



你最忠实的伙伴
Teman Setia Anda

HARIAN INDONESIA

印度尼西亚日報

訂戶月費：Rp100,000/- 零售：Rp4,500/- (外省及外島另加寄費) [HarianIndonesiaHI](#) <https://www.harian-indonesia.com>

2021年4月1日 (星期四)

南非導遊學中文盼重振旅遊業

南非旅游部挑选的20名导游，完成了约翰内斯堡大学孔子学院提供的为期两个月的中文培训。

A4



亞太須避免K型復蘇

亚太地区需要在防灾能力上进行大量可实现的投资，保护发展成果，并避免K型复苏。

A7

C羅仍是國家隊隊長

葡萄牙国家队主帅费尔南多表示，C罗没冒犯任何人，他是葡萄牙的榜样。

B6



銀行與資本市場人員 大規模接種冠病疫苗

休假
啟事

适逢耶稣受难日公
共假期，本报于4月2日
(周五) 休假，是日无
报，并将于4月3日(周
六) 起照常出版，敬请
读者垂注。 编辑部 启



(雅加达讯)总统佐科威周三(3月31日)上午在雅加达苏迪曼中央商务区(SCBD)印尼证券交易所(BEI)大楼，视察了对银行和资本市场参与者进行大规模疫苗接种的实施情况。

佐科威于上午8时45分到达该地点，并立即审查了疫苗接种的各个阶段，从重新注册，健康检查，注射疫苗剂量到注射后观察。在审查中，总统由财政部长丝丽·穆耳雅妮、卫生部长布迪·古纳迪和金融劳务主管机构(OJK)主任温波·善托梭陪同。

佐科威总统致词时指出：“今天早晨，我们在银行和资本市场进行了大规模的疫苗接种，特别是针对那些每天与客户打交道，与社区打交道的人，包括为银行客户和社区服务的客户服务部人员和出纳员。这是应优先考虑的。”

他指出，银行和资本市场部门是推动受大流行影响的印尼经济的重要部门。我们知道，国民经济的主要驱

动力是消费，投资，进出口。银行和资本市场则是我们经济发展的非常重要的组成部分。

不仅在印尼证券交易所，大规模疫苗接种还在其他四个地方进行，分别是BNI大楼，CIMB Niaga大楼，Danamon 2大楼和BCA主楼。佐科威总

统希望，随著这种大规模的疫苗接种活动，金融部门能够尽快恢复。

佐科威总结说：“我们希望在资本市场的活动，在我们银行界的活动能够受到保护，免于受到冠病影响，并且我们希望在疫苗接种后可像往常一样正常运行。”

同时，财政部长丝丽·穆耳雅妮表示，为金融部门的参与者进行大规模疫苗接种是政府的一种关注形式，以便经济活动很快就会恢复。

她补充，该疫苗接种计划优先考

虑服务于金融部门的人员。

丝丽通过视像与其他四个地点的疫苗接种者进行对话时说“这是总统的关注，以便经济活动将很快恢复。因此，对于金融部门，无论是银行业务，还是资本市场，这确实是我们所有人的首要任务。”

财政部长希望实施疫苗接种能够使这一部门的参与者充满信心。她还希望所有部门都能早日恢复正常，以支持经济复苏的所有努力。

她说：“我希望金融界的所有朋友，无论是银行，非银行以及资本市场的所有人，都可以再次充满信心，因为这将决定我们的经济复苏。”

丝丽结束对话时还不忘提醒金融部门的参与者，继续遵守卫生礼仪规则。她希望一切顺利，每个人都会得到健康。

她说：“即使您已经接种了疫苗，请不要忘记继续戴口罩和严守卫生礼仪规则。” (KP)



白宮：做法將大為不同 拜登無意與金正恩見面

來？

拜登会与金正恩见面吗？有记者向白宫提了这样一个问题。

据路透社消息，当地时间3月29日，白宫新闻秘书珍·普萨基在记者会上回应表示，美国总统拜登不打算与朝鲜最高领导人金正恩举行会晤。

根据白宫官网公布的实录，当天，有记者提问：现在，总统说他已经“准备好与朝鲜开展某种形式的外交”，这是否包括与金正恩一起坐下

对此，普萨基回答说：“我认为他的做法将会有很大不同，这不是他的打算。”

报导还提到，拜登的前任特朗普与金正恩举行了三次备受瞩目的会晤，并交换了一系列信函，“但关系后来变得冷淡”。朝鲜此前表示，除非美国放弃对朝鲜的敌意政策，否则朝鲜不会接触美国。

路透社称，拜登当地时间3月25日曾表示，尽管朝鲜进行测试，美国仍对与朝鲜外交保

持开放态度，但警告称如果朝鲜升级局势，美国将会做出回应。

另外，3月25日，朝鲜再次发射疑似短程弹道导弹的飞行器，引起美日韩等国的密切关注。美国在26日紧急召开的联合国安理会会议对朝制裁委员会非公开磋商会上指责朝鲜自卫措施“违反联合国决议”，主张“强化制裁”及“适用后续制裁”。

据朝中社29日报导，朝鲜外务省国际组织局局长赵哲洙

28日表示，朝鲜试射导弹纯属行使自卫权的正常活动，西方一些国家无端指责朝鲜，严重侵害一个国家的主权，是明显的双重标准。(环球网)



冠病疫情數據

(截至 3 月 31 日)

新增确诊： 5937 例
累计确诊： 1511712 例
累计治愈： 1348330 例
累计死亡： 40858 例

Bagus™ Fresh 99

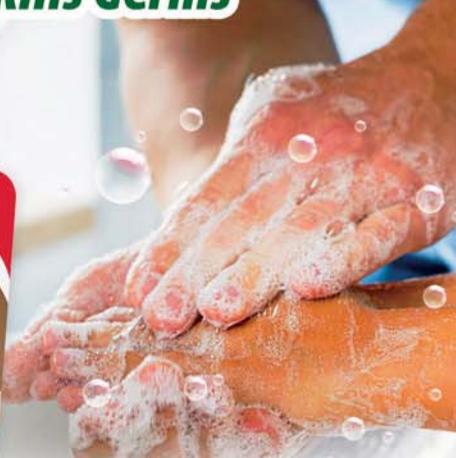
抗菌手洗
ANTIBACTERIAL HAND WASH

抗菌洗手液
SABUN CUCI TANGAN KELUARGA
EFEKTIF MEMBUAHU KUMAN

FIGHTING
COVID-19
抗擊
新冠肺炎



2x Protection
Kills Germs



www.bagusdn.com
关注我们：[Shopee](#) [Tokopedia](#) [JD.ID](#)
Tersedia di Supermarket & Minimarket terdekat anda

官方电商合作平台：

Bagus™ Sibiru
+Anti Bakterial

300 FLUSH
全新抗菌
蓝泡泡廁所清洁球
FOR CLOSET
BEBAKU
BEBAKERAK
BEBAKUMAN

國警總部遭襲擊 女子舉鎗被擊倒

(雅加达讯)雅加达的国家警察总部周三(3月31日)下午4时45分,遭到一名恐怖分子袭击。

从设在警察总部的闭路电视画面上,可看到一名身穿蓝黑色衣服,戴蓝色头巾的女子,徒步走进警察总部。

该人携带枪械曾巡视四周。

不久可看到从警察总部大楼走出数名警察,但当看到那人举起枪械后,又急忙走进大楼。

该人接著又到处走了一会,接著她走远但还举著枪械。

不久,克看到她倒下来,推测是被人开枪击倒,躺在地上不动,但画面上看不到击倒她的人。

附近居民和记者都曾听到好几次的枪声。

事件发生后,警方封锁了现场。

据目击者说,袭击者进入警察总部前刻,就已听到两三次的枪声。但有人说听到7次枪声。(SY)

画面拍到女子倒在地上。

闭路电视拍到袭击国家警察总部的女子。



遇袭的警察总部。



涉及爆竊ATM機 峇厘警方逮捕保加利亞公民

(登巴利讯)峇厘警区一般刑事调查局逮捕了一名涉嫌爆窃自动提款机(ATM)款项的保加利亚公民伊利亚斯·达尼米尔(Ilias Danimil Saif,别名Rehman, 20岁)。

峇厘警区一般刑事调查局主任汝汉尼·拉哈尔佐大警监周一(29日)在新闻发布会上说:“该外国公民在峇厘警区和西努警区辖区进行了复制客户ATM数据和盗窃ATM款项的罪行。他也是在本国即保加利亚ATM款项盗窃案的再犯。”

他解释说,犯罪者在不久前的静居日展开了盗窃ATM款项的罪行。嫌犯通过销毁ATM和ATM盒子进行盗窃,所掠取到的款项总金额为255万盾。至于嫌犯复制客户数据的模式,即破坏ATM机的密码盖,然后用已经装有隐藏摄像机的密码盖代替。嫌犯接著在ATM机的卡部分插入一个深度分离器(deep skimmer),以记录进行交易的客户的数据。

在这种情况下,有两名受害者向警方报案,分别是盗窃罪受害者阿迪·库尔尼娅宛(I Ketut Adi KP)

政府應效仿中國管理國企方式

(雅加达讯)印尼年轻企业家协会副总主席昂加威拉(Anggawira)向政府呼吁,我们的国营企业理应该效仿中国强盛的国营企业,俾能在境外应付自如其竞争对手,处于屹立不倒之地。

他是于上周六(27日),在一个以“国营企业过于强盛?”为主题的研讨会上发言时强调。

他接著指出,长期以来,我国的国营企业长期以来仅限于表面形态活

爲ATM機填充鈔票執勤員遭鎗匪鎗傷劫走3億

(丹格朗讯)周二(30日)上午,持枪劫匪在万丹警区丹格朗都会警署的管辖范围内,抢劫丹格朗独立印尼人民银行古昆分行办事处。

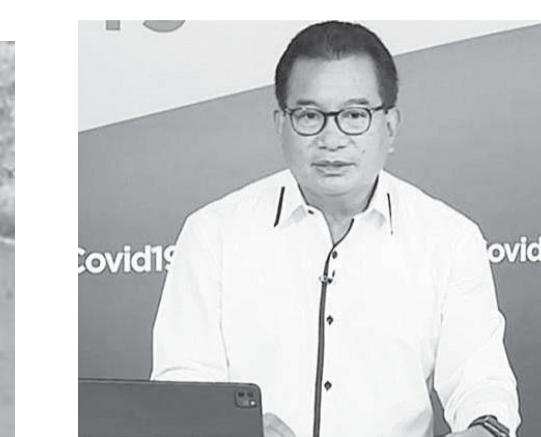
据报告称,分装3个铁盒的3亿盾现金被劫匪掠走,不仅如此,劫匪也向印尼人民银行古昆支部提款机填充现金值勤员脚部开枪,以及抢夺保安员的手机。

到目前为止,当地警方还未提供正式声明,其间印尼人民银行古昆支部发生抢劫案后处于肃静,没有银行业务活动。

一位附近居民瓦尤艾埃卜称,因为抢劫案发生于早晨,部分居民都不知道,劫匪开枪的声音很小,没有人理会该响声。

“我真的不知道到底是什么,只知道,刚才早上,晨祷时分印尼人民银行古昆支部遭劫,许多警员在现场守卫及围起了警戒线。”瓦尤于周二(30日)在发生抢劫案现场拉热克对记者说。

根据所收集到的信息称,抢劫案发生是当提款机填充现金值勤员,在二名保安的护卫下填充提款机现金时,劫匪立刻走过来以手枪进行攻击。



处理冠病病毒工作组发言人维古。

免中斷對我國供應疫苗 政府與阿斯利康供應國協調

卫生部长布迪(Budi Gunadi Sadikin)不久前曾说,因印度出现新病例剧增的现像,该国因此实施了疫苗禁运措施,这种情况有可能干扰我国疫苗库存和供应。

生物药剂(Bio Farma)公司总经理哈内斯蒂,不久前要求外交部与其他国家(特别是印度)进行外交协调,以免因为禁运而中断对印尼的新冠疫苗供应。

哈内斯蒂周一(3月29日)与国会第六委员会举行的一次会议上说,印度是我们要“接近”的国家之一,因为该国是一个生产阿斯利康(AstraZeneca)和诺华(Novavax)疫苗的国家。实际上,我国已与印度签署了一项合作协议,在禁运之前从该国进口疫苗。

哈内斯蒂认为,必须考虑到政府实施的疫苗接种速度已从每天10万至20万剂增加到每天近50万剂,因此必须保持疫苗供应。我们不希望疫苗接种速度受到干扰,因为冠病疫苗保障机制(Covax)预测疫苗供应会延迟。

他说,印度的疫苗禁运是由于该国新冠肺炎病例过多,因此他们选择首先将疫苗用于国内需求。但从中国进口的科兴(Sinovac)疫苗供应仍按原计划进行。

此前有报道说,印度暂停出口由全球最大的疫苗生产商印度血清研究所(SII)生产的阿斯利康新冠疫苗注射液。

此举已影响世卫组织(WHO)支持的Covax疫苗共享计划的供应,这也对我国产生影响。卫生部长说,到2021年4月,预计我国只能接种700万剂科兴疫苗。

卫生部长布迪最初估计,我国能得到750万剂阿斯利康疫苗,使总数达到1500万剂。但印度的禁运使疫苗供应中断。

他于周日(28日)在Charta Politika的调查报告中说,供应不足,导致疫苗注射需要重新分配。我们原本应该在三月至四月获得大约1170万剂疫苗,但到昨天为止,却只获得110万剂。



发生劫案的银行自动提款机。



警方在案发现场调查。

清理艙油庫發生爆炸工頭被活活燒死

(丹绒班兰讯)工作事故导致一位名叫阿尔托洛默艾乌斯卡拉恩(42岁)因为80巴仙的身体被火烧伤,咽下了最后一口气,事件始于OB Transko Ranau艙油油库爆炸。

导致一位艙油船员也是身为工头

受伤,于上周六(27日)逝世。

即刻由OB Transko Ranau艙油全体船员及Transko Betet拖船船员的协助下将死者迁移前往勿里洞县丹绒班兰码头。

“当回航时,这艘艙油是空著



丹绒班兰IV级KSOP值勤员与丹绒班兰港口值勤员,协助迁移不幸烧死的艙油船员。



的,打算进行清洗,当清洗时发生爆炸,炸中死者。”丹绒班兰IV级航行安全,保安和巡逻(KSOP)值勤员夏夫法特与丹绒班兰IV级首席执行员亨吉·菲尔曼夏一起于周一(29日)说。

他解释称,未发生前,该艙油在丹绒班兰北泰咪纳卸油后计划回航往丹绒普禄码头。

回航时艙油船处于空著的及计划到了丹绒普禄码头将调换燃油载物。

因为要调换燃油类运载物,因此进行无燃油或清洗油库。但在清理时却突然发生爆炸,炸中受害者导致烧伤逝世。

“艙油及拖船是来自北泰咪纳为勿里洞提供燃油。”法特利说。

根据丹绒班兰IV级KSOP首席执行员亨基·菲尔曼夏有关方面正对艙油全体船员进行调查对发生该事件的原因。

“稍后的检查结果将在BAP中说明,而我们仍在调查此事件,”亨吉说。

財長希望接種疫苗能提升對金融業信心

(雅加达讯) 财政部长丝丽·穆耳雅妮周三(3月31日)在雅加达,佐科威总统巡视在印尼证交所大厦所开展接种疫苗活动中表示,针对资金市场与银行业值勤员接种疫苗实施,可能增强金融业商家对经济复苏积极前景的信心。

丝丽财长说,我期望,金融业或银行业、非银行企业或资市领域所有值勤员会回覆信心,因那是对经济复苏甚具影响力。她阐明,本来,接种疫苗政府纲领将优先针对银行业与资市值勤员,因他们是负责直接与民众互动的人员,例如客户服务部门或出纳员。借助接种纲领实施,可望银行业与资市企业活动能持续逐渐复苏。

总统说,至于金融领域,不论银行业或资市企业将成为我们大家的优先注射目标。使得所有领域活动能即时复苏以便支撑经济复苏。针对金融业领域的疫苗接种,实属总统以加速经济活动复苏的一种关注形式。

她说,或许由于接种经费取自于国家收支预算。如所周知,这是总统关注使得国民经济能即时恢复活动。

除在雅加达证交所之外,还在其他4座金融活动中心场所,开展了针对银



財政部长丝丽(左)巡视在雅加达证交举办供银行业与资市业值勤员的疫苗接种情形。

行业与资市业值勤员的类似大众疫苗接种活动。

我国定下指标,今年经济增长介于4.5%至5.5%。或从去年负值增速2.07%有所好转。为优化谋致该经济增长指

标,政府设法复苏民众卫生摆脱冠病疫情大流行影响。据处理冠病疫情工作组数据资料指出,迄至今年3月30日,政

府经对770万名居民进行疫苗接种。

(MIM)

財長稱疫情大流行過後各國都將面對經濟挑戰

(雅加达讯) 财政部长丝丽·穆耳雅妮周二(3月30日)在雅加达举行财政措施机构“公众对话节目”中表示,经过了疫情大流行平息之后,全球各国将面对社会与经济挑战。该挑战实属一种将导致产生各种现象,如气候异常和自然灾害的氛围改变。

她说,全球将发生的挑战主要有关氛围转变方面,如会有威胁全球各国的冠病疫情爆发、会导致海水平面高涨的气候改变与季节转变等变化莫测的迹象。

她阐明,氛围改变将带

动气候极端转变,以致将造成人命与财务上的丧失。而且,气候异常转变还能引发各种自然灾害,如洪流、泥石流与山体滑坡。

丝丽财长引援联合国紧急部队(UNEF)研究中心的报告指出,目前,地球表面气温经从改进工业化前的温度升幅了1.1%。而且,新的研究结果还表明,到了2030年,预计气温升幅料将达3.2摄氏度。甚至于,即使各国已通过《巴黎协定》表明了其防止气候变化的各国承诺,但地球表面气温极端升高的可能性仍然存在。

可是,其升幅远远超过了所规定为1.1%的门槛或许可范围,而被认为将威胁全世界。

她说,我国身为人口众多的国家,必须积极参与通过减缓和适应防止计划来维护世界气候。这是由于气候恶化所带来的影响后果将威胁到全球经济的缘故。

目前,我国仍在实施国家自主贡献计划(NDC),或通过增大可再生能源(EBT)的融合比例,将从原先规定23%,提升至2030年的29%。若我国能获世界支持,也许还会再提升至41%。为达成29%的融合能源比率,她说,则需要有远更深入而更详细的策略,特别有关融资方面的贯彻执行。

至于融资方面的一贯性,

她说,我国成为发展中国家的代表,而芬兰当选为联盟财政部长的联席主席,以便在2021年4月至2023年4月期间,执行有关气候变化务须采取行动。该联盟是自2018年,当我国在峇厘岛举办国际货币基金组织(IMF)年度会议时所成立的。其成立主旨在于推动各国财长俾能运用财政政策进行公共财务管理,并动用融资作为在国内和全球范围内与应对气候变化有关的计划所需资金。

至于我国取代智利而被当选为联席主席表明了,我国被考量经在全球范围内,包括在克服气候变化方面的成就,以及我国成为20国集团成员的战略地位,将胜任应对这些挑战的决定成果。

(MIM)

不错,但是现在考虑到国外的一些国家并没有改善。目前,我们不允许中国公民去峇厘岛旅行。”他解释说。

他解释说,自2017年以来,中国游客连续三年来访峇厘岛的人数已超过100万,并使中国游客成为峇厘岛旅游的主要来源。

同时,由于冠病疫情,于2020年中国公民出国访问的次数下降。我们经常收到来自中国公民的电子邮件或消息,询问峇厘岛的冠病疫情情况与旅游业,许多中国游客都希望冠病疫情后再到峇厘岛旅游。“他解释说。(LDS)

中國駐登巴刹總領事協助向中國促銷峇厘東西努

(登巴刹讯) 中华人民共和国驻登巴刹总领事,愿意协助印尼向中国促销峇厘岛,西努沙登加拉和东努沙登加拉的旅游资源,并协助旅游参与者建立联系。

中国驻登巴刹总领事朱兴龙于周二在峇厘登巴刹的网络研讨会上指出,两国旅游局必须加强对话与交流,鼓励利益相关者,例如政府,研究机构,协会和从事旅游业的公司,就冠病疫情之后的旅游合作条件和机会进行讨论。当然,我们也愿意协助促销峇厘岛,东努沙登加拉,西努沙登加拉旅游到中国。

他说,旅游业合作是社会文化交流的重要组成部分。除了其作用将有助于一国的经济复苏。然后,还可以通过增加普通话方面的人力资源培训,改善环境健康和服务质量来开展旅游合作。

“我很高兴看到峇厘岛旅游业的参与者已经开始接种疫苗,我相信这将有效地保证旅游参与者的安全和健康,并给来访的游客带来信心。”他说。

另一方面,中国驻登巴刹副总领事梅运才指出,峇厘岛是中国游客最喜欢的目的地。

“许多中国的年轻人都想去峇厘岛,但由于冠病疫情的状况尚不理想,不少人也在延迟,其中之一是参加婚礼

活动及其他等。”他说。

他说,到目前为止,仍然有100名中国游客留下来。之所以占主导地位,是因为有些人已经与当地的峇厘岛人结婚,在这里开展业务或仍想在峇厘岛发展业务。

“峇厘岛的条件非常有利,我们非常支持前往峇厘岛的游客,在中国也很

不错,但是现在考虑到国外的一些国家并没有改善。目前,我们不允许中国公民去峇厘岛旅行。”他解释说。

他解释说,自2017年以来,中国游客连续三年来访峇厘岛的人数已超过100万,并使中国游客成为峇厘岛旅游的主要来源。

同时,由于冠病疫情,于2020年中国公民出国访问的次数下降。我们经常收到来自中国公民的电子邮件或消息,询问峇厘岛的冠病疫情情况与旅游业,许多中国游客都希望冠病疫情后再到峇厘岛旅游。“他解释说。(LDS)



中国驻登巴刹领事馆朱兴隆先生。

政府爲了提升糧備擴充林區內農耕地面積

(雅加达讯) 农业部长夏鲁耳·雅辛·林波周一(3月29日)在雅加达史纳延国会大厦,粗细同工会第四委员会所举行虚拟工作会议中提议有关,在冠病疫情期间提高国内粮备的重要性。他说,至关重要于政府为提整国民粮备而立即增进扩大农业领域耕种地面积,其中

如善加利用土地资源,而在森林地区内发展多样化种植植物。

“粮食耕作务须持续努力推展,此事可随着利用现有土地资源而发展粮食作物并利用树林地区地皮所进行的。”

他认为,扩充树林区内农业领域农耕面积已是迫切需要之事。继某些国际机构包括联

合国粮食组织(FAO)可怖的预测,冠病疫情大流行影响后果所带来全球饥荒危机录志,全球79个国家的2亿7100万居民将受严重饥荒的威胁。

不独于此,疫情大流行经摧毁了全球经济,致使许多国家陷入了衰退的边缘,为近千年最惨的萧条处境。

他阐明,该苦药丸其中由于农业活动无法进展,导致全球各种粮食商品分配受阻扰,以致民众购买力下降。

因此,他相信,至关重于加速扩大林区内耕种地面积。必然的仍须关注恒存天然资源的通行法规。此事是以防范对环保(森林地)的不良后果。(MIM)

爪哇第一蒸汽發電站進入最後階段年杪可建竣

(雅加达讯) 国油电力公司和爪哇电力第一公司联营成立电力与再生新能源次空股公司(PNRE)建于爪哇第一座燃气蒸汽发电站(PLTGU Jawa-1)工程进度已达96%,而进入了建工结尾阶段。

PNRE次控股公司首席执行员丹尼夫·达努沙普特罗周五(28日)表示,迄今为止,所建发电站工程进度已达96%。自建工进度数据所指出,公司乐观今年12月份预期达成投入商业营运指标。

作为国家战略工程-爪哇第一座燃气蒸汽发电站工程监管者的国会第七委员会,上周五(26日)进行了工作访问,视察建于西爪哇加拉横县,东芝拉马亚镇全东南亚最大的燃气蒸汽发电站工程现场情形。

第七委员会副主席也为本次造访代表团领队埃迪·苏巴尔诺,在巡视现场致辞中表示,进行造访并不独以确保具体构建活动能否顺利进展,还须作为支撑建工形式上所进行的。我们欲亲眼目睹,并一道获取有关该集成

浮动式储气站(FSRU)项目,燃煤气蒸汽发电站工程的细节资讯。参与本次工作造访的官员还有矿务能源部油气总司长、电力总司长及国电公司代表。

如所周知,目前,爪哇电力公司的FSRU船,已经靠岸在去年3月中旬所供应的系泊设备。该船的到来至关重要成为主要的支撑设备,即直接连贯到所建于爪哇第一座燃气蒸汽发电站的集成部份。该将在芝拉马亚离岸远海之处停泊,为期25年的FSRU船运营将成为储存与再气化供发电汽轮机组所需燃料的作用,继而,再通过21公里长输气管运往发电设备,以便生产1760兆瓦的电力。

该工程已经过了2500万小时工作日程而毫无发生故障。并包括在冠病疫情大流行期间严格履行卫生礼仪,建筑工程仍能持续进展。

此事得以实施是与全体利益相关者的鼎力支持有关,为此我方表示感激不尽。

(MIM)

交通部長布迪披露安汶新港的投資達5兆

(雅加达讯) 科威总统周一(29/3)下午在雅京总统府召开的局部会议上,为马露姑省发展综合渔业中心区向交通部长布迪·苏马迪作出了指示。

布迪·苏马迪周二(30日)表明,政府将通过征集(solicited)方案或在政府的倡议下建立国家鱼仓中心。其投资价值估计为5兆盾。

他说:“总统的指示是进行有针对性的发展,这意味着著政府将开始征用200公顷的土地并准备基本的基础设施。”

他指出,印尼东部鱼类丰富。在海事渔业部长的报告中,有许多事情可以使之有效,从而使捕捞功能得以发挥。

他说:“从那里我们可以看到,要建设一个国家级的鱼仓或鱼类储藏中心,仅仅开发或使用现有的港口是不够的,但我们需要一个与工业区共享的港口。”

因此,政府决定按照要求的方案进行开发。然后,政府将通过政府与商业实体之间合作(KPBU)进行拍卖,投资价值约为5兆盾。

在初期阶段,安汶新港的建设投资估计为1兆3000亿盾。然后在下一阶段,政府将移交给私营部门以释放700公顷土地,以致安汶新港的总面积为900公顷。

估计安汶新港的建设期为两年。

布迪解释说:“我们希望重组计算捕鱼的方法。因此,在这两年中,我们可以在安汶

(KP)

國營自力更生公司開齋節前進口420噸牛肉

(雅加达讯) 国营企业经营的禽畜肉业自力更生公司(PT Berdikari),将于5月13至14日开斋节到来之前,从巴西进口420吨牛肉。

国营自力更生公司经理哈利(Harry Warganegara),周一(29日)在雅加达举行的一项网络研讨会上表示,总数达420吨的进口牛肉,将于今年开斋节之前抵达,下个月将率先抵达装载196吨进口牛肉的7个货柜,继于5月份将抵

达19个货柜,不过只限于装载224吨的进口牛肉,于开斋节之前抵达。

预计进口的上述牛肉遭遇一些困难,事缘该公司于今年2月间接受训令从巴西进口牛肉时,直至3月间方能进行交易,而寄送路程需费时40至45天,巴西在这期间的牛肉价

格,已相比去年飙升了30%。

直至今年3月15日,已经从巴西预定79个货柜牛肉,包括属公司名下的15个货柜,剩余者则属其他同行业商家所有。

如所周知,国营自力更生公司,自2012年起已受命成为主管社会大众营养粮食供应商,以及为国内禽畜业养殖户,提供优良育种,同时与政府共同制定禽畜肉类战略性价格的公司。

此前,商贸部国内商务署署长赛亨德拉(Syailendra)曾表示,为满足国内开斋节的进口牛肉,必须于今年5月间开斋节之前到位。

该署预计今年3、4至5月间,所需牛肉消费指数,徘徊在52,156吨、59,979吨,以及76,769吨之间。

南非導遊學習中文 盼重振旅遊業

南非旅游部挑选的20名导游目前已完成了约翰内斯堡大学孔子学院提供的为期两个月的中文培训。培训课上，本地导游们不仅学习汉语，了解武术和中国艺术，甚至还一起热热闹闹地庆祝了春节，全方位体验了中国文化。

来自“海岸与海洋”旅游公司的导游农兰拉·恩格瓦贝说，自己从培训中收获很多。“我们认为我们已经准备好了，我们利用这段学习时间来充实自己，也研究了中国以及其他国际游客的旅游需求。”

世界旅游及旅行理事会数据显示，疫情前，南非旅游业为该国贡献7%的国内生产总值，超过150万人靠从事旅游业为生。但去年3月疫情暴发后，南非一度实施了严格的封城政策，不但国界关闭，连省际旅行也遭到禁止。

不过，随着近期第二波疫情逐渐减轻，南非再次将复兴旅游业提上议事日程。南非旅游部表示，本次导游中文培训就是复兴旅游业的重要举措之一。

南非旅游部负责支持服务的副司长姆马蒂托基·赛特瓦巴在接受新华社记者采访时说，她对南非旅游业重振充满信心。



“我们的导游们已准备就绪，”她说，“南非旅游业的未来将会是一片光明。”

(新华社)

王毅出席阿富汗問題第九次外長會

新华社北京3月30日电 中国国务委员兼外交部长王毅30日以视频方式出席阿富汗问题伊斯坦布尔进程第九次外长会。

王毅强调，当前阿富汗和平与解进程正处于重要关口，政治解决阿富汗问题面临难得历史机遇。新形势下，国际社会在促进阿富汗实现和平、促进发展、凝聚共识方面应发挥更重要作用。

王毅提出三点建议和期待：一要维护阿富汗和谈和解势头；二要增强阿富汗重建发展动力；三要坚持涉阿富汗反恐合作大方

向。

王毅表示，中方将尽己所能，继续做阿富汗和平和解进程的支持者、斡旋者和便利提供者，同伊斯坦布尔进程各方及国际社会齐心协力，共同支持和帮助阿富汗早日实现和平与发展，迎来更加美好的未来。

阿富汗问题伊斯坦布尔进程成立于2011年，是由地区国家主导的涉阿地区合作机制。此次外长会由塔吉克斯坦承办，塔吉克斯坦总统拉赫蒙、阿富汗总统加尼出席开幕式。



中国政府30日向斐济政府提供100万斐济元（约合50万美元）的紧急人道主义援助，以帮助斐济在遭受热带气旋“亚萨”与“安娜”袭击后进行灾后重建。

当天在斐济总理办公室举行的仪式上，中国驻斐济大使钱波代表中国政府向斐济总理姆拜尼马拉马转交了这笔援助款。钱波说，同为发展中国家，中国政府和人民对斐济受灾地区人民的遭遇感同身受。相信在斐济政府坚强领导和各方协助下，灾区人民一定能够克服自然灾害带来的暂时困难，早日重建美好家园。

钱波说，中国和斐济是患难与共的真诚朋友和可靠伙伴，中方愿继续向斐济政府和

人民提供力所能及的帮助。

姆拜尼马拉马表示，斐济正经历全球疫情与自然灾害双重打击，面临前所未有的艰难挑战。中国是斐济真正的朋友，每当斐济遭遇困难，中国朋友总会第一时间施以援手，帮助斐济走出困境。斐方愿继续推动两国关系全面发展，密切各领域务实合作，更好造福两国人民。

这是中国政府向斐济政府提供的第二批紧急人道主义援助款，支持斐济开展热带气旋袭击后的重建工作，特别是修复学校和恢复农渔业生产。

去年12月，中国政府曾向斐济政府提供42万斐济元（约合20万美元）的紧急人道主义援助，用于灾后重建。（新华社）

中國向斐濟 提供緊急人道主義援助



能否證明美在疆製造動亂？ 中歡迎外媒跟蹤調查報導

3月30日，中国外交部发言人华春莹主持例行记者会。彭博社记者提问：中方说美国在新疆煽动动乱有什么证据？

中国外交部发言人华春莹：上周五我们播放了一段视频，美国前国务卿鲍威尔办公室主任是当年亲自参与策动伊拉克战争的人，他亲口承认了。这至少说明美

方有作案动机。至于美方到底有没有这么做，我想这个问题最好交给美方来回答。请美方澄清：美方的意图那么直白，但到底做了些什么？怎么做的？你们很擅长做调查报导，欢迎你们对这个事情做一个连续跟踪的调查报导。

一个显而易见的例子是，美方宣布撤

销对“东伊运”恐怖组织的认定。我记得上次视频里，那位加拿大网络大咖尼埃尔·邓布里尔也说过，这不是明摆着支持纵容恐怖主义、恐怖组织吗？美方企图在新疆制造动乱、从内部拖垮中国，而当他们发现其目的实现不了的时候，就开始另想辙，于是连对雪白的棉花也进行抹黑。

对于这些，我相信大家其实是有判断的，只不过现在有些人不愿意承认、正视这个现实。但我觉得，面对铁一样的事实，还是应该拿出良知、勇气，正视现实，看清事实。（央视新闻）

美軍把疫情帶到武漢？ 華春瑩：溯源問題交科學家們研究

3月30日，中国外交部发言人华春莹主持例行记者会，部分内容如下。

法新社记者：有一个关于新冠疫情的问题。外交部一位发言人去年发推特称可能是美军把疫情带到了武汉。但据我们了解，世卫组织今天将发布的赴华考察报告中没有提到这一说法的可能性。请问中方还认为可能是美军把疫情带到了武汉吗？

华春莹：我理解现在大家都非常关心世卫组织即将要发表的溯源联合研究报告。中方也收到了世卫组织散发的溯源联合研究报告，相关部门正在研究。我想再次强调的是，溯源问题是科学问题，应该交由科学家们去开展研究。

至于你提到去年我的一个同事在他的个人账号上发表的一则推文，我注意到有一些西方国家的人老是纠结或者纠缠这个问题，我觉得这大可不必。

请你回想一下，疫情发生以来，美欧等国一些政客和领导人、议员，他们

发表了多少针对中国的谣言谎言？发表了多少关于所谓实验室泄露、实验室制造等各种各样的谣言谎言？你们追完了多少呢？而且关于德特里克堡生物基地问题，始终有一个大大的问号。

请你仔细回想一下，从前年6月份开始，美国媒体对此有很多报导，对不对？然后也有很多关于这方面的猜测怀疑，但是美方出来澄清了吗？关于美方有人指责武汉病毒实验室，我们大大方方地邀请世卫组织专家去考察研究，提供了充分合作。我们还应请求安排了一些外国媒体去采访，那么美方是不是可以同样坦坦荡荡、光明磊落、大大方方地邀请国际专家和媒体去美国进行考察研究呢？

所以我想这一切的疑问都应该交给科学家和卫生疾控专家去研究，得出能够经得起事实、历史和时间检验的结论。希望其他国家也能像中方一样对世卫组织专家有关工作提供充分的、全面的配合和支持。（环球网）



中國國防部促日本 停止釣魚島問題挑釁行為

据日本媒体报道，中日两国防务部门于3月29日举行“海空联络机制”年度视频会议。对此，中国国防部新闻发言人吴谦进行了回应。

他表示，3月29日，中日防务部门以视频方式共同举行了海空联络机制第3次年度会议及防务部门第5次工作层磋商，主要围绕两国海空安全政策、地区安全局势、海空联络机制运行情况及防务交流等交换意见。

会上，中方强调钓鱼岛及其附属岛屿是中国固有领土，无论日方如何盘算，都无法改变这一事实；日方应停止一切在钓鱼岛问题上对中国的挑衅行为，更不要颠倒黑白对中方

倒打一耙。中方还就日方近期一系列涉华消极举动表示强烈不满和严重关切，要求日方恪守国际关系基本准则，停止对中国造谣中伤，以实际行动维护中日关系大局。

中方强调，制定《海警法》是中国正常立法活动，完全符合国际法和国际惯例。

双方共同回顾了海空联络机制运行情况，肯定了机制对减少误解误判、维护海空安全发挥的积极作用，提出了包括尽早开通直通电话等意见。双方重申要按照两国领导人有关共识，继续完善机制建设，推进防务交流，有效增信释疑，为构建建设性双边安全关系作出积极努力。（央视新闻）

孟晚舟引渡案辯方律師： 美國引渡要求違反國際法

当地时间29日，孟晚舟引渡案开始就“程序滥用”的第四分支，也就是美国要求引渡孟晚舟违反国际习惯法进行法庭辩论。辩方律师指出，依据国际法，美国对本案并没有司法管辖权。

总台记者 张森：代表孟晚舟的辩方律师指出，美国对这个事情其实是没有司法管辖权的。因为这个事情的当事人是孟晚舟，她是中国公民。发生地点是在中国香港，而涉事银行是英国的汇丰银行，这三个要素与美国都没有关系。也就是说，美国对这个事情，按照国际习惯法，它是没有治外法权的。



澳加制裁涉克里米亞大橋企業和個人 俄官員反諷

俄新社30日报导，澳洲和加拿大近日宣布对参与克里米亞大桥建设和运营的几名俄罗斯公民及4家俄罗斯企业实施制裁。对此，俄罗斯克里米亞议会旅游、疗养和体育委员会主席阿列克谢·切尔尼雅克讽刺道，“感谢”澳方和加方免费为克里米亞作宣传。

切尔尼雅克接受俄新社采访时谈道：“这对我们当地的疗养基地是很好的宣传。澳方和加方

实施的制裁会产生弹力效果。一旦重新开放边界，外国游客将会再次来到克里米亞，亲自来看看克里米亞大桥和克里米亞半岛的历史遗迹，感受当地美丽的自然风光。”

切尔尼雅克透露，新冠疫情暴发前有超过150个国家的游客游览了克里米亞，许多游客正是通过制裁了解到克里米亞的。切尔尼雅克奉劝西方国家弄清楚事情的本质，任何制裁都无法限制

克里米亞飞速的发展。2014年3月，克里米亞和塞瓦斯托波尔举行全民公投，超过九成投票者同意脱离乌克兰，加入俄罗斯。乌克兰不承认上述公投，反对克里米亞和塞瓦斯托波尔并入俄罗斯，西方国家由此对俄实施经济制裁。俄罗斯已不止一次地强调，不再与西方就克里米亞问题进行讨论。（海外网）



中朝4月中旬恢復貿易往來？ 中國：具體情況未掌握

3月30日，中国外交部发言人华春莹主持例行记者会，部分内容如下。

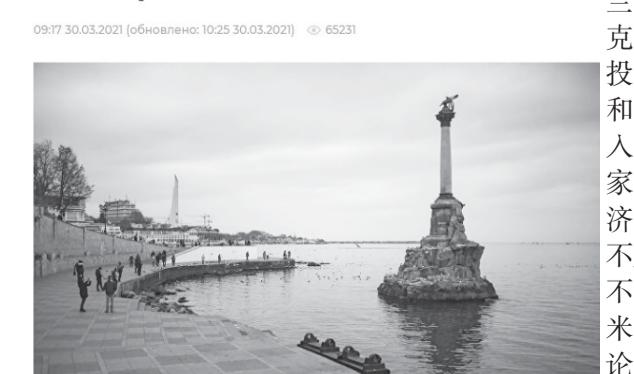
路透社记者：据报导，中国和朝鲜将于4月中旬恢复因疫情暂停的贸易往来。你能否证实并评论？

华春莹：朝鲜是中国的友好邻国，中朝之间保持著各种交往合作。由于疫情原因，各国之间贸易都受到了一定影响。中方一直致力于在做好疫情防控前提下，同相关国家逐渐恢复正常贸易往来。你提到的具体情况我不掌握。

(环球网)

РИА НОВОСТИ В Крыму поблагодарили Австралию и Канаду за санкции

09:17 30.03.2021 [обновлено: 10:25 30.03.2021] ◉ 65231



越南國會表決通過 罷免國會主席

越南第十四屆國會第十一次會議30日，表決通過免去阮氏金銀國會主席的決議。

據越通社報導，當天越南國會在對上述議案進行表決時，在449張有效票中，有429票贊同。

越南國會常委會計劃31日向國會彙報新一任國會主席的提名名單討論結果。

2016年3月，越南第十三屆國會第十一次會議選舉阮氏金銀為第十三屆國會主席，她也成為越南第一位女性國會主席。同年7月越南第十四屆國會第一次會議選舉阮氏金銀為第十四屆國會主席，任期為5年。越共第十三次全國代表大會今年1月選出新一屆中央委員會，阮氏金銀未入選。

越南第十四屆國會第十一次會議今年3月24日在首都河內開幕，計劃於4月8日閉幕。這是本屆國會最後一次會議，將選出新的越南國家主席、政府總理和國會主席。

王庭惠被提名參選新國會主席

另一方面，當地時間3月30日下午，越南國會常務委員會提交了新一



屆越南國會主席的提名名單，供越南國會與會代表選舉新一屆越南國會主席。

越南河內市市長王庭惠被提名參選新一屆越南國會主席。越南國會代表於30日下午在代表團中進行了討論，並預計於3月31日開始選舉越南國會主席。

王庭惠現年64歲，來自義安省。2001年，王庭惠擔任越南國家審計署副審計長，2006年升任審計長。2011年8月，王庭惠被任命為財政部長。2012年12月，王庭惠卸任財政部長，改任越共中央經濟部長。2016年，王庭惠成為越共第12屆中央政治局委員，擔任越南政府副總理，兼任越南西南地區指導委員會主席。2020年2月，王庭惠出任越南河內市市長，並於2020年6月卸任越南政府副總理一職。（央視新聞）

克宮：應防止進一步惡化 俄美關係需要恢復

俄羅斯衛星通訊社30日報導稱，俄羅斯總統秘書、克里姆林宮發言人佩斯科夫當日表示，俄美應該防止兩國關係進一步惡化，兩國關係需要恢復。

佩斯科夫表示，在美國拜登政府修改雙邊關係後，俄羅斯將明白與美國的關係應該向何處發展。“在美國新一屆政府的領導下，俄美雙邊關係將會有所改變。在那之後，我們會對下一步該往哪裏走有所了解。”

此前，俄羅斯外交部已召回俄駐美國大使阿納托利·安东諾夫，以討論俄美關係前景。安东諾夫在3月25

日接受採訪時表示，俄美兩國當下沒有時間爭吵，而應共同應對兩國所面臨的挑戰。

克里姆林宮發言人佩斯科夫周二在接受俄《論據與事實報》採訪時表示，俄羅斯不會允許美國或任何其他國家以“實力地位”(position of strength)與自己對話。

佩斯科夫稱，“沒有人會允許美國以實力地位與俄羅斯對話。這是不可能的。美國人現在像念經一樣重複說，我們將以實力地位與所有人對話。无论是(俄羅斯總統)普京，還是俄羅斯領導層的其他人，都不會允

許美國人或其他任何人這樣對我們說話。這是絕對不可能的。”

在被問及俄羅斯是否有可能與美國中斷外交關係時，佩斯科夫說：“我不想談論極端情況。”

在談及召回俄羅斯駐美國大使阿納托利·安东諾夫進行協商時，佩斯科夫稱，此事涉及對現任白宮政府下的俄美雙邊關係的審查。佩斯科夫說：“在那之後，我們已經對下一步該往哪裏走有了一定的了解。”

對於俄羅斯和美國是否有可以談論的共同話題，他的回答是肯定的。佩斯科夫指出，“這些話題包括戰略穩定、軍備控制、解決地區衝突。在這些衝突中，美國的作用可能具有一些實際意義。”他還表示，有必要與美國就伊核協議以及“世界其他許多有麻煩的局勢”進行對話。

美國總統拜登在3月16日接受美國廣播公司(ABC)採訪時表示，俄羅斯將為干擾美國大選的企圖“付出代價”。此外，當被問及他是否認為普京是“殺手”時，拜登給出了肯定的回答。隨後，美國白宮和國務院發表聲明稱，美國希望與俄羅斯在共同利益領域開展建設性合作，但不準備緩和雙邊關係中的矛盾。在美方發表這些言論後，俄羅斯召回駐美國大使安东諾夫進行磋商。安东諾夫自3月21日以來一直身在莫斯科。

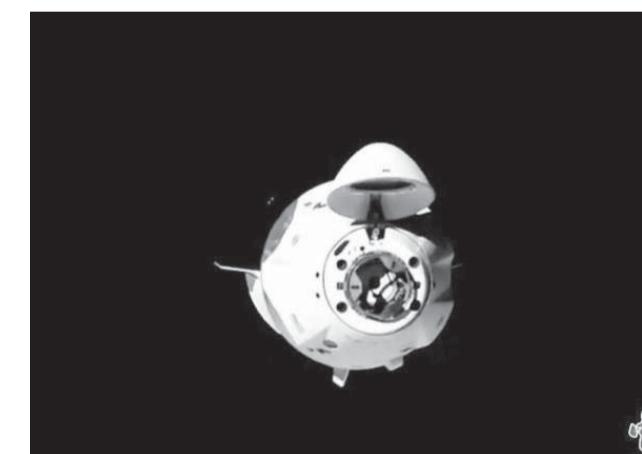


日本公佈冠病抗體陽性率數據 東京僅為1.35%

日本厚生勞動省在去年(2020年)12月，對日本東京都、大阪府等5個都府縣的1.5萬人進行了抗體檢測。3月30日，厚生勞動省公布調查結果稱“依然有很多人沒有抗體”。東京的新冠抗體陽性率僅1.35%，大阪、宮城、愛知、福岡都在1%以下。

日本NHK電視台30日消息稱，人們一旦感染新冠病毒，就會產生名為“抗體”的蛋白質。通過檢測一個人血液中是否有抗體，就能得知他過去是否感染過新冠病毒。厚生勞動省對5個都府縣的20歲以上男女檢測後获悉，東京的新冠抗體陽性率為1.35%，比2月公布數據上升了0.44個百分點。大阪、宮城、愛知、福岡分別的新冠抗體陽性率分別是0.71%、0.69%、0.42%、0.14%。

厚生勞動省表示：“雖然各地區數據有差別，但目前能明確的是，依然有很多人沒有抗體。和歐美國家比起來，數據處在低水平，我們將繼續推進基礎防疫措施。”(海外網)



國際空間站宇航員 將更換龍飛船對接泊位

據俄羅斯衛星網報導，當地時間29日，美國宇航局(NASA)發布消息稱，國際空間站內的宇航員計劃在4月5日更換載人龍飛船的對接泊位，目的是為4月升空的載人飛船騰出泊位。

據報導，消息指出，“為迎接新一批宇航員抵達以及為新太陽能電池板做準備工作，SpaceX飛船首次送抵空間站的4名宇航員將於4月5日，把載人龍飛船移到另外的對接泊位。”

報導指出，對於龍飛船來說，更換泊位的作業尚屬首次。

據介紹，更換泊位目的，是為計劃於4月升空的載人飛船騰出泊位。

此外，4月升空的這批宇航員返回地面後，計劃今夏升空的貨運龍飛船將繼續使用該泊位。

(中新網)



特朗普推出新網站 與支持者聯繫

據路透社30日報導，美國前總統特朗普推出了一個新網站，用來與其支持者保持聯繫，以及展示他在執政期間取得的成績。

據報導，該網站為“45office.com”，主頁展示了特朗普與許多人的合影，包括其妻子梅拉尼婭、軍方人員等。

這些照片是他在擔任美國總統期間於多個場合拍攝。

報導稱，網站主頁上還寫著，特朗普的辦公室致力於保護特朗普

的政府遺產，“同時推進美國優先的議程”。

另外，在網站的“關於”一欄中，還包含了一篇850字的概述，突出了特朗普常提及的、他在執政期間取得的成績，包括能源和邊境安全、加強北約和其他國際聯盟，以及他對新冠病毒疫情的應對。不過，其中沒有提及他所涉及的腐敗調查、兩次彈劾案，以及國會騷亂事件等。

(中新網)

Mikael Thalen @MikaelThalen · 8小時

Filed a FOIA request with U.S. Strategic Command to see if I could learn anything about their gibberish tweet yesterday.

Turns out their Twitter manager left his computer unattended, resulting in his "very young child" commandeering the keyboard.

S Strategic Command

gmlxzssaw

1,557 6,664 8

S Strategic Command

Apologizes for any confusion. A child left the Command's keyboard unattended, resulting in this post.

110 107 4

美國戰略司令部賬號 竟然被孩子操縱

據美國媒體“The Daily Dot”

網站29日報導，美國戰略司令部推特賬號在當地時間28日晚上發布了一條由英文字母和標點符號組成的神秘推文，之後迅速引起了熱議，但現在已經查明，這條推文是一個小孩發出的。

負責美國核武庫的美國戰略司令部(USSSTRATCOM)在其官方推特賬號上發布了一條神秘的推文“l;;gmlxzssaw”，隨後不久刪除，並發布另一條推文讓用戶“无视”之前的那條推文：“對造成的混亂表示歉意，請无视它。”

由於美國戰略司令部的職責包括戰略威懾、空間作戰、網絡信息作戰、導彈防禦、全球打擊、情報監察等，這條推文引發了熱議，網友紛紛猜測其含義。有推特用戶开玩笑稱，美國戰略司令部無意中發布了核武器發射密碼。這條推文甚至被“QAnon”的追隨者用來進

步宣揚他們的陰謀論。

但事實證明那條推文只是一場意外。“The Daily Dot”網站了解到，這條推文是一個小孩發布的。美國戰略司令部官員表示，這條推文是在該司令部負責推特賬號的經理暫時離開自己的電腦時發出的。回復中寫道：“美國戰略司令部負責推特賬號的經理在遠程工作時短暫離開了電腦，讓賬戶處於開放但無人值守的狀態。

這位經理年幼的孩子就趁這個機會在鍵盤上敲出了一串字符，之後還無意中將這些內容發布了出去。”

美國戰略司令部進一步強調，這條推文不是因為遭到了黑客入侵。回復補充說，“絕對沒有發生任何惡意行為，也就是說，沒有黑客入侵我們的推特賬戶。在發現這條推文後就打电话通知刪除。”

(環球時報)

SpaceX原型機降落時墜毀

據美國消費者新聞和商業頻道(CNBC)報導，當地時間30日，美國太空探索技術公司(SpaceX)的SN11原型機在降落時墜毀。

報導稱，SpaceX公司的直播畫面在原型機降落時突然定格，但是

由於當天位於得克薩斯州的發射地被濃霧籠罩，現場目擊者第一時間無法看清發生了什麼。

報導提到，SpaceX的CEO馬斯克還在墜毀幾分鐘後發推說：“至少炸坑的位置是對的！”

(環球網)

電話 : 021-6338139
021-63868348

HWANG PARABOLA

留在家里看衛視

中國60頻道、台灣、香港、印尼

黃氏，您可信賴的老字號！

0878 80363537, 0822 82278911

修理沙發 傢俱
Kursi Putar

5663968 - 0878 9735 6299

美仇亞犯罪事件不斷 亞裔男地鐵內被打昏

尽管近来美国社会反对仇视亚裔的呼声不断，但针对亚裔的犯罪事件仍在发生。当地时间29日，美国纽约地铁站发生亚裔男子遭殴打事件。被害人甚至被打至昏迷。

据美国哥伦比亚广播公司报导，29日纽约警方在社交媒体上发布了关于此次事件的视频。

视频画面显示，嫌疑人在车厢内不断地挥舞拳头殴打被害人的头部，直至被害人被其殴打蹲下后，还并未停止。

嫌疑人使用手肘锁住蹲在地上被害人的颈部，直到被害人昏迷。之后嫌疑人逃离现场。纽约警方表示，他们正在调查此次事件。

美国严重的新冠疫情下，针对亚裔的种族歧视和仇恨犯罪不断升级。

《今日美国报》和益普索集团近日公布的民调结果显示，四分之一的美国人，其中包括近半数亚裔，曾目睹亚裔被当成疫情替罪羊。

还有数据显示，美国最大的16个城市2020年针对亚裔的仇恨犯罪飙升近150%。

(央视新闻)



印度一村莊草房著火 6兒童死亡

据《今日印度》网站报导，当地时间3月30日，印度比哈尔邦阿拉里亚镇一村庄发生草房起火事故。目前，造成6名儿童死亡。

据报导，6名儿童在草房中烤玉米时草房突然起火，火势蔓延迅速，6名儿童均未能及时逃脱。报导称，当地村民试图灭火但也未能救出儿童。

警方和消防人员赶到后，草房已完全被烧毁，6名儿童已无生命体征，他们的年龄在3岁至6岁之间。

(央视新闻)

美費城商場發生槍擊事件 1人死亡·兇手在逃

据美国广播公司(ABC)报导，当地时间29日傍晚，美国费城一购物中心内的美食广场发生枪击事件，造成1人死亡。目前警方正在对嫌疑人进行搜捕。

报导援引警方消息称，事件发生于当日傍晚5时5分左右，受害者是一名21岁男性，胸口中了数枪，当场死亡。

报导称，截至当晚6时30分，警方仍在搜寻嫌疑人和武器，并已将购物中心封锁。

(环球网)



從事小兒麻痺症疫苗接種 阿富汗3工作人員遭鎗殺

当地时间3月30日，据阿富汗黎明新闻报导，有消息人士称，当天上午在阿东部楠格哈尔省首府贾拉拉巴德市，三名从事小儿麻痹症疫苗接种工作的女性在两起不同的袭击中丧生。

第一起事件发生于当地时间30日11时30分左右，一名不明身份的枪手发动了袭击，导致1名女性丧生。此后间隔不到一小时，第二起类似事件发生，致使另外2名女性身亡。

目前，尚无组织或个人宣布对袭击负责，当地政府部门也未发表评论。

(央视新闻)



緬軍運兵車輛嚴重車禍 4人死逾20傷

当地时间3月29日中午，缅甸政府军一辆运兵车辆在克伦邦发生严重车祸，车上的30多名士兵中，4人当场死亡，20多人受伤。

据了解，事故发生地点是克伦民族武装第七旅控制区。

日前，缅甸克伦民族武装攻陷了一处政府军阵地和军营，导致政府军多名官兵伤亡，并有8人被俘，之后政府军连续两天空袭克伦民族武装第五旅控制区，并造成平民伤亡。

29日，缅甸政府军两辆军车运送50多名士兵赴前线支援，途中一辆军车发生车祸，目前受伤士兵已被送到莱贝和帕安救治，部分受伤士兵在送医途中因重伤不幸去世。有缅甸媒体报导称，此次事故中身亡的士兵已达11人。

缅甸克伦民族武装是2015年与缅甸政府签署全国停火协议的8支少数民族地方武装之一，今年2月之前多年与政府军没有出现严重冲突。

(央视新闻)

据报导那里有一个很大的意大利人社区。意大利当局表示，他已经在多米尼加共和国呆了五年多。比阿特在那里安家之前，据说他还曾在1800多英里外的哥斯达黎加呆过一段时间。

2014年，意大利雷焦卡拉布里亚一家法院下达了拘押比阿特的命令。不久之后，他逃离了意大利。意大利当局表示，比阿特是著名的有组织犯罪集团“Ndrangheta”的成员。

最近，在国际刑警组织的合作下，意大利执法机构逮捕了该犯罪集团的其他成员。(环球时报)



調查認為英國警方 紀念莎拉活動採取“適當行動”

当地时间3月30日，英国发布一项调查报告，认为伦敦大都会警察局在本月13日纪念莎拉·埃弗拉德的守夜活动中“采取了适当行动”。

根据英国警察和消防救援服务监察局发布的报告，伦敦大都会警察局当时“所持的观点是有道理的，即在守夜活动中感染新冠病毒的风险太大因而不能忽略”。

报告指出，警方在现场保持了镇定和专业，并且“没有采取不适当的行动或以粗暴的方式行事”。但是报告批评，警方指挥官之间就现场事件的变化没有足够的沟通。此外，在事件发生后，面对民众的批评，警方应该采取

更具安抚性的态度。

当地时间3月3日，莎拉·埃弗拉德在伦敦南部克拉珀姆步行返家时失踪，一名英国在职警察被控将其杀害，此事



幾內亞發生沉船事故 造成14人死亡

几内亚政府29日发表新闻公报说，该国当天发生一起载客渔船沉没事故，造成14人死亡、15人受

伤，另有一人失踪。

公报说，出事船只是一艘未注册渔船，当时在夜间开展非法载客运营。伤者已被送往附近医疗机构接受治疗。

政府相关部门正对事故

原因展开调查。

几内亚西南部有几百公里海岸线，由于超载、恶劣天气以及夜间非法载客运营等原因，沉船事故频发。

(新华社)

聯合國報告： 亞太須避免K型復蘇

联合国亚洲及太平洋经济社会委员会(亚太经社会)3月30日发布的一份报告称，在新冠肺炎疫情后经济脆弱的情况下，亚太地区需要在防灾能力上进行大量可实现的投资，以保护发展成果，并避免K型复苏。

这份题为《2021年亚洲及太平洋经济社会概览：迈向新冠肺炎疫情后的弹性经济》的报告对今、明两年的经济前景持谨慎乐观态度。报告预计亚太发展中经济体在2021年将增长5.9%，2022年将增长5%。

报告警告，亚太地区疫情仍远未得

到完全控制，新冠疫苗的推广面临多重挑战，大多数发展中国家预计到2022年才能实现有效保护。该地区经济仍存在很大的不确定性和下行风险，很可能出现“K型复苏”，较贫穷国家和较弱势群体在疫后恢复和过渡期可能被边缘化。

报告强调，近期的宏观经济政策需要优先控制新冠肺炎疫情，支持包容性复苏，支持各国更加同步地接种疫苗，早日结束疫情的威胁，挽回潜在经济和人力损失。

报告就应对各种经济和非经济冲击提出了三项建议：一是各国应积极应对

不利冲击，以保障危机时期的可持续发展。二是风险管理应成为发展规划和政策制定不可分割的组成部分。三是应加强对存在重大“复原力差距”的最不发达国家的国际援助。发达国家需要履行其在发展援助和气候融资方面的承诺。

《亚洲及太平洋经济和社会概览》自1947年以来每年出版一期，是联合国编制的关于亚太区域进展情况的持续时间最长的报告之一，旨在为当前社会经济问题和政策讨论提供分析，以支持本区域的可持续发展。

(中新社)

最新研究：富國產品消費致熱帶森林面臨嚴重威脅

施普林格·自然旗下专业学术期刊《自然-生态与演化》最新发表一项环境研究的论文称，富裕国家对牛肉、大豆、咖啡、可可、棕榈油、木材等产品的消费与热带地区临危生物群落的森林砍伐直接相关，该研究所获全球森林砍伐足迹地图，揭示热带森林面临著日益严重的威胁。

该论文指出，全球对农业和林业商品的需求上升导致世界范围内的森林砍伐。此前，已有研究分析全球供应链与森林砍伐之间的关系，但大部分研究只在地区层面开展，或是只关注一些特定商品。

论文作者、日本京都综合地球环境学研究所金本圭一郎(Keiichiro Kanemoto)和阮进皇(Nguyen Tien Hoang)将之前发表的关于森林损失及其主因的信息，与2001年至2015年1.5万个产业部门的国内与国际贸易关系的全球数据库相结合。利用这些数据，他们根据每个国家人口的消费，量化了各国内外和国际的森林砍伐足迹。

研究发现，多个国家的国内森林净增有所增加，但其森林砍伐足迹(主要在热带森林)也因为进口货物而增加。该研究显示，七国集团(美、英、法、德、意、加、日)的消费相当于每年



每人平均3.9棵树的损失。论文作者在研究了特定商品的森林砍伐模式后发现，德国的可可消费对于科特迪瓦和加拿大的森林构成了很高的风险；坦桑尼亚海岸的森林砍伐则与日本对农产品的需求相关。

他们的研究还显示，各国国内的森林砍伐主因或各不相同：越南中部高地的森林

砍伐主要源于美国、德国、意大利的咖啡消费，而越南北部的森林砍伐主要与中国、韩国、日本出口木材有关。

论文作者总结表示，为完善监管制度，并通过科学干预来保护森林，很有必要理解全球贸易和森林砍伐之间的特定关系。

(中新网)

美暫停與緬甸貿易往來

專家：更多為象徵作用

当地时间29日，美国贸易代表办公室发布声明称，美国贸易代表戴琦(Katherine Tai)宣布，根据2013年《贸易和投资框架协议(TIFA)》，美国暂停与缅甸的所有往来，该决定立即生效，并将持续有效，直至缅甸民选政府回归为止。

有缅甸问题专家对《环球时报》记者表示，由于对美贸易在缅甸外贸比重中占比较小，美国此举所起到的更多为象征性作用。对于有中企业主担心欧盟跟风，专家表示，这是双刃剑，欧盟在这一问题上应该会比较谨慎。

根据美国贸易代表办公室提供的背景信息，2013年签署的《贸易和投资框架协议(TIFA)》为美缅双方就贸易和投资问题开展对话与合作搭建了平台。缅甸同意在支持经

济改革、包容性发展和融入全球经济贸易体系的项目上与美国合作。2016年，美国解除了长期以来对缅甸实施的经济制裁，并根据普惠制(GSP)计划给予缅甸进一步贸易优惠。

声明同时表示，除了暂停未来与缅甸军事政权的贸易往来之外，美国贸易代表办公室还将在美国国会考虑重新授权普惠制(GSP)计划之际，结合国际公认的工人权利资格标准来评估缅甸当前的局势，“有报导称，缅甸军方把缅甸工会和工人作为攻击目标，因为他们在民主抗议活动中发挥了作用，这引起了外界对保护缅甸工人权利的严重关切。”

美国此举会对缅甸经济造成多大的实质性影响？在接受《环球时报》采访的缅甸问题专家看来，美方此举更多是彰显其象征性意义。

厦门大学东南亚研究中心主任范宏伟30日对《环球时报》记者表示，美国和缅甸的贸易额在缅甸整体对外贸易中并不占据主导地位，缅甸最主要的贸易夥伴是中国、泰国、印度等国家，“此次美国宣布的这一举措更多的是一种象征性的做法，这对缅甸国内民主派是一种呼应和支持。”

据美国贸易代表办公室数据，缅甸目前是美国排名第84位的货物贸易夥伴，2020年，缅甸和美国之间的货物贸易总额为14亿美元。其中美国对缅甸出口货物总额3.38亿美元，缅甸对美出口总额为10亿美元，美国对缅甸的贸易逆差近7亿美元。另据缅甸《十一》新闻去年10月15日援引缅甸商务部官员的说法，在2019-2020财年，缅甸进出口总额为366.65亿美元。尽管对美贸易在缅甸整体外贸中占比较小，但戴琦宣布的这一决定还是让在缅甸的一众中资企业主担忧。

30日，《环球时报》记者看到，有在缅中资企业主就此事发朋友圈评价称“屋漏偏逢连夜雨”“一波未平一波又起”。还有企业主在微信群里表示，尽管缅甸和美国之间的贸易总额不大，但美国宣布暂停与缅甸的一切贸易往来释放了一个信号，“怕的是欧盟跟风制裁，这对在缅中企的打击是致命

性的！”一位中国国有企业在缅员工也持相似看法，他告诉《环球时报》记者，虽然目前缅甸对美贸易所占比重较少，但担心此举会对缅甸与美国盟国之间的贸易产生间接影响。

一位在缅甸从事服装加工的中资企业主告诉《环球时报》记者，目前来看，美国暂停与缅甸的贸易往来对在缅甸从事成衣制造的中资企业影响不大，因为缅甸对美国出口的成衣制品只占到缅甸成衣出口总额的5%左右。“但美国这么做是否会对欧盟造成影响，使得后者将来也做出同样的选择？这点尤其值得我们关注。”这位企业主说。根据

“SMART Myanmar项目”2018年发布的一份报告，在缅甸的成衣出口目的地中，美国市场的占比仅为5%，而欧盟市场占比达到55%。

欧盟有无可能跟随美国，宣布暂停与缅甸之间的贸易往来？对此，范宏伟表示，欧盟在这一问题上应该会比较谨慎。“缅甸的制造业对缅甸民生是非常重要的，前段时间在仰光发生中资企业遭打砸抢烧事件后，大量的缅甸本地工人都失业了，回到了农村。”他说，如果欧盟也宣布暂停与缅甸的贸易往来，会对缅甸的民生造成伤害，“这是把双刃剑，欧盟方面不会轻易走出这一步。”(环球网)



擱淺期間日損失15億日元 蘇伊士運河管理局或索賠

当地时间29日，已经在苏伊士运河搁浅近一周的“长赐”号成功脱困，运河开始恢复通航。有日媒报导称，这一搁浅事故影响巨大，仅苏伊士运河管理局每天损失的通行费就超过15亿日元(约合人民币1亿元)，而最有可能成为赔偿责任方的将是“长赐”号的船东——日本正荣汽船公司。

据日本《产经新闻》30日报导，保险业相关人士表示，苏伊士运河管理局每天约损失超15亿日元的通行费，运河管理局很有可能在埃及当地起诉正荣汽

船，要求其赔偿相关损失。货轮还对运河河岸造成了直接损伤，修复费用可能也需要由正荣方面承担。

报导称，一般的船险分为两种，一种为船体自身保险，第二种为货物和燃油泄漏保险。本次事故可能适用于第二种情况，正荣方面可以通过保险进行赔偿。正荣方面此前曾表示，船头部位可能在搁浅事故中受损，将在确认具体情况下申请保险赔偿。

此外，搁浅事故造成超400艘货

船滞留，相关损害可能由各艘货船的保险公司承担。保险业相关人士称，考虑到费用和时间问题，类似事故中，很少有人会直接向搁浅货船方申请赔偿，“因为货船碰撞导致海港无法使用的事故时有发生，大家都知道谁都有倒霉的时候，互相较劲没啥好处”。(海外网)



奧巴馬前經濟顧問抨擊 刺激計劃將導致嚴重通膨危機

据美国《纽约邮报》29日报道，曾为美国前总统奥巴马担任经济顾问的拉里·萨默斯(Larry Summers)抨击了拜登政府提出的经济刺激计划，警告那将导致严重的通货膨胀危机。

萨默斯在接受《华盛顿邮报》采访时表示，“我们正在冒著巨大的风险。如果不是反映出人们普遍感到的担忧，这可能不会引起这么大的关注。”他继续说道，“我知道浴缸太空了，但你必须考虑浴缸的容量是多少，以及我们正试图往里面灌入的水量。”

萨默斯曾在克林顿政府时期担任美国财政部长，在2020年夏季担任拜登竞选团队的顾问。他在今年3月初接受“华尔街周刊”节目采访时称，民主党提出的1.9万亿美元的经济救助计划是“我们在过去40年里采取的最不负责任的宏观经济政策”。

报导指出，自去年以来，萨默斯一直对美国政府应对新冠疫情的经济措施持批评态度，包括发放刺激支票。去年12月，萨默斯在给彭博社撰写的一篇专栏文章中主张，要有针对性地实施救助。他写道，“评估普遍退税时的问题是，对那些仍在工作、收

入没有下降、养老金或社会保障福利没有受到疫情影响的绝大多数家庭采取什么举措？对这个群体来说，疫情削弱的是他们的消费能力，而非赚钱能力。”

美国总统拜登预计将在未来几周推动一项基础设施提案和一项新冠疫情纾困提案。白宫新闻秘书普萨基表示，拜登在4月份关于他的疫情恢复计划“有很多话要说”。该计划专注于医疗保健和儿童保健等问题。

普萨基称，“当总统提出美国救助计划时，他谈到了两个阶段：救援和恢复。美国人本周将听到的是他计划的一部分，其中包括对基础设施的投资。”预计拜登将于周三在匹兹堡发表演讲，详细阐述一项基础设施计划。

美国民主党高级官员提议在一项就业和基础设施法案上增加多达3万亿美元的新支出，这将成为拜登政府所谓“重建美好未来”(Build Back Better)计划的基础。据美媒报导，民主党人急于在这一揽子计划中加入他们能加入的一切东西，包括针对药品定价和气候政策的新的政策措施。

(环球时报)

拜登政府欲投資3兆美元 重建美國基礎設施

3月30日电据美国《世界日报》报导，美国钢铁工人联合会主席康威(Tom Conway)表示，美国总统拜登将于当地时间3月31日公布一套推动交通建设为重点的计划，以重建美国的基础设施。

据报导，康威表示，拜登将于31日在匹兹堡宣布，美国计划未来十年将聚焦道路、桥梁、水路、水坝的重建工作。这项计划将聚焦长期方案，让企业对于投资方向有信心。

康威说：“需要长期投资。从长远来看，不这样做将让我们

在未来付出更多代价。”

康威表示，拜登政府寻求在基础设施相关投资共支出约3兆美元，不过预期31日宣布的交通建设计划金额仅占一半或少于一半。他说，例如学校改建等其余基础建设将在稍后才会宣布。

报导称，除了聚焦基础设施建设的计划外，白宫发言人普萨基29日表示，拜登将在数周内提出两套“同等”重要的计划内容，有关医疗照护和其他支持美国中产阶级民众的计划将在4月敲定。

(中新网)



保留續留街上 1英鎊可“領養”電話亭

英国标志性的红色电话亭已经接近一个世纪了，但眼下这些付费电话似乎有些多余。为了让这些红色电话亭能继续留在街上，英国电信集团推出“1英镑领养电话亭”计划。

大街小巷随处可见的红色电话亭是英国的重要标志，但由于越来越多的人使用手机，现在这些电话亭中只有7000个还在正常运营，其中的一半还处于赔钱状态。为了留下这些红亭子，电话亭的运营机构——英国电信集团专门推出了一个“领养”计划，以1英镑的价格、大约9元人民币，将这些电话亭出售给地方议会、社区团体和慈善组织。

英国电信集团街道负责人詹姆斯·布朗尼：我们想做的是让人们以一英镑的价格“领养”电话亭，我们会取消付费电话机制，他们得以保留这个电话亭，并将它们投向对社会有益的地方。

这个计划正在伦敦各地迅速开展，这些电话亭被改造并赋予新的功能，成为城市各大街区的又一道亮丽的风景线。其中一些电话亭被当地的慈善机构变成了流动图书馆。

英国某慈善机构主席克莱尔·考恩：在这条路的尽头，那个电话亭里有一个儿童图书馆，在街道拐角处是我们的另一个电话亭，我们要在那里放一个除颤仪。此外，我们正在与英国电信集团进行谈判，争取获得许可“领养”第四个电话亭。

路透社 娜塔莉·鲍威尔：2008年以来，当地社区“领养”的电话亭已超过6500个，英国电信集团正在继续推行这个计划，在全国范围内增加4000个可以“领养”的电话亭。(央视财经)

張子楓《舉鏡子的女孩》唱出成長痛楚與希望

由殷若昕執導，游曉穎編劇，張子楓領銜主演的電影《我的姐姐》定檔于4月2日中國全國上映，3月30日電影推廣曲《舉鏡子的女孩》MV溫暖上線。張子楓以其獨特的具有故事感的聲線傾情獻唱，將姐姐的故事娓娓道來。

MV開篇是姐姐給弟弟洗澡，聊天嬉笑的場景，暖黃的色調與柔光襯托出滿滿的溫情。弟弟是突如其來的責任，也是意料之外的一份依賴與牽挂。姐姐有自己的生活，有自己的理想，羽翼尚未丰满，却成了弟弟的天空。姐姐說著“我不能為他放棄更多了”，能給的只是並肩飛翔的保護。

從《舉鏡子的女孩》MV中，便可窺見姐姐成長經歷的縮影。从小不在父母身邊長大，只有無可奈何的拼勁。因為當她被人欺負的時候，她打得贏要打，打不贏也要打。姐姐含淚在父母的墓碑前說：“我那麼努力地生活，就是希望有一天能聽到你們說一句，我女兒還是不錯的。”可是姐姐還是沒能等來那一天。

張子楓的聲音是有故事的，和她的表演一樣有質感。MV中姐姐數次遇見小时候的自己，那時候的她也曾是個向往自由，期待被認可的小女孩。在互相觀照與回望中，看到了深藏內心的溫馨記憶，看到了成長中的痛楚與掙扎，也找回了自己。當小女孩剪掉長髮，成為今天的姐姐，就要走向屬於自己的未來了。就像張子楓曾在採訪中說的，她是姐姐，也是她自己。“你的命運，與我有關”，而我，也有自己的路要走。《舉鏡子的女孩》，終將把自己照亮。



郭富城一家四口沙灘抓螃蟹

近日，有港媒拍到郭富城帶著方媛和兩個女兒外出游玩的照片，郭富城娇妻方媛也在社交平台发布了一家人一起去沙滩玩的动态。

照片中，郭富城穿黑衣黑褲，打扮低調，身上背著雙肩包，戴棒球帽，整個人看起來非常年輕。方媛則穿著白色長袖衛衣，兩個女兒也是長袖、口罩全副武裝。

一家四口去沙滩抓螃蟹，其乐融融。方媛用手机记录郭富城和女儿的温馨瞬间，郭富城也熟练地帮老婆拍起沙滩美照。

張亮踩點

為前妻寇靜慶生有點甜

3月29日是寇靜的生日，23點59分，張亮晒出蛋糕的照片為前妻慶生：“生日快樂”。

據悉，2019年11月29日，張亮發文宣布與寇靜已於兩年前（2017年）離婚，但隨後卻被拍到同回別墅。去年寇靜生日時，張亮也晒出疑似孩子的畫作為其慶生。

對此，網友紛紛表示：“這離婚比結婚的還要甜蜜”，“真的復婚了？”



應采兒曬兒子春遊視頻
Jasper草坪狂奔很開心

3月29日，應采兒晒出兒子Jasper的春游視頻，寫道：“小學生春游日記”。

視頻中他身穿綠色和橙色的上衣，背著雙肩包，舉著相機在草坪上飛奔、踢球，最後還裝酷自拍，十分歡樂。



熱烈祝賀

印尼王氏宗親聯誼總會

第二屆理監事換屆圓滿成功

2021年-2026年

萬隆福清同鄉會 輔導委員會副總主席	本會顧問	萬隆福清同鄉會 基金會第一常務副主席
王涵鄉賢 榮任輔導主席	王立松鄉賢 榮任副總主席	王湧鄉賢 榮任副總主席
東爪哇福清公會 副主席	本會副主席	三寶壘福清公會 常務副主席兼秘書長
王雨輝鄉賢 榮任名譽主席	王朝盛鄉賢 榮任執行主席	王強鄉賢 榮任副執行主席兼總務部
精誠團結	敦睦宗親	



雅加達福清公會
全體理監事
敬賀





(福清讯)由印尼福建福清籍乡贤何文金捐资1亿元人民币修建的福清南少林文化旅游园区8日举行奠基仪式。何文金出席奠基仪式并为福清南少林文化研究中心揭牌。

福清南少林寺始建于唐贞观元年(627年),与黄檗文化、石竹山梦文化并称“福清三大文化瑰宝”。在何文金热心捐赠和福建省侨办、民宗厅等相关部门的大力支持下,福清南少林文化旅游园区计划建成集南少林寺遗址、朝拜区、国际禅修中心等功能区为一体的综合文化旅游园区。

何文金在奠基仪式上致辞表示,作为出生于海外的福清人,他深爱著家乡福清,也感谢家乡政府和乡亲给了这个平台,让他有机会向大家、向家乡人民表达海外游子的故乡情。

印尼華商何文金捐建福清南少林文化旅游園



福清南少林文化旅游园。



奠基仪式。

印尼留台校友聯誼會

歡送38位海青班學生赴台學習

(雅加达讯)驻印尼台湾经济贸易代表处侨务组汪树华组长,印尼留台校友联谊会陈惟文会长等校友丘辉胜,3月30日(周一)前往苏加诺哈达国际机场,欢送38位参加台湾侨务委员会2021年第40期海青班印尼学生到台湾学习。

汪树华组长表示,因为还在冠状病毒疫情期间,所以到台湾学习的外国学生必须先隔离14天,希望学生们在隔离期间能够遵守当地的健康准则。陈惟文会长指出,“海青班协助印尼年轻学子到台湾升学,不仅能够学习一技之长,还可以进一步了解中华文化,翻转人生,课程非常实用。毕业后除了能够回到印尼自己创业,也可以继续升学。”



汪树华组长、陈惟文会长等海青班学生在机场合影留念。

僑界人士共聚溫州大學研討華僑華人發展與僑務工作

(温州讯)浙江省僑界智库联盟学术交流暨首届华侨华人发展与僑务工作研讨会26日下午在温州大学育英图书馆召开。本次研讨会有浙江省僑联、中国华侨华人研究所、温州大学、温州市僑联主办,温州大学华侨学院承办。这也是中国华侨华人研究(温州大学)基地举办的第三期学术工作坊。

研讨会第一阶段为钱煦院士学术成就展开幕式,浙江省僑联兼职副主席、温州市僑联党组书记、主席郑宏国主持开幕式。中国华侨华人研究所副校长张秀明宣读钱煦院士贺电。

温州大学校长赵敏致辞时表示,温州大学能够全面参与僑界智库建设,深感使命光荣、责任重大。我们将进一步聚焦华侨华人及华文教育研究,提升华侨华人研究的针对性和前瞻性,促进理论研究和治理实践的深度融合;进一步搭建平台、优化机制、集聚人才、产出成果,充分发挥智库服务功能,为更好服务僑务工作大局,助推为华侨华人事业发展贡献更多温大智慧和力量。

浙江省僑联党组成员、副主席兼秘书长周松一分享了三句话同大家共勉:希望大家充分

领略先生严谨的治学态度,为本领“淬火”;希望大家充分领略先生高尚的品格修行,为灵魂“提纯”;希望大家充分领略先生赤诚的家国情怀,为事业“添彩”。

随后,浙江省僑联党组成员、副主席兼秘书长周松一,中国僑联常委、温州大学党委书记谢树华,省僑联兼职副主席、浙江清华长三角研究院华侨华人发展研究中心主任白宁分别为浙江理工大学、温州医科大学、浙江传媒学院、台州学院、宁波诺丁汉大学、温州科技职业学院、衢州职业技术学院等7所院校颁发聘

各方代表出席奠基仪式。

和平山区学童前往梧栖永宁国小参访「山海友情,原来是客」活动,开心体验「咸鸭蛋DIY」。



比令亚布指出,海线孩子回访山城时,准备好了腌猪肉、织布、射箭等原住民课程,让孩子们体验彼此不同的生活环境,了解多元文化。

亚萨尤命目前就读博屋玛国小五年级,第一次体验制作咸鸭蛋,他开心表示,以前只腌过咸猪肉,没做过咸鸭蛋,泥土沾在手上的感觉很奇妙,期待可以赶快吃到咸鸭蛋。同校的范喆禹曾有搭船出海的经验,但仍相当期待能再次欣赏海上风光。(侨务电子报)

王立任表示,台中市幅员辽阔,境内有山有海,有原住民、客家及新住民,过去的教学活动缺少了族群、环境差异的亲身体验,无法让学生认识到各种族群因不同生长环境所衍生出的独特性。透过交流活动的进行,可让孩子们欣赏不同的文化特色与视野。

24名来自博屋玛的泰雅族孩童,今天一早自和平区学校搭车下山,耗时2小时抵达位于梧栖的永

王立任表示,台中市幅员辽阔,境内有山有海,有原住民、客家及新住民,过去的教学活动缺少了族群、环境差异的亲身体验,无法让学生认识到各种族群因不同生长环境所衍生出的独特性。透过交流活动的进行,可让孩子们欣赏不同的文化特色与视野。



小米OPPO英國份額增多 海外市場勢頭強勁

3月29日，海外网站“Gizchina”报导称，小米和OPPO在英国智能手机市场上的市场份额逐渐增多，并分析其在英国市场的成功主要来自于和当地的运营商合作。

该报导指出，英国运营商需要寻找有价格优势的高质量4G/5G设备，以支持向下一代5G技术的过渡。小米和OPPO正是抓住了这样的机遇。

在3月24日小米集团发布的2020年财报中显示，2020年小米海外市场全面拓

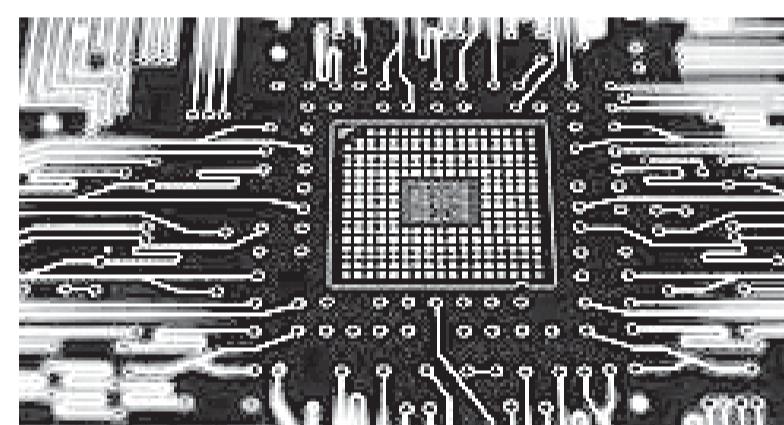
展，海外市场收入人民币1224亿元，同比增长34.1%。其中，2020年第四季度，小米在欧洲及西欧智能手机市场占有率为稳居前三。2020年，在除印度市场外的海外市场，小米通过海外运营商渠道智能手机出货量超过900万台，同比增长380.0%。

根据Canalys的数据显示，2020年第四季度全球智能手机出货量为3.596亿部，同比下降2%，其中小米的出货量为4340万台，增长了31%，OPPO的出货量为

3470万台，增长了15%。

此前，小米集团董事长兼CEO雷军曾公开表示，小米集团要“死磕”中国市场，并坚定不移地走全球化道路，小米目标的是在未来几年在欧洲市场占有率达到第1名。

OPPO CEO陈明永曾对其海外策略表示：“OPPO的市场策略中不存在严格的海外和中国市场之分，好的产品是全球共同的语言。”（环球网）



“芯片短缺潮” 繼續衝擊多國車企

日本半导体巨头瑞萨电子透露，本月早些时候公司旗下位于日本东北部的芯片制造厂火灾所造成的损失可能比预期的更为严重。此前该公司曾表示，火灾共造成工厂11台设备受损。路透社29日报导称，现在确认无法工作的设备可能增加到大约17台。不过，瑞萨电子方面的发言人并未确认这一消息。

报导援引瑞萨电子的表态称，恢复300毫米晶圆生产线可能需要至少一个月的时间，而替换损坏的设备则可能需要几个月。瑞萨电子生产的微控制器单元占到全球汽车市场三成的份额，而发生火灾工厂芯片产能的2/3用于汽车市场。

目前全球汽车芯片短缺的困境依然持续。此前，丰田、大众等全球传统车企巨头都因芯片短缺而被迫减产。中国造车新势力代表企业之一的蔚来汽车也于3月26日宣布，从本月29日起暂停位于合肥工厂的生产活动5个工作日。

此外，市场也有传闻称韩国现代汽车位于韩国蔚山的工厂可能临时停产一周，不过现代汽车29日表示尚未做出最后决定。

ZTE中兴



MyOS
新的老朋友

中興手機操作系統MyOS 11發佈 全新設計更年輕化

3月30日，中兴召开S30系列线上发布会暨新品成团之夜，全新智能手机操作系统MyOS 11也正式同步发布。据悉，中兴全新个性化定制系统MyOS 11将在S30系列产品首发搭载，并将在中兴手机其他机型陆续推送。

作为中兴前代智能手机操作系统MiFavorUI的继承和优化版本，全新推出的MyOS定位于独一无二的全新个性化系统，将通过更智能化、个性化的界面及功能设计，为用户带来倾心、贴心、安心的使用体验。

中兴手机的定制系统MiFavorUI诞生于2011年，今年将正式迎来十周年。在过去十年中，MiFavorUI以轻快为核心，聚焦设计创新，深耕智能化理念，专注每一处细节，努力呈现给用户最好用最贴心的使用体验。在5G移动互联互通时代，面对新生主力的Z世代用户，中兴手机定制系统MyOS也迎来个性化定制升级。

首先是倾慕色彩、彰显个性的新UI设计，让用户可根据个人喜好设置更加个性化的手机界面。

中兴MyOS独有的情感色彩体系，让色彩与用户使用场景相结合，系统级别的全系色彩提升，从视觉和情感两方面，为用户带来光彩、年轻、个性的界面体验。同时，MyOS还带来了全新国风系列壁纸：“至扇至美”系列和“如约绽放”系列，前者汲取中国传统折扇设计，结合艺术的空间、构成手法，凝聚了国粹文化与现代艺术；后者形似绽开的花瓣、放飞的羽翼，充满力量感、动感的视觉艺术表现力，时尚气息扑面而来。

此外，MyOS还提供了多样化的系统主题、可个性化定制的熄屏显示、6套13种动态熄屏，以及极具年轻、鲜活属性的联系人头像设置，用户可随心情自由选择，彰显自我表达的同时，也能体验到DIY专属于自己的手机界面时的别样乐趣。而在字体设计上，MyOS 11也搭载了全新的中兴正圆系统字体，更加适合屏幕阅读的无衬线字体，细微之处见匠心。

除了为用户提供更加个性化

的屏幕视觉定制，全新MyOS在功能设计上，也有著更智能化的迭代升

级。独特的系统级别界面下沉，在任一列表界面，用户可通过直接下拉，将全屏内容下沉到单手触控的半屏位置，单手握持时全屏内容的操作也能更加灵活方便。

MyOS还搭载了智能化的灵犀小窗，将侧边栏和小窗结合在一起，任何场景下都可以通过侧边栏快捷触发应用小窗，在全屏时代让用户享受到“一心两用”顺畅体验。

在手机桌面的视觉及功能设计上，也能体味到MyOS的年轻化、个性化属性。其中，可玩性极高的流光桌面，是MyOS带来的最大变化，用户可将应用以自己喜欢的方式，在桌面进行个性化排列组合，还可将通知作为独立组件在桌面呈现，并为它设置提醒项，美观又便捷。此外，还有流光屏、聚光应用集等，为用户提供智能小秘书、个性化智能桌面定制等贴心功能，只要有创意，你的手机就能独一无二、巧思无穷。

在快速发展的信息时代，每个人都被个人信息泄露所困扰，一次应用授权、一次密码输入，都有可能让我们的个人隐私被他人窥见。

对此，全新MyOS也更加重视用户安全、隐私方面的保护，打造全方位的安全、隐私保护系统，为用户提供了更安心的解决方案。

MyOS专门针对第三方应用的授权环节，提供了一次性授权、空权限授权、集中授权三种灵活的选择，用户可根据自身需要，选择是否对应用开放权限、何时开放权限，以及开放何种权限，并对每个危险权限设置单独许可控制，提供第三方应用的更安全管控。此外，MyOS还提供有安全键盘、剪切板权限管控，让用户切实地把个人信息完全掌握在自己手中，在畅享智能手机的方便、快捷时，也能多一份安心。

十年前，中兴手机将操作系统命名为MifavorUI，本意是My favorite UI，我最喜欢的UI。十年后，中兴手机以个性无限为主题进行了大胆探索，将无拘无束的创造灵感融入设计中，带来了独一无二的全新个性化系统：MyOS。从MiFavor到MyOS，改变的不只是名字，更是中兴手机定制系统向更智能化、年轻化、个性化的华丽转变。

戲曲新浪潮 三之二

報導 蔡志玲 摄影 楊瑞榮

“潮艺馆”自开馆以来，馆主吴慧玲正式开班授徒前，就有一班戏迷追随她四处表演，渐渐成为“潮艺馆”的潮剧固定班底。

他们非戏班出身，只有小时候跟长辈看戏曲的经验，并为之着迷。到“潮艺馆”学习鉴赏戏曲的学生，有些人未满30岁，最年长的年过70，如吴慧玲所言，只要有心，一切不是问题，语言不是问题、种族不是问题、籍贯不是距离，更何况是年纪！

当年长辈们看戏，也许不止是娱乐，还有对故乡的文化情感。如今要传承传统戏曲，以潮州戏曲为例，传承的不止是长辈对中国文化的坚持，还有潮剧潮曲潮音，连带拯救式微的乡音。



◀ 潮艺馆学生今年参加巴生音乐节，精湛演出广受好评。

粉墨登場參演潮劇 一圓戲子夢

“潮

艺馆”第一批“入室弟子”，是在“以戏带功”的训练机制下成长的学生。

学习戏曲有2种方式，一是传统戏班的以戏带功，即锁定某个剧目后，再根据剧目需求教学。第二是开课教学，这是后期比较系统化的教学，细分为潮曲唱念、身段动作、脸谱化妆等不同部分学习。

“潮艺馆”初期召集有兴趣潮剧的青年一起学习。2015年潮艺馆成立一周年纪念剧目《龙女情》演出成功，当时受邀担任临时演员、舞蹈员、演奏者的青年，一部分也留了下来，继续壮大戏曲梦。

这一批年轻人，这些年能坚持至今的人数不多，但都是精兵。采访时遇上排练空档时间，就听听这个世代的年轻人，为何愿意拨出时间与精力，结缘传统戏曲。

◀ 從想放棄到成就感

他是本地著名年轻画家“火柴人”。靠着对艺术的喜爱，对传承传统文化的坚持，他随慧玲老师学戏不知不觉已4年。

“小时候跟婆婆看潮剧，但没特别喜欢，进来

学习后才发现很好玩。”陈维铭对脸谱化妆特别感兴趣，但他谦虚地说技术还有待进步。

从《龙女情》的小虾精到今日《孙悟空斗蜘蛛精》的主角孙悟空，陈维铭的戏曲造诣一直进步中。

陈维铭
(30岁左右)
潮剧学龄：4年
处女秀：《龙女情》

▶ 最擅長演老生角色

林俊杰是威南爪夷华都村人，从事畜牧业，平日为养猪忙。这个皮肤黝黑体格高大的学生，既能武，又能文，从小在华都村看戏长大，还未正式学戏前，已追看潮州戏曲多年。

他是“潮艺馆”第一批学生，最擅长演“老生”角色。俊杰除了是潮曲班学生，也是“潮艺馆”演出的固定班底之一，是慧玲老师少数能演能唱的得意门生。



林俊杰 (34岁)
潮剧学龄：1年
处女秀：
《包公怒斩陈世美》

▼ 沒想到可親身參與

謝靈湘是吳慧玲弟弟的同学，半年前开始参与“潮艺馆”戏曲训练。第一次演出的剧目是四月份在光大视听室上演的学生作品展《告亲夫》。经验尚浅的灵湘，在《孙悟空斗蜘蛛精》里饰演蜘蛛精的手下，这一角色需要许多走位动作，还有一场与猪八戒的单打独斗场面，排练起来一点都不轻松。

“小时候就觉得戏台上的潮剧很有趣，没想到有一天自己也可以亲身参与。”

謝靈湘 (34岁)
潮剧学龄：半年
处女秀：《告亲夫》

72歲粉絲相逢恨晚

2016年“潮艺馆”举办“轻三重六：潮州音乐演奏会”，以活泼、轻快的轻三重六曲牌为演奏主轴。当时慕名而来的不少是资深潮剧粉丝。他们当中有几位，后来也兴致勃勃加入“潮艺馆”潮曲班，完成这辈子想学戏的梦想。

吴慧玲2017年4月正式开设潮曲班，广招有兴趣者学唱潮曲。每周1堂课，每堂约1小时30分，每月学费才100令吉。

有些人钟情潮剧，碍于早年“戏子”的社会地位低下，不敢向长辈透露想当潮剧演员的愿望。社会风气渐开明后，又没遇到适合的老师指导。直到他们各自在“潮艺馆”一场场潮剧、潮曲演出中，遇到了吴慧玲，散落各地的潮剧粉丝团，才在潮曲班的第一堂课首次聚首。

吴舜华是“潮艺馆”最年长的学生，今年72岁了。她与潮曲班相逢恨晚，过去70年人生都没机会学，直到在“轻三重六·潮州音乐演奏会”上，心中的种子才有机会萌芽。

对她来说，潮剧最美，无论是唱念、身段动作、剧本里面的对白、文言文、诗词，都非常优雅。

文化精兵熱愛戲曲

66岁的陈淑文也说，她从小非常喜欢潮剧。“想学太久了！老师一开班，就马上来报名。”

她说，他们这代人成长在物资匮乏的年代，最大的娱乐是跟着长辈去酬神戏台前看潮剧，潮剧有她太多的美好回忆。

刘宏园(57岁)从小也梦想做潮剧演员。“但大家说‘戏子戏子，可以看戏不可以上台’，只好把梦藏心底。”

她后来成为热情的潮剧迷，在“丽的呼声”电台盛行的年代，每周会定时听潮剧广播，也会到新加坡去买钟意的潮剧光碟。

开设潮曲班一年后，吴慧玲今年4月，让学生们在光大视听室举办一场“潮艺·戏子梦”学生作品表演。吴舜华、陈淑文、刘宏园等一众学生，如愿以偿实现了各自人生的戏曲梦。

最近一个月，潮曲班再迎来一名64岁的学生吴锦颂。吴锦颂自小喜欢潮剧的丰富与细腻的感情，身为资深舞蹈老师的她，最近在学生的介绍下认识了“潮艺馆”潮曲班。纵然不谙潮州话，却不断她想学习传统戏曲的热情。

采访当天排练的曲目是《赵少卿选段：一腔怨气恨难平》，练唱剧中主角郭佳的一腔怨气。大家仔细琢磨从声母、鼻音、节拍到轻重音等潮州话发音与演唱技巧，让潮曲音韵万世飘扬。

◀ 每個角色下足功夫

《金

玉楼春》潮剧团2013年举办封箱表演时，林云濠与一班爱好摄影的朋友结识了班主吴慧玲，受邀为封箱戏拍摄。箱是封了，但林云濠与潮剧的缘分延续至今。

“一开始最大障碍还是语言，毕竟闽南语与潮州话不同。学久后，如今可以用潮州话表演

潮剧，听力方面也有提升。

印象最深刻的演出，他记得有一次演出，老师说“你的角色一出场不久就会死掉”，后来他则出场半小时后才会死。

林云濠曾演过包公，也演过王朝马汉，无论哪个角色，都下足苦功。

明日看過來

“潮艺馆”推动潮剧年轻化、时尚潮流化，招募年轻人学戏赏戏，更把潮剧艺术搬上时尚舞台、流行曲榜单。



林芝梅 (42岁)
潮剧学龄：3年
处女秀：《龙女情》

“我们这一代，童年记忆里有潮剧，对潮剧不会陌生。比较担忧是新一代小朋友，没有跟着大人看传统戏曲的经验，长大后不懂还会产生共鸣。“比起现代舞蹈，潮剧的身段动作更加锐利，舞台上的表情、眼神都要多下功夫。”

舞 舞蹈员出身的林芝梅，因舞蹈与潮剧结缘。2015年“潮艺馆”成立一周年呈献大型神话潮剧《龙女情》，她是当时的舞蹈员之一，在吴慧玲邀请下，加入“以戏带功”班底，由于身材纤瘦，身段柔软，较多演小生或旦角。

“我们这一代，童年记忆里有潮剧，对潮剧不会陌生。比较担忧是新一代小朋友，没有跟着大人看传统戏曲的经验，长大后不懂还会产生共鸣。“比起现代舞蹈，潮剧的身段动作更加锐利，舞台上的表情、眼神都要多下功夫。”

◀ 童年時已着迷潮劇

伍剑鞍与“潮艺馆”是在空中相遇的。有次吴慧玲上广播电台的“乡音考古”节目，深深吸引听众之一的伍剑鞍。潮艺馆开办首个潮曲班，剑鞍第一堂课就来报到了。

他说，童年时已是小戏迷，特别喜欢潮剧的清丽优美，以及委婉的唱腔。长大后自己常常找潮剧影片来看，所以就算不曾学习，身为广东人的他对潮州话早已熟悉。

“我的潮州话都在潮剧里面学的。以前没想到本地也有人教潮剧，而且老师就在槟城。”



林云濠 (33岁)
潮剧学龄：4年
处女秀：《闹开封》



淚眼汪汪

是鼻淚管阻塞還是乾眼症



56岁的黄小姐是外商公司高阶主管，上班时配戴近视隐形眼镜，下班回家追剧，看到情绪激动处，时有泪流满面的情况。平时休闲活动是到河滨公园骑脚踏车。近3个月她发现右眼常需频频拭泪，一开始只觉得眼眶湿湿的，多眨几下眼睛或用卫生纸擦拭就好了，心想可能只是眼睛有异物或是隐形眼镜没戴好造成的而不以为意。

但最近一周情况加剧，高频率拭泪都把眼妆擦掉了。虽然左眼偶尔在周末骑脚踏车时也会觉得眼角湿湿的，但不像右眼一样泪水多到会直接滚落脸颊。某次公司主管会议报告时，右眼泪水竟不经意流下，吓到了同事，上级长官还特别在会后问她要不要放个假休息一下，让黄小姐决定到眼科门诊求诊。

经过检查，确诊黄小姐右眼患有鼻泪管阻塞，左眼则是轻微干眼症。右眼在接受泪道冲洗与药物治疗后，症状仍无法完全缓解，因此进一步安排泪道气球扩张术合并人工泪管置入。术后症状获得改善，人工泪管3个月后于门诊取出，症状未再复发。左眼的干眼症则透过局部眼药使用、停用隐形眼镜与热敷后获得缓解。

鼻泪管阻塞 v.s. 干眼症

流泪是眼科门诊常见的主诉。要确定病因之前，必须先了解泪液的形成和生理运作机制。泪液的组成成分可分为黏液层、水层和油脂层。黏液层主要由结膜上的杯状细胞分泌，水层则由泪腺分泌，油脂层则由眼睑上的睑板腺分泌，透过眨眼挤出油脂。

泪液的流动始于上眼睑外上方的泪腺。分泌出的泪水透过眨眼方式均匀分布到眼睛表面，混合黏液层与油脂层后，滋润眼部。之后亦透过眨眼所形成之负压吸力，将泪液吸入位于内眼角的泪孔，顺着泪小管、泪囊一路经过鼻泪管后流至鼻腔内吸收。这条路径上任何病变都可能造成干眼或是溢泪的情况。

诊断流泪大致会往两个大方向思考：干眼或是溢泪。

干眼

干眼主因是泪水生成不足、泪液分布不均或泪液品质不良蒸散快速。

生成不足常见的原因为泪腺分泌机能低下如：自体免疫泪腺炎、干燥症、泪腺肿瘤、泪腺管开口阻塞、女性贺尔蒙减少、角膜神经敏感性下降等。或是结膜杯状细胞分泌黏液功能受损如：史帝芬强症候群、眼部化学性灼伤等。

泪液分布不均则是因为眼睑闭合力度不佳所致如：颜面神经麻痹、眼睑手术后、长时间配戴隐形眼镜等。

泪液品质不良蒸散快速则与睑板腺油脂分泌机能受阻有关（如：眼睑炎、眨眼频率幅度不足等）。

干眼常见的症状为眼睛干涩、异物感、胀痛、怕光、怕风，严重会伴有视力模糊。症状通常会在下半天出现，或在长时间用眼后。部分患者常觉得眼眶湿湿的，这是因为干涩造成角膜表皮受损神经裸露，因而敏感性增加，出现反射性流泪之故。初期干眼只需减少用眼时间、多眨眼、适时闭眼休息、眼部温热敷即可改善，也可以搭配人工泪液使用。严重时需进一步眼药治疗或依医师建议使用自体血清、泪管塞、脉冲光等治疗。

溢泪

溢泪主因是泪水生成增加或泪液排出困难。

泪液生成增加常见于眼表异物刺激或损伤如：角结膜炎、角结膜异物、睫毛倒插等。

泪液排出困难常见是眼睑闭合力度不足，无法形成有效负压吸力让泪水回收进入泪孔如：颜面神经麻痹、眼睑手术后。

亦可能是肇因于排出路径受阻，泪水无法顺畅流至鼻腔如：泪孔狭窄阻塞、泪小管炎、泪小管外伤断裂、泪囊炎、鼻泪管阻塞、泪道肿瘤、鼻黏膜发炎肿胀、颜面骨折等。

患者常见症状为整天都需频频拭泪，泪水黏稠度稍高，压眼头靠近鼻梁处可能出现有黏稠分泌物等。严重泪囊炎会有红肿热痛等蜂窝性组织炎的表现。

后天性鼻泪管阻塞

后天性鼻泪管阻塞常因慢性炎症或退化所造成。诊断上医师可透过泪道冲洗确定阻塞的位置，进而进行治疗。初期以局部眼药合并泪道冲洗与探针畅通；药物无效患者需进一步接受泪道气球扩张术、人工泪管置入，严重患者可以透过经皮肤或是内视镜鼻腔泪囊吻合手术获得改善。眼睑闭合力度不全的患者，需先改善眼睑闭合，若治疗后仍无法缓解，可接受泪腺肉毒杆菌注射减少泪水分泌。

流泪在现今社会中困扰著许多人，有症状建议早期至眼科求诊，透过正确的诊断与适当的治疗，状况可获得改善，亦可大大提升生活品质。（早安健康）

骨頭痠痛竟是癌症轉移 40歲檢查做了沒



攝護腺癌易转移骨头 年长男不要轻忽骨头酸痛

70岁张姓老翁，半年前右大腿骨及髋臼酸痛，他以为骨刺复发，迳行复健无效，痛到难以走路才确诊为摄护腺癌四期，已扩散到骨头，放射线治疗后才止痛。卫福部彰化医院放射肿瘤中心医师吴俊玠表示，临幊上高达三分之一的摄护腺癌一发现就是末期，其中，有八成是骨头转移，年长男性千万不要轻忽骨头酸痛问题。

住在员林市的张先生表示，他在8年多前曾经因为骨刺造成大腿骨及髋臼酸痛，复健后已经不再疼痛，但半年前他再度右侧酸痛，他以为骨刺复发，就近到某医院复健科就诊复健，拉腰2个月却越来越痛，医师开的止痛药吃不够还要自行到药房买，但还是无法止痛，照X光才发现骨头

有异状，转泌尿科肛门指诊发现摄护腺肿瘤，切片后确诊为摄护腺癌，转诊到彰化医院放射线肿瘤中心治疗，治疗2周后疼痛就好转。（摄护腺癌症状有哪些？远离4大危险因子，杀死摄护腺癌细胞的自愈饮食）

吴俊玠指出，经核子骨骼扫描，张先生的癌细胞已从摄护腺扩散到右侧大腿骨，进行摄护腺及骨头的放射线治疗2个月后，PSA（Prostatic specific antigen，摄护腺特异性抗原）从原本的31降到0.1（正常值小于4 ng/ml），显示癌细胞受到控制，接下来还需要定期追踪。

张先生的癌细胞已从摄护腺扩散到右侧大腿骨。

吴俊玠说，根据卫福部107年度统计，摄护腺癌已成为男性10大癌症第5位，人数逐年提高，20年来已增加3倍，初期症状并不明显，临幊上常因癌细胞扩散到骨头造成疼痛才发现，而张先生一开始又误以为是骨刺发作迳行复健，如果能早期诊断，可以有效减轻病人痛苦。

吴俊玠表示，再进一步从国健署台湾癌症登记中心的资料来看，107年摄护腺癌在40岁以下是0个，发生率随著年龄渐增，60岁至85岁为好发年龄，从此资料来看，40岁以下几乎不太会发生摄护腺癌，建议40岁以上有家族史及50岁以上一般男性，每年抽血做PSA检查。

吴俊玠说，PSA是摄护腺上皮组织分泌出来的一种醣蛋白，其数值高并不完全代表罹患摄护腺癌，也可能是摄护腺发炎或摄护腺肥大等状况，但数值异常（PSA > 4 ng/ml），就必须做肛诊或切片等其他进一步的检查，以确定是哪一种情况，对于筛检摄护腺癌不见得十分准确，但这是目前筛检摄护腺癌初步最简便的方法。

吴俊玠指出，有摄护腺癌家族史、嗜吃红肉和高油脂食物、肥胖等，都是摄护腺癌高风险因子；50岁以上男性若有骨盆腔、大腿骨及髋臼疼痛，千万不要自以为是旧疾或老人家酸痛很正常，还是要注意到可能是摄护腺方面的问题。

在饮食预防方面，硒能促进体内抗氧化的能力，可以多吃含硒的食物，如海鲜类、蛋类、大蒜等，茄红素也能抗氧化，含于番茄、西瓜、樱桃、柿子、木瓜等蔬果中。（早安健康）

發燒脖子腫不尋常 深頸膿瘍急症會致命



（毒），致病菌是A型链球菌的情况比较少见，大部分是五岁以上的孩子居多，主要治疗方式是使用抗生素；但有时候A型链球菌引发的病情变化快速凶猛，以小涵为例，在上呼吸道症状出现的两三天内就进展到有后咽部脓疡的情形，需要特别注意。（发烧喉咙痛怕染疫…竟是深颈部感染！严重恐致败血症夺命）

秦家翊医师表示，在儿科第一线来说，深颈部感染是急症，需要尽快诊断及处理，“幸好有张云杰医师的准确诊断以及耳鼻喉科周昱甫医师迅速地安排手术，病情才能立即有效控制。”一般而言，若患者是年纪再大一点的小孩或成人，在手术清创引流同时会预防性地做气切，避免脓疡引流不顺利可能再次压迫呼吸道，但小涵才两岁多，气管也比较小，做气切也可能会造成并发症，于是医疗团队决定放置气管内管并于术后密切观察。

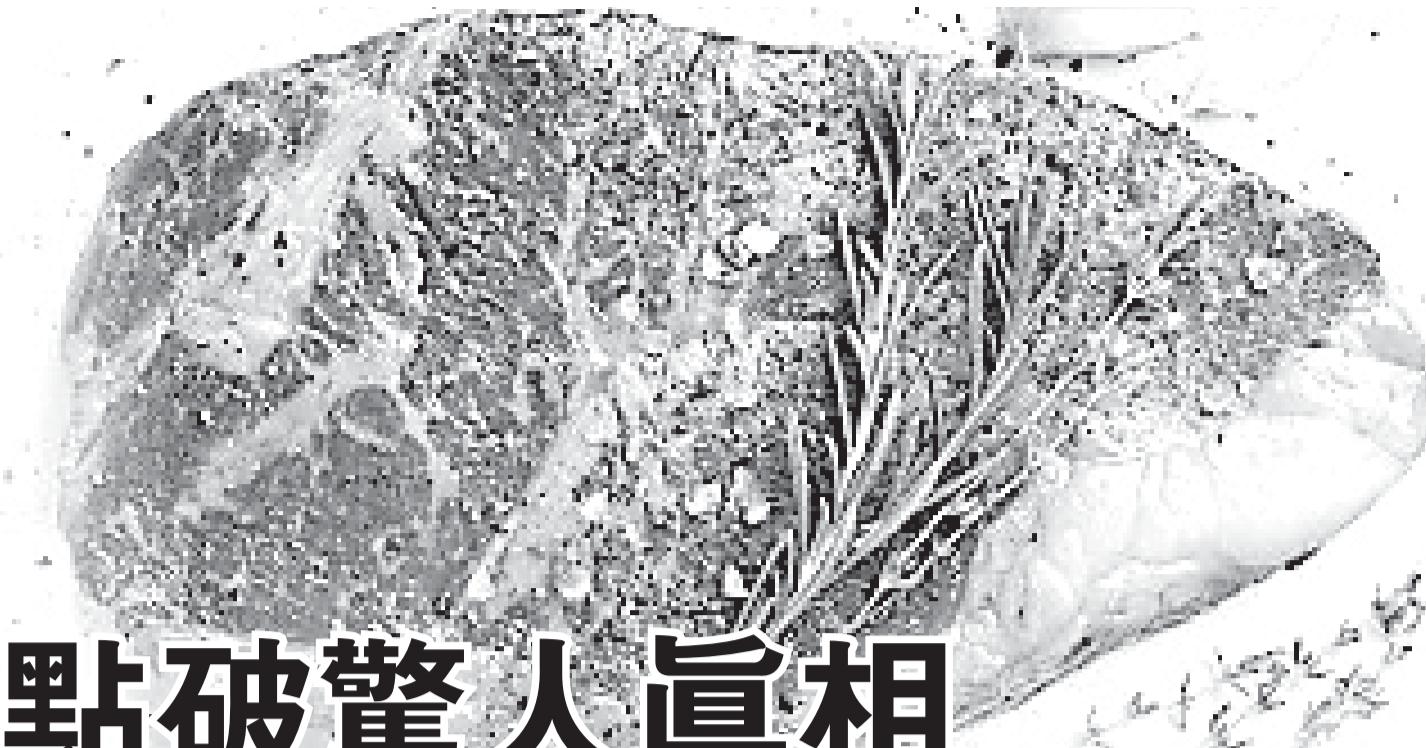
小涵在送到花莲慈院的当天晚上开刀后，便住进小儿科加护病房由秦医师与耳鼻喉科医师一同照顾，再持续地引流及投入抗生素治疗后，抽血的发炎指数、白血球和发烧的情况，都有获得明显的改善，也顺利拔管。在病况趋于稳定后转普通病房，目前已康复出院。

秦医师也叮咛，家中若有孩童发烧、颈部僵硬或肿胀、吞咽困难、流口水、牙关紧闭、声音含糊不清等情形，应提高警觉，有可能是深颈部感染，及时送医，可避免病情进一步恶化。（早安健康）

两岁半的小涵（化名）因持续两三日的发烧，且不愿开口说话、进食，被送往花莲慈济医院就诊，检查发现是深颈部后咽腔脓疡压迫所致，经小儿部张云杰医师诊断需尽快动手术，并立刻联系耳鼻喉科周昱甫医师做清创和引流，所幸小涵在术后恢复良好，目前已顺利出院。

后咽腔脓疡是深颈部感染的一种，指病患在后咽处长了一个脓包，并且根据脓的位置及大小会引发不同的症状；深颈部感染非常危险且致命，常见原因包括上呼吸道感染或食道异物损伤等等，使细菌感染并入侵深颈部筋膜间隙，造成颈部发炎及化脓。花莲慈院小儿部秦家翊表示，“后咽腔脓疡在幼儿病症中算是急症之一，若未及时治疗，脓疡压迫到呼吸道，可能造成气喘以及哮鸣声的现象，严重时甚至会引起呼吸困难。”

秦医师指出，在小涵的咽喉以及脓的培养里有发现“A型链球菌”，一般常见引起急性化脓性扁桃腺炎或细菌性咽喉炎，儿童或大人都有可能被感染。但是像小涵这样学龄前的幼儿的上呼吸道感染多以病毒为主（例如腺病毒、EB病



點破驚人真相 瘦肉比牛腱還低脂

猪梅花是中脂肉，牛梅花是超级瘦肉！

这件事情我是直到前年写减重食谱时才发现的（惭愧），在那之前一直以为梅花肉很肥，没想到牛梅花可以说是超级瘦肉！而猪梅花其实也没有到高脂肉的标准，属于中脂肪的肉类！

牛跟猪梅花指的是哪个部位？梅花肉指是肩胛部的肉，不管猪跟牛应该都是。

根据食品成分资料库，猪梅花是猪上肩肉的俗名，而中兴大学动科系畜产经营研究室将猪梅花肉归类在肩胛部。

猪梅花的分切方法如下：从颈椎下方和背中线平行切开，然后顺著肩胛骨面剥

开梅花肉、前腿肉，而于肩胛骨前端和背中线平行切离梅花肉（胸最长肌）与前腿肉。（这内容真的是太专业了！）

牛跟猪梅花的营养价值(每100公克)

牛梅花	热量：120大卡
蛋白质：20.3公克	
脂质：3.7公克	
饱和脂肪：1.7公克	
猪梅花	
热量：207大卡	
蛋白质：18.9公克	
脂质：14.0公克	
饱和脂肪：5.5公克	

猪梅花的脂肪含量是牛梅花的3.78倍！不过猪梅花其实也不算高脂肉，只是中脂肉而已。光这样看的话可能还无法理解它们的脂肪含量，所以我来举个对照组，每100公克猪五花的脂质含量是33.9公克，牛五花的脂质含量则是40.3公克！

是不是很惊人啊！顺道一提，大家应该都知道牛腱是瘦肉，板腱也是，而牛梅花的脂质含量比牛腱跟板腱都还要低。这样知道下次吃火锅要点哪个部位的肉片了齁。

不瞒各位说，我昨天的晚餐就是吃火锅，火锅点的肉就是梅花牛~而这篇的灵感就是来自于昨天的晚餐。（早安健康）

香蕉排钠降尿酸 1週就有感

台湾素有香蕉王国美誉，香蕉号称是最容剥皮的“懒人水果”，不但香甜美味，健康功效更是惊人，让香蕉广受台湾、日本等国家居民喜爱。日本专业医师指出，富含钾的香蕉，不但有助于排出体内多余盐分，使血液流动更加顺畅，降低血管堵塞、中风甚至猝死的风险，同时还可能有助于碱化尿液、减少尿酸，有助于预防痛风，日本节目也邀请到男星实测，短短1周就让尿酸减少近2，效果堪比药物！

香蕉健康功效1：碱化尿液降尿酸，帮助预防痛风

日本医学博士大谷义夫、农学博士田岛真、消化器内科名医大竹真一郎等多位日本知名专家，在健康节目中共同介绍了香蕉的好处，其中之一就是降低尿酸、预防痛风。当血中尿酸过高、慢慢在关节结晶堆积时，可能会引发痛风；而香蕉能帮助碱化尿液、让尿酸溶入尿液之中，因此有排泄、降低尿酸的效果。

节目也实际邀请到男星滨家隆一、山内健司进行实测，他们原本的尿酸就偏高（标准值为3.8~7）。而在每天吃2根香蕉，结果在持续吃香蕉一周后，滨家隆一

的尿酸值从10.2降到8.3，山内健司的尿酸值从7.9降到7.6，确实有了改善，其中滨家隆一的尿酸值减少了将近2，这已近乎是药物的功效，令来宾们相当吃惊。

日本冈村诊所院长冈村长门则认为，想要预防痛风，建议以每天2000ml以上的排尿量为目标，能让尿酸透过尿液排出，而香蕉具备利尿作用，因此香蕉也可能透过促进排尿方面来帮助预防痛风。日本一般社团法人爱知县药剂师会提供之资料也指出，除了香蕉有助于碱化尿液，还有芋头、大豆、牛蒡、地瓜、白萝卜……等多种食材也可能有效。如有肾脏疾病者，吃含钾量相当高的香蕉等食物之前，一定要先谘询专业医师意见。

香蕉健康功效2：帮助排钠，有助预防中风、猝死

节目邀请到的医师们也指出，炎热的天气中容易流汗而使身体水分不足，让血液变得黏稠，容易发生血栓，提高脑梗塞风险。而香蕉富含钾，能帮助排出体内盐分，使血液流动更加顺畅，具备降血压、保护血管的效果，还能帮助血管恢复年轻，具备预防猝死的效果。

节目也分别邀请59岁男性、59岁女

性、54岁女性共3人实际测试，让他们每天吃2根香蕉，其中59岁男性的血压从172mmHg降到132mmHg，59岁女性血管年龄从59岁降到42岁，54岁女性则是血压和血管年龄都改善了，血压从190mmHg降到164mmHg，血管年龄从67岁降到61岁。

（早安健康）



不花钱没副作用 脂肪肝也退散走路法

很多人为了金钱，不惜牺牲自己的健康，而为了恢复健康，又再度把钱花光。心里悔恨著过去、担心著未来，却忽略了自己唯一能掌握的，只有走一步是一步的当下。

把不知道飘到哪个时空的灵魂给叫回来，回到当下最快的方法，就是走路！更棒的是，出去走走，同时也是让人获得健康的好方法。西医之父希波克拉底(Hippocrates)在两千多年前就曾告诉大家：“走路是良药。”而且还是几乎没有副作用的良药。

光靠走路，数十种病症都能获得预防及改善，最常见的包含失眠、代谢症候群、失智症、忧郁症、情绪失调、骨质疏松、便秘，以及心血管疾病，通通有效。（日内科权威：走路能让脑神经细胞再生，关键是它）

简单来说，为失眠而走，最重要的是接触到阳光，利用日光调节褪黑激素与血清素水平。预防骨质疏松的走法，太阳也是关键，在阳光下健走，有助于稳固钙质、活化造骨细胞、维持肌肉量不要流失太快。据专家研究，走好走

满，还能降低3成臀部骨折风险。

而体重超标、代谢症候群的走法，强调循序渐进逐渐增加强度。每天挪出30分钟快走，坚持一段时间，就连顽固的脂肪肝都能消掉。

最近很多人情绪不好、担忧著不可知的未来，今天我特别来讲一下走路对于情绪调节上的帮助。

人会焦虑，这很正常。焦虑感督促人们未雨绸缪、超前部署，因此大大提升生存机率。靠采集、狩猎维生的古代人，正是因为懂得焦



防癌控血壓 熱量僅有糙米飯

如何做出美味又低热量的“饭”？最近在各大社群媒体上引起风潮的“白花椰菜饭”，或许是一个新鲜的选择！白花椰菜具有防癌、预防高血压、心脏病等健康好处，对于预防感冒、促进消化等日常养生也有帮助，不但美味、容易料理，而且热量低又富含多种营养素，如果吃腻的普通米饭，不妨换换口味喔！此花椰菜饭是不另外加米饭，直接用花椰菜处理成米粒大小做成饭的概念喔。

同样一杯的分量，白花椰菜的热量仅有25卡，碳水化合物仅有5克，每杯糙米则有218卡的热量和46克碳水化合物。除了热量极低之外，白花椰菜更富含纤维、维生素C、维生素K、维生素B6、钾等等各种营养素。

白花椰菜是十字花科蔬菜的一种，其中富含抗氧化物质槲皮酮，能够减低致癌物质的活性，并有助抗癌、抗菌、抗发炎。另外，根据《蔬菜营养图典》一书指出，白花椰菜中的钾也能帮助预防高血压，类黄酮则能净化血管、防止胆固醇氧化，有助预防心脏病和中风。

用白花椰菜做成的“饭”究竟有多红？在社群媒体Instagram上，有将近28000则贴文带有“白花椰菜饭”的标记（cauliflower rice），足以见得白花椰菜饭受到许多人的欢迎。白花椰菜饭做起来又快又简单，美味的同时还具有低热量、营养丰富的特点。450公克的白花椰菜，就能做出约4杯的白花椰菜米，用来做成炒饭或是在各种菜肴中代替米饭都很好吃。现在就跟著以下食谱做做看吧！

材料：

白花椰菜1颗（切成小朵）

橄榄油/椰子油1~2匙

盐 适量

做法：将白花椰菜分批放入食物处理机，打碎成如米粒般大小后倒入碗中备用，并将其中过大的部分挑出，再次打碎。以中小火在平底锅中热油，再放入适量的白花椰菜米，不要让锅中过于拥挤。加入少许盐后，拌炒约5~8分钟至白花椰菜变软，即可趁热食用或放凉冷藏备用。（早安健康）



虑，才会在粮食快要没有的时候，赶紧走出去找点吃的。而在现代台湾，没有缺粮这种困扰，但只要你愿意走出去，大脑还是会把“走走”这个动作，解释为你在增加生存机率而自动解除焦虑警报。

走吧走吧！尤其在焦虑不停歇的时刻，更要好好走走

那如果注意力不集中、思考变得迟钝、没有好点子时又该怎么办？最快又最没副作用的解方，也还是出去走走。最好是走到能分泌多巴胺的程度，快走超过30分钟以上。

觉得别人叨叨絮絮很烦？外头一下子车辆按喇叭、一下子路人讲话很大声，让你一直分心。也可能干扰不来自于外头，而是从自己的心里不断冒出许多妄念与杂念，同样让人不能专注。这时候，不管杂音来自何处，你都可以藉由多巴胺这个好东西，帮你关静音、平息各种干扰杂讯，让你更专注地、更全心全意地活在当下，并处理好目前你手边最重要的事情。

生命是流动的，当心情欠佳、思虑停滞之际，呆坐在沙发上当一颗麻铃薯或是麻糬，都无济于事。唯有透过走路，我们便走进最美的想法里。（不自觉发呆代表脑袋废物该清了！4分钟消退脑雾效果同45分钟有氧！）

不论是写《湖滨散记》的梭罗，常常穿梭于街头与人讨论哲学的苏格拉底，还是带动矽谷“走路开会”热潮的Apple创办人贾伯斯与Facebook创办人祖克柏，都特别会走。走起来，生命的量能自然动起来。

预防认知功能受损、预防失智、改善注意力不集中的问题，或者，想体验灵光乍现的美妙感觉……那就换双好穿的鞋，出去走吧！

（早安健康）



葡主帥：國家榜樣 C羅仍是國家隊隊長

对塞尔维亚的比赛，C罗因为一个已经过线的进球没有被判为有效而愤怒，他甚至甩掉了队长袖标，这引发了争议，不过葡萄牙国家队主帅费尔南多·桑托斯表示，C罗没冒犯任何人，他是葡萄牙的榜样。

在被问到相关问题时，桑托斯表示：“很显然他依然会是我们的队长，他没有冒犯任何人。”

葡萄牙国家队主帅指出：“他是国家的榜样，你们已经无数次这样写过。”

桑托斯表示，葡萄牙队不会剥夺C罗国家队队长的职务，“如果冒犯了队友或者足协，我们或许会研究一下，但我没看到他冒犯任何人。”

(央视网)

告別隊史最佳射手 曼城：阿圭羅今夏離隊



当地时间29日，曼城官方宣布阿根廷前锋阿圭罗将在今夏合同到期后离队，他将以自由球员的身份进入转会市场。

阿圭罗出生于1988年，2011年加入曼城，迄今已在蓝月亮效力10年。期间，阿圭罗共为球队出场384次，打入257球并有73次助攻，是队史进球最多的球员。他帮助曼城夺得4个英超冠军、1个足总杯冠军、5个联赛杯冠军和3个社区盾冠军，两次荣膺曼城年度最佳球员。本赛季，受到伤病的影响，阿圭罗只出场了14次，打进3球。

在曼城宣布阿圭罗离队之后，阿圭罗本人也在个人社交媒体向球迷们告别。他写道：“当在曼城的时光快要结

束的时候，我的内心百感交集。能够在曼城效力十年是一件令我感到十分骄傲与自豪的事，尤其是在现如今的足球环境下。经过十个赛季的拼搏，我很荣幸能够成为队史最佳射手。而能够与所有热爱这家俱乐部的人们同舟共济，荣辱与共，也是让我非常感动的一点。热爱曼城的人们，你们永远都在我心中。”

最后，阿圭罗表示在曼城的最后一个赛季，他会尽己所能帮助球队赢得冠军：“我会在赛季剩余阶段奉献一切，帮助球队赢得冠军，为球迷带来欢乐。新的挑战即将开始，我会全力迎接，会带着激情和职业态度，不断到达新的高度。”

(中新网)

日本國奧3：0阿根廷國奧 東京奧運創歷史？

北京时间29日晚，日本国奥与阿根廷国奥进行了第2场热身赛，日本队最终3:0大胜阿根廷队。作为东京奥运会的东道主，东道主球迷们对日本队寄予厚望，通过与阿根廷的这场热身赛，日本国奥已经展示出了自己强大的实力。

上半场第45分钟，濑古步梦在中后场发动长传，林大地得球后杀入禁区，成功破门，日本队1:0领先。下半场，日本队在10分钟内打进两粒头球：第68分钟，久保建英开出角球，板仓滉头球破门；不久之后，久保建英再次角球助攻板仓滉，后者完成梅开二度。帮助日本队提前锁定了胜利。

在2004和2008两届奥运会上，阿根廷男足都获得了冠军。这次对阿根廷国奥的胜利，无疑可以证明日本国奥的实力。而根据此前的报导，日本国奥的目标是在东京奥运会上夺得冠军，书写亚洲足球新的历史。

东京奥运会男子足球比赛共有16支球队参加，比赛将在包括东京、横滨、埼玉、茨城、札幌和仙台等6个城市举行。

(中新网)



“90後”周雲宣佈退役：江蘇最終沒有了江蘇隊

在江苏队确定无缘新赛季中超联赛后，江苏队球员周云通过个人社交媒体宣布退役。他感谢了俱乐部工作人员和支持他的人，并表示：“江苏不能没有江苏队，但江苏最终没有了江苏队。请原谅我，这漫漫长路，就只能陪你们走到这里了。”

周云出生于1990年，他的职业生涯只效力过江苏队一家俱乐部。2008年，不满18岁的周云完成了在球队的首秀，并在此之后逐步站稳了球队后防主力的位置。在江苏队效力期间，周云帮助球队夺得过2008年中甲冠军、2013年超级杯冠军、2015年足协杯冠军、2020年中超冠军。

国家队层面，周云在2006年入选国

少队并参加了新加坡亚少赛。2013年，周云入选中国国家男子足球队。

决定退役后，周云在个人社交媒体写道：“感谢二十年前岁月指尖的那个小男孩，在我第一次面临人生选择的时候，在黑白相间的足球精灵和红白相间的田径赛场之间，我很庆幸自己遵循心之所向，选择了前者，庆幸少年时候的自己日复一日的坚持让我最终能陪伴江苏足球走过二十载光阴，庆幸足球生涯里身披过国家队战袍为国征战过，庆幸在我状态不佳时、坐在冷板凳时都没轻言放弃过。”

对于江苏队无缘中超，周云也表达了自己的失望和无奈：“这三个多月以来我怀揣过坚定的信念，始终都幻想著我

还能继续征战在只属于江苏的草皮上，但最终，我在一次次希望又在一次次失望中醒过来。江苏不能没有江苏队，但江苏最终没有了江苏队。请原谅我，这漫漫长路，就只能陪你们走到这里了。”

“不必为我感到惋惜也请不要一直难过，我们有过共同的回忆，我们一起捧起过奖杯，我们的胸前照亮过一颗星星。我很庆幸从我初识足球到挂靴退役都只属于江苏队，那么长的流金岁月我都只属于这里，这是我的光荣。说再见时，就挥手吧。再见面时，就微笑吧。我是周云，我的故事，未完待续。”

(中新网)



柯潔稱AI讓圍棋失去當年美感：“我不希望它出現”

目前，柯洁在个人社交媒体上再度提及对围棋人工智能的看法。他直言，并不希望AI出现，因为它的出现让围棋失去了当年的美感。

“对于我来讲，我并不希望AI出现。因为AI可以很大程度上拉近棋手之间差距。水平较高的棋手，前50手可能通过布局就可以拉开差距。现在都有AI了，都有工具辅助了，棋手就会完全按照AI的下法去下。老一辈棋手可能会觉得，现在的棋失去了当年的美感，因为都是跟AI一样的下法。”柯洁这样说道。

同时，柯洁也认为，AI使得围棋行业竞争越来越激烈：“在以前的话，我觉得想赢一盘棋还是比较容易的。现在越来越难了。人类棋手都在向人工智能进行学习，大家都知道布局该怎么下。”

2017年，柯洁与人工智能“AlphaGo”进行了三番对决，最终柯洁0:3完败。如今，柯洁的空余时间几乎全部用在了研究AI上， he说道：

“我现在看到AI也比较痛苦，因为我知道我没有办法走出比AI更优秀的好棋。”

虽然柯洁没有办法打败人工智能，但他也认为人工智能促进了围棋的发展。“在AlphaGo出现之前，外界对棋手的印象还停留在白发苍苍、仙风道骨的大师。”

但是看到我以后，大家觉得怎么是一个毛头小孩。对于我们围棋人来说，也很感谢阿尔法狗能够出来击败李世石、击败我。这样就让围棋彻底火出圈，让更多人知道中国有这么厉害的国粹。”

(中新网)



曝巴薩已通知庫蒂尼奧走人 3年貶值1.2億歐元

“库蒂尼奥的大问题”，3月30日的西班牙《每日体育报》打出了这样的大标题，封面人物是这位巴西球星。

据《每日体育报》透露，巴萨已经和库蒂尼奥的团队交流过了，俱乐部今夏将为他寻找新东家，因为他不在俱乐部的新蓝图中。

伤病让库蒂尼奥半个赛季都无法上场，巴萨俱乐部认为，要想在不亏本的情况下完成库蒂尼奥的转会，这是不可能的。

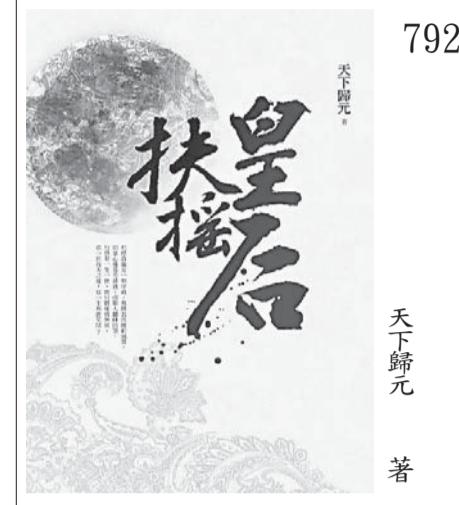
本赛季在巴萨，库蒂尼奥仅上场14次，共792分钟，打入3球，助攻2次。

库蒂尼奥已经前往巴西治疗自己的膝盖，从伤病情况来看，他已提前告别赛季。

除了出售，巴萨俱乐部也考虑将他外租的可能。

库蒂尼奥与巴萨的合同2023年到期。2018年1月，巴萨俱乐部以1.6亿欧元的总价从利物浦引进了库蒂尼奥，而现在他在德国“转会市场”网站中的估值只剩下了4000万欧元。(中新网)





還 有沒有王法了！你給我滾！
那婦人揮舞著掃帚撲上來，孟扶搖手指一彈將她定住，抬眼看了她一眼，淡淡道：“深宮苦難，相依為伴，你倒也算是有情有義，看在這份上，我不殺你……我問你，他是誰？”

“呸！”那婦人一口濃痰啐出來，“你爹！”

“我爹早死了。”孟扶搖森然笑，“你這麼想我爹，我送你下去見他可好？”

“你這混賬！”

孟扶搖皺著眉，看著這個苦熬深宮囚人歲月，早已失了本性也早已

不畏生死的婦人，一時倒覺得有些棘手，然而眼見這老太監未必能說出什麼來，她需要從這婦人口中得到些信息，想了想，抬手也抓了她過來，一邊拎一個，邁出門去。

這地方偏僻無人來，鬧成這樣始終沒有侍衛經過，孟扶搖大搖大擺拎著兩人回到驛館，長驅直入內室，將兩人向地下一攢，大馬金刀一坐，道：“看見沒，帶你們出宮了，有話好好說，給你自由。”

她是對著那婦人說的，這老太監，沒搞清楚他身份和糾葛之前，她不會許諾自由。

“出宮了？”那婦人爬起來四處張望，扒著窗櫺看了看，一眼望見驛館裡成片的高樹，宮中是沒有樹的，頓時明白自己確實出了宮，當即拍著膝蓋大笑起來。

“哈哈哈，出宮了，哈哈哈，出宮了！”

她撲過去拚命搖那老太監：“老路，老路，出宮了！咱們終於熬出去了！以後再不怕人來殺你了！哈哈，我們出來了！”

孟扶搖聽得最後一句，眉毛一挑，“誰殺你？”

“關你什麼事。”那婦人薄薄的嘴皮子一撇。

“不關我事。”孟扶搖微笑，“你們哪裡關我的事？我看我還得把

你們送回去，繼續被殺才對。”

那婦人默然半晌，看著地上不住顫抖的老太監，突然道：“你想知道什麼？”

“他是誰？他在宮裡的經歷，還有你的經歷。”

“沒什麼好說的。”婦人冷冷道，“他是老路，我的對食，比我早進宮很多年，我犯錯進暗庭的時候，他已經在裡面，至於為什麼事被打發進去的，我問過他，他沒說，在進暗庭之前，他是早先盈妃娘娘宮裡的粗使太監，盈妃娘娘暴病薨後，她宮裡很多人都被打發進暗庭，沒兩年就死得差不多了，就活他一個，我進暗庭很得他照顧，便結了對食。”

盈妃……孟扶搖將這個封號咀嚼了一陣，沒覺出什麼特別意味，想了想道：“皇宮西南角一叢矮樹後有一座廢棄宮室，你知道那是哪座宮殿嗎？”

“那裡有宮殿嗎？”婦人搖頭，“西南角有塊地方是禁地，我們做宮女的時候都不允許過去，沒見過。”

孟扶搖皺眉，換個方式再問：“盈妃的宮殿，叫什麼名字？”

她記得當初在官沉牢中遇見的那個男子，曾經說過彥凌兩個字的音，她查過璇璣所有的地名，沒有找到和這兩個字發音近似的地方，現在便想起，大抵是宮殿名？

若不殺那爾布，就要徹查這樁案子，就得懲治更多人，包括你的皇叔、堂弟，甚至上千賑災官員。糧食從他們的手中流過，一點一滴，如同沙漏，剩下越來越少。”

皇叔？堂弟？

弘曆終於明白了過來，太后是慈悲的——她只對自己的親族慈悲，只要能保住那群貪墨了賑災款的皇親國戚，犧牲個把個奴才算什麼？

“太后！”弘曆咬牙切齒道，“由上及下，層層盤剝，才成了如今的模樣，他們理所當然要付出代價！”“這些人貪墨賑糧，的確罪該萬死。”太后忽然話鋒一轉，“但你不能一朝殺盡。”

她劃拉了一下手裡的茶蓋，有條不紊地勸道：“宗族同氣連枝，你動了一個沒事，動了兩個有事，動了三個就要天下大亂，想想先帝爺！”

弘曆一楞，回憶起先帝在時，被親兄弟聯合宗室反對，每一道政令推行得極度艱難。許多明明是造福蒼生的政策，下頭的人一執行，就變成了苛刻盤剝，最後天下百姓都覺得是他不好。

弘曆一愣：“太后有何看法？”

隨手將那花那剪棄到一邊，太后緩緩走到椅前坐下，極冷靜道：“那爾布忠正有餘，能力不足，光是浙東一帶，粥廠設下126個，偏偏只有他的粥廠出了事。當他發現災民鬧事，非但控制不住，還讓局勢迅速蔓延，災民死傷無數，引得朝野震動。若人人都和他一般無能，大清要亂成何等模樣？”

她話裡的意思再明顯不過，弘曆盯著她：“……太后想讓朕殺了那爾布？”

太后微微一笑，反問他：“不殺，不足以平民憤。”

屋子裡燃得是檀香，桌子上貢著的是彌勒佛，就連牆壁上，都掛著觀世音大慈大悲的畫像，看著太后臉上慈祥的笑容，弘曆覺得心中有些發涼。

“您常年吃在唸佛，就算宮女太監犯錯，也不肯輕易責罰。”他緩緩問道，“如今一個明顯被冤枉的忠臣，您卻勸朕殺了？”

太后嘆息一聲，似一個老母親教導自己年幼無知的孩子：“皇帝，你

“不。”呂競男道：“這才是我今晚來找你的主要目的，從今天起，我將教會你——呼吸！”

“呼吸？”卓木強巴疑惑道，不由想起了亞拉法師讓自己做的呼吸試驗。

“沒錯。”呂競男肯定道：“呼吸，那是每個人從斷臍那一刻起，就學會的第一生存本能，正因為這是一種本能，在常人眼裡，呼吸已成為再普通不過的事情了，事實上，呼吸，可以對人的體質有很大的改變。”

中醫的氣功講究內練一口氣，醫學上有呼吸窘迫綜合症，呼吸性酸中毒，呼吸性酸中毒，包括我們曾經訓練過你們在高海拔地區的獨特呼吸，呼吸與人體有著密切的關係。

“通過呼吸，你甚至可以獲得，比單純的肌肉訓練更強大的力量，更完善的內環境，更好的精神狀態和更敏捷的反應力。”

說著，呂競男將一個紙方盒放在卓木強巴床頭，打開盒子，裡面好像是一件運動背心，還有一疊速記草稿紙，卓木強巴道：“這是什麼？”

呼吸

呂競男道：“這是電子控制可自動收縮的彈力背心，等你傷好後把它穿上，它可以證明你控制呼吸的頻率和深淺，在前期對你有很大幫助，當你將這種呼吸方式養成習慣之後，就不需要它了。

這個文字資料，是我研究密修呼

吸時的一些心得，你需要背熟它，我要傳授你的這種呼吸方法……嗯……那是我自己領悟的一種鍛煉身體的方法，與我們密教沒有任何關係，你可以放心的修煉。”

呂競男雖然這樣說，卓木強巴心中卻很明亮，這無非是此地無銀三百兩，什麼自己領悟的方法，那一定就是密修的基礎，而自己連密修的試驗性考核都沒能通過。

那速記草稿就更不用說了，明明就是亞拉法師去過倒懸空寺後每天冥想記錄的東西，看來分明就是亞拉法師轉托呂競男為傳授，卻非說是自己領悟的。

不知道這個神秘的宗教對貿然傳授他人密修的基本法門又有什麼規定，但從他們平時的處事謹慎來看，呂競男和亞拉法師一定冒了極大的風險。

呂競男已開始說道：“這種方法，是屬於密宗旁支，也是從七大查克拉入手，所謂查克拉，也叫恰克拉，或查克瑞，梵意是指輪，也就是人體的七大脈輪。”按照我們密修者的說法，人體有七大脈輪，三大經脈，這是我們西藏和周邊地區獨有的經脈學說，等同于中原氣功的奇經八脈和702個穴位，但又各自為不同系統。基礎分為氣，脈，輪，點，人體之氣分為兩大類，分別為根本氣和支分氣，各自再分為五種，氣為生命動能，若有錯轄阻滯，必生疾病。

游劍江湖

71

梁羽生

点

苍双煞从云家逃出来，估量已跑出二十里开外，感到有点疲

劳，开始放慢脚步。

段仇世受的只是略损皮肉的轻伤，算不了什么，他的师兄卜天雕可就惨了，卜天雕给吕思美砍了一刀，又给云紫萝刺了一剑，吕思美那一刀几乎砍掉他的一条手臂，云紫萝那一剑刺穿了他的“劳宫穴”，更是把毒掌废了。

卜天雕的资质不及段仇世，他练的“黑砂掌”，足足用了十年功夫，如今断送在云紫萝的剑下，若要重头再练，只怕十年也未必能够再练成功了。

一路上卜天雕骂声不绝于口，骂孟元超，骂“小妖女”，更诅咒那个心狠手辣的“丑妖妇”。当然他不会知道这个“丑妖妇”乃是艳名曾经倾动苏杭的绝色美人云紫萝！

段仇世听他骂声不绝，似乎有点厌烦，忽地淡淡说道：“我倒是有点佩服孟元超呢！”

卜天雕呆了一呆，叫道：“什么？昨晚你也是吃了他们的亏的，怎的却佩服起仇人来了！”

段仇世道：“其实孟元超并不是咱们的仇人，咱们的仇人是他的师父。”

卜天雕怒道：“我的毒功断送，就是因他而起，你也给他的师妹斩了一刀，你还说他不是咱们的仇人！”若非卜天雕一向敬畏这个师弟，他就要破口大骂了。

段仇世点了点头，说道：“你也说得不错，经过了昨晚这一战，咱们当然也是和孟元超结下了梁子的了。但我还是禁不住佩服他。”

卜天雕道：“你佩服孟元超什么？”

段仇世道：“我佩服他是一条硬汉子，还有他那一路刀法，我也是很佩服。说老实话，单打独斗，我们都不是他的对手，昨晚得见吕寿昆衣钵真传的刀法，也算得是不虚此行了。”

卜天雕道：“如此说来，这个仇你是不想报了？”

段仇世道：“这也不然，佩服和报仇是两件事。不过我倒想用另一个法子报仇。”

卜天雕道：“什么法子？”

段仇世道：“我还未曾想得出来，不过我是不想和他性命相斗了。我要把本领练得比他高明，叫他甘拜下风。”

卜天雕知道这个师弟比他更为任性行事，他所想的事非做到不可。卜天雕的武功本来不及师弟，如今毒掌已废，更是必须倚靠他了。是以卜天雕虽然心中不忿，却也不敢发作。只好说道：“我是不行的了，但愿你好歹也给咱们出这口气。”

说话之间，忽然见有一个人匆匆向他们跑来。

卜天雕抬手一看，只见来的是个衣衫褴褛的汉子，一件打满补钉的蓝布大褂，油腻腻的发亮，远远就闻到一股臭味，一张苍白的脸孔，简直没有半点血色，跑起路来，脚尖沾地，轻飘飘的像一缕烟，倒是跑得很快。

卜天雕暗暗嘀咕：“哪里钻出来的这个怪物，倒像个大庙不收，小庙不留的野鬼游魂。”他正自满肚皮怒气无处发泄，心里讨厌，便即转过身指着那汉子骂道：“你这个三分像人七分像鬼的东西，鬼鬼祟祟地跟在我们后面干吗？”



63

祖 望郑重的说：“对！”

我今天让大家都来，就是要对每个人说清楚！我不希望家里一天到晚有战争，更不希望你们兄弟两个吵来吵去！我已经决定了，溪口交给云飞处理，不止溪口，钱庄的事，也都陆续移交给云飞！其余的，都给云翔管！”

云翔气极败坏，喊着：

“交给云飞是什么意思？爹，你在为我们分家吗？”

“不是！只要我活着一

天，这个家是不许拆散的！我会看着你们兄弟两个，如何去经营这家的事业！纪总管会很公正的协助你们！”他走上前去，忽然很感性的伸出手去，一手握云一手握宴飞，一手握云翔，恳切的说：“你们两个，都是我的儿子，是我今生最大的牵挂和安慰。你们是兄弟。不是仇啊！为什么你们不肯像别家兄弟姐妹一样，同心协力呢！”

云飞见父亲说得沈痛，这是以前很少见到的，心里一感动，就诚挚的接口：

“我从来没有把云翔当成敌人，但是，他却一直把我当成敌人！我和云翔之间真正的问题，是在于我们两个做人处世的方法完全不同！假若云期能够了解自己做了多少错事，大彻大悟，痛改前非的话，我很愿意和他化敌为友！我从来没有忘记过他是我的弟弟，因为这已经成为我最深刻的痛苦！”

云翔被云飞这篇话气得快要爆炸了，挣开祖望的手，指着云飞骂道：“你这说的是什么话？简直莫名其妙！什么大彻大悟，痛改前非？我有什么错？我有什么非？我有什么需要改善的地方？”

“你说这些话，就证明你完全不可救药了！”

云翔冲过去，一把抓住他胸前的衣服：

“你这个奸贼！在爹面前拚命扮好人，好像你自己多么善良，多么清高，实际上，你却用阴谋手段，抢夺我的东西！你好阴险！你好恶毒……”说着，一拳就对云飞挥去。

云飞挨了一拳，站立不稳，摔倒在茶几上，茶几上的花瓶跌下，打碎了。

梦娴、齐妈、天虹全都扑过去搀扶云飞。天虹已经到了云飞身边，才突然醒觉，仓皇后退。

梦娴和齐妈扶起云飞，梦娴着急的喊：

“云飞！云飞！你怎样？”

云飞站起身，被打得头昏脑胀。

云翔见天虹的“仓皇”，更是怒不可遏，扑上去又去抓云飞，还要打。天尧和纪总管奔上前，一左一右拉住他，死命扣住他的手臂，不许他动弹。

“有话好说，千万不要动手！”纪总管急促的劝着。

祖望气坏了，瞪着云翔：

“云翔！你疯了吗？你到底是怎么回事？吃错了药还是被鬼附身了？对于你的亲兄弟，你都可以翻脸就翻脸，说动手就动手，对于外人，你是不是更加无情了？怪不得大家叫你展夜枭！你真的连亲人的肉，都要吃吗？”



683

何馬
著

唐卡典藏版

藏地密碼

一部关于西藏的百科全书式小说

第一部

一

何馬

著

何馬

著

何馬

著

何馬

著

何馬



Marsudirini小学大楼。

(雅加达讯)教育和文化部部长纳迪姆·马卡林(Nadiem Anwar Makarim)日前与国会第十委员会举行的联合工作会议上表示,自从Covid-19大流行席卷我国以来已经一年了。这意味着,学校和大学也已经实施了在线学习系统。那么,从家庭开始的学习期何时结束?好消息是,面对面的学校将在2021/2022新学年重新启动。

纳迪姆强调,从7月份开始,面对面的学校将在整个印尼实施,尽管它们仍局限于某些地区。在保持健康规程的同时,需要加速面对面的学校。不仅如此,面对面学习

方案还采用了旋转系统。大约50%的学生将进入学校,其余的学生轮流进行在线学习。

面对面学校的回归恰逢7月13日开始的2021年新学年开始。希望注册自己的孩子上小学,初中,高中及同等学历的父母迫切期待新的学年,自今年年底和年初以来,学校通常已经开始招收新生。

对于居住在雅加达南部和周边(例如茂物和德波)的父母,因该考虑选择两所最受欢迎的顶尖学校,即Madania学校和Marsudirini天主教学校。Madania和Marsudirini都接受从幼儿园到高中阶段的学生。这两所学校也位于同一地区,即TelagaKahuripan综合住房区。

雅加達南部特色學校 迎接新的2021學年

Marsudirini学校茂物代表负责人M. Christella表示,“Marsudirini学校与多家主要机构合作发展EQ、SQ、IQ、SQ的潜力。例如公立和私立(本地和海外)大学,Google教育,Hanlin(中文)和CEIC Sanata Dharma(英文)。”

Christella指出,“在大流行期间,Marsudirini的学生继续使用Google课堂设施进行各种时间表和方法的在线学习,所有学生仍然可以与朋友和老师互动。“除了虚拟会议,学生还可以通过YouTube,Quassis和使用老师制作的视频的教程进行学习。”

有趣的是,Marsudirini学校为住在茂物市以外的初中和高中学生提供了宿舍。可以通过学校官方网站访问2021年新学生入学(PPDB),学前班、幼儿团和小学的注册表格费为10万盾,初中和高中生的注册表格费为15万盾。

同时,在迎接新学年的同时,Madania学校采用一种学习框架来进行学习,该学习框架的结构旨在完善以前采用的学习方法。即通过适应几种方法,包括差异学习,混合学习,个性化

学习,个性化学习和翻转学习的完善设计(UBD)。

Madania学校营销部Nurmawati指出,“Madania学校坚持宽容,我们相信所有的孩子都能得到最好的教育,不论他的宗教信仰,兴趣和才华,即使是特殊需要的孩子也有可以磨练他们的兴趣和才能。”

潜在的Madania新学生将经历一系列的选择过程,包括学术测验,心理测验,家长与校长之间的访谈以及准学生与学校之间的访谈,Madania学校的注册费为50万印尼盾。准小学生的建筑费

为3200万盾,初中和高中为2700万盾。尽管他们的教育方法和学校设施不同,但Marsudirini和Madania都具有在凉爽绿色自然氛围中的优势。当然,这也将是学生学习各种生活技能的工具。

Telaga Kahuripan首席营销官Ferry Thahir表示,“Telaga Kahuripan就像是Madania学校的住所,Marsudirini将继续保持自然价值。因此,在Telaga Kahuripan进行的振兴活动中,绿色自然的概念得到了高度尊重,特别是在居民区的焦点,即以天然湖泊,人造湖泊和公园形式的绿色开放空间(RTH)。”

綠色概念的教室。



迎接儿童节到来,基隆市政府推出包含「城市寻宝趣」在内等「六大好礼」。

歡樂兒童節 基隆準備6好禮大放送

基隆市府推出「2021 基隆童乐海子岛」系列活动,除将海洋广场打造成乐园外,还有酷似教育版的宝可梦游戏、4月1日上下课时间对调等「六大好礼」,陪伴大小朋友度过欢乐儿童节。

基隆市长林右昌今天表示,一年一度的儿童节是孩子们最期待的节日,鼓励家长多陪伴在孩子身边,一起享受满满的儿童月,期待大家在一拆开市府精心准备的礼物那一刻,除了开心满足,也能感受到市府的用心。

市府教育处长林祝里说,第一礼是「海子岛乐园」,将在海洋广场以装置艺术组成梦幻童趣乐园,成为孩子们的小天地,活动于29日盛大亮相,持续到4月30日,欢迎大小朋友一起入岛狂欢。

礼物2「童趣同乐-大翻转」,4月1日上下课时间对调,林右昌当天也会到复兴国小与孩童PK游戏机;礼物3「日藏惊喜」,市府与各单位合作推出满满的亲子活动;礼物4「童游书海」,4月各周末举办亲子阅读活动,带领大家畅

游书海;礼物5「你好,礼好」,市府制作精美口罩赠送孩童,既实用又可爱。

林祝里表示,礼物6为「城市寻宝趣」,市府研发虚拟实境教学,酷似教育版的宝可梦App,民众于4月1日到30日在海洋广场开启「乡基宝MR」App,寻找躲藏在基隆市区3个景点的守护兽。

完成闯关后,在「基隆市乡基宝-城市寻宝趣」的Line官方帐号聊天画面输入「通关密语」,就会出现神秘奖品兑换券,可凭券到市府1楼服务中心及旅客服务中心兑换。(侨务电子报)

SEBUAH MIMPI BESAR DR ALIM MARKUS

MENCIPTAKAN 1 JUTA WIRASAUSA DENGAN
MELALUI UMKM DAN TABUNGAN DASYATT



SULUH KEBANGSAAN DR ALIM MARKUS

Kami Bangsa Indonesia Banyak agamanya, Banyak budayanya, Banyak suku yang berbeda - beda Kita bersatu padu menjadi Bangsa Indonesia yang besar Bangsa Indonesia yang majemuk Kalau kita mau maju, Cintailah Produk - Produk Indonesia

SEBUAH PIKIRAN DR ALIM MARKUS

Bawa Bapak DR Alim Markus merasakan dirinya seperti wong Jawa / suku Jawa karena Bapak DR Alim Markus dilahirkan di Jawa dan yang kebetulan berdarah Tiong Hoa seperti Gus Dur

- Nikmati benefit hingga 5% p.a mulai 1 Mei 2021 (terdiri dari bunga & hadiah / reward).
- Nasabah yang direferensikan berkesempatan menjadi Sub Distributor Maspion Group dan mendapatkan discount 15% + cash discount 5% untuk setiap pembelian produk Maspion Group (pembayaran melalui Tabungan DASYATT).
- Dapatkan discount tambahan 2% apabila penjualan min. Rp 80jt/3bulan atau 2.5x apabila penjualan min. Rp 125jt/3bulan.
- Benefit-benefit yang akan didapatkan oleh nasabah UMKM yang tergabung dalam Maspion Bazaar:
 - Apabila omzet semakin besar, nasabah UMKM yang tergabung dalam Maspion Bazaar dapat menjadi Distributor Maspion Group.
 - Dapat melakukan transaksi pembayaran tagihan rutin (PDAM, PLN, Tiket Kereta, Telkom, Pulsa HP, BPJS, dan lain-lain) melalui MEB (Maspion Electronic Banking).
 - Nasabah yang mereferensikan Penabung / Deposan untuk membuka rekening atau deposito di Bank Maspion akan diberikan reward sebesar 5% setiap bulan dari nominal bunga.
 - Nasabah berkesempatan memperoleh kredit dengan bunga 10% p.a.

MASPION BAZAAR
GERAI UMKM
Cintalah Produk - Produk Indonesia

Tabungan DASYATT 5% p.a.
Tabungan Dagang Saya & Teman - Teman
Menciptakan Sejuta UMKM

Marketing Surabaya	
Nuril (UMKM)	0857 3208 3979
Wiyono (UMKM)	0813 3044 8868
Ferry (Cash Management Manager)	0812 3454 7778
Abraham (Cash Management)	0817 9325 001
Marketing Jakarta	
Rita Wurugian (UMKM)	0812 8689 6586
Christover (Cash Management)	0878 8494 7974
Rendi (Branch Manager)	0878 7859 5960
Westerling (Branch Manager)	0811 8855 515
Contact Person	
Theresia E W (Direktur Marketing)	0811 3635 758
Herman Halim (Direktur Utama)	0811 306 121
Alim Markus (CEO Maspion Group)	0816 508 935

Nikmati DEPOSITO dengan bunga DASYATT dari Bank Maspion

s/d Rp 100 Juta	5.75% p.a.
> Rp 100 Juta s/d Rp 1 Miliar	6.00% p.a.
> Rp 1 Miliar s/d Rp 5 Miliar	6.25% p.a.
> Rp 5 Miliar	Negotiable

- Berlaku untuk penempatan dana baru atau top up dana.
- Bagi nasabah yang menghendaki penempatan deposito hingga nominal sampai dengan Rp 2 Miliar dengan suku bunga LPS maka berlaku ketentuan sesuai dengan suku bunga penjaminan dari LPS saat itu.

ADA APA DI BANK MASPION???

Mulai 1 April 2021 Nasabah Bank Maspion yang melakukan transfer online antar bank melalui maspion e-banking dan ATM hanya dikenakan biaya Rp 4.000,-

ada KREDIT SEGERA

- Proses Kredit SEGRA!
- Dapat digunakan untuk membayai segala jenis usaha & segala kebutuhan usaha dengan tetap memperhatikan 5C.
- Dengan dana segar dari Bank Maspion maka usaha anda akan semakin sukses & berkembang.

ada DASYATT-LINE

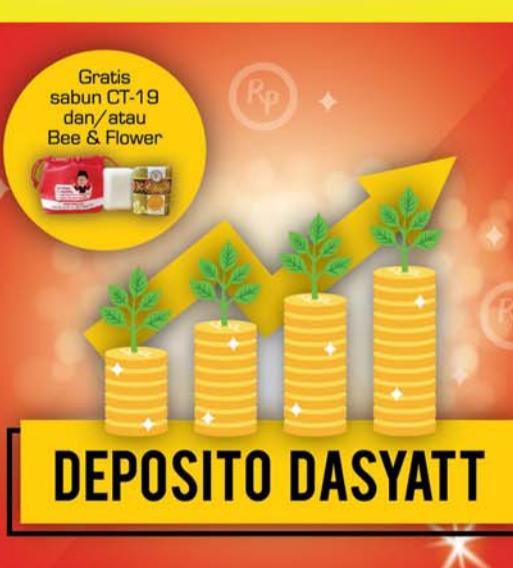
Kredit yang diperuntukkan bagi pengusaha UMKM yang tergabung dalam Maspion Bazaar - Gerai UMKM dengan bunga 10% p.a.

ada MASPION E-BANKING

Saat ini Mobile Banking Bank Maspion tersedia dalam 3 Pilihan Bahasa (Indonesia, Inggris, dan Chinese)

Nikmati juga transaksi mudah kapan saja dan dimana saja, dengan fitur-fitur yang tersedia pada maspion e-banking:

- | | | |
|---|--|--------------------|
| Transfer Online | Transfer SKN & RTGS* | Informasi Rekening |
| Penempatan Deposito* | Pembelian Pulsa Isi Ulang, Voucher K-Vision*, dan PLN Prabayar | Top Up Saldo GoPay |
| Pembayaran Tagihan (Telkom, PDAM, HP Pascabayar, Kartu Kredit, TV Berbayar, PLN Pascabayar, Tiket Kereta, Internet, FinPay, Pajak, BPJS Kesehatan, BPJS Ketenagakerjaan*) | | |
- * Fitur ini hanya tersedia pada Internet Banking



BANK MASPION

BANK MASPION
We're Hiring

Bank Maspion membuka kesempatan bagi keluarga dan teman untuk bergabung dan berkembang bersama kami.

OK PT Bank Maspion Indonesia, Tbk
terdaftar dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan

Persyaratan Umum

- Terbuka untuk fresh graduate.
- Usia Maksimal 30 tahun.
- Pendidikan SI dengan IPK minimal 3,00 (dari Skala 4,00)
- Mampu berbahasa Inggris & menjadi nilai tambah jika mampu berbahasa mandarin.
- Ramah, berpenampilan menarik, serta memiliki komunikasi yang lancar.
- Jujur, berintegritas, dan disiplin.
- Bersedia ditempatkan diseluruh kantor cabang Bank Maspion.

(031) 5356123 (031) 5356123 www.bankmaspion.co.id

LPS LEMBAGA PENJAMINAN SIMPANAN
PT Bank Maspion Indonesia, Tbk merupakan peserta penjaminan LPS

DOWNLOAD FORM

Scan QR code dibawah ini



KANTOR PUSAT Jl. Basuki Rahmat No. 50-54, Surabaya 60262

GPN **mep** **ATM** **PRIMA** **Link**

KIRIM VIA EMAIL

Lengkapi form anda lalu kirim ke email dibawah ini

hrd_recruitment@bankmaspion.co.id