

五星新街口店全面链接国际流行元素 苹果纽约店“搬”到南京

五星电器新街口卖场重装升级后将完全链接国际潮流。记者获悉,为了打造世界级的新概念旗舰店,五星将把纽约第五大道苹果店的元素复制过来,带给消费者全新的体验。

据五星电器市场与品牌推广中心景星介绍,苹果店之所以受全世界年轻人的喜爱,主要有四个原因,一是门店设计全面遵循时尚简约现代的原则,注重细节、关注顾客的视觉体验。二是提供更为丰富的周边商品,延伸出成百上千的配件或配套产品,充分满足消费者的需求。三是强调互动体验,苹果商品都真机出样供消费者现场试用,开设更多的互动体验专区。四是提供更为专业的服务,可以解决消费者的任何疑难。五星新街口店的改造就是完全围绕着四个核心原则。景星说:“苹果成功的启示,将使五星在家电连锁竞争中找到自己的蓝海。”

景星表示,国际潮流家电卖场最先进的终端模式完全可以在五星新街口卖场复制。比如设计方面,新街口店在感觉体验方面主要是对声、光、

电进行设计,对灯光的亮度、喇叭声音的分贝度做了明确要求,让消费者真正获得舒适感受。在视觉方面,门店的主题颜色设计为绿黄灰,绿色代表服务,黄色代表指示系统,展台则较多使用灰色、黑色等时尚气息较浓的色调。卖场主通道设置为4米,清晰的指示标志、购物指南、产品小贴士都可以帮助消费者更方便地选购产品。另外,五星新街口店在产品线上也比以往有了很大调整,产品线和同行的差异化达到30%,引进了1000多种配件,从3C到传统白电一应俱全,无论是颜色还是款式,都尽可能给消费者最时尚的体验。在互动方面,新街口店主要通过设置主题体验区来体现,通讯、数码、笔记本电脑多达30余种体验方式,并且有专门的服务区,为顾客提供“试机、手机美容、维修、软件下载、免费充电”等一系列服务。新街口店里的每一位家电维修顾问都是精通商品知识的高手,可以解决消费者的任何疑难,给出专业建议,为顾客提供家电整体解决方案。

通讯员 陈程 快报记者 黄建军

生活提醒

按血型挑食物 不用节食也苗条

不节食可以瘦身吗?是的!只要安排好每日的营养摄取,比如,根据血型挑选食物,就可以收到很好的瘦身效果。

A型血
这类血型的人更适合消化植物性蛋白质,这类人要想瘦下来,一定要慎食牛肉、羊肉等肉类,最好以鲜鱼和鸡肉取而代之。同时加强对豆腐、谷物等植物性蛋白质的摄取,以补充体内不足的蛋白质。

建议食用:鲈鱼、鲤鱼、一周3个鸡蛋、天然酸奶、萝卜、菠菜、柠檬、桃。

少量食用:所有肉类、鱼子酱、小龙虾、各种奶酪、全脂奶和冰淇淋、香蕉、橘子、木瓜。

可减肥的食物:橄榄油、大豆、绿叶蔬菜和菠萝。

B型血
B型血的人能消化各种美味食物,但也有些美味是他们碰不了的,比如面条、鸡肉,它们之中的血凝素会阻碍B型血的新陈代谢,所以对B型血人来说,减肥只是意味着少吃面条和鸡肉。

建议食用:各种肉类,海鲜、新鲜奶酪、奶油、橄榄油和鱼肝油、大米、谷物等,洋白菜、胡萝卜、花椰菜、香蕉、苹果。

少量食用:肥猪肉、鸡肉、火腿、龙虾、章鱼、虾、奶酪、冰淇淋、蔬菜油、各类坚果、黄瓜、非稻谷类面包、玉米、萝卜、椰子。

可减肥的食物:绿叶蔬菜、肉类、鸡蛋、奶酪、酸奶。

O型血
对O型血的人来说,动物蛋白质是主要的能量来源,但他们不易消化乳制品、豆类及谷物食品。这类人应少喝乳制品,但每天要服用适量的钙片以补充体内不足的钙量。平时注意均衡摄取蔬菜水果等食物,以保持体内酸碱平衡。

O型血的人晚餐后最好避免米饭,临睡前吃几个奇异果,它们在有效补充维生素的同时又能帮助消化蛋白质。

建议食用:牛肉、羊肉、鳕鱼、鸡蛋、豆腐、大蒜、萝卜、苹果、柚子、西瓜。

不建议食用:肥猪肉、火腿、鱼子酱、章鱼、奶酪、酸奶、全脂奶、蘑菇、橄榄、土豆、玉米油、葵花油、椰子、芒果。

可减肥的食物:海生贝壳动物、卷心菜和菠菜等。

AB型血
AB型血的人的生理特点是胃酸少而不易消化肉类。所以在饮食方面,AB型血的人最好以豆腐、新鲜蔬菜和水果为主,以乳制品和少量肉食作点缀,另外稍加一些鲜鱼和鸡蛋。这类人最适合吃的水果非西柚莫属,它能帮助消化,分解体内脂肪,削下来的果皮更可以放入水中浸浴,真正达到由外而内的瘦身目的。

高端卖场引来品牌高层 苏宁山西路店升级备受业界关注

作为苏宁南京大本营三大3C+旗舰店之一的山西路店,一直都是各大家电品牌访问苏宁总部必到的门店。该店第五次升级改造同样引来了众多知名品牌老总的关注。据悉,苏宁山西路店此次重张开业已经得到600余家厂商的鼎力支持。

连日来,诸大家电品牌高层亲临山西路。三星中国本社社长朴根熙、博世和西门子家用电器集团中国区总裁盖尔克、A.O.史密斯(中国)热水器有限公司总经理

丁威、乐金电子(中国)有限公司事业总部社长禹南均等纷至沓来,他们在表示全力支持的同时,也为山西路店的重张提供了许多宝贵的建议。苏宁电器南京大区总经理陶京海在接受采访时说:“苏宁山西路店始终在不断改进,不断提升消费平台的水平,因此供应商也希望与拥有更好平台的渠道合作,苏宁无疑是首选。”

此外,为保证山西路店升级成功,苏宁营销总部将拨出千万促销专款用于该店开业,

600多家厂商也按照苏宁订单提供了亿元货源,同时还投入充足的礼品资源保证其产品在山西路店开业时的优惠力度。另外,各大家电品牌还将在苏宁山西路店增加40%的促销员,保证人流井喷时的正常销售和优质服务。

这样,苏宁山西路店开业期间,家电七大品类联合让利,备货资源可达亿元之多,而定制机型、畅销机型、特价机型所占比较之去年同期更有大幅提升。

快报记者 杨坤

快报“家装建材团购夏令营”周六走进马可波罗至尊殿 只需5元就可将一箱瓷砖抱回家

本周六上午10点至下午2点,快报家装俱乐部“家装建材团购夏令营”将带您走进马可波罗陶瓷至尊殿。据了解,马可波罗将拿出进入南京十年来的最低价格,专供快报读者。读者可拨打快报96060热线报名,只要5元就可将一箱共400片的45mm×95mm规格的阳台瓷抱回家,而一般2平方米的阳台,大约只需2箱共800块砖。“也就是说,一间阳台的墙砖铺贴只需10元。”马可波罗至尊殿店长羊

永为读者算账。

此外,200mm×500mm的卫生间、厨房砖只需6元/片,200mm×500mm的瓷砖只需5元/片,消费满2000元,即送某款阳台砖5箱。马可波罗还特地推出了抽奖活动,只要交付1000元定金就可以参加。奖品非常诱人,一等奖3名,奖品为格力空调;二等奖5名,奖品为小天鹅洗衣机;三等奖10名,奖品为美的空调扇;四等奖18名,奖品为豪华餐具套件;纪念奖28名,奖品为多功能工

具箱。而最大惊喜是专供快报读者的团购价,羊永坚持留下悬念,等待读者亲到现场才能揭秘。

■活动贴士
活动时间:8月30日(本周六)上午10点至下午2点
活动地点:江东南路2号石林江东门广场一楼
报名电话:96060
咨询电话:84783564
交通指南:乘坐39路、57路、82路、56路、312路至江东门西车站下
快报记者 童婷婷

宏图三胞联想携手劲掀三核电脑换代普及风暴

采用AMD全新三核羿龙的联想家悦H3609,在宏图三胞以4999元的价格杀入PC市场。不到5000元,联想家悦H就能让你享受技术更高、速度更快、性能更强的三核体验,无论是玩3D游戏、欣赏好莱坞大片,还是多媒体视频处理,都能完美胜任。”业内人士评价道,2008是PC的多核普

及年,对于被四核价格阻退的普通用户来说,采用真多核架构设计的三核CPU无疑是性能玩家的上乘之选。

据悉,采用AMD三核羿龙X3 8400处理器的联想家悦H3605,综合效能超出双核处理器30%。“三核+2G内存”的黄金均衡配置实现了PC整机性能大幅度提升。同时,家

悦H还配备了250G的采用联想防震设计的高速硬盘,Nvidia 9300GE的独立显卡结合强劲的图形显示能力,硬件级高清视频解码功能以及支持数字高清的DVI视频接口,无论是高清视频播放,还是复杂与逼真的DX10 3D游戏,都能为用户带来出色的视觉体验。快报记者 徐勇

宁波银行力推“汇通财富” 打造家庭理财新理念

宁波银行昨天在上海召开新闻发布会,宣布正式推出“汇通财富”个人理财品牌,这也是国内银行业首次提出以“家庭”为核心元素的个人理财品牌,致力于满足中端财富家庭不同成员对金融产品、金融服务的需求。业内人士指出,由于利率结构的调整,银行依靠传统存贷利差获利的空间将越来越小,而居民财富增长、投资意识增强,将给银行财富管理业务提供增长空间。

计划、养老计划等六大计划,在追求稳健便捷、情感关怀的同时,为每个家庭成员的不同金融需求量身定做理财规划。“汇通财富”不仅涵盖了传统理财产品增值的服务功能,同时也包括创业、发展、消费、教育在内的融资需求,突破了传统意义上的理财观念。

在昨天的新闻发布会上,宁波银行陈雪峰副行长指出,通过三年多的学习、实践和探索,宁波银行个人银行业务未来三年的经营管理体系已经初步确立,具体包括:一是发展基于明确客户定位的个人小额无抵押贷款(如白领通、商盈卡、白金卡等);二是发

展致力于满足家庭不同成员对金融产品和金融服务需求的汇通财富管理;三是发展基于品质经营的信用卡业务;四是进一步完善支持上述三大业务单元快速发展的营销、服务和IT等支持体系。

陈雪峰透露,财富管理是宁波银行个人银行业务发展的战略重点,与信用卡业务一起将成为银行新的盈利增长点。宁波银行将财富管理中心正式搬迁至上海运营,以便吸收更多先进银行的经营管理理念,吸引更多的优秀人才参与,增强财富管理金融服务功能,从而进一步提升银行的综合竞争力。周炜

养生保健

一荤一素一菇 最佳饮食结构

蘑菇营养丰富、肉嫩味鲜,一直享有“山珍”的美誉。联合国曾提出,人类最佳的饮食结构是“一荤一素一菇”,这个菇就是蘑菇。世界卫生组织提出的六大保健饮品就包括绿茶、红葡萄酒(每日100毫升)、豆浆、酸奶、骨头汤和蘑菇汤。

蘑菇的营养到底好在哪儿?中国中医科学院西苑医院杨力教授表示,蘑菇是高蛋白、低脂肪食品,富含人体必需的氨基酸、维生素和多糖等营养成分。首先,它是与肉类最接近的蔬菜,蛋白质可消化率达70%-90%,有“植物肉”之称,营养价值仅次于牛奶。其次,蘑菇富含18种氨基酸,有些蘑菇中蛋白质的氨基酸组成比牛肉更好。再次,100克蘑菇所含的微量元素,可满足人体24小时所需,其中磷的含量与鱼相等,铁含量也极高。

一般新鲜蔬菜和水果不含维生素D,蘑菇却是个例外。以香菇为例,其维生素D的含量比大豆高20倍,是海带的8倍。维生素D的价值是能帮助人体吸收钙,有益于骨骼的健康。美国FDA一项研究发现,用紫外线照射生长或刚采摘的新鲜蘑菇,能合成大量维生素D。因此,购买时尽量选用新鲜蘑菇,且最好在阳光下晒一段时间后再食用。

蘑菇还能防病治病,其中所含的B族维生素可预防皮炎和肠炎的发生。蘑菇中的碳水化合物含量很少,最适合糖尿病和胆固醇偏高者食用。

燕麦玉米等食物 有效对抗脂肪肝

患有脂肪肝,饮食调理很重要,食物清单里添加下列食物将使你受益匪浅。

燕麦:含有极其丰富的亚油酸和丰富的皂苷素,可以降低血脂胆固醇和三酰甘油。

玉米:含有丰富的钙、硒、卵磷脂、维生素E等,具有降低血脂胆固醇的作用。

海带:含有丰富的牛磺酸,可降低血液及胆汁中的胆固醇;含有食物纤维褐藻酸,可抑制胆固醇的吸收,促进其排泄。

苹果:含有丰富的果胶,可以促进肠道的排泄。

牛奶:含有丰富的钙,能抑制机体内胆固醇合成酶活性,可减少胆固醇的吸收。

红薯:含有丰富的纤维素,起通便作用,并可可将肠道内过多的脂肪、糖、毒素排出体外,起到降脂作用。

此外,胡萝卜、花生、葵花子、山楂、无花果等也可以起到降脂作用。

现代快报 便民网

24小时服务电话: 96060

质优价廉,值得信赖!

家电维修

- 彩电:21英寸以下(含21英寸)50元,25-29英寸国产60元,进口90元,34英寸140元,背投260元
- 无霜冰箱、冰柜:30-330元
- 空调维修:70元起;移机:90元起;充氟:80元起;清洗:30元起;空调以旧换新
- 中央商用空调:价格面议。
- VCD、DVD:20-50元
- 音响:55元起
- 洗衣机:30元起
- 电、燃气、太阳能热水器:修20元;热水器以旧换新30元
- 微波炉、消毒柜:维修30元
- 电饭煲维修:15元

家政服务

- 家庭保洁:1.5元/平米(建筑面积),不足60平米按60平米计
- 厂房清洁:价格面议
- 高空外墙清洗:价格面议
- 管道疏通:马桶28元起,次管道30元,主管道40元起
- 水工、电工:30元起
- 水钻打孔:30元起
- 饮水机:维修15元
- 灶具:维修15-28元,清洗20元
- 油烟机:清洗30元起,维修20元
- 卫生间清洁 厨房清洁 地毯清洁 沙发清洗 管道改造 屋面防水 室内防水 家庭除螨

办公设备

- 电脑维修:软硬件30元起
- 笔记本电脑维修:70元起
- 显示器维修:55元起
- 传真机维修:60元起
- 激光打印机维修:85元
- 一体机维修
- 现场晒鼓加粉
- 复印机维修

(所报价格均不含材料费,详细价目表可向服务人员查看)

96060是快报便民网唯一24小时服务热线,请注意鉴别,谨防假冒!

投诉监督电话:96060

有快报监督,家有难事找快报便民网让您更放心!
服务范围:南京市区、江宁、浦口、六合(大厂、雄州)

真诚服务 绝不含糊

快报便民网重要提醒

快报便民网自2000年2月19日开办以来,一直坚持真诚为读者服务,并以全程监督奠定了良好的服务基础。在长期的便民服务中,快报便民网坚持以严格的全程监督对网员单位进行管理,严格保证服务质量,确保读者利益不受损失,得到了大众的认可和一致好评。

为进一步扩大快报便民网的影响,回报读者的厚爱,规范服务行业市场,打击“街头游击队”蒙骗客户的不道德行为。快报便民网将始终坚持“快速、优质、价廉、规范”的原则服务于广大读者。

为了保障您的权益,快报便民网特此提醒读者:预约快报便民网服务,请务必拨打快报唯一24小时服务热线96060预约登记,我们将在第一时间为您提供优质服务。