



“溧马”下月开跑

快报讯(通讯员 王璐 记者 项凤华)2月14日,现代快报记者从溧水区了解到,2017“溧马”作为与中国田协共办的国内最高规格A类认证马拉松赛事,中国田协已于1月24日及2月6日两次派遣技术官员来溧对“溧马”赛道进行了考察及丈量工作,并作出总体评价,一致认为赛道虽有坡度起伏,但起伏路段道路情况不错,整个赛道沿线景色怡人,起终点区域设置也较为合理。

据了解,2017年溧马将于3月26日在南京无

玩转溧水梅花节 集章通关赢礼物

快报讯(通讯员 杨长喜 王璐 记者 项凤华)溧水梅花节即将开幕,2月14日现代快报记者从溧水旅游局了解到,今年,在梅花节期间再次推出了“集章通关赢礼物”的活动。溧水有8个景区均设置了盖章处,只要游客抵达景点,就能获得通关认证,按照关卡数量的完成情况,可以获得不同奖励。

在2—4月溧水梅花节期间,溧水全区共设8处集章点,游客游玩时可到各点收集PASS章,盖在“2017溧水梅花节旅游指南”中通关地图的印章处,最终凭收集的章总数,到傅家边科技园边的山凹村溧水礼物概念旗舰店兑换礼品,每人限领1份。

在集章通关活动中,集齐4—5个章,可获得溧水旅游明信片;集齐6—7个章,可获得溧水旅游年卡一张;集齐全部8个章,即可获得溧水旅游年卡两张。溧水区设置的8个集章点为:天生

想山国家森林公园开跑。本次赛事共设半程马拉松(21.0975公里)、迷你马拉松(5公里)两个组别,参赛总人数达到12000人,其中半程组5000人,迷你组7000人。

今年的半程路线设置延续了去年的最美赛道,选手途经蜿蜒曲折的盘山公路和春意盎然的乡间田野,在青山碧水、红梅绿竹中尽情享受比赛。值得一提的是,溧水的奶油草莓闻名全国,参赛者们今年可以继续享受免费草莓补给,还将获赠周园、大金山、天生桥景区旅游套票。

桥风景区、大金山风景区、周园、傅家边科技园、万驰汽车公园、南京玫瑰园、石山下未见山乡居酒店、三叶花开景区(七叶山庄)。

随着溧水梅花节的临近,前来傅家边采梅赏梅的游客越来越多。而在傅家边精品草莓园,不少游客发现了一些不一样:一排排长在“半空中”的草莓,其特殊的培育方式让人眼前一亮。

与平时长在地里的草莓不同,这里的草莓全都长在齐腰高的架子上。拨开层层叶子,可以看到下面是用塑料膜包裹的“土壤”,滴灌的管道就沿着每一株草莓横向延伸。

原来,这种栽培模式叫立体式栽培,采用基质代替土壤的栽培技术,减少草莓的连作障碍,达到清洁生产,并且保证一定的温湿度,便于草莓的科学化管理。同时根据游客身高的不同,设定架子的高度,方便游客采摘,既有适合小孩采摘的高架,也有给大人采摘的高架。

活动



2月14日,
不少游客和市民来到南京梅山游玩

现代快报
/ZAKER南京
记者 施向辉
摄

南京国际梅花节周五开幕 门票每张优惠10元

快报讯(通讯员 高伟 见习记者 赵冉)一年一度的南京国际梅花节将于2月17日在南京梅山开幕。现代快报记者了解到,2月17日至3月17日梅花节期间,明孝陵景区门票价格实行优惠,票价为60元/人次。

据了解,今年梅花节将以“文化休闲”为主线,通过赏梅品梅、艺术展览、创意市集、美食娱乐、新媒体线上线下互动等多种方式,打造市民

游客喜闻乐见的新春旅游盛宴。随后的一个月,6大类16项精彩线下活动将陆续与游客见面,除了传统的文化花卉主题展览,今年梅花节还创意策划了钟山文创市集,“朱八八与马大脚的故事”摄影创意故事大赛,釉里红瓷器艺术讲座及陶瓷DIY体验,中华传统音乐赏析会,茶艺旗袍秀等互动活动,喜爱传统文化的文青们不要错过。

求职

“春风行动”给力 刚下火车就找到工作

快报讯(记者 项凤华)元宵节后,各地迎来农民工进城求职高峰。2月14日,江苏省就管中心、省职介中心联合南京市就管中心、鼓楼区就管中心在南京站北广场举办了“省市区2017年春风行动系列活动——就业服务专项活动”。现场,除了提供养老、医保和工伤保险、技能培训等多个咨询外,省市区还联动精心准备了1000多个岗位。这让很多刚到南京的外地人惊喜万分。

“刚下火车就找到了工作,本来打算转几天或是找老乡介绍工作的,可没想到现场就碰上

招聘会了。”刚下火车的外来务工人员李鹏飞,只花了几分钟就找到了一份心仪的工作。今年30岁的李鹏飞来自安徽,想在南京当保安。“往年我们招聘保安,年龄限制在40岁以下,但因为这行流动性强,缺口大,所以今年放宽到45岁。”南京一家物业公司的招聘负责人介绍说。

现代快报记者了解到,春风行动将一直延续到3月底,省就管中心、省职介中心联合南京市各级人力资源市场将开展近130场招聘活动,提供3万多个岗位供农民工选择。

种植牙品质比价格更重要 有经验的专家种牙专业、更省钱

意大利专家22—25日亲诊,指定品牌种植牙充200元抵2000元

近日,康贝佳口腔医院特邀韩国种植牙专家任势雄来宁亲诊并举办了种植牙知识讲座。尽管亲诊只有短短几天,但任势雄还是凭借娴熟的种牙技术帮一百多名缺牙患者种上了好牙。由于行程关系,一些没来得及让任势雄种牙的市民不免心急,为帮助更多市民轻松种牙,继任势雄之后,康贝佳口腔医院再次邀请毕业于意大利知名院校罗马二大、有20多年种植牙经验的专家法布里奇奥于22—25日来宁亲诊,读者可拨打13327822501咨询预约。

任势雄种植牙讲座现场火爆 长寿老人健康意识高

10日,由康贝佳口腔医院主办、任势雄主讲的种植牙知识讲座现场人气火爆,近百位缺牙患者参加了活动,很多高龄老人都有着较高的健康意识,他们知道口腔健康关系着全身健康,一口好牙更有助于健康长寿。

活动现场任势雄除了讲授种植牙知识外,还播放了种植牙手术直播视频,让观众更直观地了解了种植牙手术的过程,引发现场观众连连赞叹:“原来种牙几分钟就种好了!”“手术过程居然几乎没有出血!”“原来只需3—4毫米的小创口就能种牙了!”……讲座结束后,大家纷纷预约任势雄亲诊和手术,短短几天,任势雄就为百余位缺牙患者完成了种植牙手术,其种植速度和质量都受到了患者的一致好评。

八旬老人谈种牙感受: 为健康花钱值得!

随着种植牙的普及,很多人都知道相对于活动假牙、烤瓷牙,种植牙具有不伤邻牙、咀嚼能力强、舒适度高等优势,但仍有些部分缺牙患者从价格方面考虑,对要不要做种植牙心存顾虑。

实际上,相对于活动假牙、烤瓷牙,种植牙一次性费用确实要高一些,但烤瓷牙、活动假牙一般3—5年左右就要更换一次,种植牙在种得好、维护得好的情况下可长期甚至终身使用,即使按20年来算,平均每年仅需几百元,其实更划算。已经种好牙、今年85岁的陈叔叔说:“为健康投资不要舍不得花钱,牙种好了身体就更健康了,多活几年就赚回来了!”

种植牙品质比价格更重要 选对医院才能保证疗效

任势雄认为:考虑种植牙时,品质比价格更重要。康贝佳口腔医院除了有意大利专家法布里奇奥、韩国专家任势雄、种植科主任胡华分、种植科主任医师邢元龙、副主任医师陈勇等多位中外种植牙专家长期亲诊外,更有一支经验丰富的医师团队,全面配合主刀医师。

除了医院的资质、医师的技术外,选择适宜的种植材料,采用先进的植入方案,才能有效增加骨界面的生物学结合度、生物力学强度及促进骨结合形成,使



2月10日任势雄种植牙知识讲座现场

种植体与骨界面有更强的抗旋转、抗拉、抗压稳固性,从而保证种植牙的长期使用效果。

新春感恩巨惠 充100元可以当1000元花

为感谢新老患者多年来对康贝佳口腔医院的信任和支持,该院推出了新春感恩巨惠——即日起至2月28日,指定品牌种植牙充100元抵1000元,充200元抵2000元;牙齿矫正金属托槽免费送,指定品牌隐形矫正充500元抵5000元,并且可申请零负担分期付款,前200名再送精品围巾一条;牙齿美容可享指定品牌充100元抵1000元,充200元抵2000元;想在新的一年里拥有一口洁白靓丽牙齿的爱美人士可选择新年美牙套餐:360°彩光美白+日本高频气动洁牙,同样可享受充100元抵1000元。

活动链接

“私人定制”种植牙讲座 暨案例分享会

时间:2月22日上午9:00

主讲:法布里奇奥(意大利种植牙专家)

报名参加活动可领爱牙礼包,并可预约提前凭本报到院做免费口腔全景片检查,当天种牙免外国专家手术费1000元/颗,现场更有千元种植牙现金抵用券、折叠购物手拉车、精品青花瓷碗等奖励。

报名预约热线:

13327822501



发布

10月底,645座公厕将完成改建出新

快报讯(记者 杨菲菲 鹿伟)游人如织的景区里,找厕所是难题?路边旱厕破旧不堪,臭气熏天?以后这样的问题都有望解决。2月14日,南京市政府公布了《南京市城市公厕革命实施方案》,要求今年南京全市开展“公厕革命”,10月底

前新建改、出新645座城市公共厕所,达到二类及以上标准;升级繁华场所、旅游景点、主干道周边公厕,达到一类标准。

此外,南京还将如厕“智能化”,利用智慧城市APP,打开手机就能找到厕所。而且还能就自己的体验给厕所评价。

今年鼓楼区将整治107个老旧小区

快报讯(通讯员 朱莉莉 见习记者 宋敏慧 记者 杨菲菲)老旧小区出新、棚户区改造、黑臭河治理……哪一项你最期待?2月14日,南京市鼓楼区召开2017年城建城管水务暨“两减六治三提升”专项行动部署大会,各部门责任人同时递交了目标责任书。现代快报记者会上了解到,

鼓楼区今年将完成107个老旧小区的整治和71个小区的二次供水设施改造。同时,在10月底前,要完成城北护城河、西北护城河等12条黑臭河道整治。

此外,还要完成大庙沟绿地、老虎山东侧绿地、小桃园二期游园等7个绿地建设工程,提升老城核心区城市品质。