

绿色骑游,赏泉、摘梨、打核桃

周六,我们骑车去游斗母泉



本报9月21日讯(记者 邢振宇) 9月22日是中国城市“无车日”,本报号召市民给爱车放个假,邀请大家周末停开私家车,一起骑自行车游名泉赏美景。本周六(9月24日),本报张刚大篷车和济南市旅游局将联合举办绿色骑游活动,骑车游斗母泉、赏泉、摘梨、打核桃。市民想参加可拨打本报读者热线96706报名。

斗母泉是济南七十二名泉中海拔最高的泉,在这里可以采摘新鲜的梨,品尝山上的核桃。斗母泉位于市中区兴隆街道办事处南端的青铜山上,海拔700多米。在清代的《七十二泉记》中叫“窈姑泉”,至今当地不少人仍沿用这个称呼。旺季三股泉水汨汨而出,因水流量大,又称“大泉”。泉水自岩壁岩孔流出,汇落方池,晶莹碧透,清冽甘美,村民们争相饮用。传说饮此泉水“治病保健”,泉周围“百米之内无虫”。

据了解,每年到斗母泉游

览、取水的游客和市民络绎不绝。周边有挂满果实的梨树,村民刚刚收获的核桃个个新鲜。在观泉饮水的同时,游客还可以在此吃到地道的农家饭。青绿的山,甘冽的泉,可口的饭,纯朴的人,会让每个游客不虚此行。即日起,想参加的市民可以拨打本报读者热线96706报名。9月24日(周六)上午8点在山东省体育中心集合,统一骑车前往。

据济南市旅游局相关人员介绍,绿色骑行作为健康、时尚的旅游休闲方式,在国内外非常流行,济南也将在南部山区

规划建设以低碳旅游为代表的自行车绿道系统,方便市民骑车郊游。此次组织市民、游客骑车游山野名泉,主要目的就是倡导健康、快乐休闲方式,让旅游更低碳。

此外,参与者也可以将本人和名泉合影上传至“游济南名泉,赢旅游大奖”活动专栏,并写下自己的旅游梦想,有望赢取万元旅游大奖。参与者可以登录山东旅游资讯网(www.sdta.cn),山东旅游政务网(www.sdta.gov.cn)或济南旅游政务网(www.jnta.gov.cn)进行注册,圆旅游梦想。

赏民俗 逛乡村
尝美食 游名泉

“泉水休闲周”请您乐游泉城

本报9月21日讯(记者 邢振宇) 21日,记者从济南市旅游局获悉,济南泉水旅游休闲周活动方案出炉,休闲周将于24日全面启动,针对不同人群推出了六大主题休闲活动,赏民俗、逛乡村、尝美食、游名泉等精彩活动不断。

清照故里赏民俗,9月25日至9月30日,章丘将举办“清照故里 词意章丘”2011章丘市李清照文化周活动,推出百脉仙子评选、民俗手工艺展演、公益电影放映等13项特色活动。届时,颇具章丘民间文化特色的近40个项目将在广场进行集中展示。

采摘活动主要包括:历城八里峪果品采摘节、西营万亩板栗采摘节、西营上罗伽高光效苹果采摘节;长清马山蜜桃采摘节;章丘七星台金秋采摘节、宁家埠镇龙源秋果采摘节、垛庄白云山生态休闲采摘节;商河现代农业科技示范园蔬菜采摘节;济阳第三届柿子采摘节;天桥蔬菜采摘节;平阴苹果采摘节等。

采摘完了,就来品尝济南的美食。9月28日被定为泉城美食休闲日,将动员星级饭店根据自身特色策划推出一批“好客山东休闲宴”、“休闲泉城宴”。当天,各星级饭店以特价菜等形式,对入选“100种不得不品尝的美食”的济南美食进行推广,让游客品尝正宗的山东美食。

鼓子秧歌、安塞腰鼓、彝族跳菜……

多项非遗项目走进景区

本报9月21日讯(记者 乔显佳) 被人们视为“活文化”的非物质文化遗产,如今成了旅游经营者眼中的“香饽饽”。记者21日采访了解到,“十一”前夕,济南一景区将近十项国家及省市级非物质文化遗产请入,为硝烟渐起的旅游“黄金周大战”增加卖点。

21日,来自商河县63岁的国家级非物质文化遗产——鼓子秧歌的传人杨克胜,在南部山区的九顶塔中华民俗欢乐园景区,一招一式地向景区工作人员传授鼓子秧歌。杨克胜进景区授艺已经有一

周时间,经过半个多月的口传心授之后,到“十一”时,将会有80人同时为游客表演鼓子秧歌。

同列国家级非物质文化遗产项目的还有云南南涧“彝族跳菜”,表现少数民族迎客时“一边跳舞一边上菜”的情景,时而在地上跳,时而在桌子上跳,跳得兴起时还会用口叼起桌子。

另外,来自陕西的安塞腰鼓、来自河北井陉的“拉花”,来自少数民族的“上刀山下火海”……这些国家级、省级非物质文化遗产项目将陆续在“十一”长假期间登场献艺。



泉水如镜

21日,护城河水分外安静清澈,垂柳倒映在水中形成美丽的图画,显示出秋季独有的魅力。

本报记者 周青先 摄

关注糖尿病焦点专题之四

用糖疗法有望破解糖尿病

四大疑点问责糖尿病怪异表现拷问病因

近日,随着用糖疗法在全国多个省市的深入推广,真实而快捷的疗效让众多使用者惊叹不已。一些没有使用过这种疗法的人,和正在了解用糖疗法的人,看到了用糖疗法的疗效,内心产生了巨大的震撼。他们对以往的降糖治疗产生了种种疑问:对以往的降糖药效果进行了深深的反思。这些疑问和反思在急于寻找答案的过程中,变成了拷问:1、糖尿病患者到底是多糖还是缺糖?2、同样的饮食,为什么糖尿病人血糖升高,而健康人的血糖却正常?3、降糖药为什么会越吃越多,病情越治越重?4、传统的降糖方法为什么不能根除糖尿病?

细胞缺糖在作怪

李云鹏老人如梦方醒

无独有偶,来自上海的李云鹏老师,自从得了糖尿病就一直在用降糖药,几年下来药越吃越多,糖尿病却越治越重,种种疑问更让他百思不解:1、顿顿降糖药;天天血糖高;体内这么多糖,嘴里还饿糖;看见糖块就想吃;自己到底是多糖,还是缺糖?2、都说血糖是能量,为什么自己高血糖的时候总是饥饿,并且精疲力乏?3、和老伴吃一样的饭,吃的一样多,有时还刻意少吃一些,为什么她的血糖不高,自己却高血糖?4、按说血糖高应该能量足啊,身体应该更强壮,可是为什么自己免疫力低,好感染,易得病毒疱疹,人也衰老得特别快?

糖尿病人几乎都有这些疑惑,很多糖尿病医生也和李云鹏老师一

样说不清这其中的缘由。

2010年一个偶然的机会,李云鹏老师读了一本资料——走出糖尿病治疗误区,详细地介绍了糖尿病的“降糖真相”,让李老师如梦方醒,国际研究证明:糖尿病人细胞缺糖是糖尿病以及并发症的根源,天天使用降糖药,加重了患者的缺糖现象,使糖尿病越治越重。

现在的李云鹏,毅然决然地选择了用糖疗法,并获得了健康,他深有感触地说:走出糖尿病治疗误区是能够改变糖尿病人命运的资料。

一项国际重大发现

深度破解血糖之谜

2007年,国际上最著名的耶鲁大学医学院洛克教授,用含有碳14的一种“显影糖”,跟踪糖尿病人的血糖流向时发现:在人体的细胞上都有葡萄糖转运体(GLUT),葡萄糖转运体是一种蛋白质,它就像细胞外的血糖“运载机”,负责从细胞外运进血糖,转化成能量,健康人的这个“运载机”总是在工作着,血糖就能够进入细胞变成能量;而糖尿病人的这个“运载机”却总是处于关闭状态,血糖堆积在血液不能进入细胞,就形成了高血糖,产生糖尿病,由此看来,血糖不能被充分利用是糖尿病的根本原因,糖尿病人多糖只是表面现象,细胞不用糖才是根本病因,洛克教授的这项发现,破解了糖尿病的所有谜团。

世界第一个植物糖转运体激活剂——清唐基,目前已在我国研制成功。

用糖疗法是

糖尿病的根除之道

各项研究表明:人体要想平衡血糖代谢,就必须打开人体细胞的血糖“运载机”,只有打开了这个“运载机”,血糖就能进入细胞变成能量,血糖就不升高,糖尿病就得到了彻底的解决,就可以放宽饮食,摆脱吃药和打针治疗,攻克糖尿病也就成了事实,血糖一旦正常就切断了并发症的“发病糖”,各种并发症开始好转,人体的能量会因血糖的利用而增加,身体渐渐有力,不疲劳,精力充沛,眼睛清晰,手脚不麻,肾好了,腰不酸腿不痛,小便顺畅了,没有夜尿睡眠足,大便通畅不干燥,使用用糖疗法的人,最终会摆脱所有降糖药物,真正地走向健康,洛克教授因用糖疗法的发现,获得了国际最高奖:最新科学发现奖。

走出糖尿病治疗误区这本资料详细地记录了洛克教授这一历史发现,他揭开了糖尿病之谜,让今天的医疗科学找到了攻克糖尿病的方向,用糖疗法的事实告诉我们,只有用糖疗法才是糖尿病根除之道。

权威机构认定

用糖疗法可替代降糖药

国家药监部门下设的临床医学疗效统计与鉴定机构,历经2年多的观察与效果统计认为:用糖疗法不仅安全,对人体无任何损害,更重要的是它是通过调节与恢复人体的正常糖代谢功能,而不是靠外来药物的硬性干预降糖,从而攻克了糖尿

病,用糖疗法能使糖尿病人向健康快速转化,有专家分析认为,这个来自于国际上的最新用糖疗法,具有广阔的医疗前景,它必将替代所有的降糖药。

相关链接

治疗糖尿病用糖疗法好处多多

河北省某糖尿病专科医院,收治的一位叫慕容达的老人,患糖尿病10年,他的心、脑、肝、肾、神经、血管都有了不同程度的并发症产生,像这样多种并发症同时存在的患者,在2型糖尿病患者中占80%以上。

这个医院一年中收治了2142位像慕容达一样并发症“全面”的患者,其中也包括慕容达老人,经过用糖疗法的治疗,慕容达老人自己身上的20多处并发症有了明显的好转,我们与院方协商,并根据这些实

际病例,对用糖疗法的效果进行了总结,具体如下:各种顽固性高血糖(2小时);减停胰岛素(3-7天);停用所有西药及打针(7-30天);眼花、视力模糊、飞蚊症(7-30天);眼黑朦、偏盲、眼底出血(10-180天);手脚麻痛、皮肤痒痒(3-7天);指尖麻木疼痛、苍白、无知觉或疼痛(10-20天);手足溃瘍腐烂、糖尿病足(60-180天);尿频、尿急、尿痛、尿滴沥、尿等待(5-10天);夜尿频多、腰酸腰痛、腰背僵硬(20-40天);小便黏稠、有沫子(4-10天);尿蛋白、肾病综合症(60-180天);胸闷、心慌、气短、心绞痛(10-40天);头晕、头迷、耳鸣(10-20天);血稠、嗜睡(20-40天);记忆力差、语言不清、脑萎缩(60-180天);胃肠功能差、便秘或腹泻(20-40天);失眠多梦、体质虚弱、上楼梯气喘(10-40天);免疫力低下、易感冒、易感染(30-90天)。

为响应国家科技普及工程的开展,国际糖尿病研究会联合向城市糖尿病人免费发放用糖疗法的普及读本走出糖尿病治疗误区。集国内90余名糖尿病专家与学者,在用糖疗法实践中的心得与体会,科学详实地记录了用糖疗法是如何从根本上解决糖尿病人高血糖难降、不能摆脱头痛打针、吃药、糖尿病越治越重、药物毒副作用损害大、不敢吃水果甜食、身体虚弱无力、体内缺糖、各种并发症损害等所有问题,很多患者都在对照这本资料中的各项标准,来自我判断病情的轻重,更有很多人按照其中的说法,自行调理收到了意想不到的效果,每个读者都深深受益匪浅,关注糖尿病专题之五详见后验(齐鲁晚报)。

免费领取电话:

0531-81274666 87934666

重要通知