

找生活管家 @现代快报我能网便民服务

“生活管家”能人座席、新浪微博与你互动,网络预约可享85折优惠

登录我能网(www.wonengw.com),无论是家里的电器罢工,还是需要保姆、疏通等服务;无论是柴米油盐生活小事,还是装修大事,都可以通过我能网“求帮助”请“生活管家”能人支招。同时,您也可以在新浪微博中搜索“现代快报我能网便民服务”进行关注。

目前,近百位网友通过我能网平台在线咨询使用家电、家政等遇到的生活问题,并得到了满意的答复。

“生活管家”不仅可以为您解答生活难题,还可以提供家电维修、水电保洁、疏通钻孔、搬家开锁以及鸡蛋蔬菜配送等服务。除了以往的快报24小时服务热线96060和我能网“我能便民”在线预约,现在您还可以通过我能网“生活管家”能人或新浪微博

“现代快报我能网便民服务”快速预约专业服务。为回馈长期以来关注快报我能网便民服务的广大市民,即日起,凡通过我能网全新的“生活管家”能人座席、“我能便民”专题页面、新浪微博“现代快报我能网便民服务”等网络通预约家电维修、家政服务的网友,都可享受服务费85折优惠(材料费和远程费除外)。

近期,网络上出现了假冒快报我能网便民服务的机构,在此我们提醒读者,现代快报我能网

便民服务仅有一个官方微博并且有加V认证,96060热线也是快报我能网便民服务唯一预约、咨询、投诉热线,请网友和读者谨防假冒。

■预约方式:
1. 登录我能网(www.wonengw.com),点击“找能人”,搜索“生活管家”能人座席,点击“问TA”提问。
2. 新浪微博:登录新浪微博并搜索“现代快报我能网便民服务”进行关注。

钱坤

如果您有问题想问网友和能人,可以登录我能网“求帮助”发布提问;如果您是相关能人或恰好知道问题的答案,也可来“求帮助”里回答。现在无论发布还是回答“求帮助”,都可快速获得我能网积分奖励。积累积分可兑换“我能便民”为您提供折扣、免费便民服务及高淳原生态草鸡蛋等实物奖励。

积分兑换办法和实物奖励详情可登录我能网“我能便民”

专题页查看“我能网积分兑换便民服务”头条信息。新浪微博和腾讯微博账号可免费注册直接登录我能网,首页点击“求帮助”,即可参与问答。

“求帮助”近期热点问题:
网友“凡尘”问:孩子晚上不敢一个人在家怎么办?
网友“南京梧桐”问:给孩子看哪些类型的电视节目比较好?
如果您有答案,请来我能网帮助他们。
胡晓晶

睡前喝羊奶 健康好睡眠

“一品农庄”教你睡眠实用3招

提高睡眠质量需要平时诸多良好的生活习惯做保障。我能网食疗能人“一品农庄”教你睡眠实用3招:

第1招,睡前用55到70℃的热水泡脚。热水的浸泡能舒筋活血,加速血液循环,有助于缓解足部静脉曲张,缓解头痛,促进睡眠。第2招,在睡前听舒缓的音乐,有助于安稳睡眠。第3招,临睡前食用苹果、香蕉、橙子、梨等碱性类水果,能抑制大脑皮质而易进入睡眠状态。除此之外,睡前喝羊奶也是不错的选择。有些配方羊奶中含有烟酸等助眠安神物质,睡前半小时饮用一杯,具有镇静安神作用。羊奶的脂肪球体积明显小于牛奶,很容易被吸收消化,晚间饮用不会成为消化系统的负担,也不用担心脂肪堆积,影响身材。

如果想要了解更多有关养生的知识,请登录我能网(www.wonengw.com)能人座席“一品农庄”或拨打“一品农庄”营养热线:400-710-8258。“一品农庄”以绿色、食疗、养生为经营理念,主营乳制品、鸡蛋、蔬菜等有机农产品。您可以登录我能网与更多养生能人沟通。
汪慧 王平

“写作小能人”活动引发教育方法讨论

“我能成长”专题的“写作小能人”活动吸引来无数爸爸妈妈的目光。家长们不仅积极发来孩子的作文参与投稿,还利用“求帮助”的便捷功能向点评老师咨询求教,更有关心孩子成长的父母就辅导方式等问题交换看法。五一刚过,“求帮助”里就涌出了许多教子经验的讨论。

一位网友说,孩子学习不是很积极,很爱玩游戏,担心他玩游戏成瘾。我能网能人“曲晶老

师”回复:看孩子除了电脑游戏外还对什么感兴趣,抓住兴趣点,努力让孩子投入其中。一点一点减少孩子游戏时间,让孩子慢慢习惯没有游戏的时间。

网友“豆豆妈”说,让孩子在写作前,先说一遍,孩子说得很好,一写就犯愁了。家长网友“其其”回复:孩子的语言发展一直比写得好,这说明怕动笔,而不是写作水平不好。当然,也要激发孩子对文字的兴趣。

如果您有问题想问网友和能人,可以登录我能网“求帮助”发布提问;如果您是相关能人或恰好知道问题的答案,也可来“求帮助”里回答。现在无论发布还是回答“求帮助”,都可快速获得我能网积分奖励。积累积分可兑换“我能便民”为您提供折扣、免费便民服务及高淳原生态草鸡蛋等实物奖励。

积分兑换办法和实物奖励详情可登录我能网“我能便民”

如果您有答案,请来我能网帮助他们。
胡晓晶

《法治现场》房产中心 热线电话: 84595828 监督电话: 84631234

南京唯一权威媒体挂牌房产中介,买房、卖房、租房、代办过户找《法治现场》服务网房产中心最省心、最放心。

热河南路商辅 1/7 617+100m² 2000万 住位宽28米 83721592	中环国际 21/50 1880m² 3290万 豪装含税整层 83721592	新街口独栋 1-10/10 18000m² 18000万 独栋黄金旺铺 83721592	江宁四星级酒店 1-8/8 24000m² 2亿 占地16亩 最佳投资 83721759	安德门独栋 1-7/7 22000m² 3亿 占地10.5亩 83721759	大行宫 cfc 门面 2-1/1 18852m² 4.2亿 市口好 投资佳 83721759	中华路 1-5/5 10936m² 2.4亿 市口好 人流量大 83721759	江宁住宅用地 1/1 50亩 1.9亿 地势好 容积率2.0 83721759	凤台南路商业用地 1/1 8663m² 1.2亿 位置佳 容积率2.0 83721759	新世界中心 39F 64m² 90万 带租约 约观玄武湖景 86222077	万达东坊 7/7 54m² 71万 精装商住两用 86222077
虹桥小学旁 1/7 78+10m² 160万 双门面 回报率高达 86217112	小卫街 1/7 290+50m² 850万 营业中 回报高 86217112	科巷连家店 1F 50.48m² 130万 双门面 口佳(可租) 86217112	华桥路连家店 1/7 63m² 252万 人气旺 生意红火 83373678	童家巷连家店 1/7 130m² 335万 双门面 人流大 83373678	中央路门面 1/7 93m² 298万 门宽15米 年12万 83373678	山西路正规门面 1/30 115+50m² 466万 营业中 投资佳 83373678	汉中门大街连家店 1/7 93m² 298万 双门面 主干道 83373678	鸿德大厦 16/21 39m² 50万 回报快 写字楼 83373678	集庆门连家店 1/7 80m² 158万 学校旁 适合各类生意 83373678	欧尚旁连家店 1/7 67m² 195万 人流大 投资佳 83373678
紫竹林连家店 1/7 50m² 109万 双门面 直投资 83373678	西桥连家店 1/7 60m² 135万 院子30m² 双南市口好 83373678	中央路连家店 1/6 54m² 210万 门宽12米 年10万 83373678	江宁开元路土地 42亩 2亿 容积率 率6.3 商业 83721759	江宁竹山路 1F 703m² 1600万 门宽30米 达正对面 85763677	盈嘉大厦 19/22 162m² 178.8万 精装四室 85763678	湖南路门面房 1F 69m² 260万 门面10米 营业中 13851754677	马台街连家店 1F 70m² 143万 门面 8米 双门面 有执照 13851754677	黑龙江路连家店 1F 45+15m² 140万 正规门面 迎大街 13851754677	新世界中心 40/44 220m² 265万 地铁直投 87715975	金鹰国际花园 22/35 145m² 380万 精装全明边户 87715908
锋尚国际公寓 3/4 195m² 668万 恒温恒湿 阳光房 87715908	万科光明城市楼王 14/18 168.4m² 400万 精装楼王 送车库 87715908	万科光明城市 8/11 185m² 480万 楼王景观 现房绝版户型 87715973	西堤国际 12/18 141m² 327万 50万豪装楼王 87715973	凤凰和煦 7/18 137m² 250万 新空环优 地铁口 87715908	星雨华府 6/22 137m² 272万 边户 价可谈 87715358	仁恒G53 10/18 88m² 188万 豪装拎包入住 87715908	天泓山庄 13/18 150m² 312万 豪装送设施 拎包入住 87715908	天福园 7/18 98m² 222万 三南精装 无税 85763678	珠江路门面 100m² 360万 百脑汇旁 84631803	大明路门面 204m² 520万 租金 30万/年 营业中 84631803

为打造诚信中介品牌,欢迎业内人士加盟。另招房产经纪人。

鼓浪屿区 审计学院内 6/6 76+50m² 162万 双学区 20年房 送露台 84631803	交通一村 4/7 47m² 72万 精装 全明可入 84631803	虎踞北路 2/5 80m² 249万 96年双南 29中 琅小 85763678	三牌楼大街 7/12 143m² 310万 7年新 送双车 85763678	北京西路 3/7 91m² 195万 双南 精装 96年 85763678	龙江新城市广场 3/7 138.7m² 290万 3室 无税 环境优 85763678	厚载巷 10/10 161m² 458万 独栋 4房 3南 83721592	西桥 1-3/3 375m² 1500万 豪宅 送双车 83721592	上海路 5/10 128m² 368万 精装 全明 双南 83721592	宝船听涛 1/7 82+15m² 130万 双南 全明急售 13851793687	大方向 2/7 70m² 110万 南北全 明小 13851793687	先峰广场 5/7 55+55m² 85万 精装 投资佳 13851793687	大桥南路 6/7 78m² 104万 04年南 精装 13851793687	中央路 6/7 72.5m² 115万 独栋 送露台 86221712	湖北路 2/7 96m² 199万 黄金地 段 98物管 86221712	新模范马路 8/7 77m² 132万 双南 精装 13851754677	南京饭店旁 4/7 85m² 139.8万 三房 98年 13851754677	水佐岗 3/5 35m² 80.5万 92年精 装 13851754677	湖南路 2/7 61m² 108万 双南 全明 13851754677	虹桥中心旁 5/5 42m² 56万 精装 朝南 13851754677	工行新寓 5/7 65m² 116万 98年双南 95中 13851754677	龙江金陵御庭 8/18 133m² 282万 高档小 区 8年 13851754677	1/6 48+20m² 68万 精装 20m² 送露台 13851754677	6/7 50m² 70.8万 93年 双南 2房 13851754677	4/7 47m² 72万 精装 全明可入 84631803	4/7 91m² 158万 02年精装 双南 2房 13851754677	6/7 39m² 98.8万 双南 全明 18652950287	7/12 118m² 185万 双南 全明 18652950287	4/6 62m² 89万 双南 全明 87715368	4/7 71m² 115万 精装 全明 87715368	3/6 87m² 190万 南北 全明 87715368	2/6 114m² 230万 豪 装设施全 87715378	5/11 124.5m² 219万 新空三南 87715378	8/11 87m² 180万 南 通透精装 87715378	4/7 82m² 128万 双南 全明 87715368	1/7 94m² 133万 豪装 行大送露台 87715378	3/5 57m² 76万 婚房 全明即住 87715378	5/11 124.5m² 219万 新空三南 87715378	8/11 87m² 180万 南 通透精装 87715378	4/7 82m² 128万 双南 全明 87715368	1/7 94m² 133万 豪装 行大送露台 87715378	3/5 57m² 76万 婚房 全明即住 87715378	4/11 113m² 205万 环 宇区 13260878301	2/27 28.96m² 106万 挑 高 1800 13260878301	4/18 189m² 300万 豪装 挑高 1800 13260878301	1/18 88m² 185万 婚房 学区 13776607733	5/7 72m² 102万 三 室有小区 87715972	1/6 53m² 87万 装修 送露台 87715358	6/7 46m² 90万 游 戏厅 15380871782	4/6 72m² 95万 全 明 13851527972	1/6 100m² 189万 全明 送露台 84631804	1/6 90m² 70万 新空 送露台 84631804	6/7 46m² 90万 游 戏厅 15380871782	5/7 52m² 95万 小 区中心 84631803	2/6 148m² 350万 黄金 地段 地铁口 84631804	6/7 51m² 75万 装修 送露台 84631802	2/11 122m² 209万 精装 送露台 84631802	6/7 51m² 75万 装修 送露台 84631802	2/11 122m² 209万 精装 送露台 84631802	6/6 73m² 109万 精装 送露台 84631802	1/6 33 43m² 88万 新街 口 18251880759	5/7 50m² 66万 精 装 18251880759	2/7 80m² 68万 5年新 精装 18251880759	1/11 140m² 282万 夫子 庙 18251880759	4/7 123m² 202万 豪装 送露台 84631802	3/6 51m² 70万 精装 送露台 13815899855	4/9 144.03m² 290万 环 宇区 84870904	1/43 75.25m² 106万 西 南 86221712	1/6 35 100m² 130万 精 装全明 83721759	5/5 64m² 70万 特 交 86221712	4/5 43m² 59.5万 二 室 87715972	1/7 80m² 148万 环 宇区 15380871787	4/7 120m² 220万 精装 送露台 15905199056	6/7 87m² 142万 新街 口 18626422187	2/7 127+16m² 165万 精 装 18905154004	4/7 120m² 220万 全 明 87715358	5/7 88m² 102万 双南 全明 87715975	7/7 52m² 62万 双南 98年 18905154004	4/7 78m² 120万 全 明 87715358	5/7 88m² 102万 双南 全明 87715975	7/7 52m² 62万 双南 98年 18905154004	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双南 精装 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/6 121m² 130万 游 戏厅 15051832735	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 62m² 76.5万 双南 全明 13851754677	2/9 58 192m² 290万 豪 装 18652950287	10/11 136m² 175万 双 南 84631802	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	3/7 61m² 70万 8年新 毛坯 85763678	5/16 55m² 44万 老房 送露台 13815899855	1/6 86+20m² 68万 5年新 精装 13815899855	2/11 100m² 75万 二 房 86221712	1/3 2035 153m² 300万 全江景 84595828	1-3/3 226m² 295万 全江景 83721592	4/6 72m² 70万 精装 全明 83721759	5/10 31m² 39万 新空 送露台 15371008522	1/6 90m² 70万 新空 送露台 15371008522	3/
---	---	---	---	--	--	---	---	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--	---	---	--	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	---	---	--	--	--	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	---	---	---	--	--	--	---	--	---	--	--	---	---	--	---	---	--	--	---	---	--------------------------------------	--	---	--	---	--	--	---	--	---------------------------------------	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	---	--	--	---	--	-----------