



# 上海的秋

上海秋天的最大特色是什么?

短!  
短到什么程度?

就是我写这篇稿子的时候是秋天,但保不准你们看这篇稿子的时候已经是冬天了。不过,就算上海的秋短得稍纵即逝,我们也是拼尽全力投入其中,感受每一丝秋意浓。

文/玥小玥 图/TP



## ◆秋食

都知道秋天是吃大闸蟹的季节,从阳澄湖养蟹到开捕再到贩卖,媒体上每天都能给你呈现一篇成色全新的文章。

事实上,你和我也许都不那么关心阳澄湖的大闸蟹,家门口小菜场13元一只的大闸蟹比起那动辄几百元的阳澄湖蟹来说其实也毫不逊色——墨绿色的蟹壳色泽鲜明,肚脐突出,脂肥膏满,配上家传秘制酱醋一碟,那美妙滋味里是满满的平实人家的幸福。

## ◆秋游

每到秋天,新媒体的公共营销账号都会推送类似“踩着落叶逛完十条上海最美马路”“没看过这些风景就没见过上海秋色”之类的矫情文章。事实上,我们的环卫工人工作特别努力认真,“随风而落”的秋叶基本早就被安置在了回收站,基本只有上海音乐厅外的银杏落叶因为市民呼声太高被保留一些。

上海的秋天很短,如果浪费在看这些陈词滥调上,实在太过可惜。其实,想要离开人群的可以去佘山或者滴水湖转转,工作忙到没时间睡觉的也可以在下班回家的路上闻闻小区里盛放的桂花。秋色在眼前,更在心间。



## ◆秋衣

一看到秋衣,大家肯定就会往“秋裤”上想。但是,我要说的可不是这个!

上海的秋天是女生们的狂欢节,在这里,长袖与热裤齐搭,凉鞋与靴子同存。这些女孩们完全不在意路人诧异的目光,还会将薄衫彩套在身上,再裹上名牌国巾,看上去像是为了过冬做预演,可是下半身只穿短裤,露出大长腿,怎么样都不愿和夏天告别。



## 又俏又美,专为中老年设计 兴顺福广场舞“专用鞋”

180°自由弯折超灵活;4厘米气垫超减震;超防滑,跳舞更安全!



一只鞋子两个底  
形成黄金三角形,够稳固!

众所周知,三角形是几何中最稳固的一种形状。兴顺福中老年广场舞鞋采用独特的前、后底断开设计,足弓与地面之间形成黄金三角形,稳固身体同时,可有效分散人体重力,健身跳舞时更省力;鞋底180度自由弯折,再也不担心扭伤摔倒等情况发生。

弹力透气网,拇外翻也能穿  
不闷、不挤、不磨,够舒适!

健身跳舞之后,足部无法排出汗液,会带来脚部健康问题。还有一些老人很苦恼拇外翻挤压摩擦的痛苦。兴顺福中老年广场舞鞋采用弹力透气网鞋面不仅防风沙,还能及时排除脚汗;鞋头大拇指部位紧缩为6-9厘米,解决了拇外翻挤压、摩擦挤脚的大难题。



180度自由弯折,超灵活 商品编号:210180

商品编号:210179  
特惠:128元/双 颜色:黑  
商品编号:210180  
特惠:158元/双 颜色:黑、银、红  
电话订购 免费送货 货到付款  
银发无忧订购电话:400-676-9090  
银发无忧老年生活之家上海体验中心  
地址:上海市闸北区芷江西路488号2楼  
(五月花生活广场216-218)

“以前穿一般的鞋子去跳舞,跳一会就累了,跟不上节奏,有时候还会扭伤脚。自从穿了兴顺福的广场舞鞋,透气减压防滑灵活,完美解决了跳舞老大难!”

专为中老年设计  
跳舞健身认准兴顺福,够专业!

众多中老年人都在跳广场舞,但其中有很多人因为穿了不合适的鞋而造成扭伤、摔倒!兴顺福为广大中老年人带来好消息,推出兴顺福中老年专业广场舞鞋,根据中老年人体工学及跳舞习惯设计,轻便、减震、防滑、透气、贴脚,受到众多老人的热捧。

练舞两三个小时也不易疲劳  
高科技弹力减压气垫,够轻松!

跳舞时需要把重心在脚掌、脚中间和后跟上来回移动,对骨关节的支撑力及腿部肌肉力量有很大要求。兴顺福中老年广场舞鞋后跟高约4厘米并加入高科技弹力减震减压气垫,走一步顶三步,跳跃、移动时非常灵活,也很省力。

茅台路567号 上海服装集团羽博会庆5周年送惊喜

## 中国著名品牌羽绒博览会工厂直销掀低价风暴

主办方让利波司登超薄轻羽绒超低价269元(仅限3天)

由上海服装集团主办的第五届中国著名品牌羽绒博览会在茅台路隆重开业,为庆祝羽博会开业5周年,参展品牌均以低于市场20%的价格销售,更有主办方推出的低于工厂成本价格,适合中老年的男女羽绒服原价680元现仅售69元(4楼有售)。

波司登超薄轻羽绒超低价269元(仅限3天)

波司登超薄轻羽绒是经典工艺与现代科技融合,具有快速蓄热,长效保暖,天然环保,抵挡辐射功能。在这里选购,由于主办方让利,是销售价格大大低于市场,仅限3天

的269元的秋羽绒将活动后恢复市场同价。开业有礼三大活动等你来

凭晚报即可来现场领取好礼一份。单柜购物满299元即可参加幸运抽奖。加5元即可换购居家拖鞋一双。(详见现场海报)

■开业爆款:鸭鸭长款羽绒服原标价690元,现99元;雁皇外穿衣羽绒裤原标价298元,现99元。艾罗伊羽绒服原标价498元,现99元。

■地点:茅台路567号上服商厦  
■交通:地铁2号线(威宁路站)  
■公交:88、829、856、71、947  
■电话:52060242

## 杂粮粉免费发放

随着经济的高速发展,居民的饮食习惯发生了很大的变化,高热量食物的大量摄入,导致三高类疾病呈现普遍现象,为了提高居民合理膳食的健康意识,上海明威生物科技有限公司特向上海地区符合条件的市民免费发放金谷物杂粮粉。

金谷物杂粮粉,精选农家十八谷,由“荞麦、燕麦、黑米、高粱”等18种五谷杂粮调制而成,根据人体健康必需的营养标准搭配。

现膳食与健康惠民活动已在上海启动,首先向上海地区60岁以上的老年朋友免费发放20天的金谷物杂粮粉。

免费领取条件:(1)本市常住市民;(2)申领人必须大于60周岁;(3)持本人有效身份证件。杂粮粉在上海地区限量免费发放2000份,每天领取人数众多,先报先得,赠完为止。

■报名电话:021-60526806  
60527256(早上8:00—晚上6:00)

## 免费安装最后一批 过滤器通知

近期为改善上海家庭饮用水,吉林省吉翔堂上海分公司已向上海居民发放水过滤器累计达9万多份,得到大部分居民的认可及好评,到目前为止品牌推广也即将结束,仅剩最后一批,感谢大家对吉翔堂的认可,直接安装水龙头上不占地方,纯进口四层过滤,没有后期消费,不收安装费。过滤水中泥沙、水锈、红虫特殊滤芯还可以过滤重金属、余氯、细菌等。到目前仅剩最后500余个,抓紧报名。

■申领电话:  
021-61555537  
021-6422503