市民游客共享淳安好味道

餐饮美食“挑起”商贸“重头戏”

生活头条

记者 周雅婷 通讯员 何樟勇

好生态、好食材、好美味。近年来,随着人们对千岛湖越来越了解,许多游客不仅仅因为美景慕名而来,不少游客还被淳安独特的美食所吸引,感受原汁原味的“淳安味道”。

湖鲜土菜“套牢”游客心

有机鱼头、农家暖碗、农家土猪肉……说起淳安美食,外地游客许茹十分熟练的报起名称来。他说,“我来千岛湖很多次了,吃过几顿饭,因为非常有特色,所以印象十分深刻。”

1月8日,记者从县商务局了解到,去年1—11月我县餐饮业营业额增速达到12.3%,对拉动社零增长的贡献较为突出。其中特色餐饮店表现亮眼,喜相逢酒楼、丽湖餐饮、几荷酒店、千岛湖鱼味馆等限上单位纯餐饮店表现亮眼,列入县统计单位汇总库的17家限上单位纯餐饮店1–11月份实现营业收入共计15497万元,同比增长20.8%,这些餐饮门店均呈现各自特色,去年来经营业绩持续稳定增长。

随着餐饮行业转型,社会大众餐饮渐受欢迎,受此影响,新开办餐饮店数量大增,南景路休闲美食街去年以来新开办了近20家餐饮店,生意都较为红火。千岛湖大排档和清波门口特色餐饮街区,分别以千岛湖湖鲜和农家乡土菜为特色,去年来各门店人气兴旺,营业额普遍增长15%左右。

餐饮美食成商贸主角

据县商务局工作人员透露,餐饮美食是我县商贸的重头戏,餐饮业发展的好坏将直接左右我县社零增长速度。“可以说,目前餐饮业已进入一个新常态,理性消费已成为一种习惯,餐饮增速减慢,但经过增速换档期,增长会更有后劲和持续性,需要餐饮企业和经营者有耐心和平常心。作为国际旅游小城市,随着全县景区化战略的实施和杭黄高铁推进,游客将逐年增加,居民也不会减少,‘吃’作为旅游第一要素,餐饮业有足够的消费人群。”

接下来,县商务局将重点注重餐饮品牌和特色的打造,继续会同县餐饮协会深化“三名”工程,挖掘培育淳安餐饮美食特色,编制淳安美食地图,开展诚信经营宣传,同时利用协会平台,做好餐饮协会增员扩面工作。与此同时,按照“延长时间、拓展空间、丰富内容、提升效果”的思路开展千岛湖美食节系列活动,积极开展系列美食推介活动,进一步提升千岛湖餐饮知名度,以活动提升品牌促进消费。

叶永生 摄

芙蓉糕冻米糖走俏年货市场

淳风淳味

见习记者 汪琛

临近年关,很多小时候才会吃到的“美味”在年货市场纷纷“上架出售”,芙蓉糕、冻米糖、松管糖等传统风味糕点,吸引一波又一波的“铁杆粉丝”。

连日来,姜家镇一家商铺内,各式口味的糕点香气扑鼻,前来购买的顾客更是络绎不绝。“买点孩子们喜欢吃的糕点那才叫年味。”李奶奶是这家店的常客了,她挑选了芙蓉糕、松管糖和各种口味的冻米糖,满载而归。店老板告诉记者,“现在正是生意最红火的时候,家家户户都得备点糕点,老人、小孩都喜欢吃。”

在塘边的一家超市内,芙蓉糕冻米糖等糕点被摆在了最醒目的位置。市民洪女士正在选购芙蓉糕,她说,小的时候只有逢年过节才能吃上芙蓉糕,“芙蓉糕对我来说就是‘奢侈品’”。工作人员汤小姐告诉记者:“冬至一过,各式糕点便‘及时’上架了,销量十分可观,年前各式糕点还将大量补货,供市民挑选。”

科普之窗

本栏目由淳安县科学技术协会协办

头部保暖功效多

人的头部的血管及淋巴组织极为丰富,在严冬,如果不戴帽子外出,部分热量就会迅速从头部散发出去,易受风寒侵袭而患感冒等疾病。头部保暖还能预防“面瘫”。据报道,一位22岁的武汉姑娘为了向心仪男生“秀”自己的美好身材,约会时只穿了薄薄的毛衣和裙子,在寒风中逛街后,次日竟然嘴眼歪斜、不停流口水,被诊断为“面瘫”。所以冬季外出一定要注意头部(面部)保暖,如果嫌戴帽子不好看,可戴口罩或用围巾把面部、耳前、耳后围起来保护好,不要接触冷风。

方抵敌 辑

常吃萝卜不求医

老百姓常说:“常吃萝卜不求医。”萝卜具有消食化滞、排除胀气、解毒消热、通便止血的功效,适用于饮食过度、食滞腹胀、便血便秘的调治。萝卜从头到尾营养分布不同,吃法也应不同。一般可分四段食用。萝卜性寒凉,阴盛偏寒、脾胃虚寒者不宜多食。胃及十二指肠溃疡、慢性胃炎、单纯甲状腺肿、先兆流产、子宫脱垂等患者宜少食萝卜。服用人参、西洋参时不要同时吃萝卜,以免药效相反,起不到补益作用。

莫云 辑

冬令进补虽重要 还需科学对待

记者 李维维

“根据你的情况,就给你配一些膏方,另外,再配合好自己的睡眠,就能缓解你现在的身体情况了。”早晨9点,在城区某中药馆内,中医专家处已经陆陆续续来了几名咨询的患者。

中药馆工作人员介绍,每年冬天,随着天气越来越冷,前来配补方的市民就会陆续增多。今年也不例外,最近每天都有前来配补方的市民。中医馆专家也证实了工作人员的介绍。“我国民间素有冬令进补的习惯。人体经历了前三季的消耗,冬天如果能适时进补,可以及时补充人体的气血津液,抵御严寒的侵袭,又可使来年少生病或不生病。”

这几年,随着公众养生意识的增强,以及市民生活水平逐渐提高,冬令进补已经越来越普遍。但是中医馆专家也表示,冬令进补必须科学对待,有需要的市民应当按照医生的诊断进行进补,否则就有可能对身体造成损伤。

落枕高发 脖子也需“保暖”

记者 郑文彬

最近山城气温明显降低,落枕的患者也明显增加,许多人早晨醒来,发现脖子突然僵直不能动,原来是“落枕”了。

县中医院针灸推拿科涂医生介绍,这段时间,由于天气原因,大家往往睡得比较沉,翻身相对较少,长时间保持颈部弯曲姿势。不仅很多中老年人落枕,年轻人落枕情况也很突出,他们主要是睡枕头过高或过低,或者棉被不能很好地盖住颈部,颈部受寒,引起血液流通不畅,导致落枕。

医生建议,冬天睡觉时,除盖好被子外,还可以在脖子上裹条毛巾,这样能有效预防颈肩外露受风寒导致的落枕。一旦落枕,可以先躺着不动,让肌肉慢慢恢复,也可以用毛巾热敷。但如果疼痛超过24小时,应及时就医。

落枕小贴士

贴士一:保证睡眠时颈肩不受凉,洗完头发一定要用吹风机吹干后再上床。

贴士二:冬天不可在有“穿堂风”的地方睡觉,以免颈部着凉。

贴士三:睡觉时,不要躺着看书;睡觉或是看电视的时候,姿势不要斜着、靠着、歪着、扭着。

贴士四:选择合适的枕头。枕头不要太高,高度应在10厘米左右,填充物不能太硬。睡眠时应将颈部也枕在枕头上,不要悬空。

冬季洗澡不宜过频

记者 江晓帆

气温下降,每天晚上回到家里,洗个热水澡再睡觉,是一件很幸福的事。但对一向爱干净的刘女士来说,最近怎么都开心不起来,发现身上的皮肤是越洗越干,还伴随一定的瘙痒。就医后得知,这罪魁祸首竟是因自己勤洗澡造成的,被确诊为“乏脂性湿疹”病。

乏脂性湿疹是一种季节性皮肤病,通常到了冬季多发。冬季气候干冷,人体水分流失较多,特别是老年人皮肤油脂分泌本来就不旺盛,洗澡过频、常用沐浴露等会洗掉皮肤表层的大部分油脂,导致皮肤出现发红发干、痒、脱皮等现象,常伴有针刺痒、蚁爬样感觉,并因搔抓而出现抓痕、渗血。

“许多人洗澡时都喜欢把身上的‘泥’搓出来,其实所谓的‘泥’是皮肤上的油脂。”县一医院皮肤科的吴医生解释,每年因洗澡习惯的错误导致引发乏脂性湿疹,来医院就诊的患者不在少数,尤其冬季。其实身上的“泥”并不是身上的脏东西,而是皮肤水分的保护膜。

冬天气候干燥,如果还像夏天那样天天洗澡,会把身上的油脂洗掉。而且有些年轻人,每天洗澡都要用香皂、沐浴乳。“这些清洁用品的用途大多是去除身上的油脂,有些清洁用品对皮肤有一定的刺激性,还是少用为宜。”吴医生表示,除此之外,水温应控制在适宜范围内,不宜过热、尽量避免使用强碱性肥皂沐浴,洗完澡涂一层润肤乳,衣着以舒适棉质内衣裤,这样更能使皮肤保持水润。

一旦皮肤出现发红、发干、瘙痒等情况,可以采取拍打或者用手指指腹轻揉的方式缓解,避免用指甲去抓痒,因为抓痒会刺激局部神经更兴奋,且指甲内含细菌,反而加重了病情。如果瘙痒呈进一步加重并不可控制态势,还是应及早就医,避免拖出病灶。

理性减肥人生才能更美

小院围炉

储珊

“每逢佳节胖三斤,快速减肥求妙招”,元旦过后,这样的话题再次迅速占领聊天榜首。减肥,已经成为不少人的日常状态,更是很多爱美女士的“终身事业”,减肥市场也因此常年保持活力。

作为一个老话题,减肥虽然常常被谈起,但如何科学、合理的减肥并不是人人都知道。我们总能在报端看到诸如“花季少女服用减肥药殒命”、“某某明星因为减肥患上厌食症”、“谁谁通过节食减肥,导致抵抗力降低得了重症脑膜炎”等让人感到惋惜的新闻。

笔者以为,如果肥胖已经影响到了健康,自然是要鼓励胖墩们甩肉,为了形体更好看,适当控制饮食也可以理解,但是把减肥当成每天的“必修课”,甚至已经损害到健康,就得不偿失了。

只有回归理性和常识才是减肥人士应该达成的共识。要正确认识减肥,牢记减肥常识,不盲目、不跟风,科学合理的减肥,那样瘦身才能长时间坚持下去,进而取得理想效果。同时,对于减肥市场的乱象和宣传误导,监管部门要负起市场监管的责任,对鱼龙混杂、夸大其词的减肥产品和方式大声说“不”,维护消费者利益,避免更多人受其误导而走上可悲之路。

为了健康为了美,减肥不是错,但在制定甩肉计划时,一定要同时具备正确的审美观、健康的心态,科学的指导意见,理性减肥。