

## 市民积极推荐 景区自荐给力

# 2011安徽旅游业总评榜持续升温

本周,市场星报社盛大开启2011年度安徽旅游行业总评榜,活动一经推出受到了安徽旅游业界及广大市民的积极响应,申报、推荐踊跃。究竟哪家旅行社人气最旺?哪家景点最受消费者欢迎?哪位导游最受顾客喜爱?一起来“八一八”吧。 记者 王珊珊

### 市民推荐积极

“可以推荐10个吗?”家住合肥瑶海区的杨大爷,周三一大早就给本报打来电话。“刚看到你们家报纸搞的活动,想借着这个机会好好夸奖下旅行社。”

“宝中旅游、合肥旅游集散中心、好之旅。”杨大爷一口气说出了不下10个旅行社……“旅行社现在路线多、服务项目多、参团形式多,这种多元化的选择对我们老百姓来说可是大好事。”近来随着旅游市场的整顿,

旅行社服务意识不断提高,老百姓出外游玩选择旅行社已不再是什么新鲜事。

而直通车的开通更是方便了上班族们的旅游需求,“我想推荐下合肥旅游集散中心。”家住合肥庐阳区的张女士表示,天冷了,也不想去太远的地方,就想在家门口泡泡温泉,上个月刚报名参加了合肥旅游集散中心到巢湖的直通车,服务很好,旅途很愉快。

### 景区自荐给力

作为景区最给力奖项——“2011年度安徽最具潜力旅游景点”受到了来自不同地区景点的积极响应。“去年我们获奖了,今年还能报名申报吗?”合肥岱山湖景区表达了参选的热情。作为去年最具潜力旅游景点,岱山湖景区近来受到了越来越多市民的欢迎,自驾游客也在不断攀升。“好的景区也需要肯定,

我们希望得到大家的肯定。”

“外地的景区能参加吗?”六安大别山石窟风景区罗玉章给本报打来电话,当得到我们肯定的答复后,电话那边传来了爽朗的笑声。“去年错过了,希望今年可以有机会参加,也希望借这个机会让更多的人知道我们景区。”

### 相关链接

**最佳旅行社人气王:**安徽省中国旅行社、宝中旅游、合肥旅游集散中心、安徽环球国际旅行社、安徽好之旅国际旅行社。

**最佳景区人气王:**黄山风景区、九华山风景区、舒城县万佛湖风景区、金孔雀温泉旅游度假村、肥东县岱山湖风景区。

## 突然变冷的天气让人们猝不及防 冬季吃这些食物更御寒

这几天,突然变冷的天气让人们猝不及防,厚厚的棉衣也阻挡不住寒冷的侵袭,还有些人由于体内阳气虚弱而特别怕冷。对此,中医专家认为,在冬季要适当用具有御寒功效的食物进行温补和调养,以起到温养全身组织、增强体质、促进新陈代谢、提高人体防寒的能力。下面先介绍一下生活中常见的御寒食物。

**肉类**

以羊肉、牛肉、鹿肉的御寒效果较好。它们含蛋白质、碳水化合物、脂肪高,有益肾壮阳、温中暖下、补气活血之效。吃这些肉可使阳虚之体代谢加快,内分泌功能增强,从而达到御寒作用。

**蔬菜**

**包括:**新鲜的、罐装的(无作料、脂肪、糖等其他添加剂)蔬菜;番茄酱。

**解释:**蔬菜类不能和非核心类食物合并(比如油炸的蔬菜和豆类,油浸蔬菜、糖渍的蔬菜等都不是核心类食物);蔬菜汁不属于核心食物。

**根茎类**

医学研究人员发现,人怕冷与机体无机盐缺乏有关。藕、胡萝卜、百合、山芋、青菜、大白菜等含有丰富的无机盐,这类食物不妨与其他食品掺杂食用。

**辛辣食物**

辣椒含有辣椒素,生姜含有芳香性挥

发油,胡椒含胡椒碱。

**含碘食物**

海带、紫菜、海盐、发菜、海蜇、蛤蜊、大白菜、菠菜、玉米等含碘食物可以促进人体甲状腺激素分泌。

甲状腺激素具有生热效应,它能加速体内(除脑、腺、子宫外)绝大多数组织细胞的氧化过程,增加产热,使基础代谢率增高,皮肤血液循环加强,抗冷御寒。

**含铁高的食物**

美国宾夕法尼亚州立大学的研究人员发现,人体血液中缺铁也怕冷。

贫血的妇女体温较正常血色素的妇女低0.7℃,产热量少13%,当增加铁质摄入后,其耐寒能力明显增强。因此,怕冷的妇女可有意识地增加含铁量高的食物摄入,如动物肝脏、瘦肉、菠菜、蛋黄等。

**水果**

**包括:**新鲜的、罐装的(非糖水类)水果。

**解释:**如果是罐装的必须是水或纯果汁(非糖水)浸泡的,浸泡汁水不可以食用;干果(杏干、桃干、香蕉干等)不算核心食物;果汁不是核心食物。

**汤类**

**包括:**新鲜的、冷冻的、罐装的(无作料、脂肪、糖等其他添加剂)清汤。

**解释:**西式奶油浓汤和浓肉汤不算核心食物。 邹传科



**芭普泰泰国餐厅**  
TREE-THAILAND RESTAURANT  
ภัตตาคารปลามูไทย

## 想吃泰国菜 就到芭普泰

--- 合肥最大的正宗泰式演艺餐厅

**12月5日 周一 泰国万寿节 --- 泰国国庆节 特惠酬宾 菜肴8折**

**12月9日 周五 烧烤夜 --- 各类烧烤大荟萃 啤酒买一赠一**

每晚精彩歌舞表演;  
生日晚宴, 赠送生日蛋糕;  
每周三 凡进店消费女士, 赠送精美甜点一份或清爽鸡尾酒一杯;  
每桌日常消费满 300 元以上, 可获赠 VIP 贵宾卡一张。

**电话: 0551-5607455**  
**地址: 蒙城北路和北一环路交叉口新天地广场二楼 (四楼有免费停车场)**



## 亿美法红

### 纯正的优雅 非常低调

诚招宣城、六安一级代理商  
省内其余城市二级代理和分销

亿美法红旗下系列产品:

- \*100%法国原装进口
- \*100%AOC级别 (法国政府评定最高级别)
- \*100%法国著名庄酿造并装瓶

合肥团购热线: 0551-5770600 (601-619)



## 億美法紅

为亿万中国人民的美好生活法红  
做全世界最好的葡萄酒

**安徽亿美贸易投资有限责任公司**  
www.yimeitrade.com

郑重承诺: 我公司每一瓶酒皆为原装进口, 若非原装进口, 我公司按零售价的十倍赔偿!



敬请认准亿美防伪商标, 谨防假冒!

大中华区总代理: 15家法国著名酒庄, 40余款AOC级别葡萄酒  
全国招商热线: 0551-5770609/5770619