

大城小事

上门推拿、上门美容、上门汽车保养…… 各种上门服务,你敢约吗

宅男宅女总能找到让自己更“宅”的理由。手指只要轻轻一点,手机就可以轻松下单,足不出户便能享受到送上门的服务。上门汽车保养、上门推拿、上门美甲……最近,多种“到家”服务让南京宅人们在大夏天享受到了便捷服务。不过,也有市民对此表示,叫陌生人到家里来服务,有点不敢约。
现代快报记者 戎华

足不出户享受“上门服务”

家住白下路的丁女士每周要上六天班,今年34岁的她,经常感觉肩颈酸痛。前两天刷手机,发现有上门推拿团购,45分钟的头颈肩理疗,38元就可以团购到。“挺方便的,以前按摩都要去专门的按摩店,现在在自己家就可以。”抱着试试看的心态,丁女士预约好了时间,然后坐等按摩师上门。到了约定的时间,按摩师扛了张理疗床爬上了六楼丁女士的家,还带了一次性的垫巾、口罩、鞋套等。让丁女士满意的是,上门的按摩师手法很专业,整个过程询问轻重是否合适,却不似外面那样推销办卡。

除了预约上门按摩,记者发现,上门修手机、洗车等业务也可以通过手机预约到。周末不想做饭,拿起手机还可以预约专业大厨上门,在家品尝美味佳肴;天气炎热,爱美女士可手机下单,预约美甲师上门做美甲;装修房子,网上购买灯具也会有专业人员上门免费安装。如今,随着互联网的快速发展,像这样的“送上门的服务”种类变得越来越多。而所谓的“上门服务”也不局限于消费者的家里,办公室、咖啡厅甚至是公园都可以,你要求到哪,商家便会到哪。消费者足不出户,就能享受到商家提供的服务了。

安全和服务标准是个问题

上门服务在给市民们带来诱人的价格外,安全和服务标准也是市民们普遍关心的问题。

“服务再好,可陌生人进入家里,真的安全吗?”“万一造成财物损失,怎么界定赔偿?”“服务质量不好,我有投诉渠道吗?”对于时下种种新生的上门服务,不少消费者仍然心有疑虑。

“别说是客户担心自己的安全,我们做美甲的都是小姑娘,去客户家里服务,也担心自己的安全。”从事上门美容的吴小姐在一家服务平台上登记了,可以给客户提供上门化妆服务。因为服务时间要根据客户需求来,如果是晚上的订单,吴小姐就不想接了。“我目前只上门给一个女生化过一次生活妆,相处得还算不错。那个客户说有需要再约。”

除了安全,很多市民还担心服务人员的专业水平不够。市民李先生看到手机上可以团购上门的汽车保养项目,像一些发动机舱清洁,只要一元就可以预约上门服务了。不过李先生犹豫了一下还是放弃了,“方便是方便,就是万一车子保养出了问题,找谁索赔?”

目前,网上上门服务种类繁多,市消费协的工作人员提醒,市场需求催生了上门服务,如果没有明确的标准和责任划定,很容易产生消费纠纷。如果是可信的平台提供的上门服务,消费体验应该好一些,而一些个人提供的上门服务就需要消费者自己学会斟酌辨别。

此外,警方也提醒宅男宅女们,为陌生人开门要慎重,遇有人叫门时,先从猫眼向外观察,见到陌生人不要急于开门,



可隔着防盗门问明其身份及来访目的。最好的办法就是将上门服务尽量约定在休息日,家中人多的时候进行。

每日 胖出风采③



胖出风采原则四:秀肩,遮臀

肩颈高度太人的衣服会使人视线下载到你胖的地方,而有车肩的衣服会让你显得更有精神。



西服要选择背后单开叉的,双开叉的西服会让你的臀部显大。



此外,胸口有巨大图案的衣服也请慎选。



因为会让别人的视线从你萌萌的脸上移到肚子上。



是萌啊!!

因此你也可以无视巨大的要素,怎么有怎么来,穿一些颜色卡通或款式逗比的衣服都会增加你的受欢迎程度!



漫画 胡晓晶

教你一招

选一台合适的跑步机,奔跑起来吧

说到跑步机,喜欢锻炼的人肯定非常熟悉,可是现在跑步机的市场那么大,品牌又那么多,我们究竟该如何选择跑步机?

很多人挑选电子产品时,都会在意这些产品的各种参数,跑步机也是如此。南京一家健身俱乐部的员工许辰先生告诉我们,跑步机不但有各种参数,还分商用、轻商用和家用三种类型,对于普通家庭来说,只需在家用跑步机的参数里进行选择就足够了。
现代快报记者 吴双



跑带的长宽和载重

“家庭室内健身跑步机的跑带宽度为42厘米,最宽能做到52厘米左右。”许辰说,对于普通的家庭,42、45和48这三种宽度的跑带已经完全够用,就算使用者是个宽大的胖纸,48厘米的跑步机也足以应付。

跑带的长度不宜太长,一般130厘米左右就可以。当然,如果不知道哪种适合,建议还是先量下家里准备摆放跑步机的空间,然后再去店里看一下机器的实际大小,最好再到上面小跑两下。

关于跑步机的载重,一般跑步机最大承重会在120公斤,再往上有150公斤,如果您的体重超过120公斤,那你就不得不考虑跑步机最大承重,别因此缩短了跑步机的寿命,更重要的是为了你自身的安全。

速度、坡度

对于第一次购买跑步机的人来说,机器的速度参数可能是最受他们关注的,其实,相对于其他参数,速度还是比较次要的,一般的跑步机最高时速有每小时12到16公里,一般家庭用的话12km/h的最高速度就够,跑步机也有可以达到每小时20公里的,这种专业的运动员才会用。

除了速度之外,跑步机还有一个坡度参数,许辰告诉记者,这个坡度一般最高15度左右,除了最便宜的机器外,大部分跑步机都能设定坡度,不过这个参数对运动影响不大,而且使用时不要调得太高,10度左右就可以,不然会增加膝盖的负担。

寿命

关于跑步机的使用寿命,许辰说:“跑步机的结构和耐久是决定一款跑步机寿命的重要因素,较好的家用跑步机

一般能连续运转500小时,轻商用是2000小时,商用的则要达到3000。很多小厂家摸清消费者一般就是买回去玩玩的心理,最后当个摆设,这些机器正常用最多三个月就有问题。”

我们在购买跑步机时,最好在名牌的机器中挑选。如果对品牌不熟悉,在试用跑步机时,购买者也可以自己动手测试跑步机的材料和结构。

许辰说,这有点像区分山寨手机和大牌手机,普通人或许说不出门道,但摇一摇上面把手和其他部件,好坏自然就可以感受出来。

噪音参数

噪音参数对一个跑步机来说也很重要,虽然此项主要考虑对邻居的影响,但是如果噪音过大,自己在跑步机上跑步也会感到烦躁。

那么,跑步机的噪音,是不是应该越小越好呢?

对此许辰表示,跑步机的声音越小,就说明机器内部的电机和架构做得好,寿命也会长,好的家用跑步机,一般空载运行噪音小于等于75分贝到70分贝。

减震系统

很多人都知道,跑步会对人的膝/踝关节造成伤害,为避免这种运动伤害,跑步机会安装减震系统,很多国际厂牌的减震结构还有专利。不过许辰认为,从运动角度来说,减震的确会降低跑步对人的损害,但对于跑步机这样的机器而言,它的减震系统对人的损伤减少不大。

事实上,对于不同体质、年龄的人来说,跑步机减震的保护效果,很难靠文字和数据就阐释清楚。如果真想找一款减震跑步机,许辰建议大家最好的办法,就是在购买之前自己到机器上跑一下,只要自己感觉跑得舒服,腿部压力适合就行,没必要在这方面下很大的工夫。