健脑训练能让人“年轻”10岁？

在参加一项大脑健康训练后，来自美国圣安塞尔莫的牙医约翰·史密斯说：“我感觉自己的记忆力增强了，对问题的反应也更快了。”美国一项针对大脑健康训练的最新研究显示，每天1小时大脑训练可以使老年人在记忆力和头脑灵敏度方面年轻10岁。

延缓认知能力衰退

研究小组随机挑选524名65岁以上的健康老人参加测试。其中一半老人累计接受了近40小时大脑健康软件训练；另一半人则遵循传统建议，即老年人能从学习新知识中受益，利用电脑累计接受了40小时知识教育。之后，研究人员运用标准化临床检测手段衡量两组老人的记忆力变化。第一组老人的记忆力进步显著，相当于大脑年轻10岁，在记忆力各项衡量指标上远超第二组。

这项研究由南加州大学安德鲁斯老年医学研究中心的伊丽莎白·泽林斯基组织。她19日说：“我们发表这些重要研究成果，是为了通过老年医学专家向社会传递这样一个信息，即认知能力衰退并非人年纪大带来的不可避免的结果。尽管岁月不饶人，但设计巧妙的认知训练确实能帮助老年人增强大脑活力。”

独立生活能力提高

“从一名研究者的角度看，研究结果令人十分振奋，”泽林斯基说，“参加训练的老人记忆力进步明显，且他们在生活中感受到了切实的进步。”四分之三参加这个训练的老人称，他们生活中出现了一些可喜变化，表现在各个方面，如能用脑而不是用笔记住购物清单上的物品，能在嘈杂的餐厅里清楚听到别人的谈话，以及感觉更独立、更自信、更有活力。参加训练的马琳·艾伦说：“我参加这个训练后记忆力大有进步，精力也更充沛。”

这项被称为“大脑复兴”的软件包括旨在提高人记忆力、注意力和听力的训练。同行评议显示，这项训练还可使人的精神状态和头脑灵敏度方面年轻10岁。

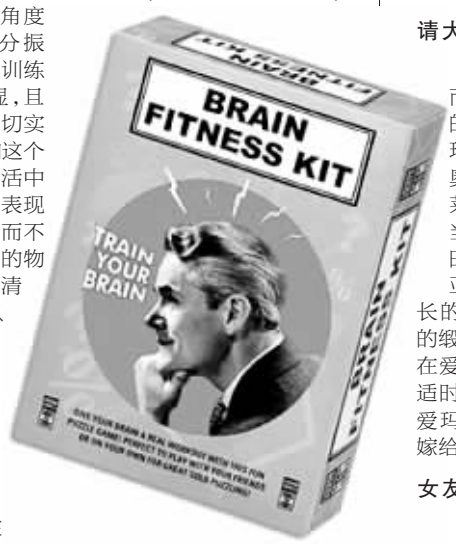
这是美国首个向大众推广的改善老年人记忆力软件。开发这一大脑训练软件的Posit Science公司称，这项训练可使大脑处理信息的速度比原先快131%，即大脑在接收和处理信息（比如谈话）时速度比原先快两倍多。

训练听力增强记忆

该公司研究及成果部副总裁亨利·曼克博士说，这套软件采用了不同寻常的开发渠道——通过听力训练增强记忆。训练中，人们听到的音节越来越短促，这使得大脑必须加快对外部声音的处理速度。通过训练，人们逐渐能够辨别更短促的声音，这有助于大脑在处理外界信息时表现更出色。该公司希望能把这一软件运用到帮助治疗痴呆症早期患者等方面。

但纽约大学西奈山医学院老年问题研究专家马修·夏皮罗提醒准备购买这款软件的人们不要太过乐观。“想改善记忆力，需要非常努力地高度集中注意力，”夏皮罗说，“如果真的可以做到这一点，人们的确可以看到记忆力的改善，但是不会有奇迹般的变化。”

任意（新华社供本报特稿）



健脑训练真这么神？

“大使”献上戒指

大象充当爱的使者 帮助英国男子求婚

英国兰开夏郡布莱克浦市25岁男子奥利弗·汤普森希望通过一个离奇的方法向23岁女友爱玛求婚，于是他请一只6吨重的动物园大象充当“求婚使者”，用长长的象鼻将一条系着戒指的缎带送到了女友手上。当爱玛接过缎带时，奥利弗适时跪下一膝，递上钻戒进行求婚。女友爱玛被这一幕惊得目瞪口呆，热泪盈眶的她幸福地答应了男友的求婚。

请大象充当“求婚使者”

奥利弗在IT业工作，而爱玛则是一家眼镜店的光学助理。日前，在爱玛的生日即将来临之际，奥利弗请爱玛一起到布莱克浦动物园看大象，当爱玛在大象园中游玩时，一只名叫玛赛拉的亚洲象走了过来，用长长的象鼻将一条系有戒指的缎带交到了爱玛手上。就在爱玛困惑不解时，奥利弗适时跪下一膝，将钻戒递到爱玛的跟前对她说：“你愿嫁给我吗？”

女友惊呆接受求婚

爱玛被眼前发生的一切惊呆了，她激动得眼泪夺眶而出，幸福地答应了男友的求婚。爱玛称，她做梦都没想到男友竟会请大象充当“求婚使者”，爱玛说：“这真是一个有趣的求婚，它太令我惊讶了。我们以前曾经谈论过结婚，但我从来没有想到他会以这样的方式向我求婚。大象是我最喜爱的动物，当奥利弗今天早晨请我到大象园游玩的时候，我真是高兴极了。这些大象很温和，它们允许我喂它们，抚摸它们。就在这时，一只名叫玛赛拉的大象走过来交给我一条缎带，一开始我并没有看到上面系着的戒指。当我回头朝奥利弗微笑时，我看到他打开一只盒子，又拿出了一只钻戒。”

奥利弗说：“为了这场求婚，我已经准备了三四个星期了，我非常紧张。为防万一，大象送给爱玛的缎带上的那只戒指是从礼品店中买来的便宜货，而真正的求婚戒指仍然装在我口袋里。当大象将缎带交给爱玛时，我立即跪下掏出钻戒向她求婚。”

“求婚使者”还是“画家”

布莱克浦动物园市场部经理朱迪·罗斯威尔说：“我们经常接到游客的请求，他们希望和朋友一起到大象园与大象零距离度过一天，作为送给朋友的生日礼物。但我们还是第一次遇到情侣在大象园中求婚的事。当奥利弗问我能否让一只大象充当‘求婚使者’帮他求婚时，我立即和大象管理员商谈了一下，大象管理员说，亚洲象玛赛拉擅长将游客掉下的东西捡起来交给游客，所以我们安排奥利弗在玛赛拉面前扔下那条系有戒指的缎带，玛赛拉于是将这条缎带捡了起来，交到了和奥利弗在一起的爱玛的手中。为了防止玛赛拉不小心将戒指吞下肚，我们在缎带上使用了一只从礼品店买来的装饰戒指，因为如果大象将奥利弗真正的求婚钻戒吞下肚，我们必须等待24小时，才能重新找回这枚戒指。”

作为“求婚使者”的玛赛拉同时还是一名“画家”，罗斯威尔说：“为了让奥利弗和爱玛记住这特殊的一天，我们还将玛赛拉画的一幅画送给了他们留作纪念。”

奥利弗和爱玛计划在明年10月正式结婚，然后一起到泰国去度蜜月。

综合

穆沙拉夫可能本周辞军职

巴基斯坦最高法院19日撤销了挑战佩尔韦兹·穆沙拉夫总统竞选连任有效性的主要诉讼，为穆沙拉夫辞去军职、以文职身份就任总统扫清了一大障碍。英国媒体同一天报道说，穆沙拉夫已决定在本周日之前辞去陆军参谋长一职。巴基斯坦政府随后在20日宣布释放反对派支持者。

巴内政部发言人奇马20日宣布，政府近几天已经释放了3416名在紧急状态下被捕的律师和反对派活跃分子，很快还将释放2000多人。他说：“一些人受到刑事指控，目前法院正在审查他们的案情。”

巴基斯坦最高法院由10名法官组成的法庭19日继续审理穆沙拉夫竞选连任案。大约两个小时后，法庭裁决，撤销6个诉讼中的5个，余下的一个诉讼将在周四（22日）审理。

据巴联合通讯社报道，提起诉讼的人民党副主席阿明·法希姆提出无条件撤回起诉。另一名提起诉讼的前最高法院法官瓦济胡丁·艾哈迈德也表示，由于首席大法官已经易人，他也撤回诉讼。

今年10月2日，角逐总统选举的瓦济胡丁·艾哈迈德和阿明·法希姆向最高法院提起诉讼，认为根据宪法，兼任陆军参谋长的穆沙拉夫没有资格参加新一届总统选举，并要求选举延期。最高法院同月5日裁定选举如期举行，但最终结果将在法院作出关于穆沙拉夫参选身份合法性的裁决后公布。次日，穆沙拉夫赢得总统选举。

《泰晤士报》援引接近穆沙拉夫的消息来源说，一旦最高法院22日对最后一个诉讼作出有利裁决，有迹象显示穆沙拉夫希望能在22日或周日前脱下军服，穆沙拉夫的法律团队成员穆罕默德·阿里·赛义夫19日也乐观表示，最高法院的裁决为穆沙拉夫继续执政5年“扫清了障碍”。

冯武勇

（新华社供本报专稿）

项目招商

一、招商单位

南京交通产业有限责任公司，是由南京市交通建设投资控股（集团）有限公司、南京公路发展（集团）有限公司共同出资设立的国有企业，主要经营管理交通基础设施相关产业资源，投资具有成长性的非交通基础设施项目。

二、招商项目

（一）和燕路258号综合楼

楼体情况：建筑面积5340平米，占地3500平米。1998年竣工，6层，钢混框架结构，拥有独立院落和绿化，可停车25辆。

位置：项目位于和燕路黄家圩路路口与十字街路口间，距离迈皋桥商业中心900米，距火车站1000米，距中央门商业中心1900米，距中央门汽车站2000米。

交通：项目南30米处为地铁红山动物园站，门前10米处为8条公交线路：8路、30路、54路、64路、72路、76路、77路和南州线的共用红山车站，以上公交车乘一站即可到达迈皋桥，距离35路总站100米，乘地铁一站即可到达南京火车站。

配套：大楼设有中央空调、2部电梯和热水锅炉，楼下设有餐饮、银行、超市等配套设施；同时紧邻南京武警医院。

项目总体情况：交通便利、配套完善、具有较强的改造空间和使用性。

招商形式

灵活的经营开发形式，形式多样、对象不限，包括承包经营、租赁经营、长期经营、联合开发经营等。

联系人：

姜旸 13913930335

办公电话：025-86371383

（二）项目名称：1、雍六高速公路龙池服务区

项目概况：雍六高速公路龙池服务区位于雍六高速龙池地段，建成于2001年，分南北两侧，用地面积共计32742M²，是集餐饮、超市、加油、汽修等多功能为一体的综合型服务区。

招商内容：由投资者出资在原有土地范围内对龙池服务区进行改扩建，由此获得龙池服务区除加油站之外的若干年经营权转；同时，投资者在经营期内每年向业主单位交纳一定的管理费用。

项目名称：2、南京绕城公路铁心桥服务区

注：南京绕城公路是连接南京三桥、宁杭高速、机场高速、沪宁高速、南京二桥等南京进出境交通线路和枢纽的主要环线。

招商内容：

招商项目	位置	建筑面积M²	备注
宿舍楼	北区	1230	整体（三层）
办公楼	北区	1630	整体（三层）
办公楼	南区	1354	负一层
综合楼	南区	1343	三楼
综合楼	南区	376	四楼
土地开发	南北服务区商业	约22亩	

招商形式

灵活的经营开发形式，形式多样、对象不限，包括承包经营、租赁经营、长期经营、联合开发经营等。

联系人：

杨春强 13338603886

办公电话：025-86371395

24 4008-889933

车王共鉴——

瑞鹰穿越可可西里藏北无人区凯旋

8月20日—8月23日，26个日夜，15辆江淮瑞鹰，13000公里，25位勇士组成的冠军车队，由上海冠军车手一义凡领队穿越了可可西里藏北无人区并进达珠穆朗玛。瑞鹰以全球表现出色的DO-C双顶置凸轮轴2.4升全时四驱动力技术，配合江淮汽车40年精心钻研的底盘悬挂工艺，为前所未有的穿越恶劣环境以太强的力量。

量贵新款汽车，玩超神游戏，开瑞鹰巨惠，还有68快好礼等你来拿。详见www.4x4pmc.cn

一家亲 10万公里 瑞鹰全时四驱

金秋十一月“1234”购车特别礼：

1.一张8.5折售后服务保险免费卡 2.二次新车免费保养

3.三次市内免费洗车 4.4000元购车超值大礼包

江淮瑞鹰南京汇通特约销售服务店

销售专线：025-52409666 13382033050

售后服务专线：025-57908818 4S店地址：大明路595号

特约经销商 镇江江南：0511-88785888 丹阳广胜：0511-6918666

JAC