免费当“老板”，这等好事还真有

小小咖啡店帮网友圆梦，预约已经排到了下个月

圈新闻
物以类聚 人以群分
你有结识一帮有同样爱好的人吗？你有加入某个有趣的小群体吗？……来吧！拿你们的故事让大家“开开眼界”。
请致电96060或邮箱kbsqb@sina.com联系

很多人都做过这样的梦：开一家自己的咖啡店，过自由自在的生活。想尝尝梦想照进现实的滋味吗？南京Yoann咖啡店的店主，在豆瓣网上发起了“当一天咖啡店老板”的活动，目前已经有20位年轻人来店里当过老板，而预约已经排到了下个月。

□快报记者 王凡 文/摄

尤安圆了自己梦想再帮他人圆梦

小老板先圆了自己的梦

这家位于长白街的咖啡店，店面并不大，不过有上下两层。记者近日到访时，店里只有老板Yoann一人。这是他的网名，中文名尤安。

店里非常精致小雅，墙面是灰色，橱柜、书架、吧台选用绿色，“灰色是一种浑浊，绿色点缀了我的理想。”楼下摆着三张简易的两人桌，每张桌上用啤酒瓶装着一朵太阳花，还有一个玻璃鱼缸，里面有两条金鱼。电影海报、CD、明信片、烛台、相框，这些小资的玩意儿在店里随处可见。楼上还有一个特别设计，一间小小的放映厅，可以容纳十多个人集体观看电影，另外还有两张四人桌，一个榻榻米。

24岁的尤安说，他完全是按照自己的梦想来打造咖啡店的，当他大学期间做这个梦的时候，就设想好了每一处细节。大学毕业后，他去物流公司干了一年，业余时间在培训班学了做咖啡和调酒，“然后没多想，就拿出积蓄，在父母的支持下开了这家店。”咖啡店去年10月开业后，尤安在豆瓣网上陆续发起了活动，放映电影、举办不插电弹唱音乐会，除了给小店做宣传以外，他更想给有同样兴趣爱好的人提供一个交流的平台。尤安说，来参加活动的以白领和大学生为主，大多都是“文艺小青年”。

再为别人完成小梦想

“当一天咖啡店老板”的活动是去年11月开始的，事实上，这是尤安开店前就冒出来的想法，“好友们在一起聊天的时候，很多人都做过这样的梦，只是我比他们先迈开了步子。”

“老板”怎么当？尤安老板是完全的“自由主义”，“我就告诉他们，当老板的一天完全是自己做主，想干吗就可以干吗。”每个“老板”上任，都会想一个新鲜的主题，写在咖啡店的小黑板上。这几个月以来，有人办了摄影展，有人手工制作卡片，有人组织了电影观摩……

尤安准备了一个本子让每一个“老板”记录下自己的心得，记者翻开了一下，字字句句都流露出幸福感。“这是一个会给人带来家的温暖的小店”，“这是一个会让人少一些欲望的地方”，“这是第一次这么接近梦想”，也有人说，“我不会煮咖啡，也不会调酒，但坐在吧台后的感觉还是不错的”。今年3月开始，活动进入到“第二季”，目前，预约要当老板的人已经排到了下个月23日那个周六。

尤安说，现在每天店里只有10多位客人，每月都没有太多盈利，但是现在他和店里的熟客已经成了好朋友，和起初开店时追求自己的自由生活不同，现在他看到别人在店里自由自在，他就觉得很满足。在他的心里依然有当初的那份坚持，“没有客人的时候需要耐得住寂寞，这样才能怀抱着梦想，走得更远。”

坚持夜登紫金山，甩掉药罐练就好身板

70后辣妈向珠峰下挑战书

慢生活
除了快节奏 还有慢生活
琴棋书画花鸟虫鱼，自在的你们向享受慢生活？如此乐趣可别私藏，快和大家分享吧！
报料热线：96060
报料信箱：kbsqb@sina.com

运动增添魅力（图由“小无聊”提供）

坚持比开始更重要。南京有一位70后辣妈，从2009年开始，几乎每周都坚持一次夜环玄武湖、夜登紫金山活动。两年多来，这个昔日药罐子身体素质好到可以攀爬珠穆朗玛峰了！

这位70后辣妈，网名叫“小无聊”，现在一家国企工作。因为久坐办公室，她的身体不太好，贫血、低血糖，扁桃体还经常发炎。2009年，一位叫陈建国的市民发起了夜环玄武湖、夜登紫金山活动，她觉得非常好便报名参加了。

夜环玄武湖都是从正大门进，绕着环湖大道顺时针走一圈，全程9.8公里。她起初觉得累，走不到一半就要停下来歇歇。不过，70多期坚持下来，如今她环湖跑一圈都觉得很轻松，她认为“坚持比开始更重要”。

本来，“小无聊”只想通过这两项活动强身健体。而坚持下来，她的身体素质已经好到可以攀登珠穆朗玛峰了。去年9月份，她把能休的假一次性全休了，和10名驴友一起向珠穆朗玛峰发出挑战。在零下30摄氏度下，她和其他人一起攀登上了海拔5300米的珠峰山腰。有人觉得这个成绩不错，但她还想于今年5月份，再挑战一次，争取更上一层楼，登上海拔5800米。

作为一名妻子一个母亲，“小无聊”坦言这几年忙于自己的爱好，对家庭付出少了一点。不过，她告诉记者，平时下班回家，她会很麻利地干家务，将功补过。

“没办法，刚开始我是喜欢上了探寻运动，但是现在已经演变为一种责任了。”她告诉记者，目前有上万人关心她和朋友建立的“探寻者俱乐部”。并且不断有新人参与进来，期待有更多精彩的探寻活动。

“这已经不是我个人行为了，必须做出一些牺牲。”如今，她在探寻活动中承担了更多的组织工作。上周四，一位网名叫“河西老张”的人，第一次参与夜登紫金山活动，爬到十分之一时他就想放弃了。不过，看到队友们鼓励的眼神，对方把想说的话给咽了回去。

“坚持下来真好！”事后，“河西老张”说他对自己更有信心了。最近，他又打算随驴友们一起去婺源，看油菜花，和常人看不到的景色。

快报记者 钟晓敏

南理工老师教女大学生DIY

四种成分一混，就成了化妆水

快报讯（通讯员 戚晓丽 记者 谢静娴）丙三醇、柠檬、乙醇、蒸馏水，四样东西一混合，就成了女生们常用的美容水。昨天，在老师的指导下，南京理工大学的不少女生们自己动手做成了美容保湿水。

南京理工大学化工学院林雪梅老师开设了“自制美容水”的开放性实验，受到了许多女同学的追捧。林老师告诉学生们，“丙三醇=保湿因子，柠檬=主料，乙醇=提取物，蒸馏水=溶剂，四种成分一组合就成了保湿水。一些品牌的化妆水的成分就包括这些。”

“课程共安排一天，上午主要是蒸馏一些水做溶剂。”参加本次实验的南理工化院2009级的王同学说：“实验器材和原理相当简单，就是平时做的蒸馏实验，直接用洗净的烧杯来接蒸馏出来的水，一上午的功绩就是几大杯满满的蒸馏水。”紧接着就是用蒸馏水做溶剂，再次蒸馏，过程中加入挤好的柠檬汁和一些丙三醇等即可。

经过了一夜的陈化，保湿水就算制成了。“我们宿舍的几位早就跟我预订了，大家都想用天然的保湿水拍拍脸。”用着自己做的保湿水，大家开玩笑说：“以后不用去买昂贵的名牌保湿水了，自己报个开放性实验就搞定了，经济又实惠。”

服装培训对外招生
4月6日开学（推荐工作）
政府补贴失业者学费。全科培训，教学规范，合格发证。
南京白下路314号金陵科技学院北大楼209室
电话:025-84418824,86632398 http://njzyfzpx.cn

东/南/文/理/进/修/学/院
2011年度二级建造师
免费公开课 时间:3月20日上午9:30-11:30
地点:东南大学榴园宾馆多功能厅电话:4006-999-250 欢迎光临

弱电工程师
由南大老师及资深高工系统讲授“网络工程、综合布线、保安监控、卫星电视、楼宇自控、小区智能化、消防系统、工程概预算、项目管理”等课程，颁发国家级职业技术证书，推荐就业！
报 名：广州路22号-5南大科技楼三层（南大大航）
电 话：83594583 www.njudh.cn

建造师、监理、施工
质检、安全、材料、资料
江苏唯一授权颁发中国住建部岗位证书，全国通用，网上注册查询。
电话:025-83372011、13611595111 欢迎加盟！
南京市成贤街119-8号东南报名处(东南大学南门东30米处)吴老师

江宁电大远程本专科 成人专科 正在招生
专业齐全 本科可授学位 国家学历 网上可查。招生咨询电话:521897219
成人高考辅导班
即日起报名
考试、培训:会计证、普通话、全国计算机一、二级、网考大学英语等
咨询电话:52199628 52185399 报名地址:江宁区河滨路28号(实小西边)江宁电大

快报二手房专版 订版电话:84214091

浦口海来 58490379

东门居住权房	瓦房三室一院59.5m^{2}26万临街	农大教师楼	6/6大套80m^{2}精装全设54.5万
	5/6 47.5m^2 21万简装	泰山小学对面	2/6中套56m^{2}精装全设37万
栖霞龙潭解放新村	瓦房两间32.5m^{2}两证全12.8万投资	浦厂二村	6/6大套71m^2 43万精装全设

界龙 83232579

奥体中和园	2F 89m^2 3室2厅豪装送设施161万
西桥	4F 51m^{2}2室南北75万
大方巷	1F 82m^{2}新装院子25m^{2}加盖13m^{2}167万
中和园	16F 102m^{2}毛坯145万地铁口
四条巷	3F 45m^{2}双南2室69.5万
西桥	5F 43m^{2}简装65万

至尊 13813041362

苹果都市	43m^2 5/15 32万豪装临地铁口
武夷绿洲	65m^2 2/6 88万豪装送储
天泽苑	106m^{2}2/4 126万毛坯别墅小洋房
第一居	131+131m^{2}3/3 135万精装送同等房和露台
恒安嘉园	151m^2 2/11 148万毛坯东边户
竹山路门面	114m^2 1-2/2 280万繁华地段升值快

真鼎房产 江宁精品好房出售、出租多套供选 52285028、52150058

湖滨世纪花园	93.91m^{2}125万6/6精装修，带阁楼 52150058	百家湖巴黎城	120m^{2}5/6 140万新空满五年 51180656	莱茵小镇	89.72m^{2}4/4 80万精装各付税 84900715	天地新城	128m^{2}5/6 155万精装满5年送车库 52142008	武夷花园	128m^{2}4/5 158万精装,实小学区,满5年唯一 13151523300	长塘佳苑	92.4m^{2}95.8万各付4/6简装修满五年 86183897	百里华府	82 m^2 8.8万 3/6 新空 52776311
汇金旗林大厦	57m^{2}70万 6/22 精装满5年 52150058	百家湖伦敦城	142m^{2}5/6 150万新空满五年 51180656	莱茵小镇门面	88.5m^{2}1/5 128万地铁口挑高门面 84900715	天地新城	116.48m^{2}3/6 150万豪装设全 52142008	秦淮绿洲别墅	177m^{2}1-2/4 250万 新空 前后花园100m^2 13151523300	市政天元城	84m^{2}102万5/6空房满五年(另75m^{2}88万豪装) 86183897	百里华府	90 m^2 63.5万 2/6 新空 52776311
仲景公寓	109.85m^2 145万 4/6 满5年精装 送储藏室 52150058	百家湖维也纳	218m^{2}1-2 195万新空满五年送车库 51180656	莱茵东郡	167m^{2}3-4/4 220万精装跃层送车库露台 84900715	天地新城	156m^{2}2/6 180万豪装50万满5年 52142008	南方花园	94m^{2}5/5 120万精装,满5年唯一,送储 13151523300	恒达嘉园	157.15 m^2 168.5万 13/16 新空 86183897	颐家春天	42 m^2 23万 2/7 新空 52776311
市政天元城	127m^{2}160万 1/6 豪装 送设施 52150058	高尔夫国际花园	198m^{2}1-12 220万精装急售 51180656	宁泉北苑	97 m^2 5/6 100万满5年精装 84900715	天水雅居	140m^{2}1/6 150万装修满5年唯一 52142008	园林公司家属区	60.5m^{2}6/6 67万竹山路地铁口,满5年唯一 13357718256	学府风景	65 m^2 69万 2/5 新空 86183897	颐家春天	81 m^2 54万 1/9 精装 84967326
胜太路商铺	50 m^2 95万 1/6 简装 52285028	湖滨公寓	114m^{2}6/6 115万精装满五年 51180656	西苑新寓	90.4m^{2}1/6 91万满5年无营业税 84900715	瀛洲湾	147m^{2}3/6 147万精装满5年 52142008	汇景新苑	105m^{2}3/6 123万精装满五年唯一,楼层佳 13357718256	明月港湾	83.8m^{2}112万 5/6 简装修另有一套满五年四楼 86183897	颐家春天	68 m^2 51万 2/7 精装(家电全送) 84967326
天琪雅居	107m^{2}135万 5/6 精装未满5年 52150058	文化名园	210m^{2}5-6 188万新空满五年 51180656	广博苑	95.21m^{2}17/19 105万新空毛坯南北通透 84900715	碧水湾	108.7m^{2}4/6 130万精装满5年 52142008	粮食局大院	65.06m^{2}6/6 73.8万简装,满五年,交通方便 13357718256	湖滨公寓	128m^{2}128万付 6/6 精装修 86183897	颐家春天	119.7 m^2 68万 2/7 新空 84967326
湖滨路商铺	60 m^2 105万 1/6 简装 52285028	汇金商业街	58m^{2}6/6 52万纯地铁口新空急售 51180656	丝织小区	74m^{2}2/6 80万满5年精装送设施 84900715	碧水湾	107.1m^{2}1/6 133万精装院子80 m^2 52142008	鼓山路222号	66.7m^{2}5/6 70万简装,送储,县医院家属楼,急售 13952018426	813厂	57.75m^{2}70万 4/5 新精装修满五年 86183897	星汉城	77 m^2 53.5万 3/6 新空 87139132
湖滨公寓	213m^{2}242万 2-3/6 简装 湖景房 52285028	百家湖国际花园	138m^{2}6/6 145万新空景观房 51180656	天泽苑	127m^{2}5/5 128万送储藏室+阁楼 84900715	碧水湾	143.5m^{2}6/6 140万精装送露台及阁楼 52142008	商城电大对面	81m^{2}6/6 76万实小学区, 简装,价低,满5年 13952018426	康馨花园	82.3m^{2}81万 1/6 简装修满五年 86183897	星汉城	87m^{2}56.8万 6/6 新空(送阁楼 储藏室) 87139132
湖滨世纪花园	120m^{2}150万 4/6 精装满5年 52285028	百家湖伦敦城	95 m^2 1/6 117万精装急售 51180656	学府风景	65.5m^{2}5/6 70万婚装送全套设施 84900715	名嘉佳园	64.3m^{2}1/11 85万新空地铁口 52142008	明珠园小区	75m^{2}7/7 77万竹山路地铁口, 满5年唯一,价低 13952018426	文靖新村	104m^{2}110万各付 1/6 精装修(83m^2 90万 五楼精装修) 86183897	星汉城	51m^{2}44万 1/6 精装(送家电 储藏室) 87139132
合家春天	33.15m^2 1/7 36万毛坯 52285028	湖滨世纪花园	123 m^2 2/6 127万精装急售 51180656	东福金座	77m^{2}11/19 71万新空毛坯两房朝南 84900715	天地新城	156m^{2}2/6 180万豪华装修50万满五年 52142008	金王府	122m^{2}8/8 136万新空,直接更名,河定桥地铁口 13952018426	利民新村	88m^{2}83万 1/6 精装修满五年 86183897	星汉城	92m^2 60.8万 1/6 新空 87139132