

爱上阳光男孩,她每天只吃一顿饭,还要在跑步机上“奋斗”几小时

体重“2字头”的姑娘 为表白拼命减肥,谁来帮她



小美想做一个苗条的姑娘
现代快报记者 马晶晶 摄

小美(化名)来自云南,跟着家人在南京工作,这个19岁的姑娘最近被一件事困扰着,她喜欢上了一个男孩,但在开心的同时更多的是“自卑”。她从小就比同龄的孩子要胖一些,成年后体重更是一路飙升,最重的时候有210多斤,“我这么胖,人家愿意吗?”她忧心地说。昨天下午,小美鼓起勇气,拨通了快报热线96060。

现代快报记者 陈志佳

溜冰场遇见阳光男孩

昨天下午,在去找她的路上,记者在脑海中猜测过她的形象,遇见她后记者发现,小美五官秀美,举止得体。说起和小美的相识,小美打开了话匣子。“那是今年的七夕情人节,”小美说,“我们一起去溜冰场玩,算是一见钟情吧。”小美告诉记者,小伙和她的哥哥是同事,之前虽然在哥哥的微信朋友圈里看过他的照片,但是第一次见面,他还是让她心跳加速。在小美的手机里,存着一张小伙的照片,照片中,是一个阳光男孩。

“我哥哥不太会溜冰,他就教我哥哥,”小美说,“小伙一直很耐心地在说。”这个举动,让小美觉得,现在的同龄人中很少有人会像他一样,既体贴又有耐心。

已经减肥10多斤

认识小伙后,小美的整个生活发生了翻天覆地的变化,为了能让对方也喜欢你,她下定决心减肥。“我每天除了工作就是减肥。”小美说,“虽然很痛苦,但是能看到效果,我觉得还是值得的。”

小美现在每天只吃一顿饭,按照以前的饭量,这一“顿”只够她塞个牙缝,“饿的时候,就拼命喝水,我特意买了一个2升的水瓶,每天我最少要喝下3瓶。”小美说。

除了节食以外,小美还特意买了跑步机,她每天都要在跑步机上“奋斗”好几个小时,她说:“一开始当然坚持不下来,但是想想他,我就告诉自己,一定要坚持。”小美的付出得到了回报,经过两个多月的努力,小美已经减了10多斤,体重从“2”字头,成功地下降了到了“1”字头。

姑娘的目标是减到130斤

“我的目标是130斤,到时候,也许我就敢向他说出我的心思了。”谈起向现代快报求助,小美表示,一方面她的心思不敢和任何人说,尤其是自己的家人,每天憋在心里太难受,因此才打了快报热线倾诉,更重要的是,小美觉得自己的减肥计划,太没有章法,她希望能够有人帮帮她。如果您对减肥有成功的经验,或者您已经减肥成功,欢迎拨打快报热线96060,帮帮这个美丽但是缺乏自信的姑娘,帮她早日实现自己的心愿。

街景地图照片 协助警方破案

快报讯(通讯员 鼓公 朱思远 记者 李绍富)不久前,一则新闻说,一个美国小伙,在街景地图上看见了已经去世的祖母。近日,南京鼓楼警方,受这则新闻启发,也在街景地图上看见了线索,抓获1名嫌疑人。

近日,鼓楼公安分局掘江门派出所接到市民朱先生报警,称他在鼓楼区盐仓桥一个网吧上网时,前后只有几分钟,价值4000多元的手机就被人偷了。因手机里储存有大量重要的资料,希望民警能帮忙找回被盗手机。掘江门派出所的民警赶到现场后,通过询问得知,朱先生当天进入网吧后,把手机插到电脑上,放在旁边充电时被偷。

民警调阅网吧的监控显示,嫌疑人是一名身穿黑色T恤的瘦高个,他趁朱先生扭头跟旁边的朋友聊天时,偷走了他的手机,并迅速离开了网吧。通过监控追踪,警方还发现,瘦高个出了网吧后,骑着一辆白色的电动车,向定淮门走了,最终又在三牌楼大街和广东路的交叉口消失。

“我们追踪到他在三牌楼时,已经是第二天凌晨了,到现场去走访,附近商户不一定有人。”参与调查的掘江门派出所民警许睿卿称,后来他们就想起了美国小伙从街景地图上发现自己祖母的事,当即决定借助街景地图,看是否能找到嫌疑人。

调看了街景地图后,民警很快发现了一辆跟嫌疑男子所骑电动车非常相似白色的电动车。“街景地图拍摄时间为5月16日,电动车停在三牌楼附近一家饭店附近。”许睿卿称,经过分析比对后,民警确定就是嫌疑人的车辆。后来,经过进一步分析,发现最近几个月,那辆电动车多次停在那里。据此,警方断定,嫌疑人就住在附近。

天一亮,民警赶到三牌楼大街,果真在那个饭店旁,找到了那辆可疑的电动车。而经过蹲点守候,一个多小时后,瘦高个前来取车,被民警当场抓获。面对民警审问,瘦高个马某对自己盗窃朱先生手机的行为供认不讳。而民警调查发现,马某曾有多次盗窃前科。目前,马某因涉嫌盗窃,已被鼓楼警方刑拘。

看看他们国庆长假做什么

让孩子来场“城市生存挑战”

国庆7天长假,很多家长不免有些茫然,能让孩子干一些什么有意义的事呢?南京体育学院教师葛见珠和另外5个家庭,带着孩子开展了“城市生存挑战活动”,这些十一二岁的孩子,除了要想办法挣钱,还要自己解决中饭、晚饭,另外,因为是国庆节,孩子们还向路人征集对祖国的祝福,并且将自己的祝福写在明信片上,寄给远在贵州山区的小伙伴们。

葛见珠是南京体育学院的教师,她和11岁的女儿徐壹曾多次参加现代快报举行的活动。这个国庆节,她和几位同事又出谋划策,给孩子们制订了“城市生存挑战”,自己解决中饭、晚饭;让不少于20个人写下对祖国的祝福……任务栏里,写满了各种各样的任务,既有趣又充满挑战。

“每个孩子只有10元钱,但要解决自己一天的伙食,这个对他们来说似乎是最艰巨的一项任务。”6个孩子结伴来到新街口,为了省钱,孩子们想到了去超市买干脆面吃,但遭到家长拒绝,“太不健康了。”

随后,孩子们来到了一个馄饨摊,一大碗馄饨是8元,24个馄饨,3个女孩子立刻想到了3人吃一碗的“妙招”,于是,中饭搞定。

“之前我们在微信上看到一个活动,贵州幸福乡村图书馆发起‘我们一起看世界’明信片征集活动,希望各地的孩子们寄明信片给山区的孩子,用明信片带他们去看这个世界。”葛见珠说,为了挣钱买邮票,寄明信片给贵州山区的小伙伴,孩子们想到了发传单挣钱的办法,可是却屡遭拒绝,“很多商家都说他们是‘童工’。”葛见珠说,后来一个老板了解到孩子们是在做生存挑战,表示愿

意支付孩子们20元钱,让孩子们帮发传单。

挣到钱的孩子们拿出之前买好的印有青奥会运动项目的明信片,认认真真地写上对贵州小伙伴的祝福,“欢迎来南京玩,盐水鸭在等着你。”南京理工大学实验小学的沈昕瑜还把南京的美食介绍了出去。

一天的活动很快就结束了,孩子们不仅收获了很多路人对祖国的祝福,还将自己的祝福寄了出去。“这样的活动还是很有意义。”在晚上的分享会上,葛见珠说,“有机会一定要多让孩子们去经历,去体验。”

现代快报记者 郝多

灌云一家三口遇害 后续报道

嫌疑人还在逃 警方悬赏追到10万元

9月26日,连云港市灌云县下车镇发生一起恶性杀人案件,一家三口遇害。案发后,经工作确定该县下车镇麟口村戴西庄村村民戴来具有重大作案嫌疑,警方立即悬赏5万元缉凶,目前嫌犯还在逃。

嫌疑人戴来:男,27岁,身份证号:32072319870303421X,身高170cm左右,皮肤较黑,身材中等,较壮实,大眼睛双眼皮。

据了解,戴来来平时喜好游戏机赌博,具有一定野外生存能力。嫌疑人逃跑时上身穿银灰色针织圆领毛衣,下身穿蓝色牛仔长裤,脚穿蓝色带黄杠休闲布鞋。

为尽快破案,警方希望知情者踊跃向公安机关提供破案线索。对提供有价值线索协助公安机关抓获犯罪嫌疑人的,公安机关奖励追加到10万元人民币。

联系人:刘警官 张警官 联系电话:15150905715 15861237808 05181110

现代快报记者 王晓宇

南通志愿者去看山里娃

昨天早晨6点多,来自南通的31名“麦友”踏上前往安徽大别山的行程。这次,他们将到安庆市岳西县探访38名贫困儿童,并将138笔,总计74200元的资助款送到已结对帮扶的孩子手中。从2006年成立至今,中国麦田计划南通分社的志愿者为大山深处的孩子送去近100万元的爱心款。

今年30多岁的小鹏(化名),是南通分社的“元老级”组织者。2006年的一天,他在浏览当地论坛时,无意中看到了两篇帖子。通过志愿者从当地反馈回来的照片可以看到,位于湖南吉首的茶叶坡村小学由旧民房改建,阳光透过篱笆照在孩子们稚嫩的脸上,而一双双眼睛却渴望着知识。

“当时就觉得想帮孩子们做点什么。”小鹏查阅了这个名为“麦田计划”的组织一些

相关信息。随后,他联系了几名热心慈善公益的网友,于当年5月27日共同成立了南通分社。大家在一起讨论帮扶地区时,最终将视线投向了位于安徽省的大别山——这个地区离南通较近,便于经常往来。

这么多年来,南通“麦友”通过安徽当地学校的老师寻找需要帮助的孩子。他们将学生家庭情况上传到资料库。好心人在“认领”孩子后,会每年固定打一笔学费及生活补助款到麦田计划的总账上。每学期,由“麦友”亲自将善款带去山里,一笔笔交到孩子手中。小鹏说,现在南通分社的规模已经扩大了数十倍,QQ群中有700多名成员,注册在案的南通“麦友”也有了400余人,大家带进大山深处的爱心款项累计已近100万元。

现代快报记者 严君臣

献给中老年人的健康秘籍

最后 500 本

为促进“全国中老年人疾病康复工程”的深度推广,普及科学防治知识,由中医古籍出版社·最新出版健康宝典《男性健康之道》一书面向我市免费发放。该书重点揭秘男性疾病的致病根源,还详细列举了各种常见疾病临床表现及防治新方法,目前已有众多患者朋友,通过阅读此书获得了自己想要的答案。



读过该书的北京读者评价:真是一本中老年男性治病百科全书,有了它许多疾病,自己照着书中的方法就能调理,很多以前不知道防治疾病的方法,都能在该书找到。

领书电话:400-857-1188

郑重声明:本次赠阅活动纯属免费性质,不收取任何费用,接受社会各界人士监督举报。