

»我能成长

爱她,就陪她一起怀孕吧.....

我能网“好孕妈咪大课堂”第三堂课,专为准爸爸打造,快来报名吧

妻子在怀孕的特殊时期,作为“准爸爸”的你,该如何面对?我能网大型公益讲座“好孕妈咪大课堂”第三堂课——“给准爸爸的一堂课”发出召集令以来,将为入父的男人们踊跃响应所表现出的热情,对这个问题给出了最好的答案。

据悉,在5月7日举行的这堂课上,南医大二附院誉有“准妈妈的贴心人”称号的褚平护士长,将详细讲解准爸爸在妻子孕期的重要作用和基本职责,让准爸爸们尽职做到百分之百。还未报名的准爸爸可通过我能网网络或96060电话抢占座席,孕妈们也可为丈夫预定席位。

准爸爸尽职者不多

调查显示,近九成准爸爸表示会陪同妻子听课,共同学习产子相关知识,也表示愿抽出时间照顾妻子和宝宝。但由于种种原因,准爸爸往往“说到不能做到”。能够切实做到到场参与孕期课程的准爸爸不足四成,能够每次都陪妻子去产检的更是少之又少。

我能网孕妈无忧俱乐部的“小暖”就曾在圈中发帖求助,称自己怀孕很辛苦,想丈夫多陪陪。可丈夫总有这样或那样的事情,口头上答应却履行诺言。孕妈们在安慰“小暖”的同时,也不时地抱怨起自己的丈夫……

召集并动员准爸爸们陪妻子一同听孕期知识课程,确实刻不容缓。

准爸爸要做到三陪

丈夫的关爱对于孕妇与胎儿的健康是很重要的。因此,本堂课的主讲嘉宾褚志平建议,在妻子怀孕的中期、晚期,丈夫要做到“三陪”,即陪妻子一起去“听课”、定期陪同妻子去做产前检查、陪妻子散步。

尽管不少准爸爸会在网上或书本上获取相关知识,但缺乏实战经验。”褚志平解释说,“好孕妈咪大课堂特别开设的这堂‘给准爸爸的课’,会理论结合实践让他们

在妻子的孕中期和晚期,为即将出生的宝宝做好准备。

专家也指出,准爸爸的态度会直接影响怀孕妻子的情绪,并对胎儿产生很大的影响。因此,这样一堂有针对性的课,准爸爸万不可缺席。

[课堂信息]

“好孕妈咪大课堂”第三堂课

主题:给准爸爸的一堂课——孕期如何做好宝宝出生准备

时间:2011年5月7日下午2:30

地点:洪武北路55号置地广场现代快报8楼

主讲人:褚志平(南医大二附院产科护士长、副主任护师)

[报名方式]

网站报名:登录我能网(www.wonengw.com)>我能成长>活动报名帖>跟帖报名

(网上报名还可以给妻子和即将出世的宝宝许下“爸爸心愿”,表达你对宝宝和妻子的关爱。)

报名电话:025-84783473,96060

QQ群报名:孕妈无忧群号:86792174

本文文字均由我能网提供

»我能便民

清洗、维修、移机业务高峰将至

我能网启动空调服务别动队

南京气温逐渐升高,许多家庭和单位已经开始启用空调。为此,快报我能网便民服务即日起启动全天候空调服务计划,组织空调清洗、维修、移机,专业服务人员随时待命,确保用户正常使用空调。

南京光华园小区的管先生家有台老式空调,两年来总时不时罢工,他咨询了多家维修店,师傅们都不乐意修,说机型太旧,无法修理。管先生不甘心,打听到快报我能网便民服务有专业的家电维修团队,就试着拨通了24小时热线96060。拥有高级维修工执照的顾师傅按照约定时间准时上门,很快检测出空调的电容出现故障,“换个电容就成”。但这款配件不好找,跑了多个家电配件市场,顾师傅才找到合适的型号。换完配件,顾师傅又细心地检测了其他部件,空调很快恢复运转。

“家里的空调用了三四年都没清洗过,这对空调有什么影响?”家住三牌楼的张女士打来电话询问。据快报便民服务的工作人员介绍,空调长时间不清洗,灰尘、污垢、细菌等积聚在空调内部,不但影响空调的制冷,还会促成螨虫的滋生,附着在室内机里的细菌随送风系统吹回室内,污染室内的空气、传播疾病,严

重影响人们身心健康。而经过清洗和消毒处理后的空调,空气更加清新,人体感觉倍加舒适。同时,清洗过的空调可以大大改善制冷效果,延长机器寿命。

快报我能网便民服务空调清洗采用的是专业的清洗原料,上门后工作人员会先试机,之后对内、外机用空调专业的清洗剂进行发泡处理,最后用少量清水对内机外壳、过滤网进行清洗,维修人员做完空调清洗后,会对空调免费进行测氟,检测线路及机器的运转情况。

目前通过现代快报24小时服务热线96060或登录我能网(www.wonengw.com)预约便民服务,在服务完成后还可获赠快报我能网限量发行的内含510元代金券的《我能网便民生活必备手册》1本。



国家AAAA级旅游景区 省级地质公园 省级重点风景名胜区 每日精彩演出 免费观看

[国色天香正在绽放] 丫山风景区一日游158元/人

4月30日 5月1日 2日发班 同行QQ: 895372756

芍药花开 红透丫山 5·1长假 中华奇人 齐聚丫山 牡丹花会正在进行

4月1日至6月1日 民俗国粹 每日呈现 精彩演出 免费观看 各大旅行社均可报名

景区地址:安徽省芜湖市南陵县何湾镇丫山风景区 网址: www.yar3.com 咨询热线: 189 4953 6088



健康、休闲尽在韩国

CYTS 中青旅

韩国炫动之旅

6月18、25日 6月8日



新疆 A. 兰州嘉峪关 鄯善 天山天池 四卦山/九曲飞/七日 3380/4280/4880元
B. 兰州嘉峪关 吐鲁番 天山天池 伊宁草原瑞士风情胡杨林
C. 兰州嘉峪关 吐鲁番 天山天池 伊宁草原瑞士风情胡杨林
D. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 2680/3800/3680/3980元
E. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 2980/4080/3980/4280元
F. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 6780/7680/8180元
G. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十日/一卧双飞八日/双飞五日/四晚 3380/3480/4400/4580/4080/4880元
H. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 3380/3480/4400/4580/4080/4880元
西藏 A. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十日/一卧双飞八日/双飞五日/四晚 3380/3480/4400/4580/4080/4880元
B. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 2680/3800/3680/3980元
C. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 2980/4080/3980/4280元
D. 拉萨 羊八井 扎什伦布寺 日喀则 双飞十二日/一卧双飞十日/双飞六日 6780/7680/8180元
海岛风情 新加坡五晚六日 6880/7080元
巴厘岛三晚五天经典游(直飞) 5850/6500元
巴厘岛四晚六天品质/精华游 7500/9100元
普吉岛四晚六天品质游 4080/4350元
普吉岛四晚六天品质游 5900元
热风东南亚 泰国品质六日游 3380/3480元
泰新品质游十日游 4400/4580元
舒心·泰国六日游 4080元
舒心·新马泰十日游 4880元
连锁报名 瑞金路店: 58895711 58895722
瑞金大厦4楼406室
集庆门店: 86537272 86408183
集庆大街28号(深乐福对面)

首尔、济州岛品质炫动5日
纯玩五花, 奎泰迎薰博物馆、三八线、看精彩乱打秀, 品甘味屋雪浪汤
“爱在济州飞扬” —首尔、济州岛蜜月畅玩6日 6999元
济州升级五花酒店, 赠送涉地可支海边婚纱摄影1组
首尔、济州、爱宝乐园亲子炫动6日 4580元
爱宝乐园畅玩一日, 泰迪熊博物馆, 立体绘画博物馆, 高餐标品尝美食

4880元

4580元

西祠讨论版:

<http://b309829.xici.net>

遨游网江苏站正式上线,欢迎点击:

<http://nj.aoyou.com/>

汇杰店: 83196661/3

汉中路: 86523311/12

奥体店: 89637501/2

全方位客服热线

83196666

www.jscyts.com

南京市中国青年旅行社有限公司 国家旅游局特许经营出境游 许可证号:L-JS-CJ00037

我们发现美景 我们传承美丽 我们成就美好生活

店长特别推荐 中国最美的地方	中国港澳	海上花园—厦门	皇城古都—北京
丝绸之路与新疆大漠一望无际—南疆普罗旺斯,祁连山青的礼赞 出发班: 5月11、21、28日、6月11、21、28日 全程尊游陪同食宿住三星,赠送旅游意外险,国庆优惠	南全齐美★吉隆★迪士尼★海洋双飞五日 舒心纯玩★海浪★海洋公园双飞五日 3080元 4080元	厦门 鼓浪屿 集美双飞三日 厦门 鼓浪屿 永定土楼双飞四日 厦门 武夷山单飞五日(六日含环保车) 武夷山 九曲溪漂流双卧四日 1750-1950元 2000-2100元 1850-2200元 1000元	北京双卧六日(常规/优级) 北京单飞五/六日(常规/优级/精品) 北京双飞五日(常规/优级/精品) 730-1200元 1260-1950元 1700-2390元
欧洲	法瑞意荷葡三国10日 英+法瑞意10日 法德意葡10日 北欧4国+松嫩珲乌10日 精彩10国全境漫游(夕阳红)12日	12900-13200元 16000-16600元 16500-16900元 18900-19200元 14500-14800元	桂林阳朔常规四日 桂林阳朔纯玩四日 水映龙脊—冠岩龙胜印象篇 2070元 2200-3020元 3060-3180元
澳大利亚	澳大利亚八日 澳大利亚凯恩斯八日 澳大利亚新西兰十一日 澳大利亚新西兰凯恩斯十二日	8800-9800元 10500-11500元 11100-12100元 13900-14900元	成都 九寨沟 黄龙双飞五日 成都 九寨沟 黄龙四飞五日 成都 九寨沟 黄龙四飞五/九寨沟黄龙四飞七日 2330-2540元 3240元 3820-4420元
西安	西安世博会 兵马俑 华清池 双卧五日 西安世博会 兵马俑 华清池双飞四日 西安世博会 兵马俑 华清池华山双卧六日 西安世博会 兵马俑 华清池华山双飞五日 1340-1430元 2460-2550元 1560-1670元 2730-2850元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	天府之国 童话世界—四川 成都 九寨沟 黄龙双飞五日 成都 九寨沟 黄龙四飞五/九寨沟黄龙四飞七日 2330-2540元 3240元 3820-4420元
山西	山西世博会 兵马俑 华清池双卧五日 山西世博会 兵马俑 华清池双飞四日 山西世博会 兵马俑 华清池华山双卧六日 山西世博会 兵马俑 华清池华山双飞五日 1340-1430元 2460-2550元 1560-1670元 2730-2850元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	张家界 张家界凤凰宝峰湖双飞五日(常规) 张家界凤凰宝峰湖双飞五日vip纯玩 武汉荆洲古城张家界凤凰古城双动6日 武汉武当山 神农架 长江三峡双动6日纯玩 1830-1930元 2480-2680元 1180-1588元 1580-1980元
影云之南—云南	昆明 大理 丽江双飞六日品质游(四星/五星) 1900-2900元 昆明 大理 丽江 古滇温泉山庄双飞六日品质游 2880-3280元 昆明 大理 丽江 版纳双飞四日品质游 3240-4560元 直飞丽江双飞四日/五日 3950-4480元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	椰风海韵—海南 品歌喉支那双飞五/六日 品歌喉支那双飞五/六日 阳光100-深度/五星海景双飞五/六日 品歌喉支那双飞五/六日 3200-4850元
椰风海韵—海南	昆明 大理 丽江双飞六日品质游(四星/五星) 1900-2900元 昆明 大理 丽江 古滇温泉山庄双飞六日品质游 2880-3280元 昆明 大理 丽江 版纳双飞四日品质游 3240-4560元 直飞丽江双飞四日/五日 3950-4480元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	海上花园—厦门 厦门 鼓浪屿 集美双飞三日 厦门 鼓浪屿 永定土楼双飞四日 厦门 武夷山单飞五日(六日含环保车) 武夷山 九曲溪漂流双卧四日 1750-1950元 2000-2100元 1850-2200元 1000元
皇城古都—北京	北京双卧六日(常规/优级) 北京单飞五/六日(常规/优级/精品) 北京双飞五日(常规/优级/精品) 730-1200元 1260-1950元 1700-2390元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	石台 生态山水天下最美 石台 牯牛降 秋浦河怪潭峡谷漂流 蓬莱仙洞二日 258/423元
太平湖	太平湖(游船)芙蓉谷 九华天池 蓝水河漂流二日 258-421元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	百丈崖 百丈崖 莲花仙洞 秋浦河皮划艇漂流二日 268-433元
瑶里	瑶里 古村落 梅岭 原始森林 汪湖 涠南古瓷遗址二日 八桂瑶寨区瑶山庄 门票全免 368-398元	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	太平湖 太平湖(游船)芙蓉谷 九华天池 蓝水河漂流二日 258-421元
中门店	中门店: 86522113 86517113 中门店 大街1号金陵汉中新城5楼	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	中门店: 86522113 86517113 中门店 大街1号金陵汉中新城5楼
王府大街	王府大街: 52239773 52234467 王府大街 107号	1780元 1850-2200元 1850-2200元 1850-2200元	王府大街: 52239773 52234467 王府大街 107号