



郑州晚报  
河南省供销合作总社  
携手共建百农优质生活平台

# 晚报百农明星产品—— 灵宝寺河山苹果本月中旬抵郑

## 原生态寺河山核桃首次亮相,预定苹果即送核桃



好东西永远值得等待,大半年辛苦守候,百农寺河山苹果基地的苹果终于成熟了!寺河山苹果将于15号左右抵郑,国庆没能参加寺河山苹果采摘游,没能吃到最新鲜寺河山苹果的市民朋友们,这次可别再错过了。本月中旬,百农邀您一起上寺河山,亲自采摘枝头的成熟鲜果,尝尝这才从枝头摘下的苹果是何等的新鲜美味!除了苹果,百农还为您带来了大山的礼物——营养丰富的野生核桃,欢迎来店品尝! 郑州晚报记者 刘涛 实习生 陈方圆 文/图

### 千呼万唤始出来 寺河山苹果来了

晚报百农的寺河山“果粉”们,还记得去年的酸甜滋味吗?

最近百农优质生活平台被问得最多的问题就是:去年那甜脆可口的灵宝寺河山苹果,究竟啥时候到货啊?

百农优质生活平台苹果基地——三门峡灵宝寺河山窝头村,被许多市民朋友称为人间仙境。

这里全年平均昼夜温差在18摄氏度,极有利于苹果中糖分的凝结,并且可溶性固形物含量非常高,被农业部评为“亚洲第一高山果园”。这里所产的苹果无论从营养价值还是口感上都是其他地区苹果不可比的。百农的苹果基地就位于海拔800米到1200米的灵宝市寺河山窝头村,海拔高度最为适中,所产

苹果也是个顶个地好。

这不,本次国庆长假,百农优质生活平台派往寺河山的小分队不仅完成了“私人定制”的印字任务,还把最新鲜、最甜脆、最“血统高贵”的寺河山红富士苹果率先运了一批到郑州来。

即日起,不论你是从未尝过正宗灵宝寺河山苹果的新朋友,还是去年已经被寺河山苹果征服的老顾客,均可来百农西区店面现场免费品尝。还是熟悉的味道,给你绝不一样的苹果鲜滋味。

认领了苹果树的市民朋友,本月中旬,百农还邀您一起上寺河山,亲自采摘自家苹果树枝头的成熟鲜果,尝一尝这才从枝头摘下的苹果是何等的新鲜美味!

### 养在深山人未识 寺河山原生态核桃新鲜上市

百农优质生活平台一直致力于寻找河南各地的好特产,闻名全省的豫西核桃一直都在百农寻找的产品行列中,然而今年河南干旱,豫西核桃普遍歉收,因而河南本土核桃迟迟未能在百农店面销售。

不过此次百农前往寺河山“验收”苹果之际,竟意外发现了寺河山上的神秘瑰宝——寺河山原生态核桃。

灵宝寺河山以苹果最为出名,这里数百座山峰竞相环绕,连绵不绝,各种原始果木繁茂生长,孕育着无限的可能,核桃便是其中之一。寺河山散落生长的核桃树中,硕壮粗大的一批,多是原生态自然生长的野生核桃树,树龄也有证可查。而另一类碗口大小

的核桃树,则是村民亲手从大山深处挖来树苗,移栽而成,经过岁月的雕琢,如今这些核桃树早已枝繁叶茂,果实累累。

但对于当地大多数村民来说,苹果是主业,早已帮大伙儿摆脱贫困,走上了致富道路,而核桃只要够家里吃,再送点给亲朋好友就行了。于是,几乎每年家家户户都有许多的核桃被搁浅直至放坏。

在验收百农基地苹果丰收的同时,百农发现了寺河山这一被忽视的“珍品”。经咨询三门峡核桃协会专家,这里的核桃口感极佳,营养价值也非常高,所以百农优质生活平台工作人员立即与寺河山村民们沟通协商,决定将最优质的野生核桃奉送给郑州的市民朋友。

### 现预定苹果,即送寺河山原生态核桃 苹果核桃,一箭双雕,你还等什么?

既想快人一步吃到酸甜可口的寺河山苹果,又想抢先尝一尝寺河山核桃的爽口滋味?好机会来咯!为了答谢市民朋友的支持,百农推出了重磅优惠活动:即日起,凡预定整箱寺河山苹果,即加送寺河山原生态核桃一斤。

另外,目前百农店面已有新鲜的寺河山红富士苹果和野生核桃样品,欢迎大家来店观赏与品尝。

预定电话:67655688 18838238023

百农店址:百花路互助路交叉口向西100米路北(原空军医院南门)百农优质生活平台

咨询电话:67655688 18838238023

公交线路:

可乘102、103、12、288、44、60、66、909、9、B12路公交车在市委站下车;也可乘281路、291路、46路,在百花路互助路下车;还可乘坐52路在工人路互助路站下车。



关注百农 乐享优质生活

### 免费教你学太极 百农太极晨练团,走起!

伴随着悠扬的音乐,十几人跟着教练认真地学习太极拳,一招一式尽显太极的刚柔之力……经过一个多星期的组建,晚报百农的“太极晨练团”已初见规模。如果你对太极拳感兴趣,或者有任何心得体会,都可以来切磋交流哦。 郑州晚报记者 刘涛 实习生 陈方圆 文/图



吃就吃个放心,这是百农倡导的理念,我们认为品质生活除了得吃好、吃出健康外,还少不了通过适当的运动来强身健体。这不,晚报百农组建起了“太极晨练团”,每天早上7点“闻歌开练”,吸引了不少路人前来围观。

上周起,晚报百农邀请太极拳张国老师,每天早上在西区店门口教市民朋友学习太极拳。一个星期来,有不少市民朋友成了熟面孔,还有一些习惯在公园里晨练打太极的市民们,把晨练地址改到了百农门口,与其他爱好太极拳的伙伴们共同切磋,共同练习。

现在,每天早上7点,百农门口的太极晨练团已成早间一景。十来个人或身着宽松运动衫,或穿着统一的白色太极服,伴随悦耳的音乐声,在教练的带领下一招一式十

分投入地练拳。

更有不少年轻人加入了太极晨练的阵营,“每天早起,跟着教练打上一圈太极,感觉整个身体都快不少”,在附近工作的小李说,他之前“不工作的时候就在电脑边,早上就连闹钟都叫不起”,更别说抽时间锻炼身体了。

需要提醒大家的是,晚报百农还会不定期邀请张国老师给大家讲解太极拳心法,搭配心法练习太极拳更加有效哦。

如果你对太极感兴趣,对强身健体、修身养性有兴趣,不妨现在就报名,加入咱“百农太极拳晨练团”吧!

报名电话:67655688 18638539906

太极拳晨练时间:每天早上6:40~7:20

太极拳晨练地点:百花路互助路交叉口向西100米路北百农优质生活平台

特级保健医师:纪本章老先生“核桃健脑抗百病”疗法

## 全国免费发放

细心的人都会发现,一个人身体好不好,看头就是晴雨表。面色红润,双眼有神,头发乌黑,耳聪目明一般都是体质健康的象征。如果出现视力下降,记忆力减退?头晕眼花,耳聩耳鸣,脱发加重,那十有八九就预示着你体内已经开始滋生慢性病了!

不同的慢性疾病,表现在头上的症状又各有不同。如:糖尿病会导致视力下降,出现白内障。高血压会导致头晕脑胀,冠心病则会引发耳鸣加重,颈椎关节疾病又会引发头痛或短暂性昏厥等。为什么会出现这些情况?

近日,由高层人士的保健医师纪本章教授出版的《巧吃核桃抗百病》一书,就详细介绍了全身慢性疾病与头部健康的关系。他提出“人老先老,百病先治脑”的概念。该书不仅详细介绍

了脑细胞减少是导致各种慢性疾病的主要元凶,更用大量临床实例证实了“通过巧吃核桃补大脑,来康复多种慢性疾病的实用方法”。

这一全新概念的提出,一举颠覆了传统医学对慢性疾病的治疗模式。通过巧吃核桃,不仅各种头部病能快速消除,多种慢性疾病临床康复效果更是惊人。

该书中不仅详细描述了如何通过巧吃核桃,使高血压、糖尿病、冠心病等多种慢性疾病得到彻底康复的真实事例,而且有近万例终生吃药的患者通过巧吃核桃,彻底摆脱西药,过上了健康人的幸福生活。

在国家中老年人医促会的要求下,为了服务社会,造福百姓。《巧吃核桃抗百病》一书面向全国免费发放5000本。由于限量发放,请广大中老年朋友抓紧时间拨打一下免费电话进行领取:

400-088-9234

