达人分享

风很大的公主切怎么剪才不翻车

张帅
■资深发型设计师
■专注时尚减龄发型设计10年

近日，公主切在时尚圈盛行，一整个把小编飒住了。那么问题来了，近来风很大的公主切，哪些人适合？怎么剪才不会翻车呢？

1.宽脸、方脸、圆脸最适合剪公主切

公主切是妥妥的瘦脸发型，有很好的的包脸效果。公主切会遮挡面部的两侧，所以外轮廓的线条会被很好地修饰和弱化，类似方脸、圆脸、宽脸，就可以利用公主切，凸出尖下巴。

如果还想要缩减一下脸型的纵向比例，可以剪一款漫画空气刘海，修饰脸型的同时增加发型层次，整体风格更时髦。

2.发质不能太细软

过于细软的头发剪完之后发量更少，时髦的风格也呈现不出来。发质硬一点做出来更有型。

3.公主切建议染有质感的深色

有质感的深色才能更好地呈现公主切的酷感与时尚，浅色缺点质感，头发毛躁后很明显，无法很好地呈现公主切的特点。

重庆晚报-厢遇记者　廖雪源

健康常识

退一步乳腺增生，忍一时卵巢囊肿？没错，都是真的！

舒锦
■重庆大学附属肿瘤医院妇科肿瘤中心副主任医师

网上有个段子叫“退一步乳腺增生，忍一时卵巢囊肿”，生气真的会影响到这两个器官吗？为什么？

答案是肯定的。现实生活中，当工作过于劳累或压力较大时，很多女性可能会月经紊乱，也很容易出现小腹坠胀、腰背酸痛、乳房胀痛、胸闷等症状。这主要是因为女性的生理周期受到内分泌系统调节，主要是下丘脑-垂体-卵巢（HPO）轴的调控。如果经常生气，将会造成内分泌失调，久而久之，乳腺增生、卵巢囊肿这些女性疾病都会找上门来。在女性的这条性腺轴上，下丘脑在内分泌活动中就像“司令部”，它统领全局，发出指令给“垂体”，垂体可分泌两种促性腺激素到卵巢，分别是卵泡刺激素和黄体生成素，这两种激素进一步对“卵巢”发布指令，卵巢分泌雌激素、孕激素以维持女性正常的生理活动。但有时候这种调节有滞后现象，当情绪波动剧烈时，身体还没来得及反应，导致内分泌激素过多或过少，都会引起器官的相应变化。乳腺和卵巢这两个器官对内分泌激素的变化极度敏感，生气的时候内分泌激素过度分泌，造成乳腺和卵巢的生理性改变，进而导致乳腺增生和卵巢囊肿形成。

当然出现了乳腺增生和卵巢囊肿也不必过分担心，因为这两个疾病大多数是良性的，不会有明显不适。

既然负面情绪确实和疾病的发生有一定的间接关系，那么现实生活中应该怎么样去预防呢？

1.保持良好的生活习惯

作息一定要规律，保证充足睡眠。做到饮食均衡，多喝水，适当补充维生素。

2.适当锻炼

运动可以使女性保持体力充沛，让心情变得愉快。如果感到焦虑不安，可以尝试爬山、慢跑、瑜伽、游泳等。

3.适当倾诉宣泄情绪

每个人都有宣泄情绪的不同方式，适当地表达出来，对于身体健康是有利的。比如找朋友倾诉、哭诉都是可行的。

4.健康体检

每年定期做一次乳腺及妇科超声、专科查体，如果真的生病了，可以及时发现，并给予早期处理。

@轨道族们，快来打卡防空警报科普小视频

在10月31日，新中国人民防空创立日即将到来之际，防空警报科普小视频巡展又来啦！

从10月27日至11月2日，防空警报科普小视频将在重庆唯一一条能将全线网串联起来的轨道交通环线的33个站、共2234块屏上，进行每天32次，为期一周的循环展播。

据悉，这次的科普小视频不仅分别介绍预先警报、空袭警报和解除警报的三种具体形式，还特别介绍了当三种警报响起时，市民应该做什么。如预先警报表示空袭即将来临，市民将有10分钟左右的时间，快速进入人防工程进行防护。空袭警报响起，表示轰炸已经开始，大家所在的人防工程要迅速转为防护状态。听到解除警报，即宣告空袭结束，人防工程可以解除防护，大家可以走出人防工程，参与到消除空袭后果的工作中去。

当然，这里提到的都是战时情况，每年6月5日，重庆市会组织防空警报试鸣放，大家闻声勿惊。

链接

预先警报：鸣36秒，停24秒，反复3遍为1个周期（时间3分钟）；
空袭警报：鸣6秒，停6秒，反复15遍为1个周期（时间3分钟）；
解除警报：连续鸣3分钟。

重庆晚报-厢遇记者　陈丹

不同的血液成分治疗什么病

傅奇
■重庆市血液中心供血科科长，副主任护师

不同的血液成分可以治疗不同的疾病，以下是一些常见的情况：

1.红细胞：主要用于治疗贫血，如缺铁性贫血、再生障碍性贫血等。也可以用于手术后恢复、创伤等情况下的失血性贫血。

2.血小板：主要用于治疗血小板减少或功能障碍导致的出血性疾病，如血小板减少性紫癜、血友病等。

3.白细胞：主要用于治疗免疫缺陷病、白血病等疾病。也可以用于治疗某些感染性疾病，如败血症等。

4.血浆：主要用于补充血容量、调节电解质平衡、替代凝血因子等功能。可以用于治疗失血性休克、肝功能衰竭、DIC等疾病。

需要注意的是，输血前需要进行严格的检查和评估，确保输血的安全性和有效性。同时，不同成分的输注也存在一定的风险和副作用，如过敏反应、感染等，因此需要在医生的指导下进行。

交巡警面对面提醒注意交通安全

为进一步提高辖区居民的交通安全意识，近日，大渡口区春晖路街道锦榆社区联合区公安分局交巡警支队，开展了一堂“守法过马路　争做文明人”的交通安全教育课。

活动现场，交巡警根据辖区道路交通实际情况，利用面对面的讲解方式，结合典型案例，以“身边事”警示“身边人”，以实际案例分析交通事故发生的前因后果，时刻提醒大家注意安全。

引导居民遵守交通规则，摒弃横穿陋习，养成良好道路交通出行习惯。“交通安全宣传进社区，在寓教于乐中深化交通安全宣传教育效果，让交通安全深入了人心。”锦榆社区负责人表示。

重庆晚报通讯员　姜力

民生服务团进社区宣传医疗保险

为提高广大城乡居民基本医疗保险政策的普及率，近日，大渡口区春晖路街道锦华社区人大联络站联合民生服务团、区税务局开展城乡居民基本医疗保险收缴、医保政策解读宣传活动。

其间，工作人员在各小区设置医保缴费点，让居民就地购买城乡医疗保险。遇到新生儿、低保户或残疾人购买医保的相关问题及时联系专干处理。

利用入户契机，社区工作人员还同步开展了垃圾分类宣传活动。

通过开展此次活动，进一步普及医疗保险各项惠民政策，同时也在辖区内打造面对面、心贴心的多层级沟通平台，建立起服务锦华、人文锦华、活力锦华的社区文化。

重庆晚报通讯员　林利　王定香

重庆晚报 重庆各地 登报热线023-86622662 13368336681(微信同号) 证件遗失/票据挂失/环评公示/劳动仲裁/法院公告 各类招标拍卖/注销减资/公告声明/出售转让/商业广告 登报

●南滨路旺铺转让13983897093蔡
●遗失重庆揽梦园摄影有限责任公司公章(编号5001080429777)，财务专用章(编号5001080429778)，发票专用章(编号5001080429779)，胡司雨法人章(编号5001080429780)，声明作废
●重庆民泽房地产土地资产评估有限公司江津分公司遗失公章(5003815014139)，发票章1(5003815014752)，发票章2(5003815027336)，声明作废
●重庆英才旅游有限公司遗失旅行社业务经营许可证副本，许可文号：九龙坡旅游[2009]40号，编号：L-CQ008005，声明作废
●重庆渝中巧巧幼儿园遗失公章壹枚(编号：5001034002272)，声明作废
●重庆家之辉商贸有限公司遗失财务章壹枚(编号5001127253714)，声明作废
●重庆昊宇教育科技有限公司遗失财务章专用章壹枚(编号5001057191370)，声明作废
●遗失重庆亿帆美家具有限公司(公章编号5001087091849)(财务章编号5001087091850)印章回执，声明作废
●陈媚遗失导游资格证，证号：DZG2013CQ10153，声明作废
●南岸区玲隆餐饮店遗失2020.05.13核发食品经营许可证正副本，编号JY25001080228408声明作废
●重庆万忠律师事务所实习律师卢俊豪(男)，遗失律师执业人员实证，实证编号：5679230711080声明作废
●重庆市长寿区知庆运营企业管理有限公司遗失印章备案回执(编号5001152309150016)，声明作废
●重庆大叔在科网络科技有限公司遗失徐欣法人名章(编号：5001061003002)，声明作废
●重庆市万州区太龙中心小学遗失公章壹枚(编号：5001018029376)，声明作废
●重庆奇麟商贸有限公司遗失公章壹枚(编号：5002247095376)，声明作废
●重庆望森飞宇体育科技有限公司遗失食品许可证正副本，许可证编号JY25001051056171，声明作废
●重庆吉洋餐饮管理有限公司遗失食品经营许可证副本：编号JY25001121071600声明作废
●重庆柏眼兴科技有限公司遗失公章(编号5001960105239)，发票章专用章(编号5001950005331)声明作废
●重庆鑫中美家俱有限公司(统一社会信用代码：91500011258148750B0)遗失印章壹枚，声明作废
●重庆博众电力工程有限公司遗失公章壹枚(编号5001068297894)，声明作废
●重庆木道健康科技有限公司遗失财务专用章壹枚(编号：5001127049780)，声明作废
●重庆市铜梁区福源铝合金经营部遗失公章壹枚，编号：5002241013486，声明作废
●重庆市黔江区大爱公益服务中心遗失公章壹枚，编号：5002390001798，声明作废
●重庆市荣昌区美美装饰经营部遗失公章(编号：5002263028892)一枚，现声明作废
●遗失重庆增值税专用发票1份，发票代码5000222130，号码13862882，声明作废
●候德明遗失经营者名称：*食品经营许可证正本，许可证编号：JY25001071019975，声明作废
●刘建军(身份证号510224197412080083X)遗失桥门式起重机司机Q4，声明作废
●重庆融沙科技有限公司遗失中国银行股份有限公司在重庆解放碑支行开户许可证，核准号J6830044612601作废
●黄婷执业护士证遗失，证号2020050003545声明作废
●重庆市北碚区学友课外教育培训学校有限公司遗失民办学校办学许可证副本，籍教民150010972018091号，声明作废
●遗失重庆板路森企业管理有限公司公章编号5001950031728)，财务专用章编号5001950031729)声明作废
●遗失重庆陆莲兴酒店有限公司公章壹枚，声明作废
●重庆颐于医院遗失2021.01.26核发医疗机构执业许可证正本：登记号PDY49227250011311702112声明作废

解除租赁合同通知书
重庆市江津区老米市饭店：费司与我中心于2000年7月18日签订了《重庆市公有房屋非住宅租赁的》，约定由费司在2000年7月1日至2001年7月31日期间，承租位于重庆市江津区几江街道老米市食品公司还14、16、18号（现为重庆市江津区几江街道老米市街14、16、18号门市）的三间国有营业房。租赁期限届满后，费司与我中心并未续签新的房屋租赁合同，但上述三间国有直管公房仍由费司占有，使用至今。根据《中华人民共和国民法典》第七百三十四条规定，租赁期限届满，承租人继续使用租赁物，出租人没有提出异议的，原租赁合同继续有效，但是租赁期限为不定期。第七百三十条规定，当事人对租赁期限没有明确的定或者约定不明确，依据本法第五百一十条的规定仍不能确定的，视为不定期租赁；当事人可以随时解除合同，但是应当在合理期限之前通知对方。因此，费司与我中心之间在合同租赁期限届满后，存在承租人述三间国有直管公房的不定期租赁合同，我中心现决定以国与费司解除《重庆市公有房屋非住宅租约》，请费司自收到本通知之日起7日内，将上述三间国有直管公房及其附属设施交还住保中心，结清房屋租金及物业管理服务费、水、电、气等相关费用，并前往重庆市江津区鼎山大道西苑路1号（重庆市江津区住房保障中心）办理退房手续，逾期未办理的，我中心将依法向人民法院提起诉讼，由此产生的一切责任均由费司自行承担。　特此通知！
重庆市江津区住房保障中心
2023年10月27日
联系人：罗老师　联系电话：02347589171

招租公告
重庆巴蜀公共交通站场管理有限公司现有以下房产对外公开招租，具体信息如下：1.江北区建新东路251号附23号五里店公交站场房屋，面积300m²，租金价格面议，租赁期限1年，履约保证金为合同首年三个月租金，采取预付方式，按季度支付；2.巴南区外河街公交枢纽站场负一层库房，面积200m²，租金价格面议，租赁期限5年，履约保证金为合同首年三个月租金，租金每两年2%递增，采取预付方式，按季度支付。联系人：秦老师，电话：67683001。　2023年10月27日

公　告
位于渝中区嘉陵新路6号8-5号占房人至本公告刊登之日起满10日内搬离被占房屋及清空房屋内所有物品。如逾期未搬离，我单位将采取措施收回该房屋。
重庆市沙坪坝区正通资产管理有限公司

注销公告：重庆市江津区龙脱专业技术协会统一社会信用代码51500116059857332Y）拟将注销，根据《社会团体登记管理条例》规定，请相关债权债务人在本公告登报45日内到本单位办理债权债务清偿手续。特此公告2023年10月27日

重庆宽君餐饮管理有限公司遗失华润置地（重庆）有限公司华润中心万象城B1层B148号商铺白鹿原收据1张，收据编号00001292，记载金额￥20000元（库房押金），特此声明作废。由此产生的经济纠纷及其法律后果由我司承担，与华润置地（重庆）有限公司无关。

注销公告：奉节县果庆香农业发展有限公司（统一社会信用代码91500236MAAC24LX1K）经股东决定，本公司拟将注销，根据《公司法》规定在登报之日起45日内，请债权债务人到本公司办理债权债务清偿手续。特此公告！　2023年10月27日

返岗通知
吕波，你于2022年10月8日起未履行任何请假手续而擅自离岗，也未向公司说明原因，限你在2023年11月10日前返回工作岗位执行工作职责。逾期不归，公司将视你严重违反公司制度及劳动纪律，将按相关规定处理。
重庆吉新铁路运输服务有限责任公司
2023年10月27日

重庆中正家本业有限公司中正家居生产项目环境影响评价信息公示
根据《环境影响评价公众参与办法》（生态环境部令第4号）要求，重庆中正家本业有限公司中正家居生产项目环境影响报告书征求意见概形成后，公开下列信息，征求与该建设项目环境影响有关的意见：**（一）环境影响报告书征求意见稿全文的网络链**：https://pan.baidu.com/s/1YwqIFgmRUJXAjxlhpnYVrq，提取码：twbm。查阅纸质报告书的方式和途径：公众可到建设单位办公场所查阅环评报告。**（二）征求意见的公众范围**：环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织。**（三）公众意见表的网络链接**：https://pan.baidu.com/s/19-PB3nTvC4uUxtkdtmCaa4A，提取码：e8mr。**（四）公众提出意见的方式和途径**：联系人：李总，联系电话：13896981005。公众提交意见时，应当提供有效的联系方式。**公众提出意见的起止时间**：2023年10月24日-2023年10月30日。

重庆市万州区劳动人事争议仲裁委员会公告
万州区枇杷坪既视感美发店：本委受理夏晓霞、杨洪涛、黄熙皓、张恒杰、秦圣利与你(单位)劳动(人事)争议一案，现已审理终结。因采取其它方式均无法送达，现依照《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条规定向你公告送达本委编万劳人仲案字(2023)第689-693号仲裁裁决书，裁决如下：你公司本裁决生效后15日内一次性支付申请人工资等共计161448元，其中夏晓霞4948元、杨洪涛800元、黄熙皓2279元、张恒杰6392元、秦圣利1729元。请自公告之起30日内到本委领取仲裁裁决书(地址：重庆市万州区天城大道719号后楼四楼)，逾期视为送达。如不服本裁决可在公告期满后15日内向有管辖权的人民法院起诉，逾期未起诉的，本裁决书发生法律效力。
重庆市万州区劳动人事争议仲裁委员会
2023年10月24日

重庆市万州区劳动人事争议仲裁委员会公告
万州区既视感外家书房装饰工作室：本委受理王杰、李铭松、张鹏、余桢林与你(单位)劳动人事争议一案，现已审理终结。因采取其他方式均无法送达，现依照《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条规定向你公告送达本委编万劳人仲案字（2023)第679-682号仲裁裁决书，裁决书如下：你公司应于本裁决生效后15日内一次性支付申请人工资等共计12300元，其中王杰4715元、李铭松3950元、张鹏2585元、余桢林1050元。请自公告之日起30日内到本委领取仲裁裁决书(地址：重庆市万州区天城大道719号后楼四楼)，逾期视为送达。如不服本裁决，可在公告期满后15日内有管辖权的人民法院起诉逾期未起诉的，本裁决书发生法律效力。
重庆市万州区劳动人事争议仲裁委员会
2023年10月25日

注销公告：重庆市江津区现龙花椒技术协会统一社会信用代码51500116060503582R)拟将注销，根据《社会团体登记管理条例》规定，请相关债权债务人在本公告登报45日内到本单位办理债权债务清偿手续。特此公告2023年10月27日

重庆德能再生资源股份有限公司年处理10万吨废旧铅酸蓄电池技改工程环境影响评价公众参与第二次公示
受重庆德能再生资源股份有限公司委托，中冶赛迪重庆环境咨询有限公司已完成《重庆德能再生资源股份有限公司年处理10万吨废旧铅酸蓄电池技改工程环境影响报告书（征求意见稿）》。现按照《环境影响评价公众参与办法》相关规定，征求公众意见与建议，公示时间为：2023年10月27日-2023年11月10日，公众可在公示期间可通过邮寄、现场或者电子邮箱形式提出相关意见。《报告书》拟质版查阅地址为重庆德能再生资源股份有限公司办公楼。电子版以及公众意见表下载链接为：http://www.dazu.gov.cn/jkq/qstbjj/zwgk_53321/fdzdgknr_53323/zdxmhjyxp/jyxmhjspspqk/2023/10/t20231024_12465462.html。联系人：冷鑫；联系电话：13296281638；电子邮箱：1005820215@qq.com。

声明：本人秦彪因他人耿骗注册了以下三家公司（重庆便仁物流有限公司、重庆便仁物流有限公司成都分公司、重庆来宏德汽车销售有限公司）并任法人，现特声明如下：自公告之日起，1、重庆便仁物流有限公司、重庆便仁物流有限公司成都分公司、重庆来宏德汽车销售有限公司的所有印章(公章、财务章、合同章等印章)全部作废。2、重庆便仁物流有限公司、重庆便仁物流有限公司成都分公司、重庆来宏德汽车销售有限公司停止一切业务。自公告之日起，凡与上述三公司开展的一切业务均与上述三公司无关。
声明人：秦彪　2023年10月26日

公　告
“荣香学府”项目业主和相关利害关系人：
“荣香学府”项目位于大足区棠风路以东，香国公园以南，由重庆诚平房地产开发有限公司开发建设，属于“四九工程”。该项目方案批准地下车库面积为20456.78平方米，停车位659个（其中室内617个、室外42个），因一期车库增加配电用房，2018年地下车库面增加为21765.85平方米。现二期车库需要再次增加配电用房，且原增加的地下车库位置临森发集团无法施工，为保证项目顺利实施，建设单位向我局提出申请对该项目停车位进行调整，现对“荣香学府”车位调整进行公示。公示时间为2023年10月30日至2023年11月6日，公示地点为“荣香学府”项目售房部，小区公示栏。重庆市大足区规划和自然资源局网站（http://www.dazu.gov.cn/qzfbm/qghzrzyj/），请该项目业主和相关利害关系人相互转告。
若各位业主和相关利害关系人对公示内容无重大异议，公示结束后我局将依法按程序对该调整办理相关规划手续。特此通告
联系人：何老师　联系电话：43394705
重庆市大足区规划和自然资源局　2023年10月27日

责编 廖雪源　美编 张展　责校 侯琪琳