

辞旧迎新除尘忙 保洁预约需趁早

春节日渐临近,不少家庭已经把大扫除提上了日程,家政市场需求明显增大,搬家师傅、保姆最为紧俏,保洁员更是“一员”难求,服务价格也有所上调,不过部分家政公司有推出优惠套餐,受到不少消费者的欢迎。

家政服务市场爆满 保洁员“一员”难求

“近几年都会在春节前聘请专业保洁员,进行年终大扫除,清扫蛛网扬尘,把一年的积秽全部除掉,迎接新的开始。”市民吴先生说。随着生活水平的提高,和吴先生有同样想法的市民越来越多,因此元旦之后家政服务市场逐步进入爆满状态,想要保洁员需要提前预约。吴先生表示,因为担心约不到人,他已提前预约了1月23日的保洁服务。

市区小吖到家家政的工作人员小康表示,他们有保洁、家电清洗、维修安装等家政服务,节前咨询下单的客户较多,基本都需要提前预约,例如保洁服务,新的订单只能排到三天后。

“节前很多人要大扫除,这几天都排满了单。从目前预约的情况看,家政保洁的订单量还会增加,价格也会更贵。”已从事保洁工作多年的周大姐表示,大扫除比日常保洁费工夫,180平方米的房子她一个人就要打扫一天,和同事两人打扫也需要半天才能完成,建议有需求的市民提早预约。

漳州市家庭服务业协会会长叶建平介绍:“缓解家务压力、提高生活品质是消费者选择家政服务的主要原因。近期,搬家师傅、保姆挺热门,有经验、接受过培训的不好找,而保洁员更是紧俏。原本一天250元以内能现约保洁服务,元旦之后一天300元还需要提前多日预约。因此需要保洁服务的消费者,建议提前10天预约。”

保洁服务价格上涨 优惠套餐受欢迎

作为春节前的“刚需”,家政市场供不应求,价格自然水涨船高。市民王女士说:“我们平时工作忙碌,很难

抽时间在家打扫卫生,隔一段时间便要请一次保洁员,去年12月还是1小时40元,元旦后已涨到一小时50元了。”据了解,元旦以后,保洁服务价格出现小幅度上涨,不过部分家政公司推出优惠套餐竞争市场份额,受到不少消费者的欢迎。

记者咨询了多家家政公司,保洁服务内容一般是包括厨房、客厅、卫生间等室内清洁,费用大多按小时计算。不少家政公司在美团、大众点评等线上平台推出了优惠套餐,时间普遍为3-4小时。

“目前3小时套餐价138元、4小时套餐价178元,超时费用为每小时50元,都适合日常保洁。如果买3次卡,价格还能再便宜10多元。预计1月20

日左右价格还会继续上涨。”漳州梦城家一点家政的工作人员表示,如果不是长期未打扫、家有宠物、指定区域加强打扫等情况,一般不会出现服务超时,“线上套餐更优惠,我们的常客大多先从线上平台下单,再预约时间。”

漳州小京星家政在推出2至4小时的日常保洁套餐的同时,还推出了深度保洁套餐。该公司负责人表示,深度保洁相当于年底大扫除,打扫的细节多,价格也更高,3小时209元,4小时279元,超时费为1小时60元。在房间面积上,深度保洁适用的面积也更小,如3小时的日常保洁适用于90平方米以下的房子,而深度保洁则适用于小于50平方米的房子。

■本报记者 林露

选择家政需“二查一签”

并认真检查经营者是否具有合法经营资质,服务制度是否完善等。另外,服务人员上门时,要检查相关证明,包括其身份信息、健康信息,核实职业资格、服务技能以及个人信用记录等。

最后,服务前应尽量签订书面服务合同。不同于购物消费,家政服务常常会因为家政服务人员的行为习惯、技能水平等不符合需求,面临更换人员甚至可能取消服务等情形。所以,消费者在接受家政服务时,务必与

家政公司签订书面合同,尽可能细化条款,明确约定服务时间、地点、内容、价格(节假日服务价格)、违约责任等。如果存在高空作业等风险服务,除需要做好安全防护措施之外,也要关注家政人员的保险情况,防止产生重大损失。尽量不要未签合同就轻易缴纳定金、押金之类的费用或办理金额较大的预付卡,以防家政公司倒闭或改头换面时难以维权。

■本报记者 林露

我市地瓜花木蜜柚获评全国“2021年快递服务现代农业金牌项目”

本报讯(记者 林露 通讯员 陈宝娟 文/供图)近日,为进一步发挥快递服务现代农业项目示范引领作用,国家邮政局发出通知,授予100个项目为“2021年快递服务现代农业金牌项目”。其中,我市地瓜、花木、蜜柚再次获评“2021年快递服务现代农业金牌项目”,且均位居前列。

蜜柚是继2018年和2020年之后,第三次获评“快递服务现代农业金牌项目”。

蜜柚是我市平和县的“拳头”产品,平和蜜柚远近驰名。

近年来,平和县政府通过推进快递物流共配中心建设、不断优化政策环境等方式,扶持物流快递体系建设,助力推动电子商务与快递业协同发展。截至目前,“村村通”工程的县、乡、村三级物流网络已建成,共有193个网点,其中共配网点有115个,村淘网点78个。物流快递的用车成本、人工成本大大降低,服务

水平显著提升,实现了全县当天到达的配送能力。

持续扩大的农产品网络销售市场不仅吸引了各寄递企业积极参与,更推动寄递企业不断改进服务模式,从传统的“农户+淘宝电商平台+快递配送”模式逐步向“农户+快递自有销售平台+快递配送”运作模式演变。各邮政快递企业把末端网点设在蜜柚收购大棚,提供蜜柚项目上门服务。京东、邮政、顺丰等企业利用自有销售平台选择商品质量和资质过关的农户进驻协助销售,通过自身经营快递品牌进行配送。此种模式在增加寄递企业收入的同时,还提升了寄递企业与农户的融合度。德邦快递利用自身大件快递寄递优势,精准定位9-30公斤段大件快递市场,填补当地大件运输空白。

据悉,2020年10月至2021年9月底,我市平和蜜柚完成寄递1343万件,支撑农产品产值达2.7亿元。



平和蜜柚第三次获评“快递服务现代农业金牌项目”

号称“放松神器”的筋膜枪，你使用过吗？

随着中国体育用品消费市场的兴起,众多新型用品进入到消费者的视野,其中,筋膜枪便是颇受追捧的一款,不仅健身达人、明星网红在用,在普通上班族、广场舞阿姨中也十分流行,被奉为“放松神器”,哪里疼痛打哪里。许多商家也顺势给筋膜枪贴上“放松肌肉、缓解疲劳”“减肥塑形、燃烧脂肪”等标签,宣传其为健身中的“黑科技”。

那么,筋膜枪会是“智商税”吗?任何人都可以使用它吗?快来听听健身教练和医生是怎么说的。

筋膜枪因方便携带功能多样 受到消费者欢迎

近日,记者走访市场及浏览网售平台了解到,筋膜枪售价从几十元到上千元不等。在淘宝、京东等电商平台上,华为、康佳等品牌的筋膜枪,月销量达到上万件。许多商家宣称筋膜枪能帮助消费者解决肌肉僵硬、颈椎劳损、腰酸背痛、身体肥胖等问

题。同时,为了丰富筋膜枪的使用场景,商家们将筋膜枪做到了手掌大小,重量少于500克,便于消费者随身携带。

健身教练庄先生表示,从使用方法来说,消费者购买的筋膜枪一般配有球型头、平型头、圆锥头、U型头等按摩头。球型头一般用于手臂、臀部、腿部等大肌肉群;平型头用于腰背平型肌肉群;圆锥头用于冲击深层组织,如经络、关节等;U型头用于颈部与跟腱处。由于球型头和平型头一般用于大肌肉群,因此是消费者使用频率较高的两款按摩头;而圆锥头与U型头肌肉按摩的针对性强,需要一定的知识基础,使用频率也就低一些。

筋膜枪须使用合理 才能起到放松肌肉作用

筋膜枪是近几年炙手可热的健身器具,不仅在健身房、马拉松赛场等中高强度的运动场景,甚至在许多普通家庭中,也能看见筋膜枪的“身影”。

小贴士

哪里疼痛就打哪里？这些部位别用

枪的作用力较强,一般情况下,遵从循序渐进的原则。第一次使用在同一个位置,时长不要超过1分钟,随着次数的增加,时长可以慢慢增加至3分钟,一次连续使用时长应保持在20分钟以内。如果筋膜枪在同一个部位作用久了,不仅没有缓解肌肉疲劳或疼痛的作用,反而会对肌肉和血管造成较大刺激。

市民刘小姐常年在市区一家健身房上私教课,从健身房里体验了筋膜枪的“强大功能”,于是在去年“双11”期间,刘小姐也购买了一把在家中自用。

有人喜欢,也有人有疑虑,市民小张就是其中之一,他就担心,购买筋膜枪会不会是上“智商税”。

“了解筋膜枪前,我们要先了解筋膜。我们身上的每块肌肉都由筋膜包裹。筋膜的存在,使肌肉能有序的方向上收缩,达到较好的功能状态。过度或者不当的运动方式会使肌肉充血紧张,其筋膜被肌肉撑开,局部组织张力变大,从而产生酸痛效应。”漳州市中医院骨伤康复科主任林映欣表示,筋膜枪通过高频振动放松身体的软组织,正确使用才能起到减少局部组织张力、减轻局部粘连、恢复筋膜弹性、促进血液循环等作用,从而缓解疼痛、缓解肌肉疲劳、加快组织修复。

筋膜枪能减肥？

现在,不少人将筋膜枪视作“放

松神器”,哪里酸痛打哪里,还称它可以“减肥塑形、燃烧脂肪”等。有网友说,用筋膜枪舒缓小腿肌肉,可以明显看到肌肉被放松,同时腿围缩小了。那么,筋膜枪按摩真的可以减肥塑形吗?答案可能要让你失望了。

“筋膜枪在放松肌肉时会给人一种瘦身的错觉。”林映欣表示,筋膜枪等器械无法代替人的主动运动。这是因为人体遵循能量守恒定律,吃进肚子的食物作为热量储存在身体里,消耗这部分热量,才能达到减肥塑形的目的。筋膜枪在用户运动后只能帮助其恢复组织结构、减轻筋膜肿胀,并无法消耗人体的热量,自然达不到减肥效果。如果消费者想减肥,应该采用科学合理的方式,例如控制热量的摄入、加强运动锻炼等。

关于这个方面,国家体育总局的专家也曾设计了两组简易对照试验进一步证明了这种观点,首先对两名志愿者的双侧小腿围度进行测量,第一名志愿者做有氧运动半小时后,对其右小腿进行3分钟的筋膜枪按摩,第二名志愿者不做任何运动,同样时间后,对其右腿进行3分钟筋膜枪按摩。结果显示,两腿均没有发生围度上的变化,没有达到预期的减肥效果。

■本报记者 林露

要确定自己的心理价位,不同价位的筋膜枪使用的电机、材质有所不同。例如,200元、300元的筋膜枪一般是用塑料件,其原件可能在1年后出现为题;500元以上,可能买到质量比较好的筋膜枪,枪内配备金属件,因此更耐用。其次,在确定的心理价位范围内,优先选择知名品牌、销量高、振动频率能达到每分钟2000-3000次的产品。另外,如果在几把不同筋膜枪之间做对比,可优先选择声音小、振动的振幅偏差小的产品。

■本报记者 林露



价格之窗

漳州市发改委 联办

采价日期:1月10日9:00-11:00

计量单位:元/500克

品名	新华都	大润发	沃尔玛	延通市场	北桥市场	东岳市场
绿豆	5.58	7.80	5.98	6.00	8.00	7.00
猪精瘦肉	13.58	17.80	18.8	20.00	20.00	18.00
带皮后腿肉	8.98	14.20	9.9	15.00	13.00	13.00
排骨	28.98	30.30	33.8	33.00	33.00	32.00
牛腱子肉	46.98	65.80	/	54.00	53.00	53.00
牛腩	46.8	52.80	/	50.00	48.00	50.00
白条鸡	10.98	11.60	/	55.00	12.00	13.00
鸡场蛋	6.58	5.45	7.5	6.50	6.00	6.00
鸭蛋	6.11	5.90	8.9	7.00	7.00	7.00
冻带鱼	19.98	23.80	/	20.00	22.00	20.00
草鱼	6.98	12.80	8.9	12.00	10.00	10.00
白鲫鱼	19.98	19.80	/	13.00	14.00	12.00
芹菜	5.98	5.18	9.78	7.00	5.00	6.00
黄瓜	2.13	5.80	2.19	3.00	3.00	3.00
萝卜	0.4	1.19	0.68	2.50	2.50	2.00
茄子	2.98	3.98	5.98	5.00	5.00	5.00
大白菜	1.1	1.58	1	2.50	2.50	2.50
上海青	1.98	2.78	4.58	3.50	3.50	3.00
空心菜	2.98	5.38	5.98	4.00	4.50	4.00
西红柿	3.07	3.68	5.98	5.00	6.00	5.50
胡萝卜	2.91	1.38	2.39	3.00	3.00	3.00
花菜	1.62	2.78	5.98	3.00	3.00	3.00
油菜	2.98	3.68	4.98	3.50	3.50	3.50
富士苹果	4.98	4.98	7.98	7.00	6.50	6.50
鸭梨	3.58	4.58	3.98	5.00	5.00	4.50

(漳州市发改委提供)

备注:以上信息仅供参考。更多市场行情请登录“漳州菜篮子” <http://www.zzclz.com>

省专项抽查结果出炉 这些漳州生产的一次性塑料餐饮具检测合格

本报讯(记者 林露)近期,依据《中华人民共和国产品质量法》,福建省市场监督管理局组织对一次性塑料餐饮具开展产品质量省级监督抽查,抽查产品主要为日常生活中人们接触的一次性塑料杯、打包盒、一次性手套、一次性汤勺等一次性塑料餐饮具,共抽查150家生产企业生产的150批次产品,合格率为100%。

据介绍,本次抽查依据GB4806.7-2016《食品安全国家标准 食品接触用塑料材料及制品》、GB 14934-2016《食品安全国家标准 消毒餐(饮)具》的要求,对感官要求、总迁移量、高锰酸钾消耗量、重金属等项目进行了检验。

涉及漳州生产的产品有26批次,分别为长泰椿兴五金塑料制品有限公司生产的一次性食品用PP托盘(批号2021-09-21)、长泰滋乐力包装材料有限公司生产的食品接触用一次性塑料盖(PS)(批号2021-10-21)、漳州郭鑫环保科技有限公司生产的食品包装用一次性塑

料碗(PS)(批号2021-07-16)、漳州绿塑新材料有限公司生产的食品级塑料杯(批号2021-10-23)、漳州双枫容器科技有限公司生产的食品包装用一次性杯(PP)(批号2021-09-20)、漳州新迪新材料科技有限公司生产的PLA可降解环保吸管(批号2021-10-20)等。

福建省市场监督管理局提醒,消费者在购买时可通过看标识、闻气味等辨别合格产品。

看标识时认准QS标志或“食品用”字样。所购产品一般都贴有产品合格证,印有生产厂家的企业名称、地址和电话,并标明了产品的主要成分、性能和适用的温度范围,有的还明确标出产品保质期,值得提醒的是,密胺餐具和保鲜膜要注意是否有“禁止放入微波炉加热”的警示。

选购一次性塑料餐饮具时,可通过闻气味鉴别产品的质量,对于劣质塑料杯子,靠近就能闻见刺鼻的劣质塑料味或者胶皮味,说明这个杯子质量很差,尽量不要购买。

国家四部门: 不得利用算法对消费者实施 不合理价格差别待遇

本报讯(记者 林露)近日,国家互联网信息办公室、工业和信息化部、公安部、国家市场监督管理总局等四部门联合发布《互联网信息服务算法推荐管理规定》(下称《规定》),自2022年3月1日起施行。

《规定》提出,算法推荐服务提供者向消费者销售商品或者提供服务的,应当保护消费者公平交易的权利,不得根据消费者的偏好、交易习惯等特征,利用算法在交易价格等交易条件上实施不合理的差别待遇等违法行为。

业内人士表示,所谓根据消费者偏好、交易习惯“在交易价格等交易条件上实施不合理的差别待遇”,实际上就是消费者常说的“大数据杀熟”。例如,同一段路程,打车软件对两部手机的报价不一样,旅行App和网购平台“看人下菜碟”,为老顾客提供高价商品等,消费者被差别

对待,越是熟客越吃亏。

特别是,互联网平台掌握用户信息,可以根据算法对消费者“画像”,并提供有差别的定价和服务,实施隐蔽而精准的杀熟。消费者则处于弱势地位,既不了解商家的定价策略,也无法知晓商家针对不同地区购物者的定价差别。且市场环境瞬息万变,商品价格随时变动,甚至每天都会出现几次涨跌,消费者很难识破杀熟行为。

大数据杀熟有违商业伦理,透支消费者信任,属于变相价格歧视,还可能侵犯消费者的知情权、自主选择权和公平交易权。《规定》要求,算法推荐服务提供者应当向用户提供不针对其个人特征的选项,或者向用户提供便捷的关闭算法推荐服务的选项。用户选择关闭算法推荐服务的,算法推荐服务提供者应当立即停止提供相关服务。