

# 小心“假老师”进家长群骗钱

家长群里,孩子的老师突然通知收钱,身为家长的你,是交还是不交?日前,安徽省合肥市公安局反诈中心发布预警:遇到这种情况,还真得擦亮双眼——群里的这位可能是个假老师、真骗子。近日,当地发生多起不法分子冒充老师群内收钱、学生家长上当受骗的新型电信诈骗案件。

前不久合肥某中学一个家长QQ群内,“老师”发信息通知各位家长缴纳学习资料费、复印费共428元,并同时发送了微信收款二维码。随后多位家长进行了扫码付款,并截图留言

方便“老师”登记。事后家长们才发现,这个用户压根不是老师,学校并没有收钱,于是赶紧报警。警方初步核实,该群内共有20名家长受骗。警方表示,近期此类案件

在多地均有发生,不法分子的作案方式大多为潜入家长QQ群中,将昵称和头像改为与群中老师一致,冒充老师发消息,称需要交纳补习费或者资料费,并提供二维码,供受害者扫码付款。

对此,警方提示,遇有学校要求交纳费用的通知,应保持警惕,不要着急转账,应当先通过电话、短信、微信私聊等方式与老师本人进行核实。 /新华社

# 早餐前锻炼效果更好 脂肪燃烧量更大

英媒称,对于超重或肥胖者,建议采取锻炼的方式降低罹患II型糖尿病和心血管疾病的风险。最新研究发现,早餐前锻炼的人,锻炼中燃烧的脂肪量是早餐后锻炼者的两倍。

据英国《对话》杂志网站11月4日报道,为了解释清楚,或许了解一点有关胰岛素的知识会有帮助。胰岛素是一种帮助控制血糖水平的激素。餐后胰岛素的一个主要影响就是允许血液中的糖分运送到肌肉中,然后储存起来或用作能量燃料。

当人们缺乏锻炼变得超重或肥胖时,身体就必须产生更多胰岛素来产生这个重要效

果。换言之,身体对胰岛素的敏感度下降了。这也是超重者罹患II型糖尿病和心血管疾病的风险增加的原因之一。

锻炼对健康的好处之一就是它能改善我们对胰岛素的反应能力,从而帮助我们更好地控制血糖水平,即使我们看不到这种变化在发生。现在已经清楚,我们相对于锻炼的进餐时间对胰岛素反应可能非常重要。

研究考察了每周三次、每次在监督下骑自行车50分钟、锻炼6周后胰岛素的反应情况。在其中一个小组,男性超重或肥胖者早餐前(禁食状态)锻

炼,结果训练后胰岛素反应能力得到了改善。这就是说,他们只需产生较少的胰岛素就能控制血糖水平。这说明锻炼之后他们罹患II型糖尿病这类疾病的风险降低了。但是,早餐后进行同样锻炼的人并未显示血液胰岛素的反应有何改善。

早餐前锻炼的人,锻炼中燃烧的脂肪量是早餐后锻炼者的两倍。目前的证据表明:锻炼中燃烧的脂肪量增加可能说明了为何这个小组的人显示了健康收益得到改善。

关于禁食状态锻炼,有个常见的错误观念就是:以为增加脂肪燃烧量可以提高减肥效

果。但是,就减肥而言,最重要的因素是能量平衡,即摄入食物与饮料的能量减去身体消耗(部分通过锻炼消耗)的能量后剩下的能量。

有证据表明:短期内(24小时),相对于进食早餐和从事同样的锻炼,不吃早餐加上锻炼可能导致较负面的能量平衡。不过,也有证据显示:如果只是相对于锻炼的进餐时间得到改变(并非不吃早餐),那么即使燃烧的脂肪量不同,减掉的体重也是相似的。因此,锻炼中增加燃烧的脂肪量无助于减掉更多体重,除非能量平衡不同。 /新华社

# 火星上氧气水平季节性变化再成谜题

导致火星大气中甲烷水平周期性变化的原因尚无定论,氧气水平的变化又给科研人员带来了新的谜题。目前不能排除两者产生于生物过程的可能性。

12日发表在美国《地球物理研究杂志·行星卷》上的研究显示,火星盖尔陨坑上方氧气水平在火星春夏两季升高达30%,秋季降至正常水平,目

前已知的化学过程尚无法解释这一现象。研究人员说,好像某种东西制造了氧气,然后又将其拿走一样。

美国航天局“好奇”号火星车在约3个火星年(约6个地球年)的时间里分析了盖尔陨坑上方空气的组成和变化。结果发现,火星表面大气95%为二氧化碳,2.6%为氮气,1.9%为氩气,0.16%为氧气,0.06%

为一氧化碳。

研究显示,火星两极的二氧化碳气体会在冬季结冰,从而降低火星气压,春夏蒸发后又使气压升高,因此氮和氩等气体分子水平会随之发生变化,但氧气水平的变化无法用这一大气动力学过程加以解释,可能存在某种未知的化学来源。

美航天局和美国密歇根大学的研究人员排除了已知

的包括二氧化碳或水分子释放氧气等多种可能解释。研究人员推测火星土壤可能是春季氧气水平升高的来源,因为火星土壤中富含过氧化物和高氯酸盐等化合物。此前有实验表明,几十年前火星土壤会在潮热条件下释放氧气,但实验条件与火星春季的环境大不相同,同时也无法解释氧气水平下降等问题。 /新华社

## 专家称 澳林火肆虐同 气候变暖“相吻合”

澳大利亚东部近日林火肆虐,悉尼所在的新南威尔士州11日进入为期7天的紧急状态。澳火灾专家戴维·鲍曼12日接受记者采访时说,今年入春以来澳各地出现的林火规模之大前所未有,他认为这些火灾和全球气候变暖是“相吻合”的。

鲍曼是澳大利亚塔斯马尼亚大学火灾研究中心主任,在火灾研究领域有超过40年的研究经验。鲍曼对记者说,眼下正处于澳大利亚传统的林火季,有人可能认为这时出现林火并无特别之处,至于大风、高温和干燥气候等以前也都出现过,因此如果只是单独地看待这些气候条件,人们会觉得这些现象难以成为气候变化存在的证据。

鲍曼认为,虽然这些恶劣天气条件单独来看不足为奇,但多种极端天气同时出现,还伴随如此大规模的林火频繁发生就显示出澳大利亚的气候模式发生了变化。鲍曼说,现在消防人员最担心的是林火的蔓延速度,在大风和长期极端干燥的情况下,林火蔓延速度会更快并会出现跳跃现象。

据鲍曼介绍,值得关注的是,澳大利亚的雨林周边地区现在也出现了林火。这种地区通常非常湿润,不易发生火灾,但现在有迹象显示由于气候长期极端干燥,去年有热带雨林地区也发生过林火,而且现在正在重复去年的情况。他说,这种林火应该是很罕见的,但现在却成了一种常态,这很不正常。

鲍曼警告说,澳大利亚在目前的这种极端天气面前是非常脆弱的,鉴于目前的长期干旱和其他不利气候条件,今夏澳大利亚的林火可能将造成史无前例的人员和财产损失。 /新华社

**百姓网**  
简单,快速,搞得定!

**联系电话:18626624472**

找工作 找房子 找生活服务 买二手车

就上百姓网

**天天信息**

0431

**81916456**

请准备相关广告证件,拨打电话

《天天信息》是为信息供求双方提供便利的平台。请双方认真查验相关证件和手续的真实性、时效性。所有信息均不作为您鉴定合同或交易的法律依据,如有问题,本报概不负责。

特别提示:  
正文:6号准圆字体14字内为1条  
标题大字:小4号字大黑体8字内按二条正文计费  
标题特大字:小2号字大黑体4字内按三条正文计费

**抵账房急售**

天伦中央广场 23楼非顶,50平,售价51万元,23楼非顶80平,售价72万元

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

**四马路门市出租**

129平,实际可使用面积260平,年租金17万元

250平,实际可使用面积500平,年租金20万元

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

**通知**

李桂华同志:一、依据您个人人事档案记载,您的出生日期为1962年4月29日,已经在2017年4月29日达到了国家规定的法定退休年龄55周岁,应当按照国家相关规定办理退休。但您一直没有到相关部门办理退休手续,至今,二、由于社保局近几年在不断完善退休职工工资,为了不影响您退休后的待遇,现在单位再次通知您于2020年2月9日前到单位办理退休手续,逾期不办理,造成退休待遇发放迟缓或不能正常涨工资等后果由您自己承担。三、您的办公柜和锁在办公柜子里的私人物品,我们将原封不动挪放至单位仓库内,请您尽快取走。特此通知

**长春市福利工艺品厂 二〇一九年十一月十二日**

付文亨的普通话水平测试等级证书遗失,身份证号码220103198905200413,证书编号20122210041007980,申请补办。

郭倩君的普通话水平测试等级证书遗失,身份证号码220625199105182026,证书编号2211102000138,申请补办。

**长春市福利工艺品厂 二〇一九年十一月十二日**

长春市福利工艺品厂,税号22010466874785X,营业执照正本及税务登记证正本丢失,声明作废

朝阳区魏小妹妹小海鲜店将食品经营许可证副本丢失,许可证编号JY22010402421171-1,声明作废

宋世明将证号为:122060219940506的电工证丢失,即日作废,特此登报声明。

高新园区百鲜生鲜超市遗失食品经营许可证正本,证号:JY2201080126253,声明作废

李文娟将吉AY2224出租车服务监督卡丢失,声明作废

和贵遗失吉林工程技术师范学院三方协议,编号:1020420200727,声明作废

吉林和申房地产开发有限公司财务部专用章220104111328章胡金龙2201021737855丢失,声明作废

武警吉林总队长春市支队双阳区中队武警上尉李松遗失警官证,编号:武字第0020029号,声明作废

**大马路门市房出售**

151平 430万元,可以改成四层

75平 224万元,可以改成四层

**售房热线:13321587830、0431-89163555**

**独栋办公楼出售**

金融十六院 5A级独栋办公楼,售价980万

地址:生态大街与天普路交汇处,办公环境好,面积650平赠送地下室及6楼一层面积,合计使用面积1000平,一手手续。电话:13321587830

**声明公告**

长春市古今城锁商贸有限公司合用章丢失,编号2201031668838,声明作废

王希刚将远洋夏纳小锁T-103 契税收据丢失,特此声明作废

吉林省隆浩粮油贸易有限公司有限公 章一枚,现声明作废

纳税人:尤福东,营业执照正本丢失,注册号:220113004253,声明作废

纳税人:尤福东,税务登记证正本丢失,税号:332603196701254474,声明作废

长春市宽城区铭仁家具经销处营业执照正本丢失,注册号2201032413320,声明作废。

朝阳区聚新矿泉水经销处不慎将公章(2201041213821)丢失,声明作废

**声明公告**

吉林省亚飞汽车连锁销售有限公司(注册号:2200001007010)、吉林省亚飞汽车连锁销售有限公司新组家庭汽车商店(注册号:2200001007047)、吉林省亚飞汽车连锁销售有限公司汽车维修服务站(注册号:2200001008596)、吉林省亚飞汽车连锁销售有限公司车友俱乐部(注册号:2200001008636)上述公司营业执照、副本和公章不慎遗失,声明作废

吉林省群峰保险代理有限公司将大地交强险和商业险已使用单证业务联及财务联丢失,流水号分别为2111000180203012521-3012522;211122110101988526-1988528;特此声明作废

吉林省群峰保险代理有限公司将大地交强险和商业险单证丢失,共计25份,流水号分别为211000180203012523-3012535;211122110101988529-1988540;特此声明作废

**厂房场地租售**

卸土场 虎园南21公里 15144155555

**回收**

●高价收购冬夏虫草 D844888328

**老年公寓**

●桦甸人间600元租 8043129022

**声明公告**

**债权债务清算公告**

长春市晋网职业培训学校拟办理注销登记,请相关债权人45日内持证明材料到本单位清算组申报债权,逾期不处理的,按相关法规处理。

联系人:孙义雪  
联系电话:15643626668  
联系地址:长春市自由大路5188号7楼 特此公告  
长春市晋网职业培训学校 2019年11月14日

登报声明:严冬梅存档手册 35504 丢失作废

长春市宏星融资担保有限公司将编号为 2201051180921 的公章遗失,声明作废

南关区晋新矿泉水经销处不慎将公章(2201021073879)丢失,声明作废

赵贵乐于2019年11月11日晚将身份证丢失,身份证号220103198806284527,声明作废