

春节将至,企业和政府部门推出公益广告传播理性饮酒理念 支持“非成勿饮”请家长做表率

青年报 解敬阳

本报讯 众多研究显示,青少年饮酒已经成为世界公共卫生领域的重要问题之一。此前,中国疾病预防控制中心营养与健康所与保乐力加中国联合发布的《中国六城市青少年饮酒行为专项数据》也显示中国的青少年饮酒情况不容乐观。为了让更多消费者亲身体会到“非成勿饮”的重要意义,保乐力加还与政府部门合作推出了“非成勿饮”的公益广告,针对未成年人的第一口酒往来自家亲戚这一现象,用卡通人物串起整支广告,用逗趣夸张的情节和生活化的场景,提醒家长不要成为未成年人的劝酒者。该公益广告将在接下来的一年里陆续在上海核心商圈播放。

中国有源远流长的酒文化,喝酒的习俗并不仅体现在节日中,但节日前的“酒场”似乎又格外频繁,推杯换盏似乎难免。但不管怎样,喝酒时一定要适度,量力而行。不管是家人团聚或赴宴,都不要饮酒过度,以免影响人的精神状态,对身体造成危害或出现意外。

近日,为了加深中国消费者对理性饮酒的认识,帮助未成年人远离酒精,保乐力加近期推出了“非成勿饮”公益教育

系列活动。此次活动得到了市文明办等机构的大力支持,并与企业携手,共同向全上海近1200家酒精饮料销售商提出“理性售酒”的倡议,从源头上帮助杜绝未成年人饮酒,支持“非成勿饮”的推广。此外,还通过一系列线上及线下创意活动,以寓教于乐的互动方式,让人人都有机会以实际行动支持“非成勿饮”。

此外,市商务委员会、市连锁超市协会与保乐力加共同制作的“理性售酒”台卡已经在近1200家酒精饮料销售门店摆放。台卡上明示了各门店对“理性售酒”的承诺——拒绝向疑似未成年人或孕妇出售酒精饮料,努力避免向醉酒人员出售或推销酒精饮料,努力劝阻酒后驾车行为;这一承诺旨在鼓励各销售商积极建设理性、文明的社会风气,降低包括未成年人在内的人群的不当饮酒发生率,支持“非成勿饮”的推广。

保乐力加还推出了富有创意的“非成勿饮”H5互动游戏。通过使用智能手机扫描或识别二维码,消费者即可进入游戏,通过倒转手机这一动作,即可成功倒扣屏幕上的酒杯,对未成年人饮酒说NO。通过这个H5游戏,消费者还能制作专属电子海报制作并分享给更多朋友。



过大年,吃得健康玩到尽兴乐出品位

吃 年夜饭:品“杂烩菜”感受真正年味

新春佳节将至,在上海,盆菜受到了越来越多家庭的宠爱。无论是从体量、层次感还是从视觉的效果、寓意来看,都充满了满满的年味。而其更大的魅力在于,它在情感层面勾连着全家团圆、新年喜庆。“盆菜是香港新界的传统食物,已有数百年的历史,是一种杂烩菜式。”每逢嘉庆节日,香港新界的乡村都会举行盆菜宴,是重大节日不可缺少的一道菜肴。

“盆菜”顾名思义,一盆里有百菜百味、共冶一炉,其基本



原则是“和味”。传统盆菜以森盆盛载,材料则一层叠一层的排放。盆菜的第一层,也就是最底层,必须放耐煮的素菜,例如花菜干、茶树菇干、莴笋干、粉丝等。盆菜的第二层,一般是高端食材,如鲍鱼、花胶、瑶

柱、腊鸡等。在堆叠完食材之后,还要淋上一个盆菜汁资本,一般是用高汤熬制的鲍汁,取其增香之能。地道的菜绝不添加味精之类的添加剂,也因此更加健康。

百年粤菜老字号“杏花楼”拥有原班香港、广东大厨,2016年年夜饭隆重推出“和味”大盆菜,用料丰富,汤浓鲜美,配送不锈钢锅,可送货到家,直接加热即可食用。精心挑选干鲍、瑶柱、鱼肚(花胶)等高级食材作为顶层,此外还有熏鸭脯、腊鸡、港式鱼丸、肉圆等应节荤菜。

[链接]

酒前酒后学会自我保护

“感情深,一口闷”的习俗让很多酒量不佳的人犯难,毕竟每个人的酒量有很大差别,很难用统一的标准衡量。对于适宜的饮用量,营养专家介绍,男性每日酒精量不应超过25克,即大约一两白酒、250ml葡萄酒、750毫升啤酒,女性应当减半。“没必要因为碍于面子饮酒过量,造成酒精中毒,容易对身体造成极大损害。另外,没喝多少就脸红的人,肝脏内可能缺少代谢酒精的酶。”此时就会大量消耗宝贵的用来“解百毒”的其他的酶类,损伤是很大的。

酒前 适量吃些面保护胃

为了达到尽量避免喝醉及减少酒精对人体损害的目的,人们可以在喝酒前适当进食,避免空腹喝酒,“因为酒精在胃部就能被人体吸收,因此,在喝酒前吃些东西,能够在一定程度上形成对胃的保护。”至于喝酒前哪些食物适宜,专家建议,通常面食是不错的选择,如馒头、面包等均可,“面食中含有的碳水化合物相对较高,对人体肝脏有一定程度的保护作用,同时使人体逐渐吸收酒精,减少醉酒的几率。”

席间 热汤缓解酒精吸收度

在席间也有一些方法,可以尽量减少人体对酒精的吸收

速度,从而起到保护人体的作用。“一些细节也可以起到一定程度的保护作用,举个例子,在喝酒的过程中,人们往往会会有一个阶段,即感觉自己还没醉,但已经有轻微的头晕、不适等,这时候可以喝点热高汤。”专家解释,一方面,高汤中含有一定的油分,利于减缓人体对酒精的吸收速度。另外,热汤进入人体胃部,与酒精接触后形成挥发,人们会有突然一醒的感觉。

在酒席即将结束时,也可以适当喝一些甜汤,“如醪糟或银耳汤等,甜汤能够给肝脏输送部分能量,促进肝脏中酶的分泌,能相对减少酒精对肝脏的损伤。”另外,席间适当饮用果汁,既有解酒的功效,也可以保护肝脏。

酒后 解救“秘方”首推蜂蜜水

喝酒后喝浓茶,是不少人的解酒方法。事实上,这种做法并不可取。喝完酒不宜立即喝茶,“茶未必能解酒,也未必能对肝脏起到保护作用,甚至还可能对肝脏有伤害。”至于解酒的方法,专家首先推荐的是蜂蜜水,“含有较多糖类物质,有助于肝脏解毒。大量饮水可以稀释血液中的酒精浓度,有一定的解酒作用。”吃水果、喝酸梅汤也是可取的醒酒的方法,能够起到稀释人体内酒精浓度的作用。

玩 上海JOYPOLIS:和大黄蜂一起拯救地球

近日,首个在中国召开3D全息演唱会的虚拟“音乐少女”紫嫣Violet,将登陆上海时尚地标——环球港,与上海最大的女子偶像乐团SNH48隔空飚歌,以一场梦幻与现实交织的视听盛宴和COS狂欢派对,为世界级次时代数码游艺乐园——上海JOYPOLIS的全面亮相,揭开序幕。

这个由华夏动漫与日本世嘉联手打造的世界级次时代数



码游艺乐园,拥有8200平米的巨型空间,汇集20多项高科技游艺设施,数码与真实交融,过去与未来交错,带你进入二次元的梦幻殿堂!

的梦幻殿堂!

你可以和大黄蜂一起拯救地球,和索尼克一起赛跑,体验一回霹雳娇娃的夺宝传奇!巨型未来飞行模拟器,360度旋转,配合眼前巨型沉浸式荧幕墙,给你超时空的飞行感受!世嘉头文字D惊险的超车和甩尾,刺激着你的肾上腺素。这20余个游艺设备,亦梦亦幻,足以让你感觉来到了盗梦空间,做一回动漫中的超级英雄!

乐 南翔老街檀园:赏木版画体验艺术魅力

猴年新春,六十多幅重笔浓彩,造型生动,年味十足的山西平阳木版画亮相上海南翔老街檀园内的上海·南翔“三画”创作展示基地,引来众多惊喜猎奇的观摩者和年画爱好者。

此次展出的平阳木版年画作品以年节为主题,因此,内容以欢乐、吉祥为主,寄托了人们对于美好生活的向往。如作品《福禄寿》,分别代表着幸福安康、高官厚禄、健康长寿,就是传



统年节中人们对新的一年向往美好生活最直接的表现方式。

为让观者体验木版年画的制作过程和特有魅力,主办方还

特意在展出期间安排木版年画现场制作与游客互动、展示,游客不但可以近距离亲眼目睹木版年画的印刷制作过程,并有机会动手制作木版年画带回家,或收藏或装裱以增添家中年节气氛。同时展馆内串串红辣椒和玉米高挂,园子里上海市民少见的农家粮仓囤积,一派五谷丰登、金玉满堂、红红火火的景象,让市民朋友们在具有浓郁民俗文化的氛围中度过一个欢乐、祥和的中国年。