



茶博士

茶叶宜放在干燥通风处,不能放在潮湿、高温、不洁、曝晒的地方,且周围不能有樟脑、药品、化妆品等具有强烈气味的物品。专家还提醒大家注意,不同种类、不同级别的茶叶不能混在一起保存。不能在保存红茶、花茶时使用生石灰作吸湿剂。

我市将组织开展全民饮茶日活动

# 本周末,来音乐喷泉广场赶“茶会”

时间:9月6日、7日晚19时至21时

本报讯(记者陈婧 通讯员杨雄)昨日,记者从市农业农村局获悉,2019第十一届“全民饮茶日(咸宁)”活动将于9月6日、7日晚在市城市现代化展览馆音乐喷泉广场举行,具体时间为19时至21时。

据了解,此次活动由市农业农村局、市文化和旅游局、市文学艺术界联合会主办。活动以“普及全民饮茶,共享和谐健康”为主题,旨在积极响应建设“一带一路”国家战略,重振“万里茶道源头”风,向全国

推荐“咸宁茶”文化品牌,助力咸宁茶产业发展,为实现绿色崛起作出应有贡献。

届时,活动将围绕“琴、棋、书、画、诗、茶”传统文化展开。邀请我市20家茶企、茶楼赴会,有千人品茗、茶艺

表演、百人读茶经、茶知识竞猜等互动性极强的各类文娱活动。

活动现场还将设立送茶点、品茶点、体验点、咨询台等,邀市民免费品茶、赠送茶叶,解答茶知识、发放茶叶科普宣传册等。

## 赤壁青砖茶“参与”武汉军运会

将成黑茶类独家供应商

本报讯(记者陈婧)8月28日,第七届世界军人运动会黑茶类独家供应商授牌仪式在武汉会议中心举行,赤壁青砖茶乾泰恒品牌成为大会黑茶类独家供应商。

活动中,赤壁市委副书记、市长董方平代表赤壁市委、市政府进行致辞。他说,赤壁市因茶而名,是享誉世界的万里茶道源头城市;赤壁因茶而兴,是中国茶旅融合发展实力十强县(市);赤壁以茶会友,是有识之士投资兴业地热土。世界军人运动会是全球瞩目的世界体育盛会。武汉市承办第七届世界军人运动会,是国际盛事、国家要事、湖北大事、更是赤壁青砖茶的喜事。赤壁市乾泰恒茶业有幸成为武汉军运会黑茶类独家供应商,这是展示企业形象、开拓国际国内市场、打造国家级乃至世界级知名品牌、搭建了重要平台,带来了千载难逢的机遇。赤壁将在“共享友谊、同筑和平”的主题感召下,再借东



风,坚持质量第一,合作共赢,加快推动赤壁市茶产业高质量发展。

“军运会是展示企业形象、开拓国内外市场、打造国家级乃至世界级知名品牌的重要平台。作为军运会黑茶类的独家供应商,将借助武汉世界军运会东风,以茶为媒,以茶会友,既发

展茶产业,促进茶贸易,又弘扬茶文化,加强茶叶界的广泛交流,向全世界弘扬赤壁青砖茶文化。”赤壁乾泰恒茶业公司董事长曹勇说。

据悉,近年来,乾泰恒茶业公司积极响应“一带一路”倡议,产品远销俄罗斯、蒙古、新加坡等欧亚各国。

## 喝茶养胃还是伤胃? 关键是方法要对

很多人觉得喝茶伤胃,胃不好的人更不能喝茶。喝茶养胃还是伤胃,关键就看你喝茶的方法对不对。

茶对胃会造成一定“刺激”,这个“刺激”也不全是坏事。

一方面,茶中的一些活性物质与胃蛋白结合,肠胃不好的人可能会有一点不舒服的感觉。不过,这也很可能是由于饮茶时间、饮茶浓度、饮茶量导致的。

另一方面,茶中的生物碱也能刺激胃液分泌,促进消化,增进食欲。比如进食了油腻食物后,常出现胃胀、恶心等症状。而饭后半小时后饮杯茶,胃部就会感到舒畅。原因就是茶汤中的成分促进了消化,缓解了胃部不适的症状。

肠胃功能只要掌握好切合自身状

况的饮茶量和频率,不用特别避讳哪一种茶类。肠胃功能弱的人,则需要选择性地喝茶。

不喝或少喝绿茶和生普。绿茶属于不发酵茶,多酚类含量高,生普的原料是大叶种,内含物质丰富。且这两者茶性偏凉,饮这类茶饿得很快,甚至容易出现“醉茶”,不少人都有这样的经历。

选择更为温和的红茶、熟普、老茶等。这些茶发酵程度较高,茶性更加温和,喝起来肠胃更容易接受,同样也适合老人和小孩。

再好的茶,喝不对也会伤胃。有的人有早上起来先喝茶的习惯,肚子里没有东西缓冲,很容易刺激肠胃。我们平时喝茶,可以准备一些茶点,诸如饼干、

蜜饯之类,可以避免“醉茶”,也是缓解胃部刺激的好方法。浓茶里面的浸出的各种成分也比较高,不仅对胃不好,还可能会促使心跳加速。泡茶的茶水比1:50左右,泡3分钟以内,不可过浓。喝茶喝得太杂也对胃很不好,一次性连续最好不要超过三种茶。

喝茶要温度适宜,就像喝水一样,喝温水肚子是最舒服的。尤其是性凉的茶类,喝冷茶会加重凉性。而过烫的茶对食道、胃部也不好,以入口不烫嘴为宜。



积极备战中国茶业大会

## 赤壁组织导游赴茶旅路线“热身”

本报讯(记者陈婧 通讯员黄妮妮)为积极对外宣传赤壁、推介赤壁,全力做好2019“一带一路”国际茶产业发展论坛暨第五届中国茶业大会导游讲解工作,8月29日,赤壁市组织20名导游赴茶文化旅游路线进行实地踩点热身,积极备战盛会。

一天的行程中,导游们先后前往万里茶道源头、雷家大院古建筑群、俄罗斯方块小镇、羊楼洞茶生态文化产业园等地,实地开展模拟讲解训练。

据大会筹备委员会赤壁指挥部介绍,参与本次大会讲解工作的导游们,一部分是赤壁市各行业选出的优秀讲解员,另一部分来自全国导游技术技能大师工作室。届时,他们将根据实际需要,分布在大会各活动场地进行导游讲解工作。

据悉,备受各界瞩目的2019“一带一路”国际茶产业发展论坛暨第五届中国茶业大会定于今年10月29日至30日在赤壁市举办,会议主题为“让青砖茶融入‘一带一路’,让世界爱上中国茶”。届时将有约800名中外嘉宾、国际国内茶叶行业协会组织代表、万里茶道申遗会议代表、茶企代表、茶叶专家、茶文化人、茶叶采购商等参会。在接下来的近两个月时间里,市文旅部门还将对参与大会导游讲解的导游们开展密集培训,力争将导游接待工作做到最好。

咸宁茶叶品牌榜

