春节国内游报价出炉

海南过大年 多掏两倍钱

本报12月29日讯(记者 乔显佳) 记者29日采访获悉,春节国内游报价已经出炉。价格较往年同期明显增长,其中最热的海南游,每人团费最高竟比平时高两倍。

据介绍,春节年三十至初三,海南游去年的报价在5000元左右,今年同期已增至七八千元,最高过万元。这个报价相比去年同期上涨约50%,而相比平时约3000元的报价,足足上涨两倍还多!难怪很多游客已经将春节游海南视作“奢侈”和“烧钱”的代名词。

今年春节海南游之所以贵,与同期机票价格上调有密切的关系。随着自由行市场的壮大,几家航空公司普遍减少给旅行社组团的机位。据嘉华国旅董娟娟介绍,去年每家旅行社每天尚能分百十个座位,今年济南飞三亚和海口每天总共只有40-50个座位,明显满足不了组团的需要。与此同时,旅行社拿票的折扣明显被挤压。有时甚至接近全价票,导致团费价格水涨船高。

除了机票成本上涨,春节期间海南客房难求,价格飙升,也是海南游团费走高的重要原因。记者29日在某旅行社采访时注意到,同一个春节海南游产品,后一天的报价比前一天涨了200元,可谓一天一个价。正月初七之后,报价逐日下调,正月十五之后,基本回到平时的价格。

除海南外,春节云南游报价上涨幅度较大,常规团报价在六至八千元之间,比去年同期上涨约两成。

相比而言,同属南方温暖线路的桂林、华东、福建等旅游线路产品,春节期间的报价与往年同期基本持平。旅游业内人士建议居民,多选择此类性价比较高的线路,或者干脆选近郊滑雪、温泉旅游线路,避免将时间和精力花在路上,享受属于自己的春节假期。

冬季护眼,该吃些啥

冬季最惬意的事情莫过于躺在温暖的阳台上晒太阳了。但你可知道,冬季同样存在有害的紫外线。据研究,冬春两季是一年中全球臭氧含量最少的季节,缺少了臭氧层这件“防护外衣”,阳光中的紫外线更加肆无忌惮。

除去娇嫩的皮肤,我们的眼睛也会受到紫外线的危害。因为太阳光中的紫外线,特别是蓝光对我们的眼睛会造成很大的伤害,它可以穿透眼睛的晶状体到达视网膜,对视网膜造成光化学损害,直接或间接导致黄斑区细胞的损害。

加州大学洛杉矶分校人类营养中心副主任、康宝莱营养咨询委员会成员苏珊·鲍尔曼博士给出了三大建议,帮助我们通过饮食保护眼睛的健康。

建议一
多吃黄绿色的蔬果

黄绿色的蔬果可以过滤蓝光。叶黄素和玉米黄素属于色素复合物大家族一类胡萝卜素的成员。这两种色素给食物带来了美丽的黄绿色,如绿油油的菠菜、亮绿色的豌豆和深黄色的玉米。除此之外,这两种色素进入体内后,它们在眼睛后部的光敏感组织中积累,这些组织通过过滤蓝光对眼睛起到保护作用。叶黄素和胡萝卜素的另外来源有长叶莴苣、羽衣甘蓝、西兰花、鳄梨、球牙甘蓝、西葫芦、猕猴桃等。

建议二
多吃含维生素C的蔬果

含维生素C的蔬果是抗氧化剂。抗氧化剂可以中和氧自由基——作为正常新陈代谢过程的一部分在身体中自然形成的高活性分子。只要周围存在大量的抗氧化剂就可以有效地中和所形成的自由基。抑制自由基对眼睛尤为重要,因为眼睛的晶状体中有高含量的维生素C,它作为抗氧化剂对眼睛起到保护作用,这就是我们为什么要摄入大量富含抗氧化剂的水果及蔬菜的原因。苏珊博士提醒我们,只需在日常菜单中增加西红柿、辣椒、柑橘类水果、猕猴桃、浆果和花椰菜,就可以增加维生素C的摄入量。

建议三
多吃含维生素A的蔬果

含维生素A的蔬果对眼睛也是大有裨益。我们可能早已知道胡萝卜对眼睛大有裨益,但可能还不知道为什么。因为胡萝卜饱含另外一种胡萝卜素——β-胡萝卜素,它在身体中转化成维生素A,维生素A对眼睛正常行使功能是至关重要的。而且β-胡萝卜素还是以下蔬菜产生深橙色的原因:笋瓜、红薯、甜瓜、杏、桃和番木瓜。

除此之外,苏珊博士还推荐了两种对眼睛大有裨益的水果:蓝莓和覆盆子。蓝莓含有抗氧化成分——花青素、叶酸、维生素A和C;而覆盆子中拥有诸多眼睛健康所需的元素。但是冬天这些水果比较难获得,我们也可以食用含蓝莓和覆盆子成分的产品,比如康宝莱生产的莓之宝珍莓胶囊,它含丰富的蓝莓和覆盆子等植物精华,可以更好地保护我们的眼睛。

受频爆质量问题影响

海参销量缩水三成

本报12月29日讯(见习记者 张文) 29日,记者走访济南海鲜市场时,不少商户反映与去年同期相比,价格没有太大变化,但是销售量下降近三成。其中一位老板反映自己店里卖出的海参只有去年的一半,“这一年都白搭了”。

海参销售量减少与上半年不断爆出的海参质量问题有关。一家海货店店员告诉记者,酒店批发得少了,包括海参在内的海鲜卖得也就远不如以前。经过下半年不断的市场整顿,现在海鲜市场规范了很多。但是现在面对价钱便宜的海参,顾客总是害怕质量不过关。而动辄每斤3000元以上的海参,对于普通市民来说,又显得太贵了。商户李先生说:“按理说,年底应该忙起来,但现在有时候一天都开不了张。”

位于泺源大街上的一家海珍店的老板夏仲磊也感受到了销量的变化,今年中秋节和去年相比,业务量下滑也在三成左右。夏仲磊预计春节的销售旺季会在元旦之后出现,目前店里正在积极备货,以应对传统的销售高峰时节。

今年刚刚进入济南海参市场的王女士发现,顾客购买海参时更加谨慎,对海参质量的关注明显比以前高了,购买时总是会询问她有没有添加剂。有的顾客一次只买几只,甚至只买1只回家,先尝尝好不好,回头再到店里来买。在山大路、和平路上的专卖店和泉城广场附近的超市里,据销售人员介绍,10g、12g包装的海参,卖得比较好。

王女士说:“顾客都很敏感,现在海参店又遍地开花。想要以次充好,骗得了一次,骗不了两次。”

糖尿病人,这次千万不要再错过!

知蜂堂优惠活动仅剩2天

第一、由于原料价格不断上涨,本次活动后,知蜂堂蜂胶价格将要上调,现在购买仍然享受原来的价格。第二、知蜂堂节前大优惠正在进行,参加买赠活动,平均算下来一盒才140元左右(150元/盒),绝对划算!知蜂堂希望通过优惠活动让老顾客得到更多实惠,长期吃下去,因为只要糖尿病还存在,知蜂堂蜂胶就不能少!

知蜂堂 涨价前大优惠

由于原料价格不断上涨,本次活动后,知蜂堂将要对蜂胶和蜂王浆价格进行上调:蜂胶由195元/盒调整至220元/盒,蜂王浆由190元/瓶调整至210元/瓶,现在购买最划算,望新老顾客莫失良机!

购买蜂胶、蜂王浆享受以下优惠——

◇一次性买六瓶二,再送【茶素胶囊】一盒;

◇一次性买十瓶三,再送【全能电热锅】一个;

◇一次性买十五瓶五(或者赠送茶素胶囊十盒),另外加送【龙马足浴理疗按摩器】一台;

◇一次性买二十瓶七(或者赠送茶素胶囊十四盒),另外加送【龙马足浴理疗按摩器】一台和【知蜂堂150元代金券】一张。

活动时间:12月17日-31日 北京知蜂堂咨询服务电话:0531-86990622 86990613

选择知蜂堂 远离并发症

并发症,现代医学“盲点”

一旦患上糖尿病,患者便开始终身与药为伴,目的是为了控制病情的发展。但其结果往往事与愿违。药从开始的几颗变成后来的大把服用,而病情却益毫不见缓解。糖尿病患者的生活质量每况愈下。无奈的医疗手段给糖尿病患者带来无尽的痛苦。

糖尿病并发症数量之多,发病机理之复杂,现代医学的治疗手段和药物对此仍难以解决。正如我国权威医学刊物《实用内科学》中报道:现代医学对于糖尿病的治疗,在降糖方面肯可达到一定的目的,但对于并发症,治疗手段则显得“捉襟见肘”。

独树一帜,阻止并发症

▲ 选择知蜂堂 远离并发症

“糖尿病不可怕,并发症危害大”。知蜂堂蜂胶的综合作用在阻止并发症上得以最充分的体现。知蜂堂蜂胶,并不是降血糖,而是在保护胰岛细胞的同时,有效平稳血糖;知蜂堂蜂胶,不说根治糖尿病,知蜂堂对所有并发症有效,让糖尿病人有一个全新的生活质量——血糖平稳了,身上有劲了,手脚不麻了,眼睛清楚了,睡眠改善了,排便正常了,免疫增强了,三多一少不见了,血脂血压降下来了……所有的这些都可以亲身感受到!

金杯银杯,不如百姓口碑

1999年从知蜂堂生产出第一粒蜂胶起,至今12年来国家上百次抽查,无一粒蜂胶不合格!从不吹嘘蜂胶能快速降糖,而是让糖尿病人客观认识蜂胶的作用,稳定血糖、解除并发症痛苦。知蜂堂蜂胶实实在在的品质,自然会获得不少好评!

2004年,获得《人民日报社》市场信息报“中国蜂产品消费者喜爱第一品牌”。

2005年,被《大众日报》、《大众网》评为“百姓口碑最佳荣誉产品”。

2006年,被《中国医药报》评为全国十大糖尿病居民用药,唯一蜂胶类产品。

2007年,荣获“诚信广告中国行”山东地区诚信品牌!

2010年,全球参展上海世博会国际信息发展网馆,并荣获联合国国际信息发展组织千年金奖;是我国唯一一个获此殊荣的蜂胶品牌。

2011年,代表蜂胶行业受邀参与编写中国消费者协会、中国保健协会联合发布的《保健食品消费指引——蜂胶指引》。

知蜂堂12年时间里,受益糖尿病人超过150多万,知蜂堂用品质和疗效赢得消费者认可,广为传颂。

知蜂堂 ZHI FENG TANG

诸城市周边下列地专卖店购买,值得信赖。
东关大街专卖店:东关派出所东邻米厨房
爱口腔专卖店:爱口腔大病医院内四楼
益七路专卖店:益七路九龙水果园
益十路专卖店:益十路体育中心对面南电力医院东100米路北
诸城市专卖店:二环东路长途汽车东站西对面
皇丘市专卖店:汇泉路体育馆东侧
南河镇寿康药店:青年路加油站南侧
诸阳万家药店:第二路中医院对面
长城路之新药店:南河街区人民医院斜对面
平阴县世爱大药房:龙山路国税局对面