

春季沙尘多发,如何做好健康防护?

春季是我国北方沙尘天气的高发季节。沙尘天气下,污染物可直接对人体产生不同程度的刺激症状或过敏反应,沙尘颗粒还可引起多种呼吸系统疾患。

沙尘天气是指强风从地面卷起大量沙尘,使空气混浊、大气能见度降低的一种天气现象。沙尘天气下,沙尘等污染物可通过眼、鼻、喉等黏膜组织及皮肤,直接对人体产生不同程度的刺激症状或过敏反应,还会诱发心血管、呼吸系统、中枢神经系统和免疫系统疾病,影响人体健康。沙尘天气时,由于空气干燥,易出现唇裂、鼻子和咽喉干痒等情况。

老年人、儿童、孕妇、患有呼吸系统疾病及心血管疾病的人群是敏



感人群。沙尘天气时,上述人群应尽量避免外出,如果发生慢性咳嗽伴

咳嗽或气短、发作性喘憋及胸痛时均需尽快就医。因职业需要必须在室外活动的人群,如交警、环卫工人、建筑工人等,应做好个人防护措施。

沙尘天气应多喝水、多吃富含维生素的蔬果,保持呼吸道通畅以及湿润,缓解咽喉的不适症状;及时关闭门窗;条件允许时,打开加湿器和空气净化器;使用湿墩布拖地、湿抹布

擦拭等方法清理灰尘,保持室内清洁;尽量减少户外运动和体力消耗较大的工作,并采取相应的防护措施。

如需外出,应佩戴N95或KN95等颗粒物防护口罩,减少风沙对呼吸道造成损伤;可佩戴防风镜,避免风沙对眼睛造成损伤;如有风沙进入眼睛切忌用手搓揉,应尽快用流动的清水冲洗或滴眼药水,若仍有不适应及时就医;可佩戴帽子、纱巾等防尘用具,用纱巾包围头部,避免风沙对皮肤、头发、耳朵等造成损伤;外出回来应立即洗手、洗脸,用清水漱口,清理鼻腔;有条件的可洗浴并及时更换衣物,保持身体洁净舒适。

(据人民网报道)

减脂瘦身 试试这几款养生茶

中医认为,肥胖多与饮食不节、嗜卧少动、先天禀赋不足等有关,病机主要是阳气虚衰、痰湿偏盛。温州市龙湾區第一人民医院主治中医师项云云推荐3款瘦身养生

茶饮。

茯苓山楂茶:茯苓10克、山楂10克、玫瑰花5克,放入锅中加水煎煮,代茶饮,祛湿舒肝、消食,适合大部分减脂人群。

陈皮玉米须茶:陈皮5克、玉米须5克、荷叶3克,放入锅中加水煎煮,代茶饮,理气祛湿、利尿消肿,适合湿热体质的减肥人群。

荷叶薏仁山楂茶:干荷叶5克、

薏米(炒)10克、山楂(炒)3克,放入杯内加入适量开水,加盖焖5分钟即可,祛湿健脾、轻身,适合脾虚湿重的减肥人群。

(据《新京报》)

分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)

郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗! 否则后果自负。

广告刊登电话

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

内蒙古建华食品有限责任公司百羽鸡蛋产业园项目环境影响评价第二次公示

一、建设项目概况:项目建设地点乌兰察布市卓资县卓资山镇岱青村;本项目占地面积为10公顷;建设8栋蛋鸡舍;4栋有机肥加工车间、成品蛋库一座、蛋品加工车间一座、饲料库一座(内含饲料加工)等及配套辅助设施,建成后蛋鸡年存栏量200万只,鸡蛋日产量100t。总投资:13500万元。

二、公开信息:环境影响评价报告书链接:https://pan.baidu.com/s/16hUPKo6w9iHLGr-MhgV63A 提取码: n12t

建设单位及联系方式:建设单位:内蒙古建华食品有限责任公司;联系人:吕伟东;联系电话:13314725299

索取查阅期限:本公告发布之日起10个工作日。

征求意见的公众范围为拟建项目环境影响评价范围内的公民、法人和其它组织意见。

公众可自行下载公众意见表并填写,联系建设单位。

公众意见表链接: http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx, 公众意见起止时间自公示之日起10个工作日。

内蒙古建华食品有限责任公司 2024年4月3日

蒙西-京津冀±800kV特高压直流输电工程环境影响报告书征求意见稿公示

为保障公众环境知情权、参与权、表达权和监督权,依据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令4号),现公开下列信息,征求与该建设项目环境影响评价有关意见。

一、环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径:(一)环境影响评价报告书征求意见稿全文网络链接:国网内蒙古东部电力有限公司网站: http://www.sx.sgcc.com.cn;国网河北省电力公司网站: http://www.sx.sgcc.com.cn;国网河北省电力有限公司网站: http://www.he.sgcc.com.cn;(二)查阅纸质报告书的方式和途径:公众可前往如下单位查阅:国家电网有限公司特高压建设部计划处(地址:北京市西城区宣武门内大街6号西单银座);中国电力工程顾问集团中南电力设计院有限公司(地址:湖北省武汉市武昌区中南二路12号;联系电话:027-65262745);中国电力工程顾问集团西北电力设计院有限公司(地址:陕西省西安市雁塔区团结南路22号;联系电话:029-88357334);中国电力工程顾问集团华北电力设计院有限公司(地址:北京市西城区黄寺大街24号;联系电话:010-59385122)

二、征求意见的公众范围:征求意见的公众范围为环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织关于本工程环境影响和环境保护方面的意见和建议。涉及其他拆迁、财产、就业等与建设项目环境影响评价无关的意见或者诉求,不属于建设项目环境影响评价公众参与的内容,公众可以依法另行向其他有关主管部门反映。环境影响评价范围之外的公民、法人和其他组织也可提出宝贵意见。

三、公众意见表的网络链接:同环境影响评价报告书征求意见稿全文网络链接。

四、公众提出意见的方式和途径:公众若有与本项目环境影响有关的建议和意见,请按上述网络链接下载填写《建设项目环境影响评价公众意见表》,将填写好的表格按如下方式邮寄、传真或邮件至建设单位。公众提交意见时,应当提供有效的联系方式。鼓励公众采用实名制方式提交意见并提供常住地址。建设单位:国家电网有限公司(特高压建设部计划处);地址:北京市西城区宣武门内大街6号西单银座;邮编:100031;联系人:陈先生;传真:010-66598501;E-mail:sgcctgy@126.com

五、公众提出意见的起止时间:自2024年4月2日起十个工作日内。特此公告。

国家电网有限公司

关于公司公告被伪造的法律声明

近日有人在未经我公司同意的情况下,伪造我公司印章。现我公司郑重声明如下:

1.我公司现存仅有一枚公章,从未授权任何单位和个人再刻制另一枚公章,其他来历不明的公章均为假冒、私刻。2.该假公章无权代表本公司经营行为,凡是加盖该假公章的一切文件、文书,本公司概不认可,一切法律责任由违法行为人自行承担,特此声明。

内蒙古金剑文化发展有限公司 2024年4月1日

声 明

内蒙古坤和房地产开发有限公司从未委托任何第三方公司和个人收取租金、房款、押金、定金、订金等费用,特此声明。

声 明

2023年8月13日夜晚因四楼房屋漏水导致鄂尔多斯市铭航环保科技有限公司环境实验室涉水,造成实验室设备损坏,实验数据丢失,纸质原始记录档案水泡,由此造成我单位所出具报告原始记录无法溯源,由此给公司及法人带来的法律风险具有不可抗拒性,我公司及法人不能承担由此造成的法律责任,特此声明。

鄂尔多斯市铭航环保科技有限公司 2024年4月3日

声 明

陈丹(152632199710201210)、孙世东(152324199412162819)因你们旷工,不参与生产;石宇(15012219920808263X),因你违反用人单位规章制度和劳动纪律,你与我公司签订的劳动合同已解除。

内蒙古赛雅人力资源服务有限公司 2024年4月3日

关于与梁海燕同志解除人事聘用合同的公告

梁海燕同志,因你请病假到期且逾期多日未到岗上班,也未履行相关续假手续,并与本单位失去联系。根据人社部《事业单位人事管理条例》第十五条之规定,我单位对你已作出解除《呼和浩特市事业单位聘用合同》的决定。经多次与你联系未果,请你自本公告刊登之日起30日内到单位人事部门办理相关手续。逾期,后果自负。

特此公告。

联系电话:0471-6218480

呼和浩特市新城区教育局 2024年4月3日

内蒙古股权交易中心有限责任公司挂牌项目公告

内蒙古股权交易中心有限责任公司接受内蒙古日信投资(集团)有限公司委托,公开转让内蒙古源创绿能节能环保产业创业投资合伙企业(有限合伙)20%份额,具体事宜如下:

一、标的基本情况:标的公司成立于2014年12月,公司经营主要为节能环保及相关领域的股权投资、创业投资咨询业务,为创业企业提供创业管理服务。本次转让行为已经内蒙古自治区主管审批同意。经备案的评估报告显示:截至2024年3月31日,标的公司资产总额为9065.03万元,负债总额为918.26万元,全部股权价值的市场价值为8146.78万元。本次转让股份对应的评估价为1296.48万元。

二、转让底价:1310万元

三、公告期限:2024年4月3日

四、联系方式:闫冬梅 18547110262

声 明

南京市消防工程有限公司包头分公司(统一社会信用代码9115020469529464R)已于2023年11月8日变更负责人并经过工商公示,陆文兴已不再担任该分公司负责人,其无权代表我公司及包头分公司,该分公司原公章、财务专用章、负责人印章、合同专用章、发票专用章等印章已作废,特此声明。任何与南京市消防工程有限公司包头分公司有业务往来的单位,请及时与我司联系(联系人:潘建,联系电话:13382067465,联系邮箱:xmfwb@njxf.cn),因上述作废印章及原负责人(陆文兴)签字盖章产生的一切行为,非经我司追认,不产生任何法律效力,特此声明。

南京市消防工程有限公司 2024年4月3日

不动产证书遗失(灭失)声明

石林豹因保管不善,将产权证号蒙(2021)土默特右旗不动产产权证0004359号坐落于土右旗萨拉齐镇东胜街华科花园一期1号楼020217号,面积49.82平方米的不动产产权证遗失(灭失),根据《不动产登记暂行条例实施细则》第二十二条的规定申请补发,现声明该不动产证书声明作废,特此声明。

减资公告

根据股东会决议,内蒙古春普信息技术服务有限公司(统一社会信用代码91150105MA0N5DH842)拟将注册资本从人民币500万元减少至50万元,现予以公告,债权人可自本公告发布之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保。

遗失声明

●内蒙古哲瀚企业管理咨询服务有限责任公司遗失银行存款人查询密码纸,核准号J1910015555802, 账号151899991010003142144,开户银行:交通银行股份有限公司呼和浩特市振浩支行,声明作废。●扎兰屯市振浩养殖专业合作社遗失公章(编号1507830100279)及法人(李成然)章各一枚,声明作废。

●不慎遗失鲁雅琪(母亲:潘有娥,身份证号360622198803190725;父亲:鲁志建,身份证号360622198609203932)出生医学证明,性别:女,编号:O150041177,出生时间2014年2月28日,声明作废。●内蒙古同宏宏业有限公司的开户许可证遗失,核准号:J193003084702, 账号8600015416000908,开户银行:乌海银行大众支行,声明作废。●张阁华遗失道路运输经营许可证副证,证号G32050066661132,声明作废。●谢雨欣遗失长春科技学院口腔医学专业2023年毕业专科毕业证书,毕业证书编号:136061202306000887,声明作废。●呼和浩特市回民区蒙平新蔬菜经销部遗失营业执照正本、统一社会信用代码92150103MA0PWKJ34J,声明作废。●刘国珍遗失医师执业证书,证书编号110150103000912,执业类别:临床内科专业,声明作废。●刘玉忠(身份证号150105196701102016)遗失购买呼和浩特市赛罕区东喇嘛营村宅基地交款收据,收据No.0051284,金额:10000元整,日期2001年12月28日,声明作废。●内蒙古中国旅行社有限责任公司遗失旅行社业务经营许可证副本,许可文号:内文旅市场管理许(2020)11号,声明作废。●内蒙古吉德兰城业有限公司(代码911501055888211081)公章已销毁,印章销毁证明丢失,声明作废。●高女士不慎遗失父亲(额尔敦布和)骨灰存放证,证号:2-2-132,声明作废。●土默特右旗龙门万通网络服务部遗失营业执照副本(统一社会信用代码91150221MA0N2EBP1G)及公章一枚,公章无编号,声明作废。●乌拉特前旗静升商贸有限责任公司(统一社会信用代码91150823MA0MYWQA7N)的营业执照正本及公章财务专用章和法人章(吕东生)各一枚遗失,声明作废。●雷蕾不慎将高永生存放在呼和浩特市慈安园的骨灰寄存证遗失,寄存架位号30-7-4,编号W20211208002,声明作废。

●吴海涛遗失位于绿地三期六号地下车位297购买合同及收据,收据号00403821,开票时间2011-8-28,金额140000,特此声明。●王黎(身份证号152101197205060655)遗失内蒙古自治区建筑学校毕业证书,专业:建筑学,毕业年限1992年7月,声明作废。●阿利玛遗失记者证,证号G32050066661132,声明作废。●谢雨欣遗失长春科技学院口腔医学专业2023年毕业专科毕业证书,毕业证书编号:136061202306000887,声明作废。●呼和浩特市回民区蒙平新蔬菜经销部遗失营业执照正本、统一社会信用代码92150103MA0PWKJ34J,声明作废。●刘国珍遗失医师执业证书,证书编号110150103000912,执业类别:临床内科专业,声明作废。●刘玉忠(身份证号150105196701102016)遗失购买呼和浩特市赛罕区东喇嘛营村宅基地交款收据,收据No.0051284,金额:10000元整,日期2001年12月28日,声明作废。●内蒙古中国旅行社有限责任公司遗失旅行社业务经营许可证副本,许可文号:内文旅市场管理许(2020)11号,声明作废。●内蒙古吉德兰城业有限公司(代码911501055888211081)公章已销毁,印章销毁证明丢失,声明作废。●高女士不慎遗失父亲(额尔敦布和)骨灰存放证,证号:2-2-132,声明作废。●土默特右旗龙门万通网络服务部遗失营业执照副本(统一社会信用代码91150221MA0N2EBP1G)及公章一枚,公章无编号,声明作废。●乌拉特前旗静升商贸有限责任公司(统一社会信用代码91150823MA0MYWQA7N)的营业执照正本及公章财务专用章和法人章(吕东生)各一枚遗失,声明作废。●雷蕾不慎将高永生存放在呼和浩特市慈安园的骨灰寄存证遗失,寄存架位号30-7-4,编号W20211208002,声明作废。

●本人王刚、韩佩不慎将内蒙古晟基置业有限公司开具的香格里拉小区二期3-1-1602号房屋购房收据丢失,2016年10月28日开具,收据金额人民币叁万元整(¥30000元);2017年1月4日开具,收据金额人民币壹拾陆万捌仟肆佰陆拾叁元整(¥128463元);2018年1月8日开具,收据金额人民币壹拾万元整(¥100000元),特此声明上述叁张票据作废。●内蒙古宝利汇名品商贸有限公司(统一社会信用代码91150103MA0RQW0BJ)遗失财务章一枚,声明作废。●不慎将内蒙古嘉泰物业服务有限公司开具给中国建筑第八工程局(呼和浩特市历史博物馆项目)的内蒙古增值税专用发票(发票联、抵扣联)遗失,发票代码1500214130,发票号04866273,金额90829.28元整,开具给中国建筑第八工程局(呼和浩特市历史博物馆项目)的内蒙古增值税专用发票(发票联、抵扣联)遗失,发票代码1500214130,发票号04866273,金额90829.28元整,特此声明。●内蒙古青瑞商贸有限公司(统一社会信用代码91150105MA7F5LEP13)遗失公章一枚,声明作废。●内蒙古恒阳建筑工程有限公司于2019年8月5日委托呼和浩特市四方工程质量检测试验中心出具的土默特右旗水晶城南商住楼续建9#住宅楼工程实体检验检测报告,报告编号SF-ST-2019-000599,不慎丢失,特此声明。●内蒙古青瑞商贸有限公司(统一社会信用代码91150602MA7G915C6T)的公章丢失,声明作废。●内蒙古青环建设集团有限公司项目经理郭云峰同志因个人原因将以下公司收据丢失:收据编号7421987(三联,红联已盖公司财务章)编号0126185、0126186、0126187(各三联,红联已盖公司财务章)现声明以上收据全部作废。