



## 春季海参养生 最适合囤货

通常人们认为,吃海参滋补应该在冬天,但其实春参营养价值丰富,尤其量也比秋季的少,价格也实惠。“尤其到了下半年,中秋节、国庆节,一直到春节,买海参自用或送礼需求增加,会进一步推动海参价格的上涨。”富豪源海参工作人员黄先生建议,春季是一年当中囤积海参的最佳时节,有滋补养生习惯的市民应当抓紧时机。

### 海参可调节亚健康

众所周知,上年纪的老年人,身体免疫力慢慢下降,容易生病,实际上,伴随着紧张的工作和生活的压力,不少中年以及青少年因用脑过度,疲劳过度以至于体力、精力透支,使得身心都严重超负荷运转,加上饮食不规律,身体一直处于亚健康状态。

据调查,如今超过七成的人都是亚健康人,为此,不少人表示,改善亚健康病态需要建立有序的作息时间制度,这一点毋庸置疑,不过,饮食方面的调整也不可忽视,此时,海参的

进补功能就能体现出来。据了解,海参有很高的营养价值,富含蛋白质、脂肪、糖、钙、磷、铁、碘等多种营养成分,是公认的上佳补品,无论老年人群,中年还是少年人群,适当服用都是有益于身体健康。

对于老年人而言,现在进补海参,可以有效提高身体免疫力,增强抵抗力,而对于亚健康状态的中年人来说,吃海参可以补肾壮阳,益气补阴,通肠润燥,生津补血等多种功效,另外,对青少年而言,合理进补有利于长身体。

### 海参长期吃才强身

海参是高蛋白的食物,有助于人体生长发育,并且能够延缓衰老,增强免疫力,高血压,心血管疾病,肝炎,糖尿病,再障性贫血及老年体弱者来说都是食疗佳品,海参的营养价值众所周知,但是海参进补要坚持长期吃才能见到明显的效果,尤其身体不好的人,经济条件允许的情况下,最好坚持吃,才有效果。

海参业内人士说,对于有海参进补习惯的人群来说,从现在起,每天一只海参,坚持一

年四季食用,才能起到强身健体,增强免疫力的作用,此次青岛富豪源海参为养生人群提供既便宜又能买到今年的新参,何乐而不为?

海参如何选择?海参的刺多少并不是决定海参好坏的唯一标准,其决定好坏的最关键因素是产地和海域,一般来说,海参的好坏与刺的密度无多大关系,刺的多少与生长环境有关,因此选择海参时切忌一味地只看海参刺的多少,选择体壁肥厚粗壮的海参更重要。



富豪源海参泡发后大小

## 特价1999元 小米加“步枪”挺进武隆

此次行程原价2980元,现特价只需1999元,双动六天纯玩之旅,说走就走,到重庆武隆的天坑地缝探听地球的心跳。

你一定久闻重庆武隆的大名。武隆世界自然遗产核心景区——天坑三桥是纯天然的地质奇观,影视大片偏爱这里。《变形金刚4》《爸爸去哪儿》……这些经典之作都曾取景于武隆,并成为张艺谋2006年电影大片《满城尽带黄金甲》唯一外景地。想看大草原,何必去内蒙!仙女山国家森林公园有着渝东南最大的高山草原,以“东方瑞士”著称于世,青幽秀美的丛林碧野景观而誉为“南国第一牧原”。

本次行程一天一城,一日一景,除了重庆武隆外,行程还将前往酉阳桃花源、乌江画廊、贵州赤水……而且纯玩无购物的旅行,让您无进店购物的烦恼。

为了让您的行程更有特色,更值得回味,我们还每天都安排

了一个特色。在恩施,与土家儿女一起欢跳摆手舞,品恩施特色摔碗酒;在仙女山大草原上,还可以参加草原广场舞,前三名有神秘大奖哦。最值得一提的是,本次行程最大的特色——小米加“步枪”,您将着红军全套装备,喝着小米粥,穿越赤水河,重走长征路!

推荐线路:重庆武隆、贵州赤水双动纯玩六日游

发班日期:5月9日、5月16日、5月23日

发班价格:特价1999元(包含往返动车票,空调大巴,景点大门票;指定酒店双标间:3晚商务酒店双标间,1晚当地新五星酒店双标间,1晚新四星酒店双标间;五早五正餐:正餐餐标:10人一桌10菜一汤,其中一正为特色餐50元/人;优秀导游服务)

报名热线 请致电现代快报智慧旅游大管家025-58598151



重庆武隆仙女山国家森林公园

## 五年野生春参新上市 感恩回馈母亲节

# 富豪源海参一年一度的优惠让利即将开启

**活动时间:**2016年4月21日-25日(8:30-18:00)

**活动热线:**025-84783633、13808973581、13953262783

**活动地址:**洪武北路55号置地广场1楼(德基东,长江路文化艺术中心南)

**乘车线路:**1、5、9、25、34、27新街口东台下;2、26、30、46、60路青石街站下即到,28、33、100、16、35路新街口北站下;地铁1号线、2号线新街口站德基出口方向

富豪源春季海参上市了,为回馈母亲节来临之际,青岛富豪源海参自4月21日-25日在现代快报一楼大厅一年一度的优惠让利活动与新老会员不见不散,机会不要错过!

母亲节即将来临,送父母什么不如送父母健康,是所有儿女的最大心愿,本次富豪源特推出3到9年之间的野生海参,供您选择,来孝孝心,让老人吃得放心,吃得健康。



### 夏季养生 海参是滋补尚品

随着人们生活水平的提高,越来越多的人开始注重养生,讲究健康的生活方式,而食补既安全健康,又能起到调理身体的作用,因此,食补成了人们养生的首选方式。夏季很快来临,在炎热干燥的天气里,水分大量流失,一系列身体问题开始出现,头晕眼花、四肢无力、抵抗力下降、精神匮乏、失眠多梦等现象尤为突出。那夏季吃海参好不好呢?

夏季由于天气燥热,人们总认为冬季才是最好的进补时节,而夏季进补容易上火,其实这是一个养生误区,只要方法得当,夏季进补能起到很好的作用。夏

季身体表现出来的各种不适,其根本原因都在于“气虚”,海参极具营养适合在夏季食用,而且对部分病症来说,夏季还是非常好的进补调理时节。

### 价低质优 海参下半年或将迎涨价

海参捕捞分为春秋两季,就营养价值来说,春季海参更好。“海参经历了冬眠期间的营养积累,再加上要在春天产卵生殖,营养物质都在卵里面,就是我们常说的海参肠卵,这是非常贵重、珍稀的营养品。”富豪源工作人员表示。

然而,大部分人仍然持有夏季不宜进补海参的观念,导致夏季的海参消费市场在一年当中是相对淡季。相比下半年的中秋

节、重阳节、国庆节、春节等等接踵而至的节日,海参的价格也随之节节攀升,因此,每年的春夏两季是购买海参较实惠的时候。但是,以往春节过后都是海参价格较低的时候,今年的价格不降反涨。“一方面,现在吃海参的人越来越多,需求量不断增加;另一方面,春季海参的产量相对偏少,导致供不应求。再者,近年来海参的成本一直居高不下,尤其是野生海参的养殖成本。”富豪源海参负责人推测,今年下半年淡干海参的价格或将上涨至新阶段。

### 品质保证 周四举办野生海参促销

常吃海参的人都知道,海参的营养价值是由其生长海域、地

理气候等因素决定的,其生长条件越好,营养价值也随之越高。而3年以上就可称为成年参,海参自然寿命一般为8-9年,参龄越长的海参在海洋中度过了漫长的岁月,吸取了更多的海洋精华,其体内积蓄的营养更丰富,所以,年限越长的海参,更珍贵。“我们的野生海参,都是生长在长海20多米深的海水中,靠捕食海水中的微生物生长,不投放固定饵料,生长周期长达3-9年。因此肉质厚实有弹性,筋宽厚饱满,营养物质较普通海参更丰富。”富豪源工作人员介绍。一年当中,春季选购海参是比较好的季节,常年进补海参的市民此时购买较实惠,本周四开始将举行春参大型促销会,届时将有火爆优惠活动奉献给市民,请需要购买海参的市民持续关注。

### 活动链接

### 富豪源海参 优质海参980元/斤起

为了让市民吃上真正的野生淡干辽参,回馈会员,本周四起将在现代快报一楼大厅举行富豪源春季海参特卖,敞开售卖,特价海参,三年野生,五年野生,6到7年野生,供您选择。

优质淡干海参:980元/斤  
三年野生淡干海参:1980元/斤  
三年以上淡干海参:2380元/斤  
五年野生淡干海参:2780元/斤  
六到七年野生淡干海参:2980元/斤