夏天淋雨后容易留下病根 中医推荐做3件事“热补”

近日，多地陆续发布台风、暴雨、强对流天气预警，连续暴雨天气下，大家免不了涉水淋雨。很多人认为淋雨不是什么大事，事实上，因此而引发的健康问题并不少见。记者邀请专家，解读淋雨对身体的影响，并告诉你淋雨后如何补救。

淋雨容易给身体留下病根

河南省中医院治未病科主任医师吕沛宛表示，千万不要把淋雨当小事。尤其是暑热天气，淋雨不仅容易感冒受寒、诱发肺炎、心肌炎，还可能引发关节炎、风湿病等疾病。从中医角度讲，雨水是“湿气”来源之一，会带来很多健康隐患。对于体质较差的人来说，还可能给身体留下病根。

夏季暑湿最盛，尤其是七八月长夏季节，湿邪当令，体内湿气本就处于“鼎盛”阶段。中医认为，相比“六淫”邪气中的其他五邪“风、寒、暑、燥、火”，湿邪最难祛除。体内的湿气本就让身体自顾不暇，如果再平添“外湿”(雨水)，相当于雪上加霜。中医五脏中，脾主运化，长夏时脾气最虚，对湿的“代谢能力”变差，淋雨后，还可能出现暑湿困脾，导致恶性循环。更关键的是，在这种身体环境下，湿邪便容易乘虚而入，哪个脏腑最虚弱，它就侵犯谁，进而诱发疾病。

淋雨、涉水后做好3件事

雨水看似干净，但降落过程中会吸附空气中的灰尘、汽车尾气颗粒等污染物，同时，还携带了细菌、真菌等致病菌。淋雨、涉水后，要做好以下这3件事：

1.彻底清洁

及时冲个热水澡，利用热水促进身体血液循环出点微汗，带走体内湿气。注意仔细清洁头皮和头发，洗完要立即吹干头发，预防感冒。如果蹚了积水，要重点清洗脚部，去除泥沙等污染物，再用肥皂或沐浴露清洗。若皮肤破损，先用清水或生理盐水冲洗伤口，再用碘伏由内向外消毒。酒精刺激性大，不宜用于开放性伤口。如耳朵进水，可将头偏向进水一侧，单脚跳几次让水流出，或用棉球轻轻吸干外耳道口水分，切勿用棉签深挖。

2.注意保暖

淋雨后身体受寒，要及时换上干爽保暖的衣服，帮助身体迅速恢复正常温度。同时注意，不要进入温度较低的空调房，容易引发感冒、关节疼痛。

3.衣物消毒

淋过雨的衣服可能附着污染物，回家后应尽快脱下，单独清洗。可用消毒液浸泡再洗，彻底杀菌。蹚水湿透的鞋子应清洗晒干后再穿。

中医推荐淋雨后“热补”

暴雨天最好减少外出，如果在户外，找个地方先避避，等雨停了再走。淋雨后，即便没有不适症状，专家也建议做几件事“热补”。

1.喝热汤水

淋雨后应多喝温水、热粥或热汤，其中姜汤尤为适宜。生姜具有驱寒、解毒、杀菌功效，根据体重，可将生姜30~50克切成片或丝状，放入锅中煎煮10分钟，加入红糖10克，温服。

2.姜水泡脚

蹚水后，嫌喝姜汤太辣，可以用姜水泡脚，既能杀菌，还能驱寒。水温以40℃左右、手背感觉温热不烫为宜，糖尿病患者更需注意水温。泡完脚后，用双手搓搓脚底，尤其是涌泉穴(位于足掌的前1/3处，脚趾弯曲时的凹陷处)，直至脚底发热。

3.拍打经络

拍打部位主要选择下肢前方的部位，稍向左右两侧分别为足阳明胃经和足太阴脾经循行所过，轻轻拍打可刺激经络，起到健运脾胃、运化水湿的作用。

6种不适，对症缓解

如淋雨后出现咳嗽、腹泻、腰膝酸痛等症状，湖南中医药大学第一附属医院中医内科主任医师朱莹建议，可采用以下方法针对性调理。

1.感冒

取适量生姜、葱白切碎，同红茶一起煮沸，再根据个人口味加入红糖或蜂蜜，煎煮5~10分钟后饮用，可防治风寒感冒。如出现头痛身痛、恶寒无汗、鼻塞流清涕等症状，可在医生指导下服药，以祛风散寒除湿。

2.呕吐

取藿香、佩兰、香薷（音rú），具体克数需由医生辨证后开具，煎水代茶饮，可解暑化湿、和中醒脾，防治暑湿引起的胃脘胀满、呕吐等症状。

3.腹泻

取适量绿豆、赤小豆、薏苡仁，加入少许冰糖及适量水，煮至软烂后服用，可清热化湿解毒，防治湿热腹泻。

4.皮肤病

暴雨、洪涝灾害后，是各种皮肤病的高发期。手足长时间浸泡在污水中，可能引起浸渍足、皮肤癣病、湿疹、皮炎等。涉水后可用盐水或清水洗净，擦干，保持皮肤干燥，若出现皮肤症状，可在专业医生指导下，外涂硼酸氧化锌冰片软膏、激素类或抗真菌药膏。如果发生外伤，要及时用碘酒或酒精进行皮肤消毒，较严重的要用纱布、绷带等包扎，必要时注射破伤风针或及时就医。

5.过敏性鼻炎

雷雨天气时，花粉或霉菌颗粒可能混入空气，并爆裂为更小的微粒，易进入鼻腔，导致过敏性鼻炎。易感者出门时需注意佩戴口罩，回家后要用清水或盐水清洗鼻腔。

6.头痛

头部感受寒湿的典型症状表现是头部闷疼或颈项僵硬，可采用热敷法消除不适。可用热毛巾敷于后颈部和额头，反复更换，每次15~20分钟；如用热水袋，务必用毛巾厚厚包裹，确保不烫，且不建议枕着入睡。

当前正值高温多雨季节，大家出行前要查看天气，常备雨具。淋雨后不要掉以轻心，及时做好个人清洁。尤其要警惕的是，若同时出现高热、剧烈头痛、颈部僵硬(脖子发硬、低头困难)等症状，需高度警惕脑膜炎等严重感染，应立即就医，切勿延误。

据生命时报

空调房里一定穿好袜子 名中医的夏季养生经请收好

入夏后高温天气持续，民众长时间处于空调环境中，常因贪凉忽视足部保暖。中医专家提醒，寒从脚起，空调房内光脚易让寒气侵入体内诱发不适，建议穿着薄棉袜护住脚踝。养生无需复杂方法，从饮食、作息等日常细节入手即可达到调理效果。

寒从脚起空调房要穿好袜子

持续高温天里，不少市民习惯在空调房光脚穿凉拖，甚至直接赤脚踩地板，只图一时凉快却埋下健康隐患。广东省中医院院长张忠德在临床中发现，很多夏季反复感冒、肠胃不适的患者，都有空调房光脚的习惯。

“天天喝好汤，就是不穿袜子，寒从脚起，能不感冒吗？”张忠德表示，中医认为足部是人体阳气之根，脚踝处分布着多个重要穴位，长时间待在低温空调房里，寒气很容易从足部侵入体内。他建议，夏日在空调房可以备一件薄外套或披肩护肩颈，更要穿一双能包裹住脚踝的纯棉薄袜，既能吸汗透气，又能隔绝寒气，是最简单的护养方式。

应季喝汤餐桌做好加减法

饮食调理是夏季养生的重要一环，在张忠德看来，最好的“药”就在日常厨房里，不用追求名贵保健品，在餐桌上做好加减法就能调理体质。

顺应时节喝汤是他坚持多年的习惯，夏季暑湿交织，他推荐多喝冬瓜陈皮鸭汤、荷叶瘦肉汤、冬瓜薏米排骨汤，帮助清热化湿、健脾理气。他同时强调，喝汤不能盲目跟风，要匹配自身体质：脾胃虚寒的人长期喝寒凉汤品会加重不适，体质偏热的人过多吃温补食材则容易上火。日常还可以用简单食养应对小状况：受凉初起煮紫苏生姜红糖饮疏风散寒，吃多了积食喝山楂麦芽水消食，出汗多喝太子参鸡汤益气养阴。

规律作息日常多动养好气血

张忠德工作繁忙却始终精力充沛，他的保养秘诀里，规律作息是成本最低的“补药”。多年来他坚持晚上十点半左右入睡、早上五点半起床，顺应人体经络运行节律收藏阳气，晨起后大肠经活跃，也利于身体代谢废物排出。

运动方面他不主张高强度锻炼，也不认同“太忙没时间运动”的说法。日常可以选择太极拳、八段锦等舒缓项目，以身体微微出汗为度；工作间隙也能随时活动，每天花五分钟顺时针按摩腹部，就能帮助调理脾胃、促进肠道蠕动。

张忠德表示，真正的养生从来都藏在平凡日常里，一双护踝的棉袜、一碗应季的汤水、一次规律的睡眠，把这些小事坚持做好，就能慢慢养出好体质。

据人民日报

刊登热线 13018333716 15023163856
023-65909440 微信同号

重庆义渡康中医院有限公司关于召开临时股东会会议的通知

黄梅、袁启明：根据《中华人民共和国公司法》及《重庆义渡康中医院有限公司章程》相关规定，经持股82%股东沈永钢提议，公司决定召开临时股东会会议。现将会议相关事宜通知如下，全体股东应按时参会、履职表决。

一、会议基本信息：1.会议性质：临时股东会会议。2.召开方式：现场会议。3.会议时间：2026年7月30日10:00时。4.会议地点：重庆义渡康中医院有限公司4楼会议室(重庆市九龙坡区九龙园区红狮西路1号附2号)。5.参会人员：公司全体股东(沈永钢、黄梅、袁启明)。

二、公司股东基本情况说明：重庆义渡康中医院有限公司注册资本1000万元，各股东认缴出资及持股情况如下：沈永钢认缴出资820万元，持股82%；黄梅认缴出资150万元，持股15%；袁启明认缴出资30万元，持股3%。另查明：因公司日常经营周转需要，股东沈永钢截至目前已为公司垫付经营资金合计人民币212.4813万元；同时公司房屋租金按645348元/年持续产生，因医院经营需要采购的药品等相关应付未付账款预计20万元，属于公司经营性固有债务。

三、本次会议审议表决事项：本次临时股东会会议专项审议以下两项核心议题，请全体股东予以表决：

议题一：审议同意股东沈永钢对外转让公司82%股权事宜。1、沈永钢拟将其合法持有的重庆义渡康中医院有限公司82%股权及对应全部股东权益，按公司现状整体对外转让给第三方；2、股权转让总价款为人民币220万元；3、付款方式：协议签订时受让方支付50万元，沈永钢收到该笔款项后按协议约定配合将82%股权过户至受让方名下，并将义渡康中医院印鉴、证件及财务资料交割给乙方保管；股权过户完成之后第一个季度末支付50万元、第二个季度末支付50万元、第三个季度末支付50万元、第四个季度末支付剩余20万元。

议题二：审议沈永钢前期垫资偿还及公司房屋租金、应付未付款等承担事宜。1、审议确认公司欠付股东沈永钢经营垫资本金212.4813万元的事实，决议该笔垫资的偿还方案、偿还期限；2、审议公司后续持续产生的房屋租金(645348元/年)的承担主体、支付方式及分摊规则。3.审议因医院经营需要采购的药品等相关应付未付账款预计20万元的支付方式及分摊规则。

四、重要参会及表决规则(特别告知)：1、依据《公司法》及公司章程规定，股东享有同等条件下的股权优先购买权。本次明确：若黄梅、袁启明无正当理由拒不参会、逾期缺席、拒不出席会议或无故放弃表决的，视为全体缺席股东自愿放弃对沈永钢案涉82%股权的优先购买权，同时视为无条件同意沈永钢按照本通知载明的价格、付款方式及全部条件对外转让股权，无条件配合办理后续工商变更、章程备案等全部手续。2、沈永钢郑重声明：其前期为公司垫付的212.4813万元属于公司合法债务。若本次股东会各股东不予配合厘清债务、落实还款及租金承担方案，或拒绝配合股权对外转让事宜，沈永钢将依法通过诉讼方式向公司主张偿还全部垫资欠款，并依法要求各股东在各自未实缴出资范围内，对公司不能清偿的债务部分承担补充赔偿责任。由此产生的诉讼费、律师费、保全费、违约金、利息等全部损失，均由拒不配合的股东自行承担。

五、其他事项：1、请各股东准时参会，可本人到场参会或出具书面授权委托书委托他人代为参会、表决；2、本次会议将形成股东会决议，一经表决通过，对全体股东及公司均具有法律约束力；3、无故缺席视为放弃权利、默认同意本次全部审议事项，相关法律后果由缺席股东自行承担。特此通知。

重庆义渡康中医院有限公司2026年7月13日

◆郝舟霞遗失税务稽查证，渝税稽5007240008，声明作废

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会公告

重庆新霖和网络科技有限公司：本委受理曹庆康与你单位劳动争议一案(渝两江劳人仲案字〔2026〕第3286号)。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年9月7日14时在重庆市两江新区桂馥大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁一庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年7月14日

重庆市巴南区烟草专卖局送达公告

巴烟罚送公〔2026〕第83号 **无主：**2026年4月8日本局在重庆市巴南区南彭街道京东亚洲一号四区查获涉嫌超限量寄递、异地携带电子烟产品、雾化物、电子烟用烟碱一案，本局依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条的规定，已于2026年7月13日作出将先行登记保存的假冒注册商标且伪劣电子烟Snowplus(Dash White Freeze)10个，Snowplus(Dash Pink Guava)20个等，共计13个品种160个予以销毁决定。因受送达人下落不明，且邮寄无法送达，故我局无法直接送达、邮寄送达上述文书。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第四项的规定，现将(巴烟处理〔2026〕第83号行政处理决定书)予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日，即视为送达。如不服本处理决定，可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议，也可以在6个月内直接向巴南区人民法院提起行政诉讼。重庆市巴南区烟草专卖局2026年7月13日

**程玲、重庆港力城汽车经纪服务有限公司
债权转让通知暨债务催收联合公告**

根据程玲与重庆港力城汽车经纪服务有限公司达成的《债权转让协议》，程玲已经将其基于重庆市九龙坡区人民法院民事判决书【(2025)渝0107民初58582号】对刘星言享有的所有权利(包括但不限于本金、案件受理费、利息、迟延履行金)依法转让给重庆港力城汽车经纪服务有限公司。程玲、重庆港力城汽车经纪服务有限公司特公告通知债务人刘星言，重庆港力城汽车经纪服务有限公司作为上述债权的受让方，现要求债务人从收到通知之日起立即向重庆港力城汽车经纪服务有限公司履行债务，特此通知。

◆重庆锦瑟环境绿化工程有限公司(91500113709499830X/注册号:500113000033098)遗失营业执照正副本，声明作废

重庆市南川区烟草专卖局公告 南川烟公〔2026〕第45号

2026年7月10日，我局在重庆市南川区东城物流园区百世快运查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输的无牌号(自制烟)200条。经我局执法人员现场初步判断，该批无牌号(自制烟)系伪劣卷烟，我局依法对上述无牌号(自制烟)予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市南川区金佛大道143号南川区烟草专卖局402室市场稽查四大队接受调查处理，联系人：姚波(22001952036)、夏康(22001952038)，联系电话：023-71631127。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。**重庆市南川区烟草专卖局2026年7月14日**

重庆市沙坪坝区烟草专卖局送达公告

沙烟送公〔2026〕74号 2026年4月22日10时00分，本局在重庆市沙坪坝区安能物流分拨中心查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输的烟草专卖品真龙(凌云)75.0条。本局于5月7日依法公开寻找货主，至今无人认领，依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定将先行登记保存的真品卷烟依法变卖，变卖款上缴国库。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第一款第(四)项的规定，现将沙烟处理〔2026〕74号行政处理决定书予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

重庆市沙坪坝区烟草专卖局 2026年7月9日

重庆市九龙坡区烟草专卖局公告

九烟公〔2026〕第65号 2026年7月8日，我局在重庆市九龙坡区华岩镇幸福花木世界查获卷烟(或其他烟草专卖品)，并依法予以先行登记保存。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第四十七条之规定，我局执法人员对先行登记保存的物品进行了拍照和移送有关机关进行鉴定。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市九龙坡区烟草专卖局(地址：重庆市九龙坡区杨家坪西郊路19号附16号，联系人：李沛(22000752019)、白全华(22000752027)，联系电话：023-68409817)接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。**重庆市九龙坡区烟草专卖局2026年7月13日**

品种规格	单位	数量
自制烟(无牌号)	条	279
共计:(品种)1个 总计:(数量)279条		

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会公告

上海奈斯博体育文化发展有限公司：本委受理杨晓华与你单位劳动争议一案(渝两江劳人仲案字〔2026〕第2827号)。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年9月2日上午9时在重庆市两江新区回兴街道霓裳大道12号富渝苑A区3号门旁劳动人事争议仲裁院回兴街道派驻庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年7月14日

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会公告

重庆红星太平洋影院管理有限公司：本委受理范晔与你单位劳动争议一案(渝两江劳人仲案字〔2026〕第2830号)。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年9月2日上午10时在重庆市两江新区回兴街道霓裳大道12号富渝苑A区3号门旁劳动人事争议仲裁院回兴街道派驻庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年7月14日

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会公告

江苏智节电力科技有限公司：本委受理陈钰涵与你单位劳动争议一案(渝两江劳人仲案字〔2026〕第2782号)。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2026年9月8日15时30分在重庆市两江新区桂馥大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁一庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市两江新区劳动人事争议仲裁委员会2026年7月14日

遗失中国人民人寿保险股份有限公司重庆市分公司保险合同首页，现登报声明作废，具体号码如下：1031627325、1031625811、1031625812、1031625835、1031625836、1031625830、1031625831、1031565215、1031576722、1031578111。

重庆义渡康宁大药房有限公司关于召开临时股东会会议的通知

黄梅、袁启明：根据《中华人民共和国公司法》及《重庆义渡康宁大药房有限公司章程》相关规定，经持股82%股东沈永钢提议，公司决定召开临时股东会会议。现将会议相关事宜通知如下，全体股东应按时参会、履职表决。

一、会议基本信息：1.会议性质：临时股东会会议。2.召开方式：现场会议。3.会议时间：2026年7月30日10:00时。4.会议地点：重庆义渡康中医院有限公司4楼会议室(重庆市九龙坡区九龙园区红狮西路1号附2号)。5.参会人员：公司全体股东(沈永钢、黄梅、袁启明)。

二、公司股东基本情况说明：重庆义渡康宁大药房有限公司注册资本10万元，各股东认缴出资及持股情况如下：沈永钢认缴出资8.2万元，持股82%；黄梅认缴出资1.5万元，持股15%；袁启明认缴出资0.3万元，持股3%。另查明：因公司日常经营周转需要，股东沈永钢截至目前已为公司垫付经营资金合计人民币16.23万元，属于公司经营性固有债务。

三、本次会议审议表决事项：本次临时股东会会议专项审议以下核心议题，请全体股东予以表决：审议沈永钢前期垫资偿还事宜。审议确认公司欠付股东沈永钢经营垫资本金16.23万元的事实，决议该笔垫资的偿还方案、偿还期限。

四、重要参会及表决规则(特别告知)：沈永钢郑重声明：其前期为公司垫付的16.23万元属于公司合法债务。若本次股东会各股东不予配合厘清债务、落实还款，沈永钢将依法通过诉讼方式向公司主张偿还全部垫资欠款，并依法要求各股东在各自未实缴出资范围内，对公司不能清偿的债务部分承担补充赔偿责任。由此产生的诉讼费、律师费、保全费、违约金、利息等全部损失，均由拒不配合的股东自行承担。

五、其他事项：1、请各股东准时参会，可本人到场参会或出具书面授权委托书委托他人代为参会、表决；2、本次会议将形成股东会决议，一经表决通过，对全体股东及公司均具有法律约束力；3、无故缺席视为放弃权利、默认同意本次全部审议事项，相关法律后果由缺席股东自行承担。特此通知。

重庆义渡康宁大药房有限公司 2026年7月13日

重庆市巴南区烟草专卖局送达公告

巴烟罚送公〔2026〕第82号 **无主：**2026年4月14日本局在重庆市巴南区鱼洞街道化龙路162号(金农市场内)查获涉嫌销售假冒伪劣烟草专卖品一案，本局依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条的规定，已于2026年7月13日作出将先行登记保存的伪劣卷烟无牌号(自制烟)197条予以销毁决定。因受送达人下落不明，且邮寄无法送达，故我局无法直接送达、邮寄送达上述文书。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第四项的规定，现将(巴烟处理〔2026〕第82号行政处理决定书)予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日，即视为送达。如不服本处理决定，可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议，也可以在6个月内直接向巴南区人民法院提起行政诉讼。 重庆市巴南区烟草专卖局 2026年7月13日

比选公告

重庆公共交通运营有限公司巴驿站场管理分公司就五里坪实训基地项目进行比选。欢迎各单位前来报名参加，报名截止时间2026年7月16日17:00，报名地址：重庆市两江新区橡树壹号801室工程保障部 联系电话18379147582(报名时须持介绍信或授权委托书、营业执照或事业单位法人证书(资料须加盖单位公章，若法定代表人报名则不须提交授权委托书))

重庆华凌智牧农业发展有限公司华凌智牧先锋镇永丰村智慧生猪养殖场环境影响评价公众参与第二次公示

工程环境影响报告书征求意见稿已完成，根据相关法律法规征求相关公众意见。1、征求受项目直接或间接影响的公众或单位的意见；2、公众可联系建设单位、环评单位查阅纸质报告书，或通过网络(链接：https://pan.baidu.com/s/1DcbrrKhUOlN3R1IAjqkLpw 提取码：s3im)查阅报告书；3、公众意见表网络链接：链接：https://pan.baidu.com/s/12ZlGGjSu3xP8se1EBwKBOg 提取码：7sn9；4、公众可通过电话、邮件(304440588@qq.com)等方式提出意见。建设单位联系人：杨老师 15002334460；环评单位联系人：张工 13608304277。在此公告起10个工作日(2026年7月7日~2026年7月21日)内，可提交意见和建议。

评审结果公示

重庆公共交通运营有限公司北部公共交通分公司于2026年7月10日完成了维修厂工装采购项目的竞争性比选，经评审，确定第一候选人为重庆元禾服饰有限公司，现予以公示，公示截止日期为2026年7月16日，联系电话68357841。

重庆义渡康宁医药科技有限公司关于召开临时股东会会议的通知

黄梅、袁启明：根据《中华人民共和国公司法》及《重庆义渡康宁医药科技有限公司章程》相关规定，经持股82%股东沈永钢提议，公司决定召开临时股东会会议。现将会议相关事宜通知如下，全体股东应按时参会、履职表决。

一、会议基本信息：1.会议性质：临时股东会会议。2.召开方式：现场会议。3.会议时间：2026年7月30日10:00时。4.会议地点：重庆义渡康中医院有限公司4楼会议室(重庆市九龙坡区九龙园区红狮西路1号附2号)。5.参会人员：公司全体股东(沈永钢、黄梅、袁启明)。

二、公司股东基本情况说明：重庆义渡康宁医药科技有限公司注册资本280万元，各股东认缴出资及持股情况如下：沈永钢认缴出资229.6万元，持股82%；黄梅认缴出资42万元，持股15%；袁启明认缴出资8.4万元，持股3%。另查明：因公司日常经营周转需要，股东沈永钢截至目前已为公司垫付经营资金合计人民币378.6257万元；同时公司房屋租金按183252元/年持续产生，未支付人工工资(财务人员陈淑凡工资)预计35万元属于公司经营性固有债务。

三、本次会议审议表决事项：本次临时股东会会议专项审议以下核心议题，请全体股东予以表决：审议沈永钢前期垫资偿还及公司房屋租金、未支付人工工资承担事宜。1、审议确认公司欠付股东沈永钢经营垫资本金378.6257万元的事实，决议该笔垫资的偿还方案、偿还期限；2、审议公司后续持续产生的房屋租金(183252元/年)的承担主体、支付方式及分摊规则。3、审议公司未支付人工工资(财务人员陈淑凡工资)预计35万元的支付方式及分摊规则。

四、重要参会及表决规则(特别告知)：沈永钢郑重声明：其前期为公司垫付的378.6257万元属于公司合法债务。若本次股东会各股东不予配合厘清债务、落实还款及租金承担方案，沈永钢将依法通过诉讼方式向公司主张偿还全部垫资欠款，并依法要求各股东在各自未实缴出资范围内，对公司不能清偿的债务部分承担补充赔偿责任。由此产生的诉讼费、律师费、保全费、违约金、利息等全部损失，均由拒不配合的股东自行承担。

五、其他事项：1、请各股东准时参会，可本人到场参会或出具书面授权委托书委托他人代为参会、表决；2、本次会议将形成股东会决议，一经表决通过，对全体股东及公司均具有法律约束力；3、无故缺席视为放弃权利、默认同意本次全部审议事项，相关法律后果由缺席股东自行承担。特此通知。

重庆义渡康宁医药科技有限公司 2026年7月13日

重庆市忠县烟草专卖局公告

忠烟公(2026)第63号 2026年7月8日，我局联合忠县公安局民警在重庆市忠县忠州街道环城路59号“申通快递”点查获一起涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品案件，查获涉案烟草专卖品详见下表，现场未发现当事人，我局依法对下列涉案物品予以先行登记保存。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第四十七条之规定，我局执法人员对先行登记保存的物品进行了拍照和移送有关机关进行鉴定。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市忠县烟草专卖局(地址：重庆市忠县忠州街道红星路28号；联系人：沈建祥(22003352014)、漆文(22003352016)；联系电话：023-54233703)市场稽查一大队办公室接受调查处理。若逾期未前来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告 **重庆市忠县烟草专卖局 2026年7月13日**

品种规格	单位	数量
中华(双中支)	条	7
中华(细支)	条	8
共计:(品种)2种 总计:(数量)15条		

重庆市北碚区烟草专卖局关于案件调查处理的公告

2026年6月2日，本局在重庆市北碚区天生街道西南大学南门公交车站旁一摊位上查获涉嫌销售走私烟草专卖品24个品种，合计4条，销售非法生产的电子烟产品40个。请以上物主于本公告发布之日起六十日内到北部区烟草专卖局接受调查处理(电话：68282831)。若逾期未来，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条的规定，对涉案卷烟进行处理。特此公告。

重庆市北碚区烟草专卖局 2026年7月14日

询比采购(竞争性比选)公告

重庆驿满新能源科技有限公司就“驿满充电”平台运维服务项目(第二次)询比采购(竞争性比选)。诚邀各单位报名参与，报名截止时间：2026年7月17日17:00时，报名地址：重庆市两江新区红旗河沟理想大厦A栋25楼，联系人：罗老师，联系电话：023-63417113。报名资料(须加盖单位公章)：报名函(格式自拟)、介绍信或授权委托书、营业执照或事业单位法人证书，可现场提交或邮寄获取比选文件。