

80岁老人养生三宝:三七、西洋参与丹参

年关将至,滋补品销量飙升,文山三七、加拿大西洋参和山东丹参雄霸广电惠民生活馆销量榜。“三七、西洋参与丹参俗称‘老人三宝’,常被不少中老年人搭配着食用,用于调理身体。”广电惠民生活馆孙店长说。

80岁的任青霞老人住在光华门石门坎。如今已经四世同堂的她,除了耳朵不太好使,身体其他方面都很好。问及老人的养生之道,她说:“这么多年,我都很注重养生,饮食以清淡为主。尤其是每天早晨各挖一勺三七、西洋参和丹参粉混合着用温水吞服,更是雷打不动的习惯。”老人家说,她就信得过广电惠民生活馆,有现代快报及电视台等七大媒体共同监督,公信力很强,质量有保障。

三七、西洋参和丹参俗称“老人三宝”,对养生稍有了解的人,对它并不陌生。据广电惠民生活馆孙店长介绍:“不少中老年人都有高血压、高血脂、心脏病,懂得保养的,都会服用三七粉。而和西洋参、丹参两者搭配食用的方法,被不少店里的老客户用于调理身体。”



广电惠民生活馆有1000多平方米专业展厅,规模大、珍品多

产地成疑,家家标榜“文山货”
广电惠民生活馆深入产地实地考察

说到云南文山,它是中国超大的三七种植基地,被命名为“中国三七之乡”。因为特殊的地理和气候土壤条件,文山三七以品质好著称,但文山只是三七的核心产区,云南和广西都是三七主产区,其中,文山州的产量只占云南全省的7成不到。

这些年来,为了保证惠民生活馆专供正宗的文山三七,除了深入云南文山三七生产地进

行实地考察,在原产地从当地三七种植户手中精心筛选,并请第三方对三七进行检测,而且提供现场免费打粉,让市民看着放心、吃着开心。更重要的一点是,广电惠民生活馆的文山三七不仅确保所有三七都是来自原产地,质量也绝不含糊,而且一如既往地通过多种途径压缩成本,缩减中间流通环节,让价格更亲民,新春特惠价仅合140元/斤。

每天不到2元钱
市民刘女士:为健康花多少钱都值得

广电惠民生活馆的三七好,靠的是口耳相传,不少人是回头客带来的亲友。

市民刘女士住在鼓楼龙江。她听同事说,广电惠民生活馆的三七特火,纯正的文山三七,价格还公道,赶在元旦放假时就到馆里买了3000多元的三七。昨天,她已经是第二次来到广电惠民生活馆了,依旧大包、小包拎了满手。她说:“邻居们都会算账,现在仅合140元/斤,每天服用3~5克,算下来一天只要1块3毛钱,还不到2块钱滋补进补。人上了岁数,只要身体健康,不给儿女添麻烦,花多少钱都值



七大权威媒体替老百姓把关

得!”家里的亲戚朋友听说她要来,都要她帮着再带点,所以,昨天她又来了一次!

西洋参采购团队亲赴原产地
不求数量、品种,只求质量

“老人三宝”之一的西洋参也是广电惠民生活馆的镇馆之宝,0.78元/克起的高性价比也让养生一族们既吃惊又兴奋。

“我们所销售的西洋参都是原产地直供的。”广电惠民生活馆孙店长介绍,“我们不追求数量的大小、品种的多少,但我们追求质量。只有质量符合我们的标准,才能引进到馆里来。”

据了解,为了能够准确把控广电惠民生活馆产品的质量,负责人会带领具有多年从业经验的采购团队到各个主要产地去直接采购,“从原产地拿回样品后,还要进行对比、分析,淘汰掉质量不过硬的。”至于售后问题更不用担心,广电惠民生活馆有1000多平方米的专业展厅,规模大过20个实体店,实力强劲。

每天仅需1元至2元
长期吃压力小,很划算

西洋参虽好,但如何选择,是很多市民纠结的问题。孙店长为市民做出了讲解,“挑西洋参,除了看产地,参味、颜色、体型、含量都是

判断优劣的标准。一看表皮,越是皱皱的越好,这说明西洋参在新鲜的时候个头大,制干之后收缩得厉害;二是蒂小的、芦头清晰的、分量轻的,品质越好。”

孙店长介绍:“西洋参很适合中老年人养生补气,可以切片泡茶打成粉吃,炖汤也可以放一些。配以三七、丹参1:1:1的比例混合打成粉,做成‘老人三宝’,更能通经活络。”

在广电惠民生活馆,加拿大进口西洋参原枝,参味浓,蒂小芦头小,算下来,每天仅需1元至2元,长期吃压力小,很划算。

滋妙招

俗话说“气血通,百病消”。保持经络气血的流畅,对我们的健康、养生都是非常有好处的,三七、西洋参与丹参打成粉,冲水喝,对经络的维护、气血的流通确实很有帮助。广电惠民生活馆“新春特惠”火热进行中,正宗文山三七仅合140元/斤,加拿大西洋参0.78元/克起,紫丹参0.2元/克起,数量有限,先到先得。



23大类滋补品,原产地直供价,一站式直销

惠民热线:025-66065188

惠民地址:广电惠民生活馆(南京市夫子庙建康路277号,淮清桥向西50米)

公共交通:4路、7路、40路、202路建康路·夫子庙站

地铁:3号线夫子庙站3号口向东40米(近招商银行)

85后辣妈飞行员筑梦蓝天:“我爸爸和老公也是飞行员”

这个春节,一家三个飞行员又要各飞各的



在东方航空武汉公司里,有这么一位英姿飒爽的女飞行员,她的父亲是飞行员,她的丈夫也是飞行员,一家子三个飞行员带着千万旅客平安起落,穿梭国内外。2020年春节期间,他们一家人将继续“分开旅行”,奋战在春运一线。陈静说:“记忆里,20多年了,一家人好像都没好好吃上顿年夜饭。但每每看到旅客回家时脸上的笑容,我的心里总是暖暖的,这就够了。”

现代快报+/ZAKER南京记者 宋经纬



扫码看视频

陈正江(左)、陈静(中)和缪威 图片由受访者、东方航空武汉公司提供

她的飞天梦源自飞行员爸爸

“空中玫瑰”,多么响亮的名字。在普通人眼里,女飞行员是绝对优秀的代名词。作为东航武汉公司的一名副驾驶,陈静并没有把自己的工作看得很特殊,“认真、踏实、肯干、仔细。这是爸爸教会我的工作态度。”

在陈静还没有满月的时候,就跟着父亲陈正江去了部队。陈静小时候,父亲只要休息,就会带她看飞机,去修理厂玩,久而久之,她对机械产生了兴趣。

2008年,航空公司招飞,还在读英语专业的陈静也参加了报考。“其实原来是准备考幼师的,但知道招飞信息后,想都没想就报名了。”成为女飞行员的路并不容易,除了一道道理论关,还有体力上的考验。陈静说,东航的飞机以波音居多,波音飞机被飞行员称为“空中健身房”,可见操作上特别费力,

这对女飞行员的体力是一种考验,但陈静都咬牙坚持下来了。

与其说耳濡目染,陈静更愿意把她的飞天梦,视为对父亲工作态度的传承。陈静骄傲地说,父亲开了44年飞机,没有说过一句苦。“他身上的细心、认真,是我一辈子都要学的,他是我的偶像。”

除夕的焰火好美,天空就是我们家

如今,1986年出生的陈静已是两个孩子的妈妈,深知陪伴的重要。她的丈夫缪威现在已是名机长,身上的担子沉甸甸,一家人总是聚少离多,陪伴家庭显得更为不易。

“很多人问我,你已经有了一个飞行员爸爸,为什么还要再嫁一个飞行员?我想说,这或许就是缘分吧。”陈静与丈夫于2012年结婚,组建自己的小家庭后,两人依然没法好好吃上顿年夜饭。缪威说,每次和陈静出

门,二宝总是很不舍得,拉着我们的登机箱,不想让爸爸妈妈走,还说以后长大了替我们上班,他也要当飞行员。

虽然除夕不能团聚,但一家人也有自己的办法过春节。“结婚那年的除夕,我、陈静、还有岳父都在天上飞着。在万里高空看大地焰火,特别清楚,特别漂亮。下了飞机,我立刻发起群视频,分享彼此在天空上的感动。”缪威说,那一刻,家人的心都在一起的感觉,比什么都重要。

2020年春节,陈静和丈夫、父亲会继续飞在一线。“春运期间,我们每天会有3万多名同事坚守在岗位上,计划执行航班11.89万班次,保障大家顺利回家。”陈静开心地说,这几年,眼见着机场越修越漂亮,开辟的航线越来越多,飞行员的队伍也越来越壮大。仅东航,截至2019年,已有约7000名飞行员,招收和培养的女飞行员已有81名。

行李的故事

衣服里包了三根莴笋
带给东北的大哥

快报讯(记者 李鸣)“他哥哥喜欢吃我们南方的莴笋,所以特意带了几根莴笋。因为东北没有这个。”金女士说到这里,自己也忍不住笑出了声。青绿色的莴笋看起来很新鲜,装在塑料袋里,放在给亲戚家孩子买的衣服下面,生怕被挤坏了。9个小时后,它们就要抵达辽宁。

春运首日,在铁路南京南站熙熙攘攘的候车大厅里,金女士一家四口正在分吃一碗鸭血粉丝汤,亲密模样羡煞旁人。“南京的鸭血粉丝汤,我女儿比较喜欢吃。”31岁的金女士有一儿一女,6岁的大女儿在一旁吃得分外开心。

目前,金女士和老公都在安徽工作。这次一家人要回远在辽宁的婆家,在南京中转。他们带了一个行李箱和一个背包,里面装满了给家人带的礼物。而莴笋则是特意给老公的哥哥带的,因为哥哥很喜欢吃南方的莴笋。

金女士告诉记者,去年家里老人去世,丈夫回去过一次,而她和孩子们已经两三年没回去了。“去年打算回去的,结果怀孕了,生了二宝。”金女士说,如今小儿子一岁半了,带着一起回去过年。

新年有什么愿望?金女士说,希望孩子健健康康成长、家里老人身体健康、自己和老公工作顺利,“其实这么多年,挺感谢我老公的!他比我小4岁,但是内心比我强大,总是包容我。”



扫码看视频