

快报便民服务队“生意也很好”，居民们有的咨询律师，有的请医生把脉问健康，有的换煤气、订快报，还有的排队修理小家电，个个忙得热火朝天。

【家电维修】

两小时修了40件小家电

“你们终于走进我们社区了！”清晨，看到快报便民服务队支起遮阳伞，在王府南园社区广场晨练的王岚，激动地说。她的嗓门很大，一声喊来了很多居民。“快，赶紧把家里的电器拿来修。”她向居民发出号召。不一会儿，居民们就带来了电饭煲、收音机、VCD。瞧，居民张有富把家中大彩电也搬来了。“大家排好队，一个个来啊！”便民网孙师傅见生意上门，动作也加快了，两个小时修了40多件小家电。

【国防教育】

防空知识问不倒

昨天是全民国防教育日。快报特别准备了一些国防知识问答题，在居民之间开展有奖竞猜互动游戏，让大家在娱乐之中掌握知识。“防空警报有几种，怎么区别？”记者问。“我知道！”不过5秒钟，一位30出头的先生说出了答案，“有三种。”“我不但知道防空警报有3种，还知道怎么区别3种警报，预先警报是鸣36秒、停24秒，空袭警报是鸣6秒、停6秒，解除警报是一声3分钟的长鸣。”罗先生赶紧抢答，边上的小男生都用崇拜的目光看着他。如此精彩的答案，也让出题的记者毫不犹豫地把双份小礼物。罗先生有些不好意思地说：“我抢了小孩子的礼物喽，还是还给他们吧！”说着把礼物递给了两个男孩。

【房产专家】

买了一套房入住却很难

一个月前，家住水西门的陈先生，看中江北一套价格二十多万元的二手房。房型很好，两间房朝南，而且价位适中。“我们看完就想买，没想到后来才发现里面还住着出租户。”陈先生说。后来，中介公司答应交易过户后三日内，他们会帮出租户找一套房子，让他们搬家。陈先生信以为真，便与房主办理了交易过户手续，并支付房款。然而，他们并没有如愿住进该房子。严震律师告诉陈先生，现在房子问题无法解决，因为签署合同中没有法律明文规定，中介作为出租客找房搬家。虽然此前，双方有口头约定，但不能作为法律依据。他提醒说，中介公司为尽早促成交易，常常会隐瞒部分交易中的问题。以后通过中介买房的读者，买房前应向较为中立的房产交易专业机构进行咨询，并拟订交易合同，注明对中介的约束条款，防止上当受骗。

实习生 陈雪娇  
社区记者 周鹰 黄艳 赵丹丹  
陈英 郭芷冰 钟晓敏

# “十一”出游专家教您避陷阱

昨天，快报社区便民活动走进了建康路街道王府南园社区。正如我们所料，不少居民已经打算趁国庆长假，举家出游了。见快报邀请来南京市旅游局质量监督检查所的专家，居民们个个竖起了大拇指，夸咱们想得周到，他们正想找人咨询有关旅游的问题呢！通过两小时咨询，不少居民不仅了解了旅游中可能遇到的“种种陷阱”，也明白了过度维权是一把双刃剑的道理。



快报社区活动引来众多咨询者 快报记者 齐天天 摄

【专家教你识破陷阱】

## A 宾馆三星变两星

家住王府南园的居民赵小姐，平时工作压力很大，遇到长假就喜欢到外地旅游放松。不过，每次都会在旅途中遇到一些不开心的事，因为旅行社不够诚信。她举了最近遇到的一个例子。今年五一黄金周，她找了家旅行社，带父母一块去青岛三日游。当时合同细则上明明写着“三星级宾馆、双标间”等内容，但是到了目的地，才发现根本不是什么三星级宾馆，最多也就二星级，而且卫生环

境、服务设施很差。南京市旅游质量监督管理局的屈科长表示，这样的事情时有发生，一些旅行社承诺旅客二星或三星级酒店、双标间等，最后却未兑现。赵小姐如果再遇到类似的情况，想维权，可以打到旅游局进行投诉，只要报出宾馆的名字，经相关人员查实后，如果完全属实，可要求旅行社退还实际入住宾馆与合同约定宾馆的价格差，并赔偿同额违约金。

## B 合同细节会缩水

去年十一黄金周，王女士找了家旅行社去杭州五日游，“一开始，旅行社的工作人员说得天花乱坠，住宿三星级宾馆，标准间，门票、吃饭全包。我觉得各方面都不错，就报了名。”令王女士没想到的是，到了杭州，虽然住的是三星级的宾馆，但是车一直把他们拉到杭州郊区的一个宾馆，离市区的路程有一个半小时。“导游说晚上自由时间可以去市中心逛街，我足足坐了一个半小时车才到市中心，来回三个小

时挤车，大家都大呼上当。在景点游玩时，旅行社居然只付了门票，里面各个景点的套票还得我们自己付。”屈科长提醒市民，签订合同要特别注意细节，比如所乘坐的是火车，应注明车次及软、硬座卧铺位情况；如果是客运汽车，应就其产地、车型、有无空调、座位数等内容明确描述。所住的宾馆情况是否挂星，地点位置如何；景点都有哪些，其中哪些景点是自费游览的，景区间用车情况如何等。

## C 超低价旅行有鬼



国庆出游，人山人海 (资料图片)

“去年11月，我们曾经接到过这样的投诉。”屈科长说，一家旅行社报出的海南双飞五日游的价格是1500多元，许多人贪图价格便宜，纷纷报了名。去了海南后，当地的旅行社要求游客必须花700多元参加一些自费项目，或是导游推荐项目。但是大部分游客不同意，和导游发生了争执，于是当地旅行社把这批游客“搁”在当地，潦草安排后来的食宿行。游客回来后，气不打一处来，便跑到了旅游局反映此事。

“这些强迫的自费项目和导游推荐项目，原先都

说是自愿的，但是到了当地，你一旦不愿意参加，他们就把旅游质量降低。”屈科长说，“其实，避免这种问题很简单。你想呀，去一趟海南，机票都要花1000多元了，还有住宿费在里面，怎么可能1500多元就能尽兴地玩一趟呢？”他提醒道，游客在选择旅行社时，不能只看价格是不是全市最低的，还要自己预估一下交通费、车费、门票费、餐费、导服费等必要费用的总价，然后在这个总价的基础上浮动一下，再去选择旅行社。“有句话叫，一分钱一分货嘛！”

## D 境外游小心被“忽悠”

昨天，家住全福小区的张先生向记者讲述了他朋友周先生的遭遇。周先生去年参加了新马泰三国十日游，出发后领队说在国外发短信、收短信非常昂贵，怂恿游客不要回国内亲友联系，事实上是阻碍游客获得国内的信息资讯。

到了泰国以后，领队向游客游说，称某珠宝店是泰国政府指定的外国游客购物场所。在那家珠宝店，周先生买了一件约合人民币两万元的铂金镶钻吊坠，回来后经鉴定发现，不过是廉价的普通金属镶嵌了人工钻石，充其量也不过三五十块钱。

## E 过度维权，一把双刃剑

屈科长举了一个案例：今年八月初，某旅行社组织了40多名游客前往安徽牯牛降进行两日游，旅行协议上写明是一辆金龙大客车，后来因为调度问题，金龙换成了德国进口的尼奥普兰大客车，这辆车比金龙要好，但是有12名游客看到车子与协议上说的不一样就拒绝上车，原定早上6点出发，结果一直僵持到8点还没走成，其他游客当然有意见了，最后旅行社只好先带

了30多名游客出发，第二天再派车送这12名游客去。在这起纠纷中，屈科长分析道，按协议，旅行社的确是违约了，但这并非有意损害游客利益的违约，游客就没必要不依不饶。旅游的投诉从无到有，从少到多，表明游客的维权意识正在不断增强，但过度维权就是一个误区，不仅让旅行社难堪，游客自己也颇为伤神，正所谓“花钱买气受”。

【教你两个“小窍门”】

### 窍门一：如何选择出游线路

游客应根据自己的兴趣爱好、闲暇时间、经济承受能力等合理选择出游线路。一般说，中老年人应尽可能选择火车、轮船等大交通工具，一则安全，二则免受汽车长途交通的劳顿之苦。

### 窍门二：如何选择旅行社

首先要选择有资质、正规的旅行社出游。所谓正规的旅行社是指有工商部门颁发的营业执照和旅游部门颁发的经营许可证。其次，要选择品牌旅行社出游，因为他们信誉度较高，质量能够得到保证。游客可上南京市旅游局官方网站(www.nju.gov.cn)查询或向旅游主管部门咨询。

【资料链接】

### 旅游投诉处理一般程序

1. 游客应当在权益受损害之日起90天内向旅游质监所提交投诉状并提供相关证据。
2. 旅游质监所在接到游客的投诉后，在7个工作日内作出是否受理的决定。对于应由其他行政部门处理的投诉，在5日内移交有关部门。
3. 一般情况下，旅游质监所在30日内调解处理完成投诉案件。对于保证金赔偿案件，在90天内审理终结，有特殊原因的，经上一级旅游质监所批准，可以延长审理30日。
4. 游客对赔偿决定不服的，可以在接到书面决定之日起15日内向上一级旅游质监所申诉。

# 有解郁丸还抑郁吗

## ●“抑郁症”到底是什么？

中华医学会神经、精神委员会专家们指出：抑郁症绝不是神经病。由于传统观念的影响，许多人都不敢承认自己是抑郁症，怕被别人看成是“精神病”，其实抑郁症和精神病完全是两回事。

精神病在医学上指的是“精神分裂症”是一种人格分裂、思维错乱、行为上疯疯癫癫的精神疾病，而抑郁症仅仅是一种神经递质缺乏导致的情感障碍。抑郁症的人格和思维都很正常，抑郁症的人做事都非常认真，追求完美，因此患者和家属不必担心，社会也应该给予他们更多的关怀和支持！

## ●专家警告：失眠治不好，病根是“抑郁症”

失眠好几年，治来治去，怎么也治不好，经常被误诊为“神经衰弱”、“植物神经功能紊乱”，甚至“肾虚”……

据中华医学会神经、精神委员会胡家琪教授提醒，连续15天以上失眠治疗无效的，病基本上都是抑郁症。如果按普通失眠治疗，不但没效，并且延误

病情，久治不愈引起并发症，缩短寿命，痛苦万分！

## ●如何判别“抑郁症”？

“抑郁症”与一般的情绪不好、不高兴有着本质区别。综合起来有“懒、呆、忧、虑”四大特征，及各种躯体不适、睡眠障碍、自杀倾向等。

## ●“抑郁症”有药可治吗？

专家称：抑郁症的确切病因是因为大脑里缺少一种物质，因此吃药完全可治。

伯禄禄教授介绍，人脑中有一类非常重要的神经递质叫“5-羟色胺”和去“甲肾上腺素”主宰着人的情绪，俗称“快乐因子”。如果它在人脑中含量正常，人的情绪就会好，如果缺乏的话，人就会不高兴，抑郁症病人的大脑中的“快乐因子”比常人少30-50%。这是造成精神抑郁的主要原因。

因此抑郁症并不像人们想像的那样，仅仅是单纯的心理问题，而是有明确的病理变化，患者只要吃药来补充大脑中缺少的这些“快乐因子”，那么就能摆脱抑郁的情绪，重新快乐起来。

## ●3个月补足“快乐因子”

- 服两周：头痛头昏、胸闷心慌、腹胀便秘等躯体症状消失。
- 服一月：睡眠质量提高，梦少了，半夜也不惊醒了，情绪一天比一天好。
- 服两月：情绪稳定，心情快乐，觉得生活有意义。
- 服三月：抑郁症的所有不良感受和症状康复，跟常人无异。

专家热线：  
025-81531166  
025-83228902  
免费赠送专家光碟和健康手册

- 指定专卖：志信堂药店(鼓楼口腔医院旁)、新街口第一药店(中央商场东)、华联药房(新街口华联大厦内)、康鑫药店(长乐路好又多对面)、山西路药店(山西路布科村对面)、华悦药店(新街口南站旁)、天使药店(珠江路百脑汇旁)、天悦药店(白下路红十字医院旁)、大华中药店(省中医院对面)、国泰药店(大桥南路)、江宁颐年堂药店(新医路15号)、大厂泰达药店(大厂葛关路488号)、康华药店(新华西路93号)、六合大众药房(人民医院对面)★苏州 60769193 石路太平洋超市药品柜、大明药店、从草堂大药房、康源大药房、三宝大药房、德生堂大药房常熟人民药房(红旗北路9号)、一洲药房张家港丰盛堂药店(人民医院南150米)昆山百乐药店(锦华大厦一楼)太仓仁仁堂药店(武陵街中心菜场南侧)吴江中心药店(商业街166号)★无锡湖滨大药房(五爱路嘉德时代广场102号)宜兴百姓大药房(市中南侧)★江阴暨阳药店(暨阳西路152号)★常州 5531887 明仁堂药店(新丰街9号)、兰之陵药店(九州服装城东侧)湖塘新街药店(金龙大酒店斜对面)金城万泰药房(人民医院斜对面)溧阳恒寿堂药店(市中医院对面)★镇江万方大药房(中山东路98号)★扬州荷花池大药房(荷花池菜场对面)江都恒春堂大药房(市人民医院对面)高邮百姓药房(烟草公司楼下)★泰州文峰药店(文峰千家惠超市南大门)姜堰仁生堂药房(人民中路61号)大丰和平大药房(人民南路1号)★南通:久龄堂大药房(姚港路16号)海门滋生堂大药房(东洲市场北大门)★连云港:华联大药房(新浦华联大厦一楼)▶诚招药店加盟