



万人助万企 晚报在行动

“逛吃在信阳 打卡网红店”系列报道之驭盛马术茶饮庄园

# 寻一方山野感受田园乐趣



▲骑马场展酷飒风姿

▶自种小菜园别具一格

本报记者 张方志 摄

本报记者 张方志

久居闹市,钢筋混凝土的包围是否曾让你心生一丝烦闷,总想寻求一方静地放松身心;朝九晚五,三点一线的生活是否曾让你泛起一分倦意,期待找寻一方山野感受田园乐趣……

出信阳市区沿着信应公路驶向十三里桥乡,大约3公里后右转进入马鞍社区,又约1.5公里后右转进入曲折水泥小路并于1公里后抵达一片幽静之地,内有一庄园,名叫驭盛马术茶饮庄园。这就是你心中的那个地方,既能暂离闹市放松心情,又能垂钓耕作体验田园生活,还能驭马骑行感受快意人生。

10月30日上午,晴空万里,记者踏着一路秋色来到了驭盛马术茶饮庄园。虽然刚过9时,但庄园内不断传出人的声音和马的嘶鸣。庄园前的跑马场上,一名男子正骑着高头大马沿场地漫步,潇洒的身姿引得一旁观看的人赞叹不已。“妈妈,我也要骑马。”一位前来庄园参加学校团建活动的小朋友拉着妈妈的手乞求道。“宝贝放心,一会儿我们每个

人都能骑马。”旁边的老师对小朋友说。

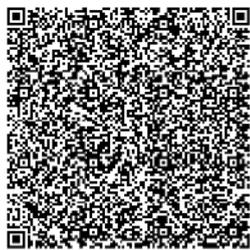
穿过马场旁的道路,记者来到驭盛马术茶饮庄园正门,大门外墙上的一行字映入眼帘:“让城里人回归田园生活。”跨过大门,记者来到庄园内,里面别有洞天:左边是酒吧、餐厅,中间是空旷的草地,右边是休息区、阳光房会议室以及一块块小小的田地。放眼望去,田垄旁的格桑花开得正艳,而田地尽头“叮叮当当”的声响也吸引了记者的注意。走近一看,原来是从市区来的几位市民正在一块田地里翻土。“翻完了种上蔬菜,我们也给它起一个名字,就像这旁边的菜园一样。”其中一位男士指着旁边的菜园说道。循着他手指的方向,记者看见旁边的一排排小菜园已尽披绿色,香菜、蒜苗、小葱等长势喜人,“刘家小菜园”“阿志的小菜园”“宇森的小农场”,地头上插着的小牌子也是别具一格。

“这些菜园是中心城区的市民认领的,有的是公司集体打理,有的是家长带着孩子耕种。”此时,驭盛马术茶饮庄园的负责人许萍走了过来,“我们庄园的理念是健康饮食,茶道

养生,以马运动,音乐相随,让城里人回归田园生活,自种菜园恰是其中的一种。”

许萍告诉记者,为了让顾客真正体验到田园生活,驭盛马术茶饮庄园除了提供耕种菜园之外,还承接公司会议和各种团建活动,还能举行夜晚露天演唱会和篝火露营,将办公、娱乐融入大自然之中。当然更吸引人的是,这里能驭马骑行。都说骑马是贵族运动,挺贵,但是在驭盛马术茶饮庄园却不。“只要在我们这里消费,都能免费体验骑马,甚至只需一顿饭就可以。”许萍说。

你想于幽静之地垂钓耕作,感受田园生活吗?你想踏马而行,体验飞驰的感觉吗?想,那就不妨到驭盛马术茶饮庄园感受一番吧。



(扫码观看相关视频)

## 展退役军人风采

我市选手陶启亮在省网络直播主题演讲大赛获佳绩

本报讯(记者 尹斌) 讲退役军人故事,展退役军人风采。近日,由河南省退役军人事务厅和省委宣传部、省委网信办共同举办的河南省“百年征程庆华诞 红色基因我传承”网络直播主题演讲大赛决赛在河南省军队离退休干部服务中心圆满结束。来自我市退役军人事务局的陶启亮在网络投票环节共获33321票,荣获“最佳网络人气奖”。

据了解,本次主题演讲比赛是中国共产党成立100周年系列庆祝活动“老兵永远跟党走”中的重要一环,演讲大赛初赛采用线上提交、线下评选的形式,按不同类别共

选出了百余个参赛作品,并经过复赛从中选出12名选手进入决赛环节。选手们立足本职工作,结合自身经历,紧紧围绕“老兵永远跟党走”主题,抒发出退役军人对党的忠诚与热爱。主题演讲比赛开展以来,河南省广大退役军人和系统工作者踊跃报名、积极参与,挖掘了一批红色故事,倡树了一批岗位先锋,彰显了退役军人工作者对事业的热忱与执着,营造了尊重退役军人、尊崇军人职业的浓厚社会氛围,有效激励和动员广大退役军人和退役军人工作者从党的百年奋斗历程、伟大成就中汲取智慧和力量。

## 疾病发生六阶段及早认识早预防

现代人因为生活工作节奏快,加上不良生活方式和习惯,亚健康状态越来越多,但是任何疾病发生发展都有一个过程。相关专家表示,许多疾病的发生大致可分为虚、寒、湿、滞、瘀、闭六阶段,体虚、正气不足是外邪侵入、诱发疾病的根本原因,随后身体会出现一系列连锁反应,比如体内寒湿、瘀滞等。在疾病发生时,如果能及时发现,尽早按下“暂停键”,就可能阻止疾病发展,以免给身体造成更大的伤害。

从虚到寒

由于生理、心理、社会等因素导致机体的整体协调失衡、功能紊乱,机体出现一定程度的阴阳失衡,就可能会导致全身或某一脏腑功能衰退、能量不足,出现气虚现象,表现为少气懒言、疲倦乏力、气短自汗等。阳虚为气虚之发展,故称阳虚为气虚之极。其主症为形寒怕冷,腹中、腰脊冷痛、浮肿等症。李鹏认为气虚者宜补气健脾,饮食上可以多吃红枣、南瓜、山药等,常按揉艾炷足三里、关元等穴。(未完待续)

(张丽)

## 声 明

●兹有信阳市豫教文化产业有限公司营业执照正、副本(统一社会信用代码:91411502330075478Y),食品经营许可证正、副本(许可证编号:JY24115020101125),因不慎

丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区老于记羊肉烩面城食品经营许可证副本(许可证编号:JY24115020060832),因不慎丢失,特声明作废。

预防疾病 共享健康  
信阳市疾病预防控制中心