本期热评 >>

老 穆

摘掉各种“生鲜灯” 货真价实“拎得清”

为规范全市生鲜食用农产品销售领域照明设施使用行为，营造安心放心的农产品消费环境，本月1日至20日，市市场监管局开展“生鲜灯”专项整治行动，对尚未落实相关要求或整改不到位的经营主体，将责令整改并给予警告，拒不改正的处5000元以上3万元以下罚款。(《大同晚报》12月8日)

为保障百姓舌尖上的安全，市场监管总局发布的《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》已于12月1日起正式实施。《办法》明确，“销售生鲜食用农产品，不得使用对食用农产品的真实色泽等感官性状造成明显改变的照明等设施误导消费者对商品的感官认知”。这意味着，“生鲜灯”要从食品市场全部“摘”下来。

“生鲜灯”，顾名思义就是通过调整光照颜色让食品看起来更“新鲜”，用以提高商品卖相，从而刺激消费者的购买欲。

“生意好不好，卖相很重要”“不好看，谁会买”“好生意都用‘生鲜灯’”……电商平台上，类似的广告语随处可见，“生鲜灯”销量也十分可观，食品经营者对“生鲜灯”的追逐可见一斑。

笔者上网搜索发现，“生鲜灯”竟然细分到各种类别：红灯搭配冷白光用于鲜肉类，红光搭配暖白光用于熟食、快餐店，绿光搭配正白光用于绿色蔬菜区，冷白光用于海鲜……除了颜色配置，为了增强“美颜”效果，安装位置和布局也有颇多讲究。

然而，绝大多数消费者对此浑然不觉，常被带进“美颜陷阱”。

“在市场上看着很新鲜的肉菜，回家咋就变样了？”不少人发出这样的感慨。人们“苦生鲜灯久矣”，因为其干扰了自己的判断而误导了自己的选择。

“生鲜灯”滥用给市场管理提出一个新课题：随着科学技术的日新月异，危害食品安全的方式方法和经营使假的手段也在“升级”，监管要紧跟社会变化，完善制度，创新举措，覆盖食品安全领域的“死角”和“盲区”，让百姓消费更放心。

正因如此，市场监管总局发布了《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》，并已正式施行。至此，蒙蔽消费者眼睛的“生鲜灯”将被悉数“掐灭”。

真心希望广大食品经营者秉持诚信、守法遵规，将“生鲜灯”撤去，还市场真材实料，让顾客明白消费。其实，商家既要算好生意账，更要留住消费者的心，旁门左道只会一时得利，诚信经营才是长久之计。

有了国家规定这一“尚方宝剑”，广大消费者更有底气抵制商家的“美颜套路”。要勇于监督、举报依然高挂的“生鲜灯”，敢于揭发不按要求整改的经营者，合力打击各种制假售假的不法行为，共同维护公正透明的市场环境。

有感而发 >>

魏冬妮

抵制不良营销 护航未成年人健康成长

为进一步净化我市社会文化环境，保护青少年身心健康，市文旅局将整治校园周边文化市场作为日常工作的重点，多次开展集中整治行动，确保校园及周边文化市场安全。(《大同晚报》12月9日)

整治行动重点清查中小学校园周边的图书、报刊、音像制品店及少儿文化用品销售点，检查其是否取得出版物经营许可证，是否销售非法出版物等，并加大对校园周边网吧、KTV的监督力度，重点检查是否违规设立网吧、歌舞厅、游戏厅，是否接纳未成年人，未成年人禁入标志是否张贴在明显位置等。

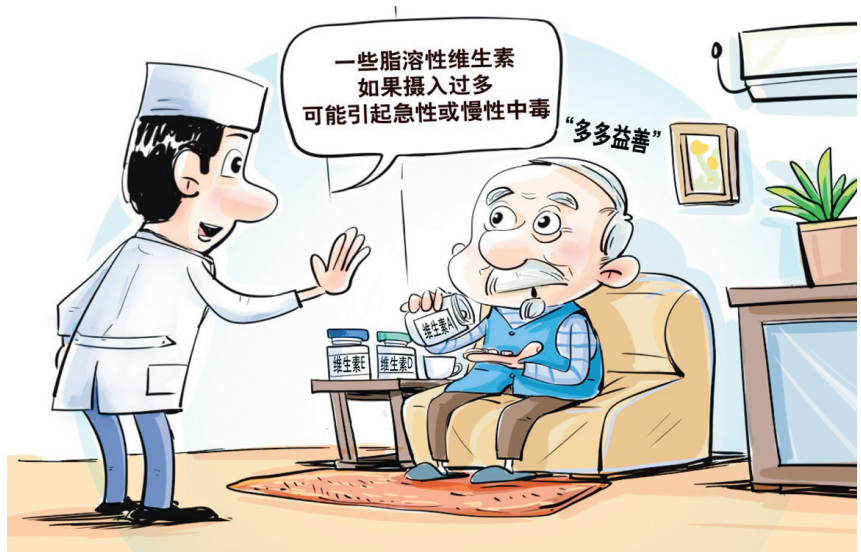
为切实保护青少年健康成长，近年来，各部门从多方面入手，织密制度防护网，加大监管力度，对净化校园周边文化环境起到了积极作用。然而，近段时间，一些新型的营销方式和经营手段，对青少年健康成长产生了不利影响，如在一些书店、文具店推出的图书盲盒、文具盲盒，令不少青少年沉迷其中。一些青少年购买大量非必要的图书和文具，只为买到盲盒中的隐藏款；一些高价联名款的文具，在学生之间掀起一阵攀比之风。

为青少年营造良好成长环境是全社会的共同责任。未成年人正处在三观养成的关键时期，往往缺乏足够的辨识力，且好奇心强、喜欢模仿，如果缺乏正确引导，很容易被误导，影响身心健康、学业和社会交往。企业和商户盈利绝不能毫无底线地瞄准未成年人的钱包，挖空心思在营销上打擦边球，这需要相关部门积极配合、通力合作，将有关举措落到实处；家长作为孩子的监护人，需要时刻提高警惕，遵守相关法律法规，以身作则，自觉抵制各类“污染源”，养成文明健康的生活方式。

幽默一刀

王 鹏/画 穆 亮/诗

维生素“多补”是误区



冬季户外活动少
日照时间也降低
这对健康有影响
体内容易缺维D
人们往往这样做
日常服用补充剂
专家为此作提醒
多多益善是误区
进补过量有风险
不可盲目去摄取
应从饮食上入手
方式方法要适宜

冬季户外活动和光照时间减少，人体容易出现维生素D缺乏的现象。不少人会选择日常服用维生素补充剂。

维生素该怎么补？是否补得越多越好？北京大学第三医院临床营养科副主任医师王琛表示，要避免陷入“多多益善”的误区。

大部分维生素无法由人体合成，需要从食物中摄取。常见的维生素分为脂溶性维生素和水溶性维生素两大类，前者包括维生素A、D、E、K等，后者常见的有维生素C和B族维生素。

一些脂溶性维生素如果摄入过多，可能引起急性或慢性中毒。例如长期大量摄入维生素A和D可能会出现肝脏不适，还可能产生乏力、骨痛、精神差等症状。维生素D补充过多还容易引起血钙升高，甚至部分器官钙化。

一些水溶性维生素补充过多也会造成身体不适，例如维C摄入过多可造成腹泻，如果超过500毫克/天，有增加肾结石的风险。

专家提醒，补充维生素应从日常饮食入手，但要讲究方式方法。

食物精加工过程会造成维B1大量流失，建议淘米时不要过度淘洗，通常洗一次即可，这样能保留更多的B族维生素。

烹饪方式也会影响维生素含量，建议蔬菜先洗后切，减少维生素流失。烹饪时间过长也会导致维生素流失，推荐急火快炒，不要长时间炖煮。

有话直说 >>

守 一

“包治百病”的保健会所，为何总在野蛮生长？

13000元的“神器”能治愈糖尿病、渐冻症？据媒体调查，一个叫丽福健的多功能锻炼器，靠着疯狂洗脑，向会员灌输“包治百病”的疗效，在20多个省份畅销。受骗的多是中老年女性，可即便这些受骗者的子女出面揭穿，仍然无法动摇有些会员对所谓“神器”的信任。

近年来，类似收割中老年人的“神器”骗局屡见不鲜，套路也大抵相似。这些产品的线下体验馆通常打着关爱中老年人健康的旗号，善于营造温馨善意的氛围，推销员服务体贴周到，先在情感上拉拢，再灌输各种治病的神奇案例，动摇中老年人的心智，等到他们情感和理智都沦陷的时候，收割也就开始了。

丽福健基本也遵循这样的套路，而且做得更加用心——把忽悠会员去加盟店体验，洗脑成“行善”；线下店的墙上甚至还挂着，“我们这里不治病”的标语，以应对可能的监管行动；另外定价策略以及带着传销色彩的分级返利政策，也做得相当精细。可以说，这是一套非常“成熟”“有杀伤力”的体系。可这样的体系越完善、越有欺骗性，对社会的危害就越大。

查询公开报道可知，自从2015年以来，全国至少有20余家丽福健门店因虚假宣传遭处罚，多起案例甚至被明确列为“打击整治养老诈骗的典型案例”。其核心产品，所谓“包治百病”的锻炼器，在监管层面也早有定性，非但不属于医疗器械，甚至连保健产品都算不上。这样一个一般性的电子产品，至今还能被当作“治病神器”，用来忽悠全国各地的中老年人，只能感慨骗子的胆大妄为和监管持续缺位的尴尬。

一个很简单的事实是，尽管丽福健门店挂着“我们这里不治病”的标语，但这不过是掩耳盗铃，只要监管人员花点心思暗访一下，不难发现这些门店违法违规推销的证据。考虑到该品牌劣迹斑斑，各地监管部门本应该在日常执法中对其重点“关照”，只要监管主动作为，该品牌也就不可能做到如今的规模。

监管事实上不给力的原因，可能是“民不举官不究”，受骗者如果自己心甘情愿买“神器”，不去找监管部门维权，有些地方的监管也就睁一只眼闭一只眼。对这种情况，一方面只能寄望于中老年人的子女多在家庭内部做好科普，一旦发现情况不对，就积极维权，推动监管作为；另一方面，还是应该呼吁监管部门守土有责，不该放任区域内这种招摇撞骗模式的横行，这不仅侵害无辜消费者，也会恶化市场环境，抹黑地方形象。

考虑到一些中老年人和社会脱节的现实，以及他们自身辨别能力差的情况，要其子女时刻保持警惕，和别有用心的骗子争夺父母的信任，其实也不容易。归根到底，监管部门的执法才是最有效的科普，只要在监管层面把好关，就可以免除很多家庭的烦恼。从整个社会的层面看，监管发力不仅更有效率，也是其职责所在。

据光明网