

老年公交IC卡下周开始办理

符合办理条件的老人可根据自身情况到所在社区或单位报名登记, 办理时间为6月28日至7月20日

□记者 石蕴璞 通讯员 王香兰

下周起,市公交集团将为70岁以上老人再次集中办理一批老年公交IC卡,符合条件还没有办理过公交IC卡的老年朋友请备齐所需材料到所在社区或单位相关部门报名登记。

据了解,此次办理老年公交IC卡的针对人群为1940年12月31日前出生的老年人。其中,具有洛阳市户口的,须携带本人户口

簿及身份证原件、两张5厘米近期正面免冠彩色照片(二代身份证彩照同样有效)和10元乘车意外伤害保险费,到单位离休干部管理部门或社区居委会报名登记,由他们集中登记造册后按规定时间办理。

对于长期在洛居住的符合年龄条件的外地老年人,除了携带本人身份证原件、两张5厘米近期正面免冠彩色照片(二代身份证彩照同样有效)和10元乘车意外伤害

保险费外,还需要社区居委会开具的长期居住证明,同样由社区居委会集中登记造册后按规定时间集中办理。

需要注意的是,除了去年11月新办或年审过的老年公交IC卡外,其余老年公交IC卡即将到期,也许会在这段时间进行年审。年审需交老年公交IC卡、本人身份证原件和10元乘车意外伤害保险费,由单位离休干部管理部门、社区居委会集中登记造

册按规定时间办理。

据介绍,本次新办及年审的老年公交IC卡将从7月1日起生效,有效期至2011年6月30日。办理时间为6月28日至7月20日,办理地点为中国人寿保险股份有限公司洛阳分公司大楼后平房。各社区、单位可提前预约集中办理,先约先办,预约电话:63192273(6月28日前使用)、64816692(6月28日后使用)。

夏天谨防六种肠胃病

□据 新华社电

6月21日19时28分,我国传统二十四节气中的夏至到来。有关专家提醒:“夏至”期间天气炎热,人的消化功能相对较弱,是6种肠胃疾病的高发期,人们要格外小心。

天文专家表示,夏至是盛夏的起点,夏至一过,一年中最热的时期就要到了。这时全国气温升高,30℃以上的高温天气成为常态。

炎炎夏日,很多人为了避暑喜欢吃冷食,如冷饮、冰镇食品、凉拌菜等。对此,保健专家表示,一些不当的消暑方式恰恰是夏季肠胃疾病高发的主要原因。

天文专家表示,夏至是盛夏的起点,夏至一过,一年中最热的时期就要到了。这时全国气温升高,30℃以上的高温天气成为常态。炎炎夏日,很多人为了避暑喜欢吃冷食,如冷饮、冰镇食品、凉拌菜等。对此,保健专家表示,一些不当的消暑方式恰恰是夏季肠胃疾病高发的主要原因。

保健专家表示,夏至时节,人体实际上处于外热内寒的状态,因此冷饮不宜多吃。少吃尚可,贪多则会伤脾胃,令人腹泻。

专家提醒:预防肠胃疾病,老人和孩子是重点。老人在夏季应注意饮食卫生,避免病从口入。水果、蔬菜要清洗干净,最好削皮吃。孩子要管住口和手,勤洗手,不喝生水,喝冷饮要适度。

出门看天



今日天气 全区晴天到多云,偏南风3级左右,温度22℃~37℃。
历史上的今天 1966年的

今天,市区最高温度41.9℃,是有气象记录以来该日气温的最高值。

人体舒适度预报 3级,感觉热。

紫外线强度预报 4级,强度强,外出注意防晒。

气象与健康 夏季人体水分和盐分流失较多,大家可以适量饮些淡盐水,但忌饮水过多。常

喝绿豆汤、赤豆汤,既能防暑清热,又能解毒开胃;常饮盐茶、菊花茶等,则有解暑热、爽身提神之功效。

23日 全区多云到阴天。
24日 全区多云。

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)

物理:针对题型特点 巧破难点疑点

□记者 李燕锋

物理学科应试需注意哪些技巧?市22中高级教师夏福建议:考前这几天,考生要注意对各种题型的解题技巧进行总结,以便在考场上攻破难点疑点。

选择题的应答 主要考查考生的判断能力和比较能力。考生可用两种方式:一、直接判断法:利用概念、规律和事实看准哪一选项是完全肯定的,将唯一的正确答案选出;二、排除法:如果不能完全肯定某一选项正确,则可肯定哪些选项一定不正确,先把它排除,在余下的选项中进行认真分析,最后确定一个选项。做选择题时,一定不要缺答,并注意是否要求选择不正确选项。

填空题的应答 考生要把握的原则是填空题不能空着,尽量填上。切记:不要忘记写单位;不要用分数表示最终结果,要用小数,如果除不尽的要保留一至两位小数;涉及物理名词时,不要出现错别字。对于有文字叙述的真

空题,一定要写出物理原理或知识点。填空题需要有较高的判断能力和准确的计算能力。对概念性的问题,回答要确切、简练;对计算性的问题,回答要准确,包括数字的位数、单位、正负号等,对比例性的计算千万不要前后颠倒。

作图题的应答 主要考查学生作图技能和应用方法解决问题的能力。作图题中,一类是定性的,另一类是定量的。对定性的作图要认真些,如画光路、力的图标中的箭头等要用直尺,不要太潦草;对定量的作图要准确,如力的示意图、杠杆力臂的表示等。画图题要使用铅笔、三角板。考生尤其要注意:光线是实线,要有箭头;平面镜前的光线用实线,镜后面的连线用虚线;电路图要规范,电流表和电压表的接线柱一定要正确,交叉相连的地方一定要画圆点;力的示意图、杠杆示意图、滑轮组绕线图一定要规范;认真审题,不要漏掉题目的要求,把要求的任务完成;注意力的方向和线段长短的关系。

实验题的应答 实验与探究题要认真审题,多与平时老师所讲有关知识、方法、类型题联系,以求获得突破。下结论时,注意扣题,控制变量法答出不变的量(即前提条件)。遇到阅读理解题时,要多读几遍,搞清题意,从文中寻找答案或对文中信息进行分析推理得到答案。

计算题的应答 要严格按步骤解题,有必要的文字阐述、利用的公式、代入数据和结果等过程。遇到一时没有思路的题目时,要先跳过去,等别的题都做完后,再回过头来,对数字运算的题目,应从已知条件开始,每用一次公式就代入一次数字,一步一步地解下去。在解题过程中,能画图的一定画图辅助解题,且数字与单位要统一。

洛阳市第22中学协办
备战中考
省高中课改实验基地
省体艺特色学校
电话:64948466—8808
13592018997

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	机建燃油费
洛阳飞往	北京 MU5696/5	每日	10:25	11:55	12:50	14:30	860	70
	MU5228/7	每日	21:30	23:00	19:10	20:40		
	上海 MU5390/89	每日	15:10	16:40	07:50	09:45	890	90
	广州 CZ3364/3	一三五	10:25	12:25	07:40	09:40	1410	50
	深圳 CZ3358/7	二六	22:20	00:20	19:30	21:25	1330	90
	大连 G52643/4	二四六	08:20	09:55	10:30	12:15	930	50
	杭州 G52718/7	二四六	12:50	14:30	15:10	16:40	910	50
	成都 G52712/1	二四六	17:00	18:50	19:35	21:00	850	50
	重庆 G52696/5	二四六	21:30	23:00	07:15	08:30	960	50
	拉萨 G52712/1	二四六	17:00	成都中转	成都过夜中转提前购票		1500	140
林芝 G52712/1	二四六	17:00	成都中转	成都过夜中转提前购票		1600	140	
西昌 G52696/5	二四六	21:30	重庆中转	重庆过夜中转免费住宿		920	80	
目的地	起飞时间	到达时间	单程票价(元)	往返票价(元)				
东 京	15:10	12:50	1840	2700				
名古屋	15:10	12:50	1840	2920				
冈 山	15:10	12:40	1940	3300				
大 阪	15:10	12:00	1840	2700				
首 尔	15:10	11:55	1280	2200				
吉隆坡	15:10	23:00	2420	3400				
新加坡	15:10	05:00	2750	3980				

污染指数	85
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

老年人记忆力受损与早老蛋白有关

法国科研人员最新发现,随着年龄增长,大脑中的早老蛋白的数量会随之增加,早老蛋白对神经具有损害作用,对老年人的记忆力造成损害。

专业人士建议中老年人无论是否患上老年痴呆症,都应积极预防记忆力减退。白云山“复方丹参片”成功引入国际一流的“高通量药物筛选技术(HTS)”,使有效成分科学配比,使疗效成几何倍数翻番,不但是一般心脑血管病患者的首选药物,还能多途径延缓脑衰老,改善记忆和认知功能,对预防和治疗老年

痴呆症有显著疗效,并获得防治老年痴呆专利。

白云山复方丹参片年产量80亿片,市场占有率60%以上。白云山和华中药斥资8000万元,与当地药店联手,在全国推出6600家“永不过期”的药店,凡购买白云山中药,均可以旧换新,这意味着白云山和华中药将“永不过期”。买白云山复方丹参片可自动加入神农俱乐部,免费享受“个人健康服务”基本服务。该药在我市开心人大药房等药店有售,免费咨询服务热线:800-830-2398

百姓一线通 66778866

互动方式:
★ 发送电子邮件至 lymsrx@163.com
★ 登录洛阳网《关注民生》频道留言

本版详细内容见洛阳网《关注民生》频道(www.lyd.com.cn/care)



“中原风采”福彩22选5开奖公告
第2010165期中奖号码
01 06 07 12 18

奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	5注	35897元
二等奖	492注	50元
好运二	410注	25元
好运三	287注	261元
好运四	3注	10825元

福彩3D游戏河南省开奖公告
第2010165期中奖号码
0 5 7

奖等	中奖注数	每注金额
单选	435注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	461注	160元

福彩“七乐彩”开奖公告
第2010071期中奖号码
基本号码:09 12 14 21 26 28 29 特别号码:30

奖等	全国中奖注数	河南中奖注数	每注金额
一等奖	0注	0注	0元
二等奖	19注	1注	13765元
三等奖	390注	20注	1341元

体彩“排列3、排列5”第10165期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	842	直选	5923注 1000元
		组选3	0注 0元
		组选6	7631注 160元
排列5	84219	39注	10万元

体彩超级大乐透开奖公告
第10071期中奖号码
07 12 26 30 32 02 07

奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	11注	500万元
二等奖	66注	12000元
三等奖	140注	6000元
四等奖	970注	3000元