

139 307 58 496
报眉广告

安全,快速摘掉眼镜,恢复优视力—沧州市人民医院眼科全飞秒!
国内知名专家亲临手术 电话:0317-2139309
沧州市人民医院医专肿瘤院区门诊4楼一诊区眼科门诊
祁晓君 18131776255(同微信)
张雪彬 18131798699(同微信)

广告

2021年7月14日 星期三
责任校对 杨双双

技术编辑 张培英
张丽梅

16

广告热线: 3155777



易起趣旅居

中老年人结伴出行社群

河北新日电力旅行社 易起趣旅居沧州运营中心

【跟着央视去西藏】【复兴号:坐着动车游西藏】九月份启动

要说西藏最美的时刻,那就是秋天。层林尽染,秋高气爽。南迦巴瓦峰,不再隐入云雾,露出了神秘面容。九月,也是西藏的民族团结宣传月。中央电视台、中华报广旅游联盟,联合推出【圆梦西藏】大型系列活动。

【圆梦西藏】漫步高原大氧吧十二日

无高反行程,在青藏高原大氧吧里旅行

拉萨、林芝、羊卓雍措、卡定沟、天佛瀑布、雅鲁藏布江大峡谷、尼洋河湿地、苯日神山、鲁朗林海、南迦巴瓦峰、扎西岗、布达拉宫、大昭寺、八廓街、扎基寺、318国道体验、央视民族大团结展演

发团时间:9月6日、16日、22日 **3980元/人** 7月31日前报名

7月21日前报名,政府补贴**400元**。31日前报名,政府补贴**200元**。

【央视三套录像播出】【政府重视接待高标】【高原医生血氧体检】【沧州独立成团、四星标准】【一价全含无自费有全陪】【复兴号高原动车畅游雪域江南】【随团藏装免费拍照】【特别安排入住世外桃源鲁朗/扎西岗】【民族团结宣传月、与藏胞共舞狂欢】



【圆梦西藏】拉萨纳木错当雄十二日

圣湖纳木错、白牦牛故乡、青藏线、藏地空间、冈底斯、唐古拉山格拉萨东峰

拉萨、林芝、纳木错、羊卓雍措、卡定沟、天佛瀑布、雅鲁藏布江大峡谷、尼洋河湿地、苯日神山、鲁朗林海、南迦巴瓦峰、藏寨、体验青藏线、川藏线、当雄藏地空间、冈底斯山、唐古拉山格拉萨东峰、布达拉宫、大昭寺、八廓街、央视民族大团结歌舞狂欢

【发团日期:9月8日、12日、19日】 **4280元/人**

7月21日前报名,政府补贴**400元**。31日前报名,政府补贴**200元**。

【圆梦西藏】前藏后藏全景十三日

高原动车直达后藏日喀则 历代班禅驻地扎什伦布寺

拉萨、林芝、羊卓雍措、日喀则、扎什伦布寺、卡定沟、天佛瀑布、雅鲁藏布江大峡谷、尼洋河湿地、苯日神山、鲁朗林海、南迦巴瓦峰、扎西岗、布达拉宫、大昭寺、八廓街、扎基寺、318国道体验、央视民族大团结展演

【发团日期:9月5日、18日】 **4580元/人**

7月21日前报名,政府补贴**400元**。31日前报名,政府补贴**200元**。

【新日电力自组】暑期最后一班西藏

布达拉宫、大昭寺、药王山观景台、扎基寺、雅鲁藏布大峡谷、鲁朗林海、苯日神山、卡定沟、天佛瀑布、藏寨、羊卓雍措、圣湖纳木措十二日

【一价全含无自费,升级一晚五星含氧酒店】

4380元/人 7月29日发团(开票阶段,报名从速)

西藏,一生必去。快快开启您的圆梦之旅! 许可证号: L-HEB0007



【行程特色】

1、载歌载舞游西藏。关于西藏、青藏高原的歌曲舞蹈太多了。从《洗衣歌》《逛新城》到《青藏高原》《天路》《坐着火车去拉萨》等等。到西藏旅游,怎能无歌舞相伴。这次出行,每团配备美丽的藏装,让大家载歌载舞游西藏。

2、可以演出上央视。这次活动央视将为入藏的群众艺术团体提供演出的录制,黄金时间90分钟的播放,满足您展现舞姿

歌喉的愿望。所以,各地艺术团可踊跃报名。

3、多在低海拔的林芝游览。因为央视展演,在低海拔的林芝地区,所以基本没有高反。有列车入藏,有酒店休息,医生血氧检测,低海拔林芝游足四天,您基本在大氧吧的包围之中,央视独特设计,行程非常舒适。

4、景色绝美,体验绝佳。南迦巴瓦峰只有秋天才能看得到。去过羊卓雍措,不去高海拔的纳木错也没关系。在扎西岗与藏民亲密接触。安排美食耗

牛锅、石锅鸡、糌粑、酥油茶、藏地下午茶。

6、西藏旅游不爬山。西藏是旅游非常规范的地区。雅鲁藏布江大峡谷4个景点全部安排游览车,天佛大瀑布轻松漫步,洋湖直接开到山顶,行程宽松、放松、轻松。

7、复兴号动车游西藏。体验世界首条高原电气化铁路——拉萨直达林芝,站站都是美景,全长435公里,从日光城到雪域江南,采用的是复兴号高原动车组,独家享受。

咨询电话: 2093338 2093336 2093332 手机: 13503279896 | 高经理: 13333360036 | 王经理: 18931758117 | 李经理: 地址: 市政府对面

沧州日报社·名优特产品展销中心



山西静乐的“粮食之母”——藜麦

藜麦产地为山西静乐。食用藜麦的好处有很多,它具有助孕、改善酸碱平衡、补充蛋白质、保护心血管、预防二型糖尿病等多种功效,适宜备孕女性、酸性体质、营养不良、高血压、高血糖、高血脂人群食用。

藜麦属于藜科植物,营养和食用价值超过多数谷物,被国际营养学家们称为“营养黄金”“超级谷物”。其具有完整的营养价值,优质的完全蛋白,大量纤维素、氨基酸、微量元素等。而高含量的钙元素,更是令它成

为保护骨骼、防止骨质疏松不可缺少的食物。

藜麦中丰富的膳食纤维,还可解决老年人普遍存在的便秘问题。据悉,每100克藜麦,纤维素含量为15克,远高于大米、玉米、小麦等谷物。如此高的纤维素能促进肠道蠕动,高效排出毒素垃圾。另外,藜麦还有清理血管的效果,对老年血管堵塞的通病有不错的食疗效果。

对于这样的全家人都能食用的“养生食物”,你是不是也心动了呢?

售价:75元/3斤(礼盒装)
28元/斤(独立包装)



虾酱:25元/桶(2斤)



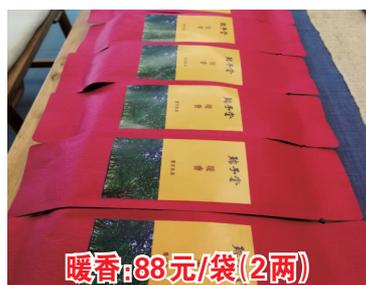
虾皮:20元/罐(4两)



古法红糖:20元/袋(350g)



鲜海带苗:20元/袋(4两)



暖香:88元/袋(2两)



桑葚干:20元/袋



崔氏香油:85元/箱



辣白菜:5元/袋

产品咨询电话: 15132731602 18931777908