水量猛增,果皮变得薄脆,口味大打折扣,储存和销售也都成难题,果农们使用膨大剂得不偿失。公众可以放心地品尝个头大的草莓。

红灯

长时间空腹易长胆结石



一般来说,胆囊中的胆汁经过长时间储存,胆汁中胆固醇饱和度较高。当人体进食时,会刺激胆囊收缩,促进胆汁分泌,促进胆固醇随胆汁排出。如果长时间空腹,胆囊长期处于休息状态,排空变慢,胆汁在胆囊内储存淤积,过度浓缩,胆固醇比例相对增加,呈饱和状态,逐渐在胆囊中沉积,就会形成结石。

女性经期最好少吃甜食



建议痛经的女性在月经前和经期都少吃甜食,因为甜食会造成血糖不稳定,导致体内激素失衡,加重不适。此外,痛经主要是由于子宫过强收缩和血管挛缩导致的。甜食中糖分含量较高,会抑制维生素和矿物质的吸收,而这两种营养素能够缓解肌肉紧张,对于缓解疼痛有一定的效果。

丰台区市场监管局

护航农贸市场安全 守好民生“菜篮子”

为切实营造安全放心的消费环境,维护良好市场秩序,丰台区市场监管局以农贸市场安全生产排查工作为重点,围绕计量器具、食品安全、明码标价等领域开展多时段、全链条检查,切实守牢农贸市场安全防线,让“菜篮子”沉甸甸的同时安全感满满。

最新政策“敲黑板”,夯实主体责任。执法人员通过发放宣传页、现场讲解、行政提示等方式,督促企业树牢安全生产意识,落实安全生产各项制度规定。此外,加大食品经营密集领域食品安全监督检查力度,结合日常监管情况,重点查看经营主体资质、热销食品贮存、店内环境卫生、从

业人员健康管理等情况,严防不合格、腐败变质食品流入市场。

价格监管“严底线”,规范市场秩序。执法人员查看果蔬、粮油、肉蛋等生活必需品的进货凭证和销售记录,比对进销货价格信息,要求经营者明码标价做到真实准确、货签对位、标识醒目。同时,提高市场巡查频次,严厉查处哄抬物价、不明码标价、价格欺诈等违法行为,督促经营者合法经营、诚信经营,妥善处理价格纠纷,维护价格市场秩序。

(王春晖)