

网购大潮里，老年人异军突起

子女提醒:贪便宜囤货也需适可而止

“同品种的苹果明明家门口水果店就有的卖,我妈非要网购,说便宜划算,拿到快递后发现果子质量参差不齐,缺斤少两,一买又是一整箱。”

“我妈空下来就喜欢打开拼多多APP,有时候工作忙到热火朝天,打开微信突然发现我妈发了10来条链接,问我这个好不好那个好不好,还让我帮她赶快下单,说在‘秒杀’。”

“要吃甘蔗,去水果店买不香吗?为什么大老远买个甘蔗回来,不知道好差也就算了,关键还要自己费那么大力气,拿着菜刀一节节砍了后才能吃。”

“我爸有次和我展示了他买的桌角保护套,说才花了1块钱还包邮,但那玩意儿我就见了一次,后来在家里就再也未见过。”

“双11”买的快递还没收全,网民们又迫不及待开启“双12”模式。如今的网购潮流里,老年人异军突起。上了岁数的父母开始迷上网购,买起东西来相当顺溜。子女们不解,买回家的东西明明质量堪忧,但仍阻挡不了父母购物的欲望,关于父母爱上网购后种种不理智的消费行为,子女们吐槽声一片。有老年人认为,网购过程带来了不少乐趣,重在参与。记者为此进行探访。

彭阿姨是拼多多的忠实粉丝。“拼多多上的东西非常齐全,而且价格又很低,还包邮。”彭阿姨如是评

价。彭阿姨介绍,自己在该平台购入的都是一些中老年服饰、日用品以及来自全国各地的土特产。“我妈买的那些衣服质量真不好,图片看到的是一种,买回来的实物又是另外一种,有时候二、三十块钱买的衣服退换货也很麻烦,就算方便邮费也贵,很多发货地是广州一带。不过,她买的那些农特产品还可以。”彭阿姨的女儿向记者透露。令自己欣慰的是,母亲现在只会在该平台上购买一些农特产品。“可是,就算农特产品便宜、质量好,我妈她一买就是一箱,最后吃不掉都烂掉。”彭阿姨的女儿十分无奈。

赵阿姨是个“网购达人”,其购物的平台仅限淘宝和京东。赵阿姨告诉记者,自己平日里在京东主要购买一些食品,比如玉米、牛奶、红枣以及家人早餐食用的一些冷冻食品等。服饰、护肤品、洗护用品、家居用品等大多数商品还是会选择在淘宝购入。“淘宝上可供选择的,价格也比实体店便宜,快递送过来还方便。”赵阿姨认为网购的利处多于实体店。

“我妈平日爱网购,买了不少东西,快递到了按理会放在小区快递箱,但我发现快递员总是上门。连续几次以后,我发现快递员上门原来是因为我妈要退货。”赵阿姨的女儿向记者透露。“我是有正当退货

理由的,拿到手后的货物和商家描述的不符合。”赵阿姨为自己辩解。她向记者透露,“双11”期间,自己网购了一副“羊绒”手套,拿到手后发现做工竟是棉布料,她果断选择了退货。“但那个手套的价位一看就知道不可能是羊绒的。”赵阿姨的女儿立刻接话。

李阿姨会在网购平台上用自己的一套标准仔细挑选商品。“我只会在淘宝、天猫有认证的商铺买一些日用品,比如水果、鸡蛋、油盐酱醋,还有一些零食地方特产。”李阿姨介绍说自己买东西之前也会看很多评价,顾客好评多的自己才会购入。李阿姨与记者分享了一段自己在拼多多上的购物体验:“我在那个平台就买过一次精品大蒜,拿到手后发现就是一个破纸盒,里面的大蒜发黄发软,蒜头里还包小蒜头,最后全被我弃置了。”

李阿姨的儿子告诉记者,自己不反对父母网购,他觉得老两口心里都有数,对网购金额也有把控,不用太担心,而且退休在家的父母的确也在网购中找到不少乐趣。“有时候他们在网上买的东西比店里贵多了,同样的橙子家门口水果店卖得比网上便宜,他们非要在网上买,说网上买的是农户直接发货送到家的,比店里更新鲜,但我真没觉得。”李阿姨的儿子坦言。

本报记者严春花

市卫健委公布最新全国疫情风险等级提醒

晚报讯 7日,记者从南通市卫健委获悉,江苏省疾控中心于7日将最新的全国各县区疫情风险等级予以通报,现提醒广大人民群众予以注意。

12月7日零时,全国有1个高风险地区(涉及内蒙古呼伦贝尔市),7个中风险地区(涉及上海市浦东新区和内蒙古呼伦贝尔市)。

其中,高风险地区包括:内蒙古呼伦贝尔市(1:满洲里市东山街

道;中风险地区包括:上海市浦东新区(1:祝桥镇航城七路450弄小区;内蒙古呼伦贝尔市(6:扎赉诺尔区第三街道、第四街道、第五街道,满洲里市北区街道、南区街道、兴华街道。

12月7日零时更新情况:上海市浦东新区祝桥镇新生小区和张江镇顺和路126弄小区由中风险降低为低风险。

境外(除澳门为低风险外)仍全部为高风险地区。 记者李波

老年人锻炼身体应如何掌握运动时间和强度



晚报讯 读者庄淑英致电本报新闻热线咨询:最近参加了街道组织的国民体质测试,发现平日锻炼的老年人普遍体质较好,自己有了加强锻炼的想法。请问老年人每周应该运动多久,强度需要多大?

南通市体育科学研究所副研究所下保应对此问题做了解答。“老年人经常锻炼身体,有助于预防跌倒,可以预防骨骼健康和肌肉功能的下降。”下保应说,老年人的运动时间和强度一定适应自身体力。上月,世界卫生组织发布了最新的《关于身体活动和久坐行为指南》,其中针对65

岁以上的老年人提供了有关身体活动和久坐行为的具体建议。

下保应介绍说,这些建议主要包括:所有老年人都应定期进行身体活动;每周进行至少150~300分钟的中等强度有氧运动;每周进行至少2天的中等或较高强度的肌肉力量训练;每周进行至少3天的以强调平衡能力和力量训练为主的多种中高强度身体活动;每周进行300分钟以上的中等强度有氧运动;限制静坐少动的行为。

“最后有三点需要提醒老年朋友。”下保应说,一是,任何身体活动都是有益的;二是,患有慢性疾病的老年人,训练前最好有专业人员指导,进行运动机能评估,然后制定个性化的训练方案,在此基础上循序渐进,逐渐增加频率、强度和持续时间;三是,在身体情况允许的范围内,尽可能地进行身体活动,并根据健康水平来调整身体活动水平。 记者王全立

畅游书的「海洋」



冬日来临,通城气温降低。12月6日恰逢周末,不少市民来到市图书馆认真读书,温暖舒适的阅读环境与寒冷天气形成了鲜明对比。近年来,我市不断推进“书香南通”建设,着力提升公共文化服务效能,不断满足人民群众精神文化生活新需求。

记者黄哲

更俗剧院

最新演出信息
动画片《宝可梦:超梦的逆袭进化》
动画片《疯狂原始人2》
陈立农、李现主演《赤狐书生》
米拉·乔沃维奇主演《怪物猎人》
王千源、吴彦祖主演《除暴》
章若楠、孙晨竣主演《如果声音不记得》
12月29日19:30——2021南通新年音乐会
2021年1月2日19:30——原创中国杂技版《胡桃夹子》
扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。
更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>
售票热线:85512832 服务监督:85528668

《江海晚报》二手房广告

——花钱少,效果好,为您带来无限商机
广告投放热线:68218965

天苑中介

文峰路15号文峰桥北首 15862825879
二附启秀双学区房,白家园纯底屋 建62m² 毛坯 250.8万
东起家巷(三中学区房)4/4楼 上39下93m²+南车库30m²房子比较新 精装 248万
绿墅湾15电梯 140m²复式 实际面积可达180m²毛坯 236.8万各付
城中二中学学区房,文峰花苑3/6楼 建65m²精装 230万
三中空学位,北苑小区 三室一厅 101m² 4/5中装 车库15m² 219万 满五唯一
家和花苑5车库 建120m²+15m²车库 中装 192.8万
三中学区房北郭北村2/6楼 建66m² 中装 两家人合用车库 150万

久和中介

莘园路市级机关第二幼儿园东侧 85113759 15051270211
郭里园 121m² 4/6 3-2 中装 208万
光明花苑 110.7m² 2/6 3-2-1 精装双阳台 空学位 212万净
陈家小园 60m² 4/6 2-1 简装 92万
城港新村 60m² 5/6 2-1 简装 83.8万净
景瑞御府别墅边户 184m² 四层 675万净
中海碧林湾 129.6m² 2/电 毛坯 有车位 218.8万
濠西园 4/6 123m² 3-2 车9m² 179.8万

家乐中介

物价大楼一楼北侧(钟楼广场东侧) 18912270383 13057019586
北濠桥新村(实小学区房)5/6 2/1 60.5m² MBRK 装潢 119.8万
德民花苑 1/车 3/2/2 129m²+21m²(车库) 装潢 222万
景瑞桥新村 5楼中楼 2-1/3-2 135m²+90m²+车库10m² 精装 226万
时代悦城 9/电 3/2 115m²+4位 精装 位置佳 296万
保利香槟国际 31/电 3/2 137m²车位1个 美式经典装修 330万(净)
城市之光 14/18/4/2/2 142m² 装潢 338万(净)
健康公寓(二附启秀学区) 4/6 3/2 139.52m²+16.28m²(车库) 装潢 490万
名都广场(二附启秀学区) 11/电 4/2/2 175m² 精装潢 480万

银河中介

城港路濠东小苑在港60米北园新村3幢16号店面房 13862968413 15950810928
北郭北村纯底楼 2室半 76m² 中档装潢学区房 173万
红星天铂 6/18层 3室2厅精装125m²位置好 299万
绿墅湾 11/电 3室2厅141m²纯毛坯东首房 230万
中海碧林湾 5/电 3室2厅2卫129m²纯毛坯 238万
东升花园 4/6层 3室120m²精装车库13m²学区房 295万
文峰北苑 5/6层 3室南L 厅121m²精装车库12m² 358万
天山花苑 10/电 2室2厅98m²纯毛坯车库10m² 169.8万
濠西园 1/车库 3室南L厅 135m²精装南车库28m² 245万

梦路中介

城南小学对面 15962750368 15950810021
银花苑3/车 3-L 127m² 车9m² 中等装修 城中三中空学位 368万
光明东村5/6 2-1 69m² 中装 启秀空学位 138.8万
光明东村6/7 2-1 58m² 精装 启秀空学位 120万
方大花苑2/6 3-1 89m² 精装 大平台 全天阳光 168万
城南新村4/车 2-1 75m² 车7m² 精装 145.8万
裕丰大厦X/电 3-1 123m² 南北通透 精装 328万
段家坝小园3/6 3-1 85m² 简装 138.8万
裕丰大厦X/电 3-2 156m² 装修 358.8万

天安中介

江景苑菜市场南首 85595336 13390945336
求购厂房 土地大概20亩左右 靠市区附近最好 周边也行 价格面议
圆融公馆 12/电 四室阳光厅 107m² 精装未住 含停车位1个 第一排 景观房 学区房 650万
恒基花苑 4/6 三室二厅 138.5m² 实际面积150m² 南车库37m² 豪装中央空调地暖 320万净
文峰花苑 5/6 二室一厅 80m²车库12m² 中装 三学区房 空学位 275万
江景苑 3/18 三室阳光厅 125m² 车库11m² 毛坯 有钥匙 255万
天安花园 4/6 二室阳光厅 135m² 地下车库10m² 豪装 景观房 空学位 365万
新桃园 2/6 二室一厅 107m² 新精装 空学位 255万

无忧谷房产

中天福邸3-3号 18912291839 85532728
运杰龙馨园 中层/26 3-2-1 158m² 370万
城北家园 高层/电 3-2-2 133.5m² 258万
九里香堤 高层/6 3-2-2 127m² 330万
华强城 高层/电 7-3-3 240m²(复式) 580万
万濠瑜园 底楼洋房 3-2-2 140m² 360万
友谊家园 7F/12 3-1-1 111m² 268万
万濠世家 8F/11 3-1-1 112m² 380万
佳期漫 高层/8 3-1-1 108m² 290万

SHUNHE 顺和房产 SHUNHE
买房卖房 顺和帮忙
—南通人自己的房产中介—
看房热线: 18796152666
南通市顺和房地产代理有限公司