

活鱼虾进场了老客户回来了

“大江杨”“小江阳”两个水产批发市场重新开市一片忙碌

车流如织,灯火通明,沉寂了近半年的江阳水产品市场昨天重新开市,上海人的“海鲜圣地”又回来了!夜幕降临,人气渐旺,一车车活鱼活虾进场,一家家经营户回归,来自长三角各城市的采购商也重新聚在此,要把全球各地的水产品带回去。“活起来”的水产批发市场,为许多人带来希望。

只做批发,不接待散客

8月中旬以来,上海进一步有力有序推进农贸市场的复商复市,要求各区在落实各项疫情防控措施基础上,及时恢复批发市场和菜市场的经营,应复尽复。昨天,“大江杨”“小江阳”两个水产品批发市场重新开市。

下午5点,记者在江阳市场1号门看到,为把好“入口关”,保安在入口处一查验“两码”,即健康码和“一码通”。“所有进入市场的人员需要出示‘一码通’,并查验健康码和48小时核酸阴性报告。”记者在保安的手持PDF上看到,当日已扫码517人,其中23人的健康码“不合格”。“主要是超过48小时了,在门口就把他们劝退了。”

“一码通”则需要提前申请。经营户填写并提交《江阳市场复市商户从业人员备案表》之后,才能在“江阳一码通”小程序中找到自己的信息,然后再填写商铺号、住址等信息,经工作人员审核,才能赋码。记



市场经营户忙着进货

张钰芸 摄

者了解到,目前江阳市场已取消零售业务,不接待散客,只允许完成登记并赋码的经营户、采购商入内。

此外,工作人员告诉记者,目前市场仅恢复了部分经营面积,尚未全部开市。“疫情防控很关键,我们先开一部分市场,再逐步推进。这两天,很多经营户也在打扫卫生,清洗鱼缸,消毒店面,联系客户,做好各种准备工作,要把生意重新做起来。”

复市首日,老客户来了

作为全国水产品的重要集散地,上海的江杨、江阳、东方、上农批、嘉燕等五大水产市场的年交易量近90万吨,总交易额260多亿元。其中,长三角客群占了大头。江阳市场复市首日,就有一批长三角采购商闻讯而来。

“我是从南通过来的,怕路上堵车,下午就到了。”龙福水产的戴云龙站在停车场里,旁边停着一辆冷链车。他告诉记者,水产批发市场最热闹的时候是半夜。因为是老客户,他无需进入市场接货,而是在晚上8点后,合作多年的经营户就会陆续把甲鱼、鳊鱼、鳙鱼等鲜活河鲜送出来,装车后连夜开回南通,再批发给当地的水产经营户。

“我这辆车是南通到上海的专线,除了大年三十不跑,其他时候天天两地来回。”他说,今年3月到7月,是其从业20余年来第一次“暂别”上海。“没法到上海进货,只能跑去杭州,但那里的水产批发市场规模比较小,品种买不齐。”重回江阳市场,戴云龙最期待的是“稳定”,希望疫情不再反复,生意能够安稳。

在他的隔壁,停着一辆杭州来的货车,里面装着一筐筐的甲鱼。石海蛟骑着电动平板车,从市场里赶来,一个摆尾稳稳地停在了车后,方便对方将甲鱼卸下来。“我们是前两天接到的复市通知,当然很开心啦,休息得太久了!”口罩遮不住眼角的皱纹,他告诉记者,为了顺利复工,他天天都去做核酸,还要提供老家的核酸证明,再申请“一码通”。“除了做好各项防疫措施,这两天还忙着给客户打电话。”他说,疫情期间,不少客户等不到他们的回归,转头找了新的供应商,如今为了挽回老客户,自然要多打电话,联络感情。“今天是第一天复市,我们只进了平时三成的货量,慢慢来,相信只要品质好、服务好,老客户会回来的。”

经营帝王蟹、珍宝蟹、斑节虾、鲍鱼等高档海鲜的老康,对复市充满信心。“我的老客户基本都回来了,他们看中江阳市场品种齐全,当然还有多年合作带来的信任和默契。”

“从一条泥鳅到一只帝王蟹,都能在这里买到。”站在人来车往的档口前,老康望着灯火通明的市场,眼神坚定:“上海拥有两个国际机场、拥有这么多国际航线,世界各地的海鲜全都有,一手货源的价格也是最低的。再加上周边交通发达,城市配套到位,上海从前是全国水产品的最大集散地,以后也会是。” 本报记者 张钰芸

本报讯(记者 金昱矣)公园免费开放的力度,又大了一点。记者从相关部门获悉,今天起,东方绿舟等11家政府指导价管理的游览参观点,对持有有效身份证件且65周岁及以上老年人实行免费开放,其中包括佘山国家森林公园等部分公园景点。

这些对65岁以上老人实施免费开放的公园,包括佘山国家森林公园(天马山园、小昆山园)、上海大观园、东平国家森林公园、西沙明珠湖景区等。其中,上海佘山国家森林公园内有东佘山园、西佘山园、天马山园、小昆山园等。上海大观园则是江南仿古园林、国家4A级景区,深度还原了《红楼梦》书中的大观园,当年无数追捧《红楼梦》文本的人几乎踏破了大观园的门槛。西沙明珠湖景区是上海唯一具有自然潮汐现象和成片森林沼泽与芦苇沼泽为一体的长江滩涂自然湿地,顺着明珠湖观光游览路线,可以饱览湖光水色。东平国家森林公园以“幽、静、秀、野”为特色,是“回归大自然”的绝佳胜地。

据悉,对60周岁(含)至65周岁以下老年人,继续执行现行门票价格优惠政策。游览参观点如因疫情防控等原因暂停开放的,应当在恢复正常开放后按本通知要求实施相关政策,具体情况以各公园的告示为准。

部分公园今起对65周岁以上老人免费开放

中秋送礼成热品,灵芝孢子粉怎么挑、如何吃?

平日里奔波忙碌,无暇顾及身体,也不大有空去拜访曾经帮助过自己的亲友。马上就是中秋了,难得的假期,自然是关爱自己、感恩亲友的好时机。

在上海各大老字号和商超发现,临近双节,送礼送健康,已经成为一种时尚。其中,上等灵芝孢子粉因其扶正祛邪、增强体质的独特价值,深受亚健康及慢性疲劳综合症人群欢迎,被越来越多专家和业内人士推崇。



灵芝孢子粉怎么挑?

灵芝孢子粉有双层外壁,像山核桃,不仅要破壁 还要去壁

灵芝自古就被《神农本草经》列为“上品”,养生滋补功效显著。灵芝孢子是灵芝在成熟期,从

灵芝菌盖底部弹射释放出来的卵形生殖细胞,是灵芝的精华部分。每个灵芝孢子宽约4-6微米,长约8-10微米,肉眼观察不到。经现代科学研究证明,灵芝孢子含有大量的多糖、三萜、蛋白质、微量元素等特殊成分,具有扶正固本、强身健体等作用。

市场上,灵芝孢子粉品类不少,到底该如何挑选?名中医汤金土教授认为,灵芝孢子,是灵芝的精华部位。灵芝孢子结构与山核桃类似,有双层坚硬的壁壳,壁壳为几丁质物质,约占总重量的三分之二左右,无法被人体消化吸收利用,是灵芝孢子的非药用部位。

依据壁壳如何处理,灵芝孢子粉制品大致经历三代更迭。

第一代灵芝孢子粉,无破壁技术,成品无苦味,很难被人体吸收。

第二代破壁灵芝孢子粉,采用破壁工艺,更容易被吸收,但壁壳与活性成分混杂在一起,活性成分含量仍然较低。成品苦味不明显,如保存不当更易氧化油蒿变质,则不宜服用。

第三代去壁灵芝孢子粉,在破壁的基础上,采用去壁技术,去除壁壳,留下精华,活性成分含量提升8倍以上,可被人体高效吸收。成品苦味明显,无重金属污染,无氧化油蒿味,安全性有效性更高。

汤金土教授特别提醒,灵芝孢子如果只破壁,而不去除壁壳,就好比吃山核桃时,把山核桃压碎,连壳和肉一起吃进肚子。目前市场上,很多产品是第二代产品,也就是只破壁而未去壁。第三代去壁技术属于国际领先的核心技术,拥有这项技术的企业,目前只有寿仙谷药业。拥有这项核心技术的寿仙谷药业,已作为中国的代表性企业成为灵芝国际标准制定承担单位。



灵芝孢子粉怎么吃?

服用量因人而异

什么人适合吃? 怎么吃效果更好? 灵芝孢子粉作为上等养生滋补品,吃法也大有讲究。

陈友芝,出生于中医世家,是宋代国医陈言第二十五代传人,首任浙江肿瘤医院中医科主任,他对灵芝和灵芝孢子粉的应用有深入研究。陈老说,灵芝孢子粉的特点就在于其性平,入心肝脾肺肾,五脏皆补,它既不凉,也不热,适用人群较广,可长期服用。

“灵芝孢子粉宜用开水冲泡,温水冲服,有利于营养物质充分溶解。但不同人群服用的量及时间各不相同,因人而异。”陈老强调,去壁灵芝孢子粉由于有效成分纯度高,苦味比较浓,会有极少数人吃了纯度高的孢子粉,胃部有短暂不适,这类人群,可以在饭后半小时吃,冲泡

的时候,多放点水,冲泡淡一点。这样,胃部不适感会减缓很多。睡眠不好的人,可以在睡前半小时吃1包,安神入睡。日常滋养,建议早上空腹吃一包,更容易吸收。

健康不是一蹴而就的事情,增强免疫力,也需要长期坚持。为助力大家撑起“健康之盾”,寿仙谷不仅加快了与浙江省疾控中心等权威医学机构联合开展去壁灵芝孢子粉在免疫力领域的科研步伐,更始终保持不变的初心,充分发挥中医药的作用,让提升免疫力成为健康管理中不可或缺的一环,与全社会共筑免疫力的坚固屏障。

增强体质,从每天1包寿仙谷的去壁灵芝孢子粉开始。8月11日—9月12日中秋活动期间,寿仙谷旗下产品全线优惠,机会难得,广大市民可以就近到寿仙谷各门店或专柜咨询购买。

养生热线:021-64864058