

省消费者协会发布双“十一”消费提示 理性消费 安全第一

“双十一”期间，各大平台和商家纷纷通过促销活动、直播带货等方式“狂轰滥炸”，令广大消费者眼花缭乱、难以选择。近日，省消费者协会提醒广大消费者：购物时要保持清醒冷静，不盲目跟风、不贪图便宜，根据自身需要理性消费、及时维权。

网购要谨慎

网购时不轻易登录陌生网站，不点击不明链接，不随意透露身份信息、银行账号、密码、验证码等。不使用第三方支付担保交易，不与卖家私下交易，不轻信、不接受任何直接汇款至个人账户的理由和要求。

直播带货花样多

直播带货作为新兴消费模式，部分直

播商家存在夸大宣传、带货产品质量差、售后困难等情况。建议消费者一是选择资质齐全、知名度高、有保障的电商直播平台，必要时留存直播录像。二是多渠道了解商家主体信息、产品性质等，不盲目相信直播带货。三是不轻信网红效应，不要被直播间的活动氛围所影响，应该从自身需求等方面考虑是否需要购买。

疫情防控不松懈

受国内外疫情影响，消费者在收取快递时一定要做好消杀工作，领取快递时务必做好疫情防控措施。卫健委、疾控中心等部门提醒：对于进口的商品，消费者收货时要做好外包装消杀；对于购买的生鲜产品，外包装如未消毒不要带入室内，接触外包装及生

鲜食品后应及时洗手；食用进口冰鲜、冷冻食品要烧熟煮透。

优惠打折要看清

“双十一”期间，部分商家会在活动前先抬高商品原价再优惠，造成降价幅度较大的假象。面对各式各样的低价宣传，消费者要充分了解商家的促销规则，关注商品价格变化。对于预售商品，下单前要详细了解商家促销规则，避免付定金后出现支付尾款无法享受优惠、规定时间内无法支付尾款、七日无理由退货不兑现、预售定金不予退还等问题。

送货时间要保障

“双十一”期间，商家销售量成倍增

长，送货时间往往得不到保障。消费者要提前了解商家的发货时间，急需的物品最好提前购买。收到商品后应立即检查、核对，发现问题应及时与网站联系，掌握好退换货的时限。

遇到问题要维权

要保留好购物小票、网购订单信息、商家宣传海报、与商家的聊天记录、促销页面截屏等消费证据，一旦发生消费纠纷时有据可查。

按照消费者权益保护法等有关法律规定，经营者如果未在消费者点击购买前告知消费者该商品不适用无理由退货，消费者自收到商品之日起七日内可以退货。

马明

市建设工程质量服务中心 为企业解难题

在“问题楼盘”化解攻坚工作中，市建设工程质量服务中心履职尽责，积极为企业提供专业技术指导和审核服务，解决工程检测中遇到的难题，使开发企业安心、购房群众暖心。

漯河市旭峰置业有限公司开发的旭峰佳苑小区1号楼由于建造年代较远，存在设计变更的问题。因已经投入使用，检测存在较大难度，是“问题楼盘”化解工作中难啃的“硬骨头”。市建设工程质量服务中心了解情况后，第一时间组织中心技术人员赶赴现场，结合

图纸及变更，对该项目结构实体检测方案中的检测依据、项目、检测设备等内容进行审核，并多次开展上门服务，与检测机构一起现场明确检测标准、优化检测方案，使检测中的问题早发现、早解决。该中心通过“问诊把脉”“对症下药”，快速解决了相关技术问题。

据悉，截至目前，市建设工程质量服务中心已对全市327个单位的工程检测方案及检测报告进行审核服务，使近1.5万户居民顺利拿到了房产证。

李林良

挑选墙布有窍门

墙布的颜色很多，消费者在挑选时有哪些窍门？

客厅墙布可根据光线强弱来选择。如果光照不足，墙布最好以浅色系、暖色系为主，像浅黄色、浅橙色。光照充足的情况下，消费者可以选择冷色系或者颜色稍微深一些的墙布，比如淡雅的蓝色、绿色。

卧室是休息的场所，需要营造温馨的氛围。建议消费者选择颜色较深的墙布。如果你

确实喜欢颜色明亮的墙布，最好选择颜色较深的窗帘，用来调节卧室的亮度。

儿童房与普通卧室不同，孩子一般喜欢颜色明快的墙布，但像红色、橙色这样的暖色调可能会让好动的孩子更兴奋。建议选择冷色调墙布。如果房屋大面积铺贴墙布，不要选择艳丽的颜色，这类颜色只适合局部使用。

张素娟

10月份扬尘污染治理工作考核结果通报

为全面提升我市建设工地扬尘污染治理水平、推动我市环境空气质量持续改善、强化扬尘污染治理属地监管责任，依据《城市房屋建筑和市政基础设施工程及道路扬尘污染防治标准》《漯河市扬尘污染防治条例》和《漯河市扬尘治理网格化管理考核办法（修订版）》，市扬尘治理指挥部办公室对2022年10月份各县区扬尘污染治理工作落实情况进行了督导考核。考核结果通报如下：

一、10月份各县区考核排名情况

根据各县区10月份扬尘污染治理标准措施落实情况和各项工作任务完成情况，综合考评排名如下：

- 第一名：郾城区
- 第二名：源汇区
- 第三名：西城区
- 第四名：城乡一体化示范区
- 第五名：经济技术开发区
- 第六名：召陵区

因疫情原因，临颍县、舞阳县不参与本月考核排名。

二、通报突出问题工地

(一) 召陵区荣昌广场项目工地黄土裸露未覆盖，场区内道路扬尘严重。

(二) 召陵区丰树现代物流产业园项目工地大面积砂石等散体物料未覆盖，土石方施工未采取湿法作业，违规使用无牌照非道路移动机械。

(三) 城乡一体化示范区漯河市第一中专二期操场平整工程工地大面积黄土裸露未覆盖，土石方施工未采取湿法作业。

(四) 示范区建业桂园项目工地场区道

路扬尘严重未清扫，黄土裸露未严密覆盖，砂石等散体物料露天堆放未覆盖，露天配置砂浆，露天切割石材无任何抑尘措施。

(五) 西城区鲁明总部港项目工地土石方施工未采取湿法作业，大面积黄土裸露未覆盖。

(六) 经开区阳光臻蓝府项目工地土石方施工未采取湿法作业，黄土裸露未覆盖，场区内道路扬尘严重。

漯河市扬尘污染治理指挥部办公室

扬尘污染防治不力 被约谈

11月8日上午，市扬尘办约谈10月份扬尘污染治理工作考核结果排在最后两名的区扬尘办及问题突出项目相关负责人，督促其按照《漯河市扬尘污染防治条例》相关规定落实扬尘污染防治措施。

被约谈部门、问题突出项目负责人分别就问题产生原因进行了深入剖析，并就下一步的整改措施明确表态，将诚恳接受上级部门的监督指导，确保各项抑尘措施落实到位。

就现阶段扬尘治理工作，市扬尘办要求各单位、各企业认真贯彻落实文件内容和市政攻坚办重污染天气管控要求，做好重点区域、重点时段的扬尘治理工作。相关责任部门必须深刻认识到“管行业必须管环保”；各企业要排查问题并对问题产生的原因认真分析，寻找解决方法，建立常态、长效机制，切实履行各自的主体责任；问题项目企业要立即全面整改，迅速扭转当前局面，整改完成后由属地扬尘办进行验收并写出承诺书，最后由市扬尘办对整改情况进行验收。对于不履行环保职责的企业“零容忍”，市、区扬尘办要随时随地启动联动机制，依法依规进行处罚。责任部门要切实扛起责任，对职责履行不到位的一定要追究责任。各企业要真正做到生产、生活、生态共促进，实现多方共赢。

宁新

用心烧好汤 用心做好事



■本报记者 尹晓玉

11月9日清晨，天刚蒙蒙亮，位于崂山路的王忠圈胡辣汤店内，食客们已经喝上了香气四溢的胡辣汤。自1994年开店至今，28年来，王忠圈不断改进胡辣汤熬制工艺，熬出来的汤香而不腻、辣而不燥，令食客们赞不绝口。伴随着事业的不断发展，王忠圈在烧好一碗汤的同时，扶危济困、捐资助学，用爱心回馈社会。

谈及胡辣汤的制作，王忠圈讲述了“鲜、香、辣、养”四字的秘诀。“高汤、鲜肉、面筋、粉条等食物加上多种中药材，才

能熬制出一碗正宗的胡辣汤。我们每一碗胡辣汤的配料采用的都是新鲜、定制化的食材；对肉类食材的要求极严格，一天需要三只羊，两天需要一头牛。所以，我们用的肉非常新鲜，且每批次都进行检测、备案，尽最大可能杜绝食品安全事故的发生。”

为做到“香”，王忠圈胡辣汤选用牛骨熬汤、鲜肉炖汤，24小时不断火熬制；关于“辣”，王忠圈胡辣汤采用的不是辣椒，而是用草拔、桂皮、凉姜、黑胡椒等中草药科学配比、调和而出的综合辣味。“我们采用中草药等配方，汤中的生姜、花椒、胡椒等调料皆是祛湿驱寒的能手，有健脾开胃的功效。”王忠圈如是说。

土沃根深花开艳，中原美食美名扬。胡辣汤作为中原人的美食名片，承载着漯河人舌尖上的味道，寄托了无数游子的思乡之情。谈及对王忠圈胡辣汤的喜爱，正在就餐的食客们感慨道：“食欲不振时喝上一碗胡辣汤，瞬间感觉胃口大开，浑身都跟着顺畅起来。”“王忠圈胡辣汤鲜味悠长、顺滑绵密、辛辣温暖。”“无论何时，从外地回来，最想吃的就是这碗胡辣汤……”

历时28年，王忠圈带领团队不断创新，以消费者为中心，以市场需求为导向，以匠人精神铸就品质，将一家街头小店做成在漯河家喻户晓、在河南及陕西等周边省都备受喜爱的胡辣汤品牌。在第二届逍遥胡辣汤大赛中，王忠圈胡辣汤荣获一等奖。近年来，王忠圈胡辣汤被河南省餐饮协会评为中原名吃，并获得“漯河老字号”“河南伴手礼”等称号。

河南王忠圈餐饮管理有限公司不仅能熬出好喝的胡辣汤，更是一家有温度的企业。

在企业不断发展壮大的同时，王忠圈带领团队积极投身社会公益事业。

今年9月，王忠圈胡辣汤团队走进郾城区龙城镇敬老院、李集镇敬老院，为老人们送去面包、八宝粥、月饼等食物以及棉服、智能手机、看戏机等物品。近几年来，类似的场景在这个团队中并不少见。

王忠圈在发展事业的同时积极回报社会——培养胡辣汤行业从业人员，帮助他们掌握生存技能、创业圆梦；多次冠名空竹比赛、汽车场地越野赛等体育赛事；同时，积极为环卫工人、消防队员、奋战在疫情防控一线的工作人员、城市生活困难群众以及农村敬老院、乡村小学等单位捐款捐物。

每逢传统节日开展慰问活动已是王忠圈胡辣汤团队的惯例。遇到特殊时刻，王忠圈更是不遗余力贡献自己的力量。去年7月，王忠圈通过市慈善总会为防汛捐款1万元；今年4月，向郾城区红十字会捐胡辣汤料100余箱，医用口罩、喇叭、测温仪等防疫物资价值2500元，向沙北办事处、李集镇政府、顺河街办事处等捐赠防疫物资价值2万元；今年6月，通过市工商联“民企助才”捐款6000元……多年来，王忠圈带领团队先后投入社会公益事业的资金及物资价值60多万元。

用心熬制的胡辣汤、无私奉献的爱心，彰显着王忠圈用心烧好汤的匠人精神和积极投身公益事业的情怀。“顾客所愿，我必念之；顾客所盼，我必行之。未来，我们将一如既往地用心烧好汤、用心做好事！”王忠圈说。



尊敬的购房人：

为了更好地维护您的合法权益，避免商品房买卖纠纷，市住建局提示您在购房前仔细阅读以下提示信息：

一、根据漯河市房地产市场平稳健康发展领导小组办公室文件《漯房稳办(2022)24号文件要求：自2020年6月1日起，市区取得商品房预售许可的项目全部纳入“交房即交(办)证”项目。交房前，房地产开发企业不动产首次登记

必须完成并将全额购房发票和已加盖开发企业公章的转移登记申请表等材料提供给购房人，保证根据购房人意愿随时申请不动产登记。

二、请您认真阅读和了解开发企业在销售现场设置的公示栏、公示牌和公示台中载明的项目信息。

三、请确认您有购买意向的商品房所在楼幢是否取得《商品房预售许可证》；请认真阅读开发企业在销售现场公

示的商品房销控表，看您购买的商品房是否处于可售、抵押可售、现房销售状态。购买前要充分了解所购房屋的性质、土地使用起止年限、是否存在抵押或查封等限制情况。

四、认真查验销售要件是否齐全。房地产开发项目在销售前须取得《国有土地使用证》或《不动产权证书》《建设用地规划许可证》《建设工程规划许可证》《建设工程施工许可证》《商品房预(销)售许可证》。购买预售房源时，应注意《商品房预(销)售许可证》中标明的预售房源信息，不要购买不在预售范围内或已被限制销售的房源。

五、请认真查阅开发企业发布的房地产广告(含简介页、宣传单页等)。广告的内容和销售人员对您购房的承诺，可要求在《商品房买卖合同》附件中明确约定。

六、请认真查阅销售现场公示的所有信息，尤其是商品房项目“不利因素”信息；认真阅读开发企业提供的《商品房买卖合同示范文本》(含附件)格式条款；所签订的《商品房买卖合同》一定是住房和城乡建设部、国家市场监督管理总局(原国家工商行政管理总局)联合制订的2014版网签合同，避免一房多售。

七、房地产开发企业在未取得《商品房预(销)售许可证》前，不得以

部登记、VIP卡等形式，向您收取排号费、诚意金、认筹金、保证金等任何预订性质的费用；一定不要参与开发企业的违规销售行为，以免造成损失。

八、您交房款时一定要核对商品房预售资金监管银行名称，并存入商品房预售资金监管账号；按揭贷款购房的，应要求房地产开发企业和借贷银行将按揭贷款存入商品房预售资金监管账号。

为维护广大购房人的权益，市住建局郑重提醒广大市民，在购房时要增强风险防范意识，一定要认真查验项目的“五证”，特别是预售许可批准的销售范围，对超预售许可范围销售的房屋要坚决抵制，避免上当受骗。也请市民及时关注市住建局官方网站，查询、购买手续合法的楼盘项目。

监督举报电话：
0395—3105309
5616800

本期商品房预售许可

漯河东方今典·境界二期6号楼
开发企业：漯河市今典置地房地产开发有限公司
许可证号：20220089
项目地址：源汇区太白山路东侧、柳江西路北侧

瑜伽的腹式呼吸法

腹式呼吸法是瑜伽的基础呼吸方法，通过加大横膈膜的活动、减少胸腔的运动来完成。练习腹式呼吸法有以下要领：

用鼻子呼吸。吸气时把新鲜空气缓慢吸入肺部，随着吸气的加深，你会感觉到小腹像气球一样慢慢鼓起。

呼气时腹部向内、朝脊椎方向收紧，横膈膜自然升起，把肺内的浊气排出体外。

尽量让呼气的比吸气的长，或者两者用相同时间。

腹式呼吸法的作用。腹式呼吸法通过横膈膜的上下运动来促进血液循环。此外，腹式呼吸法可使腹部的脏器和呼吸节奏的刺激。这种刺激作为一种自我调节信号传至大脑，大脑在接受这些刺激之后便进入一种平和、沉静的状态。

肖墨

