



一年一度的重阳节，子女们可千万不要错过了这个给老人表达孝心的机会。虽说父母长辈要的真的不多，一份小小的礼物就足以让他们备感欣慰，但若想送到老人的心坎里去，还是需要我们好好动一番脑筋。不妨参考以下我们为你整理的礼品清单，这个周日，带上孝心和礼物，回家看看吧！

□张颖

孝亲敬老意绵长

送营养 | 饮食补品类



俗话说“药补不如食补”，对于注重养生保健的老年人来说，营养丰富的食品是最受欢迎的礼物了。让父母在品尝美味的同时收获健康，何乐而不为呢？

海参：海参的营养特点是高蛋白、低脂肪、低胆固醇，其主要成分海参素和海参粘多糖具有抗凝血、抗衰老、抗辐射、抗肿瘤、增强机体抵抗力等多种功效，老年人常食海参对强身健体、延缓衰老等都有明显效果。

蜂蜜：蜂蜜有消炎、祛痰、润肺、止咳的功效，蜂蜜中的营养元素可以调节神经系统功能，缓解神经紧张，促进睡眠。老人每天一杯蜂蜜水，还可以起到保护肝脏的作用，另外还有保护血管、降低血压、润肠通便等功效，可谓老年人养生佳品。

燕麦：燕麦有很高的营养价值，人体必需的8种氨基酸和维生素E的含量比白面和大米还高。燕麦对预防老年人动脉硬化、高血压、冠心病、糖尿病、脂肪肝、浮肿、便秘等，也有积极的辅助疗效，能增强老年人体力，起到延年益寿的效果。

坚果：坚果富含维E、铜、镁等营养成分，尤其适合老人食用，因此，一套坚果礼盒也是不错的选择。胆固醇高，吃杏仁有降低低密度脂蛋白的作用；如果患有糖尿病，吃花生可以降低血脂；开心果中的维E可以保护肺部，降低患肺癌的风险；核桃富含的亚麻酸，能保护大脑。



秋季滋补话海参(四)

深入海参世界，探寻海参产业链

话说百浩海参七大产业优势

目前的海参市场鱼目混杂，使得消费者雾里看花，莫衷一是。而百浩海参则另辟蹊径，凭借七大产业优势独树一帜。在百浩海参考察期间，烟台盐务局杨力君局长为考察团做了详细的介绍。

纯种育苗：自育自养，严控源头，苗正参壮。烟台盐业公司海产养殖分公司旗下的百浩海参从源头抓起，建立了万立方水质好、无污染的海参良种繁育基地。

选苗驯化：增加投放的成功率。百浩提出了绿色有机生态海参可持续发展的战略，不断扩大优良海域，增加其苗种投放力度，形成持续可控的良性循环模式。

严格捕捞筛选：严格控制上市海参的品质，有效控制资源的使用，适时调整自然海域的底播密度，保证产业链的良性循环。

科学加工：百浩不断改进工艺，并引进冻干以及低温物理缩水技术，力保海参的营养成分不流失，不添加任何食品添加剂，保证绿色有机生态海参的品质。

严格自检：出厂检验是百浩海参雷打不动的制度，抽查每批产品的各项指标，严把出厂关，做到让经销商放心，让消费者满意。

全方位营销：百浩海参是国内唯一的国有海参品牌，“浩海百参，唯有百浩”，在诞生之初就鲜明地提出了全产业链发展模式，以民为本，生态有机，全民所有，全民共享。

完美售后：百浩海参通过了国家QS认证，率先实现食品可追溯的百浩查询系统，让每一只海参都有身份证，实现百浩绿色有机，天然安全的黄金全产业链的健康可持续发展。（吴俊纬）

诚招加盟代理，另常年招聘销售人员，有经验者优先。

咨询电话：0531-88396999 400-0607-016

地址：济南市历下区经十路17513-4号（学府大酒店东邻路北）

送温暖 | 贴身穿着类

“慈母手中线，游子身上衣”，描绘的是父母为子女辛勤劳作的场景。重阳之际，应该是子女反哺亲恩的时候了，就用暖暖的服饰去温暖老人们的身心吧！

布鞋：老年人都对布鞋偏爱有加，穿布鞋对老人也好处多多。购买时应首选以纯棉的千层底作为鞋底，以纯棉布作为内衬的布鞋，这样的鞋子吸湿性和透气性佳，脚感更舒适。

羊绒衫：天气渐凉，温暖舒适的羊绒衫可以陪伴老人度过寒冬。而且羊绒衫给人以典雅华贵的感觉，能让老年人更添风韵。

围巾披肩：以羊毛或羊绒质地为佳，可以选择相对艳丽一点的花色，为老人冬日相对灰暗的棉服增添一抹光彩，最适宜送给喜欢时髦装扮的老年人。

帽子：对于易患风寒的老年人，天冷戴帽子保暖是很有必要的。为老人选择帽子，要以轻便、柔软、舒适为原则，以毛线或呢料为佳；老人的帽围不宜太紧，一般比头围大出一到一厘米半即可。



送健康 | 生活保健类

都说送什么都不如送健康，对于老年人更是如此。无论是一次全面体检，还是一台小小的保健理疗仪器，都代表了子女对老人健康的关注与祝福。

健康体检：步入老年，身体机能逐渐衰退，为父母预约一次健康体检，可以及时了解老年人的身体状况，未雨绸缪。

养生书籍：一本装帧精美、内容详实权威的健康养生书籍，可以为老人们免去很多求医问药的烦恼。目前市面畅销的此类书籍包括《生活中来》、《压压手脚耳，治好老毛病》、《求医不如求己》等。

足浴盆：当前市场上的足浴盆款式功能多样，集磁疗、振动按摩、红紫外线等功能于一体的最受欢迎。

按摩椅：按摩能够疏通经络，使气血循环，有助于放松肌肉、活动关节、消除疲劳。购买时应注意选择与老人身形相称的，以局部肌肉或穴位按摩为主、可调节力度的按摩椅，每次按摩时间以不超过半小时为宜。

家用血压仪：很多老年人患有高血压，需要不定时的动态监测血压。需要注意的是，应该从正规渠道购买口碑良好，资质齐全的电子血压仪，才能确保物尽其用。



送快乐 | 情趣爱好类



老人都有各自不同的兴趣爱好，摆弄花草、喝茶谈天，或者寄情山水间乐享人生。作为子女，用一份投其所好的小礼物来助兴，是最不会出错的选择。

珠宝：送给老人以金饰和玉石为佳，黄金华贵高雅，最能衬托老人们的风韵；玉石则具有养生的功效，在选择时注意饰品的图案或款型，如含有平安祥和、富贵安康等寓意的。

盆栽：养花侍草是不少老人家喜欢的闲暇活动，子女可以投其所好，送些盆栽植物或园艺工具，让他们在赏心悦目的同时也能收获一份好心情。

茶具：一套上好的茶具泡出来的茶更加浓香，也让老人在品茗的同时更加愉悦。紫砂壶因其较好的透气性和保温作用，特别适宜冲泡乌龙茶和普洱茶，是送给老人的首选茶具。

旅游：国庆黄金周的喧嚣刚刚散去，加之秋意正浓，是中老年人外出旅游度假的最佳时机。在为老人制定旅游计划时，要根据他们的身体状况“量力而行”，同时记得带好各种应急和常用药品。

全家福：对于那些工作在外无法经常与父母相聚的子女们，全家福一定可以给牵挂你的老人许多安慰。拍全家福之前记得为老人精心搭配服饰、打理发型，定格他们最美最幸福的笑脸。

