

# 防不胜防,健身吧!

雍和 图/文

一早,天气还很凉,老伯就在家晨练了。他80多岁,是机修总厂的退休工人,身子骨还硬朗:“我不会打拳,也不能跑步了,但每天早起,坚持走路甩手深呼吸!”

健康,事关生命,很多人都有健身计划,要走多少路,要跳几次操等。同样,对膳食,大家更会用心,比如要喝奶要补钙,要荤素搭配要营养均衡。

运动,自己可掌控;膳食,却只能听天由命。问题食品多了,肚子里究竟吞下了多少“问题”,没人说得清。总说要老百姓增强辨识能力,要提高警惕吸取教训,从我做起,从自己做起,为吃得太平,全民皆成兵。其实,该替老百姓保驾护航的,应是那些立法的监管的。

不知是自己无能,还是“敌人”太狡猾,反正食品安全,是屡战屡败:昨天是那边沦陷,今天是这里失守。还算好,烽火台上总还有“央视”等几个哨兵在嘹望放哨,发现“敌情”,拉响警报,否则连个报信的都没有,报喜的,似乎从来不缺。还是应该有喜报喜,有忧报忧吧?

甩好手,老伯回家去了。健身能强体,吃的防不胜防,那就锻炼身体吧!多运动,就多一点抵抗力……



**百联集团** **好美家** **Home mart**

**5.1 狂减送到底** 活动时间:2012年4月28日-5月6日

**团购价格大开放**

**1.2.3.4, 聚在一起!** 5.1家居“聚”划算

**省40%** 最高

详情请见商场海报或咨询各门店服务台 部分商品不参加活动

**五·一家具“购”疯狂!**

2012年4月28日-6月10日

顾客在好美家家具广场购买家具,单日单店同一品牌享受家具商家让利折扣后,

**消费金额满3000-15000元**

**即送价值128-798元商品**

**消费促进月 装修人工费打对折啦!**

2012年4月30日-5月31日

客户每套在好美家购买材料金额 满3-20万元以上最高人工费打5.0折

曲阳店 伊敏河路55号 6552-3300	吴中店 吴中路1245号 6446-3527	共江店 共和新路5288号 5648-8222	杨浦店 平凉路853号 6589-8228	金桥店 杨高北路巨峰路口 (卜蜂莲花旁) 5031-7881	青浦店 青浦区盈港路515号 6920-6430	斜土店 斜土路645号 6303-8555	奉贤店 南奉公路8505号 6718-1555	天山店 北虹路1068号 3208-2233	更多优惠 请扫描	
-----------------------------	------------------------------	-------------------------------	-----------------------------	---	--------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------	--

**好美家还有家具广场**

吴中店家具广场 吴中路1245号(2F) 6406-8958	共江店家具广场 共和新路5288号(1/2F) 5648-8318	金桥店家具广场 杨高北路巨峰路口(1/3F) (卜蜂莲花旁) 5031-5555	青浦店家具广场 青浦区盈港路515号(2/3F) 6920-6431	奉贤店家具广场 南奉公路8505号(2/3F) 6718-8187
--------------------------------------	---	---	--	---