

慧丽轻体“边吃边减重”系列活动之三 减重能人带你领略舌尖上的火锅

一部《舌尖上的中国》让“吃货”们大呼过瘾,可当你开怀畅“吃”的时候,是否又在担心身材问题?我能网联合慧丽轻体即将于本月16日再次重磅推出“美味不增肥”火锅全攻略活动,由减重能人亲自带队,免费请你吃火锅,现场揭秘保持傲人身型的秘诀。



想吃火锅又怕胖? 快来报名参加活动

火锅虽美味,但爱美的女士们难免会担心热量太多而不得不望锅兴叹,吃火锅一定就会变胖吗?本次活动,减重能人慧丽轻体倾情奉献,让你不花钱就能吃到辛辣美味的火锅,专业导师不仅会现场揭秘火锅的三大“陷阱”,让爱吃火锅的你享受美食的同时又保持苗条身姿。还将传授美味低热量的蘸料制作方法,发挥自己的创意,DIY出专属于你的美味秘方!

慧丽轻体专业导师说:“在火

锅中存在三大“陷阱”——底锅、配菜和蘸料,而时下年轻人比较热衷于热量之王的麻辣锅,其热量基本来自于油脂。实在喜欢吃辣的人,可以先用勺撇去浮油,或加入吸油的配菜,吸去浮油再丢弃。”爱吃火锅又想拥有曼妙好身材,都可以报名参加我们的活动,与导师们一起边吃边聊!

社交聚餐不敢吃? 首批体验者分享变瘦秘诀

应酬饭局让很多人胖起来,第一期“享瘦美食节”活动大奖得主刘女士分享道:“职场人士聚会应酬较多,上个月,慧丽轻体为我量身制定了一套棒点预算标准并按标准执行,即使顿顿在饭店就餐也可以轻松减重,大约三周时间,我已成功瘦身8斤!现在跟朋友们聚餐,再也不怕吃胖了!”

活动大奖不断 缤纷好礼人人有份

凡是到场的学员都可以获得由慧丽轻体提供的2张免费体验券、低棒点食谱……更有惊喜大奖等你来拿:计步器、计量油壶、慧丽轻体一个月的免费减重课程。只要你想减重,奖品统统抱回家,赶快来参加“美味不增肥”火锅全攻略活动吧!活动详情,请登录我能网(www.wonengw.com)查看。活动时间:2012年6月16日

报名方式:

1. 登录我能网(www.wonengw.com),新浪微博和腾讯微博账号可直接登录),搜索能人“慧丽轻体”,查看TA的“能力展示”。
2. 拨打96060热线报名。
3. 咨询电话: 84783473 58598123

贾曼艺

便民生活百宝箱

温馨便民

- 空调快修
- 热水器维修
- 房屋清洁
- 机顶盒伴侣
- 节水改造
- 搬家开锁

24小时服务热线: 96060

拨96060 安装纱窗无“蚊扰”

近日,南京的气温开始上升,蚊子苍蝇等飞虫也逐渐多了起来,一只蚊子就能打破一个安静的夜晚,点蚊香,熏得人头晕;挂蚊帐,闷得人透不过气;花露水、风油精也只是亡羊补牢的招数,这时,纱窗便是用来从根源上解决蚊虫困扰的法宝。市民可拨打96060热线或登录我能网(www.wonengw.com)可预约专业纱窗安装服务。

每个家庭都有好几扇窗户,而更换纱窗是一笔不大不小的费用,所以选购结实耐用的纱窗不但有好的防蚊虫效果,还能延长使用寿命。专业人员介绍,纱窗的好坏首先要看窗纱。选购时第一注意网格的密度,越细密越好;第二要看它的目孔是否均匀,目孔的形状是否整齐;第三看纱的粗细是否均匀,有粗有细不行;最后用手摸窗纱,手感比较瓷实的较好,稍硬一些为宜。

快报我能网便民服务纱窗设计安装服务按米计算,并免费上门测量安装、拆卸旧纱窗,还有多款纱窗款式供大家选择。工作人员上门安装设计的纱窗具有防风设置,纱网左右珠扣、金属拉链布包边等密封性强,并采用工程塑料夹层金属材料,长期使用可避免老化变形。让你在夏天享受自然徐徐凉风的同时拥有一个舒适整洁的环境。有需要安装的读者,可拨打96060热线或登录我能网(www.wonengw.com)预约,专业工作人员将上门服务。

钱坤

“关注高考视力冲刺”系列之二

眼科专家详解准分子手术的五大疑问

视力一直是影响高考专业选择的重要因素,有关数据统计,去年由于视力不过关而受到专业限制的占总限制人数的70%。于是,越来越多的家长把希望投向于准分子手术,但对于这项技术,他们仍有很多疑问。本期,南京爱尔眼科准分子中心主任、FDA认证美国准分子激光治疗机构中国区专家于妍媞将详解家长关心的五大疑问。

Q1:做了近视手术,国家承认吗?

于:准分子飞秒激光治疗近视的术后矫正视力是国家承认的。只要术后的视力达到相关专业要求即可。

Q2:近视手术考前做还是考后做?

于:要结合考生的志愿,再选择手术时间。像军校、警校等专业的体检时间不确定,往往明

天体检今天才通知你,搞得考生及家长措手不及,所以这类考生不妨考前手术。而报考艺术类、医学类专业,体检时间比较固定,可在高考后手术。

Q3:手术安全吗?有后遗症吗?

于:1995年准分子手术就通过美国FDA的认证,经过十几年的发展,技术只会越来越好,不会越来越差。像现在最主流的飞秒激光,从1998年第一次应用于临床至今也有14年了。目前全国每年接受飞秒激光手术的患者多达50万至60万人次。所以技术层面上是没有问题的。此外,医生和设备也很重要。经验丰富的医生可以及时处理手术中的各种意外情况,而先进的设备能让术后的视觉质量更好。只要术前检查把关严格,手术都是安全的。

Q4:普通飞秒和个性化飞

秒有何区别?

于:这两者都是飞秒的手术方式,但在做激光切削角膜这个环节它们就有差别了。标准治疗模式只根据患者的近视和散光的度数设计治疗方案,没有考虑个人在角膜形态、眼球光学特征上的差异,术后会降低暗光下的视觉质量。个体化的治疗模式引入了Q值,更精准效果更好。

Q5:Q值个性化飞秒是什么?

于:这是一种继常规飞秒之后的更新术式。人的眼角膜并非标准的球面,而且每个人的弯曲方式都是完全不同的,这个弯曲的值就是Q值,它会影响人眼在弱光和暗光条件下的视力。Q值引导的手术其适应人群范围更广(从50度到1200度),角膜切削量较常规和波前像差引导的手术更少,术后剩余角膜厚度更厚,更安全。

专家名片

于妍媞:FDA认证美国准分子激光治疗机构中国区手术专家、主任医师、北京同仁眼科硕士,是国内最早开展准分子手术的专家之一,有近3万例手术经验,擅长准分子激光个性化手术。

活动链接

“2012爱尔眼科青春励志行”高考生摘镜优惠

凡高考生在活动期间预约国际顶端近视手术——Q值飞秒激光近视手术,可享受3500元手术优惠;选择经典准分子近视手术——标准LASIK,手术费降至3800元/双眼;同时,高考生免全套术前检查费(价值500元)。

详情咨询:025-68590120、68591500,或登录:www.eye025.com

湖南路商场 第九届凉鞋节

特别推出: 千余款森达凉鞋独家特惠 99元起售

活动时间:6月8日-7月9日

1. 活动期间,购凉鞋壹双,赠礼品一份
2. 双休日购任意一款鞋,均赠礼品一份,凉鞋在现折扣价基础上再减20元

这个周末乐购仕生活广场上演“72小时”狂欢特卖

今晚,欧洲足球锦标赛将揭开大幕。欧洲杯大幕开启之际,乐购仕生活广场“72小时狂欢盛典”将为消费者带来一场家电狂购盛宴。6月8日到6月10日的“72小时狂欢盛典”期间,乐购仕生活广场将针对空调、彩电产品推广一系列优惠活动。

此次乐购仕“72小时狂欢盛典”多方调集优势资源“猛砸”家电市场,特卖活动的参与度、覆盖率及折扣力度空前,全品类产品价格一降到底。活动期间,当前最主流,且顾客选择最多的1.5P空调,全场8.5折,而

为满足广大球迷观看球赛的需求,46寸彩电同享8.5折。此外,手机、电脑等3C类产品在活动期间推出样机特卖,一款HTC710E,平时售价3000多元,样机特卖仅需2250元,还有更多主流产品手机样子产品惠至6折。另外,针对有多件电器购买需求的消费者,乐购仕破纪录的推出了送32寸液晶彩电的活动。跨品类购买彩电、冰洗、空调、厨卫产品仅需满9999元,就能获得乐购仕提供的32寸液晶彩电一台(限量200台),参与品牌海量台超特价商品力挺。

会员卡赠送666元电子顺顺金,购穿着类、玉器饰品商品满100抵用40元-10元,满200抵用80元-20元,并且在卡友聚期间购物可享受双倍积分。没有会员卡的消费者活动期间可现场凭身份证、教师证免费办理山百会员卡,即办即用。5月份持山百会员卡在内商场消费的顾客,6月9日到10日的活动期间,凭会员卡可去四楼客服中心领取相

应的礼品。此外,山百在本周将继续推出绿泉庄草鸡蛋感恩大换购活动。活动期间,消费者当天购物满100元,凭发票加30元即可换购原生态草鸡蛋一箱(30枚),另送10枚(共计40枚),满200元,凭发票加50元,即可换购草鸡蛋60枚,另送10枚,共计70枚。会员购物在以上基础上加赠6枚。换购地点:四楼客服中心。

中央商场缤纷巨惠 VIP 顾客购物加赠无敌券

本周,中央商场将展开“缤纷巨惠,一口百味”为主题的促销,服饰类每25元、30元、35元现金购68元商品。6月8日到6月10日,中央商场VIP顾客购买服饰类、化妆品现金部分当日累计满588元或家电照材、珠宝首饰、手机数码、食品烟酒现金部分当日累计满5888元加赠58元无敌券,单卡当日各门类限送一次。此外,2012年应届高考学生可凭准考证至商场7楼VIP俱乐部或1楼咨询台免费办理金卡1张。

本周中央商场第一中庭欧莱雅大型促销500元抵100元,950元抵200元;第二中庭翡翠物语“尚玉?典藏”南京中央展,GUCCI太阳镜1500元起。北门广场双休日飞亚达手表大型促销。此外,中央商场一楼2012年新款男女鞋每25元现金购51元商品,施华洛世奇、FOLLI FOLLIE、马天尼(地图包)等国际名品满1000送100元化妆品券;周六福独家黄金饰品工费优

惠20元/克;二楼依恋、PRICH、ROEM、SCAT、OHOO、PAW IN PAW等惠卖区5折优惠;五楼NORTHLAND“户外寻源”产品体验月,6月热力开启;六楼床上用品每35元现金购68元商品。

六月仲夏时节,南京中央商场旗舰店(http://njzysc.tmall.com)全新改版,夏装品牌全面更新。本月特惠品牌有洛兹夏款3折起、G2000全场3-5折、阳光时尚限量折扣全场5折起、柏仙多格新品6折、Honeys新款6折、诗梦新品2折起、百利安内衣全场2-4折、宜而爽夏日内衣、短裤15元起、雪竹新款12元起、罗西尼全场3折起、乐扣乐扣全场5.5折。



本周末,恰逢山百第十六期卡友聚活动,届时山百将为每张山百会