

和林格尔县盛乐园区丰华生物质热电有限公司贮灰场扩建项目环境影响评价报告书征求意见稿公示

我公司已委托内蒙古绿之垠环保科技发展有限公司编制完成了《和林格尔县盛乐园区丰华生物质热电有限公司贮灰场扩建项目环境影响评价报告书(征求意见稿)》,根据《中华人民共和国环境影响评价法》《环境影响评价公众参与办法》等法律法规文件要求,现公示如下:

一、环境影响评价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。(1)网络链接:链接: <https://pan.baidu.com/s/1ls-VDK26gxlCUpK6SXHFmqw> 提取码:uhqs(2)查阅纸质报告书的方式和途径:通过邮寄或现场查阅纸质报告,联系电话:13684785565;地址:内蒙古自治区呼和浩特市和林格尔县盛乐经济园区东侧。二、征求意见的公众范围。征求意见的公众范围主要集中在本项目地区公民、法人或其他组织代表。三、公众意见表的网络链接 建设项目环境影响评价公众意见表 <http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx> 四、公众提出意见的方式和途径:信函、传真、电子邮件或电话(1)建设单位的名称和联系方式。建设单位:和林格尔县盛乐园区丰华生物质热电有限公司。联系人:杨志鹏。联系电话:13684785565 通讯地址:内蒙古自治区呼和浩特市和林格尔县盛乐经济园区东侧(2)承担评价工作的环境影响评价机构的名称和联系方式。环评单位:内蒙古绿之垠环保科技发展有限公司。联系人:夏坤朋。联系电话:0471-2533826 通讯地址:内蒙古呼和浩特市回民区光明路锦华商住楼4-403。电子邮箱:1324960621@qq.com 本此征求意见稿自公示期自信息发布起10个工作日

国道207线锡林浩特至巴拉嘎尔高勒至白音华段公路二期工程环境影响评价第二次公示

按照《环境影响评价公众参与办法》有关规定,现将《国道207线锡林浩特至巴拉嘎尔高勒至白音华段公路二期工程环境影响评价报告书》(征求意见稿)进行公示如下:

一、环评报告书征求意见稿全文公示网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径:链接:<https://pan.baidu.com/s/1atXU6QPsbEZQZ7SBv5eooFA> 提取码:shhb 查阅纸质报告书途径:公众、法人和其他组织可携带个人身份证件,前往建设单位查阅纸质报告书,也可向环评单位索要相关信息。二、征求意见的公众范围。主要是针对项目附近的居民,受建设项目影响和关注工程建设的公众及单位。三、公众意见表的网络链接:<https://pan.baidu.com/s/1atXU6QPsbEZQZ7SBv5eooFA>。四、公众提出意见的方式和途径。在本次信息公示后,公众可通过传真、电话、电子邮件以及书信的形式向建设单位或环境影响评价机构反映本项目环境影响和环境保护措施有关的建议和意见,并将意见或建议填写至公众意见表以书面形式提交给我单位。五、公众提出意见的起止时间。自公示之日起10个工作日内。六、建设单位情况:单位名称:锡白(西乌珠穆沁旗)公路工程项目管理有限公司。联系人:刘伟巍。电话:18548159777 邮箱:34472828@qq.com 地址:内蒙古自治区锡林郭勒盟西乌珠穆沁旗巴拉嘎尔高勒镇柴达木街北段沃德商务酒店。邮政编码:s558304 锡白(西乌珠穆沁旗)公路工程项目管理有限公司 2025年9月24日

遗失声明

●李娅榕、张虎彪将呼和浩特市恒伟健康产业有限公司开具的养生谷一期7区1号楼-2-702的收据遗失,收据号HH8326967,金额:57054元;收据号HH43278948,金额:57054元,声明作废●贺博威将内蒙古巨华房地产开发集团有限公司开具的购买巨海城十区8#-4-3西的购房合同及购房款收据遗失,收据号:0027661,金额:900000元(按揭),声明作废●郑鑫鑫遗失律师执业证,证号:11504202411807648,声明作废●鄂托克前旗昂素镇明盖民间艺术团的开户许可证丢失,核准号:J2054000406001, 账号:8001301220000000002949,开户银行:内蒙古农村商业银行鄂托克前旗毛盖图支行,声明作废●上海纵生国际贸易有限公司呼和浩特市分公司,代码91150105MA0MXT006L(法人:郭秀珍)遗失公章,特此声明●梁宏伟(152634197906041216)毫沁营6号地福泽雅苑小区5号楼东单元5层C户,遗失呼和浩特市新城区北二区块棚户区改造工作指挥部开具的一张收据,收据编号:0070519,金额:271008元,声明作废。

通辽梅花中试车间项目环境影响评价第二次公示

根据《中华人民共和国环境保护法》及生态环境部《环境影响评价公众参与办法》的相关规定,第二次公告如下:

一、环境影响评价报告书征求意见稿全文的网络链接的方式和途径

查阅报告书的方式和途径:

通过网盘分享的文件:
链接:https://pan.baidu.com/s/1-hc-caXpILkX-7p_veJySg?pwd=7dna 提取码(请向建设单位或环评单位索要)

二、征求意见的公众范围

本项目周边的住户。

三、公众意见表的网络链接方式:
http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.htm

四、公众提出意见的方式和途径:可选择以下其中一种办法

1.公众意见表,发至邮箱:dmhbb@163.com

2.填写纸质公众意见表并投递意见箱:

五、公众提出意见的起止时间

公众可在本公告发布后10个工作日内,通过邮件、电话等形式向环评单位或建设单位反映意见和建议。

六、建设项目的建设单位和联系方式

联系人:王刚
联系电话:13644853501
通辽梅花生物科技有限公司
2025年9月24日

想变瘦控油比控糖更紧迫

当互联网上铺天盖地讨论戒糖断碳水减肥时,一个更隐蔽却更致“胖”的热量炸弹——食用油,就潜伏在我们的日常饮食中。提到减肥,人们首先想到的就是控制糖和碳水化合物的摄入,却往往忽视了控制食用油摄入。实际上,对于减肥者来说,减油也十分重要,关系到身体健康和减肥效果。

很多人觉得糖的热量高,实际上油的热量是糖热量的两倍多。1克糖含4大卡热量,而1克油的热量高达9大卡。想象一下:炒一盘青菜时随手倒入20克食用油(约2瓷勺),含180大卡热量,相当于40分钟高强度训练的能量消耗。也就是说,食用油不像甜食那样直接刺激味觉,热量常被忽视,往往以更隐蔽的方式为体重“充值”。

高油饮食大脑不知道“饱”
那么,为什么减肥推荐先减油呢?不仅是因为1克油的热量约9大卡是糖的两倍多。相关资料显示,我国居民每日烹调油摄入量几乎超出《中国居民膳食指南(2022)》推荐量(每日25-30克)的50%。这些多余脂肪会堆积在内脏周围,增加多种慢性病风险。而我国居民平均每日糖摄入量仅为9.1克,低于每日25克以内的推荐量。

与此同时,研究揭示,高油饮食会抑制肠道中NAPE-PDL酶的活性,阻断饱腹信号传递,导致食欲旺盛。这种机制解释了为何油腻食物往往让人欲罢不能——实际上是脂肪锁住了身体停止进食的信号。国外研究还发现,高油饮食会改变代谢模式,带来长期隐患,例如超重、肥胖以及其他健康问题。

六个减油实用妙招
据估算,中国居民膳食中的脂肪摄入量一半来源于烹调油,所以控油要从厨房入手。专家有以下几条实用建议:

1.使用控油壶能帮助人们合理规划用油量。

2.建议选择植物油,尽量避免使用动物油。

3.烹饪时多用蒸、煮、白灼和凉拌等方式,尽量减少煎和炸。

4.用吸油纸吸去食物表面附着的多余油脂;用热水涮去火锅菜品表面浮油,这个简单动作能减少约30%的油脂摄入。

5.学会看营养标签,选择脂肪含量少的食品。

6.外出就餐时,也可以主动要求“少油”烹调。

不过,减油切记不要过度,不要极端减油,因为盐、油、糖都是人体必需的营养物质,过量摄入才会影响健康。

包头——临河输气管道工程五原支线变更项目环境影响评价公众参与第二次公示

本项目已委托内蒙古尚清环保科技有限公司承担本项目的环评工作。根据《环境影响评价公众参与办法》(部令4号)的规定,现将有关信息公布如下:

一、项目概况

本项目工程内容包括:五原支线及乌拉特前旗分输站,线路总长22.21km,输气能力1.5×108m³/a;配套相应的自控、通信、电力、给排水、消防等设施。

二、环境影响及相应的环保措施

本项目涉及的主要污染源及环保措施如下:

废气污染源为站场无组织挥发的非甲烷总烃及天然气壁挂炉燃烧产生的SO₂、NO_x、烟尘。天然气为清洁能源,燃烧排污量极少,加强日常维护,即可实现达标排放。

废水污染源为乌拉特前旗分输站的生活污水,经站场内化粪池收集处理后,定期送至污水处理厂处理。

噪声为站场过滤分离器、旋风分离器、汇气管及站场放空等,采取定期对防噪设备进行维修、检查等措施。

固体废物主要来自站场分离器检修及自清管作业产生的废渣、分离器检修废渣、生活垃圾,均得到合理处置。

施工结束后对管线两侧进行植被恢复。

采取有效的措施后,本项目对周围环境产生影响较小,可接受。

三、环境影响评价报告书征求意见稿查阅方式

1、电子版

环境影响评价报告书征求意见稿全文网络链接为(百度网盘):链接:<https://pan.baidu.com/s/1EviBxb-vWqo94O0zF5mnmjA?pwd=ty4p> 提取码:ty4p

2、纸质版

单位名称:内蒙古西部天然气股份有限公司;

通讯地址:内蒙古鄂尔多斯市东胜铁西区景致环路48号国奥大厦C座;

联系人姓名:刘文祥;

联系电话:18847737799;

电子邮箱:569888953@qq.com。

四、征求意见的公众范围

征求意见的公众范围主要为项目建设地区公民、法人或其他组织代表。

五、公众意见表查阅方式

公众意见表网络链接为:
<http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx>

六、公众提出意见的方式和途径

公众可通过信函、传真、电子邮件等方式,在规定时间内向建设单位反馈意见并将填写的公众意见表等提交建设单位,反映与建设项目环境影响有关的意见和建议。公众提交意见时,应当提交有效的联系方式。

七、公众提出意见的起止时间

公示时间为:2025年9月18日至2025年9月30日,共10个工作日。

2025年9月24日

秋分养生正当时

秋分前后,昼夜温差明显,心血管系统面临考验。中国医学科学院阜外医院主任医师马文君说,当环境温度在短时间内发生较大变化时,人体的血管会随之收缩与舒张,不仅会增加心脏负荷,更易引起血压波动。对于已有心血管基础疾病的人群,血压波动会增加心绞痛、心肌梗死等发生风险。

专家表示,防护重点在于应对“温差”。可采用“洋葱式穿衣法”,多层薄款,随时增减,尤其注意头、颈、背、足等部位的保暖。平时服用降压药物的患者要注意规律服药,重视清晨血压的测量。一旦发现血压持续升高或波动较大,应及时咨询医生,科学调整用药。