

营造安全放心消费环境

消费旺,经济兴。今年《政府工作报告》提出,强化消费者权益保护,营造安全放心消费环境。刚刚过去的“3·15”消费者权益日,相关媒体报道了我国在消费环境建设方面仍然存在的一些问题。更有此前曝光的羽绒制品以“丝”代“绒”乱象,损害了消费者权益,破坏了行业生态;还有某些景区把棉花当作雪花营造“降雪”氛围,剥夺了游客的知情权等,伤害了消费者感情。

为破除消费者反映突出的痛点难点问题,前不久,市场监管总局等部门联合印发《优化消费环境三年行动方案(2025—2027年)》。该方案围绕消费供给提质、消费秩序优化、消费维权提效、消费环境共治、消费环境引领五方面内容,提出“提升实物消费质量”“强化消费者权益司法保护”等19条具体举措,有助于系统治理产品质量不高、市场秩序失范、维权效能不足等问题,提升消费便利度、舒适度、满意度。

优化消费环境是提振消费信心、激发经济活力的重要举措,对推动经济高质量发展、保障高品质生活具有重要意义。近年来,我国高度重视消费环境建设。出台电子商务法,规范电商行为,维护市场秩序;公布《关于完善促进消费体制机制进一步激发居民消费潜力的若干意见》,将“创建安全放心的消费环境”作为重要内容;制定消费者权益保护法实施条例,进一步加大消费者合法权益保护力度,建立和完善消费者权益保护共同治理体系……一系列政策落地显效,消费环境不断优化,市场活力持续涌动。统计调查显示,2024年,我国社会消费品零售总额达48.8万亿元,比上年增长3.5%,规模稳居全球市场前列,为稳定经济发展基本盘贡献了重要力量。

优化消费环境是一项全局性、系统性工程。建设诚信、公平、便捷、安全的消费环境,需要政府、企业、社会、消费

者多方努力。政府方面,需要加强顶层设计,强化部门协同。完善以消费者权益保护法及其实施条例为核心的法律体系,及时修订规章文件,健全部门协同、信息共享、联合执法、行刑衔接等机制。坚持以问题为导向,精准监管执法,特别是要围绕群众关切的米面油、肉蛋奶等重点领域加强监管。运用AI、大数据、区块链溯源等技术,加强监管技术支撑体系建设,通过科技赋能更好维护消费者权益。

企业方面,始终坚持客户至上、诚信经营,提供优质商品和服务。客户至上是企业生存的根本,诚信守法是企业发展的基石。坚持树立正确价值观和道德观,建立健全严格的产品质量管理体系,确保产品每个环节都符合质量标准和要求。进一步加大产品研发投入,引入新技术和工艺,改进产品设计,提升产品质量,促进消费升级,努力做到增品种、提品质、创品牌,创造更多消费场景,满足消费者对高品质产品的需求。

社会方面,注重加强行业自律,发挥舆论监督作用。注重提高消协组织社会影响力和公信力,加强行业协会商会行业自律,发起放心消费倡议,发挥“放心消费单位”引领作用,推动行业诚信经营、规范发展、品质升级。鼓励群众依法举报侵害消费者权益的违法行为,加大媒体曝光力度。围绕消费领域热点、难点问题,及时发布提示警示,加强消费知识宣传,营造良好消费氛围。

消费者也要树立健康消费理念,依法维护自身权益。倡导文明、健康、绿色的消费理念和消费方式;增强维权能力,依法维护自身合法权益,共同构建良好消费环境。

优化消费环境绝非一日之功。在各方携手努力下,我国消费环境将不断优化,释放更充足消费潜力,为经济高质量发展添动力。

经济日报

为全职妈离婚获经济补偿鼓掌

据天津卫视、天津《今晚报》报道,今年2月天津市河西区人民法院审结了张女士与王先生的离婚案,法院在判决准予离婚的同时,王先生向张女士支付家务补偿款2万元。此案在网民中引起热烈反响。

张女士与王先生于2009年结婚,婚后育有一子。随着时间的推移,两人因琐事矛盾渐生。于2021年开始分居,孩子跟随张女士生活。今年2月,这段婚姻走向终结,但因“家务补偿款”问题,双方对簿公堂。原告张女士称,她婚前有工作,因双方老人无法照看孩子,产后无奈辞去工作,全职在家照顾孩子,要求男方支付家务劳动补偿。王先生的代理人称,张女士自孩子出生后一直居家,却未尽照顾家庭和孩子,家庭生活费用多由王先生承担。因此被告王先生虽然

同意离婚,却认为张女士婚后无固定工作收入,自己外出工作对家庭生活贡献更大,拒绝支付家务补偿。对此,张女士予以反驳。她向法院出示证据,表明从孩子上幼儿园时起,日常买菜、看病,以及孩子上小学后参加学校活动等,均由自己一手操办,一直承担着照顾孩子的责任。

法院经审理认为,张女士与王先生符合法律规定准予离婚。同时,结合张女士提供的相关证据,能够证明她在抚养孩子方面担负了较多义务,承担大量家务劳动,有权请求经济补偿。根据《中华人民共和国民法典》第一千零八十六条规定,夫妻一方因抚育子女、照顾老人、协助另一方工作等,离婚时有权向另一方请求补偿,另一方应当给予补偿。法院最终判决王先生向张女士支付离婚家务补偿款两万元。

殷修武

还吃？国家喊你来减肥啦

“像你这么大的肚子,是我们主要的目标。”全国两会期间,国家传染病医学中心(上海)主任张文宏委员对记者说,“我们三年行动计划,主要目标是体重减下来,控制住慢性病。”

这番大实话可谓“戳心戳肺”,让不少网友也绷不住了,纷纷表示“我也是针对目标”。

张文宏说的行动计划,指的是国家卫健委牵头十多个部门联合启动的“体重管理年”行动,旨在普及健康生活方式,加强慢性病防治,计划为期3年。

减肥嘛,白天谈、夜里馋,何至于惊动“国家喊话”?其实,减肥还真非小事。一方面涉及人数众多,另一方面超重肥胖危害健康,不仅阻碍提升人均预期寿命,还会加剧社会经济和医疗负担,乃至降低劳动力参与率。

那么,把体重管理提到国家高度,究竟能解决人们的哪些痛点?

首先,减肥教程试了一个又一个,身上的肉该长还长的,是不是你?

“轻断食”“碳循环”“8+16”等减肥方法风靡网络,“极速掉秤”“10天瘦7斤”的吸睛标题像是噱头。要知道,不科学的减肥方式不但容易反弹,还可能损伤身体,得不偿失。

别急,国家懂你。这不,手把手教你科学减重的权威教程来了——

国家卫健委发布《体重管理指导原则(2024年版)》,附录中的减肥餐示例食谱不仅标明了总能量,还充分照顾到大江南北不同地区居民的胃。东北篇春季食谱有“铁锅炖鱼”“菜包饭”,西北篇则换成了“臊子面”“油泼面”。网友积极开麦表示“我可太需要了”“从明天起坚决执行”。

需注意,“管住嘴”比“迈开腿”更要紧。张文宏说了:“跑几公里都抵不上你那一口又甜又油、高糖的东西。”俗话说减肥三分靠练、七分靠吃,正是这个道理。

北京青年报



春寒渐退 清粥小菜话养生

大地回春,暖意暗涌,此时通过调配饮食,可以达到疏肝健脾和胃、养心补肾清肺的养生功效。今天,就给大家介绍适合这一时节的一菜、一粥、一茶。

春笋火腿汤

春笋剥皮,水洗干净切片,火腿切片。春笋焯水后放入砂锅,放入火腿,加水,中火烧开,小火慢炖半小时,调味出锅。

笋在古代有“蔬中第一珍”的美誉。竹笋长出土面前称为“冬笋”,出土后叫“春笋”。冬笋吸收了冬天的阴气,有滋阴功效;春笋接受阳光照射,有升发作用,可“利九窍、通血脉、化痰涎、消食胀”。春笋味道清淡鲜嫩,营养丰富。含有充足的水分、丰富的植物蛋白以及维生素、矿物质、纤维素。可促进肠道蠕动,助消化、防便秘。

此菜可开胃健脾,增强食欲,宽胸利膈、通肠排便,尤宜于春季肝郁脾虚、肝胃不和、消化不良者食用。

山药薏米百合大枣粥

山药90克,薏米30克,百合30克,大枣15枚,适量大米。

山药洗净,去皮切块,薏米、百合、大枣、大米淘洗干净,浸泡半小时。食材入锅加入适量水,大火煮15分钟,小火熬煮约60分钟。粥煮好后,根据口味适量加冰糖食用。

此粥山药性平,味甘,入肺、脾、肾经,可益气养阴、补肺脾肾、健脾养胃;薏米性凉,味甘淡,入脾、胃、肺经,可利水渗湿、健脾止泻;百合性微寒味甘,入心、肺、肾经,可养阴润肺、清肺热,止咳化痰、养心阴、清心热、宁心安神、养胃阴、清胃热;大枣性温,味甘,归心、脾、胃经,可补中益气、养血安神、养心补肺、保护胃气。诸物合用具有补益心肺脾胃之功。在此时节,饮用此粥,可调和阴阳,令五脏平和。

百合玫瑰花茶

百合5克,玫瑰花3克。开水冲泡,

代茶饮用。每日3—5杯。

此茶百合性微寒味甘,可养润肺肺、清心安神,清胃热;玫瑰花性温味甘微苦,可疏肝解郁、活血止痛、醒脾和胃。二者合用代茶饮,可行气解郁,滋阴清热,既有助于肝气抒发,又可滋阴清脏腑热,防阳气太过上火。

此季节过敏性鼻炎多发,以百合养阴润肺,以防水火刑金,有助于改善过敏性鼻炎、咳嗽变异性哮喘的发

生。如此时节雨水多,湿气重,可加茯苓、陈皮健脾化湿,以防肝郁脾虚湿困。

少酸多甘 清补五脏

早春三月,气温变化较大,时有“倒春寒”,应注意保暖,尤其是老年人,穿着上以“春捂”为主,以合“春夏养阳”之道。日常生活宜早睡早起,劳逸有度,心平气和,戒躁戒怒。

在此时节药食养生应调和五味,少酸多甘,调和阴阳,清补五脏。以

顺应阳气升发,助益脾气,令五脏平和。

宜食糯米、黑米、山药、红枣、桂圆、栗子等甘味食物,有助于疏肝健脾和胃。宜食春笋、芹菜、菠菜、韭菜、萝卜、油菜等富含植物蛋白质、维生素的清淡食物,有助于新陈代谢,促进肠胃蠕动。宜喝汤粥,有助于滋肾阴,潜肝阳,清心火,去肺热,避免肝气升发过度。

体重门诊到底能干啥

生活水平提升,吃得多、运动得少,加之学业压力大,不少儿童青少年面临肥胖问题。肥胖的儿童青少年更容易患糖尿病等慢性病,还会增加骨骼和关节负担,对心理健康也可能产生不利影响。

如何帮助孩子科学减重? 柳鹏介绍,全面检查身体后,计算出能量摄入值,采用适合的减重膳食模式,配合生活方式制定个性化减重方案;通过定期复诊监测减重进度、指标变化情况,及时了解遇到的问题和困难。

“我们的目标不仅是降低体重,还要实现‘体重管理+慢性病管理’双重达标,通过综合干预实现相关指标的全面改善。”中国科学技术大学附属第一医院(安徽省立医院)(以下简称“中国科大附一院”)党委书记刘连新教授说,中国科大附一院与省内基层医院紧密合作,借助远程会诊、技术培训和资源共享,将体重管理服务下沉至基层。

涉及哪些学科

根据中国科大附一院2024年度健康管理中心体检数据,约有22%的受检者存在超重问题,其中不少人患有糖尿病、高血压等慢性病风险。因此,体重门诊往往需要多学科协同。

近日,57岁的安徽合肥市民李先生来到中国科大附一院体重多学科门诊门诊复查。李先生之前体重超标,还有高血压、血脂紊乱和血尿酸升高等问题。经过半年多健康管理,体重下降13公斤,BMI降至正常范围,血压稳定并停用降压药物,胆固醇、甘油三酯及肌酐指标均恢复正常。

医生给出的个性化减重方案包括饮食、运动、药物和心理干预。“我们整合资源,组建了由健康管理中心、甲状腺疾病管理中心、老年医学科、内分泌科、临床营养科等多学科专家组成的诊疗团队,为超重、肥胖人群尤其是伴有代谢性疾病和心脑血管疾病的慢性病患者,提供综合性体重管理服务。”刘连新说。

厦门大学附属第一医院内分泌糖尿病科主任医师刘长勤也表示,减重过程中,体重容易反弹,需要定期随访,由多学科医师和患者共同讨论,调整减重方案。

2019年,厦门大学附属第一医院内分泌糖尿病科设立肥胖专病门诊,联合营养科、中医科、康复科、生殖医学科与妇产科等多学科会诊团队,帮助超重肥胖的育龄期女性改善身体状态。今年1月,该医院体重管理门诊、体重管理多学科联合门诊开诊,由普外科、内分泌糖尿病科、营养科、中医科等学科专家共同参与诊疗。“联合门诊的启用将为就诊者提供专业化、个性化、规范化、精准化的体重管理方案,通过前端预防干预,降低因肥胖引起慢性疾病的患病率。”刘长勤说。

适合哪些人群

除了慢性病患者、儿童青少年中的超重肥胖者,想生育的肥胖女性及追求身材管理的人群也适用于体重门诊。

家住福建厦门的周女士不久后将迎来第二个孩子的1周岁生日。得益于长期体重管理和跟踪,周女士成功减重并实现了做妈妈的心

人民网

最高人民法院发布司法解释——明晰规则破解预付式消费堵点

近日,最高人民法院发布《最高人民法院关于审理预付式消费民事纠纷案件适用法律若干问题的解释》,将于今年5月1日起施行。这一举措旨在解决预付式消费领域堵点问题,通过明晰裁判规则、划定权责红线,更好保护消费者权益,优化消费环境。

预付式消费具有缓解经营资金困难、促进投资和降低消费成本、促进消费的作用。然而,近年来该领域纠纷不断,成为不少消费者的“烦心事”,主要表现为追责主体认定难、退卡难、转卡难、举证难等问题。

针对“卷款跑路”问题,司法解释明确了相关责任和处罚措施。最高法民一庭庭长陈宜芳介绍,司法解释规定,经营者收取预付款后终止营业,既不按照约定兑付商品或者提供服务,又恶意逃避消费者申请退款,构成欺诈的,应当依法承担惩罚性赔偿责任;涉嫌刑事犯罪的,应当将犯罪线索移送公安机关,依法追究刑事责任。

租赁商场场地的经营者收款“跑路”后应找谁担责? 陈宜芳介绍,司法解释明确商场场地出租者对租赁场地经营者资质的形式审查义务和过错责任,解决了租赁商场场地的经营者收款“跑路”后应找谁担责的问题。“适用本条规定时,应当严格依法,避免不当加重商场场地出租者责任。”

司法解释还进一步明确了消费者在特定情况下的合同解除权。例如,在经营者“迁店”给消费者接受商品或者服务造成明显不便,未经消费者同意将合同义务转让给第三人、出售不限消费次数的计时卡却不能正常提供服务等情况下,消费者有权解除合同。此外,消费者因身体健康等自身客观原因致使继续履行合同对其明显不公平的,有权依法解除合同。

为解决消费者与经营者之间的信息不对称问题,司法解释规定,消费者自付款之日起七日内有权请求经营者返还预付款本金。这一规定有利于整治过度劝诱、欺营销行,引导经营者通过提高商品和服务质量来吸引消费者。

在返还预付款规则方面,陈宜芳表示,司法解释区分退费原因和非退费原因导致的退款,并在退款金额计算和利率确定等方面分别作出对经营者和消费者有利的规定。例如,若因经营者原因退款,应按折扣价、合同约定的优惠比例计算已兑付商品或者提供服务的价格,并按照合同成立时一年期贷款市场报价利率计算利息,从而增加应返还消费者的预付款本金和利息。

针对常见的“霸王条款”,如“收款不退、丢卡不补、限制转卡”等,陈宜芳表示,这些条款应依法认定无效。司法解释还规定,若合同格式条款约定的仲裁费用过高,妨碍消费者获得权利救济,则该条款无效。

此外,司法解释还关注了经营者权益的保护。针对实践中存在的消费者滥用权利损害经营者权益的情形,司法解释进一步明确诚实守信,保护经营者权益,持续优化营商环境。最高法民一庭二级高级法官谢勇在回答经济日报记者提问时表示,司法解释从五方面维护诚实守信、加强经营者权益保护,主要包括防范滥用权利的不诚信行为、引导当事人遵守合同、助力降低经营成本、避免不当加重经营主体责任、保护经营者权益等。例如,司法解释明确转卡应遵守诚实信用原则。对于消费者转让计时卡的行为,不应以债权转让的名义让多名消费者行使本应由一名消费者行使的权利。

在认定是否应向经营者返还或折价补偿已赠送的商品或服务时,司法解释规定应综合考虑已经赠送的商品或服务的价值、合同标的金额、履行情况及退款原因等因素。低价值的赠品发挥广告功能,一般无需返还或折价补偿,要防范获得赠品和赠送服务后立即请求退款等不诚信行为。“经营者控制合同文本或者记录消费内容、次数、金额及预付款余额等信息的证据却无正当理由拒绝提交的,可以根据消费者的主张认定争议事实。”最高法民一庭副庭长吴景丽指出,这都有利于解决消费者维权时面临的举证难问题。同时,消费者也要注意在消费合同履行中保留证据。

经济日报