

虚构原价、捆绑销售、集赞骗局

“双11”这些坑你掉过吗？

全网最低价比原价还贵、集赞优惠竟是骗局……一年一度的“双11”促销盛会如约将至，各大电商平台强势宣传“烧脑”促销规则，琳琅满目的商品都被贴上优惠折扣的标签。

然而，“低价风暴”背后，有哪些套路？隐藏哪些陷阱？

“低价风暴”有猫腻：虚构原价、捆绑销售、集赞骗局

四川消费者王女士在某购物平台网店“原创设计服装店”关注了一件标价为559元的连衣裙多日，准备网店搞优惠活动时再买。“双11”之前，网店宣传全场包邮，满500元减20元，王女士当即立断下单付款539元购买了心仪的连衣裙。

3天后，王女士又上该网店选购外套，却发现之前下单购买的连衣裙标价只要335元，居然又大幅度降了204元！王女士要求网店退还差价，网店却拒绝退钱……

“双11”前夕，类似虚构原价现象屡见不鲜，捆绑销售也是常见套路。

最近，市民王女士在某网络平台购买了一张火车票，票价为65元。但网络平台要额外收取两张优惠券费用共30元，网站显示，优惠券可享受7×24小时预订服务、客服服务、快速退改签服务、短信提醒服务等，并且不能取消，王女士支付了30元

优惠券费用，但事后发现，这些优惠服务根本是“纸上谈兵”，没有一项能实现，但钱又退不了。“不仅没买到便宜，反而还白交了钱。”王女士后悔地说。

微信集赞低价购物骗局也是“双11”来临前朋友圈的刷屏套路。

“只要将活动内容分享到朋友圈，并累计点赞28个，就可以低价领取生蚝”——家住四川泸州的易女士被这句广告词吸引，急忙在朋友圈吆喝求点赞，在活动期间完成集赞数量后，支付了49.6元购买了10斤生蚝。但在约定提货时间去领取生蚝时，商家却说活动火爆，生蚝已领完了……

“觉得太坑了，这不是骗人吗！”易女士说，打开朋友圈，现在还有好多不明真相的朋友在集赞低价买东西……

商家套路深：虚假宣传、先涨后降、“钓鱼”陷阱

记者了解到，随着“双11”来临，商家的套路主要表现在虚假宣传、先涨后降、“钓鱼”陷阱等方面。

——虚假宣传诱导。四川省律协消费者权益保护专业委员会副秘书长单静说，一些不良商家为了在“双11”期间刷销量，会用一些虚假词汇来做宣传，趁机误导消费者，比如，“产量一直领先”“全网最低价”等，背后大多是虚构的事实和隐藏的真相。

北京安博（成都）律师事务所律师韦海军说，虽然法律有欺诈增加三倍赔偿的规定，但不少商品销售者存侥幸心理，认为不被抓到就不会被罚款，因此，虚假宣

传反而成为一种常见的商家销售套路。

——利用信息不对称先涨价后打折。“一些商家通过这种方式诱导消费者消费，侵犯了消费者的知情权和选择权。”泰和泰律师事务所律师廖华说。

“我看准要买一款婴儿车，上个月原价还是1300元，最近几天突然变成了2400元，还写着‘双11’将大降价500元，实际上比原贵多了……”市民杨先生说。

——“钓鱼式”低价陷阱。记者了解到，在一些网上购物平台、微信平台上，有类似通过集赞免费、转发免费、免费试用等噱头来诱导消费者下单的情况，有的故意不事先写明押金定金是否退还，有的将“参加该活动一律不能退款”等条款模糊处理写在活动页面最后，造成消费者钱物两失的情况不在少数。

四川博坤律师事务所律师李清说，消费者参与了这些“钓鱼式”低价购物活动，后期商家就会以“货物发完了”“订单未使用”等借口，拒绝退还收取的押金，或者告知退款要收取高额手续费，甚至实际提供的商品或服务与宣传不符，来坑骗消费者。有的微信集赞还需要提供身份信息和社交账号，很可能导致个人信息被盗。

记者了解到，很多商家在促销、抽奖等活动中，为了诱使不特定消费者参与活动，没有在宣传中对参与活动资格、参与人数或产品服务数量等进行限制，在消费者满足活动条件后，又以不符合参与活动资格、参与人数或产品服务数量有限制等不予兑现承诺。

消费者擦亮眼学会较真 行业强化自律和社会共治

廖华说，从消费观念上，消费者一定要学会较真，要敢于依靠相关组织，依靠专业人士，拿起法律武器维护自己的合法权益。

单静等专家认为，在遭遇“钓鱼式”购物陷阱时，若商家以不正当理由拒绝兑现，消费者可以向当地市场监督管理部门投诉商家的虚假销售行为；也可向当地保护消费者权益组织请求调解；还可向人民法院提起诉讼。

记者了解到，根据消费者权益保护法的规定，经营者提供商品或服务有欺诈行为的，应当按照消费者的要求增加赔偿其受到的损失，增加赔偿的金额为消费者购买商品的价格费用的三倍。

北京盈科（成都）律师事务所律师高涛说，“双11”来临，网络平台侵害消费者合法权益的行为时有发生。建议广大消费者尽量选择正规大型的网购平台，下单前仔细阅读相关条款，了解所购商品或服务的使用规则和限制性条款。注意保留证据，如下单付款凭证、商品宣传信息及聊天截图等，以便发生纠纷时及时有效维权。

相关专家也指出，针对“双11”种种购物陷阱，还需要加强监管和社会共治。不断完善网络监管服务平台，升级网络监管服务，加大打击力度和手段；同时，探索建立多省份执法监管协作机制，进一步建立健全多省份的日常沟通协调机制，及时解决跨区域网络市场突出问题。

（新华社成都11月6日电）

8日1时24分“立冬”

注意防寒保暖、均衡饮食

新华社天津11月6日电（记者周润健）“昨夜清霜冷絮裊，纷纷红叶满阶头。”《中国天文年历》显示，北京时间11月8日1时24分迎来“立冬”节气。习惯上，我国民间常把这一天当作冬季的开始。为了“迎冬”，“立冬”这一天北方人要吃饺子，南方人则吃鸡鸭鱼肉，称“补冬”，也称“补嘴空”。

天津市天文学会理事赵之珩介绍说，每年阳历的11月7日或8日，太阳达到黄经225度时，“立冬”节气开始。此时节，朔风起，地始冻，水始冰，草木凋零，叶半黄青。

天文专家表示，对“立冬”的理解，不能仅仅停留在冬天开始的意思上。追根溯源，古人对“立”的理解与现代人一样，是建立、开始的意思。但“冬”字就不那么简单了，在古籍《月令七十二

候集解》中，“冬”的解释是：“冬，终也，万物收藏也。”意思是指一年的田间操作结束了，秋季作物全部收晒完毕，“粮入仓，菜入窖”，动物也已藏起来准备冬眠了。

进入“立冬”节气后，冷空气活动频繁，气温下降日趋明显。中央气象台预计，11月7日至10日，一股冷空气将影响我国北方，带来降温降雨；10日开始，还有一股冷空气自西向东影响我国。

天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲提醒说，此时节，公众要注意防寒保暖，预防感冒、心血管等疾病发生；注意均衡饮食，多吃一些滋阴潜阳、填精补髓的食物，如牛肉、羊肉、鲫鱼、乌鸡、莲子、赤豆等，同时还要多吃新鲜蔬菜和水果，既能补充维生素，也能提高抵抗力。

白色食物可去秋燥

金秋时节，秋高气爽，恼人的秋燥也正在此时席卷而来。大部分人容易出现皮肤干燥粗糙、口干咽痒，或干咳无痰等症状，且这类症状很难通过多喝水来缓解。其实要祛除秋燥，重要的是适当、正确地进食滋阴润燥的食物。白色的食物通常性质温凉清淡，可以清泄燥邪，祛除肺火，滋润肺腑，生津养液，能很好预防秋燥对人体的影响。



白萝卜：白萝卜有增食欲和止咳化痰的作用。白萝卜中的维生素C可以帮助消除体内的废物，促进身体的新陈代谢。尤其是白萝卜富含的酶可以促进消化。

山药：山药不仅有“神仙之食”的美誉，还有“食物药”的功效。它可以滋肾益精、健脾益胃、益肺止咳，其特点是补而不滞、不

热不燥，一般人群都适用。山药有养胃的作用，患腹泻等肠胃疾病的人不妨多吃。近年来还有研究指出，山药最富营养的成分存在于它的黏液中，主要包括甘露聚糖和黏蛋白。

白扁豆：秋天扁豆正当时，将白扁豆煮粥或煎汤服，可消暑、化暑湿、健脾胃、增食欲。（伊雨雪）

桂花雪梨茶 养肤又润燥

近来不少人会觉得皮肤发紧，局部干燥脱皮，沐浴后有全身发痒的感觉。广州市中医医院皮肤科副主任医师潘慧宜建议，要注意补充水分，多饮温水。洗澡时水温不宜太烫，不要用碱性过强的肥皂等洗涤剂，以减少对皮肤的刺激，洗澡后外擦滋润皮肤的护肤霜等以保护皮肤，防止干裂。饮食上，宜多食养阴润燥、润肺益胃的食物，推荐润燥养颜的佳品——桂花雪梨茶。

●材料：雪梨1-2个，桂花5克，适量冰糖。这些食材含苹果酸、维生素B1、B2、C，胡萝卜素等，特别适合秋天食用。

●做法：将雪梨去核洗净后切成小块，放入锅中，加入冰糖煮15分钟；然后把桂花放入大茶杯中，加入冰糖雪梨水，加盖焖5分钟左右，即可饮用。

●功效：雪梨具有生津润燥、润肌白肤、清热化痰之功效；桂花有提神醒脑、美容养颜的功效。两者合用可润肺养胃，养肤润燥。桂花雪梨茶糖尿病患者慎饮。（余燕红）



少儿编程热

“未来的文盲，就是现在不懂编程的小孩”“不会写代码就丧失了网络生存能力”……近来，大量引发家长焦虑感的少儿编程培训班广告，充斥于自媒体和公共场所。“新华视点”记者调查发现，继奥数、英语之后，少儿编程成为最新教育培训热点。少儿编程如此火爆，谁是幕后推手？家长是否应该让孩子学编程？人工智能编程技术的学习有明显低龄化趋势，中学开始学，甚至小学也开始

学。是不是越早学习越好？要辩证看这个问题。”中国人民大学信息学院院长文继荣说，让孩子早接触人工智能，对成长有帮助。然而，人工智能背后有数学、统计学、脑科学等多方面知识，中小学生的理解起来有些困难。家长在这个阶段应以培养孩子的兴趣为主。

北京邮电大学互联网治理与法律研究中心副主任崔聪聪认为，儿童的想象力和对世界的好奇心弥足珍贵，有些编程培训班，教育方式不得当，可能会让孩子形成机械的思维模式，对孩子的全面发展未必是好事。

业内人士认为，目前，少儿编程的课程标准及评价体系尚不完善，培训质量参差不齐。记者查询少儿编程教程，在电商网站上超过200册。目前，没有国家教育部门推荐的少儿编程教材，一些机构的教材其实是东拼西凑的，教师水平也参差不齐。

新华社发

睡前做点养生事 梳头喝水通经络 揉腿摩脚助睡眠

现代人白天工作繁忙，下班回家后习惯通过玩手机、看电视来缓解一天的疲劳。殊不知，这种看似放松的方式，却对身体没有好处。河南省中医院肿瘤内科主任刘培民教授表示，如果能在睡前一小时干些有益身心的事儿，不仅能解乏，对养生也很有帮助。

梳梳头。我国古代养生学家一直倡导“发宜常梳”。中医认为，梳头能有效刺激头部穴位，具有鼓舞正气、疏通经络、活血祛瘀的作用。每天睡前可用梳子梳头，也可尝试手指梳头法。具体方法：双手十指自额上发际开始，由前向后梳拢头发至颈后发际，边梳边揉搓头皮。动作应缓慢柔和，每次10分钟左右。

揉揉腿。在中医看来，因身体疲劳导致的腰腿不适等病症多由久坐久站、气血不畅、筋脉失养所引起，这些问题完全可以通过穴位按摩进行调理。小腿肚上的承山穴（伸直小腿或脚跟上提，腓肠肌肌腹下的凹陷处即是该穴），就是一个有效的“解乏

穴”，能舒筋活络、壮筋补虚，对缓解腰背疼痛、小腿痉挛等效果很好。尤其睡前按压此穴，能缓解一天的疲劳，让身体在放松舒适的状态下入睡。

摩脚心。涌泉穴位于足底脚心处，是肾经的第一穴。按摩涌泉穴可改善人体血液循环，缓解头晕脑胀、失眠多梦、记忆力减退等不适症状。长期失眠的人群，睡前坚持按摩涌泉穴，是辅助治疗失眠的最简便方法。建议每晚临睡前，按摩并揉搓脚心5分钟，自觉脚心发热即可。

喝杯水。中医认为，水能滋阴，而温水可以暖五脏六腑，起到温阳的作用。所以，很多中医师大家坚持多年只喝热饮。中医认为，热水的热力可以令经脉舒张，促进停留在体表的寒气散开，这对于睡眠后机体的温煦和修复有很大帮助。同时，喝热饮还能促进身体排汗，加速新陈代谢和毒素的排出。因此，不妨在睡前喝杯温水，但量不宜多，以免因起夜影响睡眠质量。（戴秀娟）

“光棍节”不想独身一人，那就抓紧机会寻找爱情吧！

“我和秋天有个约会” 鹰城相亲大会

诚邀全城单身寻觅佳缘

活动时间：2019年11月9日至10日(周六、周日)
 活动地点：平顶山日报传媒集团后一楼会议大厅和大院
 主办单位：平顶山日报传媒集团

现场接受报名，请单身人士携带身份证，大专以上学历者需提供毕业证，离异或丧偶者提供相关证件。

咨询电话：4940520、13592179403

