

“十一”出行省钱攻略

“双节”将至,在这个长达8天的超级黄金周,很多人想要出门浪一浪,业内预测今年“十一”长假旅游人次可能达到6亿,一场报复性出游蓄势待发。

那么,黄金周出门如何才能省钱?这份“双节”省钱攻略送给你,助你“报复性省钱”。



拼假错峰出行

出门旅游花销最大的项目往往是机票和酒店了,而错峰出行是省钱的利器,要么早一点出发,要么晚一点出发,避开高峰,光是机票钱就能省出上千元了。

以北京到三亚的机票为例,记者查询飞猪APP发现,

如果你9月28日出发,选择14:10(大兴机场)—18:50(凤凰机场)的航班,机票只需要1280元,而10月1日该航班的价格则涨到3350元,10月3日又降到了1340元。

所以,你可以选择早点出发,需要9月28日-9月30日请

三天假,也可以选择晚两天出发,如此错峰出行,光是机票钱就能省出不少银子。

当然,不管你是早出发还是晚出发,机票和酒店最好还是提前预订,早起的鸟儿有虫吃,预订越早越有可能占到便宜。

逛降价景区

选对目的地,景区门票钱也能省不少。各地为了吸引游客,推出了大手笔的门票优惠措施,多地景区掀起门票降价甚至免票的热潮。携程旅游大数据实验室统计显示,全国有超过1500家景区免费或打折。

比如,湖北推出“与爱同行 惠游湖北”活动,全省A级旅游景区对全国游客免门票开放,一直持续到今年年底,包括“十一”黄金周在内。

9月6日-11月10日,新

疆阿勒泰地区所有A级景区对全国游客实行免门票政策,包括喀纳斯等5A级景区。黑龙江今年“十一”黄金周期间,73家A级景区推出节日优惠,其中,4家景区免票入园,22家景区推出门票5折优惠,还有47家景区推出不同程度优惠措施。

从2020年8月1日起到年底,贵州省A级旅游景区针对境内外游客实施门票5折优惠,山东省的泰山、三孔、天下第一泉等81家国有

景区将大幅降低门票价格,部分低至2折。

各大旅游平台也在加大对景区门票的补贴。比如,携程上线了国庆折扣专区,覆盖华东、华北、华南、西南等区域,近50多家景区,门票低至1元,如上海长风海洋世界、上海欢乐谷、东方明珠、长隆野生动物世界、珠海长隆海洋公园、黄花城水长城、成都海昌极地海洋公园、西岭雪山、灵山大佛、横店影视城等知名景区。

利用消费券

最近各地又掀起了新一轮的发放消费券的热潮,如果你能领到目的地推出的消费券,充分利用,也能让自己少花点钱。

携程旅游大数据实验室的统计显示,从公开信息看,今年全国有20多个省市发放旅游优惠券,包括浙江、

广东、江苏、上海、辽宁、贵州、陕西、天津、吉林、黑龙江等。

其中,浙江将发放5亿元文旅消费券,面向国内游客,针对飞猪旅行、美团、携程、去哪儿等平台上的浙江旅游产品及商品,于9月23日-11月底期间8个发券日发放。

吉林将于9月26日-10月31日开展第三轮消费券促销活动,文旅消费券资金额度1000万元,重点以减免景点、景区门票的方式带动住宿、餐饮和购物消费增长。

所以,大家可以留心出行目的地推出的消费券,小手一领,就能享受大优惠。

薅平台羊毛,自驾游记得领油票补贴

为了抢客,各大在线旅游企业也打响了促销战和补贴战,所以,可以去薅这些平台的羊毛,享受补贴。

比如,飞猪旅行近日宣布启动百亿补贴计划,上海迪士尼门票补贴后将出现199元的罕见历史低价,故宫、长隆度假区、海昌海洋公园等景区景点的门票价格也将直接5折腰斩。

携程于9月22日至10月8日启动“十一”大促活动,跟团游产品领券最高立减600元;自由行产品最高立减600元;租车最高立减500元。门票立减最高70元,旅游特产立减35元,各业务领券立减

最高超过1800元。

途家民宿近日也开始“超级黄金周”线上促销,提前预订“十一”期间民宿最低3折起。

如果你能抢到各类随心飞、随心住等产品,那么是再划算不过。另外,你还可以蹲守旅游平台的直播和预售产品,手气好的话,往往也可以抢到独家特价旅游产品。

对于选择自驾游的游客来说,油费是一笔不小的支出。不过,有些地方会给自驾游游客一些油票补贴,记得领取。

最近,新疆喀什宣布面向广大来喀自驾游游客赠送1万张总价值100万元的加油

票。自驾游客在喀什国际自驾车与房车营地,凭边境通行证领取面值100元的加油票,每天派发100张(十一黄金周期间每天派发200张),先到先得,赠完为止。同时配送喀什当地旅游纪念品。

此前,云南也宣布对自驾游游客通过“一部手机游云南”平台租车的,予以油票补贴。

当然,话说回来,要说“双节”怎么最省钱,不如在家躺8天。而如果你加班,还能多赚钱,10月1日至4日加班应发3倍工资,10月5日至8日可发2倍工资。

所以,你准备怎么过节?
据新华社

今年中秋 得把月饼吃明白了



如今,人们对健康越来越重视,高油高糖的月饼,愈发让人望而却步,而被冠以“无糖”“保健”名称的月饼,成了消费者的新宠。

那么,保健月饼是否有养生功效?无糖月饼是否含糖?保质期越短的月饼,里面含的防腐剂越少,真是如此吗?针对上述问题,科技日报记者采访了相关专家。

**保健月饼有养生功效?
真相:无特殊功效,盐分或超标**

某些月饼广告称,其产品中含有燕窝、鱼翅、鲍鱼等珍贵食材,具有保健作用。更有甚者,一些商家还推出了人参月饼、天麻月饼等高档月饼。那么,这类“贵族”月饼真有保健功效吗?

“这些月饼的养生功能,大多是营销噱头。其实,它们的营养价值与很多普通食品差不多,而且该类月饼有被污染的风险,盐分还可能超标。”阮光锋坦言,鲍鱼、鱼翅、燕窝等食材,确实具有一定的营养价值,但很多平价食材与它们的营养价值相当,越贵未见得越好。更何况,其中只是添加了少量的鲍鱼、鱼翅或燕窝,能发挥的滋补作用实在有限。同时,若这类食材被不当处理,很可能导致细菌滋生,增加食用风险。

“此外,为了调和味道,商家很可能在这类月饼中加了很多盐。过量食用这类月饼,易造成盐摄入超标,高血压患者尤其要少吃。”阮光锋说。

**无糖月饼不含糖?
真相:此“无糖”非彼“无糖”**

因宣称不含糖、不会导致血糖升高,近年来无糖月饼颇受欢迎,更被糖尿病患者视为福音。事实果真如此吗?

“所谓的无糖月饼,大多只是没有添加蔗糖,用甜味剂进行替代,但不能说其中一点糖分都没有。”阮光

锋表示,糖是碳水化合物的俗称,除蔗糖外,淀粉、面粉等多糖也属于碳水化合物。我国营养标签标准规定,固体或液体食品名称若要标注“无糖”,其每100克食物中含糖量不得超过0.5克。月饼主要由面粉、淀粉制成,即使里面不添加蔗糖,其含糖量也远高于无糖食品的国家标准。

“因此,所谓的无糖月饼其实是商业宣传,而非真正意义上的无糖。”阮光锋提示道,无糖月饼中含有大量的油脂,热量也不低,糖尿病患者最好不要食用。

**保质期越短,含防腐剂越少?
真相:保质期长短不能决定月饼质量**

有传闻称,因为添加了防腐剂,月饼存放8年仍完好如初。很多人也觉得,有些月饼的保质期时间很长,肯定是加了很多防腐剂。因此,一些消费者在选购月饼时,特意买保质期短的,认为这样的月饼中防腐剂含量少。那么,事实究竟是怎样的?

对此,阮光锋解释道,月饼一般是在常温下进行运输及存储的。口感软糯的月饼,水分含量通常较高,这就给细菌滋生提供了适宜的环境。为了能在常温下运输和存储月饼,人们就要借助防腐剂,否则难以保证产品质量。

“月饼加多少防腐剂,主要跟它的配料、含水量和成分有关。”阮光锋说,特别甜的月饼,比如豆沙月饼、五仁月饼,其所含水分少、糖分多,微生物不易繁殖,比较耐存放,防腐剂就放得少,它们的保质期相对长一些。而蛋黄馅、牛肉馅、火腿馅的月饼,其所含水分多、糖分少,这时就需要多放一点防腐剂,它们保质期就相对短一些。所以,月饼保质期长,并不意味着防腐剂加得多,保质期的长短不能决定月饼质量的好坏。
据科技日报