

# “悦健康,悦养生” ——市场星报健康饮食讲座成功举办

“快乐工作,健康生活”是现代人的生活理念。如何吃得健康?如何做出健康的美食?5月18日,由市场星报主办,新滨湖孔雀城协办的“悦健康,悦养生”健康饮食讲座如期举行。当天的活动现场,老师不仅分享了日常养生小贴士,还就如何健康饮食做了专题讲座。

当天上午八点半,市场星报50位读者乘坐大巴前往本次活动的举办地点——位于舒城杭埠镇的新滨湖孔雀城。据了解,近些年来不断曝光的食品安全问题令人揪心,他们觉得市场星报举办的健康饮食讲座活动很有意义,所以第一时间报名参加此次活动。

本次活动邀请到了健康养生烘焙品牌苏司烘焙的创始人王小丽担任讲师。在讲座的开始,王老师带领大家做起了简单的健身操。大家跟着王老师,仔细学习了每一个动作。“我们可以通过五官的变化,来判断身体器官的状态。”讲座的第一阶段,王老师就“端上”一份满满的干货:脸部的各个部位,可以反映身体内部器官的状态,通过观察面部状态,就可以得知体内器官的健康状况。

除此以外,王老师还分享了一些养生技巧。随后,王老师重点分享了健康饮食的注意事项,包括日常生活中的饮食误区、各类食物的特性、如何搭配更加健康、身体所需元素应当如何摄取等。读者们纷纷拿起手机记录下王老师的



讲课内容。活动的最后,王老师还为读者们带来了新鲜出炉的健康面包。据了解,这些面包都是王老师创办的苏司烘焙健康面包,无添加、无色素、无黄油。读者们不仅学到了养生知识,还品尝到了健康美味的面包,纷纷表示这次活动非常有意义。

据悉,此次活动也得到了新滨湖孔雀城的大力支持。用健康打造生活,用安心成全生活,用活力丰满生活,孔雀城始终以实际行动创造美好生活为己任。

美好的生活自然离不开身心的健康,市场星报还将与孔雀城一起,为读者们提供更多寓教于乐的健康活动。 □张王林

## 五月天送反季大礼暖手宝 合肥禹洲为温情发声

烈阳的持续炙烤让合肥提前感受到了炎炎夏日的热浪,降温解暑成了许多人的头等大事。在室外温度已经高达33℃的今天,我们恨不得脚蹬凉拖,手捧冰块,可合肥禹洲却给媒体同仁们送上了一份反季大礼——暖手宝!

别不信,事实胜于雄辩!合肥禹洲的小伙伴们在当头烈日的炙烤下,怀揣着无限的热情,将一份份包装精美的暖手宝送到了合肥媒体大咖们的手中。面对这些突如其来的礼物,饶是多识广、才思过人的媒体大咖们内心也是满头雾水,疑惑不解。

小巧而精致的暖手宝虽然颜值过人,但在高温之下,似乎只能给我们带来多一分的燥热。大咖们对合肥禹洲的“反弹琵琶”很有兴趣,纷纷询问背后的奥秘。

不走寻常路,敢为天下先!

合肥禹洲得开拓者精神在传递品牌观念时展现得淋漓尽致,本次活动便是如此。不同于前不久红遍全城的“微笑斑马线”对于青少年出行安全的浓浓关怀,此次的“五月天送暖手宝”更加直接而犀利地努力呼唤我们回归人与人之间的温厚情谊,为身边的人带去多一份的温暖。

合肥禹洲便是将这些藏在生活里的点点滴滴进行具象凝结,以暖手宝的方式让温情能够被看得到,让大家明白,能让人感到火热不只是那当头烈日,更是心中始终流淌着的浓浓温情。

自2006年进驻庐州,合肥禹洲始终秉承“禹爱回家”的核心理念,努力改善人居生活品质,打造有温度的人情社区。

2019,合肥禹洲的第十三年。合肥禹洲将继续往开来,为大家呈现出更具品质感的温暖人居样本——“禹洲·珑玥湾”。

这座首著TOP公园改善著作,将重新定义当代都市人的理想生活方式,传递出更加温情的人文精神,进一步提升合肥人居的幸福指数,遇见更有温度的未来。

5月25日,“禹见有温度的未来”——2019年合肥禹洲地产品牌发布暨珑玥湾产品发布会即将盛大启幕,邀您共同见证幸福时刻! □毛天润

## 润物耕心 从“筑家”到“归家” 华润桃源里举办“世外生活节”系列活动

2019年3月31日,桃源里揭幕仪式暨悦读分享会,在合肥大蜀山下的卡宾木屋隆重举行。

活动上,除了邀请著名作家胡竹峰先生现场领读分享外,桃源家人们期待已久的“世外生活节”活动正式对外发布,未来将以一系列特别主题季,搭建社区精神文明原乡,为业主们提供丰富多彩的业余文化生活。

子曰:“君子无所争,必也射乎。”作为中国传统的高雅休闲活动——射箭,自古以来备受上流人士推崇。

本次世外生活节,桃源里也特别携手阿利弓道馆,通过入门培训、弓道文化、趣味竞赛、茶道棋艺等全环节的周到服务体验,为桃源家人们准备了一场精彩纷呈的弓道盛会。

弹指即逝的花样年华,唯有光影留念永恒。经历贺岁档、春节档的大片轮番轰炸后,重拾观影本身的乐趣,逐渐成为桃源名仕的精神追求。

桃源里特别臻选高分动画电影《神奇乐园历险记》,邀请业主全家老少共同观赏,让看电影不止于追求视觉享受,更成为营造家人亲情氛围的黏合剂。

春风徐徐拂面,挥杆天地云影,一直被誉上流阶层专属运动的高尔夫,同样是桃源家人们的最爱。正值暖春佳时,“世外生活节”邀请桃源家人莅临合肥元一高尔夫俱乐部,享受专业教练的指导教学。

目视远方,潇洒挥杆,峰层领袖的胸怀境界,唯天地观瞻可相匹配。对源满美好的想象,是发自内心的向往与追求,源与圆,是生活理想的初始,也是万物形态的最佳。

在5月初的保龄球俱乐部活动中,“世外生活节”联袂中安保龄球馆,竭诚为桃源家人们营造体验感最佳的硬件环境,当



保龄球抛出,当计分板的数字不断跳跃,源满生活,就在眼前。

湖山气度,胸怀通达,视野远见;大家哲思,品格守正,言行克礼;鸿儒心境,生活雅致,行健远方,如上君子六观,可称桃源经典。

揭幕一个半月以来,桃源里“世外生活节”系列活动备受业主好评,场场参与人数爆满,深究其中原因,更是合肥华润突破传统思路,致力于置业后期的业主情感关怀与社群运营服务。

本次桃源里“世外生活节”,更将区域内不多见的社群文化进行创新塑造,契合业主阶层高度与需求关注度,量身定制一系列高端体验活动,真正实现从“筑家”到“归家”创新开发理念,亦是81载央企华润“润物耕心”理念的最好实践。

未来桃源里“世外生活节”还将持续进行,致力于为桃源家人们营造美好生活想象,打造桃源生活社群,源满未来,期待与君携手共鉴。 □毛天润



5月17日,全新一代瑞虎8在星城长沙亮相,火热开启以“燃动你的时刻”为主题的十万人百城公开测试。全新一代瑞虎8与来自长沙及周边城市的专业媒体和粉丝汇聚一堂,共享燃动时刻。本月内,全新一代瑞虎8本次将接受全国200多座城市、超过10万名用户的集中检阅。此次公

## 全新一代瑞虎8燃情星城,十万人百城试驾引爆初夏

开测试以多样化的测试项目深度体验全新一代瑞虎8的不凡实力和至臻品质,同时更加注重倾听媒体及用户的体验反馈,为锻造更加卓越的产品品质夯实基础。

本次活动最值得关注的,无疑是全方位、零距离体验全新一代瑞虎8所搭载的1.6TGDI+7DCT黄金动力。活动现场以世界十大赛道之一的英国银石赛道为蓝本设计专业试驾场地,让嘉宾们全方位领略1.6TGDI+7DCT黄金动力组合所带来强悍性能。全新一代瑞虎8搭载奇瑞ACTECO 1.6TGDI缸内直喷涡轮增压发动机,拥有145kW最大功率,峰值扭矩高达290N·m,搭配格特拉克7DCT湿式双离合变速器,实现“9秒级”的百公里加速,百公里综合油耗7.4L。同时,该车所搭载的博世最新一代ESP9.3电子稳定系统让专业试驾更为轻松、

安全。全面强悍性能打造燃情体验,让试驾媒体及用户纵享驾驭激情。

另据了解,全新一代瑞虎8将于5月28日正式上市。作为奇瑞汽车2019年重磅战略车型,随着全新一代瑞虎8的入局,SUV市场无疑将迎来一位实力强劲的新对手。预售期间,奇瑞汽车还为全国用户提供三大钻石VIP尊贵礼遇:凡在5月25日前在奇瑞官方商城下定,并于6月30日前购车的前10000名用户可尊享最高5000元个贷补贴及4000元置换补贴、免费享受3888元豪华精品套装一份、畅享10年或一百万公里超长延保等三重大礼。

燃动你的时刻,尽在此刻。这场由全新一代瑞虎8精心烹制的大规模体验盛宴还将持续引爆。未来,全新一代瑞虎8的燃情时刻,值得我们一同期待。