

“家中的狗狗最近因为肥胖,心脏也出了毛病,怎么办?”因为饮食条件变好,都市里出现了越来越多的肥狗肥猫,越来越多的宠物主人向宠物医院求救。尤其是盛夏的到来,让宠物减肥健身成为目前的必修课。



宠物减肥也疯狂

资料图片

胖狗狗:走上跑步机减赘肉

多多是一条拉不拉多美眉,今年6岁。美食的诱惑好难抗拒,就在去年,它的身材开始走了样……市区内某家宠物医院内,肥胖的多多正慢悠悠地站在跑步机上,左右晃动着身体,惹得浑身赘肉也跟着左右晃动,因为是人用的跑步机,所以三面空处都用铁板围挡了起来。多多是李小姐的心头宝贝,可就是因为太宠爱,平时自己吃什么总是会塞给它一些。“白天忙于工作,也很少带它出去跑跑,没想到狗狗也这么容易发胖,心脏、关节方面都出现了问题。爱狗心

切,只能来求助专家了。”李小姐有些无奈。

经计算,医生最终确认了多多每日应该摄入的饮食分量和卡路里,并为多多量身制定了半年详细的饮食和运动计划,目标就是减掉15斤赘肉,其中就包括每天在跑步机上跑步20到30分钟。于是李小姐便不辞辛苦,每天准时领着多多来跑步。一个多月后,多多身上的赘肉明显少了。“还好,多多还是挺听话的,每次让它跑它都会坚持,尽管刚开始走20分钟就会喘。现在呢,体力比原先好多了,而且也容易发胖,心脏、关节方面都出现了问题。爱狗心

成功养宠:控制饮食还要多锻炼

在宠物医院,像多多这种情况的宠物还真不少,如果主人懂得给它们控制饮食,也不至于来花钱减肥了。像家中养了三年苏格兰牧羊犬的赵赵,就是个养宠物的专家,他家的狗毛毛不仅身体健康、体态轻盈,头脑还特别灵活。赵赵说,给宠物固定喂食是防止肥胖最重要的一点。除了控制饮食,赵赵还会经常带着毛毛到处溜达。赵赵总是向远处扔网球,然后让狗狗跑去再捡回来,有时候还会制造高难度,扔到河对面,“这样它必须游过河再捡回来,每天的运动让它无法囤积脂肪。”

专家:南京宠物还不能练瑜伽

南京农业大学动物学专家姚晶告诉记者,在发达国家宠物健身房比较普遍,主人可以将宠物送到专门的健身房去接受训练。宠物健身房里有专供宠物练习的特殊自动踏车等健身工具,由工作人员提供人性化的训练项目,完善宠物的灵活性和身体条件。另外,宠物健身房内还有专门为宠物制定的瑜伽,这个在欧美已经很流行了。“但是,目前南京还没有这样的条件,相信不久的将来,除了控制饮食和上跑步机外,我们南京的宠物会有更多的减肥选择。”

见习记者 汪洪新

农家乐

金牛湖清澈湖水让人回归宁静

上个星期天,没有烈日炙烤,凉风习习。参加快报和南京市农林局组织的“农家乐”活动的百位读者,来到了金牛湖。刚进金牛湖公园,读者便兴奋地奔向湖堤,欣赏清澈如镜的湖面,听“哗哗”的湖水拍岸声。

湖边,几个农民正在垂钓,农民将鱼竿、鱼篓支依在岸边。读者何清先生跑过去,看到篓子里装了好多鱼,惊叫起来:“哟,钓了这么多昂子鱼。”“这是白鱼,跟太湖里的是一个品种。”农民一边说,一边娴熟地将鱼食、鱼饵穿上钩。一个弓步,“呼啦”一声将浮标抛到60多米远的湖水中。何先生有些后悔,没把渔竿带上。

畅游金牛湖后,记者带大家到盛世金牛农庄就餐。看着已经端上桌的几盘冷菜,眼尖的读者一眼就认出:“猪头肉!”“盐水鸭!”

酒足饭饱,大家在盛世金牛山庄休闲娱乐。有人打牌,有人打乒乓球,还有人玩起了康乐棋,读者们在游戏中,一下子熟络起来。瞧这一对,他们竟成了忘年交。

“我小时候玩过。”46岁的陈先生一脸兴奋,那模样像个孩子。他的对手是73岁的赵志城大爷,自称玩康乐棋是他的强项。两人玩得十分专注,玩了半小时,未决胜负。17岁的潘清,伸长脖子“观战”,还问:“这叫什么棋啊?”“这是最原始的桌球。”赵大爷解释道。“哦,那我会玩了。”自称桌球水平一流的潘清,忍不住也要上来一试身手,还摆出一副稳操胜券的样子。可是,一盘“杀”下来,他才争取到3次出手的机会。“这个比桌球难多了,桌子又小,力度难控制。”潘清急得汗直滴。赵大爷嘿嘿直笑,给他介绍起经验来,三人边玩边聊,不亦乐乎地打了一局又一局。

行程结束时,读者都说,六合景色很美,人也热情,来了一趟,人放松了很多,心情也比在城市里呆着愉快。

见习记者 黄艳 陈英
快报记者 钟晓敏

农家休闲乐
由南京市农林局和现代快报联合办

视频预告

“那个木头”和“杰伦”今晚“爱情视频”说爱

今晚8点,25岁的“那个木头”和23岁的“杰伦”将走进www.生活南京.com“爱情视频”寻找他们的缘分。欢迎各位网友在线提问。

“我曾经创业,但因为资历比较浅,学历也不高,最后失败了。”“那个木头”推了推架在鼻梁上的金边眼镜说。“我现在正在准备自考,希望能用知识弥补以前创业时的错误。”

2003年7月,“那个木头”从合肥到南京打工,因此也结束了一段他在老家的恋情。“虽然,现在我没多少钱,但我希望能凭借自己的努力创出一番事业,给未来女友幸福的生活。”“那个木头”说。

“我是土生土长的南京人,今年刚毕业,暑假后我将成为一名人民教师。”身高1.82米的阳光男孩“杰伦”说,“虽然,我还未到谈婚论嫁的年龄,但希望通过这次的视频节目找到一位心地善良、温柔可人的女友。”

单身的MM,你想进一步了解这两位帅哥的故事吗?千万别错过今晚8点的“爱情视频”。如果你想向心爱的男人求婚,如果你想对心仪已久的人表白,每周五晚8点~9点,请锁定www.生活南京.com·视频在线,同时,您也可以登录www.生活南京.com·论坛·都市联盟·单身情缘版跟帖报名,做下一个“爱情主角”。

见习记者 郭芷冰

为找感觉,演员们“走火入魔”

房地产项目整体转让

本公司在江宁开发区著名成熟社区拥有独立15.8万平方米商品房项目欲整体转让。住宅按楼面价每平方米壹千元。临街商业按楼面价每平方米贰千元。地下室车库面积免费赠送。每平方米获利不低于30%,一口价不讲价。一次性付款,即买即建,当年投资回报不低于50%。

电话:13851951877 骆先生
讲价、分期付款免谈。

都市舞台剧《像男人一样寻欢》(暂定名)已经排练一个星期了,进展如何?剧组里都有什么好玩的新闻?前天晚上,“天真妹”和“小房东”的扮演者周颜妮和高仲玮来到“生活南京.com”视频在线,向大家“播报”了最新消息。

“小房东”的扮演者高仲玮是南京人,他把剧组里的小房东完全演绎成了一个“南京版小房东”,与当初编剧的设想有很大出入。他说,“之前别人给这个角色定位成一个猥琐的南京小房东,我很

不赞成,我把他设计成一个精明又有点好色的小房东,他出生在秦淮河边上,因为房子拆迁,就搬到奥体那边,于是成了四个女孩儿的房东,其实这是一个很可爱的角色,充满了喜剧色彩。”借这个机会,高仲玮好好夸了一回南京人,他透露,在剧组,他还会冒出几句南京的经典方言。

说起剧组里的开心事,周颜妮和高仲玮来了兴致。高仲玮首先爆料,“结婚狂”的扮演者张佳佳之前没有过表演经验,排练的时候数她勤奋。为找到结婚狂的



感觉,她见到组里每个男士都会抛个媚眼,然后嗲嗲地问:“你爱我吗?你愿意娶我吗?”就连导演她也不放过。高仲玮每次中午休息昏昏欲睡的时候,都会被她吓一跳而睡意全无。周颜妮也说,自己为找天真的感觉,改了发型不说,看人的眼神都不对了,整天扑闪着那双大眼睛,用一副无辜的眼神盯着人看,知道的说她为排戏“走火入魔”了,不知道的还以为她有毛病。快报记者 朱晖

据不同的用户需求硬盘有80G或160G。之所以如此有信心胜任复杂任务,还在于其强劲的显卡:PCI-E接口的显卡带宽更高、速度更快,7300GS/256M独立显卡面对任何严苛显示任务都可迎刃而解,提供流畅、精细的显示效果。市面上罕见的19合1读卡器可以轻松与其它数码设备交换数据,DVD刻录机则可海量数据存于一盘,如此以来大大扩展了电脑的应用和储存容量。



邀您参加免费 LINUX 嵌入式讲座! 做抢手的高薪软件人才!

江苏 LINUX 公共技术服务中心作为省内唯一一家由政府扶持的 LINUX 技术服务和人才认证培训中心,有着国内最完善 Linux 课程体系。中心高薪聘请具有丰富实战经验的国内外著名企业项目经理来亲自授课,并且为学员精心打造了拥有专业 ARM9 开发平台的嵌入式实验室,力求接受培训的工程师能够学到一线市场所需的技能,能够在未来进入市场时,更具适应和竞争的能力。

中心利用与省内知名软件研发机构和企业的良好合作关系,建立了长期的人才输送渠道。力求给企业提供具有实际动手操作能力的专业人才。

在暑假来临之际,考虑到很多来咨询的学生都欠缺 C 语言基础的情况,中心特别推出了免费 C 语言课程的活动。凡报名参加嵌入式课程学习,均赠送 C 语言课程,力求查漏补缺,巩固加强。此外,中心也力保培训质量,增加了3周的项目实训课,打造符合企业需求的有实际动手能力的 LINUX 嵌入式人才。入学签订就业协议。考核通过即保障就业。

7月29日上午9:30将举办 LINUX 嵌入式的免费知识讲座。地址:南京龙蟠中路168号江苏软件园2号馆115。咨询电话:025-85951682/13913852071(24小时咨询热线)联系人:吴老师 任老师。

本周名医讲堂

7月22日下午4:00,中国协和医科大学硕士研究生

导师、北京协和医院妇科万希润博士将在南医大友谊医院门诊3楼“学术报告厅”举办妇科“滋养细胞肿瘤诊治中的问题与对策”健康讲座,欢迎广大市民前来听讲(免费)。咨询电话:86677999

2006年高考复读大型报告会(免费)——高考复读成功之路

由南京民进市委主办的大型高考复读报告会及名师见面会,定于2006年7月22日(星期六)下午2点在南京科学会堂会议厅(六号门)举行,届时,前进百分百高考复

《毛泽东兵法》轰动六朝古都

敌进我退,敌驻我扰,敌疲我打,敌退我进”,毛泽东的兵法韬略名闻天下。在纪念中国抗日战争和国际反法西斯战争胜利60周年,伟大领袖毛泽东逝世30周年之际,国家邮政局特批发行《毛泽东兵法》纯金银邮票,限量

1万套,千方寸之间展现毛泽东用兵如神的风采。这套典藏册共有41枚纯金银邮票,全部为激光雕刻制版。其中“毛泽东在陕北”为2.14克纯金邮票,另外40枚纯银邮票总重82.9克,记录了平型关胜利、井冈山会

师、开国大典等历史事件及毛泽东手书兵法、诗词等。此外,典藏册中还收录了存世量极少的普五天安门图案邮票四方联一套,毛泽东兵法个性化邮票四方联,以及300克纪念章1枚。整套邮票发行价6950元,吸引了不少市民前往中山东路218号大行官省外文书店观瞻定购。

读培训基地顶尖名师汇聚金陵,为您高考复读成功助一臂之力。