

出门看天

今日天气



晴天间多云,偏西风 3 级左右。

明日天气



16日,晴,  
18℃~31℃。



17日,晴转多云,  
19℃~31℃。

最高温度

31℃

16℃

最低温度

# 施教须趁早 莫等良机逝

## 台湾早教专家 20 日来洛举办讲座

□记者 杨寒冰 实习生 樊珍珍

本报讯 越来越多的年轻家长开始关注早教。为什么要进行早教? 0 岁至 3 岁的教育对孩子来说有什么重要意义? 怎样对孩

子进行科学的早期教育?

据悉,20 日 15 时,台湾早教专家张瑞麟将来洛举办讲座。本次讲座由《洛阳晚报·教育周刊》联合两岸早教机构共同主办。

讲座将介绍婴幼儿成长的关键期(敏感期),围绕如何帮助孩子养成良好的习惯、塑造良好的性格等内容进行深入讲解。

讲座预约电话:(0379) 63110005。

# 体彩“超级大乐透”派送活动 5 月 13 日闪亮登场

## 最是一年购彩时 绝胜好礼满奖池

□体彩

为庆祝体彩“超级大乐透”上市五周年,感谢彩民对“超级大乐透”玩法的长期支持,我省体彩中心从 5 月 13 日开始,将进行为期 1 个月的“买超级大乐透复式票中惊喜大礼包”派送活动。

记者从省体彩中心获悉,此次进行的“买超级大乐透复式票中惊喜大礼包”派送活动主要针对喜爱复式、胆拖投注方式的彩民,即凡购买复式、胆拖投注的“超级大乐透”彩民,单票购买金额在 24 元(含)以上,按照常规中奖方式,凡中取四等奖、五等奖、六等奖的彩民,除可中得正常奖金外,还可额外赢得价值 5000 元、1000 元的大礼包或高档 T 恤衫。此次派送从 5 月 14 日开始,至下月 16 日结束,彩民

可在为期 1 个月的时间里尽情享受复式、胆拖投注给大家带来的意外惊喜。

另据了解,进入今年以来,体彩“超级大乐透”玩法大奖奖池一直“水位居高”,目前已达到 3.95 亿元高位,奖池记录不断刷新。奖池“高水位”为彩民赢得超级大奖创造“优越”条件。上月 18 日,我省南阳小伙通过投注“超级大乐透”3 元赢得了 1170 万元的大奖,成就我省 2012 年彩市的一段佳话。

在周末将要开始的为期 1 个月的惊喜大派送和奖池“高水位”的双重利好下,未来一段时间无疑将成为今年彩民力擒“超级大奖”的最佳时机。而采用复式、胆拖投注的方式,在无形之中加大中取大奖的可能性,同时还有机会赢得惊喜大礼包。这个

5 月,让我们在 3 亿多元奖池和惊喜大派送的双重利好下,向超级大奖发起总攻吧!



派送活动海报

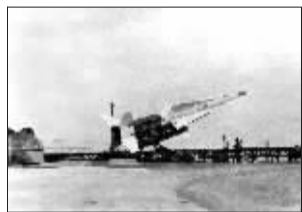
## 历史上的今天

□新华社记者 杨文荣 苏小平

► 每年的 5 月 15 日是国际家庭日。1993 年 2 月,联合国社会发展委员会作出决定,从 1994 年起,每年的 5 月 15 日为国际家庭日。

► 1918 年 5 月 15 日,中国现代伟大的文学家、思想家和革命家鲁迅创作的中国现代文学史上首篇白话小说《狂人日记》在《新青年》上发表。

► 1925 年 5 月 15 日,上海日商内外棉纱厂第七厂发生工潮,中国工人代表顾正红被日本工头枪杀,年仅 20 岁,激起上海人民强烈义愤。这一事件成为五卅运动导火线。



美国在冲绳南部的“奈克”式导弹基地。(新华社发)

► 1972 年 5 月 15 日,美国将冲绳归还日本,但仍在冲绳保留驻军。冲绳古称琉球,是日本的一个县,位于日本列岛的最南端,由 60 多个岛屿组成。1945 年 6 月,在第二次世界大战结束前夕,美军占领了冲绳岛,使之成为美军在远东重要的军事基地之一。

► 1981 年 5 月 15 日,中共中央政治局决定接收宋庆龄为中共正式党员。宋庆龄是广东省文昌(现属海南)人,生于上海,1915 年和孙中山在日本东京结婚,并致力于民主革命事业。

► 1996 年 5 月 15 日,中国政府根据 1992 年 2 月 25 日正式施行的《中华人民共和国领海及毗连区法》,宣布中华人民共和国大陆领海的部分基线和南沙群岛的领海基线。

► 1999 年 5 月 15 日,澳门特区第一届政府推选委员会第三次全体会议在澳门举行,何厚铨当选为澳门特别行政区首任行政长官人选。

## 健康新标准:腰围不超身高一半

□据《参考消息》

据英国《每日电讯报》网站 5 月 12 日报道,科学家们发现,理想的健康状态是,每个人都将腰围保持在身高的一半以下。

科学家发现,二者之间这一易于计算的比率能比身高体重指数(BMI)这一最普遍使用的肥胖测量手段更好地预测风险。

研究小组在分析了大约 30 万人的健康状况后发现,这一比

率能比身高体重指数更好地预测高血压、糖尿病以及心脏病和中风等心血管疾病。

虽然医学界几乎人人使用 BMI 指数,但大多数人对它并不熟悉,部分原因是计算起来不够简单。

## 科学进餐多步行 临考无须挂吊瓶

### 专家:科学减压胜过滥用氨基酸

□据《科技日报》

近日,湖北某中学高三学生一边打吊瓶补充氨基酸一边复习备考的新闻引起了媒体的高度关注。近日,笔者专程走访了第三军医大学新桥医院营养科主任王建博士,他介绍,健康人随意注射氨基酸,可能造成蛋白质摄入过多,绝对有害无益。

王建介绍,氨基酸是构成蛋白质的基本单位,有些氨基酸人体可直接合成,对于健康人群依靠正常规律饮食便可获得身体所需氨基酸,高三学生也一样。如果氨基酸或蛋白质摄入过多反而会增加身体负担,因为氨基酸和蛋

白质在人体内不能储存,过量将加重肝肾负担,长期过剩容易引发糖尿病。

王建提醒说,考生在膳食中适量补充钙、镁、锌等微量元素,能达到安神减压的功效。此外,维生素 B 是克服压力的营养素,维生素 C 可刺激肾上腺皮质素的分泌,对抗精神压力。因此,即将参加考试的学生,补充此类与免疫有关的微量元素,能改善精神状况,减轻压力,保持身心舒畅。

王建说,钙主要以牛奶、金针菜、豆腐、小鱼干、杏仁含量较多,镁在香蕉、豆子、洋芋、菠菜、葡萄干中含量高,锌主要可以从无花

果、草莓、小麦胚芽、牛奶、蛋、海鲜中补充。胚芽米、糙米、杂粮饭、全麦面包、酵母、深绿色蔬菜、低脂奶等是维生素 B 的良好来源,维生素 C 在菠菜、花椰菜等绿色蔬菜和柑橘、柠檬、葡萄柚、西番莲、番石榴、草莓、木瓜、芒果、奇异果、哈密瓜等水果中含量较高。

专家介绍,超强度的背书,重复的习作,会使不少应考的学子出现“高考疲劳综合征”。综合来说,导致以上症状最根本的原因就是考生脑组织供氧量不足。因此,考生可以适当增加步行等室外有氧运动,也可以借助氧吧、高压氧等吸氧手段补充身体内氧分子含量,以提高学习的效率。

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

**福彩新快开**

**幸运武林**

3选1 中奖易 10选3 奖金高

“中原风采”福彩 2 2 选 5 开奖公告  
第 2012128 期中奖号码

03 04 06 12 16

中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	4 注	30681 元
二等奖	675 注	50 元
三等奖	11638 注	5 元
好运二	386 注	21 元
好运三	336 注	188 元
好运四	11 注	2839 元

福彩 3D 游戏全国开奖公告  
第 2012128 期中奖号码

4 3 1

中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	547 注	1000 元
组选三	0 注	0 元
组选六	550 注	160 元

福彩“七乐彩”开奖公告  
第 2012055 期中奖号码

基本号码: 01 03 05 10 12 15 20  
特别号码: 14

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	3 注	0 注	667074 元
二等奖	14 注	0 注	20420 元
三等奖	419 注	6 注	1364 元

**体育彩票**

**新快赢 481**

8选2 好中奖, 8选3 奖金高

体彩“排列 3、排列 5”第 12128 期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列 3	178	直选: 5937 注 组选 3: 0 注 组选 6: 12305 注	1000 元 0 元 160 元
排列 5	17805	21 注	10 万元

体彩超级大乐透开奖公告  
第 12055 期中奖号码

07 22 26 32 33 01 08

中奖情况		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	2 注	7012551 元
二等奖	59 注	38116 元
三等奖	114 注	6000 元
四等奖	410 注	3000 元

**空气质量** (14 日)

污染指数	80
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物