不出国门 尝遍欧洲美食

——2015欧洲美食节持续十天在外滩十六铺亲水平台举行

2015欧洲美食节作为庆祝中欧建立外交关系40周年活动之一，于10月29日在上海外滩十六铺亲水平台开幕了。欧盟驻华代表团官员、欧盟各国驻沪领事馆代表、上海市黄浦区领导出席开幕式。

在上海著名的外滩滨江大道上，休息区、儿童厨房、舞台各司其职，30多个木屋和帐篷展位分别展示了沪上欧洲餐馆、西班牙小食、荷兰奶酪、奥地利巧克力、爱尔兰啤酒、捷克矿泉水、希腊烤肉、法国炖小牛肉、比利时华夫饼、德国香肠、爱尔兰啤酒、奥地利烤肋排等，定会满足你的味蕾。

展区沿江而布，无敌外滩风景就在眼前。你可以坐在亲水平台的阳伞下，一边品尝欧洲美食，一边远眺浦江美景，还可以欣赏现场的精彩表演……

舞台表演有乐队，ESCOFFIER厨师协会大厨现场烹饪，披萨表演，德国THERMOMIX多功能烹饪机表演。

周末，孩子们可以当大厨，DIY做比利时华夫饼和披萨。

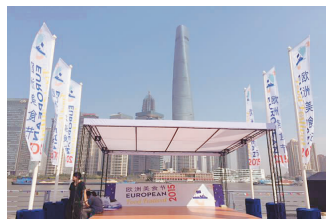
欧洲美食节让你不出国门，便可尝遍欧洲美食。

免费开放：

星期一–星期四：15点–21点

星期五–星期天：11点–22点

活动地址：上海外滩十六铺亲水平台（中山东二路531号）



旅游

责任编辑：周 旭
微博：txinmin.cn/axinran
邮箱：evazhou0325@163.com
热线电话：62791234–452

第四届“六甲村”杯孕妈咪

C女王全国总决赛惊艳闭幕

作为“2015中国孕妇节”的闭幕活动，由《完美孕妇》主办、“六甲村”冠名的C女王全国总决赛于10月25日惊艳上演。活动现场，近800位观众共同见证了这场母婴业界的孕妈盛宴。历时200天的第4届孕妈咪C女王全国巡回赛，经过全国网友的海选、以及10个城市的巡回表演赛，最终，在C女王全国总决赛暨中国孕妇节闭幕式上划上了圆满的句号。

当天，来自全国12位妈妈选手，上演了一场惊艳的大秀。有国际范的、有民族风的，有的跳舞、有的唱歌，还有的表演脱口秀……每位出场的孕妈都让大家无比惊喜。这些才华横溢的孕妈传递的是一份自信和精彩，也为广大孕妈树立了好榜样！这份美丽的经历，也是她们此生最难忘的记忆，相信在以后做妈妈的道路上，会更加自信，勇敢前行！ **王映泫**

青籁养身推出淋巴排毒优惠活动

现代人由于工作压力大、运动量少，导致体内毒素聚积。而淋巴系统则是人体内的清道夫，亦是收集人体各器官毒素的主要媒介。

Green Massage青籁养身通过独特的按摩手法，沿经络走向打通淋巴结，疏通淋巴循环，排出体内毒素。10月21日至11月30日期间，青籁养身推出淋巴排毒项目的优惠活动，首次体验仅需498元（原价616元/90分钟）。通过专业技师的推、拿、按、摩、掐、滚、摇等手法，疏通经络，滑利关节，起到活血化瘀、促进新陈代谢、净化身体、增强抵抗力、调节平衡的作用。还可缓解焦虑紧张、抑郁失眠和神经衰弱等症状。 **王映泫**

势拔五岳 天水一碧 古刹佛缘

——跟着诗人导演游新昌

是谁发现了新昌？是谁让新昌成为一方“旅游热土”？

有趣的是，发现新昌山水之美的，竟然大多是一些“外人”——以李白“挂帅”的450多位唐朝诗人，以张纪中“领衔”的数百位影视明星……无一不是新昌好风光的“免费形象代言人”。

“天姥连天向天横，势拔五岳掩赤城”，李白以一首《梦游天姥吟留别》，让天姥山名满天下。

更传奇的是：集中了唐诗精华的《全唐诗》，其收录的2000多位诗人中，竟有450多位诗人、1500多首诗，齐齐将目光定格在了这一座天姥山！相映成趣的，是另一部《唐才子传》，其收录的278位诗人中，竟也有170多位诗人都曾为天姥山“代言”！

有如此多的诗人“引荐”，唐以降1100多年间，为一领“浙东唐诗之路”的华章风采，为一睹天姥山的奇险幻美，前来新昌“脚著谢公屐，身登青云梯”的游客无以计数。

而当代引领新昌旅行热潮的，则是一批热播的电影和电视剧。1999年秋，张纪中率《笑傲江湖》剧组第一次挺进新昌，久藏深闺的穿岩十九峰、千丈幽谷突然间就进入了国人的视野，当年就吸引了《杨门女将》、《凤在江湖》、《少林武王》等剧组纷纷前来。

对新昌山水情有独钟的张纪中，从此一发不可收拾，第二年又率《射雕英雄传》剧组进驻新昌，第三年、第四年再率《天龙八部》、《神雕侠侣》剧组走进新昌。借助荧屏，十九峰、大佛寺、十里潜溪等一个个美景，鲜活地呈现在世人面前。

随后，陈凯歌的《和你在一起》来了，陈家林的《王昭君》来了，张国立的《济公新传》也来了……这一次次“热捧”，最终让“中央电视台影视拍摄基地”花落新昌。同时，每年都有二三十个剧组活跃在这片山水间。

新昌，就这样走出了大山，走进了全球游客的眼中。

自古山水不分家。想当年，白居易曾在《沃洲山禅院记》中吟诵：“东南山水越为首，剡为面，沃洲天姥为眉目。”而今，沃洲湖已成为“天姥山国家风景名胜区”中的惊艳一翼，与烟涛微茫的天姥山，双翼齐飞，共同为今天的“新昌旅游”喝彩。

仁者乐山，智者乐水。山水之美，不仅在于发现，更在于缘份，爱山之人，是从来不会错失这一份山之缘的。

深山藏古刹，名山配名寺，自古而然。始建于东晋永和初年（公元345年）的新昌大佛寺，其名声可谓响亮。

应该说，“江南第一大佛”之称还远不能道尽大佛寺的荣光。其真正的传奇还在于，这是一尊沿崖石一锤一锤精心凿刻、并经三代高僧历30年而成的“石窟大佛”，被《文心雕龙》作者刘勰赞为“不世之宝，无等之业，旷代之鸿作”，素有“江南敦煌石窟”之誉。

新昌古称石城，大佛寺景区最好地诠释了石城之意。除了大佛寺，更有另一处全国重点文保单位——千佛禅院，同样也是在一处石窟中，沿山崖雕凿出了1075尊形态各异的小石佛，无不令人叹绝……

距今已1600多年的大佛寺，向为中外佛教信众的朝拜地，是佛教汉化的重要发祥地；是中国最早的弥勒道场之一；魏晋般若学“六家七宗”的文化中心；天台宗祖庭之一、日本佛教文化发源地；同时也是律宗祖庭之一、禅宗重地。早在1983年，国务院就发文确定新昌大佛寺为全国重点寺院。因此大佛寺长年香火缭绕，檀香沁人。

这里，同时还能欣赏到颜真卿、米芾、蔡元培、李叔同、沙孟海、钱君匋、赵朴初等大量名家的墨宝真迹，以及难得一见的木化石，感受千年古刹的博大、厚重与深邃……

位于城西的南岩寺，甚至还能让你一领其特有的“岩洞文化”。

进寺就是有缘人。红尘中，能在如此一个清静佛地，与山水相谐，与文化相伴，“求一方平安，参一方天地，结一方佛缘，觅一方禅意人生”，岂非也是一件乐事？

值得一提的是，新昌同时还有多个道观，如穿岩十九峰景区的重阳宫、沃洲湖景区的真君殿，无不是名重一时的“浙东道教胜地”。

马骏 摄影报道