

我能网便民服务又添三大项目

产后护理、钟点工保姆、酒后代驾全新亮相

近日,现代快报我能网便民服务率先在本城实现了服务的全面覆盖,省时省力的便民热线96060和网络预约平台(www.wonengw.com)让广大市民足不出户即可享受专业服务。即日起,酒后代驾、产后护理及钟点工保姆等三大贴心服务全新上线。专业的服务团队,加上快报的权威监督,我能网便民服务继续在更广范围内让市民放心得实惠。



钟点工保姆 “家人式”的体贴服务

好保姆难觅一直是困扰许多城市家庭的老大难问题。即日起,由快报我能网便民服务和省妇联就业服务中心联手打造的“钟点工保姆”对接计划正式上线。一批经由省妇联就业服务中心专项培训的金牌家政人员已抵达我能网便民服务,等待为您提供“家人式”的温情服务。想要聘用专业保姆的市民们赶紧拨打96060或登录我能网咨询预约吧。

产后护理 选的都是金牌月嫂

前不久,我能网便民服务曾邀请权威催乳师为广大产妇提供专业

的催乳服务。该服务一经推出,受到了广泛关注与好评。刚做了奶奶的刘女士特意来电感谢催乳师的帮助:“要不是快报我能网给我介绍催乳师,我孙子可能就没有母乳喝啦!”据国家高级营养师李红萍介绍,产后催乳只是产后护理的一部分,要想真正坐个好月子还需要很多专业护理,而传统的月子调养观念其实存在许多误区。新妈妈们产后大都请老人照顾,而老人家的一些护理做法已跟不上时代的发展变化。比如一味地吃大鱼大肉,就会出现营养过剩,进而导致代谢减慢,奶少奶胀,对后期的身材恢复也非常不利,同时蛋白质摄取过多也容易引起新生儿的湿疹。

人们往往认为产妇和宝宝白白胖胖就一定健康。实际上,对产

妇恢复状态的判断远不能看表面现象。李红萍介绍:“现实生活中往往由于缺少科学判断使得许多产妇的免疫力降低,激素水平、卵巢功能得不到恢复,直接为日后妇科病反反复复、更年期提前埋下隐患。”李红萍还特别提到了产妇心理疏通的重要性:“现在的新妈妈大都是从小娇生惯养的80后,生产后的心理落差比较明显,她们患产后抑郁的可能性也更大。”这些心理障碍也都需要专业人员来疏通引导。我能网便民服务为新妈妈们解决产后的烦恼。现在起,拨打热线96060或登录我能网就能预约到专业的月子护理服务。

酒后代驾 专业服务可靠省心

现行交通法规对酒驾的“零容

忍”让驾驶员谈酒色变,但现实生活中要想真正做到滴酒不沾也绝非易事。“酒后代驾”这一专业服务便在各大城市悄然兴起。不过目前南京市场上的酒后代驾服务基本处于“叫好不叫座”的尴尬境地,原因多数是司机素质和服务质量跟不上。

现代快报我能网便民服务从市民的实际需求出发,在严格筛选代驾司机的素质和代驾公司的资质后,隆重推出“酒后代驾”的全新服务。透明的收费标准,专业的司机队伍,24小时的贴心服务,我能便民为您酒后回家保驾护航。

此外,我能网便民服务的灭除白蚁服务等新增服务项目也在同步推出,欢迎有相关需求的市民拨打96060或登录我能网预约服务。

我能网便民服务专业工作人员将以专业的态度、快捷的通道为您第一时间提供精品生活服务!快报我能网便民服务还将不断丰富服务项目,如果您在生活中有新的服务需求,可及时向96060反映,我们将对相关服务进行统一整合安排。

我能成长

吃啥不吃啥? 很多孕妈伤不起

好孕妈咪大课堂本周六开讲“食之有道”

“我刚怀孕两个多月,医生说是关键时期。很多东西想吃又不敢吃,一些东西又不知是否有必要吃?”报名参加我能网好孕妈咪大课堂第二堂课的李小姐对本堂课内容尤为关注。在能网孕妈无忧俱乐部的圈子里,孕妈们对吃啥东西也很纠结。

4月23日,来自南京军区总院的陈宇副教授就将给孕妈们解开“吃”的迷团。欢迎准妈妈通过我能网网络报名或96060电话报名,参与我能网好孕妈咪大课堂第二堂课。

主讲嘉宾陈宇建议:孕早期由于受孕内分泌及精神因素影响,往往伴有轻度恶心、呕吐、厌食,影响消化吸收,因此孕妇要以健脾和胃易消化的食物为主,避免油腻,少食多餐。陈宇教授特别提醒:“有些食品孕妈是要忌口的,不要因为想过一时的嘴瘾而影响健康,孕期食品最重要的一个因素便是安全。”关于“吃的学问”陈教授还会在课上给孕妈们逐一讲解。陈教授还表示:“孕早期的安全注意事项我会着重给孕妈们讲,也会披露一些安胎保胎好用实用的方法。”

此外,我能网特别开设“军区总医院专家”能人座席,今起接受孕妈网友们的提问,只要您有关于孕早期安全和饮食营养的问题都可以到能人座席中提问,届时陈教授会在课上为大家一一解答。

能人互动通道: 登录我能网(www.wonengw.com) -> 我能成长 -> 能人互动 -> 军区总医院专家 -> 向我提问

报名方式: 登录我能网(www.wonengw.com) -> 我能成长 -> 活动报名帖 -> 跟帖报名
报名电话: 96060, 025-84783473
孕妈无忧QQ群号: 86792174

小贴士

“好孕妈咪大课堂”第二堂课

主题: 好孕妈咪食之有道——孕早期安全和饮食营养必知

时间: 4月23日下午2:30
地点: 洪武北路55号置地广场现代快报社8楼

主讲人: 陈宇(南京军区总医院妇产科护士长、解放军第二军医大学临床医学副教授)

本版文字均由我能网提供
撰文 易敏 于程飞 钱坤

我能试用

我能网试用平台有机食品抢“鲜”送

羊乃宝、绿壳蛋火热试吃中

近日“染色馒头”风波又一次唤起了人们对食品安全问题的担忧。为了让爆米花们吃得安心,本周我能网“我能试用”平台精选了多款健康食品上线。作为“食品周”的主打产品,奶山羊3天内所产的羊初乳,加上不含任何催产类

激素的绿壳鸡蛋,已于今日登陆我能试用,随后而来的健康食品定能给您带来整周的绿色体验!

据南京轩辕氏生物技术有限公司李总介绍,这次在能网发起试用的羊初乳产品“羊乃宝”精选萨能奶山羊3天内所产的初乳为原

料,富含免疫活性球蛋白、天然乳钙、牛磺酸等营养成分,特别适合0-7岁宝宝、青春期孩子以及处于孕期、产期、哺乳期的女士。此外,由于羊初乳偏碱性且蛋白分子细小,胃酸分泌过多人士、胃溃疡患者及肾病患者也可以放心饮用。

“我能试用”同时送上的另一款有机食品——绿壳鸡蛋则有“鸡蛋中的人参”的美誉。据了解,绿壳鸡蛋是“中华黑鸡”所产,以蛋黄大、黄红、白嫩而闻名。日本美食漫画《中华小当家》也曾以它为素材。

羊奶加鸡蛋,这样的营养搭配够给力!这两款产品已经开始接受试用申请。想要免费领取的朋友赶紧登录我能网报名吧。回帖留下您的联络信息并回答问题,就有机会获赠价值115元的羊乃宝或6只绿壳鸡蛋。

网友申请试用方式:

登录我能网(www.wonengw.com) -> 我能试用 -> 申请试用

试用品提供商合作方式

1. 网络: 注册登录我能网(www.wonengw.com) -> 我能试用 -> 试用品提供商报名入口

2. 电话: 固话: 96060、(025) 84783474、(025) 84783472、(025) 84783327, 手机: 18602550340、13913991148
试用能人QQ群: 139432004

展销会信息

20-25日南京国展中心有几千种酒水、副食品展销

“第三届江苏春季新酒·食品商品展览会”于20-25日在南京国展中心(新白)举办。南道的“夹心豆干”,澳门香过的肉干、蛋卷,北京的杏仁油、核桃油,乌镇的姑嫂饼,安徽小岗村的粗粮饮料,大连的蓝莓果汁;最值得一提的是台湾名品城的众多精致的点心、饮料或创新缤纷的零食及南京新创的一瓶二口天的新奇饮料等等……几千种名特优新各类酒水饮料,食品一定让您大饱眼福和口福。

欢迎您前来品尝、采购、订货。每天开馆时间: 9:00-17:00

乘公交车在新庄或锁金村下; 2、10、17、22、24、28、36、40、44、45、50、58、59、66、69、71、73、74、93、97、114、117、125、130、136、140、143、159、175、193、308、309、311、游3线、游5线、新长线、南金线、南龙线、南汤线、玉葛线、玉六线。

凭此广告可参加抽奖活动,奖品丰富,天天有奖。 电话: 025-85439928

现代快报买报抽奖活动中奖公告

4月16日本报部分区域零售抽奖喷码号在《爱周刊》L1版报脚,经系统自动摇号产生一等奖、二等奖中奖号码公告如下:
一等奖 现代快报特供酒一箱(4瓶装,价值约600元)(5名)
480684 481525 491303 496438 497176
二等奖 食用油一桶(价值约50元)(150名)
464485 464945 465294 465645
465934 466371 466527 467096
467155 467276 467739 467890
467973 468042 468716 469074

469270 469389 470152 470189 480495 481418 481817 482185 494862 494942 495197 495222
470198 470573 470747 471087 482266 482267 482317 482787 495792 496067 496252 496314
471140 471155 471260 471372 483047 483294 483399 483508 496744 497703 497785 497787
471582 472022 472040 472072 484587 484680 485046 485700 498620 499053 499194 499544
472295 472468 472713 472812 485737 485779 486186 486702 499730 499964 500114 500241
472971 473159 473346 473491 486771 487422 488293 488433 500317 501294 501464 501535
473606 473693 473827 474503 488469 488682 488697 488967 501718 501942 502255 502645
474522 474864 474962 475159 489239 489447 489783 489900 502895 503402 503433 503586
476059 476513 476649 477147 489924 489951 490189 490568 503616 503818 504369 505627
477155 477681 477989 478073 490609 490647 490976 492086 505886 506129
478469 478591 479056 479074 493361 493567 493631 493837
479592 479681 480106 480327 494023 494125 494193 494723

4月18日本报零售报纸抽奖喷码号在《发现》A25版报脚,经系统自动摇号产生一等奖、二等奖中奖号码公告如下:
一等奖 现代快报特供酒一箱(4瓶装,价值约600元)(5名)
509520 511999 527816 528811 534713
二等奖 食用油一桶(价值约50元)(200名)
506766 506963 507053 507087
507213 507424 507538 507650
507666 508016 508169 508802
508975 509123 509225 509249
509456 509516 509587 509727
509980 510008 510192 510393
510572 510710 511175 511291
511397 511412 511484 511585

511749 511831 511874 512044 520049 520182 520219 520242 529324 529638 529968 529977
512055 512078 512178 512221 520306 520789 520825 520846 530100 530117 530200 530746
512237 512457 512633 512780 520853 520865 520937 520947 530959 531108 531109 531280
512869 513126 513381 513420 521127 521272 521426 521767 531337 531486 531495 531600
513494 513546 513556 513715 521869 522293 522429 522473 531749 531750 531831 531901
513732 513804 513958 514147 522664 522828 522897 522980 531979 532083 532110 532174
514202 514368 514496 514549 523097 523130 523153 523429 532282 532499 532728 532819
514564 514612 514832 515230 523479 523806 523813 524169 533063 533310 533635 533701
515344 515405 515525 515548 524266 524347 524675 524714 534375 534468 534634 534901
515811 515961 516225 516231 524790 524798 524967 525161 534926 535224 535547 535579
516645 516723 516890 517079 525384 525431 525797 525840
517156 517173 517185 517322 525970 526329 526364 526367
517376 517393 517486 517487 526586 526822 527165 527197
517684 517782 517789 517959 527295 527595 527595 527759
518046 518433 518511 518918 527924 528392 528653 528686
519037 519209 519235 519869 528735 528878 529007 529046

※咨询电话: 84783697、84783679, 敬请广大读者继续关注本报抽奖活动。

※中奖者保留基本完整的报纸,作为兑奖凭证,携带身份证前往兑奖; 一等奖的兑奖在新闻街口正洪街东宇大厦13楼1301室(中央商场东门); 二等奖的兑奖在各发行站点;
※咨询电话: 84783697、84783679, 敬请广大读者继续关注本报抽奖活动。