

随团旅游当心四大陷阱

《中华人民共和国旅游法》于4月25日问世,对旅行团强迫购物、导游违规等做出严格管控。然而,“五一”小长假刚过,记者就接到不少读者来电,称他们在假期参加旅行社组织的团体游,被旅行中的陷阱坏了心情。日前,《生命时报》联合搜狐网旅游频道进行了一项近7000人参与的调查,结果显示,94%的参与者曾在旅游中遭遇陷阱,其中被强迫购物或买到假货者达29%;餐饮菜品缩水者占20%;此外,遭遇住宿条件缩水与景点额外收费的人也不在少数。在遭遇陷阱后,65%的人没有维权;32%的人维权但没有成功;维权成功者仅为3%。对此,记者专访了北京第二外国语学院旅游学院副院长谷慧敏、北京市百瑞律师事务所律师龚楠和华远国旅市场与品牌推广高级经理孙丽婵,教你如何破解各种旅游陷阱。

购物陷阱 万元买来“廉价货”

案例1:黎先生在香港旅行团指定“专卖店”购买了一部“功能最全、价值万元”的照相机,回国后却发现,该相机标价仅为3700元。黎先生大呼上当,当即拨打了12315电话。经多方交涉后,他仅获2800元退款。

专家支招:旅游时,不一定要在旅行社

指定的商店购物。不妨到当地人常去的超市、商场看看,了解当地物价。可以事先做好功课,了解目的地的风土人情,有针对性地理性购物。此外,购物时需索要发票、产品合格证、鉴定证书等材料,以便维权。

低价陷阱 “长城游”变“购物游”

案例2:“我报团参加‘长城、十三陵一日游’,却只在长城待了不到一小时,就被带到一家玉器店购物。至于十三陵,就是开车路过了,根本没进去。”来自湖北的马女士相当恼火。她原本想趁五一带孩子来北京玩玩,在火车站看到“北京一日游仅需50元”的牌子,便报了名,谁知遭遇陷阱。

专家支招:面对旅行社发布的各种旅游优惠报价的广告,消费者一定要慎重选择正规的旅行社,还要签订规范的旅游合同。不以价格高低作为选择旅行社的首要条件。要跳出只求价格低、不顾服务质量的误区,从多角度来衡量旅行社的优劣。

偷换概念陷阱 “准四星”酒店不靠谱

案例3:王小姐参团赴欧洲旅行,合同写着住“准四星级酒店”,但到了才发现酒店条件很差,餐饮也不好,甚至吃不饱。

专家支招:合同中应写明旅游的线路、行程、交通和食宿的标准,购物次数与停留

时间,免费景点清单,转团和拼团细则以及违约责任等内容,最好列出详细费用清单。合同还要写清:在餐饮质量不好的情况下,消费者有权终止旅行社或导游的餐饮安排,要求退还餐费,自行就餐;住宿是否星级房,是否有挂牌,不要接受“相当于三星”、“准四星”等表述。如果旅行社强迫购物或者服务与合同不相符时,游客可以抵制或保存证据,向旅游管理部门投诉。

强迫消费陷阱 不看表演,就没饭吃

案例4:李小姐参加的旅行团刚到目的地,就被地接导游要求每人交300元看表演。大多数游客不愿参加,导游便称“不交就没钱安排晚饭”。经过激烈争执,在与导游谈妥每人交100多元后,游客们无奈地观看了表演。

专家支招:在与旅行社签合同时,要对另行付费的游览项目做出明确约定,写明游客有自主选择权。旅行社有时会单方面提出“由地接导游随机安排”等含混用语,游客必须谨慎,在签合同前多问问。在行程中,如果导游因为自身利益没能满足而拒绝提供服务,游客不要慌,可立即打电话向当地旅游行政管理部门(可拨打114查询)投诉,要求制止导游的“恶行”。

《生命时报》2013.5.7文/金海燕

电梯地铁里打手机 辐射增6倍

乘电梯、地铁时打电话的习惯最好改改了。据韩国《中央日报》报道,韩国环境部国立环境科学院近日调查显示,在电梯或地铁内拨打手机,受到的电磁辐射比平时高出许多倍。

调查人员选取了韩国市场上销售的7款手机,测试其在不同使用环境中的电磁辐射强度,结果显示,在快速行驶的地铁内打手机,平均会产生0.1—1.06V/m(伏特/米,电磁辐射强度单位)的辐射,与停止状态相比高出了6倍。

在电梯等封闭空间内打手机,电磁辐



射强度会上升到0.15—5.01V/m,平均比在电梯外的宽阔位置约高15倍,并且当电

话显示“正在连接中”时辐射最强。

韩国专家分析称,在迅速移动时,手机会不断搜索信号,此时打电话电磁辐射会增加。同理,在电梯等窄小、封闭的空间内,手机信号覆盖较差,拨打手机也会造成辐射增加。

专家建议,即使手机的电磁辐射低于有关标准,也不要掉以轻心,除非遇到紧急情况,尽量不要再乘坐地铁、电梯时接打手机;若要降低暴露在电磁辐射下的危险,就要尽量缩短打电话的时间;信号不好导致听不清时,也不要将手机紧贴耳朵。

《长江商报》2013.5.8

睡前半小时 养出好皮肤

没有女人不在乎自己的肌肤。然而,上班族女性不得不终日忍受电脑的辐射,有时回家还要面对油烟的折磨。其实,每天只要睡前抽出半小时,就能让肌肤整晚恢复好状态。

脸部深层清洁

在外面奔波一整天,脸上分泌的油脂、接触的脏污空气,都需要靠卸妆油来深层洗净。只有做好深层清洁,皮肤才能很好地吸收水分和精华。

按摩30秒

一边涂晚霜,一边用手轻轻按摩面部30秒,可以促进晚霜吸收。做保湿时用双手轻拍面部,能起到类似的作用。

睡前喝袋奶

牛奶不仅能让你有一整晚好睡眠,还能让皮肤更加细腻嫩白。

热水泡脚、做脚趾运动

泡脚能增加全身血液循环,提高晚上肌肤的代谢能力,有助于皮肤排毒。做做脚趾运动也有同样的功效。

不要贴面膜过夜

面膜在一定的时间后功效就会消失,敷得太久只会有害无益。一般来说,补水型面膜不超过20分钟,否则会堵塞毛孔;而清洁功效的矿物泥面膜只需要停留3—5分钟;织布式面膜在八分干时就应该除去。

指甲根部涂抹维生素E

可在手背和指甲根部涂抹上维生素E油,轻轻按摩。维生素E有抗衰老的功效,滋润手部肌肤。

《楚天都市报》2013.4.18

唇膏唇彩含有毒重金属

美国加州大学伯克利分校研究人员检测了9种重金属在美国生产的32种唇膏和唇彩中的含量,发现有些含量可能导致金属摄入量超过加州环保署规定的饮用水健康标准,学者提醒消费者减少用量。

加州大学伯克利分校公共卫生学院环境健康科学研究员刘飒博士是这项研究报告的主要撰写人。

这位华人学者在接受中新社记者访问

时表示,她和博士生时的指导教师凯瑟琳·哈蒙德等研究人员与加州奥克兰市一个亚裔女性组织合作,对该组织提供的7种品牌32类唇膏和唇彩进行金属成分分析,发现所有产品都不同程度地含有铅、铬、镉、铝等9种重金属。

这篇研究报告去年完成,发表在今年5月的美国卫生部《环境卫生展望月刊》上。

“这些唇膏和唇彩都很大众化,来自商

场的开架化妆品柜台或化妆品专卖店。”刘飒说,“当我看到这个结果时很惊讶,长期使用大量使用不是在吃毒药吗?”

铬、铜、锰等金属都是人体必需的微量元素,但是否有益取决于摄入量多少。刘飒表示,化妆品中金属含量和人体摄入量是决定是否有害健康的关键。

“由消化道摄入的镉影响肾脏和骨骼。铬是已知的致癌物,与胃癌有关系。

中青网 2013.5.8文/刘丹

中消协：“老年代步车”很不安全

中国消费者协会近日发布消费警示称,目前,“老年代步车”数量激增,但大部分名不副实,安全隐患很大。中消协呼吁有关部门查处、遏制“老年代步车”违法违规问题。

据介绍,这些“老年代步车”主要是非法组装的三轮或四轮车辆,以蓄电池或燃油驱动,刹车、油门、挡位一应俱全,俨然机动车的配置,时速可达40公里~50公里。而真正的老年代步车是一种医疗器械,速度基本控制在10公里

/小时以下,且不能在机动车道上行驶。

中消协称,非法“老年代步车”给道路交通和人身安全带来很大隐患:起步猛、底盘轻,特别容易发生倾斜;刹车构件单薄容易损坏,且需要很大的力量踩到底才能刹住,对于老年人来说非常危险;没有任何安全防护措施,有的还被用来接送孩子上下学,使儿童也处于危险当中。这些“老年代步车”按规定不准上路行驶,但很多经销商故意向消费者隐瞒事实,反而宣称车辆不

需要上牌,不需要驾照,交管部门也不会查处。

中消协呼吁有关部门加强监管,以打击非法“残摩”的方式打击所谓的“老年代步车”,并从源头上控制其生产、销售和改装;尽快出台有关老年代步车的技术标准和法规,严格车辆使用范围。同时提醒,子女不要把“老年代步车”当作礼物送给老人,这看似孝顺的举动实则会把父母置于危险的境地。

新华网 2013.3.19文/陈飞

6个品牌牙膏掺漂白剂

试验发现,中华、高露洁、黑妹、佳洁士、黑人、立白6种美白牙膏含漂白剂。这种漂白剂类似亚硫酸盐(一般用作食品添加剂)。美白牙膏掺漂白剂,早已是公开的秘密。长期使用,受伤的不仅是牙齿。盲目购买美白牙膏不可取,美白牙齿应从认真刷牙开始。

《人民日报》2013.5.3

切辣椒不辣手的小妙招

辣椒碱可溶于乙醇及碱性水溶液中,但不溶于冷水。在工业中,提取辣椒中的辣椒碱就是用食用酒精作为浸取剂的。

因此,根据这一原理,在生活中,可以采取涂抹酒精的办法溶解切辣椒时留在手上的辣椒碱。切辣椒后,可用酒精棉球单方向擦手,然后用清水洗手,再擦干,连擦三遍至症状缓解即可。

另外,还可用少量食醋洗手。这是因为,食醋是酸性的,可以和中和辣椒碱。如果没有医用酒精也没有食醋,用热水洗手也不错,因为辣椒碱会在高温下产生刺激性蒸发,虽然不如酒精和食醋,但效果比冷水要好。

在切辣椒时,可以用手指肚按着辣椒,而不是用指甲掐住辣椒,这样,手就不容易被辣到了。

《当代健康报》2013.5.2文/刘爽

炒豆角盖锅盖会中毒?

“许多人做豆角的时候,盖着锅盖,唯恐不熟。但豆角中含有氰苷,其结构中有氰基,水解后产生氢氰酸,会对人体造成危害。氰化物高温烹煮后会从豆角中挥发出来。可盖上锅盖的话,它就全被‘焖’在锅里了,吃了这样做出来的豆角,就可能食物中毒。”这两天,一条“炒豆角千万别盖锅盖”的消息引起热议。

“炒豆角盖着锅盖问题不大。”西南大学食品科学学院副院长阚建全教授说,氰苷在豆角中的确存在,在高温下氰苷会分解为氰化氢,但氰苷的含量很少,豆角在烹饪的过程中,即使是盖着锅盖,它也会挥发掉。即使有少量的氢氰酸产生,也不会达到食物中毒的致病剂量,摄入的氢氰酸也会随着人体的代谢而分解。

《重庆时报》

4种衣服 穿坏心情

领口紧、系领带 很多职场男性喜欢穿衬衣,打领带,这样会加重心理负担,极易让人被各种压力和不愉快打垮。当你觉得心情欠佳时,不妨穿一件圆领或松口的休闲T恤,这样能有效减轻束缚感。

易皱的麻质衣服 情绪欠佳的日子里,最好不要穿容易皱的麻质衣服。皱皱巴巴的衣服让人第一眼看去,就会产生很不舒服的感觉,更容易让人烦躁不安。

材质过硬的衣服 硬质材料的衣服会让你感到僵硬和不快,最好穿质地柔软的,如针织、棉布、羊毛等衣料做的服装。

紧身衣服 衣服如果太紧,心情不好时,会造成压迫感。对女性来说,一定要避免穿窄裙、连裤袜、束腰的服装,尤其不要穿紧身牛仔裤,否则更会加重情绪上的压抑感。穿宽松的服装会令你呼吸轻松、血液循环畅通,不良情绪得到缓解。

《大河报健康》2013.4.16

文/刘新新