



福彩新快开

16 幸运彩

3选1 中奖易 10选3 奖金高

“中原风采”福彩22选5开奖公告
第2014195期中奖号码

01 03 11 12 18		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	1注	95530元

福彩3D游戏河南省开奖公告
第2014195期中奖号码

8 9 5		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	323注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	713注	160元

福彩“双色球”全国开奖公告
第2014083期中奖号码

蓝色球号码	12	
中奖情况		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	6注	7954331元
二等奖	111注	199616元

中国体育彩票

永远不止 畅活中你

8选2 奖好中

体彩“排列3、排列5”第14195期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	840	直选	5129注 1000元
		组选3	0注 0元
		组选6	10935注 160元
排列5	84068	8注	10万元

体彩“七星彩”第14084期开奖公告
中奖号码:6 5 8 6 7 7 3

奖等	全国中奖注数	单注奖金
一等奖	0注	0元
二等奖	14注	25314元
三等奖	234注	1800元

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
- 脑瘫康复 家政保洁 月嫂保姆
- 家教辅导 杯赛培训 水电安装
- 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
- 饮水机、净水机专业清洗、安装、保养
- 太阳能安装、维修、清水垢
- 热水器安装、维修、清水垢
- 美术高考培训 矿泉水电话直送
- 油烟机维修清洗 家电专业清洗
- 法律顾问 河南森合律师事务所

健康知识

经常散步可防老年痴呆

□据 人民网

据英国《每日邮报》7月13日报道,一项新研究发现,每次散步20分钟,每周3次以上,能大幅降低罹患阿尔茨海默症(老年痴呆症)的风险。

剑桥大学科学家对30项研究进行综合分析后发现,65岁以上的老人中,痴呆症(分为老年痴呆、血管性痴呆、混合型痴呆和其他

类型痴呆)发病率达1/3,而老年痴呆症最为常见,患者发病原因包括缺乏运动、肥胖、吸烟、高血压以及受教育程度低等,其中缺乏运动是最重要的病因。据统计,22%的老年痴呆症是老年人缺乏运动引起的。

研究人员认为,定期进行身体锻炼能确保大脑得到稳定的富氧血液供应,这被认为有助于防止蛋白质

斑块在大脑中生成,而蛋白质斑块是导致老年痴呆症的直接因素。剑桥大学公共卫生学院的卡罗尔教授表示,该研究传递的最重要信息是,健康的生活方式有助于降低患老年痴呆症的风险,每周若干次健走运动,能有效预防该病,即使每天散步,也能起到效果。此外,运动可以保证健康饮食,帮助戒烟,这会进一步降低患老年痴呆症的风险。

跑步摆臂消耗能量少

□据 新华社

跑步时要摆臂已是运动常识,通常给出的解释是有助于保持身体平衡。那摆动手臂对整个跑步运动期间消耗的能量有什么影响呢?

美国科罗拉多大学等机构研究人员最近在英国《实验生物学杂志》上报告

说,他们邀请一些跑步爱好者参加了试验,受试者被要求以多种姿势跑步,分别是正常的摆臂姿势,还有把手臂放在背后、交叉置于胸前和举在头上等姿势。研究人员用仪器测量了受试者用不同姿势跑步时身体新陈代谢的快慢。

分析显示,正常摆臂可以降低跑步时的能量消耗,

与把手臂放在背后相比要低3%,与把手臂交叉置于胸前相比要低9%,与把手臂举在头上相比要低13%。

此外,这项研究进一步证实了跑步时摆臂有助于保持身体平衡。在受试者使用非摆臂的其他姿势跑步时,为了保持身体平衡,他们的肩部会出现更大的扭动幅度。

失主看过来

● 7月18日11时许,赵先生在涧西区上海市场附近捡到一个档案袋,内有王浩艳的会计证、户口迁移证、毕业证等。请失主拨打电话13838459924联系认领。

● 7月15日9时30分许,王女士在龙门大道与太康路交叉口东南角捡到赵国浩的驾驶证。请失主拨打电话13323797980联系认领。

● 7月13日14时许,宋先生在李楼镇李城路北王村段捡到一个黑色女式钱包,内有金雅静的建行卡、农行卡、农村信用社金燕卡和300多元现金、几张证件照等。请失主拨打电话15236102078联系认领。

● 王先生在20路公交车上捡到一个卡包,内有李亚楠的驾驶证、身份证、银行卡。请失主拨打电话63371778联系认领。

● 7月21日中午,梁女士在老城区九龙鼎往北约100米的48路站牌附近捡到马安良的医保卡。请失主拨打电话18338838659联系认领。

● 张女士在洛龙区水磨村的垃圾中转站附近捡到一个棕色男式钱包,内有邢军毫的身份证、练车卡、银行卡及少量现金。请失主拨打电话15225530174联系认领。

(敬芳 整理)

洛阳航班进出港信息

2014年5月13日开始执行 八达航空提供

目的地	航班号	星期	起飞时间	到达时间	起飞时间	到达时间	单程公布票价(元)	民航基金及燃油费(元)
北京	MU5700/5	每日	15:40	17:15	13:00	14:45	860	110
	MU5696/9	五日	19:40	21:05	18:00	19:30		
上海	MU5390/9	每日	10:00	11:45	07:20	09:10	890	170
	MU5528/7	一、二、三、四、五、六	21:55	23:35	19:15	21:15		
杭州	GJ8682/1	二、四、六	13:30	14:55	07:00	08:30	910	170
		一、三、五、日	22:40	00:10	15:50	17:35		
银川	GJ8721/2	二、四、六	09:05	10:50	11:25	12:50	990	170
广州	CZ3364/3	每日	10:55	13:10	20:35	22:10	1410	170
		一、二、三、四、五、六	14:40	18:45	07:50	10:05		
深圳	CZ3618/7	一、二、三、四、五、六	14:40	18:45	10:20	14:00	1330	170
南昌	CZ3618	一、二、三、四、五、六	14:40	16:20	12:40	14:00	880	110
昆明	MU5800/9	一、三、五、日	17:50	20:10	08:40	11:05	1140	170
大连	MU5799/0	一、三、五、日	12:10	14:10	15:00	17:00	1230	170
北海	G56640/9	二、四、六	18:20	20:45	15:05	17:20	1600	170
海口	G56640/9	二、四、六	18:20	22:15	13:50	17:20	1800	170

以上信息可能随时有变化,请以实时电脑查询信息为准

八达特约 售票热线:6666 6666 八达航空全球订票网:www.badahk.com

洛阳晚报

招聘专栏

刊登时间:周一至周六
广告热线:63330377
63330677 13939910018

洛阳盛泉实业有限公司

因公司发展需要,现招聘:
销售业务员50名,经培训考核达到公司要求,年收入10万元以上。
招聘采购员1名、数控铣床操作工1名(会编程)
电话:15236208333 15303851313

新区某医院招聘

- 妇科医生 2名
- 内科医生 2名
- 病房医生 2名
- 护士8名 收费员2名
- 化验2名 彩超2名
- 会计2名 文员2名

电话:18638880177

洛阳东方外国语学校

寄宿制中小学航母,占地200亩,在校生三千余名,102个教学班,60余辆美式校车。学校管理严,教师责任心强,学生提分快。

年薪10万元聘幼儿园管理精英

建筑公司诚聘

一级建造师 施工员 业务文员

电话:13838491396 64332358

河南六建混凝土有限公司

因扩大生产需要招聘
◆搅拌车司机数名
待遇从优(大车B照)
广告长期有效
电话:13083795928 62267506

洛阳树人中考学校聘

初语、数、英、物、化、政、史、体教师
年薪5万元~8万元
政教员,月薪3000元
军人优先。以上均包食宿
电话:13838835858

年薪8000元~12000元招学科带头人

- ★幼教、小学、初高中各学科教师 月薪3000元~8000元
- ★行政主管、人力主管、广告策划、网络管理 月薪5000元
- ★行政高级职员 月薪3000元 ★幼儿园厨师、A1照司机

地址:中州东路东出口 电话:133 7377 8055