社区活动

快报公益夏令营，带孩子们玩转江宁体育中心

走进青奥场馆，孩子们过足瘾

“体育中心好宏伟啊！”“快给我们和手球门来张合影。”青奥的脚步越来越近，7月12日，现代快报欢乐社区行携手南京市青少年宫、12355南京青少年综合服务台、“小精灵”儿童体适能和江东街道江滨新寓社区，举办了一场以青奥会为主题的暑期公益夏令营活动——走近青奥会，带孩子们玩转江宁体育中心，让78位小营员大呼过瘾，提前与青奥来了次零距离接触。

现代快报记者 钟晓敏 仲茜 王颖菲 吴頔

小营员们在江宁体育中心合影 现代快报记者 施向辉 摄

参观

参观江宁体育中心，感受青奥气氛

青奥会召开在即，体育场馆都准备好了吗？7月12日上午，我们的“爱心大巴”载着78名青少年朋友直奔江宁体育中心。其中，有20名孩子是来自六合区玉带中心小学的。带队的刘永成老师笑呵呵地告诉记者，看到快报发出活动信息后，我们就赶忙给孩子们报了名，“听说能来参观青奥场馆，孩子们都兴奋地早早起来了，7点不到就都到街道集合了，一个不落。”

担任本次活动的义务讲解员李小梦，来自江宁区东山街道，大学期间就有丰富而又精彩的志愿者经历。李小梦告诉大家，这里即将举办青奥足球比赛和青奥手球比赛。“江宁体育中心包括两馆一场：体育馆、训练馆和主体育场。”李小梦介绍说，主体育场可同时容纳3万人。“好宏伟啊！”当孩子们欢呼雀跃着来到主体育场时，非常好奇足球场为什么能四季常青。“足球场采用天然草皮，分为两层，上层为冷季型黑麦草，下层为暖季型狗芽根，两种草混种可以达到四季常青。”李小梦解释。参观完主体育场后，大家来到了训练馆和体育馆。训练馆是手球运动员在比赛前热身和训练的指定场馆。“老师，快给我们和手球门来张合影”……在训练馆和体育馆里，孩子们迫不及待地触摸“手球门”并摆出各种造型与“手球门”合影。

参加活动的小朋友中，最小的小朋友只有4岁，名叫任俊玄。任俊玄是和爸爸、7岁表姐王雅钰一起来的。活动中，小朋友始终和表姐手牵着手，形影不离，十分可爱。

“参加青奥会的运动员最大年龄不得超过多少岁？”“第一届冬季青年奥运会在哪里举办？”“南京即将举办的2014年青奥会是第几届？”活动中，南京市青少年宫的朱伟老师问了好多问题来考验大家，孩子们回答得又快又好。为了奖励孩子们的优秀表现，朱老师为孩子们一一颁发了青奥小博士荣誉证书。

游戏

互动项目，让孩子过足“玩瘾”

为了让孩子们投入到体育运动中来，提前感受青奥时的比赛气氛，7月12日下午，在工人文化宫，“小精灵”儿童体适能的教练们，带孩子们做了许多有趣又带有竞技性的互动游戏。

“你们想象一下，这里是一条小河，你们都是河里的小鱼儿，我们两名教练脚下的足球是‘炸弹’，我们踢球时，你们一定要绕开哦，谁被球碰到，就是踩到‘炸弹’啦！”一名男教练一边说一边演示起来。游戏正式开始后，孩子们纷纷努力奔跑，绕开“炸弹”。小文（小名）身体偏胖，运动起来不是很灵活，几次都被“炸”到了；小林（小名）身体柔韧性很好，几次都巧妙地避开了“炸弹”……孩子们一边玩游戏一边发出欢呼声。

在大家玩游戏的同时，“小精灵”儿童体适能的教练们还为每一个孩子们都做了“坐位体前屈”、“立定跳远”等三项体能测试。“主要是对他们的体能进行一个摸底，其中，有的孩子柔韧性比我们想象的还要好。”一名男教练告诉记者，孩子们的各项体能情况很快就能汇总统计出来，到时候会反馈给孩子和家长们。

孩子们感叹江宁体育中心很宏伟 现代快报记者 施向辉 摄

欢乐社区行 中国建设银行 China Construction Bank 江苏省分行营业部

服务

建行分期购车

数十种车型0利息0手续费

据了解，市民通过金融手段购车，一般有三种方式，银行汽车贷款、银行信用卡分期或者汽车公司提供的金融服务。但以上方式，要么需要付出利息，要么需要在免息期外额外付出手续费。建设银行的信用卡分期购车，则推出0利息0手续费的超级优惠套餐。

据悉，建设银行信用卡汽车分期活动包括：一汽大众：速腾、迈腾、宝莱享18期免利息免手续费优惠，36期享低手续费优惠；一汽大众奥迪：A4L、A6L享受18期免手续费免利息优惠，36期享低手续费优惠；一汽马自达：马六、睿翼、马八享受12期免利息免手续费优惠；东风悦达起亚：福瑞迪、智跑、狮跑、K5、K3、K2、K3S享受12期免利息免手续费优惠，24期、36期均享低手续费优惠；北京现代：ix35、索纳塔享受12期免利息免手续费优惠，24期、36期享受低手续费优惠；克莱斯勒部分车型均享受最优惠手续费。更多优惠活动详询建行各网点。

此外，这个夏天，刷建行信用卡还可以至南京万达影城购票立享五折。夏季旅游线路，夜游森林公园，泰国夏宫探秘，仅需4680元/人即享建行&江苏广电国旅特惠定制路线“泰国拷艾暑期亲子探索之旅”。6天5晚，南京往返，全程无自费。现办理建行6期分期付款更享零利息零手续费优惠。

6月21日至12月31日，持建行信用卡至五星电器刷卡购物，享6期分期付款0利息0手续费优惠。（俞涓）

便血，是痔疮还是大肠肿瘤

便血并非就是痔疮发作，这个道理可能稍懂一点肛肠健康常识的市民都明白，可一旦症状真的发生在自己身上，也会抱有侥幸心理。诸如“这应该是上火，吃点降火药就会没事”、“自己哪有那么倒霉，别人便血就只是痔疮，偏巧我就会是肠肿瘤”等此类想法，导致有的便血患者在不幸中招后，自动选择漠视，等便血时间长了意识到不能再拖，去就医却被查出已是大肠肿瘤晚期。

便血不只是痔疮

与大肠肿瘤“雷同”害了患者

“如果能在发现便血时及早确诊，而不是一直误当成痔疮治，就不会拖到危及生命的地步。”南京肛泰中医医院肛肠专家李柏年教授指出，目前有不少患者长期便血，反复当痔疮治病情仍没好转，便血量加大后才引起警惕。

有便血，除了人们传统认识上的痔疮外，肛乳头瘤、肛裂、直肠脱垂、结直肠息肉、结直肠病变等都会引起便血，而且单从便血的表现症状上，患者很难区分。因此，症状雷同患者无法凭肉眼去判定属于哪种疾病，如果简单认为是痔疮发作，胡乱用药、打针，是不对症的。同时，也会因此掩盖病情，耽误最佳治疗时间。

吃药抹膏“坏习惯”

易掩盖真实病情

由于痔疮是一种常见普遍的疾病，其症状多表现为大便带血，这就导致很多人进入一个误区，但凡出现了便血就认为是痔疮发作，不以为然。特别是初次出现便血情况时，会自我“诊断”，以为患上了痔疮，或者以为是上火，只要注意下饮食清淡，少吃辛辣食物及饮酒，便血情况就可以控制住。

之后间歇性再出现便血时，会买来痔疮药膏涂抹，结果发现，头几次还管用，时间一长，抹了药膏照样还是会出血，反反复复，时有时无。长此以往，有的甚至拖了好多年，直到症状一直难以完全消退，才意识到不对劲，于是就医检查发现，得的并不是一直以为的“痔疮”，原来是结直肠肿瘤。发现尚早的患者，还可以治愈，可一旦发现时就已是中晚期，对于一个家庭来说无疑是晴天霹雳。

防结直肠病变有“捷径”

出现便血就做检查

李教授指出，针对性检查对于肛肠疾病是至关重要的，目前临床上用于肠道检查最先进的仪器就是超导光电子肛肠镜。其采用高达1200万像素的医用视频高清探头及摄像技术，将肛肠内部深层病灶以视频直播的方式，显示在电脑屏幕上，医患双方均可看得到病情发展状况，细微病变也无所遁形，从根源上杜绝了误诊、漏诊，为精确治疗提供了可靠依据。

日前，南京肛泰医院正开展免费的“电子肛肠镜检查”活动，市民若有便血、肛门疼痛、肛门瘙痒、便不成形等症状，均可拨打电话预约申请电子肛肠镜免费检查。

青少年健康V计划

8场大型义诊 让青少年远离耳鼻喉疾病

7月12日上午10点，由南京市关工委主办、南京少儿频道、南京仁品耳鼻喉专科医院承办的“青少年健康V计划”义诊活动第三站，在南京市少年宫青春剧场隆重举办。据了解，这是南京市首次举办针对青少年耳鼻喉疾病的大型义诊活动。

此次义诊活动由少儿频道著名主持人“糖果姐姐”主持，在活动现场，南京仁品耳鼻喉专科医院汤四新主任化身成为“甜伯伯”，为孩子们展开了一场生动有趣的耳鼻喉健康知识讲座并参与了有奖问答环节。南京仁品在活动现场的负责人介绍：“耳鼻喉疾病对青少年会造成多种不可逆的伤害，我们大力地科普耳鼻喉疾病，为广大青少年展开免费检查，就是要让更多人了解这些疾病，用更好的技术，帮助青少年患者。”

在活动现场，诸多孩子家长可算是长了见识，原来我国耳鼻喉疾病已经成为高发病种，而青少年患者的增长速度更是凶猛，每年新增400万，仅在腺样体肥大患者中，就有24.5%的孩子由于错过治疗时机，智力受损。一位在活动现场的家长听了以后直嘀咕：“乖乖！这么凶啊！”

南京市关工委的相关负责人介绍：“伴随着活动展开得越来越深入，我们更真切地感受到有很多的青少年受到耳鼻喉疾病的伤害，进一步地看到这场活动对于青少年的健康成长具有怎样的意义。在活动过程中，南京仁品提供的无创检查设备、专业诊疗医师团队、技术，为活动的顺利展开提供了有力的保障。能与这样的医疗单位合作展开这次的公益活动，我们认为，对推动我们关爱南京青少年事业的展开，具有深远的意义。”

孝敬老人，从“齿”开始

据调查，我国将近90%的老年人都受到牙齿缺失、牙齿松动问题的困扰。作为健康保障第一道关口的口腔，牙齿缺失缺损给生活带来诸多不便，不仅仅是不方便咀嚼食物，还会严重影响到胃等消化系统及心脑血管疾病，进而给身体健康带来严重危害。

百行孝为先，小时候父母长辈总是把最好的留给我们，如今他们老了，也需要我们同样的呵护。老人有一口健康的牙齿，才能吃得香，身体健康了，哪怕平时没有时间照顾，逢年过节回家开开心心地吃上团圆饭，说说笑笑，比什么都好。

缺失的牙齿到底应该如何补救呢？口腔问题还是交给口腔专家去解决。据康贝佳口腔连锁负责人介绍：7月16-18日，“欧洲种植牙之父”凯撒博士将到南京康贝佳为缺牙患者亲诊。凯撒博士是康贝佳长期签约专家，他将带来国际巅峰种植牙技术--“即刻种植”技术，顾名思义，就是在拔牙后，即刻植入人工种植体。这项技术减少了手术次数，缩短了疗程，手术创伤小，患者痛苦小。为能让广大缺失牙患者更多地了解即刻种植技术，凯撒博士应《小芳健康网》“爱牙直通车”邀请于7月17日上午9:30-10:00在南京新模范马路46号康贝佳旗舰店亲自为广大爱牙市民讲解。讲座名额有限，报名从速，成功预约可于活动当天领取精美纪念品一份。

备注：预约凯撒博士亲诊需提前拍片检查，免10000元国际专家诊疗费、拍片检查费、种植方案设计费等，种植牙全线8.5折。

社区地理

吃饭有“自助”，打球有“球友”……

这里老人生活滋润得让人“眼红”

上午去打个乒乓球，中午到酒店吃顿饭，晚上回家修个脚……对于住在江滨新寓社区的老人们来说，这可能就是他们平常一天的生活。在这个老人数量占总人口数1/4的社区里，老人们的生活，可谓“滋润”。而在未来，即将建成的老人日间托养中心、“老少乐学堂”，以及健康服务馆，还将给他们带来新的充实与快乐。

现代快报记者 钟晓敏 仲茜 王颖菲 吴頔

江滨新寓社区提供的就餐点，老人们很满意 现代快报记者 施向辉 摄

到酒店吃“自助餐” 老人10点半就来排队了

“听说我天天能在酒店吃自助餐，老朋友们都很羡慕，还开玩笑地问，能不能搬来和我一起住。”今年70多岁的刘奶奶笑着告诉记者，前段时间，快报报道了他们社区里“酒店请老人吃家常菜”的新闻，顿时让不少老友同事都感到“眼红”。所谓“酒店请老人吃饭”，实际上也是社区的养老便民服务之一。今年6月中旬，位于漓江路的云水百都酒店一楼的员工食堂，成了“南京鼓楼携才居家养老便民服务中心云水百都助餐点”。这几天，“开饭”正好满一个月，负责人表示，平均每天中午有近三百人来吃饭，而来办卡的已经达到500人。为了吃饭，老人们有的10点半就会来排队。

在酒店吃饭，老人们可以自助选择一个大荤和一个小荤，此外还有两个素菜和一份汤。这么一份中餐，只需要支付6元。而75岁以上的老人的“助老价”更加实惠，只要5.5元。家住中保绿苑的单大爷第一批报了名、充了饭卡。“口味很好，符合老人的饮食特点，少油少盐，荤菜里肥肉少。”单大爷说，吃了一个月，交到了好多“餐友”。

助餐点给了老人方便，但很多人都有一个共同的担心，“这样能坚持多久？”酒店里负责为老服务项目的孟中华经理表示，助餐点启用后，立即受到周围老人的热烈欢迎，平均每天中午有近三百位老人来吃饭。“基本上没有盈利，但我们本身也不是做盈利的事情，而是公益活动，企业必须对社会有责任感。”此外他也透露，还有8个助餐点即将“开餐”，这些助餐点的位置都是酒店旗下现有的饭店，分布在8个街道。

“老球友”即将拥有乒乓球室

除了助餐，社区的“青松”乒乓球协会也是老人们的一个重要的聚集地，目前已有100多名会员。这些“银发一族”，每天都在社区里打球。社区书记周素琴还透露了一个好消息，到今年年底前，老人们就将拥有一间12小时开放的乒乓球室，可以为他们提供更好的练习、竞赛场地。这个乒乓球馆所在的社区健康活动馆将同步建成，未来将提供养生、健康论坛；为老人提供免费修足、理发等服务。同时，还将建成老人日间托养中心，对高龄和生活不能自理的老人，提供送餐、医疗、康复、家政服务；通过电子手段，为老人提供代缴水、电、气、电话费服务。

采访当天，记者巧遇前来助餐点参观的南京市民政局社会福利与社会事务处处长周新华，以及来自南京11个区的民政局及其他相关部门负责人。

周新华希望养老服务能够很好地和市场对接，同时，他也呼吁更多企业加入这一行列。如果有其他市场化饭店（酒店）愿意加入为老助餐服务的队伍，可以和市民政局社会福利与社会事务处办公室联系，电话：025-83635631。

中考招生最新通告

南京市玄武中等专业学校是一所面向全国招收应届初中毕业生的全日制公办国家级重点学校，江苏省四星级中等职业学校，江苏省高水平示范性中等职业学校，由东方艺术学校与同创计算机学校合并而成。拥有艺术系、信息技术系、现代服务系和国际合作部四个专业系部共18个专业，由于生源充足，学校将进行扩招，请填报我校志愿还未到校确认或未填报志愿想上我校的400分以上考生于7月18日之前来校办理相关手续，欢迎面洽或电询：

班制	专业	班制	专业
五年制高职班	计算机应用技术	普通高考对口单招班	美术绘画、音乐、舞蹈表演
	表演艺术（含幼儿艺术教育方向）		影视表演、服装展示与礼仪
	电子商务		
3+3中高职衔接班	人物形象设计	大专班	计算机网络技术、计算机动漫与游戏制作
	美术设计与制作		软件与信息技术、电子商务、学前教育
	计算机网络技术	留学班	商务韩语、商务英语
	休闲体育服务与管理（高尔夫）	中专就业班	美术设计与制作、休闲服务（高尔夫）、美容美体、酒店服务与管理、老年人服务与管理
	老年人服务与管理		

1、南京考生正式入学后，中考成绩在560分以上学生将获得2000元洗星海奖学金，530分--559分的考生，将发放1000元洗星海奖学金。2、学校按上级政策免除相应专业学生的学费，并有完善的住宿条件。

招生咨询电话：025-85411919、85286705、85286706。学校招生办地址：南京市花园路6号。学校招生网站网址：www.njxwzz.com

青春校园 我的主场

江苏精品高校招生暨海外出国咨询会

主办：南京市招办 现代快报 江苏省考试研究会 江苏招生考试网

时间：7月18日（周五）8：00—12：00 地点：南京国际展览中心（新庄）

多渠道选学

“青春校园 我的主场”宫格特刊免费送，省内最热门的百余所民办本科、独立院校、高职院校一网打尽。

现代快报“高考招生季”倾力打造“微择校”，现场扫一扫，高校招生信息尽在掌握，更能获取丰厚大奖！

一对一咨询

南京市招办、民办本科、专科高招专家将坐镇现场专家区，提供一对一咨询，众多一线出国服务及教育机构为您服务。

友情提醒：此活动属于公益性活，高考生及家长只分数线或其他高考证明即可免费入场咨询。

联系我们：84783540、84783689

专家团互动

主办方特邀近20位南京地区资深高招专家现场就志愿填报、学业规划等进行互动讲座，为广大考生的职业规划及升学选择传经送宝。

第一场：民办本科专家教你填好三本志愿
互动时间：9：00—9：30
主讲嘉宾：
南京航空航天大学金城学院招生就业处处长刘向龙
南京理工大学紫金学院党办副主任马欣
南京信息工程大学滨江学院招办主任沈恒峰
南京师范大学中北学院招办老师梅磊
南京工业大学浦江学院招就处处长黄敬四
三江学院学工部部长招就处处长仲存进

第二场：高职专家教你填好专科志愿
互动时间：9：30—10：30
主讲嘉宾：
南京工业职业技术学院招就处处长高宪强
南京铁道职业技术学院招生办公室主任蒋郁
南京信息职业技术学院招生办公室主任林虹
江苏经贸职业技术学院学工处处长仇有虎
南京交通职业技术学院招生就业处处长刘雪芬
江苏海事职业技术学院招生处处长孙俭
南京化工职业技术学院招生就业处处长陈红旭
江苏建筑职业学院学生工作处处长（招就办主任）吴旭东
南通航运职业技术学院教务处副处长鲍宏毅
南京机电职业技术学院大学生就（创）业指导和服务中心主任毕丽霞
应天职业技术学院党委书记理事长
正德职业技术学院副办主任刘玉玉
钟山职业技术学院招生就业处处长单姿