

提防健身中心銷售陷阱

簡易圖文版小冊子



消費者委員會
CONSUMER COUNCIL

目錄

1. 背景	3
2. 簡易圖文版小冊子簡介	4
3. 消費者的八大權利	6
4. 消費者的責任	9
5. 認識冷靜期條款	13
6. 健身服務的收費方式	16
7. 購買健身服務的注意事項	17
8. 尋求協助的方法	23
9. 保持身心健康小貼士	24
10. 實用網站	26
11. 鳴謝	27



1. 近年，消費者委員會接獲不少投訴，指部分**健身中心職員**以抽獎、**免費試玩**、**做問卷**等方式，吸引消費者去健身中心。



2. 部分健身中心職員會**游說消費者**購買很多昂貴的服務，



令消費者受到**金錢損失**和**精神壓力**（如焦慮、緊張等）。

簡易圖文版小冊子簡介



1. 消費者委員會製作
此簡易圖文版小冊子，
協助作為消費者的你
提防健身中心的銷售陷阱，
並認識：

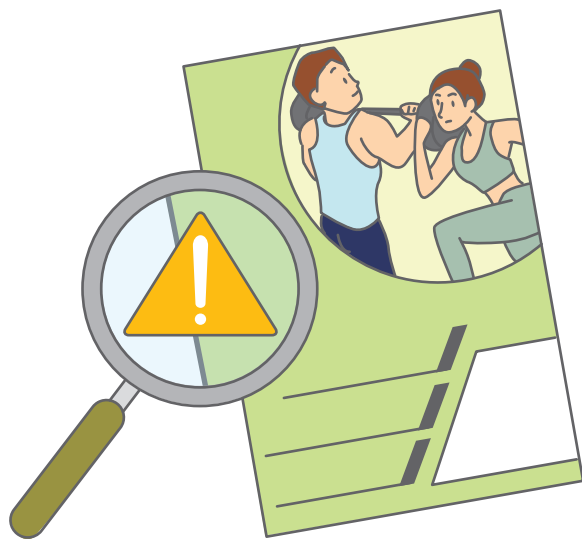


▶ 自己的權利和責任

商店A	商店B	商店C
 無須簽約 每月收費 每月\$200	 簽約1年 預繳 \$5,000	 單次收費 \$60

▶ 健身服務的收費方式

簡易圖文版小冊子簡介



▶ 購買健身服務的注意事項



▶ 保持身心健康小貼士



2. 本小冊子亦提供**實用網站**，協助消費者精明消費，健康生活。

消費者的八大權利



1. 獲得安全保障

- ▶ 消費者購買的服務應**不會**對健康或生命造成傷害。



- ▶ 消費者的**個人資料及私隱**應得到**尊重及保障**。



2. 自由選擇

- ▶ 消費者能夠有**多類服務及**產品供選擇。

消費者的八大權利



3. 取得正確資料

- ▶ 消費者有取得正確資料的權利，從而作出選擇，避免受騙。



4. 獲得公正的賠償

- ▶ 消費者可以就不滿意的產品或服務，獲得公正賠償，如協助消費者更換產品。



5. 滿足基本需要

- ▶ 獲得生活必需的產品和服務如充足的食物、衣服、住屋、醫療、公共交通等。

消費者的八大權利



6. 發表消費意見

- ▶ 消費者可以就**政府**、**企業**等制定的**政策**，發表他們的意見。



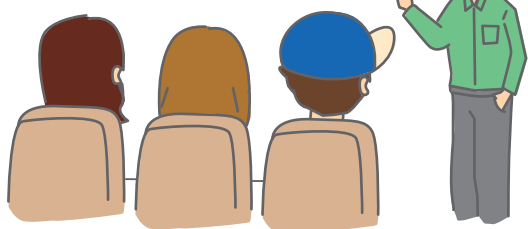
7. 享受可持續發展及健康的環境

- ▶ 在相對**安全**及**可持續**的環境下，**安居樂業**。
可持續是指**社會污染**和**浪費減少**，**資源充足**。

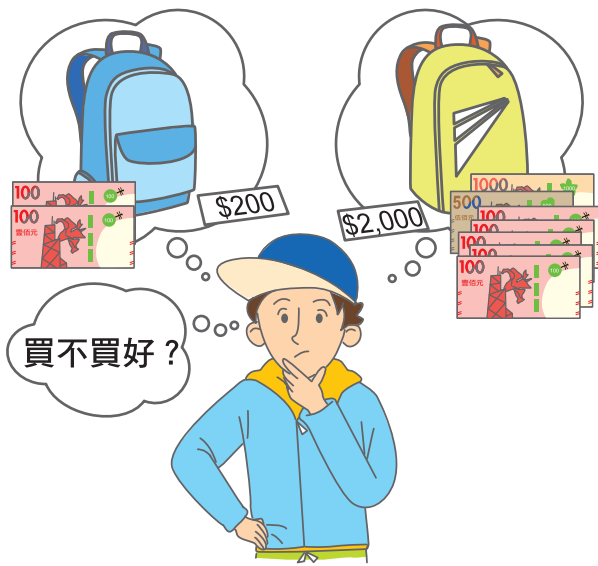


8. 接受消費者教育

- ▶ 消費者能獲取**充足的消費資訊**，並知道自己應有的**基本權利和責任**。



消費者的責任



購買前

1. 消費者要想清楚，
有需要才購買，
避免作出衝動的交易決定。

商店A	商店B	商店C
無須簽約 每月收費		
	簽約1年 預繳 \$5,000	
每月\$200		單次收費 \$60

2. 消費者要搜集服務及產品資料，
比較不同商店的價格及收費模式。



3. 消費者需要考慮自己的財政能力，
例如先檢查銀包、
銀行戶口存款等，
確定有足夠金錢才購買
所需產品或服務。

消費者的責任



4. 如消費者對收費有疑問，
應立即向商店查詢，
切勿隨便交出信用卡或
提款卡付款。



5. 簽署合約前，
消費者應仔細閱讀合約內容。



6. 若不明白合約條款，
消費者應向家人 / 照顧者、
社工或老師尋求協助。

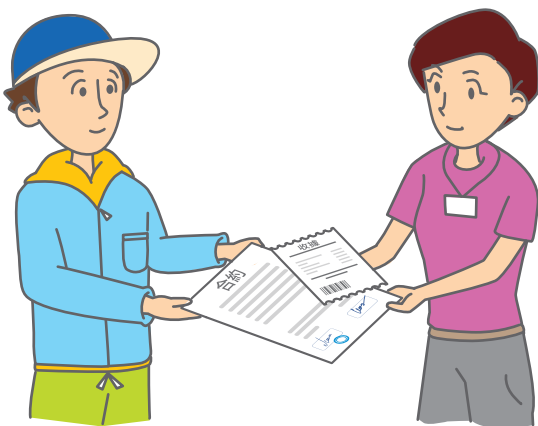


7. 消費者需留意合約
是否設有「冷靜期」
(見第13 - 15頁)。



購買時

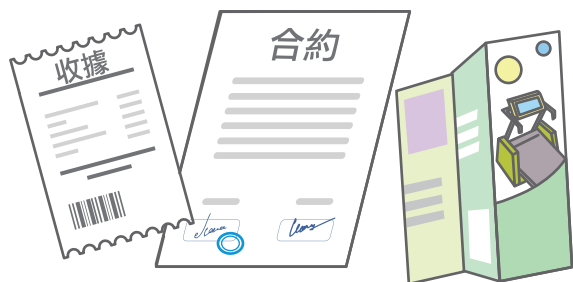
8. 確定產品或服務的真實價格，
及驗明貨品。



9. 取回收據及合約(如有)。

消費者的責任

付款單	付款單	付款單
到期日 5月27日	到期日 6月27日	到期日 7月27日



購買後

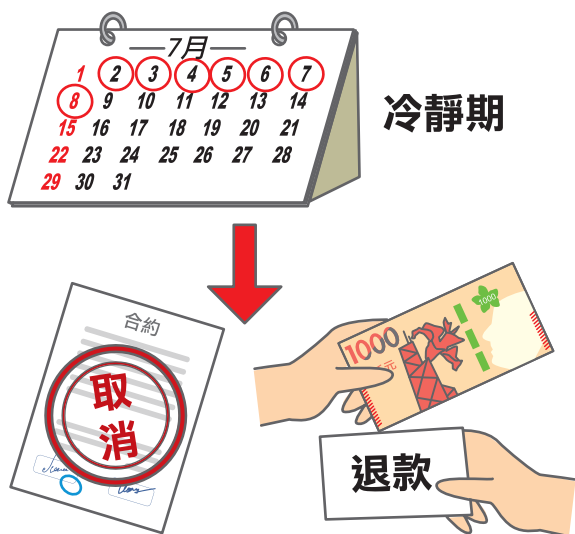
10. 若須每月分期付款

所購買的產品或服務費用，
消費者要依時支付，
直至繳清所有費用為止。

11. 消費者若遇到不公平的交易， 可以向消費者委員會投訴。

12. 消費者需保留收據、合約、 各宣傳資料的正副本， 作為支持投訴之用。

認識冷靜期條款



1. 冷靜期可保障消費者的權利。
消費者在**簽訂合約後**，
有權在**指定時間內**，
取消合約及獲得退款。



2. 部分健身中心已在合約
加入**三至七日冷靜期條款**。



3. 部分健身中心會以
不同藉口或手法，
聲稱冷靜期條款失效或過期。

認識冷靜期條款

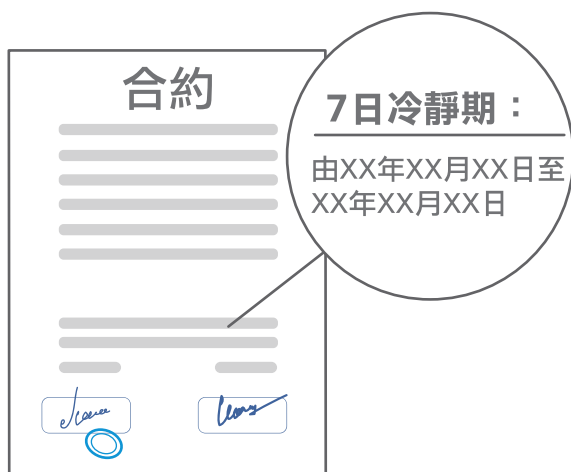


4. 注意事項：

▶ 不要收取禮物。



▶ 簽約後不要立即使用健身服務或觸碰健身器材。



▶ 留意冷靜期時限。

認識冷靜期條款



- ▶ 於冷靜期內提出退款，
健身中心或須收取行政費，
及扣減已繳付的入會費。



- ▶ 若不明白冷靜期條款，
應向家人 / 照顧者、
社工或老師尋求協助。

投訴實錄 – 健身中心銷售陷阱

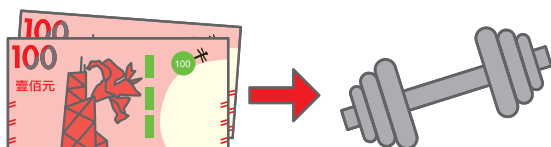


5. 請掃描左方的二維碼，
觀看有關冷靜期條款的
個案重演短片（由 3:53 至 5:20）。
<https://www.youtube.com/watch?v=61LDvzalpBA>

健身服務的收費方式

健身中心收費方式一般有三種：

每次

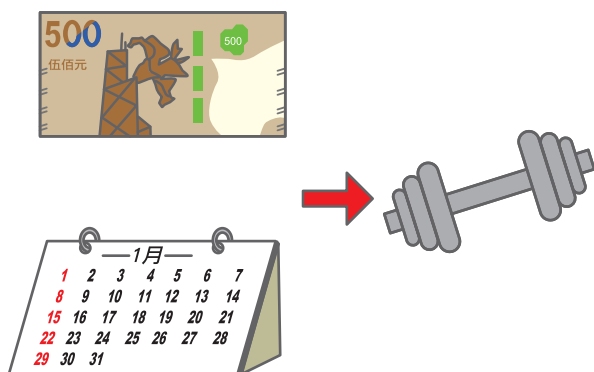


▶ 按使用次數

消費者無須預繳及簽約，

每次去健身中心才須支付費用。

每月



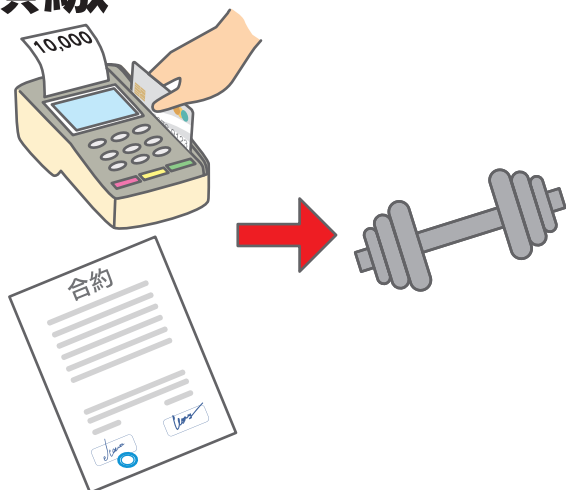
▶ 按每月收費

消費者無須預繳及簽約，

在該月去健身中心才須支付費用，

次數不限。

預繳



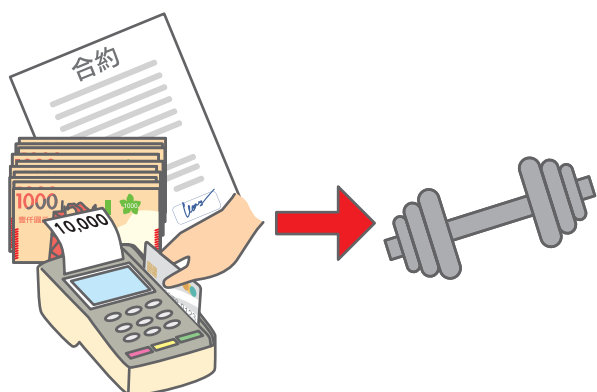
▶ 預繳式收費（先付款，後使用）

消費者須簽約，

合約一般以年計，

並需預先支付費用才可使用服務。

購買健身服務的注意事項

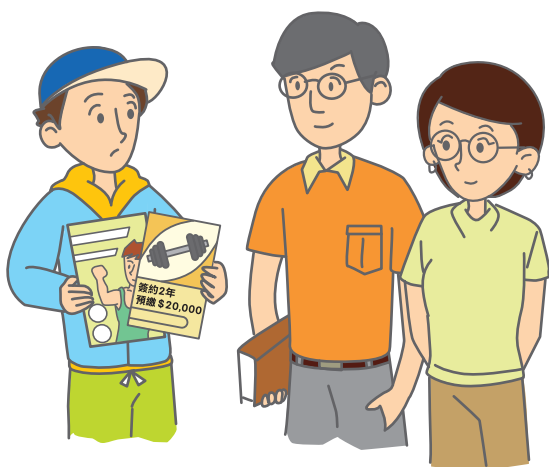


大部分健身中心要求消費者
先簽署合約，
和預先支付服務費用，
才能使用健身中心的設備。

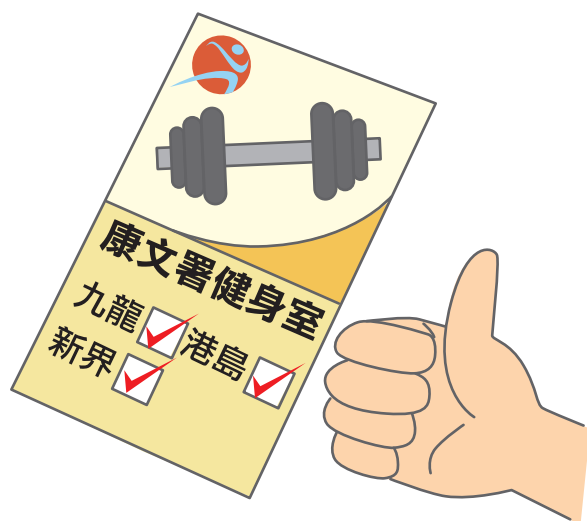


消費者若購買健身服務，
需要注意以下事項：

1. 想清楚是否有足夠金錢購買服務，
留意購買後，
要有足夠金錢應付日常生活開支。
2. 與家人 / 照顧者及
社工或老師一起商量，
作出最合適的選擇。



購買健身服務的注意事項



3. 考慮去**無須預繳收費的健身中心**（如康文署健身室）。



4. **不要自己一個人或跟職員去私人健身中心。**



5. **特別留意以下的合約條款：**

- ▶ **服務收費及付款方式**
（如電子支付、現金等）

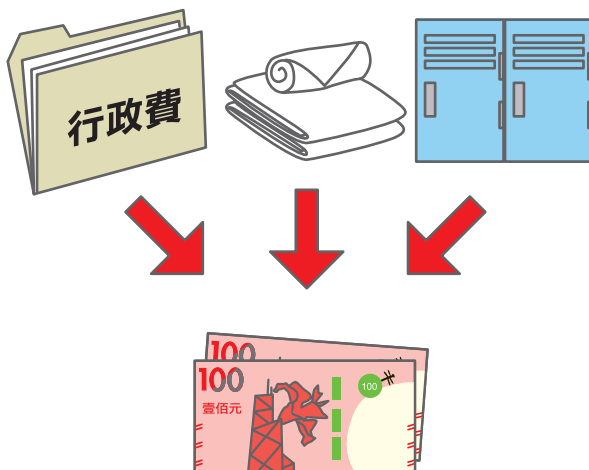
購買健身服務的注意事項



▶ 服務有效期



▶ 冷靜期條款

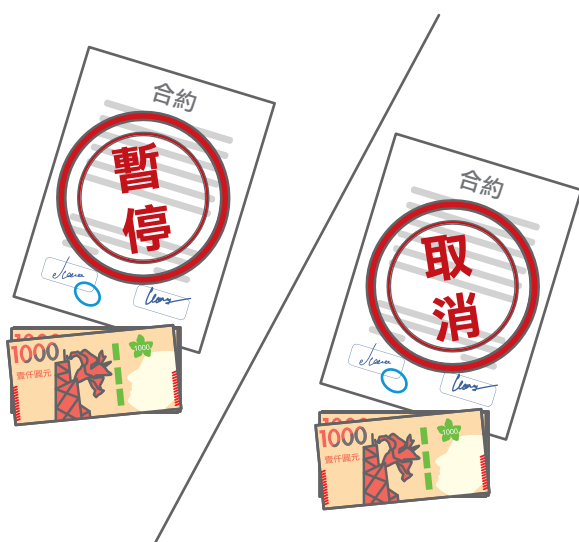


▶ 是否需要支付行政費、毛巾或儲物櫃費用

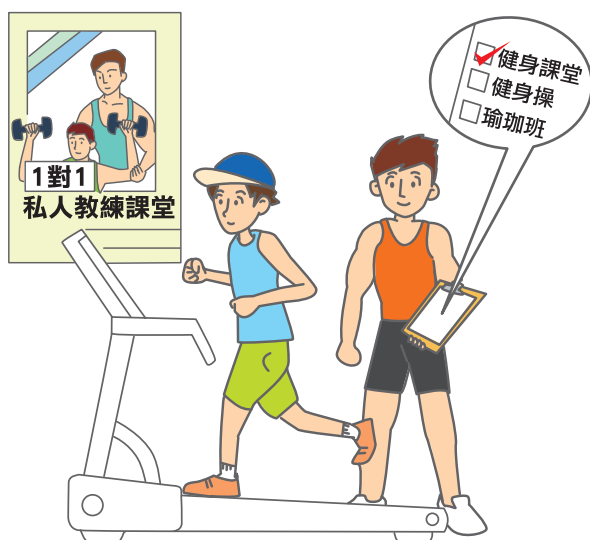
購買健身服務的注意事項



▶ 服務續期收費

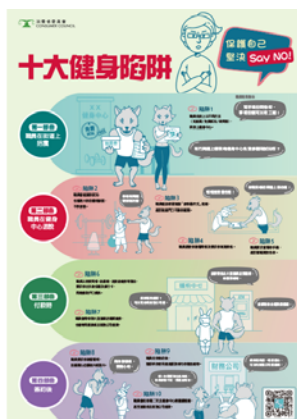


▶ 暫停服務或中途取消服務的收費



▶ 服務是否包括健身課堂

購買健身服務的注意事項



十大健身陷阱海報

6. 健身中心有很多銷售方法，
請掃描左方的二維碼，
認識健身中心的銷售陷阱。



擊退健身陷阱海報

7. 請掃描左方的二維碼，
認識擊退健身中心銷售陷阱的方法。

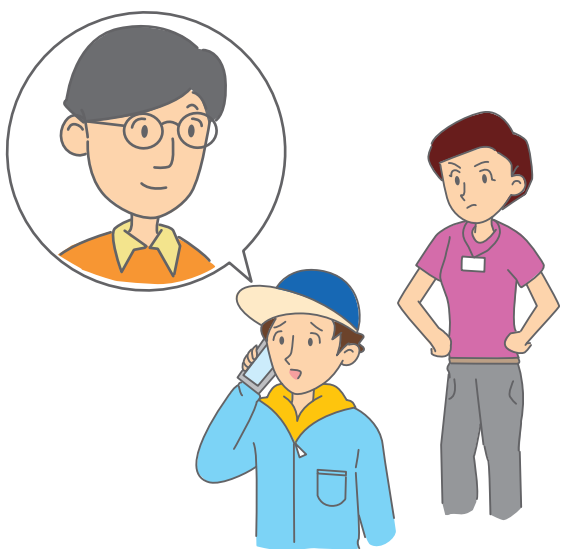


8. 若有懷疑，
就不要急於簽署文件，
避免損失。

購買健身服務的注意事項



9. 如遇到職員強迫簽約及付款，
要向職員說：「我沒有需要，
我不會簽約及付款。」
然後盡快離開。



10. 如有需要，
要即時通知家人 / 照顧者、
社工、老師或報警求助。



11. 如消費者無須健身，
要立即向健身中心職員說：
「沒有需要，謝謝！」
然後盡快離開。

尋求協助的方法



1. 如在健身中心感到
人身安全受到威脅，
應在安全情況下**報警求助**。



2. 如**不情願**地簽下合約，
要告訴家人 / 照顧者及社工或老師，
並在他們陪同下，
與健身中心職員協商以解決問題。



3. 如**未能解決**，
請**致電**消費者投訴及
諮詢熱線：**2929 2222**，
向**消費者委員會**尋求協助。

保持身心健康小貼士

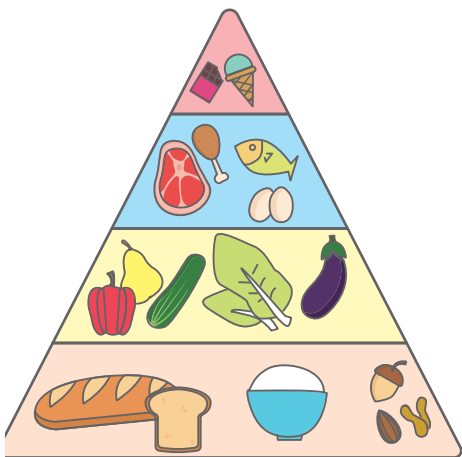


1. 適量運動

- ▶ 每日運動，
可以控制體重，
放鬆心情。



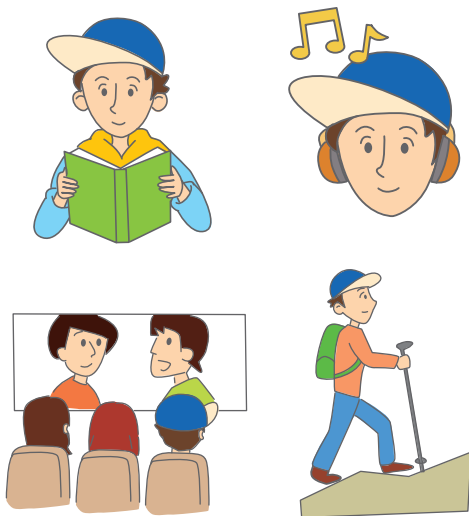
- ▶ 因應自己的能力和喜好，
選擇適合自己的運動。



2. 均衡飲食

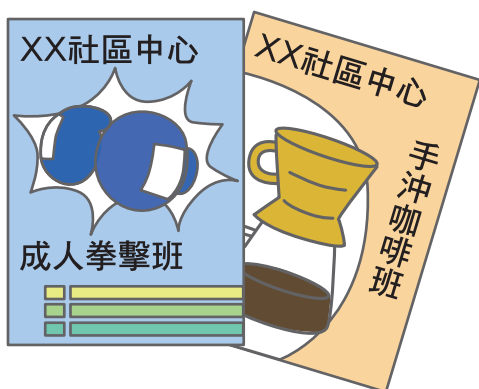
- ▶ 應以穀物類為主糧，
多菜少肉。

保持身心健康小貼士



3. 消閒娛樂

- ▶ 看書、聽音樂、看電影、遠足等消閒活動，
可以減輕壓力，
令人心情愉快。



- ▶ 參加由社區中心舉辦的活動，
培養新興趣。



4. 與人傾訴

- ▶ 若面對壓力或遇到不開心的事情，
可與信任的人傾訴，
分擔煩惱。



此小冊子的全部內容已上載於

消費者委員會專頁；

專頁亦提供更多實用網站，

歡迎瀏覽及下載。

<https://www.consumer.org.hk/snp/easy-to-read>



消費者委員會「消費全攻略」專頁，

提供飲食、健康美容、

消閒娛樂等消費指南。

<https://www.consumer.org.hk/tc/shopping-guide>



個案重演短片

「投訴實錄－健身中心銷售陷阱」，

認識相關陷阱及其自保方法。

<https://www.youtube.com/watch?v=6Eug0BLsaFQ>



匡智會



扶康會



香港傷殘青年協會



展亮技能發展中心

Member of VTC Group
VTC 機構成員



救世軍



新生精神康復會

(依組織名稱筆劃序)

提防健身中心銷售陷阱 簡易圖文版小冊子



下載小冊子

提防美容院銷售陷阱 簡易圖文版小冊子



下載小冊子

消費者委員會出版

地址：香港北角渣華道191號嘉華國際中心22樓

電話：2368 9044

傳真：3721 2885

電郵：snp@consumer.org.hk

計劃專頁：www.consumer.org.hk/snp



消費者委員會

CONSUMER COUNCIL

版權所有，不得翻印。

特殊需要人士
支援計劃專頁

