

拍卖公告

受委托,我公司定于2024年10月25日上午9时在中拍平台(<https://paimai.caa123.org.cn/>)公开拍卖检修废料及废旧物资约15吨,起拍价2230元/吨。

说明:1.拍卖标的以展示地存放现状为准,有意竞买者在参拍前需认真查验标的实物及相关法律手续,成交后拍卖人及委托方不承担瑕疵担保和其他相关法律责任;2.竞买人报名时需持有有效证件及2万元的竞拍保证金来我公司办理报名手续;3.成交后买受人须在三个工作日内交清成交价款及拍卖佣金,参拍保证金转为提货履约保证金;4.未成交者会后三个工作日内无息退还参拍保证金;5.成交后买受人需支付中拍平台软件使用费;6.标的展示及报名时间:2024年10月23日至24日下午5时止,展示地点:标的所在地。

看货联系电话:15149495483

报名电话:15847133357

内蒙古宇皓拍卖有限责任公司
2024年10月18日

多梦≠睡眠质量差

人的一生约有三分之一的时间在睡眠中度过。不少人在睡觉时会做梦,醒来后还能清晰地记住自己的梦境。有的人认为,经常做梦是睡眠质量差的表现。其实,做梦是睡眠时正常的生理反应,做梦或记得梦的内容不能说明睡眠质量不好。

通常情况下,睡眠可分为非快速眼动睡眠和快速眼动睡眠。大家每天晚上的睡眠都会在非快速眼动睡眠和快速眼动睡眠之间来回循环。生动的梦境都是在快速眼动睡眠中发生的。如果在快速眼动睡眠中醒来,梦境一般会记得比较清楚。如果在非快速眼动睡眠中醒来,就会忘记自己做过梦及做梦的内容。有的失眠人群觉得自己经常做梦,有时甚至一整晚都在做梦,就将多梦和睡眠质量不好画上等号。这是因为失眠人群夜间易醒,尤其容易在快速眼动睡眠时醒来。而且,失眠患者往往会过度关注一些不好的事情。正所谓“日有所思,夜有所梦”,清醒时注意到的负面信息,常常会在梦境中再现,给人一种自己总是做噩梦的错觉。

做梦本身是正常的,但如果连续做噩梦,并伴有紧张、恐惧等情绪,意味着睡眠结构被破坏,深睡眠时间减少甚至消失,浅睡眠时间增加。若长期如此,会影响机体各个脏器的休息和修复。良好的睡眠是维护身心健康的基石。当睡眠状况不佳时,可从以下几方面入手,提升睡眠质量。

调整生活习惯。尽量保持规律的作息时,避免熬夜和过度使用电子产品;合理饮食,睡前避免饮用咖啡、茶等饮品;平时适当运动,有助于提高身体机能和睡眠质量。

减轻心理压力。个人心理压力程度与睡眠质量息息相关。心理压力过大容易导致入睡困难、睡眠中易醒、睡眠质量差等问题,进而影响身体健康。当感觉自身心理压力过大时,可通过冥想、深呼吸、进行户外运动等方式放松身心。如果自我调节后效果不佳,也可进行专业的心理咨询或治疗。

改善睡眠环境。良好的睡眠环境有助于提高人体睡眠时的舒适度,从而提高睡眠质量。建议大家在睡觉前尽量营造一个安静、舒适、黑暗的睡眠环境,如通过佩戴耳塞、眼罩等减轻声音和光线对睡眠的干扰。同时,保持合适的室温和湿度。适宜睡眠的室温一般为20℃~23℃,湿度为50%~60%。此外,睡前也可尝试一些放松的活动,如温水泡脚、肌肉放松、冥想等,可以帮助缓解紧张情绪,促进睡眠。

(据《解放军报》)

减资公告

根据2024年10月17日股东会决议,内蒙古海枫建筑工程有限公司(统一社会信用代码911507215919747118)拟将注册资本由4200万元整减少至400万元整,现予以公告,债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保。

减资公告

经股东会会议决定,内蒙古昱新能源有限公司(代码:91150602MA0RTC8Q67)拟减少注册资本,注册资本由人民币999万元整减至10万元整,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内与该公司联系。

内蒙古昱新能源有限公司
2024年10月18日

减资公告

经股东会会议决定,内蒙古新岳腾建筑装饰有限公司(代码:91150602MABM9BKJ9P)拟减少注册资本,注册资本由人民币268万元整减至26.8万元整,请债权人及债务人自本公告见报之日起45日内与该公司联系。

内蒙古新岳腾建筑装饰有限公司
2024年10月18日

内蒙古科达利云环保科技有限公司 油气田污水处理及综合利用项目 环境影响报告书征求意见稿公示

《内蒙古科达利云环保科技有限公司油气田污水处理及综合利用项目环境影响报告书》已委托内蒙古乾诺环保科技有限公司编制完成征求意见稿,欢迎社会各界提出意见和建议。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。环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接:<https://pan.baidu.com/s/1sDBtdzf-CxM0R3j-KnWB6CA>提取码:04ds。查阅纸质报告书的方式和途径:在内蒙古科达利云环保科技有限公司办公室设置专人接受社会公众查阅本项目影响报告书征求意见稿。二、征求意见的公众范围。征求意见的公众范围为项目周边评价范围内居民或法人或其他组织等。评价范围外的群众也可提出与本项目环境影响有关的意见和建议。三、公众意见表的网络链接。网络链接:https://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html。四、公众可在本项目环境影响报告书征求意见稿后稿公示后的5个工作日内填写公众意见表,可通过传真、电子邮件、信函等方式向建设单位提交公众意见表,也可直接交至建设单位。建设单位:内蒙古科达利云环保科技有限公司。通讯地址:内蒙古自治区鄂尔多斯市鄂托克旗乌兰镇乌仁都喜街西乌兰情饭店北侧院内第三间办公室。联系人:苏总18647278888。五、公众提出意见的起止时间。本次公众提出意见的期限为本公示发布起5个工作日内,涉及征地拆迁、财产、就业等与本项目无关的意见或者诉求不属于项目环评公参内容。

债权转让通知

包头市恒源房地产开发有限责任公司:

包头市甲泰防水保温工程有限公司已将包头市青山区人民法院作出的(2019)内0204民初1797号民事调解书项下享有的到期债权1193335元、案件受理费8980元及迟延履行双倍利息等全部债权转让给陈东兴行使。特此通知。

包头市甲泰防水保温工程有限公司
2024年10月17日

遗失声明

●敖汉旗敖苇庄园有限公司
公章遗失(代码:91150430MA0MXX0B7E),特此声明
●伊金霍洛旗强圣建材经销部(个体工商户)遗失公章(编号15062710045019)一枚,声明作废
●内蒙古鹏泽汽车租赁有限责任公司(代码:91150102353062987X)遗失营业执照正、副本和公章、财务章各一枚,声明作废
●包头稀土开发区老庞家鲜蘑面馆(个体工商户)食品经营许可证副本丢失,编号JY21502710049990,声明作废
●郭富喜遗失西子房地产有限公司开具的三期回迁房款51-1-202退款收据两张,收据号:0501167,金额:7350元;收据号:0501166,金额:2000元,声明作废
●李毅豪遗失内蒙古丰州职业技术学院学生证,学号:2023401212,声明作废
●王健宇遗失内蒙古丰州职业技术学院学生证,学号:20234012055,声明作废
●内蒙古福鑫物流贸易有限公司的道路运输证丢失,运输证号:150600205572,车牌号:蒙K38Z9挂,声明作废
●准格尔旗亿祥商贸有限公司(代码91150694MA0QU2WU9A)公章丢失,声明作废。
●鄂尔多斯市讯德商贸有限公司(代码91150602MABW5WJPJ50)公章、财务章、合同章丢失,声明作废
●李文虎2024年10月13日在乌兰察布市遗失身份证,证号:152701198701100617,特此声明
●杭锦旗飞亿运输有限公司(代码911506253964331514)财务章、法人章丢失,声明作废
●内蒙古绿友环保工程有限公司遗失公章(代码:91150621MA0R5X5L2E),声明作废
●托克托县德益大药房有限公司遗失公章一枚,声明作废
●包爱娜(身份证号:152103198312100621)、包建强(身份证号152103198107080318)、董凤香(身份证号152103196407060328)不慎遗失呼伦贝尔万城置业有限公司开具的泊润小区2号楼1单元1002室的涨平方补款收据一份,票号:7327346,金额12423.6元,声明作废
●李琛于2024年10月16日不慎遗失身份证(身份证号码:150221198306090339),冒用者承担一切法律责任
●鄂尔多斯市云天商贸有限责任公司遗失开户许可证,开户银行:鄂尔多斯农村商业银行股份有限公司东兴支行,账号:750200122000000019811,核准号:J2050001846401,特此声明
●内蒙古格瑞源农林科技有限责任公司遗失财务章(代码:91150602MA0Q5X8N7X),声明作废
●内蒙古乌兰生态科技有限公司遗失财务章(代码:91150691MA7N3G481U),声明作废
●东胜区镇林农林科技中心(个体工商户)遗失财务章(代码:92150602MAD41X51X6),声明作废
●东胜区绿步农林科技服务社(个体工商户)遗失财务章(代码:92150602MAD3C82119),声明作废
●鄂尔多斯市斑澜蚊文化教育咨询有限公司(统一社会信用代码:91150602MA7YQL8944)遗失公章,声明作废
●东胜区亚辉酒店一次性用品大全财务章(编码1527010086191)丢失,声明作废
●宋党员(身份证号:152723195812255114)遗失准格尔旗同惠应收账款债权管理有限公司出具的应收账款债权凭证(合同),主代码19009641,分代码001,金额为人民币叁万贰仟贰佰元整,声明作废
●准格尔旗宇光照明有限责任公司遗失公章(代码:91150622MA0MYUYU67),声明作废
●鄂伦春自治旗双和建筑工程有限公司遗失开户许可证,开户行:中国农业银行鄂伦春自治旗支行,账号05141401040015612,核准号:J1969000547501,特此声明
●内蒙古行知中等职业学校工会委员会(原名内蒙古杨氏中等职业学校工会委员会)个人手章丢失(高丽平),声明作废
●于井虎遗失道路运输经营许可证副本,内蒙古交运管许可证:【赤】字150426603556号,声明作废
●鑫德(内蒙古)新能源汽车有限公司的道路运输证丢失,运输证号:150600206391,车牌号:蒙KM0897,声明作废
●内蒙古蒙丽文化传媒有限公司公章(编码1501020017478)、财务章(编码1501020017479)丢失,声明作废。