

自动续费应以显著方式提醒消费者

据中国消费者协会微信公众号消息,《中华人民共和国消费者权益保护法实施条例》自2024年7月1日起施行,事关广大人民群众的衣食住行和切身利益,《条例》对社会各界关注的预付式消费、直播带货、“霸王条款”、“大数据杀熟”、自动续费、捆绑销售等新领域新问题作出了规定。

近年来,付费网站或App迅猛发展,许多平台以盈利为目的,只向会员提供内容和服务。随之而来的是,大量用户不得不订阅会员服务,然而自动续费机制却频繁成为消费者不小心就会触发的陷阱。

今年年初,有媒体报道,有消费者花费0.1元在某视频平台开通了7天的VIP会员,后来被自动续费至今年6月,前后扣款近百元。

该消费者称,7天会员到期后,该平台自动续费29元,延长一个季度的会员权益;今年3月13日,该平台又再次自动续费68元。“7天的会员服务到期后,我就没再打开过这个视频软件,无意间查看付款记录才知道自己一直在交钱。”

早在2019年,就有媒体调查显示,50款热门付费

软件中的七成以上,在会员包月、包年服务套餐中,暗藏“自动续费”的消费陷阱。某知名投诉平台上,以“自动续费”为搜索条目的投诉件,从2020年的3万多条,暴增至如今的14.8万条。对此,不少消费者提问,一键就能够开启的自动续费,为何不能一键关闭?

另外,还有许多App故意设置障碍以阻止用户取消订阅自动续费,例如不提供明确的取消操作路径,或者要求用户经历繁琐的步骤才能终止续费。

不过,好消息终于来了!

作为消费者权益保护法的第一部配套行政法规——《消费者权益保护法实施条例》已于7月1日起施行。其中提到,经营者采取自动展期、自动续费等方式提供服务的,应当在消费者接受服务前和自动展期、自动续费等日期前,以显著方式提请消费者注意。

《条例》明确了消费者协会按照消费者权益保护法的规定履行职责,强化了政府部门对消费者协会的支持和保障,并对消费者协会相关职责进行细化和扩充,进一步拓展了消协组织履职手段。

(据中国新闻网)

62天铁路暑运大幕开启

据“中国铁路”微信公众号消息,7月1日,为期62天的2024年全国铁路暑期运输启动。7月1日至8月31日,全国铁路预计发送旅客8.6亿人次,日均发送1387万人次。

今年暑期学生流、旅游流、探亲流等出行需求旺盛,铁路客流将保持高位运行,铁路部门统筹客货运输和防洪安全,精心制定暑期旅客运输工作方案,加大运输能力投放,为旅客平安有序出行和经济平稳运行提供可靠保障。

(文图据新华网)



美最高法院裁定 特朗普享有“一定程度”豁免权



美国联邦最高法院7月1日裁定,前总统特朗普在涉嫌“干预2020年选举”的联邦案件中享有一定程度的刑事起诉豁免权,并指示下级法院重新考虑此案,确定哪些行为是不能被起诉的“公职行为”。

联邦最高法院现有9名大法官,6人为保守派,3人为自由派,保守派中有3人由特朗普在担任总统期间提名。当天9名大法官以6票赞成、3票反对的结果通过这一裁决。代表多数意见的首席大法官约翰·罗伯茨表示,特朗普仅对其作为总统在“公职行为”的职责范围内采取的行动享有豁免权。但最高法院并未界定在此情况下何为“公职行为”,而将这一决定权交给了下级法院。

特朗普:这是重大胜利

特朗普在裁决出炉后在其创建的社交平台“真实社交”上发文说,“这是我国宪法和民主的重大胜利”。

2023年8月,特朗普在美国司法部特别检察官调查中,因涉嫌试图推翻2020年总统选举结果而受到4项刑事指控:密谋欺诈美国、密谋妨碍官方程序、妨碍及试图妨碍官方程序、密谋侵犯他人权利。特朗普在应诉时对4项指控均表示不认罪并寻求上诉,声称总

统享有刑事起诉的绝对豁免权。今年2月,哥伦比亚特区联邦巡回上诉法院裁定,特朗普在“干预2020年选举”案中不享有豁免权,可以被起诉。特朗普随后向最高法院发起上诉。

此前,美国联邦最高法院7月1日裁定,特朗普在涉嫌“干预2020年选举”的联邦案件中享有一定程度的刑事起诉豁免权,并指示下级法院重新考虑此案,确定哪些行为是不能被起诉的“公职行为”。美国联邦最高法院的最新裁定意味着此案的推进还需时日。美国媒体普遍认为,今年11月总统大选前,特朗普不太可能接受审判。

拜登:危险的先例

据多家美国媒体报道,虽然2024年总统选举首场电视辩论让拜登受挫,但美国民主党多名高层人士6月30日发声力挺总统约瑟夫·拜登竞选连任,强调民主党总统候选人只会是拜登,“不会面临换帅”。

对于美国联邦最高法院部分支持美国前总统特朗普的豁免权诉求一事,美国总统拜登7月1日表示,包括总统在内的任何人都不能凌驾于法律之上。拜登批评这一裁决是一个“危险的先例”,意味着总统权力将不被约束。

(据新华网、澎湃新闻)

香港将再迎一对大熊猫

7月1日,在庆祝香港特区成立27周年酒会上,香港特区行政长官李家超宣布,中央政府将再向香港特区赠送一对大熊猫。

李家超表示,衷心感谢中央政府再次向香港特区赠送一对大熊猫,充分显示中央对香港特区的关心和支持。今年是中华人民共和国成立75周年,中央赠送大熊猫予香港特区更是别具意义。特区政府会全力做好迎接大熊猫的准备工作。

“中央过去赠送的两对大熊猫陪伴一代又一代的香港人成长,是大家的集体回忆。即将来临的一对大熊猫,将会成为香港人的亲密‘家人’,带给我们欢笑和喜悦。”李家超说。据悉,特区政府已与国务院港澳办及国家林草局展开对接,商讨大熊猫赴港的安排。

(据新华网)

印度发生踩踏事件 已致122人死亡

当地时间7月2日下午,印度北方邦宗教活动上发生的踩踏事件已致122人死亡。

据悉,参加本次宗教活动的人数超过2万人,伤亡人数恐进一步增加。

(据央视新闻)

乌克兰称 挫败未遂政变

据美国有线电视新闻网网站7月1日报道,乌克兰安全官员1日表示,该国挫败了一起据称旨在推翻政府的阴谋。

报道称,乌克兰国家安全局在“电报”社交平台上发文称,涉嫌发动政变的人员计划于6月30日在基辅引发骚乱,以分散注意力,从而夺取乌克兰议会控制权,并推翻军事和政治领导层。

目前尚不清楚这些被指控人员是否与俄罗斯有联系。

乌克兰国家安全局说,已经确认了4名嫌疑人的身份,其中两人被拘留。如果被判有罪,他们将面临最高10年的监禁。乌克兰国家安全局缴获了武器和弹药,以及“有犯罪行为证据的”手机、电脑和其他物品。

(据参考消息)

应对低生育及老龄化

韩国将新设“人口战略企划部”

据韩国政府部门7月1日消息,为应对逐渐加重的韩国人口老龄化以及低生育趋势,韩国政府决定新设负责人口战略和政策的“人口战略企划部”。

该新政府部门将整合现在由保健福祉部负责的韩国人口政策以及企划财部下属的人口中长期发展战略等职能,未来将负责韩国的人口政策以及中长期战略的制定。根据相关消息,未来韩国负责社会领域的副总理也将由现在的教育部长出任转为新设立的人口战略企划部部长担任。

据悉,韩国政府正加紧推进,7月内将完成相关法案起草并着手开始立法程序。

(据央视新闻)

这五个小癖好只是一时爽 伤害身体却超出你的想象

每个人在生活中都会有一些小癖好,比如嘴唇干燥时,撕下来一块完整的嘴唇;指甲剪得很彻底,完美贴合手指、脚趾的曲线……殊不知,下面这五件事做起来一时爽,实际上,对身体的损伤却远远超出你的想象。

◎指甲剪得光秃秃

把指甲剪到底,完美贴合手指、脚趾的曲线,不但看起来美观,也能拉大下一次剪指甲的间隔。但此举,可能存在一定健康风险。

人的手指和脚趾都包括了甲板与被甲板盖住的软组织,两者相互制衡,如果指甲剪得太过深入,软组织就会毫无忌惮地生长,当指甲再长回来时,两者就会挤在一起,从而形成嵌甲。两者相碰,必有一伤,足够坚硬的指甲会把甲沟孔破,当细菌侵入,红肿化脓,就形成了甲沟炎。

所以,剪指甲时最好不要剪太短,两侧不要太深。

◎经常掏耳朵

每个家庭几乎都常备掏耳勺,有些人还能去采耳,每当看到一大块耳屎被挖出来,别提有多爽了。不过,大多数人其实都不必掏耳朵。

耳屎的学名为耵聍,它并不单纯是耳朵的排泄物,而是耳朵的保卫工,可以保护耳道,阻挡异物,也能维持酸碱平衡,不让细菌滋生。平时,它会随着人体的咀嚼、运动自然脱落。如果长期过度掏耳,则会刺激分泌,让耵聍越来越多。不正确的掏耳姿势和力度,还有可能损伤耳道,甚至捅穿耳膜。

如果确有需求,最好去正规医院。

◎经常用手指抠鼻

鼻屎并非鼻子的排泄物,它的来源是鼻腔黏膜

分泌的黏液,用来湿润鼻子,粘住灰尘以及细胞碎屑。用手指抠鼻,会刺激鼻腔黏膜,令其分泌更多黏液,造成恶性循环。

同时,鼻内的毛细血管非常丰富,稍有不慎就会出血。另外,人的指甲缝往往藏污纳垢,用它来抠鼻,其实是在输送细菌。

此外,一般人的手指远比鼻孔粗,常常探进去,日积月累,鼻孔可能会变大。

如果实在想抠,最好轻柔一些,用柔软的棉签沾上干净的水滚动清洁。

◎小手指甲刷牙

小手指甲的厚度远超过普通人的牙缝,根本清理不干净。但它却很锋利,医生做口腔检查时往往会拿着镜子仔细看,但大多数人自己清理牙缝时都是凭感觉,一不小心,脆弱的牙龈就会被破坏。

想要刷牙,其实有很简单的办法,最好常备冲牙器和牙线,能在呵护牙齿健康的前提下清除大部分残渣。

◎撕嘴唇

起嘴唇可能不只是因为喝水少或缺乏维生素,也可能是因为唇炎。撕掉这层嘴唇,并不能解决问题。

平时若总是频繁撕掉它,还可能带来负面作用。嘴唇皮肤很薄,也分布了很多毛细血管,用手撕扯很容易疼痛或流血。另外,嘴唇上的死皮其实相当于一道防护,反复扯掉这道防护、刺激嘴唇,容易让细菌侵入,长此以往,可能会有口角炎。

正确的做法是,用热毛巾热敷几分钟,待死皮软化,再用柔软的刷子刷去死皮,涂上润唇膏进行保湿呵护。

(据科普中国)

《柳叶刀·精神病学》一项研究称: 坚持锻炼相当于一年多赚17万元



图片来源于网络

坚持锻炼相当于一年多赚17万元!这可不是什么新型骗局的宣传语,而是来自权威医学期刊《柳叶刀·精神病学》刊发的一项研究。

夏日炎炎,如何通过运动获得更多健康收益,今天就为大家一一解析。

◎运动“拉满”情绪价值

刊发在《柳叶刀·精神病学》的这项研究由耶鲁大学团队开展,通过比较坚持运动的人和不运动的人之间自我报告心理健康状况得出,即使每周仅运动1小时,其缓解抑郁的效果也堪称显著。

更令人惊讶的是,坚持运动带给人们积极健康的情绪价值,换算成经济收益,竟相当于一年多赚了17万元人民币。

研究还显示,运动持续的时间在30-60分钟之间与心理健康益处高度相关,其中在45分钟左右达到峰值;如果运动时间超过90分钟,则带来的心理健康益处变小;如果运动时间超过3小时,其带来的心理健康负面影响更大。

所以说,运动时间并非越长越好,45分钟是获得

好心情性价比最高的运动时间。

◎三个项目更适宜

健步走。属于强度适中的运动项目,能提高心肺功能,增加脂肪消耗,有助于减肥。健步走还可以提高大脑功能,改善心理,舒缓压力。

静力拉伸。有助于维持肌肉正常功能,提高肌肉的柔韧性;预防运动损伤;放松身心,缓解疲劳。

八段锦。八段锦以人体脊柱为中心,通过左右对称、前后协调、上下协同的操作技巧,实现运行全身气血、强身健体的养生康复作用。

需要注意的是,上午10时到下午4时是夏季一天中气温较高、紫外线较强的时候。因此,运动最好避开这段时间,可以选择早晨或傍晚。大量研究显示,清晨这段时间心脑血管更容易出问题。因此,对于已经有心血管病的人来说,运动最好避开7-9时这个危险时段。

此外,运动时要选择轻便舒适的运动鞋,防止扭伤。运动前后进行放松拉伸,避免肌肉抽筋。

(据养生中国、健康中国、上海发布等)

蔬菜放冰箱这样才保鲜

生活中,很多人喜欢把蔬菜洗干净后再放进冰箱,认为这样不仅卫生方便,需要时拿出来就能用,还更有利于保鲜。事实上,这种方法并不值得推荐。

如果蔬菜一直放在密封的塑料袋里,腐烂变质的速度更快。尤其是叶类蔬菜,在清洗时组织结构容易遭到破坏,不仅导致水溶性营养素氧化损失,也更容易腐烂变质。其实,带一些湿土更有利于蔬菜的保鲜,保存前,只需去掉已经变色和腐烂的叶子即可。为了不弄脏冷藏室,可以将其装入保鲜袋中。绿叶菜生活活性较高,可以用厨房纸中包裹之后再放入保鲜袋,把袋子扎几个小孔,保证其透气性良好。生菜、卷心菜、紫甘蓝等包叶菜类,应带着最外层的叶子一同放入冰箱,用前再将其撕掉。

此外,存放蔬菜还要注意以下几点。第一,有些种类不适合冷藏。研究发现,西红柿、秋葵、土豆等冷藏久了会发生冷害,既不好吃又坏得快,将它们放在阴凉避光、干燥通风的地方即可。木耳、银耳等干货水分含量极低,常温下储存即可,冰箱内潮湿的环境会导致其吸水,反而更易变质。第二,不同果蔬要分开放。除非是未成熟的蔬菜需要催熟,否则尽量避免蔬菜和苹果、香蕉、柿子、梨等放在一起,这些水果会释放大量乙烯,加速自身和附近果蔬的成熟。用保鲜袋将不同的果蔬分袋保存,还能避免交叉污染和串味。第三,不要贴着冰箱后壁存放。一般来说,冰箱门温度最高,靠近后壁处最冷。如果把蔬菜放在冷藏室后壁附近,温度过低容易引起冷害。绿叶菜比较娇嫩,更易受冻腐烂变质。

蔬菜尽量现吃现买,不要久存。绿叶菜最易萎蔫损失维生素,且室温存放增加亚硝酸盐含量,即使放入冰箱,也最好在3天内吃完。豆角、茄子、胡萝卜等可在阴凉处存3-5天。洋葱、土豆、大白菜等耐储存较好,可在凉爽条件下存放2周以上。

(据《生命时报》)

“凉感面料”能让人凉快吗?

“体感降温、一穿即凉”“触肤即凉,持久凉爽不粘腻”……炎炎夏日,看到这样的服装广告语特别让人心动,凉感面料也因此越卖越俏。时下,不论是T恤、裤子还是防晒衣,不少品牌都推出了凉感面料服装。

专业人士介绍,凉感面料是一种皮肤与之接触时,皮肤表面热量快速流失,温度瞬间下降,从而形成凉爽感觉的面料。凉感面料一般需要通过对纤维原材料改性,或者对面料进行后整理加工,使面料具有迅速扩散体热、加速排汗和降温作用。

如何评判凉感面料是否能让穿着者感到凉快呢?国标GB/T 35263-2017《纺织品 接触瞬间凉感性的检测和评价》有明确的测试方法:在规定的试验环境条件下,将温度高于试样的热检测板与试样接触,测定热检测板温度随时间的变化,并计算其接触凉感系数(q max),由此可表征试样的接触瞬间凉感性能。q max数值越大,表示皮肤感受到的凉感程度越强;数值越小,凉感程度越弱。

除了测试方法,FZ/T 73067-2020《接触凉感针织服装》,以及FZ/T 62042-2020《凉感面料床上用品》,则对凉感面料的产品标准有着明确规定。因此,想要选购到货真价实的凉感面料,消费者要关注商品的吊牌信息,看看标签上是否标注了相关标准。

需要提醒的是,凉感面料是通过添加整理剂,或者在纤维材料中添加了微量的玉石、云母粉末等实现凉感的,如果是添加了整理剂,消费者在选购时可闻一闻气味,如果有刺激性气味最好不要购买。此外,添加了整理剂的凉感面料随着洗涤次数的增多,凉感功能会逐渐减弱。

(据《燕赵老年报》)