



“我帮您”

昨天,白下区五老村街道“我帮您”服务中心,举行了揭牌仪式。以后,该街道居民遇到各种难题,只要拨打“我帮您”服务中心热线 84538200,即可享受低偿、甚至无偿服务了。“我帮您”服务中心 100 名志愿者有的擅长修理家电,有的擅长疏通下水道。

快报记者 钟晓敏/文 唐伟超/摄

老年慢性病者春季如何饮食 周六公益讲座专家与您交流

快报讯(记者 金宁)上周快报关爱老人健康活动推出后,首场讲座便迎来了开门红。记者从现场了解到,不少听课的老人是快报的忠实读者,为了和专家零距离交流,他们中的一些人带着报纸,专程从江宁或江北等地赶来。读者王女士告诉记者,她希望快报今后能继续办好健康讲座等公益活动,为老百姓搭建一个了解健康知识的平台。

据了解,以关爱老人健康为主题,快报将连续举办 4 场公益讲座,本周六的主题定为《老年人春季饮食保健》。南京鼓楼医院老年科

主任医师张洪介绍,每年到了这个时段,老年人心脑血管发病率就会降低。然而春季昼夜温差大,饮食上稍不注意也会出现健康隐患。

老年人春季饮食具体注意哪些方面?有基础疾病的老人如何有针对性地饮食?4 月 14 日(本周六)上午 9:00-11:00,现代快报系列公益讲座之二《老年人春季饮食保健》将在金陵图书馆报告厅举办(长江路 262 号,人民大会堂旁)。主讲人:南京鼓楼医院老年科主任医师张洪。欢迎广大读者前往听课,现场有精美礼品派送。

全国首个验房师培训班 30 日开课 想要报名 赶紧拨打 96060

快报讯(记者 赵丹丹)为了提高验房从业人员知识技能和专业水准,南京将出现全国首个验房师培训班,并于 4 月 30 日正式开课,即日起快报便民网 24 小时服务热线 96060 接受有意者的报名。

近日到了交房的高峰期,快报便民网丁瀚验房服务的需求量大增,刚刚拿到验房报告的李女士告诉记者“业主们都希望找个专业可靠的验房师为自己的新房做个全面的‘体检’,目前市场的需求很大,为供小于求,我们是几经周折才在快报便民网找到了丁瀚验房的工作人员上门服务的,专业的验房师太少了。”

据了解,“中国验房第一人”丁瀚 2004 年开始从事验房工作。因感到市场上严重缺

乏专业的验房人员,他多次向建设部和劳动部申报“房屋检验师”职业认证,并最终得到正式批准。由建设部人事教育司批准设立的房屋检验从业人员培训班将于 4 月 30 日在南京开课。丁瀚告诉记者:“在房地产业发达的地区,虽然有一些验房机构,但真正具备专业水平、能满足市场需要的却为数不多,我们希望通过这个培训,培养更多有经验、合格的专业验房师来解决老百姓验房时遇到的难题,保障他们的合法权益。”

如果您有意成为合格的验房师参加此次培训,可以随时拨打“96060”报名和咨询。



五星山西路卖场店庆开启五一平板降价潮 平板彩电 最高降价5000元

6年以来,山西路卖场作为五星第一家门店和国内首个提出“家电大卖场”概念的商业流通企业,从这里走出了一大批“老总”级的人物,而五星电器一直倡导的低成本带来的平价优势,也保存至今。明天到那里,还可以一起分享巨型生日蛋糕,电器降价幅度更是惊人,平板彩电最高降价达 5000 元。

6年1200万人次来过这里

记者从五星电器获悉,五星山西路卖场 2001 年开业的两天,销售就突破 3200 万元,到现在销售金额总计超过 45 亿元,销售出的商品数量总计 320 万件,6 年以来总计有 1200 万人次光临过山西路卖场,相当于南京市人口总数的 2 倍,现在购买商品的平均客单价比开业时上升了 30%。

从这个五星第一家门店,到现在全国超过 140 家门店,五星山西路卖场还走出了一大批老总级的人物。五星副总裁王健,是山西路卖场的首任总经理。在 2001 年筹备五星的第一家卖场——山西路卖场时,他手下只有 5 个人,今天,他已经成为了领导 20000 多名员工的最顶层领导之一。当年 5 个人当中的姚跃、徐红目前分别担当五

星电器全国影视产品业务经理和白小产品业务经理,又带出一批新的业务骨干。

抛出 6 万元免单机会

五星透露,在山西路卖场 6 周年之际,通过在快报等媒体上刊登的卖场内人头攒动的照片,消费者可以在这些照片中寻找当年的“自己”,如果能够辨认出自己,在五星山西路卖场 6 周年店庆期间,凭自己的身份证和当年的有效购物发票,在山西路卖场购物,即可有机会获得最高每人 1000 元的免单机会,仅限前 60 名消费者,免单金额总计 6 万元。

今天晚上 5 点,五星山西路和新街口卖场还将联合举办 1 小时限时特卖,手机、数码、空调、油烟机等等都有大幅度让利活动。同时拨打山西路卖场电话 83311000、新街口卖场电话

84788222 进行预约的顾客可再领取 50 元现金券。周六,消费者到五星山西路卖场还可以免费吃巨型生日蛋糕,分享 6 岁生日的快乐。

彩电平均降幅近 3 成

除了库存和新品空调打出超低价外,五星还将发动五一平板电视的攻势,抛出总价 6000 万的彩电,各彩电品牌主流机型的价格基本都是下降数千元,平均降幅近 3 成,最高降价达到了 5000 元,开启五一平板彩电的降价潮。

而数码电子产品的优惠力度达到 5 至 8 折。消费者购买摩托罗拉、诺基亚手机就送 512M 扩展卡一张。MP3、MP4 手机也爆出低价,30 万像素的价格仅为 666 元。快报记者 陈刚 通讯员 方乐

天气预报

明晚有雨 给干燥天气泼点水

快报讯(记者 刘峻)昨天,记者从江苏省气象台获悉,连续干燥的情况将得到改变,明天夜里,南京有一次明显的降雨,雨量中等,燥热的天气有望清凉一些。

据悉,到昨天下午为止,南京已有 10 天连续无雨,空气也日渐干燥。明天夜里南京会迎来一场雷雨,雨量不小,同时南风将转为偏北风。具体预报为,今天多云到晴,偏南风转偏北风,风力都是 4 级左右,温度 15℃~25℃;4 月 14 日白天多云转阴,夜里阴有阵雨或雷雨,雨量中等,温度 13℃~23℃;4 月 15 日白天阴有阵雨并渐止转阴到多云,温度 16℃~23℃。

世界爱鼻日

“感冒”20 天 一查竟是过敏性鼻炎

快报讯(通讯员 徐骏 记者 刘峻)4 月 16 日是“世界爱鼻日”,而昨天记者获悉,许多市民经常“误解”自己的鼻子。进入春季,南京风力增大,毛毛雨乱飞,而近来不少市民竟将过敏性鼻炎当成感冒,在家自己吃药治疗。专家提醒,乱吃药不仅延误诊断,还带来明显的副作用。

昨天,记者来到南京市第一医院耳鼻喉科,市民陈先生正为自己的“感冒”烦恼,原来,他已经“感冒”20 多天了,平时的症状就是鼻塞、头痛、流鼻涕,还不停地打喷嚏,自己到药店买来感冒药吃了却不管用。经过医生诊断发现,患者将过敏性鼻炎当成了感冒。该院耳鼻

喉科专家马俊副主任医师告诉记者,过敏性鼻炎的症状与感冒相似,因此像陈先生这样的不少患者还挺多,都是在发病初期把过敏性鼻炎当成感冒,自行服用抗感冒药物。殊不知,有些鼻部疾病不好好治疗,还会引发其他的并发症,如咽喉炎、中耳炎、支气管炎、哮喘。

据悉,近年来,过敏性鼻炎的发病率明显上升,全球有将近 6 亿人正在饱受鼻炎的“骚扰”,其中 66% 的哮喘患者是过敏性鼻炎的受害者。每年 3 月至 6 月空气中花粉浓度较高的季节,外出时要尽量减少与花粉、干草、落叶等的接触,最好戴上口罩和眼镜。药物治疗一般不要超过 7 天,长期使用会引起药物性鼻炎。

活动预告

社区便民活动之七十一期 家庭二手货市场 龙翔雅苑社区开张

快报讯(记者 赵丹丹)自家不用的东西,孩子的玩具、书籍丢掉了多可惜,为了倡导环保节约,明天第七十一次社区便民活动,将举行一个小型的二手货市场活动。

这次活动定于明天上午 9 点开始,在红花街道龙翔雅苑社区的休闲广场举行。听说有二手货市场活动,社区的周女士已经摩拳擦掌了。“我女儿好多书都不看了,扔掉也怪可惜的,不如拿到二手货市场,和小朋友们交换着看。”如果您家中有什么不用的东西,或者有什么要买的东西,不妨到现场转转,说不定有意外的收获呢。

同时这次社区活动,我们还请来了省级机关医院的程学萱和符晓苏医生,他们俩可是心内科和神经内科的专家,他们将在现场为居民们进行咨询、义诊。快报的大律师团和便民网也将一如既往地真诚为大家服务。

交通小贴士:乘坐 46、103、118、84 路到洪家园西站下即到。

连线医院

民营医院大打服务牌 出行不便可上门服务

生病去医院是天经地义的道理。但是现在不少老年人即使生病了也不愿意去医院,是什么原因呢,因为医院里看病排队的人实在太多。很多时候看个病都要排队个把小时,本来身体就不适,再等那么长时间,老年人身体要经受更多的“折磨”。为此,南京的一家民营医院——建国男科医院推出特色服务,为出行不方便的老年人上门服务。

前两天,记者接到一个 86 岁马振吉老人的求助信,告知患有高血压、冠心病等,两年前又得了前列腺增生症,十分钟就要排尿一次,使得他无法到医院进行治疗。为此,记者联系建国男科医院,医院非常重视,派了专家黄卫国主任上门为病人进行诊断,并用最新的“CRS 超导治疗系统”为老人治疗,同时还考虑到老人的经济情况,所有的治疗予以免费。

建国男科医院的负责人告诉记者,他们在已经具备专家的同时,推出此类服务就是为了提升自己医院的名牌形象,让老百姓能真正了解民营医院。

综合信息

- 旅游
- 求职
- 其他
- 出租
- 园林景观
- 转让
- 求购
- 宠物天地

其他

艳淑 商务休闲。82007255
如烟 休闲礼仪。52957096
漂亮女孩 休闲礼仪。81516222
可爱芭比 休闲礼仪。81915666
讨喜 休闲、礼仪。81930193
漂亮宝贝 商务、休闲。82076000
秋水伊人 商务、休闲。82036888
佳人 商务礼仪。81529888
学苑百合 商务礼仪。81747888
紫罗兰 休闲、礼仪。83530923
天上人间 休闲、礼仪。83003111
倾国倾城 高贵礼仪。51728887

白雪

休闲礼仪。13182939191
魔特 丝友休闲、礼仪。81728876
凝香 商务、礼仪。51653770
军营之旅 商务、接待、礼仪。83243123
蓝梦 休闲、礼仪。13186439359
君悦 高素质休闲。13270875444
纯纯女孩 休闲、礼仪。83964469
倩雅 休闲礼仪。51545841
梦 商务、礼仪。13776615969

求购

快收/售空调、酒店、厂、设备、库存。13851463028
高购 1-10 匹空调、酒店。86946905
求购(好、坏)空调、彩电,电脑。86225320

高购 空调、酒店、舞厅、设备、电缆、废旧。86654825
专收 空调、废旧。13770833382
求购 电器、厂、酒店、废旧。13851624746
高收 空调、厨具、桌椅、隔断。13913041661
急售 隔断、空调、桌、椅、酒店、废旧。13770783072
急售 隔断、桌、椅、空调、酒店、废旧。13912959203
高购 酒店、空调、蛋糕、面点设备、物资。13601588766
高收 空调、桌、椅、床、废旧。13611585481
专收 空调、隔断、桌、椅、厨具。15996207785
高收 空调、酒店、桌、椅、床。13813891725
急售 隔断、空调、酒店、家具、电器。13851479285
回收 空调、酒店宾馆废旧,拆除。13813830296
高收 空调、厨具、桌椅、床。13770845998
高收 酒店、空调、床、机电、设备、废。13160078111
专收 空调。13057546871
求购 蛋糕房、面点设备。13611573860
高收 空调、桌椅、废旧、床。13770783222
高收 空调、桌椅、厨具、床。13951016025

专业回收 电脑。13852285418
高收 空调、桌椅、废旧、床。13813807101
高购 闲置设备、合金、气泵、电机。13951613031
高收 空调、酒店、家具、废旧、拆除。13057688630
回收 空调、隔断、厨具、废旧。13174082909
高购 空调、厨具、隔断、废旧、家具。13186435688
高收 空调、厨具、隔断、废旧、家具。13062573165
专收 空调、桌椅、厨具、床。13915999380
回收 电器、厨具、办公家具。13770777826
回收 烟酒虫草。025-51504406
高收 服装辅料布料皮料。13255274538
高收 空调、隔断、厨具、废旧。13813869938
高收 库存服装、布料、辅料。13770537700 颜
高收 空调 厨具、家具、废旧。13182972715
高购 舞厅音响、投影机。13770911500
高收 酒店、空调、家具、废旧。13770789398
回收 歌舞厅设备、电脑。86522364

专收 空调、厨具、椅、废旧。13245299656
急售 桌、椅、货架等。13390781219
专收 电脑、空调。13151568621
急售(中央)空调、电器、废旧。86946931
收购 服装库存。13851472998
求购 货架、床、家具、桌椅。13016936198
急售 桌、椅、家具。13913046298
求购 家具、货架。13451928843
高收 空调、酒店、电脑、床。13915943127
回收 地板。13245821837
求购 废旧地毯。57012031
回收 空调、铜、铝、废旧物资。13675107131
求购 桌、椅、货架、酒店用品。13515114758

因搬迁低价转让 一批古瓷器等,有意者请联系:13951675668 杨

转让 服装厂设备。83989534
低价急转 美式国际连锁快餐技术、原材料及机器设备(汉堡成列柜、电炸炉、薯条工作站、烘包机、四门单温冰箱、汉堡冷藏工作台、冰淇淋机、腌制机、熏烤箱、制冰机、净化热水器、烤肠机、平扒炉、收银机、180° 回力复位快餐桌椅等)全省范围内都可。电话:13585104054

低价转让

彩钢瓦夹芯棉设备一套。13851939950
转让 真味鸭血粉丝汤技术。13770302620
转让 纳税人公司。13813035580
低转 新奔 4 电脑,原 5600 现 2100。66864816
转让 奔四电脑 1000 元。83892785

私人转让

快餐、西餐用具。52657303

宠物天地

痛失爱犬诚购 家养 3-5 个月母京巴。13915977962
出售 幼獒。13016973967