多事之秋 防 秋燥

□本报记者 盛丽

入秋之后，最明显的感觉是空气当中的湿度逐渐下降，虽然中午仍然保持高温，但早晚温度会明显降低，给心脑血管疾病增加了发病机会。此外，立秋后空气变得越来越干燥，也就是俗称的“秋燥”。近日，记者采访到了北京市鼓楼中医医院副主任医师李怀，听她来介绍一下在“多事之秋”，如何保养身体。

少吃辛辣 多食酸甜

冰镇的西瓜、喷香的烤串、爽口的啤酒饮料……你的夏季菜单是不是主打这些食物，那么进入秋季后还是要管住嘴了，寒凉、辛辣的食物要逐步从餐桌上减去。对此，李怀解释道：“夏季气温高、炎热酷暑，人们就喜欢吃一些清凉解暑的食物。比如，苦瓜、西瓜、绿豆等。但是来到秋季，还是要少吃或者不吃这些寒凉易伤脾胃的食物。”她说，“按照中医的说法，秋季时，人体的阳气下降、阴气回升。辛辣的食物耗伤阴气，所以要少吃或者不吃。”

李怀提示，秋季人们应该注意养肺敛肺。“根据中医五行理论，夏天对应心、秋天对应肺。所以，秋季宜多吃些收敛肺气、养阴润肺的食物，中医有‘酸甘化阴’的说法，所以酸酸甜甜的食物最适合这个季节。多吃梨、白萝卜、银耳、百合、豆腐、蜂蜜，这些食物都有滋润的作用。需要提示的是，做菜的调料上也要注意，像葱姜蒜、丁香、桂皮之类温热的食材要少添加，以免耗伤阴液。”

提到秋季,不少人会想到“秋燥”这个词,秋季也总给人一种干干的感觉。“的确,到了秋天,人们会感到皮肤很干，不像夏季那么滋润。还有的人会有口鼻、咽部干燥的感觉，一些有慢性鼻炎和咽炎的人也会出现不同程度的反应。习惯性便秘的人,到了秋季症状也会更加严重。”

对于这些秋季干燥带来的不适感，李怀也给出应对小妙招。“从饮食上讲，还是建议多吃些富含汁水的食物，减轻干燥带来的不舒适的感觉。还可以泡些中药代茶饮来饮用，比如，西洋参、沙参、麦冬、玉竹等。中医讲究肺和大肠相表里，用这些药材泡水饮用，可以补气、养阴、润肺、通便。泡水时，西洋参2片到3片，沙参、麦冬、玉竹等2克到3克即可。”

不少人喜欢喝茶，那么秋季适合喝什么茶？李怀的答案是白茶。“绿茶比较寒凉，适合夏季饮用，红茶更适合冬季。所以，秋季建议饮用白茶。白茶不揉不炒、不温不燥，可以去燥润肺。”

舒缓运动 合理起居

“春捂秋冻”是人们常听到的四个字，来到秋天，气温也随之下降。这个季节，真的要保持“秋冻”吗？对此，李怀介绍说：“虽然老话儿都说‘春捂秋冻’，但是不能机械地理解这四个字。老人和小孩等抵抗力较弱的人群，还是要根据气温变化，适量增加衣服，注意防寒保暖。尤其是老人的腿部、脚部、前心后背要保暖。这个季节穿凉鞋的时间不要太长，位于后背的督脉比较怕受风，建议老人可以穿坎肩保护后背。”

李怀介绍，中医有“春夏养阳、秋冬养阴”的说法，所以这个季节不建议做大运动量运动，不要激烈运动。“因为中医上讲汗液和津液都属阴，中医理论秋天是一个准备收敛、收藏的季节，不宜出汗太多，以微微出汗为宜，以免过度耗伤阴液。如果要运动建议做些太极拳、瑜伽、健步走等比较舒缓的运动。”

此外，来到秋季在睡眠上又有哪些需要注意的地方？“夏季讲究的是晚睡早起，进入秋季建议早睡早起。但是不管到了哪个季节，子时觉也就是夜间23点到凌晨1点这个时间段的睡眠还是要保证的。这个时间段是肝脏完成人体排毒工作的时间，如果不能保证睡眠,排毒就不能完成。即便是第二天再补觉，此功能也无法补上。总熬夜不睡子时觉,会造成人体肝胆疏泄不利。”李怀说。

另外，秋季是肃杀的季节，有“悲秋”的说法，有些人还会出现郁闷、心情低落、气血运行不畅的情况。李怀也介绍了一个按摩的小方法。“这个方法在家就能自己做，就是按揉膻中穴。膻中穴在人体前面正中线和两乳头连线的交点上，中医上讲，这个穴位是人体宗气聚汇的地方，按揉这个穴位可以起到宽胸理气、活血通络的作用。按摩方法比较简单，以大拇指按压点揉，一天两三次，一次20到30次就可以。也可吸气于胸中，两手握成空心拳，轻叩胸部膻中穴数十下，可请家人用手掌从背部脊柱两侧由下至上轻拍约10分钟，可畅快胸中之气，有健肺养肺的功效。”

高温高湿天 慢病患者须警惕

□本报记者 唐诗

虽已立秋，但暑热还未褪去，而且又有降雨的增多，潮湿闷热的高温高湿天气不仅给我们带来情绪的不适，感到压抑、烦躁不安，也容易导致血压、血糖和血脂水平波动。近日，北京市疾控中心发布健康提示，高温高湿天，慢性病患者须特别警惕。

坚持规律用药，测量血压。对于慢性疾病患者及老年人群，坚持规律用药，高血压患者应坚持一定频率的血压监测，糖尿病、血脂异常人群也应严格控制饮食与生活习惯。若出现严重不适，要及时就医。

高温天气，避免剧烈运动。日常生活中要注意关注天气预报，调整作息时间，减少或尽量避免在高温时段外出，避免中暑。高温闷热天气不适宜进行剧烈运动。可在早晨或黄昏天气较为凉爽时，进行散步、打太极拳等中等强度的有氧运动。中午气温高时，应避免室外活动。

日常饮食，宜清淡易消化。饮食宜清淡、易消化，但要注意，高温环境下人体更需要摄取足够热量，应保证足够的蛋白质摄入量，此外，可多吃水果蔬菜。日常应保证充足的饮水，但不要多食用冷饮和冰水，以及油腻、辛辣刺激的食物。

良好的睡眠习惯，需保证。注意保证作息规律，有充足的睡眠。若天气闷热时夜间睡眠不佳，可在午间小睡30分钟左右补眠。空调是十分“给力”的降温电器，不过也不要因为贪凉而直接对着空调吹风，也不要将室内温度调得过低。

放松心情，注意劳逸结合。情绪不好易引发心肌缺血、心率失常和血压升高，为了让我们的情绪也不要“中暑”，可以尽量放慢生活节奏，保持一颗冷静的心态，譬如听听音乐散散步。平时可以多参加一些有意义的文娱活动，如外出旅游、游泳避暑，放松心情。注重心情的放松，工作和生活的劳逸结合。

特别提醒，在疫情防控常态化期间，也不要掉以轻心，应做好个人防护。在人群密集的公共场所要注意佩戴口罩。如果在湿热天气自觉佩戴口罩不舒服，就要减少去人群密集的场所。注意个人卫生，勤洗手。如有身体不适，应做好个人防护，及时就医。

【健康红绿灯】

绿灯

伸个懒腰给身体“续航”

伸懒腰时，人体胸腔器官对心、肺挤压，利于心脏充分运动，使更多氧气能供给各个组织器官；由于上体活动，能使更多含氧的血液供给大脑，使人感到清醒舒适。伸懒腰时要使身体尽量舒展，四肢要伸直，全身肌肉都要用力。伸展时，尽量吸气；放松时，全身肌肉要松弛下来，尽量呼气。

洗澡后最适合剪指甲

指甲又厚又硬的人在剪指甲前,先泡温水一分钟,让指甲吸水软化,省力好剪,指甲也不会四处乱飞;如果嫌泡水麻烦,洗澡后也是剪指甲的最佳时间。剪指甲时,不能剪得太深、太短,否则会伤到甲床及周边组织。让指甲尖露出一小条白边（1毫米左右)。剪完后,用指甲锉把边缘磨平。

红灯

常咬到舌头可能是太累了

我们每一个咀嚼的动作都受神经支配，舌头与咀嚼动作在大脑形成反馈调节，支配协调，才能避免舌头被咬到。如果因熬夜、压力大、紧张等因素导致休息和睡眠不够，神经反应区出现迟钝，导致舌头与咀嚼不同步甚至紊乱，就容易咬到。

冰箱果蔬盒细菌最多

冰箱中被细菌污染最严重的部位是果蔬盒，如果清理方式不对，污染度还会增加。果蔬盒底部很容易残留蔬果残叶等，且多为抽屉式，不好清洁。检测结果表明，脏乱果蔬盒的细菌数是干净果蔬盒的100−1000倍。根据实验结果，应当在用水擦拭后，在果蔬盒内喷一些消毒用酒精，或者直接用酒精擦拭，以此消灭有害细菌。

·广告·

北京至祯国际拍卖有限公司拍卖公告

北京至祯国际拍卖有限公司将于2020年8月27日上午10时在北京市朝阳区东三环南路17号京瑞温泉国际酒店18层会议厅对以下标的进行公开拍卖：
标的名称:箱包日用品一批(详见附件目录)
预展时间:2020年8月23日–8月26日
预展地点:标的物所在地
拍卖地点:北京市朝阳区东三环南路17号京瑞温泉国际酒店18层会议厅
竞买登记手续办理:有意竞买者须于2020年8月26日下午16时前将拍卖保证金交至公司指定账户:户 名:北京至祯国际拍卖有限公司;开户行:中国建设银行股份有限公司北京明光支行;账号:11050138560000001605。并持有效身份证明于2020年8月26日下午17时前到本公司办理竞买登记手续。
建议以电汇方式交纳,保证金以到账时间为准。买受人须在拍卖成交后10个工作日内交清全部拍卖成交款及佣金。
未尽事宜,请与公司有关负责人联系,拍卖标的实物和权属以实际现状为准。标的勘察请提前预约,集中勘察标的。
拍卖行联系人:王先生 18601107757
拍卖公司地址:北京市朝阳区博大路3号院2号楼3层307
北京至祯国际拍卖有限公司 2018年8月18日

解除劳动合同公告

肖然（身份证号:13063319831006193X),你于2020年8月3日起未正常出勤，请于登报之日起5个工作日内到公司办理相关手续,逾期视为旷工,后果自负。联系电话:59399796。
第一太平戴维斯物业顾问(北京)有限公司宝泽分公司
2020年8月18日

拍 卖 公 告

受委托,拍拍在线(北京)拍卖有限公司定于2020年08月18日10时–2020年8月28日10时在www.ppzxchina.cn公开拍卖如下标的:
1、车辆一批； 2、机械设备一批
标的展示时间及地点:自公告之日2020年08月18日10时–2020年08月27日15时止在标的所在地统一现场展示(需提前预约,节假日除外)。
拍卖地点:www.ppzxchina.cn。
有意竞买者登录www.ppzxchina.cn仔细查看项目交易条件，在2020年08月27日17时前完成账号注册、上传真实有效的资质及身份证明文件、在相应竞价页面点击报名交保证金(已到账时间为准),在公示的时间周期内进行出价操作。
联系人:房先生;孙先生 联系电话:18518311222;13811233404

减资公告 北京学璐教育科技有限公司(统一社会信用代码:911101063484522001)经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币1000万元减少至人民币100万元,请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

注销公告 北京京城绿茶风尚餐饮管理有限公司，统一社会信用代码:911101053398548732,经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:杨明翠、高智勇,清算组负责人:杨明翠,请债权人债务人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告。

注销公告 美人美心(北京)科技有限公司，统一社会信用代码:911101065751715805，经股东决定，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:张许,清算组负责人:张许,请债权人债务人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告。

注销公告 北京宏伟亿隆五金电料有限公司，统一社会信用代码:91110106MA009EQW1G，经股东决定，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员:杜忠义，清算组负责人:杜忠义，请债权人债务人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务，特此公告。

注销公告 北京银瑞宝通投资管理有限公司(统一社会信用代码:91110108771573739T)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:陈世民、北京联合拓展科技有限公司,清算组负责人:陈世民,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京鑫源通物业管理有限公司(注册号:110108006357270）经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员:索超、朱谊、王秀芳,清算组负责人:索超,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 信盛管理咨询(北京)有限公司(统一社会信用代码:9111010575011180XE)经股东决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:王富刚,清算组负责人:王富刚,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京信达众电子商务有限公司（统一社会信用代码:91110105MA01KGQB6E)经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员:李海峰、兰秋玙，清算组负责人:李海峰,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 华隆金时(北京)科技发展有限公司(统一社会信用代码:911101055603934122)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:新疆华隆投资有限责任公司、北京金时宝业投资发展有限公司,清算组负责人:孙太升,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京清新高能科技有限公司(统一社会信用代码:91110105MA00G85J3W)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:张颖、赵晓炜、刘兆瑞,清算组负责人:刘兆瑞,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京思复国际科技发展中心（有限合伙)（统一社会信用代码91110105MA00D0A1X7）经合伙人决议,拟向企业登记机关申请注销登记，清算人:陈刚、北京峥奕嵘投资管理有限公司，请债权债务人于公告之日起45日内向本企业清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京华瑞林丰种植有限公司（注册号:110111013307400）经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:秦祖珍、叶长青、高学昌,清算组负责人:秦祖珍，请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京岳川信息技术有限公司(统一社会信用代码:91110108802361449J)经股东决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:薛凤振,清算组负责人:薛凤振,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京华游盛世科贸有限公司(统一社会信用代码:911101145996323107)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:温乐乐、叶凤华,清算组负责人:叶凤华,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 瑞捷(北京)航空服务有限公司(统一社会信用代码:911101053552711176)经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:陈雪莲,高士国,清算组负责人:陈雪莲,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京家和阳光生活用品有限公司(统一社会信用代码:91110106355265294E)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员:北京煌益科贸有限公司(委派魏小灵代为清算),清算组负责人:魏小灵,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 知足养道（北京）健康咨询有限公司，统一社会信用代码：91110107MA01LRPH4E,经股东决定，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员：张现营，清算组负责人:张现营，请债权人债务人自见报之日起45日内向本公司清算组申报债权债务，特此公告。

注销公告 北京京佑天成知识产权代理有限公司(注册号:110102015238457)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:陈涛、张世学、陈玉桃,清算组负责人:陈涛,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京市军萍商贸中心，注册号:110106017196502,经投资人决定，拟向个人独资企业登记机关申请注销登记。投资人:张素萍。请债权债务人于公告之日起60日内向本企业投资人申报债权债务，特此公告。

注销公告 北京铭顺立业科贸有限公司(统一社会信用代码:91110113MA008M5M2F)经股东决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:邓立武,清算组负责人:邓立武,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京中誉德丰财务顾问有限公司(统一社会信用代码:91110108780955536B)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:马娜、马郁,清算组负责人:马娜,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 友梦都(北京)文化传播有限公司(统一社会信用代码:91110112MA01M4XD5N)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:尹晟、齐永杰,清算组负责人:尹晟,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京厚积科技有限公司（统一社会信用代码:91110105MA003G0P1L）经股东决定，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:陈昊星,清算组负责人:陈昊星,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京米仓财行互联网科技有限公司(统一社会信用代码:91110105MA003TE442）经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员: 北京智理互联信息咨询服务有限公司，清算组负责人:李勇，请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务，特此公告

个体工商户转变企业组织形式公告 北京市房山区城关街道赵金泉信息咨询部，注册号: 110111600351094 现拟变更为企业组织形式，变更后的企业类型为有限责任公司。本人承诺变更后若有原个体工商户经营期间未结清的债权债务，仍由本人承担。个体工商户签名:赵金泉 2020年8月18日

吊销转注销公告 北京思美林翻译有限公司(注册号:110106013528470)经股东决定,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:周成,清算组负责人:周成,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

吊销转注销公告 北京梅格精英出入境服务有限公司（注册号:1100001381216）经股东会决议，拟向公司登记机关申请吊销转注销登记，清算组成员:北京屹立精英投资顾问有限公司、张萍,清算组负责人:张萍,,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

吊销转注销公告 北京梅格精英出入境服务有限公司（注册号:1100001381216）经股东会决议,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员: 北京屹立达精英投资顾问有限公司、张萍,清算组负责人:张萍,,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京中元晟业清洁服务有限公司(统一社会信用代码:91110106MA003CEN3T)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:杨善礼、高健明、张君怡、胡元栋,清算组负责人:高健明,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京聚源阜通商贸有限公司(统一社会信用代码:91110114580802391N)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:王玉川、张志勇、张婷,清算组负责人:王玉川,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京奥华鼎泰会议服务有限公司（统一社会信用代码:91110114053641725Q）经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记，清算组成员:朱建兰、卢红波,清算组负责人:卢红波,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京恩铂希商务服务有限公司（统一社会信用代码:91110105590619099L)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:宋斌、王英,清算组负责人:宋斌,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

减资公告 润兰科技(北京)有限公司(统一社会信用代码:91110108MA008UM456)经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币3000万元减少至人民币426.366666万元，请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

减资公告 煌桥科技(北京)有限公司(统一社会信用代码:91110111661571871A)经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币50万元减少至人民币45万元，请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

吊销转注销公告 北京市示轩网络技术有限公司(注册号:1101082119940）经股东会决议,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:马星月、周轶、贾万兴,清算组负责人:马星月,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

吊销转注销公告 北京屹立精英投资顾问有限公司营业部(注册号:1100001278305）经总公司决定，拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:北京屹立精英投资顾问有限公司,清算组负责人:骆达,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京亿拓贝源商贸有限公司(统一社会信用代码:91110116339776537J)经股东决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:苗德君,清算组负责人:苗德君,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京盟润科技发展有限公司（统一社会信用代码:911101147899729734)经股东会决议，拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:张哲、绵继芳,清算组负责人:张哲,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

吊销转注销公告 北京金质天平网信息中心，注册号:110114014145576，经投资人决定,拟向个人独资企业登记机关申请吊销转注销登记。投资人:丁海波。请债权债务人于公告之日起60日内向本企业投资人申报债权债务,特此公告。

吊销转注销公告 北京海航会议服务有限公司（注册号:110105006866514）经股东会决议,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:沈小亮、沈绪公,清算组负责人:沈小亮,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

吊销转注销公告 北京彩腾通宇文化传播有限公司(注册号:110108012382787)经股东决定,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:刘杨,清算组负责人:刘杨,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

减资公告 北京且行且安健康咨询有限公司（统一社会信用代码 :911101053066740169）经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币1000万元减少至人民币100万元，请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

减资公告 北京妖六九文化传媒有限公司（统一社会信用代码 :91110108MA01RL4912 ）经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币100万元减少至人民币40万元,请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

减资公告 北京凤凰天使服装有限公司(统一社会信用代码:91110105061325124X)经股东会决议,拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币8000万元减少至人民币800万元,请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

减资公告 奥吉星(北京)润滑油有限公司(统一社会信用代码:911101085712852572)经股东决定拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资本由人民币5000万元减少至人民币50万元，请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

减资公告 凯利新兴(北京)控股有限公司(统一社会信用代码:911101083998812322)经股东会决议拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币9980万元减少至人民币10万元,请债权人自见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求。特此公告。

吊销转注销公告 北京水泊心诚建材经营部（注册号:110108601564961）经法人决定,拟向公司登记机关申请吊销转注销登记,清算组成员:滑福增,清算组负责人:滑福增,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

注销公告 北京保丰嘉业科技有限公司（注册号:110108013636603）经股东决定,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:宋凤云,清算组负责人:宋凤云,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告

遗失声明 中科全了环保科技(北京)有限公司不慎遗失营业执照正本、副本，统一社会信用代码:9111011134434478X2。特此声明作废

遗失声明 北京恒通义达商贸有限公司（统一社会信用代码:911101063180580340）不慎遗失公章,特此声明作废

遗失声明 北京优尚达物业管理有限公司（统一社会信用代码:91110108MA00CXUN1U）不慎遗失营业执照正本、副本及公章、财务专用章、法人人名章,特此声明作废

遗失声明 北京广利达运输服务中心(注册号:110104000734383)不慎遗失营业执照正本、副本及财务专用章、合同专用章,特此声明作废

遗失声明 北京盛世宏图电力电缆销售中心，注册号:110106003930314,不慎将营业执照正、副本,税务登记证正、副本（税务号:110106740413978)及公章、财务专用章、法人人名章丢失,特此声明作废。

遗失声明 北京崇坡建筑维修队(统一社会信用代码:92110115L22171524N)不慎遗失营业执照正本、副本,特此声明作废

遗失声明 北京观止未来文化传播有限公司（统一社会信用代码:91110105MA006YY845)不慎遗失财务专用章,特此声明作废

遗失声明 北京宏裕工程管理有限公司（统一社会信用代码:91110113MA01RQJK0W）不慎遗失公章,特此声明作废

遗失声明 北京泽州商贸有限责任公司不慎遗失银行开户许可证,开户行:中国农业银行北京市顺义区支行,账号:120101040004237,核准号:J100033427202,开户性质:基本存款账户。特此声明作废

遗失声明 北京北广车迷传媒有限公司，统一社会信用代码:91110108339730678J，不慎遗失营业执照副本(1–1)。特此声明作废

遗失声明 北京欧林美森建材销售中心（注册号:110106603692085)不慎遗失营业执照正本、副本及公章。特此声明作废

遗失声明 北京燕都立民屠宰有限公司朝阳第一销售部，注册号: 110105019269837,不慎将营业执照正、副本及公章丢失,特此声明作废

遗失声明 北京金利永通建筑工程有限公司,京AR1369京Q9GG26及北京北振华威商贸有限公司,京AT3860不慎将车辆营运证丢失！特此声明作废。

遗失声明 北京健庭建筑物拆除有限公司，统一社会信用代码:91110105752198953M，不慎遗失营业执照正本、副本。特此声明作废

遗失声明 北京博览弘文文化传播有限公司，统一社会信用代码:911101080592152332，不慎遗失财务专用章、合同专用章,特此声明作废

遗失声明 北京如是合一管理咨询有限公司，统一社会信用代码:91110112MA017YU85M ，不慎将营业执照副本(1–1)丢失,特此声明作废

遗失声明 北京华鑫君辉商贸有限责任公司（统一社会信用代码:91110105592349774N)不慎遗失营业执照正本、副本及公章,特此声明作废

遗失声明 北京梅格精英出入境服务有限公司,注册号:1100001381216,不慎将营业执照正、副本,税务登记证正、副本（税务号:110105737671319)丢失,特此声明作废。

遗失声明 北京市京冠动物医院有限公司(统一社会信用代码:911101057214157835)不慎遗失营业执照正本,特此声明作废

遗失声明 北京市广安灯饰公司(注册号:1101041152774)不慎遗失营业执照正本及财务专用章、合同专用章,特此声明作废

遗失声明 北京铁科嘉苑饭店服务有限公司都江宴餐厅，注册号:1101081264854,不慎遗失营业执照正本、副本。特此声明作废

遗失声明 北京华拓中医院（普通合伙)，统一社会信用代码:91110114MA01LQYK32，不慎将营业执照正本、副本及公章丢失,特此声明作废。

遗失声明 北京屹立精英投资顾问有限公司营业部(注册号:1100001278305)不慎遗失营业执照正本、副本,特此声明作废

遗失声明 北京九州金榜文化传播有限公司（统一社会信用代码:9111010575821386X7）不慎遗失营业执照正本、副本,特此声明作废

遗失声明 北京庆得塑钢门窗加工部（注册号:110113600741672)不慎遗失营业执照正本、副本,特此声明作废

遗失声明 北京皓宇航综合商店(统一社会信用代码:92110106MA00L5CX1E）不慎遗失营业执照副本,特此声明作废

遗失声明 北京景淼文化娱乐有限公司不慎遗失银行开户许可证,开户行:招商银行股份有限公司北京分行大望路支行,账号:110928940910601,核准号:J1000198323701,开户性质:基本存款账户。特此声明作废

遗失声明 北京市军萍商贸中心（注册号:110106017196502)不慎遗失营业执照正本,特此声明作废

遗失声明 北京铁科嘉苑饭店服务有限公司都江宴餐厅，注册号:1101081264854,不慎遗失公章。特此声明作废

遗失声明 北京建诚商贸有限公司(统一社会信用代码:91110105330239292C)不慎遗失公章,特此声明作废

作废声明 北京庄伯机电设备有限公司(统一社会信用代码:911101057614135984)作废财务专用章一枚。特此声明

遗失声明 北京君临时代网络科技有限公司，注册号:110113017714304，不慎遗失营业执照正本、副本。特此声明作废

作废声明 北京艳阳仙台医药有限公司(统一社会信用代码:911101160612531242)作废发票专用章一枚,特此声明

遗失声明 北京水泊心诚建材经营部（注册号:110108601564961)不慎遗失公章、财务专用章、合同专用章、法人人名章、发票专用章,特此声明作废

遗失声明 北京瀛顺斋清真牛羊肉店(统一社会信用代码:92110106MA01CRYG4M)不慎遗失营业执照副本,特此声明作废

遗失声明 北京丰瑞奇科贸有限公司,注册号:1101022261001 ,不慎将营业执照正、副本,税务登记证正、副本(税务号:110102801389386)及组织机构代码证正、副本（代码号:801389386)丢失,特此声明作废。

遗失声明 北京拙石贸易有限公司不慎遗失银行开户许可证,开户行:中国农业银行股份有限公司北京硅谷亮城支行,账号:11251401040003150,核准号:J1000196982601,开户性质:基本存款账户。特此声明作废

遗失声明 北京华瑞林丰种植有限公司(注册号:110111013307400)不慎遗失营业执照副本,特此声明作废

遗失声明 北京四维天科贸有限公司第一分公司（注册号:1101051868551)不慎遗失营业执照正本及合同专用章、法人人名章、发票专用章,特此声明作废

遗失声明 北京水泊心诚建材经营部,注册号:110108601564961,不慎将营业执照正、副本,税务登记证正、副本及组织机构代码证正、副本丢失,特此声明作废。

作废声明 北京聚源润达投资管理有限公司（统一社会信用代码:9111010575821386X7)作废公章一枚。特此声明

作废声明 北京罗港好食餐饮管理有限公司（统一社会信用代码:91110105MA0191H24D)作废公章一枚。特此声明

作废声明 北京华瑞林丰种植有限公司（注册号:110111013307400)作废公章一枚。特此声明

作废声明 北京威振佳诚商贸中心(统一社会信用代码:92110117MA01720NX0)作废财务专用章一枚。特此声明

注销公告 北京紫晶港文化交流有限公司(统一社会信用代码:91110106565796229T)经股东会决议,拟向公司登记机关申请注销登记,清算组成员:周寅、周加良,清算组负责人:周寅,请债权债务人于公告之日起45日内向本公司清算组申报债权债务,特此公告