

## 车在画中行,人在景中游

### 一起去体验梦幻新安江与绝美千岛湖



千岛湖美景。资料图片

五月半夏生,是旅游的好时节。本报特别推出“好运千岛湖、梦幻新安江、江南悬空寺休闲养生三日游”,发团时间为5月16日和19日,三日游价格仅需398元(5月10日前报名再优惠20元,老会员再减10元,可叠加),欢迎读者朋友报名参加。

#### 水美,山美,桥美

新安江水自古便是清澈可人。这条江水上,走过李白,走过孟浩然,走过刘长卿,走过李颀,走过郁达夫……一路流淌着诗意。

江南美景中,清水常见,然而清如新安江的水并不常见。新安江之水——清于蓝天白云,清于壁山绿被,清于鸟语花香水清则凉,掬一捧江水,凉入肤,沁入心。

千岛湖除了水美,更美在于山。在千岛湖周围。群山连绵林海叠翠,登山顶而远眺,千峰竞秀万壑滴翠,山风徐来松涛呼啸,高峡平湖,绿水如镜,波光潋滟。

千岛湖上,每一座岛是风景,但是把岛屿连在一起的桥,也是风景。不论你是开车,还是骑单车,更或是步行,走在大桥上,风景山色尽收,还能徜徉湖风,悠然自在!即便是同一座桥,不同的季节,不同的时段,也有不一样的风景。

江南悬空寺位于有“浙西小九华”之称的大慈岩景区内,这里以“中华第一天然立佛”享誉盛誉,是“浙江省风景名胜优秀景点”之一。大慈岩玻璃栈道沿悬崖峭壁而建,云漫雾绕,尽览周遭美景。

#### 行程安排

**第一天:**早上指定地点集合,乘车前往千岛湖湖门第一岛——好运岛。这里因距离千岛湖湖门最近,誉为“湖门第一岛”。后探寻“农夫山泉水源”

水源头”,参观农夫山泉厂房、流水线,结束后用晚餐,并召开欢迎晚会。

**第二天:**早餐后游览江南悬空寺“大慈岩”,感受一半镶嵌在山中、一半悬浮在半空中的寺庙和栈道。后前往寿昌古镇,主要有赏民俗表演,访寿昌古街自由活动组成。之后前往建德果蔬乐园——“九仙铁皮石斛基地”。晚餐后前往“梦幻新安江”游览,结束后回酒店休息。

**第三天:**早餐后前往建德新安江紫薯绿道。绿道西起紫金大桥,东至罗桐埠码头,全长3.5公里。结束后,前往九仙铁皮石斛基地,品铁皮石斛养生菜肴和石斛花茶。后前往具有1800年历史的“古樟树学堂”,游览古朴民风,探寻生命的奥秘,下午适时返回宁波。

#### 报名方式

“好运千岛湖、梦幻新安江、江南悬空寺休闲养生三日游”,原价398元(不含15元保险),5月10日之前减20元,老会员再减10元,可叠加使用。30人成团(如报名人数不足30人,可全款退)

1. 线上报名:扫描添加下方二维码我们会进行登记。

2. 线下报名:提前拨打87167337进行预约报名,为了保证安全,我们将预约不同时间段进行现场付款(宁波老年读者俱乐部,永寿街6号),尽量避免人员聚集。

报名时间:工作日9:00-16:30

记者 陈韬

注:70-79周岁出游需签署老年协议,要求监护人签名。产品不含3元/人保险费。



#### 因科研项目需要招募原发性肝癌患者

杭州种福堂中医医院肿瘤科将开展一项《软肝消结方对中晚期原发性肝癌的临床研究》项目(浙江省中医药管理局中医药科技计划项目:编号2019ZA105),现面向全国招募中晚期原发性肝癌患者。

受试者坚持口服中药治疗,以3个月治疗期为一个疗程,共4个疗程,定期复查CT/B超、肝功能、AFP,并填写生活质量评估表及中医症状评分表。治疗期间减免挂号费、部分中药费用及研究相关检查费用。 陈平

## 优质新鲜虫草即将上市 预订优惠

### 青海虫草限量特价:99元/克起

青海果洛优质新鲜虫草5月10日后即将上市,想要预订的读者抓紧时间了,优惠价每根便宜2元。

有读者可能会问,一些微商已经有现货了,为什么你们还要等?

虫草上市时间跟产地海拔有关,海拔越低,上市时间越早。甘肃、四川和青海低海拔地区虫草4月中旬陆续上市,西藏加查地区4月底上市,但青海果洛、玉树等高海拔地区虫草,藏民5月6日左右才进山,5月10日后才能陆续上市。

众所周知,海拔越高,虫草品质越好。低海拔鲜虫草价格也不比高海拔鲜草便宜很多,对消费者来说,多等几天,绝对是合算的。

来自产地消息,前两天由于产地天气缘故,果洛出草量并不多,价格波动较大。《宁波晚报》养生汇新鲜虫草24元/根起,0.5克,每根32元,0.7克,每根45元,50根以上买十赠一,100根送15根。预订价每根便宜2元。

不少读者来问那曲新鲜虫草价格,那曲虫草5月底才会陆续上市,现在还没有准确报价。参照去年价格,还是要比

青海果洛价格贵不少。此外,那曲虫草普遍比较大,小草较少。预计0.7克规格,每根要在55元以上。

买新鲜虫草除了看产地,大家尽量挑干一些的。产地一些人为提高刷虫草效率,用高压水枪冲洗包裹在虫草外面的泥团,冲洗后的鲜草非常干净,但含水量高,分量重,性价比低,保存时间也比较短。

选择《宁波晚报》养生汇购买新鲜虫草有三大优势:1、我们真实告知虫草产地,不忽悠不编造;2、我们的鲜草人工刷,不注水、不泡水,刷完后略微晾晒,能保存一个月以上;3、保证品质前提下,不高于市场价。预订读者现在无需付钱,告知大概购买意向即可。

周皓亮

#### ■链接

### 青海精品虫草限量特价

喜欢买干草的读者,门店新收320克精品青海虫草,零售价158元/克,优惠价138元/克,30克以上买十赠一,售完即止。另有青海小草99元/克。联系电话:87228361,地址:永寿街6号。

## 骨骼疾病成老人致死致残主因 “软骨素加钙片”福利:比药房便宜一半

年纪大了,最怕的就是摔一跤:从此卧床不起,病痛缠身。

医学界的调查跟人们的印象出奇一致,包括骨质疏松,骨关节疼痛等疾病已经成为老年人致残致死的主因。

别看这几种疾病本身不致命,但骨质酥松后容易引起的摔跤,以及关节病痛引发的并发症,夺去了很多老年人的健康。

很多老年人都会服用一些钙片或者氨糖软骨素改善骨骼健康。今天,《宁波晚报》养生汇向大家推荐一款商品——澳天力葡胺维D钙片(粤健广审<文>第2019081521号),供大家参考。

澳天力是国内首批通过保健食品GMP审查的企业之一,拥有22年保健食品生产经验,也是汤臣倍健曾经的代工厂。

公司先后获得AAA级中国质量信用企业、广东省保健食品安全示范单位、国家高新技术企业等多项荣誉,2016-2018年澳天力生长基地是原国

家药检总局定点管理的40家大型保健食品生产企业之一。

澳天力葡胺维D钙片集氨糖、软骨素和钙片于一体,每一片盐酸氨基葡萄糖200毫克,含硫酸软骨素155毫克,含钙65毫克。能增加骨密度,改善骨健康。

葡胺维D钙片在宁波一些大型知名药店均有售,零售价198元/瓶,优惠价一般是第二瓶半价,买两瓶相当于打了75折。“五一”劳动节前,厂家跟宁波晚报养生汇开展品牌宣传合作,推出一个指定批号,198元可以买3瓶,总量限50份。目前还剩20份,想要的尽快。

澳天力葡胺维D钙片每瓶100片,每日2次,每次3片,一瓶可以吃半个月,厂家建议需要的读者可以买6瓶,服用3个月,会有比较好的体验。

周皓亮

数量有限,先到先得。需要的建议提前电话预定。电话:87228361,地址:永寿街6号。