

今天早知道

广西三月三与五一假期接踵而至

桂林市场监管发布温馨提示护航双节消费

本报讯（记者张苑 通讯员马琼）广西三月三与五一假期接踵而至，民俗活动与出游高峰叠加，消费市场将迎来一波热潮。为保障广大消费者度过一个安全、放心、愉快的假期，桂林市市场监管部门结合当前消费热点与投诉热点，发布双节消费提示，助力消费者安全愉快过节。

提示一：旅游出行警惕低价陷阱，把好合约关口

面对花样百出的旅游宣传，消费者别被“0元游”“超低价购物团”等噱头迷惑。选择旅行社时，记得通过国家企业信用信息公示系统等渠道，核验营业执照、旅行社业务经营许可证等合法资质，远离无证经营的旅行社。签订旅游合同时务必细致，行程安排、食宿标准、交通方式、自费项目等关键信息要写清晰，杜绝模糊条款埋下隐患。

此外，在景区消费要牢记“先问价、再消费”，提防“天价特产”“高价写真”等价格刺客；对周边“低价民俗体验”“套餐推销”保持警惕，主动抵制强制消费、虚假宣传。

提示二：住宿预订提前锁定房源，避开涨价套路

长假期间，酒店民宿预订需求大增，价格波动频繁。消费者尽量提前通过正规平台预订住宿，仔细查看酒店的评分、评价以及其他消费者的反馈，了解酒店的真实情况。预订时，要确认订单的有效性及退改政策，避免到店无房或临时加价，优先选择支持“无理由退订”的平台，并留存订单凭证。

提示三：餐饮消费守住舌尖安全，践行光盘新风

节日期间，聚餐活动增多，餐饮消费热度攀升。外出就餐时，消费者应挑选证照齐全、环境整洁、管理有序的餐饮场所，优先选择实施“明厨亮灶”的餐厅。点餐前，要明确菜品价格、收费标准与计价单位是否合理，结账时仔细核对消费明细。用餐时，留意食物有无变质、是否熟透，谨慎食用生食海产品、冷荤凉菜、野生菌等食物。按需点餐，剩菜打包，践行光盘行动。

网络订餐时，尽量选资质全、信誉佳的平台和商家，优先考虑配送距离近、证照公示全的商家。收到餐食，第一时间检查包装完整性、无破损污染，以及食材新鲜度，确认食品与订单一致且无异味、霉变、异物，切勿久放后食用。

提示四：理性选购民俗好物 乐享特色风情

广西三月三期间，广西各地民俗活动和特色商品丰富多彩。在购买壮锦、铜鼓、绣球等特色商品时，要选择正规渠道、选择证照齐全的商家，细看商品质量和价格，并索要发票留存凭证；在品尝五色糯米饭、艾草糍粑等传统美食时，选择卫生条件好的商家，注意食品的保质期及储存条件。此外，市民及游客参与节庆活动时，要尊重和传承民族文化，遵守现场管理规定，共同营造安全和谐的节日氛围。

此外，还需要温馨提醒的是，消费者要养成向商家索取并妥善保管发票、小票、电子交易码等有效凭证的习惯。当与商家发生消费纠纷无法协商解决时，可拨打12345或12315热线或通过全国12315平台、公众号、小程序等进行投诉举报，依法维护自身合法权益。

打卡地

灵川九屋凤仙花迎来盛花期

本报讯（记者刘琪 通讯员谢琴琴）近日，灵川县九屋镇油塘村委官桥村甘棠江畔，成片凤仙花竞相绽放，既扮靓了甘棠江沿岸，更吸引不少游客前来赏花打卡，尽享乡村生态美景。

走进官桥村，甘棠江岸边30余亩凤仙花次第盛放，粉色、紫色、白色相间的花海绵延不绝，与清澈江水、青翠树木相映成趣，勾勒出一幅灵动鲜活的乡村生态画卷。阳光下花影摇曳、暗香浮动，不少游客趁着晴好天气前来漫步赏花、拍照打卡，沉浸式感受乡村美景的惬意与治愈。

据了解，甘棠江幸福河湖建设项目以甘棠江为主轴、青狮潭水库为支点，治理范围涵盖干流66公里及支流约10公里，重点推进河湖系统治理、管护能力提升和流域融合发展三大任务。官桥村河畔种植的凤仙花，是甘棠江九屋段生态护堤的重要组成部分。当地以花护堤、以景促游，既加固了河岸生态防护体系、改善了流域生态环境，又打造了乡村网红打卡点，带动休闲旅游持续升温，成功将生态效益转化为发展优势，为九屋镇乡村振兴增添了一抹亮丽底色。

感兴趣的市民可选择自驾或骑行前往。如何在这片浪漫花海中拍出氛围感大片？摄影爱好者申先生建议：首选



市民游客在凤仙花海中打卡拍照。 通讯员谢琴琴 摄

白色系穿搭，如白裙、白衬衫，能在粉紫色花海中凸显温柔，清新通透；浅蓝、浅绿等冷调浅色可与林间绿意自然呼应，营造治愈森感；鹅黄、米杏等暖调浅色则能与花海形成柔和撞色，明媚灵动。需注意避免穿着深紫、深粉等与花色相近的衣物，以免被花海“淹没”，也要避开高饱和撞色，以保持林间静谧雅致的氛围。

快讯

七星区环卫站 为环卫工人送健康

本报讯（记者周子琪 通讯员谢琳琳）日前，七星区环卫站特邀桂林市中医院“桂耳医”研习社团队，联合开展中医健康公益行暨主题党日活动，为现场环卫工人送上专业、贴心的中医耳穴健康服务，守护一线劳动者的身心健康。

活动聚焦环卫工人长期户外作业、高强度劳动易引发的肩颈腰劳损、失眠、耳鸣等常见症状，精心设置了三大特色环节，贴合环卫工人的健康需求。活动现场，中医志愿者们有序开展耳穴义诊服务，通过精准定位耳穴、专业按压调理，为环卫工人缓解身体不适，并解答职业病预防疑问。志愿者们还手把手教学家庭摸耳九式操、清头亮眼、自我降气、颈肩八式等实用保健动作，帮助工人在工作间隙缓解疲劳，同时科普五大广谱穴的定位与功效，提升自我保健能力。

实用新闻

晴好模式落幕

我市今日起将迎来中到大雨、局部暴雨过程

本报讯（记者刘琪 通讯员阳薇）“三月三”假期期间，我市天气持续晴好，暖意融融，不少市民趁着这难得的好天气走出家门，尽享春日暖阳带来的惬意与舒适。今日是“三月三”假期最后一天，我市天气将迎来明显转折，晴好模式正式落幕。记者从市气象部门获悉，受强对流天气影响，今日起至22日，我市将出现一次持续性中到大雨、局部暴雨天气过程，期间大概率伴有短时雷暴大风、冰雹等强对流天气，市民出行需提高警惕，格外注意防范。

气象部门预计，本周我市总降雨量将达到50至170毫米，较常年同期明显偏多，气温则维持在正常至

偏低水平，体感会较假期期间明显转凉。具体预报如下：

4月20日：中雨、局部大雨到暴雨，并可能伴有短时雷暴大风、冰雹等强对流天气，南风1~2级，气温21℃~26℃。

4月21日：中到大雨、局部暴雨过程，并可能伴有短时雷暴大风、冰雹等强对流天气，北风1~2级，气温18℃~22℃。

4月22日，中到大雨、局部暴雨过程，并可能伴有短时雷暴大风、冰雹等强对流天气，北风1~2级，气温15℃~20℃。

4月23-24日，阴天转多云，北风1~2级，气

温15℃~25℃。

气象部门提醒，当前我市天气转折剧烈，气温起伏较大，市民需及时增减衣物，谨防感冒发生。同时，当前我市已正式进入强对流天气多发、频发期，需重点防范短时雷暴大风、冰雹对户外活动、交通运输、农业生产、临时搭建物等的不利影响；注意防范强降雨可能引发的中小河流洪水、城市积涝、山洪、泥石流、滑坡等灾害，遇积水路段切勿冒险通行；降雨期间道路湿滑、能见度下降，市民驾车出行请减速慢行，保持安全车距。