

教育培训投诉近期渐多，市消保委发布消费提示——

莫被暑期教育辅导“套牢”

本报讯（记者 薛慧卿）暑期开始，各类教育培训机构趁机“吆喝”推出各种各样的教育辅导课程，市消费者权益保护委员会受理的教育培训投诉近期也逐渐多了起来。对此，市消保委日前发布消费提示——消费者莫被暑期教育辅导“套牢”。

据统计，去年7至8月，市消保委受理教育培训类投诉23件；今年6月至今已发生6起，投诉量开始增多。从投诉反映的情况看，一些教育

培训机构往往在预收钱款后，要么拖延开课，要么随意更换师资，更有甚者“关门溜之大吉”。因此，市消保委提醒消费者切勿盲目轻信教育培训机构的宣传承诺而冲动消费。

案例1 为了让女儿高考考出佳绩，顾先生年初花了1.8万元为女儿购买了一份某教育辅导中心的数学高考辅导课，参加后发觉培训质量与其宣传的“名师”、“精品”差距甚远。直至高考结束，仍有6节课

由于机构未妥善安排而没有开课。

【点评】一些教育培训机构利用家长迫切希望提高孩子成绩的心理，突出“特聘专家”、“特级教师”等教学师资，而实际情况则与宣传相差较大。消费者报名之前应尽量核实教育培训机构资质、了解其教学情况与口碑，随堂试听课程等环节不可或缺。同时，签署合同时须详细约定培训内容、师资情况、收费标准、课程设置等内容。

案例2 姚女士投诉称，她在某青少年教育中心为孩子报了暑期英语课程，对方在推介课程时声称“不满意可无条件退费”。上课3周后，姚女士感到课程不适合提出了退课请求。培训方却表示可以退款，但需扣除1700元手续费，而办理退款更是遥遥无期。

【点评】参加教育培训后，消费者经常碰到广告宣传的“无条件退费”、“全额退费”实则需扣除一定手

续费、退款程序拖沓等问题。对此，消费者签好培训协议后要索取正规发票，注意收集和保存教育培训机构发放的招生简章、广告宣传单等有关资料。

案例3 高女士今年4月为女儿报名参加一年期的“平面美术”课程，价格5220元。第一次课程后感到与当初试听课程差距较大，于是提出退款。对方却以合同上写明“上课后退款只能退一半”为由只同意退一半的钱款，高女士感到很不合理。

【点评】一些培训机构在合同中隐藏陷阱，消费者应关注合同中是否加入“学员报名交费后，不办理退费手续”或“扣除相关学杂费后退还部分款项”等不公平格式条款，一旦发现应据理力争，要求培训机构方予以修改。

盛夏心血管患者“护心”刻不容缓

专家建议饮食清淡并坚持服用药物

近日，南京一所医院的消化科医生在家中洗手间不幸猝死，上海的一名年轻男子在网吧通宵上网后不省人事无奈离去……炎炎夏日“揪人心”，仁济医院南院老年科执行主任、主任医师刘建平教授指出，现在是一年中潮湿闷热的盛夏，可能诱发或加重高血压、冠心病、房颤、风湿性心脏病等多种疾病，在各大医院内科、心内科接诊的患者中，心血管病发作者普遍增多，盛夏“护心”刻不容缓。

应对“酷热”饮食清淡

刘建平教授介绍说：“夏季的气温升高、气压降低，导致机体容易感到闷热，心肌耗氧量、血液粘稠度均增加，冠心病患者就会出现心肌缺血的症状，伴有胸闷、气短、心绞痛，严重的甚至会发生心肌梗塞、心力衰竭而导致死亡。”

炎炎夏日如何“护心”呢？刘建

平教授认为，应该从饮食、运动、药物、治疗等各方面加以调理。首先是日常饮食，应多吃容易消化、清淡的食物，少食多餐，七八分饱为宜；适当的选择消暑祛湿食品，如薏仁、百合、绿豆、冬瓜等。适当使用瓜果和梨可以消除暑气，但水果宜在饭后一小时左右食用。食用西瓜时不宜冷冻太久，避免过分贪凉冷饮。忌吃生冷、油腻及辛辣刺激的食物，以免助湿伤脾，引起食欲不振、胸闷气短。

巧用家电“防暑除湿”

合理地使用家用电器，也是度过夏日酷暑的一大利器。目前市面上有许多家电带有除湿降温功能，

将空气湿度保持在50%-60%，有效地带走湿气，减缓闷热感，另外可以利用风扇加速空气的流通。

刘建平提醒道：“闷热、潮湿和高温有利于细菌病毒孳生，如果开空调时间过长，紧闭门窗，白领人群和老人、孩子等抵抗力低下的人群容易得“空调病”，从而着凉发烧。”因此专家建议，最好选择傍晚，等暑气过去时，开开窗，透透气，使室内空气更加清新宜人。

在炎炎夏日，心血管患者应避免剧烈的体育活动，避免过度出汗，运动后注意适当补充水分。适当午睡，避免熬夜通宵，合理地调整生活及工作节奏，防止过度疲劳。

加强监测切忌随意停药

对心血管病患者而言，要安稳地度过夏季，免除疾病的困扰，还应注意应加强血压和心率监测，坚持服用药物，切忌随意停药。

刘建平建议，除正规服用常用的药物外，还可选用山楂、乌梅、决明子泡茶，麝香保心丸、藿香正气丸等中成药来预防和减轻心绞痛的发作，另外还可以服用增加心肌能量供给的药物。

如发生心绞痛，患者应备一些必要的心绞痛急救药物，如硝酸甘油或者速效救心丸之类的药物，立即舌下含服，一般症状在5分钟之

内缓解，争取更充分的救治时间。如果服药后病情仍旧不能明显缓解，应该及时去医院就诊，完善心电图、心肌酶谱等各项检查，对可能发生变化的心血管疾病做到早发现、早治疗。

最近气温迅速升高，食物中的细菌和真菌容易孳生，易诱发呼吸道、消化道传染病。不仅如此，空气中湿度增高，含氧量降低，容易导致缺氧，心脑血管患者常常会感到胸闷、气短、头晕，严重时会发生急性心肌梗死和脑血栓。心血管患者需警惕身体发出的种种“警报信息”，才能安然度过夏日。

本报记者 金恒

革命老区留守儿童今晨抵沪参观交流

本报讯（记者 金旻矣）今天清晨，45名江西留守儿童在教师陪同下抵达上海，开始为期5天的“江西留守儿童看上海”活动。本次活动由上海市精神文明建设委员会办公室、共青团上海市委、新民晚报社等联合开展，旨在为革命老区、对口支援地区、贫困地区的留守儿童提供关爱。

今天清晨6时起，来自井冈山、永丰、峡江、万安四地的留守儿童分三批乘火车抵沪，随后被送往位于松江余山的希望工程教师（上海）培训基地内休息。今后几天内，孩子们将参观东方明珠、中华艺术宫、观摩月亮船（原世博会沙特馆）、上海世博会纪念馆、外滩、南京路步行街等上海知名场馆和地标，并与上海的孩子进行互动交流。



首批井冈山留守儿童今晨到达铁路上海南站 本报记者 楼文彪 摄

崇明开假渔品现场会 销毁伪劣“三救”产品

本报讯（记者 朱全弟）为了保证渔民出海打渔安全，上海市水产办、上海渔港监督局（上海渔业船舶检验局）与崇明县农委日前在崇明陈家镇举行2013年上海市假冒伪劣渔用“三救”产品现场会。活动通过宣传展板图文并茂地介绍救生衣、救生筏等安全设备使用方法，展示和推荐安全船用产品，并讲解真伪辨别的窍门。随后对两年来查处部分假冒伪劣渔用产品救生圈105个、救生衣48件、救生浮6个、灭火器49只进行了现场销毁。

社区“五线谱”民情工作法启动

五类党员干部合力联系走访居民

本报讯（记者 江跃中 通讯员 陈黛卿）“群众对美好生活的期待是我们的第一追求！”近日，闸北区临汾社区（街道）党工委创建的社区“五线谱”民情工作法启动，来自机关、辖区单位、职能场所、物业公司和居委会等5条线的党员干部等，在启动现场庄严宣誓，并携带《五线谱走访联系手册》，深入基层、走访联系群众，帮助居民排忧解难，以实际行动将党的群众路线教育实践活动，落实到居民群众的贴心处。

临汾社区（街道）党工委聚焦居民“最直接、最关心、最现实”的问题，班子成员经常性走访联系居民家庭，结对帮扶了一批困难大学生家庭，定期送上温暖和关心。还制定了

19个居民区“一改善”实施方案，推进13个小区“清洁家园”实事项目，帮助基层解决了一批困扰居民多年的老大难问题，得到群众的好评。

街道党工委创建的“五线谱”民情工作法，要求5条线的党员干部等确保每周至少走访居民区一次，一年走访家庭不少于30户，并严格做到“五个一”：每次走访填写一份《“五线谱”走访记录单》、每月填写一份《“五线谱”走访每月问题纪要》、每季度填写一份《“五线谱”走访季度情况表》、每年对“五线谱”走访情况进行一次分析小结、重大事项填写一张《诉求处理意见表》，于2个工作日内交于“五线谱民情工作室”。

国家发明专利号ZL200410070380.2

白癩风一抹就灵

遮盖白癩风 还您好心情

专业针对白癩风的遮盖液—盖百霖，引入海洋生物技术，运用优良工艺提取植物精华加工而成的，盖百霖富含活肤成分，维生素E，深海螺旋藻、天然色素等用于白癩风及浅色皮肤引起的白癩风的遮盖，用盖百霖轻松一抹，完全遮盖多年的白斑，手上、脸上也没有不舒服的感觉，细细一看，好像自己换了一层新皮肤，盖百霖的效果改变了白癩风患者的精神面貌。让白癩风患者更加轻松自信，还您一个充满自信笑容的崭新自我。

盖百霖特点：
一、美观：颜色与个人肤色完全融合。
二、耐水：不怕水洗、流汗不掉；
三、耐磨：手擦不掉，保留牢固；



3代盖百霖在2代的基础上增加了修饰液，更人性化
2支描笔粗细不同，不浪费，携带方便。

双节大赠送 买1送1
数量有限 送完即止
只限电话订购

服务热线 021-26079000

全市免费送货，货到付款，零风险
上海经销地址：第一医药商店二楼（南京东路）盈谷专卖（人民广场武胜路479号）全芝坊（周家嘴路358号）第五医药商店（四川北路1305号）长舜药房（延长中路455号）浦东：思源药房（东方医院南大门）宝山：通力药房