

出门看天

今日天气



多云转晴,偏东风转偏北风  
2级~3级。

明日天气



21日,晴,  
-6℃~6℃。



22日,晴,  
-6℃~5℃。

最高温度

8℃

最低温度

-3℃

空气质量

(12月19日)

污染指数	100
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

## 走路快一点,健康多一点

□据 新华社

澳大利亚一项研究显示,步行速度快的老年人死亡率较步速慢的老年人低。

悉尼康科德医院研究人员随访1700名70岁以上男性,定期记录他们步行6米所需要的时间。5年后,研究人员分析这些老年人步行速度与死亡率间的关系。研究期间,共有266名老人去世,这些人走路速度比同龄人慢。

法国研究人员也曾进行过类似研究。他们跟踪调查3200名身体健康、年龄65岁以上的老年人,记下这些人的步速。整个研究耗时5年。

调查期间共有209人去世。研究人员发现,与走路最快的1/3调查对象相比,走路最慢的1/3老年人总体死亡风险高44%。研究人员说,走路慢的人通常年龄大、身材矮小、身高体重指数大、有抑郁症状、受教育程度低、运动量小。

美国宾夕法尼亚大学老年医

学专家安妮·卡普波拉说,老年人保持健康的秘诀在于运动,缺乏运动会引发一系列问题。她说,老年人可以试试走得快一些,这也在一定程度上有益健康。

英国“世界癌症研究基金会”说,快走可加快心跳,促进呼吸,属于可防癌的“适度体力活动”方式之一。基金会去年推出“一起快走”活动,号召参与者与家人、朋友一起快走,鼓励参与者养成有助于降低患癌风险的习惯。

## 历史上的今天

□新华社记者 李晓建

►1958年12月20日,中国与阿尔及利亚民主人民共和国建交。阿尔及利亚位于非洲西北部,首都阿尔及尔。

►1982年12月20日,美国钢琴大师鲁宾斯坦逝世,享年95岁。鲁宾斯坦1887年生于罗兹(当时属俄国,现属波兰),为美籍犹太人后裔,曾在世界各地巡演,赢得赞誉。他从20世纪五六十年代起,直至1976年因眼疾在伦敦告别演出为止,平均每年演奏100场。

►1986年12月20日,中国著名美学家宗白华逝世,享年90岁。宗白华是江苏常熟人,毕生致力于美学的教学与研究,美学论著主要有:《中国艺术意境的诞生》《中国美学史中重要问题的初步探索》《康德美学评述》等。

►1999年12月20日零时,中葡两国政府在澳门文化中心举行政权交接仪式,国家主席江泽民宣告:中国政府对澳门恢复行使主权,澳门回归祖国。交接仪式



1999年12月20日零时,中华人民共和国国旗和中华人民共和国澳门特别行政区旗在澳门文化中心花园馆升起。(新华社发)

后,举行了中华人民共和国澳门特别行政区成立暨特区政府宣誓就职仪式。

►1999年12月20日,《中华人民共和国澳门特别行政区基本法》正式施行。

►1999年12月20日,《中华

人民共和国澳门特别行政区驻军法》正式施行。

►2006年12月20日,中国著名相声艺术大师、中国广播艺术团说唱团艺术指导、国家一级演员马季因突发心脏病抢救无效在北京逝世,享年72岁。

## 中原西部心脏病学术会议成功召开

□任薇

由市医学会主办,河科大一附院心血管病医院和市中心血管病专科医院联合承办的“第九届中原西部心脏病学术会议”于18日在洛阳国际大酒店会议中心圆满结束。

为期两天的会议打破以往单一心血管内科话题,分设心血管内科、心脏外科及心血管护理论坛,共有28个专题。

本次会议以心血管病预防、诊断及规范化治疗,心血管护理专业学科,发展手术演示为主题,相关专题涉及目前心血管病治疗学的几乎全部领域。

中原西部心脏病学术会议搭建了一个高水平、大范围、多层次的学术交流平台,奔着面向基层、共同提高、健康中原的目的,促使中原西部心血管病防治水平逐渐发展提高。

## 洛阳机场航班信息

订票电话:66776677

目的地	航班号	星期	起飞时间		到达时间		单程票价
			洛阳	返洛	洛阳	返洛	
北京	MU5696	每日	10:20	11:45	12:55	14:45	860
	MU5228	每日	22:05	23:45	19:40	21:25	
上海	MU5390	每日	15:30	17:00	07:50	09:40	890
广州	CZ3364	一三五	11:45	13:55	09:00	11:15	1410
深圳	CZ6512	二四六	15:40	17:55	08:05	10:25	1330
杭州	G52718	二四六	12:20	13:50	15:00	16:45	910
重庆	G52696	二四六	22:20	23:50	11:15	12:30	960
成都	G52712	二四六	17:45	19:35	20:20	21:45	850
呼和浩特	CZ6511	二四六	11:30	12:50	13:40	14:55	800
昆明	MU5840	每日	14:50	17:20	07:30	09:45	1140
威海	MU5839	每日	10:20	12:00	12:35	14:15	1090
厦门	SC4824	一三五	23:10	00:55	20:35	22:25	1390

洛阳中转国际部分航班信息

价格不含各项税费

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,以现时电脑查询为准。

洛阳机场特约

售票热线:66776677

百姓一线通

洛报集团百姓一线通  
66778866

一线通特色便民项目

- 法律咨询 电话医生 心理咨询
- 养老敬老 家政保洁 月嫂保姆
- 家教辅导 杯赛培训 电脑学校
- 家电维修 空调养护 路灯投诉
- 防水补漏 采暖供暖 水暖维修
- 管道疏通 开锁搬家 电瓶维修
- 直饮水机 饮水机专业清洗、保养
- 太阳能安装、维修、清理水垢
- 热水器安装、维修、清理水垢
- 美术高考培训 绘画专业辅导
- 燃气安全服务热线



你中了吗

双喜彩票  
双色球二等奖80注, 奖金  
**876万元**  
我市今年累计开出5注600万以上大奖

“中原风采”福彩22选5开奖公告  
第2011346期中奖号码  
03 06 07 08 15

奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	3注	53253元
二等奖	674注	50元
好运二	316注	27元
好运三	449注	172元
好运四	15注	2381元

福彩3D游戏河南省开奖公告  
第2011346期中奖号码  
9 9 3

奖等	中奖注数	每注金额
单选	494注	1000元
组选三	251注	320元
组选六	0注	0元

福彩“七乐彩”开奖公告  
第2011148期中奖号码  
基本号码: 01 02 10 23 25 28 29  
特别号码: 20

奖等	全国中奖注数	河南中奖注数	每注金额
一等奖	5注	0注	501357元
二等奖	12注	0注	29842元
三等奖	253注	4注	2830元

体彩“排列3、排列5”第11346期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	494	直选	8464注 1000元
		组选3	11189注 320元
		组选6	0注 0元
排列5	49493	18注	10万元

体彩超级大乐透开奖公告  
第11149期中奖号码  
02 07 12 29 31 03 05

奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	1注	1000万元
二等奖	22注	207058元
三等奖	44注	25261元
四等奖	164注	3000元

激光整形美容中心  
美丽信箱: 2207877805@qq.com  
特惠热线: 63936150 63937150  
地址: 50路, 59路车到150医院下车即到