

冬天怎么穿最保暖？

最近,较强冷空气影响我国大部地区。面对降温,保暖穿搭自然不能少。最近“羽绒服里穿短袖更暖和”的话题引发许多网友关注,不少人直呼学到了“冷知识”。究竟怎么穿才更暖和?

其实,“穿得越多越暖”是一个误区。穿衣保暖的关键在于有一定的厚度,并且有足够的空气层。

空气层是指衣服和人体之间有空气间隙。由于人体不断散热,会把空气慢慢加热,此时,空气便

起到保暖层的效果。

那么,是不是层数越多,衣服里存的空气就越多,整体的保暖性也就越强了呢?

我们可以把人体想象成一个圆柱体,衣服件数越多时,每件之间会出现新闻隙,新闻隙又能容纳空气——最终就会造出一个很厚重的空气层。

事实上,当空气层太厚时,从内至外就会产生比较明显的温差,而这就会导致空气流动产生“热对

流”。一旦发生“热对流”,热量的流失反而会更快。

除了温差导致“热对流”,层数太多还会把空气层挤薄。当层数超过某个值后,衣服层与层之间的空气存量反而会随着衣服层数的增加而减少。

特别是在户外走动时,衣服随着身体动作出现相互摩擦、挤压,这会加速衣服间空气层流动,加剧热量散失。

根据这个原理,在寒冷的冬天可以参考“三明治”穿搭公式:

滑雪当心“雪盲症”!

冰川、雪地、海面或沙漠等地区,由于反射光的紫外线含量增高,眼睛长时间大剂量地暴露在紫外线下也会受到损伤。”黄映湘说。

首都医科大学附属北京友谊医院眼科主治医师孟博说:“紫外线可能会导致角膜上皮脱落,上皮间的神经末梢暴露,这是眼睛出现剧烈疼痛的原因。一般疼痛症状可持续6~8小时,而后逐渐减轻,约2到3天可完全恢复。”

专家介绍,电光性眼炎的主要

●外层选择羽绒服、棉服、羊绒大衣、冲锋衣等有一定抗风能力的衣服,如果衣物本身可制造空气层更佳。

●中层采用柔软、蓬松的摇粒绒、抓绒、薄羊绒、羽绒内胆等再制造空气层。如果外套本身就比较保暖,且比较抗冻,可以直接去掉中层。

●内层选择吸湿透气的贴身保暖内衣、速干衣、瑜伽衣等,可以迅速透湿透气,避免湿气在衣物内积攒,影响外层的蓬松度降低保温性能。(据央视报道)

入冬以来,医院眼科急诊经常会遇到一批特殊的患者。他们的眼睛出现疼痛难忍、泪水不断、睁眼困难等症状。当医生询问病情时,多数患者都有近期滑雪的经历,且未佩戴防护镜。专家提示,这可能是患上电光性眼炎,也就是常说的“雪盲症”。建议在滑雪时一定要佩戴好防护镜,保护好眼睛,避免电光性眼炎的发生。

首都医科大学附属北京友谊医院眼科主任医师黄映湘介绍,电

光性眼炎是由于受到紫外线过度照射所引起的眼结膜、角膜的损伤。其主要临床表现包括眼睑、结膜红肿,剧烈的异物感和疼痛,怕光、流泪和睁眼困难,发病期间还会有视物模糊的情况。

众所周知,进行电焊或气焊时,会产生大量紫外线,如不戴防护镜或防护面罩,会引起眼部损伤。“相比于电焊,自然环境中的紫外线强度要低很多,但是在高山、

治疗措施包括减少用眼,最好闭眼休息,或应用促进角膜上皮修复的药物、抗生素眼药水及眼药膏。

黄映湘提示,不要为了止痛就滥用表麻药,表麻药有刺激性,会妨碍角膜上皮的生长。因此如果眼睛疼痛,能忍受就尽量不要频繁使用。眼部症状一般1天后就会明显好转,损伤的角膜上皮2到3天也可完全愈合,因此不必过度担心。(据新华社报道)

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:本栏各类信息,如要提交押金或预付款时,务必小心,敬请广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,负责后果自负。

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

友情提示
新城区闻都广告设计服务部为《北方新报》分类广告独家代理方,其余任何自称《北方新报》或使用与《北方新报》近似名称的单位、网站及个人开展广告业务均与我单位无关,请广大客户注意甄别,避免带来不便和经济损失!
咨询电话:0471-6659562
《北方新报》编辑部

关于集中清理有关债务事宜的公告

原呼和浩特市公路局有限责任公司(现内蒙古交科路桥建设有限公司)对附件所列债权人存在部分尚未偿还的债务,内蒙古交科路桥建设有限公司拟予以集中清理,现敬告附件所列债权人:请于公告发布之日起[30]个自然日内联系内蒙古交科路桥建设有限公司(联系人:【褚子良】;联系电话:【18748199971,0471—3390868】)办理有关债务清理事宜,超过该期限者,内蒙古交科路桥建设有限公司将不再办理此事务,由此导致的不利后果均由债权人自负。

内蒙古交科路桥建设有限公司 2024年12月16日

序号	债权人名单	序号	债权人名单
1	呼和浩特市回民区锦途安全器材经销部	10	天津市津艺圆重型机械制造有限公司
2	呼伦贝尔市弘盛建筑安装工程有限公	11	乌兰察布市嘉苑劳务分包有限公
3	兴安盟信诺公路工程试验检测咨询有限	12	乌兰察布市致信嘉和科技有
4	陕西西力朋筑养路机械设备有限公司	13	中海瑞福祥石油(大连)有
5	陕西中大机械集团湖南中大机械制造有限公司	14	赛罕区弘图仪器设备经销部
6	远鹏煤炭经销处	15	衡水建硕工程橡胶有限公司
7	鞍山市鸿泰机械工程有限公司	16	金桥开发区勃盛工程施工队
8	呼和浩特市回民区海利鑫建筑器材租赁站	17	内蒙古俊腾汽贸有限公司
9	内蒙古沙谷丰林环境科技有限公司	18	内蒙古泰可建筑工程有限公司

金桥产业园综合停车场建设项目等四个项目社会稳定风险评估情况公示

根据内蒙古自治区党委办公厅、自治区人民政府办公厅关于印发《内蒙古自治区重大决策社会稳定风险评估实施办法》的通知(内党办发〔2021〕7号)文件要求,现将项目有关情况予以公示。

一、项目概况:1、项目名称:金桥产业园综合停车场建设项目,建设规模及内容:综合能源站建筑面积19200平方米、硬化道路建筑面积131549.34平方米、停车位4450个。建设地点:呼和浩特市赛罕区金河镇新营子村。2、项目名称:金桥产业园综合医疗卫生服务中心项目,建设规模及内容:金桥产业园综合医疗卫生服务中心项目总建筑面积207050平方米,其中:门诊住院楼建筑面积58896平方米、科室楼建筑面积63744平方米、医技楼建筑面积19200平方米、食堂建筑面积4480平方米、后勤保障楼建筑面积4480平方米、地下建筑面积56250平方米。项目建设内容包括建筑安装工程及配套设。建设地点:呼和浩特市赛罕区金河镇新营子村。3、项目名称:金山高新区保障性租赁住房建设项目,建设规模及内容:保障性住房2栋,用地面积12495㎡,总建筑面积24980㎡,容积率2.0,建筑高度54米。项目建设地点:金山高新区。4、项目名称:金山高新区保障性租赁住房建设项目,建设规模及内容:金山高新区保障性租赁住房建设项目总建筑面积46628平方米,其中:一期地上建筑面积55473平方米,地下建筑面积33000平方米;二期地上建筑面积91017平方米,地下建筑面积33000平方米;三期地上建筑面积143319平方米,地下建筑面积59000平方米;包括建筑安装工程及配套设。建设地点:呼和浩特市赛罕区金河镇新营子村。

二、项目单位:单位名称:内蒙古金泽腾胜实业有限公司,联系人:张嵘,电话:18698469718

三、评估单位:单位名称:内蒙古铭月工程项目管理有限公司,单位地址:呼和浩特市赛罕区昭乌达路汇商广场B2座20041—20042,联系人:胡建,电话:13644848522,E-mail:646879254@qq.com

四、征询事项:征求公众意见的主要事项:您对本项目的实施有什么建议和意见。

五、公示说明:公众对本项目实施社会稳定风险评估方面的建议或意见,可自公示之日起十五日内,向项目单位或社会稳定风险评估单位提出。

公示发布单位:内蒙古金泽腾胜实业有限公司
公示发布时间:2024年12月13日

声 明 书

声明人:杨清军。身份证号:150421196912310030

声明人系阿鲁科尔沁旗鑫天山水泥集团有限公司(下称鑫天山水泥公司)法定代表人。

2024年度,鑫天山水泥公司在办理企业法人营业执照延续时,由于原任法定代表人被采取执行措施,延续不予通过。为了解决营业执照延续,鑫天山水泥公司召开股东会会议表决,并经工商部门备案,将法定代表人变更到声明人名下。

为此,我声明如下:一、我是鑫天山水泥公司股东的请求,为了解决企业营业执照延续,才担任此职务。在我任职之前,或者任职期间,鑫天山水泥公司所有的债权、债务均与声明人无关。二、鑫天山水泥公司应确保所有人不被人民法院采取执行措施,包括:限制高消费令、纳入失信被被执行人名单等。特此声明

声明人:杨清军 2024年12月16日

解除劳动合通知

谢钧,身份证号:150125199310262134

系我单位职工,本人于2021年8月至今未到单位上班,在此期间我单位多次与本人联系一直未果。给其本人下达返岗通知书也未来单位报道,一直处于持续旷工状态,严重违法《劳动法》、《劳动合同法》及公司相关管理制度。现正式通知:自2024年12月31日解除与你的劳动关系。

请你于2025年1月15日前到公司办理相关手续,如未按期前来我公司办理相关手续,视为你自动离职,放弃相关权益,所产生的不利后果均由你本人承担,特此告知。

内蒙古呼运(集团)有限责任公司
2024年12月16日

公 告

内蒙古路成会计师事务所(普通合伙)公章及印鉴均在内蒙古注册会计师协会备案,出现其他公章均无效,办理任何事项均无效,并负法律责任,特此公告。

关于召开股东会的函

呼和浩特市城拓环通工程管理有限公司根据《公司法》、《呼和浩特市城拓环通工程管理有限公司章程》公司于2024年12月16日在呼和浩特市召开股东会会议内容:更换公司经理、董事及监事,由于联系不到股东杜跃飞,现特此公告,请股东义呼市股权投资基金合伙企业(有限合伙)于公告之日起15日内,与我取得联系,请自本公告发出起十五日内与我取得联系,如逾期视为放弃本次股东会表决权。

注销公告

敦旗新惠镇博幼儿园,统一社会信用代码:521504306959200567,依据《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定,拟向企业单位登记管理机构申请注销,并成立清算组进行资产清算,请债权人自公告之日起45日内向本幼儿园申报债权,特此公告。

注销公告

内蒙古和信源生态工程研发中心(统一社会信用代码521500006900659867)依据《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定,经法定代表人和理事会决议,拟向内蒙古自治区民政厅申请注销登记,请债权人于公告发布之日起45日内向本单位清算组申报债权,特此公告。

注销公告

呼和浩特市上药科园大药房有限公司(统一社会信用代码91150102MA7YQM5H3M)股东会决议于2024年11月12日决议解散公司,并于2024年12月12日成立清算组,请公司债权人于本公告发布之日起45日内向本公司清算组申报债权,特此公告。

遗失声明

●包头市泉达物资供销有限责任公司(统一社会信用代码91150207MA0R0YDE16)遗失法人章一枚,法人:王延,声明作废●黄旭东遗失内蒙古金泰泰房地产生计有限公司签订的观澜国际B区13号楼1单元17层01(A)户房屋认购协议;及房款收据一张,收据号0105415,金额600988元,声明作废●常计强(身份证号150122197212204012)位于呼和浩特市回民区工农兵路国防林北的府都花园小区:四号楼四单元二樓西户,总房价贰拾叁万陆仟捌佰柒拾伍元整(236875元)购房收据丢失,现将这张收据作废,由此发生的一切经济与法律纠纷由本人承担,与呼和浩特国华房地产开发有限公司无关,特此声明●刘柱遗失内蒙古兴泰房地产开发有限公司出具的兴泰东河湾北区C246车位的车位转让协议和收据,收据号1606674,金额120000元,声明作废●父:苏建杰,母:宋师秀,孩子:苏雨馨遗失出生医学证明,性别:女,2015年8月9日出生,编号P150253733,声明作废●本人姓名李宝,身份证号150104197212091553,将东泰熙悦府地下车位无偿使用协议丢失,特此声明作废●内蒙古玛尔苏网吧(统一社会信用代码91150203MA13R3XD38)遗失财务章(编码1502990078741)及张雨亭法人章(编码1502990078742)各一枚,声明作废●北京苏一光测绘仪器有限公司呼和浩特市分公司呼和浩特市分公司遗失营业执照正副本,统一社会信用代码91150105660959575Y,声明作废●达拉特旗源顺烟酒行的公章遗失,公章编号15062110014047,声明作废●阿玛施店铺因交款人原因不慎将伊金霍洛旗丽景商业管理有限公司开具的装修保证金收款收据遗失,收据号0095060,金额5000元,特此声明

●内蒙古蒙能招标有限公司遗失食品经营许可证副本,编号JY31501055162783,声明作废●本人栗海军(身份证号150102197809200510),因保管不慎,将呼和浩特市恒阳物业服务有限责任公司开具的恒泰盛都三区2号楼东单元12楼东户装修保证金丢失,开具日期2015年7月1日,收据票号0007551,金额1000元,声明作废●本人栗海军(身份证号150102197809200510)因保管不慎,将内蒙古恒泰盛房地产生计有限公司(原内蒙古恒盛泰房地产开发有限公司)开具的恒泰盛都三区2号楼东单元12楼东户回迁房超面积补款收据丢失,开具日期2015年7月1日,收据票号0008251,金额22536元,声明作废●家属不慎遗失刘福兴(身份证号132527197510265018)火化证原件及在呼和浩特市殡仪馆的原骨灰寄存证,声明作废●呼和浩特市赛罕区种植农专业合作社(统一社会信用代码93150121MA0MY55161)遗失乔飞霞法人章一枚,声明作废●内蒙古美驿高速服务区开发有限公司(统一社会信用代码91150203MA13R3XD38)遗失财务章(编码1502990078741)及张雨亭法人章(编码1502990078742)各一枚,声明作废●北京苏一光测绘仪器有限公司呼和浩特市分公司呼和浩特市分公司遗失营业执照正副本,统一社会信用代码91150105660959575Y,声明作废●达拉特旗源顺烟酒行的公章遗失,公章编号15062110014047,声明作废●阿玛施店铺因交款人原因不慎将伊金霍洛旗丽景商业管理有限公司开具的装修保证金收款收据遗失,收据号0095060,金额5000元,特此声明

●内蒙古医科大北方都兰(身份证号2021040054)温爽(身份证号2024050060)遗失学生证,声明作废●王庆彬不慎遗失内蒙古南璞房地产开发有限公司开具的南浦商业街认筹款收据一份,收据号0200100,金额16000000元,声明作废●本人张铭(张福才)将盖有内蒙古天玺房地产开发有限公司财务专用章的1枚收据丢失,房号为9号楼2单元1302号,收据编号0099166,金额11400元,现声明作废●呼和浩特市新城区四季银头晓利折扣超市遗失食品经营许可证正副本,编号JY11501022012429,声明作废●内蒙古创博农业科技有限公司(统一社会信用代码911501003412728136)遗失财务专用章一枚,声明作废●呼和浩特市回民区育扬幼儿园遗失银行存款人查询密码,核准号JY1910006409001,账户号码,0602001009024811724,开户银行:中国工商银行呼和浩特市大北街支行,声明作废●内蒙古盛健嘉业商贸有限公司(统一社会信用代码911501003412728136)遗失财务专用章一枚,声明作废●呼和浩特市回民区育扬幼儿园遗失银行存款人查询密码,核准号JY1910006409001,账户号码,0602001009024811724,开户银行:中国工商银行股份有限公司呼和浩特市石桥东路支行,特此声明●王琦(身份证号152301198908152033),遗失山语逸城小区(原恒大悦府)6栋2单元2002号购房购房收据,编号20400792,金额:155071元,声明作废●内蒙古弘景物流有限公司遗失蒙A92234营运证,证号150108004665,声明作废●包头市昆都仑区庆昌机械租赁服务部的公章遗失,公章编号1502030060826,声明作废