



盛夏喝茶的四大好处

炎热的夏天正是各种饮料大量供应的季节,尤其是现在的饮料更是五花八门,令人眼花缭乱,目不暇接。对于茶叶这种传统饮料,有些人误以为已经过时了。其实,很多饮料都不能与茶叶相比,特别是夏天,饮茶比喝一般饮料更有益。

其一,茶叶是不含添加剂的天然饮料。在茶叶的制作过程中没有加入任何添加剂,它的色、香、味的形成只与原料品质和制作机理有关。而其它许多饮料,为了改善其感官性,增加色香味,在制造过程中往往需要添加诸如色素、香精、糖精等化学物质,有时还要根据饮料的不同作用适当添加兴奋剂、麻醉剂或防腐剂。我国目前使用的食品添加剂已多达二百余种。有关专家建议,少喝含有化学添加剂成分的饮料,多喝天然饮料,而茶叶就是一种较理想的天然饮料。

其二,饮茶具有散热降温、生津止渴的作用。

盛夏酷暑之际,饮茶的降温止渴作用远远胜过一般饮料,这是由于茶叶中的多种有效成分所起的综合作用的结果。茶汤里的咖啡碱对人体控制下视丘的体温中枢的调节起着重要影响,同时茶中的芳香物质本身就是一种清凉剂,它们在挥发过程中能从人体皮肤毛孔里驱走一定的热量。夏天喝热茶(当然不是烫茶)散热降温效果最好。茶中的咖啡碱还有利尿作用。

其三,饮茶可以预防胃、肠消化道疾病。

炎热的夏天,饮食稍不注意卫生,细菌便会大量繁殖,夏天是消化道疾病的多发季节。科学研究表明,茶叶具有抗菌、杀菌、改善肠道微生物结构的功能,饮茶既可以抑制有害细菌的生长,又可以促使有益细菌增殖,提高肠道的免疫能力。

其四,饮茶可以补充钾盐和水。

夏天气温高,人们流汗较多,体内大量的钾盐会随着汗水的排出而丢失。茶叶是含钾食物,科研人员用原子吸收光谱法测定出红茶茶汤中钾的平均浸出量为每克茶汤24.1毫克,绿茶为10.7毫克。夏天通过饮茶可以补充钾盐,有助于保持人体内的细胞内外正常渗透压和酸碱平衡,维持人体正常的生理代谢活动,这是夏天好出汗为什么宜饮茶的重要原因。饮茶比起吃某些含钾盐的水果(如柑橘、菠萝、香蕉等)来,既经济实惠又方便可行。

(吴明)

市茶办召开信阳毛尖百年庆典活动座谈会

本报讯(记者 金辉)日前,市茶办按照市委、市政府的要求,组织我市著名茶叶专家、茶企老总、知名茶人和部分媒体代表、茶农代表等汇集一堂,就信阳毛尖荣获巴拿马金奖

一百周年庆典活动召开座谈会,广泛征求意见,力求召开一次业界盛会,为信阳毛尖茶的长足发展提供更加广阔的舞台和空间。

2015年对于信阳毛尖和信阳人

民来说,都是具有特别意义的一年。这一年,信阳不仅将迎来第11届全国茶业经济年会,也将迎来信阳毛尖荣获巴拿马金奖一百周年庆典的非常时刻。为了巧借这一绝佳良机,

认真梳理我市茶产业百年光辉发展历程,深入挖掘时代精神,总结改革发展成果,宣扬我市茶产业发展光荣传统,进一步激发全市干部群众干事创业激情和开拓创新精神,促进我市

茶产业的健康发展,市委、市政府高瞻远瞩,未雨绸缪,要求市茶办及时召开了此次座谈会。

座谈会上,与会人员结合各自工作和经历的实际,畅所欲言,气氛热烈。茶叶专家就毛尖茶的质量标准的界定与评比、茶企老总就活动资金的运作与筹措、媒体代表就活动的组织与宣传等踊跃发言,献计献策,不时引起阵阵掌声。市茶办负责同志一边与大家不时交流,一边认真做好记录,并表示要把大家的意见建议及时向市委、市政府领导汇报,集思广益,群策群力,力争办一次独具特色的茶业盛会。

清华北大暑期实践支队走进信阳

本报讯(记者 吴晶 吴楠)7月22日,来自清华北大的博士团一行10人走进信阳龙潭茶叶公司开展以“信阳市茶产业链发展”为主题的调研活动。本次活动得到了市政府及龙潭茶叶公司的大力支持,不仅邀请信阳毛尖茶行业专家做详细讲解,而且派专人做向导,到茶园、生产车间进行实地考察,博士团的学子们根据考察情况积极建言献策,对推动我市茶产业的发展具有重要意义。

本次实践活动将持续一周。活动中,清华北大博士团分别来到龙潭茶叶公司位于车云山的信阳毛尖加工厂和位于集云山的“信阳红”加工厂,近距离观看了茶叶的生产流程,随后又深入茶园,了解信阳毛尖的生长环境和生长情况。来自清华经管学院的冯思远告诉记者:“饮茶对健康有好处,平时我们经常喝,但是很少有机会像这样走进茶园,这里的茶园海拔很高,环境很好,相信长出来的茶叶品质也一定很高。”

23日上午,博士团一行来到信阳龙潭茶叶公司总部,参访考察了包装车间和位于羊山的茶产业园。在生产车间,由日本进口的专门针对信阳毛尖设计的具有国际先进水平的全自动生产线,引起在场博士团成员的浓厚兴趣。他们纷纷表示,此举不仅大大提高了信阳毛尖的生产效率,而且在全封闭无菌的条件下生产出来的信阳毛尖在质量上也更有保证。随后,在龙潭茶叶公司会议室举行的座谈会上,博士团的成员们通过两天的实地考察,以一个消费者的角度和清华北大博士生的理性思维,对信阳茶产业发展所面临的问题畅所欲言,龙潭茶叶公司各分管副总对博士团所提的问题一一进行解答。会上,大家交流心得,分享经验,从实际出发,对信阳茶产业链进行一次全面的整合与探讨,对推动我市茶产业发展具有积极意义。



博士团一行在信阳毛尖集团生产加工车间了解信阳毛尖的生产流程。 吴楠 摄



博士团在信阳毛尖集团生产车间合影留念。 吴楠 摄

罗山县狠抓夏茶生产促增收

本报讯(韩勇)春茶采摘过后,罗山县积极展开下一步的工作,做到了早动手、早安排、早行动,全力抓好夏茶生产工作,确保夏茶产量、质量双丰收。

一是开展夏茶技术培训。该县抽调技术人员组成服务队,巡回至产茶乡镇举办夏茶田间管理技术培训班,重点对夏茶管理、夏茶的采摘等进行培训。同时,

要求茶叶技术人员深入茶园具体指导茶农修剪、锄草施肥,并免费为茶农修剪茶园。截至目前,全县已完成高效茶园管理6万余亩。

二是推广绿色防控技术。5月份以来,该县茶办开展了茶树病虫害绿色防控技术试点示范工作,主要推广应用频振式杀虫灯、性诱剂、防虫网、信息素黄板等。绿色防

控技术的示范推广作用明显,为夏茶质量安全提供了有力的技术保障。

三是开展机械化推广工作。该县出台一系列优惠政策,鼓励支持茶企业引进相关茶叶种植、采摘、加工、包装的成套设备,并引导进行试验示范,深入研究茶叶机械化生产工艺流程,总结形成可用于指导的技术规范或操作流程,以降低制茶成本和茶产业发展对劳动力的依赖。

目前,全县已生产加工夏茶72万公斤,产值近1亿元。茶农生产积极性空前高涨,预计到8月底,夏茶产量将达到120万公斤以上,将实现产值1.7亿元。

茶与文化

迄今为止,这个世界上最亲最爱的人是我的父母亲。

每天晚饭后我都会认真地沏上一杯香茶,奉给我的父母。不为别的,只为我爱他们,我没有别的事,泡一杯茶表达我无法时时挂在嘴边的爱。这个习惯始于一年前,无所谓坚持,只是一种习惯了,我希望我能多一天,就多一天。爱是需要表达的,未必是言语,一定要行动。

过去喜欢喝茶,往往自斟自饮,或者邀请朋友,很少顾及父母。平时买的茶也贵,即便是放在那里,父母也舍不得自己去泡。每天母亲会把我茶叶盒子整齐地放在柜子里摆好,擦干净上面的灰尘,却从来没有打开盒子尝过一次。偶尔我得到一款好茶,会兴之所至地为父母泡上一杯,但因为他们并不熟悉茶,也品不出个中滋味,所以一起喝茶的次数越来越少。

前年十月一日,正当国庆节佳期,我刚刚考上大学的表弟猝然辞世,没有给亲人留下一句话,也没有和亲人见上最后一面,连医生也说不清楚详细的原因。我们全家都陷入了深深的悲痛中,我的母亲一边要照顾伤心欲绝的舅舅夫妻,一边要看护白发苍苍的外婆,很是辛苦。常言道福不单行,母亲忙碌了半年刚刚透了一口气,外婆又查出已经恶性肿瘤晚期,大家又开始辛苦奔忙。父亲在工作之余开始承担更多的家务。虽然父亲母亲都在为生活为亲人辛苦忙碌,仍要照顾我的工作我的生活起居,不肯让我辛苦。我看着他们操劳的背影,却帮不上忙。此时,我深刻地感受到父母对我真挚的爱,感受到亲情的宝贵,也感受到亲情的易逝。与其后悔将来,不如活在当下。在亲人有能力感受到爱的时候,奉献上自己真诚的关怀才更有价值。

一天晚饭后,我为操劳了一天的父母认真沏上一杯茶。淡淡的水雾中,我看着父母慢慢举起杯,一口一口认真地品着,感到莫名的欣慰。那一夜我没有像往常那样和他们探讨对茶品的感受,只静静地品饮自己的那一杯。淡淡的茶香里,我们一家放下了所有的疲惫,拾起了所有的温情。母亲告诉我,今天的茶很香。我点点头告诉她:今后,我们每天晚上的茶都会很香。

之后的每一个夜晚,只要我在家,都会为父母沏上一杯茶。不是为了品茶,而是表达我对他们的爱;父母也会细心地喝这杯茶,不是为了解渴,而是接受我对他们爱的表达。虽然我们之间并没有把爱挂在嘴边,但那份爱实实在在地存在我们心间。

茶在我与父母之间成了传递亲情爱意的媒介,其实这样的媒介很多,在我们的生活中俯拾皆是。不要因为生活中小小的善意而疏于去表达,抓住每一个机会去爱我们所爱的人吧!不要让平淡的生活麻木我们的神经忘却身边的亲人,真正地用行动去爱去关怀我们的亲人吧!让爱的能量在实践中增长,善于表达我们的爱,让所爱的人感受到我们的爱,在生活的点点滴滴中寻找幸福的源泉。

父母亲,所有我爱的亲人朋友,我愿为您们奉上一杯真情真意沏出的好茶,愿您们永远快乐健康。

为父母沏上一杯茶

(佚名)

丹青铁笔 翰墨华章 乐为喉舌 甘当桥梁

信阳市浉河宾馆 信阳市工商局浉河分局

光山县槐店乡党委、乡政府

息县瑞丰小额贷款有限公司

信阳天源公物拍卖有限责任公司

河南省联合社区服务有限责任公司

祝贺《信阳日报》创刊65周年暨复刊30周年