



逍遥海南 避寒之旅

——上海各大地铁站将现“逍遥海南游”品牌产品

冬季是海南旅游的黄金季节,内地天气逐渐寒冷时,海南仍然拥有温暖湿润的空气、明媚灿烂的阳光,到海南去避寒,到海南去度假逐渐成为很多老年朋友的冬季首选。

曹瑾/文 高晗/图

据了解,目前上海的海南游产品种类繁多,但是真正适合中老年人的候鸟游产品参差不齐。据海口民间旅行社杨总经理介绍,“市场上现有的中老年海南游产品,多少都有加入候鸟养生的概念,但事实上只是带着中老年人穿梭于常规景点‘游览、欣赏、远眺’,缺少实际的候鸟养生体验,有养生之名,无养生之实。”

针对这种情况,海口民间旅行社产品研发中心专门研发了适合中老年人候鸟游的产品,杨总谈到,“中老年游产品的设计不能采用常规的旅游标准,我们要怀着‘老吾老以及人之老’的心情来做这样的线路。逍遥海南系列的‘快乐爸妈——冬季康体之旅’充分依托海南一流的疗养基地资源,在海口、三亚、文昌、五指山、澄迈、万宁等适合中

老人疗养的区域,提供各种规格档次不同的疗养基地。基地内特别对老年人提供管家式服务,从健康营养的饮食做起,每餐搭配不同的营养菜单保障老年朋友的饮食健康。还安排各种丰富有趣的文化活动,让老年朋友们一起听讲座、包饺子、跳交谊舞、植树、练太极。让老人不光收获快乐的心情,更使老人收获一个健康幸福的晚年。”

另外,“逍遥海南”品牌联手上海强生国旅进驻上海各主要地铁中转站,在今冬海南旅游旺季到来之前,将逍遥海南品牌形象和海南多家精华旅游资源形象在强生地铁旅游门市展示,届时还将推出更多冬季产品,有兴趣的游客可在地铁中山公园站、西藏南路站和宜山路站咨询“逍遥海南”相关事宜。

以蟹促旅游 “崇螯”获金牌

文/张修玉 吴成林 上海瑞华实业公司“崇螯”大闸蟹生产基地位于崇明岛跃进农场西北部牛棚港,长江大堤外侧和南通市海门隔江相望,堪称养蟹宝地。养殖基地占地2180亩,水域面积1500亩,池塘连片集中,由于在长江大堤外侧,风力充足,池塘溶氧丰富,为大闸蟹的生长提供了很好的天然条件。

据公司相关负责人介绍,公司从崇明东部引进优质扣蟹苗,走低产、优质、生态路线。

在对公司养殖场精细化改造之后,公司的标准化水产养殖场于2010年3月,被列为上海市世博会指定水产品供应基地之一,2010年9月,被定为国家水产健康养殖示范基地。公司的标准化养殖场所需水源均来自北横引河。

北横引河是崇明岛有史以来开挖的最长河道,与长江相通,河面宽120米和南横引河相通,水质清新,富含浮游生物,为瑞华标准化水产养殖大闸蟹提供了丰富的天然

的适口饵料,使蟹肉紧致,味道鲜美。优越的地理位置,溶氧充足、营养丰富水质,加上先进科学的种草等养殖技术,使得“崇螯”个头大,形态好,味道美,入口温润,回味无穷。

2011年9月28日,上海市瑞华实业公司养殖的“崇螯”牌大闸蟹,亮相在太仓举办的首届中国“华东杯”河蟹节暨水产品展销会上。经过与来自辽宁、山东、安徽、江苏、上海等地25家企业的角力,最终,该品种大闸蟹获得这次专项赛的优胜奖。11月6日,瑞华“崇螯”大闸蟹又在南京路步行街上,参加了全国七省市的河蟹大奖赛,一举击败众位对手,获得全国河蟹大赛“金蟹”大奖。

如今,“崇螯”大闸蟹已被市民广泛接受并认可,在公司3A级景区瑞华果园饭馆内,每桌客人的菜肴中必有“崇螯”,盛于白盘中“崇螯”蟹身通体呈红色,煞是诱人。据现场食客们评价:“‘崇螯’蟹个头大,雌性蟹膏足,雄性蟹脂多,肉质细嫩、肉质鲜美!完全可媲美阳澄湖大闸蟹!”

旅游提示:品尝浏览热线:021-59658558

游遍千山万水 体验幸福养生

上海启动万名市民脂肪肝普查工程

文/王海洁 据不完全统计,上海城乡每年有300多万人次外出旅游。巨大的旅游客源市场,带动了景区当地的经济发展,但也不可否认,游客在游遍千山万水,吃遍山珍海味时,对身体也自然会产生一些伤害。这中间脂肪肝的发病呈上升趋势,不得不使人们重新考量在旅途中的吃喝问题和预防问题。

最近上海华氏大药房联合浙江金诺康生物科技有限公司经过多方调研,决定拟对上海万名喜欢旅游的市民进行一次脂肪肝普查。并将建立一套脂肪肝预警体系。该项目以华氏为主体的上海200多家骨干药房,联手安立清机构推出“逆转脂肪肝体验风暴”惠民承诺活动,已于近日正式启动。其中“900幸福和谐工程”和“720幸福惠民工程”的“双重优惠,一省到底”的承诺,引发人们对脂肪肝危害性的高度重视。

据上海市中医药学会肝病分会透露,上海的脂肪肝患病率逐年增加,而且越来越年轻化。资料显示,脂肪肝可以使50岁以下的人群寿命缩短4年,50岁以上的人群寿命缩短10年。专家呼吁,通过综合手段逆转脂肪肝刻不容缓。

“脂肪肝就是吃出来的,小事情,不痛不痒,也不着急去看。单位体检,没几个人没有的。”某外企一位年轻的销售员,一年四季在外奔波,既推销产品又当旅游体验,但他对自己已有5年的脂肪肝病史不以为意。“脂肪肝是疾病,不是亚健康,必须及时干预,综合治疗。”上海市龙华医院科主任张玮教授指出,“很多人认为脂肪肝可治可不治,这种想法最可怕。尤其在旅游中,接触到的各

类食物,均不可避免地产生脂肪肝的风险,更要注意防治。”

脂肪肝日渐庞大的患病人群与现代人的生活方式息息相关,因此,“管好嘴、迈开腿”对于脂肪肝的防治十分重要。但是,有业内人士指出,外出旅游可以增加运动量,减少脂肪肝的产生,但是,在旅途中不注意休息和饮食,反而会增加脂肪肝的产生风险,因此,少吃夜宵,不过度饮酒,合理膳食,增加运动,有助于延缓脂肪肝的发展。

奉贤农业旅游景点推介③

果蔬乐园 创意无限

——游申亚乡村度假农园



台湾谐园、香草园、亲子乐园、奇异瓜果园、番茄联合国、桃文化科普休闲园、盛姆春桃园、鲜杏园、申亚蔬果园、樱桃园、合众葡萄种植园、高飞景观渔庄、伊思凯有机蔬菜种植园、市民认租园等。让游客全程体验种植、采摘、观赏、品尝蔬果的乐趣,了解到农业文化、现代农业的种植技术、农产品健康食用等相关知识。

申亚农园是一个集创意农业、科技农业、旅游农业、科普农业于一体的综合性农业示范基地。2009年3月被授予为上海市青年就业创业见习基地;2009年被誉为创意农业示范基地;2010年2月被评为世博观光农园;2010年3月成为全国科普教育基地。

在模式上,一是申亚农园每年举办“春桃节”“奇瓜异果节”,吸引市民前来旅游。二是摸清上海农产品市场,通过与农民合作的方式,由申亚出土地、由专业农民出技术,由农园旅游部门打造健康采摘游,在推出申亚草莓采摘时便一举成功,每亩草莓的收入达4万,远远超过了其他传统种植草莓模式。

申亚农园始建于2007年2月,一期开发面积1000亩,主要以创意农业、高科技农业生产为基础,为市民提供一个休闲、观光、学习、创意的场所,是第一批

上海市农业旅游推荐单位。农园目前分为主体活动区、农民宅基地及庭院等。主体活动区以农业景观观赏、采摘、农业科普教育、休闲垂钓为主要活动内容,设有

在产品上,申亚农园研发了老寿星桃,将盛姆春桃放入纳米盒内,研究人员每日进行跟踪,种植出了罕有的老寿星桃;同时,通过育种,申亚农园种植出了各型各态的奇异南瓜;成功引进并种植10多个品种的樱桃;嫁接近20个品种的桃子,使其在5月至10月期间持续有新鲜的桃子采摘上市;结合绿色生活,品味健康,安全种植当季时令蔬菜提供游客采摘。

上海申亚农园在建设过程中把农业创意、科普工作同产业发展,品牌提升以及农业旅游紧密结合起来。使农园更好地为产业服务,为社会服务。通过拓宽科普教育方式,打破传统科普模式,增加互动科普实践与网络科普教育,提升多媒体科普教育的力度,

增强科普工作的服务能力;同时加大科普教育的深度,加强科普知识培训力度,引导青少年认知农业、热爱农业,促进青年就业。

地址:沿钱公路4698号
电话:57561865
自驾线路:
(浦西)沪闵高架或S20—莘庄立交—S4(南桥出口)—团南公路—浦星公路—平庄公路—沿钱公路(往北);
(浦东)南北高架—卢浦大桥—济阳路—浦星公路平庄公路—沿钱公路(往北)。
公共交通:
地铁1号线—梅陇站换乘南梅线—南桥车站换乘南闵线/莘邵线—方墩车站换乘青村1线。