

### 今日天气

21℃~37℃  
晴天间多云

### 明天

24℃~37℃  
晴天间多云

### 后天

25℃~37℃  
晴转多云

### 未来几天

6月29日	多云转阴	23℃~33℃
6月30日	多云	23℃~34℃
7月1日	阵雨	25℃~33℃
7月2日	多云	25℃~31℃

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)

### 空气质量

#### 6月25日

污染指数 61  
空气质量状况 良  
首要污染物 可吸入颗粒物

# 热浪来袭,今明最高气温37℃

## 大家要注意防暑,没有急事白天尽量少出门



这天真热呀  
记者 赵朝军 摄

□记者 杨凤轩 通讯员 姬鸿丽

昨日,市气象局的微博公布了天气预报后,还贴心地送上一句提醒:“未来两天气温较高,请大家注意防暑。”

“中午出去采访,走在路上感觉自己简直要中暑了。”昨天下午写稿子的时候,不

少同事在抱怨这“发烧”的天气。尽管气象监测数据显示昨天的气温才32℃左右,但在太阳的炙烤下,人们的实际感受要热得多。这样的天气,如果没有急事,大家白天尽量少出门。

据市气象台预报,今天白天到夜间,全区晴天间多云,偏南风2级~3级,气温

21℃~37℃;明天白天到夜间,全区晴天间多云,气温24℃~37℃。

在这样的高温天里,人会显得没精神,胃口也变得不是很好,所以饮食要以清淡为主。眼下应季的蔬菜很多,实在吃不下饭的时候,可以拍个黄瓜凉拌,配着咱洛阳人爱吃的捞面条,就是一

顿美味的消暑饭。

夏天天热,许多人喜欢整夜开着空调,其实这样并不利于健康。先不说紧闭门窗长时间不通风空气不好,单是空调制冷除湿带来的干燥感,就会让人感觉十分不适。

不少朋友可能都经历过,开了一夜空调后,早上起床时会感觉喉咙很干,皮肤也干燥不适。所以,您可以在睡前将窗户留些缝隙,若空调能定时,可让空调在1小时后自动关闭;若空调无定时功能,您最好在睡前就把空调关掉。

在高温天里,大家要穿浅色棉质衣服,这样有助于排汗降温。不要怕浅色衣服容易脏,现在的天气,衣服洗后一两个小时就干了,太阳的紫外线可以消毒杀菌,经常换洗晾晒衣服,也有助于保持卫生。



## 市群艺馆暑期少儿免费辅导班开始报名

□见习记者 程芳菲 通讯员 栾海宁

州中与芳林路交叉口西北角的市群艺馆(原洛阳博物馆)培训楼咨询、报名,额满为止。

本报讯 怎样让孩子的暑假生活丰富多彩?昨日,记者从市群艺馆获悉,7月至8月,市群艺馆将举办暑期少儿辅导班,免费为少儿辅导舞蹈、声乐、书法、美术、古筝、小提琴等。

从即日起,想参加暑期少儿辅导班的中小学生可在每周的周二至周五,到位于中

### 辅导班课程安排

	上午9:00至12:00	下午1:00至5:30
周二	声乐 舞蹈	美术
周三	声乐	书法
周四	舞蹈	小提琴
周五	小提琴	古筝

百姓一线通 洛阳百事通  
热线电话:66778866

## “小升初衔接”名师讲座要开讲啦

□徐童

“孩子小学成绩很好,到了初中成绩却一落千丈。”“孩子上了初中感觉越来越难管了。”暑假即将到来,洛报集团“百姓一线通”近期经常接到一些学生家长的来电,反映孩子小学升初中后出现的种种问题。

一线通便民服务团队的教育专家指出,初中的课程及学习方法同小学差别很大,很多孩子刚进入初中难免会有

很多不适应,因此,家长要在学习方法上对孩子多作引导。此外,“小升初”是孩子从幼稚走向成熟、从依赖走向独立的重要阶段,这期间孩子的心态会发生很大变化,家长也要在心理方面对孩子做好辅导。

“百姓一线通”联合有多多年专业“小升初”辅导经验、深受家长信赖的洛阳市彩虹教育学校,特邀我市初中语、数、英知名教师分别于6月27日(彩虹学校西工校区)、6月28

日(彩虹学校洛龙校区及瀍河校区)、6月29日(彩虹学校华阳光校区及老城校区)、6月30日(彩虹学校涧西校区)每晚7时免费举办6场“小升初衔接”名师讲座,就“怎样学好初中语、数、英,‘小升初’后如何转变学习方法,家长如何帮助孩子健康成长”等热点话题进行面对面讲授,欢迎家长携子女前往参加。

咨询热线:66778866  
“百姓一线通”24小时热线:66778866



体彩新快赢481  
8选2 好中奖,8选3 奖金高

福彩新快开  
幸运彩  
幸运魔方 勇士争先

“中原风采”福彩22选5开奖公告  
第2013169期中奖号码

05 11 12 13 21
中奖情况
奖等 中奖注数 每注金额
头等奖 5注 13346元

体彩“排列3、排列5”第13169期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	273	直选	6270注 1000元
		细选3	0注 0元
		细选6	14646注 160元
排列5	27320	78注	10万元

福彩3D游戏河南省开奖公告  
第2013169期中奖号码

3 4 4
中奖情况
奖等 中奖注数 每注金额
单选 215注 1000元
组选三 253注 320元
组选六 0注 0元

体彩“七星彩”第13073期开奖公告  
中奖号码:8 8 6 6 0 7 8

奖等	全国中奖注数	单注奖金
一等奖	0注	0元
二等奖	9注	46283元
三等奖	166注	1800元

福彩“双色球”全国开奖公告  
第2013073期中奖号码

红色球号码	蓝色球号码
132028170902	11
中奖情况	
奖等 全国中奖注数 每注金额	
一等奖 19注 500万元	
二等奖 185注 99780元	