

当好后勤 为孩子考试助力

□记者 李燕锋

一人高考,全家动员,是所有考生家庭共同的特点。作为家长,如何做才能帮孩子调整到最佳状态,为孩子的考试助力呢?昨日,洛一高教务主任钟宝强提出如下建议:

不要刻意陪读、陪考

钟主任说,孩子复习功课时,父母最好不要刻意地在一边陪读,因为这种做法无形中会给孩子一种压力,让孩子觉得父母不信任自己。另外,家长和考生毕竟想法上有差别,学习方法上也有出入,如果家长对考生的复习方法指手画脚,就可能干扰考生的正常复习。

临近高考,许多家长已做好准

备——请假陪考。钟主任表示,高考是考生的人生大事,但家长陪考等于最大限度地拉近与考试的距离,一旦考生有所闪失,其情绪很直接会感染家长,而家长也会因此无法很好地安抚考生情绪,对其下一科的考试来说非常不利。

家庭环境影响考生心理

钟主任说,通过日常与学生接触,他觉得在影响学生考试成绩的诸多原因中,心理因素排在第一位,而家庭环境对考生心理的影响至关重要。

家长的压力不仅表现在心理上。随着考期一天天逼近,一心当好“后勤部长”的家长们怎能不为孩子的考前饮食犯愁?今天炖补品,明天砸核桃……可面对丰盛的食物,考生往往难以下咽。如何调

节考前饮食呢?钟主任说:“日常的生活规律不要改变,高考还要平常饮食。现在一般的家庭饮食营养都足够了,其实家长不必为所谓高考再作特殊的安排。特别是考试前3天,不要让考生突然吃一些不熟悉的食物或不经常吃的食品。”

他提醒家长:考前天天大鱼大肉,孩子的肠胃并不一定习惯,弄不好反而导致腹泻、食欲不振等现象;吃得过杂,还容易造成肠胃疲劳,而吃得过饱,食物在肠胃中消化需要大量血液,脑内血液供氧减少,会导致大脑反应迟钝,思维不敏捷。

让孩子保持正常生活状态

此外,临近高考这几天,家长最好让孩子保持正常的生活状态,不要让孩子处于“真空”中,比如刻

意切断任何外界信息,只逼着孩子复习,因为现在的高考试题联系现实越来越多,孩子信息闭塞反而不利于发挥。有的父母担心影响孩子复习,晚上7点出门散步,不到12点不敢回家,这无形中也会加大考生的心理压力。同时,家长不要总拿自己的孩子和别人的孩子比较,或拿出一些“荣誉家谱”,比如亲友中的孩子考上了什么名牌学校,现在取得了什么样的成绩,以此鞭策自己的孩子,让考生无形中承受“不可承受之重”。

百年名校
洛阳一高
家有考生
中招咨询电话:63972201(东校区)
64324073(西校区)

“连环夺宝”大奖频降 我市又出 25 万大奖



□常娜

继5月16日玻璃厂南路销售厅中出“连环夺宝”25万元大奖之后,25日南昌路销售厅再传喜讯,一名外来务工人员第一次玩儿“连环夺宝”就获得了25万元大奖,为

我市夺得了“中福在线”的第三个头奖。

据南昌路销售厅工作人员讲,中奖的宋先生(化名)是外地人,在南昌路销售厅附近一个工地上干活,平时他常到销售厅看热闹,一看就是一两个钟头,出于对这种视频开奖游戏方式的陌生,一直没有尝试买彩票。

25日20点,宋先生仍和往常一样来销售厅看热闹,在几个同伴

儿的再三鼓励下,他决定拿100元钱碰碰运气。已经熟悉如何投注最划算的他,按照每次1元的投注方法开始闯关,20点45分,闯到第三关时,24颗“红宝石”的出现让他眼前一亮:中了25万元大奖!100元钱还没花完的宋先生欣喜不已,表示要好好感谢他的同伴们。

“中福在线”几款新游戏自上市以来备受彩民喜爱,“连环夺宝”已为我市彩民带来3注25万元大

奖,1注10万元大奖。该游戏0.1元就可进行投注,1元就有机会获得最高奖金25万元,但愿更多彩民能从中获得乐趣和意外收获!



诚聘医护精英

洛阳武警医院隶属于武警河南总队,是一所集医疗、保健、教学、科研为一体的综合性警民医院,现有各级医、护、技人员数百名,床位百余张,配置百余台国内外先进诊疗设备。现因业务发展需要,面向社会诚聘以下医护精英:

● 医务管理 (2名)

有二甲以上医院医务管理经验,有临床医学专业大专以上学历,业务精通,有良好的沟通、协调能力。

● 妇产科医师 (8名)

有临床医学专业大专以上学历,有5年以上妇产科临床工作经验,业务技能熟练,有良好的沟通能力和亲和力。

● 内科医师 (5名)

有临床医学专业大专以上学历,有5年以上内科临床工作经验,业务技能熟练,有良好的沟通能力和亲和力。

● 外科医师 (5名)

有临床医学专业大专以上学历,有5年以上外科临床工作经验,业务技能熟练,有良好的沟通能力和亲和力。

● 超声、心电图医师 (5名)

有相关专业大专以上学历,业务技能熟练,具有相应的资格证和执业证。

● 护理人员 (若干名)

有护理专业中专以上学历,形象好、气质佳,语言表达能力强,善于沟通,有1年以上护理工作经验。

● 放射科医师 (3名)

医学影像专业毕业,有从事本专业3年以上工作经验,具有操作造影技术及乳腺钼靶技术。

● 文案、策划人员 (若干名)

有相关专业大专以上学历,有良好的沟通、协调能力和市场开拓、创新精神。

★有意者请携带个人简历、近期免冠照片、毕业证、身份证及相关证件的原件、复印件前来面试。

联系电话: 0379-65296782 65296785 联系人: 张主任
面试时间: 2010年5月29日(周六) 9:00~17:00

面试地点: 洛阳市九都路17号(武警医院办公楼2楼医务科、护理部)

乘车路线: 市内乘7、16、17、20、23、36、45、66、69路公交车到武警医院站下车即到。

婴幼儿家长看过来:

下周六可听《三岁看大》公益讲座

□连漪 赵丽

六一儿童节即将来临,在这个孩子们的节日里,市妇联为家长们也精心准备了一份礼物。6月5日上午,由市妇联主办的《三岁看大》早期教育大型公益讲座将在市工人俱乐部举行。婴幼儿的家长均可提前到市妇联宣传部领取入场券,或拨打电话63122000预约报名。

此次讲座的主讲人是武汉大学儿童发展研究中心主任杨健教授,他将面对面与家长们交流如何培养小宝宝动手动脑的能力和创造力,促进小宝宝的全面发展。杨教授长期从事婴幼儿早期教育及潜能开发研究,主要著作有《婴儿智力评估及指导》、《走出幼儿教育误区》等,曾在北京、上海、香港等40多个城市做过200多场专题演讲。

出门看天



今日天气 全区阴天有阵雨,局部有中雨,偏东风2级~3级,气温17℃~23℃。

历史上的今天 1980年的今天,市区最高温度为37.3℃,是有气象记录以来该日气温的最高值。

气象与健康 雨天外出时,一定要携带雨伞或雨披,不可冒雨行走,同时注意保暖,以防感冒。

28日 全区小雨停止转多云。
29日 全区晴天间多云。

特别提醒 移动、联通手机用户拨打12121气象信息电话,可随时了解天气变化,掌握最新气象动态。(洛阳市气象台)

空气质量 (26日)

污染指数	76
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

玩游戏 中大奖

请到中福在线销售厅

玻璃厂南路洛神大酒店对面
西苑路牡丹公园西门斜对面
南昌路南头顺城街门面房

“中原风采”福彩22选5开奖公告

第2010139期中奖号码		
02 03 11 19 22		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	3注	67276元
二等奖	536注	50元
三等奖	408注	30元
好运三	245注	340元
好运四	4注	8539元

福彩3D游戏河南省开奖公告

第2010139期中奖号码		
1 5 6		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	913注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	2384注	160元

福彩“七乐彩”开奖公告

第2010060期中奖号码			
基本号码			特别号码
01 09 14 17 18 27 28			15
中奖情况			
奖等	全国中奖注数	河南中奖注数	每注金额
一等奖	1注	0注	2414731元
二等奖	13注	1注	26535元
三等奖	226注	11注	3052元

体彩超级大乐透开奖公告

第10060期中奖号码		
10 13 22 33 34 01 05		
中奖情况		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	0注	0元
二等奖	6注	396191元
三等奖	56注	11177元
四等奖	123注	3000元

体彩“排列3、排列5”第10139期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	直选	7535注	1000元
	组选3	0注	0元
	组选6	23494注	160元
排列5	04534	9注	10万元

洛阳机场航班信息

机场问询: 62328666

洛阳飞往	目的地	航班号	星期	起飞时间	到达时间	返程洛阳	航班号	起飞时间	到达时间	单程票价
	北京	MU5696	每日	10:25	11:55		MU5695	12:50	14:20	860
		MU5228	每日	21:30	23:00		MU5227	19:10	20:40	
	上海	MU5390	每日	15:10	16:40		MU5389	07:50	09:45	890
	广州	CZ3364	一三五	10:25	12:25		CZ3363	07:40	09:40	1410
	深圳	CZ3358	二四六	22:20	00:30		CZ3357	19:30	21:30	1330
	杭州	G52717	二四六	12:50	14:30		G52718	15:10	16:40	910
重庆	G52696	二四六	21:40	23:10	G52695	11:05	12:20	960		
成都	G52712	二四六	17:00	18:50	G52711	19:35	21:00	850		

洛阳中转国际部分航班信息

(不含机建、燃油费) 国际订票电话: 62806699

目的地	起飞时间	到达时间	单程票价	往返票价	目的地	起飞时间	到达时间	单程票价	往返票价
首尔	10:30	14:00	1690	2640	温哥华	10:30	16:15+1	4300	8200
吉隆坡	10:30	20:15	1950	2200	悉尼	10:30	07:15+1	2940	4200
新加坡	10:30	20:45	1820	2340	墨尔本	10:30	09:00+1	2940	4200
东京	10:30	18:00	2000	3000	巴黎	10:30	18:30+1	3600	3990
冈山	10:30	14:10	1800	3100	洛杉矶	10:30	05:20+1	4700	6060
名古屋	10:30	21:00	1700	2600	纽约	10:30	18:20+1	5500	6840
大阪	10:30	20:10	1600	2600	新德里	10:30	02:00+1	2350	2890

以上价格随季节、航班、舱位、乘机日期不同,票价上下浮动,特价票提前10天以上出票,以实时电脑查询为准。
洛阳机场特约车票电话 66776677 62314888 地址 王府井对面(国际金融大酒店一楼) 民航大厦