



你最忠实的伙伴  
Teman Setia Anda

# HARIAN INDONESIA

## 印度尼西亚日报

\*Sesuai Standarisasi ENI4683:2019

**Bagus Papi**

KIDS Surgical Mask

Masker anak nyaman digunakan sehari-hari

Desain Masker terdaftar

医用等级防护口罩  
长时间佩戴更加舒适

3 Ply Masker

BFE\* ≥ 98%

为孩子们

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

2021年5月11日（星期二）

### 印媒：全世界都向中國求助

印度媒体指出，隨著印度和美国步履蹣跚，世界正越来越依赖中国的疫苗。

A5

### 警惕虛擬幣交易所詐騙套路

当投资客想著投资回报时候，某些虚拟币交易所已经盯上了投资客的钱袋子。

A7

### 休假啟事

為歡慶開齋節，本報于5月12日（周三）至15日（周六）休假，是日無報，並於5月17日（周一）起照常出版，敬請讀者垂注。

編輯部 啟

（雅加达讯）最高法院取消了文化与教育部长、内政部长和宗教部长的联合决定书（SKB）。

该联合决定书涉及在地方政府的国立小学至中学学校的学生、教育者和教育人员使用制服和宗教属性饰物。

西苏门答腊的米囊卡鲍自然与习俗研究所（LKAAM）起诉了3名部长的联合决定书（起诉状注册号为17P/HUM/2021）。

援引最高法院于上周五（7日）的裁决摘录：“批准了请愿人米囊卡鲍自然与习俗研究所对部长联合决定书进行司法复核权的请愿书。”

最高法院还下令第一答辩人宗教部长，第二答辩人文教部长和第三答辩人内政部长撤销联合部长决定书。最高法院认为，该联合决定书与更高的法律法规相抵触。

摘录写道：“经审判，命令答辩人一，答辩人二和答辩人三撤销教育和文化部长，内政部长和宗教部长编号02 / KB / 2021，编号025-199/2021和编号210/2021的联合决定书。”

最高法院指出，该联合决定书与2014年第23号法令关于地方政府的第10，第11，第12条文规定，以及2014年第35号法令对修正2002年第23号法令关于保护儿童的第1条第1款相抵触。

然后，关于立法的2011年第12号法第1条第1款和第2款，以及关于国民教育系统的2003年第20号法令第1条第1款和第2款，第3条和第12条第1款规定。

摘录说：“因此无效，也没有约束力。”

需要指出的是，文教部长说，穿制服和宗教属性的决定必须是教师、学生和父母个人的决定。该联合部长

# 最高法院撤消3部長 關於校服聯合決定書

决定书指出，地方政府和国立学校不得强迫或禁止学生，穿著具有宗教属性的制服。

他強調，在学校中不可禁止或责成学生使用任何宗教属性的制服。因此，他要求所有国立学校在最多30天内，立即废除与联合部长决定书不符的规定。如果不立即遵从，学校将会受到制裁。

可以由地方政府根据适用的机制对学校实施制裁，或者由文化与教育部通过停止提供学校运营援助资金（BOS）和其他政府援助来实施制裁。同时，违反规定的省长将受到内政部的制裁。至于县长或市长将受到省长的制裁。如果有地方政府或学校违反联合部长决定书规定，则宗教部将提供协助和加强温和的宗教活动和宗教习俗，并决定是否给予和终止制裁。

宗教部长雅库特评称，此步骤是对强迫学生戴头巾作为在西苏门答腊岛巴东第2专业中学违反学校规定的藉口的反应。

他承认，仍然有许多学校制定了强制或禁止某些制服和宗教属性的规定。因此，他评估了此联合部长决定书对于在学校环境中实施非常重要。（KP）



一名家长为孩子选购校服。

### 世衛：B1617變種冠病 或可躲避疫苗部分抗體



尽管印度政府一直在努力控制疫情，但是持续恶化的疫情已经让其医疗保健系统不堪重负。

（瑞士·日内瓦讯）世界卫生组织的首席科学家说，在印度传播的冠病变种病毒B1617更具传染性，并可能躲避疫苗的部分抗体，造成该国的暴发性疫情。

法新社报导，世界卫生组织首席科学家斯瓦米纳坦（Soumya Swaminathan）上周六（8日）警告说，“我们今天在印度看到的流行病学特征确实表明，这是一种能够极其迅速传播的变异株。”

尽管印度政府一直在努力控制疫情，但是持续恶化的疫情已经让其医疗保健系统不堪重负，而且许多专家怀疑官方公布的死亡人数和病例数字被严重低估了，并且疫情的最高峰仍未到来。

印度卫生部5月9日通报，该

国在过去24小时新增4092起冠病死例，使单日新增死例连续两天超过4000起。印度当天新增40万3738起冠病确诊病例，累计总数达223万起；目前累计死亡病例则有24万2362起。

身为印度儿科医生和临床科学家斯瓦米纳坦表示，去年10月在印度首次发现的B1617变异株显然是印度疫情失控的一个影响因素。

#### 依靠公卫措施降低传播

但迄今为止，世卫组织尚未将该变异株列入“忧虑变种”（variant of concern）的最终候选名单——这一分类意味著该病毒变异株更具危险性，有更强的传播性、致命性，或者能够逃脱疫苗的保护。

目前包括美国 and 英国在内

的几个国家卫生当局，已经将B1617列为一种令人担忧的变异株。斯瓦米纳坦表示，她预计世界卫生组织很快也会做出调整。

不过斯瓦米纳坦认为，印度出现的病例和死亡人数急剧增加，不能仅仅归咎于病毒变异，而是印度似乎放松了警惕，出现了“巨大的社会大规模集会”。许多印度人认为危机已经结束，放弃了戴口罩和其他保护措施，但病毒仍在悄悄地传播。

虽然印度现在正试图扩大疫苗接种规模以控制疫情，但斯瓦米纳坦还警告说，仅仅注射疫苗是不足以控制局势的。

印度是世界上最大的疫苗生产国，但是在13亿多人口中，目前只有大约2%的人完全接种了疫苗。她表示：“要达到

70% 至80% 的覆盖率，需要几个月甚至几年的时间。”

斯瓦米纳坦强调，在可预见的未来，全球需要依靠经考验的公共卫生和社会措施来降低传播。

她说：“病毒复制、传播和传播的越多，突变产生和适应的可能性就越大。”“积累了大量突变的变异体最终可能会对我们现有的疫苗产生抗药性。”（早报）

**冠病疫情數據**

（截至5月10日）

新增确诊：4891 例

累计确诊：1718575 例

累计治愈：1574615 例

累计死亡：47218 例

**Bagus™**

バグス

**FRESH 99**

抗菌手洗い

**ANTIBACTERIAL HAND WASH**

抗菌洗手液

**SABUN CUCI TANGAN KELUARGA**

**EFEKTIF MEMBUNUH KUMAN**

**抗擊**

**FIGHTING COVID-19**

**新冠肺炎**

**2x Protection**

**Kills Germs**

www.bagusidn.com 关注我们: @ bagus.idn

Tersedia di Supermarket & Minimarket terdekat anda

官方电商合作平台:

Shopee tokopedia JD.ID

附近超市、便利店有售:

LOTTE Mart, LOTTE Grosir, Kam Chiko, Lulu, HERO, Dikanda SUPERMARKET, Giant, FORTUNA, SANTA SWALAYAN, JAKARTIA, Duta B, BENNY mart, DAN-DAN, Century, PUJASARI, AEON, NAGA, FOODHALL, TRANSmart, Market City, hypermart, Alfamidi, Alfamart, LAWSON, HARI HARI, Kemangsan, CIRCLE K, NARMA, FamilyMart

# 我國再次獲COVAX設施 運來139萬劑冠病疫苗

（雅加达讯）在国药（Sinopharm）疫苗到货后的一周内，我国于上周六（8日）上午再次从COVAX设施，接收了138万9000剂冠病疫苗。

这是第12批收到的冠病疫苗，如此一来，我国已从COVAX设施获得了641万零500剂疫苗。

该由阿斯利康（AstraZeneca）生产的疫苗是使用卡塔尔航空运输机运送的。疫苗装在1万3896个小纸箱中，然后包装成10个木制货盘，每个货盘尺寸为157厘米x120厘米x157厘米。估计货物总重为5286.7公斤，体积2万9579立方米。

外交部长列特诺表示，迄今为止，印尼政府已经获得了7591万零500剂疫苗，包括科兴（Sinovac）疫苗6850万剂、COVAX阿斯利康疫苗641万零500剂和国药疫苗100万剂。

列特诺续称，我国非常感谢世界疫苗联盟（GAVI），世卫组织（WHO），流行病防备创新联盟（WHO），以及通过与儿童基金会的伙伴关系而建立的COVAX设施，该组织继续努力履行对所有国家平等获得疫苗的承诺和需求。

自大流行开始以来，印尼一直在倡导人人平等获得疫苗。当前，正在讨论有关疫苗专利豁免的问题，以提高世界疫苗的生产能力。这是世界各地为所有人获得疫苗铺平道路的合作努力之一。

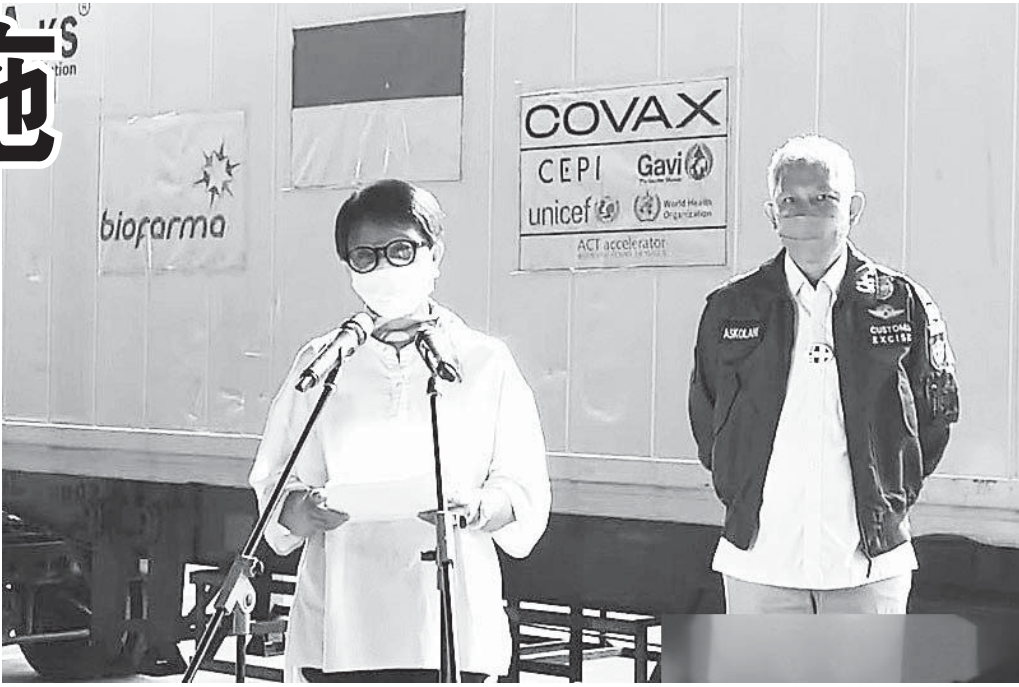
列特诺也是COVAX预先采购市场承诺（AMC）的联席主席。她表示：“5月17日，我将与埃塞俄比亚卫生部长，加拿大国际发展部长一起主持COVAX AMC参与小组会议，讨论为所有国家提供同等疫苗的努力的现状。”

根据世界卫生组织的报告，在过去的两周中，全球冠病发病率一直高企，超过了大流行6个月期间的病例数，即每周超过570万例新病例。目前，世界上阳性（确诊）病例的数量已超过1亿5700例，死亡率超过320万人。

根据世卫组织的术语，东南亚地区包括印度，印尼，尼泊尔，孟加拉国，斯里兰卡，泰国，马尔代夫，东帝汶，缅甸和不丹的病例数增幅最高，为19%，特别是在印度。随著这一增长，到2021年5月2日的一周内，东南亚记录了多达47%的世界新病例。

外交部长列特诺强调，这种情况足以令我们所有人警觉，即冠病病毒的传播仍在各地蔓延，因此，我们必须始终保持警惕。

她总结说：“我们每个人都可



↑外交部长列特诺致辞，表明我国已经获得7591万零500剂疫苗。

→抵达我国从COVAX设施获得的138万9000剂冠病疫苗。



以作为防止冠病病毒传播增加的努力的一部分，即通过继续遵守健康礼仪规则，这不仅为保护自己，而且也为我们周围所爱的人。”（KP）



查雅都会警区警长法迪耳警察少将和查雅都会军区司令都通少将在新闻发布会上提供说明。



警方展示包围士兵送病人汽车的11名收债员和证物。

## 汽車銷售商11名收帳員 包圍士兵送病人汽車被捕

（雅加达讯）雅加达北区警署逮捕了11名收帐员。此前，社交网络视频热传了他们于上周四（6日），在雅加达北区西科查高速公路进口大门，包围了由军人努尔哈迪二级中士驾驶的本田Mobilio车（B 2638 BZK），后者当时正护送患病车主。

当缓慢行驶时被包围后，努尔哈迪没有驶入高速公路，而将汽车开往雅加达北区警署总部，从而使收帐员取消了撤回未还清分期贷款的车辆的意图。

雅京北区警署副警长纳斯利雅迪副大警监表示，逮捕收帐员的过程涉及北雅加达警署刑事调查单位和科查警分署人员，以及获得雅加达北区0502军分区协助。

被捕的11人分别是YAK（23岁），JAK（29岁），HHL（26岁），HEL（28岁），PA（30岁），GL（37岁），GYT（25岁），JT（21岁），AM（28岁），DS（35岁）和HRL（25岁）。

逮捕行动是在警方收到与事件有关的报告之后进行的，其中之一是通过社交媒体上传的视频。然后，雅加达北区警署刑事调查单位主任德威·帕拉斯蒂奥副大警监组建了一个联合小组，以逮捕收债团伙。

根据初步审讯的结果，视频中的11名肇事者的领导人或协调员是HEL。被捕后，收债团伙被带到雅加达北区警署总部，以进一步调查和处理。

努尔哈迪二级中士据悉是北雅加达北区0502军分区在东森佩尔2军支区担任村辅导员的成员。在上周四的事件中，努尔哈迪驾驶著由居民纳拉拥有的汽车。

于下午2时左右，当努尔哈迪还在东森佩尔村公所办公室时，公共基础设施和设施处理单位（PPSU）和城管（Satpol PP）工作人员报导说有一辆车被一群人包围。

车上有一个由几个小孩和一对夫妻组成的家庭，而丈夫处于生病的状态。看到汽

车被包围后，努尔哈迪主动帮助并接管了方向盘。

这样做是为了通过西科查高速公路将病人带到医院。但是在途中，他所驾驶的汽车被一群收债员包围。

有意帮助居民的努尔哈迪当时并不知道汽车的状况，即已经拖欠了8个月的贷款。

查雅都会军区司令部司令都通·阿布都拉赫曼少将证实，11名收债者在雅加达北区高速公路阻拦0502军分区在东森佩尔2军支区村辅导员努尔哈迪二级中士的法律程序将继续进行。

都通周一（10日）在新闻发布会上说：“很明显，即使作为收债员协调员的亨德利·勒特穆（HL）已直接向陆军特别是努尔哈迪道歉，但其法律程序仍将继续并留给警方处理。”（KP）

## 我國與東帝汶交界邊防軍 接受民衆移交10支槍械

（库邦讯）住在帝汶岛我国与东蒂汶边境地区的一些居民再次交出了10支枪械，由我国东帝汶西区边境安全特遣队（边防军）保管。

印尼-东帝汶西部地区6/3野战炮兵营（Yonarmed 6/3）指挥官安棠·拉迪延托上校周日（9日）受到联系时说：“居民交出的枪支种类繁多，分别是斯普林菲尔德步枪，自制步枪，自制手枪，冲锋枪等。”

枪支移交给了分散在多个县区的边防军哨所，即马六甲县的莫塔马辛哨所接收了2支斯普林菲尔德步枪型枪支，法杜哈县哨所则接收了1支斯普林菲尔德步枪。

此外，中帝汶北部地区的内努县边防军哨所收到了1支自制步枪和2支自制手枪；纳班峇瓦哨所接受了2支自制手枪连同手枪和长枪的弹药；马努沙西哨所接受了1支葡萄牙制造的斯普林菲尔德步枪。

库邦县乌波利河哨所也收到了居民交出的枪械，其中包括1支仍活性的冲击步枪。

他还说：“这些枪械是由东帝汶民意调查事件的退伍军人以及其亲属的普通公民交出的。”

↓一名居民将枪支交给印尼东帝汶边境安全特遣队的人员。



拉迪延托指出，枪械的移交与边防特遣部队成员在与当地居民的积极交流和教育的作用密不可分。这些努力使工作人员成功地建立了社区意识，并最终自愿将枪支移交给了边防特别工作组。

他再次说：“我对东帝汶西部地区6/3野战炮兵营工作队所有成员感到自豪，他们做出了令人骄傲的成就。”（KP）

## 西萬隆縣山體滑坡 一名到訪屋主親人喪生

（雅加达讯）上周六（5月8日）晚上，滑坡袭击了西万隆县巴龙邦镇02街坊02邻组芒拉杨村居民家，消息称，在滑坡事件中一名住戶被掩埋喪生。

西爪哇地方治灾机构副主任哈迪·拉赫玛特称，滑坡事件发生于晚上9时。

他说，三米高的悬崖滑坡砸中了居民房屋以及导致访客丧生。

“滑坡砸中了一座住四口

人住家，掩埋了其中1位名叫鲁迪是屋主的弟弟正在拜访一起开斋。”哈迪于上周日（5月9日）提供的说明。

社会人士与值勤员组成的联合小组一起肩并肩进行搜寻发现了死者鲁迪及将死者鲁迪进行迁移，即刻送往丧家巴龙邦镇芝古尔基琅乡银基尔村。

“深夜12时逝死的死者被家人带往芝古尔乡巴龙邦镇安葬。”哈迪说。

滑坡的经过情形，滑坡始于自傍晚7时下的强降雨引发的，该强降雨导致泛滥由于排水有限，因此无法容纳雨水。

“进入乡村居民区域的水导致三米高的悬崖滑坡袭击了居民的房屋，造成恰好正在探访的人员伤亡。”哈迪叙述说。

西爪哇省地方治灾局已经与西万隆县地方治灾局及芝沙鲁阿警署协调已经进行了快速评估即刻到灾区。（LDS）

## 我國成為東盟與美國合作協調國



（雅加达讯）拜登和贺锦丽当选美国正副总统后，于上周四（6日）首次通过视频，举行东盟领导人与美国代表共34人的会谈，东盟外交部长在会谈中，承诺在美国新政府领导下加强与美国双边关系和合作。

我国将在2021-2024年成为东盟与美国伙伴关系的国家协调国，因此我国对这次会谈非常重要。

会谈进行中，东盟和美国讨论了拜登-哈里斯政府领导下的两个地区希望发展的合作重点。美国在本次会谈中发表的各种声明，包括与前新政府完全不同，美国在东盟的政策变化方向。

美国将通过各种举措来增加其对该地区的参与，其中是向东盟提供了1.12亿美元的冠病资金援助。

“美国对东盟成为战略和重要地区的国家。迄今为止，东盟一直是维护东南亚地区和平与稳定的关键。”美国代表主席阿杜耳（Atul Keshap）Atul Keshap如此表示。

我国资深外交官西达尔托（Sidharto R Suryodipuro）在会谈中表示，从制定《友好合作条约》（TAC），《东盟印度洋太平洋展望》（AOIP），于去年签署《区域

全面经济伙伴关系》（RCEP），东盟将始终将在国际形势和局势发展过程中扮演积极的角色。

此外，东盟将在建立一个和平、稳定和繁荣的东南亚地区而不懈努力。东盟领导人致力于维持东盟成为区域稳定的重要中心地，并为国家对话提供有力的

对话平台，东盟坚持现有的机制和原则，保持东盟的独立外交地位。

他还表明，有关中国南海问题，美国 and 东盟国家理应共同维持区域和平，以避免南海冲突升级。我国还支持美国批准《联合国海洋法公约》。

在这次会谈中还讨论东盟与美国进行数项合作，例如应对气候、海洋、数字经济、基础设施及应对跨境犯罪方面的合作。我国将在2021年8月至2024年担任东盟与美国伙伴关系的协调国家。在协调期间，我国优先对在数码化、创意经济、中小微型企业和人力资源开发领域的合作。

他上周五（7日）通过外交部网站表示，因为印尼将成为2021年至2024年届的东盟-美国合作伙伴的协调国，所以上述会谈是很重要的事项。

他说，东盟国家追求的就是促使东盟地区呈现一片和平、繁荣及稳定的局势，东盟中心建立在各国合作伙伴遵守东盟的机制和原则的承诺下。

## 一家三口當場死亡騎士重傷 碧甲車司機犯困撞電單車



发生车祸敞篷碧甲车和电单车。

频举行会谈。东盟领导人与美国代表通过视

# 印尼流動電信公司再向Gojek 注資3億美元加速數碼化轉型

（雅加达讯）印尼电信公司（PT Telkom Indonesia）子公司印尼流动电信公司（Telkomsel）与Gojek加强联营，以便更深远加速增进国内具包容性而可持续性的数码体系。为此，印尼流动电信公司持续其投资策略或向Gojek注资3亿美元（相当于4兆4000亿盾）。

不论印尼流动电信公司或Gojek将这项接续投资视为加强深入联营，以提供更全面的数码服务和促进更多创新改进的解决方案，双方将一直推动利用最先进科技将更深入社会各阶层的各生活方面。此外，双方还透过该增设投资将更为敞开协调合作与综合数码服务的机会，以便向客户、民众及在双方商务体系内所有合夥商提供更大的增值意义。

印尼流动电信公司总经理史蒂安托.汉托罗周一（10日）表示，公司这项接续投资作为强调双方企业使命上的共同点，或以共同莅临与成长来回应社会上的实际问题，也即通过数码科技改进和为国家进步发展而服务的精神所进行的。

职是之故，电信公司坚定乐观，通过该新增投资的设法可为民众更为敞开眼界，以观赏并享有更多的基于最先进科技改进的我国子民作品。

他阐明，该增设投资之举成为增强数码业务三重奏的公司策略部份，即数码联通、数码平台，及数码服务。他说，公司身为数码化的电信企业，将一直进行超越联通能力的接续发展，并通过公司与Gojek作出贡献优势，继续发展我国的数码行业，不伦于改进或专业方面。我国民众对整体上日益发展生态系统的需求与日俱增，而此事可透过双方公司之间的协作关系得以体现。

Gojek集团首席执行官安德雷.苏里斯蒂约坦承感到自豪，已能同身为我国电信市场领导者的印尼流动电信公司加



印尼流动电信公司总经理史蒂安托.汉托罗。



印尼流动电信公司其中一座办公大楼。

强战略夥伴关系。印尼流动电信公司这笔融资，肯定将优化各自企业的科技专长与资源，以进行创新改进与扩充对客户、合夥司机及全国中小微企业商家的数码经济利益。

他说，我方相信并一道承诺，该合作夥伴关系将支撑加速我国数码化转型，并将加强我国成为东盟数码经济市

场领导者的地位。

此前，去年11月份，印尼流动电信公司向Gojek进行首批投资1.5亿美元之后，已通过各项联营方式，进行了以客户为中心服务倡导的综合生态系统，以促进加强中小微企业领域的数码上生态系统并提高对合夥司机所提供便利。（MIM）

缩10%。但，万自立银行看好制造业领域仍具相当大的贷款增长空间。

万自立银行副总经理亚历山大.阿斯甘达尔说，此事将成为一种反映有关我国制造业指数调查结果显示了营业活动仍将持续增高，从而将带动制造业贷款需求随之增高，并将推动面临开斋前夕消费提升。

据IHS Markit杂志，印尼制造业的采购经理人指数（PMI），在2021年4月创下54.6的新纪录，或从月前的53.2略为上升。这是IHS Markit所进行月度调查结果。在本次调查中，该全球智囊团机构邀请销售经理回答有关他们所开展的活动。

IHS Markit所采用算法是以50为中性数值。因此，调查结果在50以上表示制造业内发生了扩充业务，而50以下表示发生放缓。

至于中亚银行杂志，制造业贷款占总贷款的22.2%。该领域经历了年内增长3.1%，而自年初经历了年度增长4%。中亚银行财政经理菲菈.爱华.林期望，公司能持续录志在该领域疏导贷款。（MIM）

## 今年發放製造業貸款 因製造業指數上升樂觀

（雅加达讯）银行业今年首季度发放制造业类贷款，增速虽然经历萎缩，但某些银行乐观认为，随着至今年底，工商界活动增高或反映于我国制造业指数增升，该领域贷款将更佳增长。

央行数据杂志，今年3月份，加工业类贷款达856兆盾，较去年同期的931兆3000亿盾，经历了年度降幅8.08%。但较去年底或年初至今，仅下降0.6%。

印尼国家银行（BNI）杂志，今年3月份，企业层面的制造业类贷款达83兆盾，年内增长5.75%，或较去年12月底增升了2.09%。该领域成为对商务企业、劳务业、运输业、仓库业与电信业贷款增长做出第三大贡献的领域。

印尼国家银行秘书穆卡罗姆指出，去年疫情大流行期间，印尼国家银行调整融合贷款组合作为筹集低风险的投资组合的设法，以致能尽量缩小日后的贷款呆帐。从而，放贷增长将集焦于企业

层面，特别于工业界的大玩家、消费层面特别基于工资单的放贷，及小层面特别于人民营业贷款方面。

他上周五（7日）向记者表示，至于企业层面的投资组合融合贷款，主要增长率发生于私营企业，亦即工业领域的顶级。此事反映于直至今年首季所疏导贷款总额。在季度里，化工制造业、高速公路基建业，及电信商务领域大玩家的私营企业所进行扩充业务为据。

这些领域进行扩充业务，促使印尼国家银行私企领域贷款，经历了季度增长4.3%。随着国民经济复苏，印尼国家银行的目标是以实现长期而可持续发展业绩。并可望，今年首季里能增长的领域，可以持续增长至年底。

万自立（Mandiri）银行杂志，今年3月份，制造业贷款投资组合达124兆5000亿盾，或占万自立银行总放贷的16%。该领域的贷款年内增速仍经历萎

## 我國與英國達成協議 共同開發電動汽車潛力

（雅加达讯）我国与英国签署了大学之间的合作协议，以鼓励我国电动汽车的发展。

我国驻伦敦大使馆周五（7日）在雅加达收到书面声明中说，交通部道路运输安全技术学院（PKTJ）和诺丁汉大学已签署意向书（LoI），作为开发我国电动汽车技术潜力的步骤。该两家机构还将开展研究合作和学术交流。

我国驻英国大使德斯拉.佩尔查雅周四（6日）在举行协议签署仪式的开幕词中说：“通过加强人力资源能力的合作，希望我国的竞争力将继续提高。特别是通过开发电动汽车来实现对可持续发展和低碳交通的承诺。”

她希望，意向书的签署可以成为政府根据两国之间的研究合作推动开发电动汽车的实际解决方案。

除了德斯拉大使外，交通部长布迪.苏马迪还见证了该通过视像举行的意向书签署仪式。

该合作意向书由PKTJ主任茜蒂.迈穆娜和诺丁汉大学副校长罗伯特.莫卡亚亲笔签名。

交通部长布迪说，政府提供了各种激励措施来增加电动汽车的使用，以支持实现国家能源

安全。

他还表示，希望在意向书签署后可以采取的行动步骤。

布迪说：“我寄予厚望，这份意向书的签署将成为在电动汽车原型制造方面进行合作研究的第一步，并为国内在交通运输领域的人力资源提供支持，以鼓励我国成为电动汽车的出口国之一。”

签字仪式后还进行了政策建议，并通过主题为“低碳和弹性未来的可持续交通”（Sustainable Transportation for Low-Carbon and Resilient Future）的专题小组讨论（FGD）确定了未来的合作，来自我国和英国的300名利益相关者参加了会议。

FGD已确定了印尼和英国之间在电动汽车技术发展方面未来具体合作的各种潜力，特别是在联合研究领域以及加强政府，学术界和行业之间的合作方面。

未来合作的各种潜在领域包括电动汽车电池的制造工艺，电动动力与推进系统，工业设计以及绿色能源生态系统。

（KP）



摩洛哥GDTC主席HEH.夏利夫.莫莱西迪和国企部7位经理在泗水格拉哈迪大厦备忘录签署。

## 東爪哇與摩洛哥GDTC公司 簽8.5兆盾合作備忘錄

（泗水讯）东爪哇政府同摩洛哥发展科技与构建集团公司（GDTC）签订以协助当地拟建总值8兆5000亿盾工程的合作协议备忘录。

东爪哇副省长埃米耳.埃勒斯蒂安托.达尔达克上周六（8日）晚，在泗水格拉哈迪国家大厦为所签协约备忘录作见证间歇中表示，这是重要的机缘，并希望所有各方面能善加利用之。

备忘录已由摩洛哥GDTC主席HEH.夏利夫.莫莱西迪.阿耳.苏丹阿赫玛德宾.朱希尔宾.穆罕默德宾.查伯尔阿耳.纳杜尔和国企部7位经理在泗水格拉哈迪大厦所签署。而工程所需投资总计料达8兆5924亿2522万1600盾。

至于工程资细目其中包括同德尔塔.峇哈利努山打拉公司（DABN）在庞越市发展计值2兆1000亿盾的港口终点站工程；金锋集团与NIP公司和东爪哇自来水公司合作，拟建并运营计值3470亿盾的爪哇集成港口房地产工业区（JIPE）清洁水处理工程；普斯巴农业建工公司和东爪哇格拉哈乌塔玛公司拟建工程所需投资1兆7831亿11250万盾。

继而，‘牙威天文馆农业园’旅游区建设工程公司和顺柏尔峇克蒂商行合作拟建计值1250亿盾工程；X光与医学验证（EBM）商业劳务融资项目公司和卡沙胡沙达公司合建计值3000亿盾工程；当局同横贯爪哇高速公路岩网-庞越路段公司合建计值1兆5063亿1397万1600盾的岩庞高速公路工程；当

局同哇斯基塔布米维拉公司合建总值2兆4310亿盾的克利安-勒坤迪高速公路工程。

有关协定是由在东爪哇国企局地方国企公司和摩洛哥GDTC公司之间举行合作项目协调会议的结议案，也即有关上述7项工程的接续部份。东爪哇省长说，地方首长的作用至关重要于盘点并确定各自地区的投资机会。

据投资统筹机构（BKPM）数据资料显示，去年疫情大流行期间，东爪哇落实投资明显增长33.8%，远高于2019年仅增长14.3%。

至于宏观经济方面，东爪哇成为对国民经济做出第二大贡献者或占24.62%。其中东爪哇本身的经济增速经历了萎缩0.44%，主要由工业领域支撑30.94%、商业领域支撑18.68%，及农业领域支撑10.84所组成。

因此，埃米耳指出，有关备忘录协定将加以接续处理并作为促进东爪哇建设明显增长的良机。

“所以，这是初期步调，日后将有所进行讨论，必然以技术性加以接续讨论。”他说，由于摩洛哥GDTC本来对与政府相关的项目甚感兴趣，不论基建方面或国企部或地方国企所拥有工程。

与此同时，摩洛哥GDTC主席HEH.夏利夫.莫莱西迪对所达成7项协定表示感激。“该合作提供了良好机会，非常感谢！我很高兴能够在这里投资。但愿这一刻，特别是在圣洁月份，能给所有人带来好处。”（MIM）

## 銀行壞賬稍微改善 由3.32%降為3.17%

（雅加达讯）今年3月份，我国公共银行贷款呆帐率经从月前3.21%，略降至3.17%。

金融劳务主管机构主席文勃.善托梭上周一（3日）表示，银行业放贷录志月度增速已达1.43%，或达致70兆盾。而其年内增速仍能录志增长0.27%，不过，年度增速仍萎缩至3.77%。这主要由于银行业所疏导贷款的效率较去年同期更高所致。

总的来说，他说，宏观谨慎

比率仍受能良好受控而持于稳定形势。甚且，还有继续改善的迹象，此可见于数月前的形势为据。其中测示之一，他举例，银行业基础坚实，资本充足比率达24%，甚且，非银行业金融机构如人寿保险与普通保险的资本比率，远在最低限度以上。“我方可谓已有改善迹象，并能积极增长了。可望未来数月将持续积极增长。此事必然甚有赖共同所推出各项措施而定。”（MIM）



交通部长布迪.苏马迪（左上），我国驻英国大使德斯拉.佩尔查雅（右上），PKTJ主任茜蒂.迈穆娜（左下）和诺丁汉大学副校长罗伯特.莫卡亚（右下）周四（6日）举行意向书（LoI）签署仪式。

# 涉台問題干涉中國內政 陸克文批莫里森政府幼稚

5月8日，澳洲《悉尼先驱晨报》刊登了前总理陆克文的一篇署名文章。陆克文在文章中表示，50年来，澳洲历届政府都没有在台湾问题上干涉中国内政。但近日，莫里森政府发表涉台的“草率评论”，“在政治上是幼稚的”，将损害澳洲核心安全利益。为了政治利益，用澳洲核心经济和安全利益做赌注，这是可耻的。

文章指出，过去两周，总理莫里森、国防部长彼得·达顿等明显违反了澳洲两党共识。莫里森政府在中国台湾问题上“幼稚的夸夸其谈”，让美国人感到困惑，让中国大陆民众感到愤怒，让台湾百姓感到迷惑，也让亚太地区其他国家感到不解。

陆克文在文章中质问，为什么莫里森、达顿等要在中国台湾问题上，公开发出“红色警报”信号？难以想像澳洲的国家安全机构会建

议他们这样做，因为这不符合国家利益。针对中国台湾问题进行夸夸其谈是“不对的”。事实上，这在战略上将适得其反。

文章称，唯一可能的动机是，澳政府决心赢得选举，但鉴于疫苗和检疫计划一团糟、其在女性群体中的信任度支离破碎、债务和赤字高企，因此以这些草率言论来转移视线。对自由党来说，把工党打成“亲共”是最好的伪装。

在文章中，陆克文还提及了达顿和莫里森之间未公开的领导权之争——称这是澳洲最广为人知的秘密。在自由党内部，达顿将中国话题视为击败后者的最佳工具。这是可憎的，纯粹为了政治私利，用澳洲核心国家经济和安全利益做赌注。

“事实是，对任何一届澳洲政府来说，面对中国日益增长的实力、日益增强的自信以及特朗普前政府的失



败，处理中澳关系都是难题”，文章称，而这些复杂挑战需要领导者有健全、冷静和慎重的判断。

在文章的最后，陆克文指出，国家安全不是政治游

戏，是非常严肃的事情。然而，莫里森和达顿等人在过去两周的表现无疑表明，这届政府缺乏应对挑战的勇气。

（中新网）



## 德國調查：近半亞裔受訪者 疫情期間曾經歷種族歧視

德国《明镜》周刊9日报导称，德国柏林自由大学、洪堡大学和德国社会融合与移民研究中心（DeZIM）近日公布的一份调查报告显示，自新冠肺炎疫情暴发以来，德国针对亚裔的种族主义事件越来越严重。近一半的亚裔受访者表示在疫情期间曾经历过种族歧视。

此次调查的对象包括近4500名具有或没有亚洲移民背景的人士。结果显示：49%具有亚洲移民背景的人士称，在新冠肺炎疫情期间有过被歧视的经历。他们中62%的人遭遇过言语攻击，比如被骂“中国病毒”；11%的人遭受肢体暴力，比如被吐口水、推搡、喷消毒剂；27%的人曾在公共服务中被排斥，例如得不到就医预约等。

在所有接受调查的人中，有15%的受调查者同意亚洲人“对疫情在德国的迅速蔓延负有责任”的说法。在将自己归类为“白人”的受访者中，1/10的人称，若一个亚裔成为自己家庭的一员，会“感到不舒服”。9%的人认为，亚裔来自不够发达的国家，生活境况比不上大多数德国人。

报告认为，反亚裔种族主义在德国社会已普遍存在。参与调查的政治学者克里斯托夫·阮指出，“新冠肺炎疫情使德国社会本已存在的对亚裔的排斥得到凸显。”亚裔一方面被视为勤奋的“模范移民”，另一方面又无法摆脱特定的刻板印象，被视为对社会的潜在威胁。

德国联邦反歧视局此前公布的数据显示，德国去年种族歧视案件达到6000件，而2019年为3600件，大约1/4的案件受害者是亚裔人士。

（环球时报）



## 奧巴馬愛犬病逝

在刚刚过去的周末，一则“讣告”引发美国多家媒体的高度聚焦：奥巴马执政时期带入白宫的第一爱犬“博”因病离世，“终年”12岁。

与拜登爱闯祸的“少校”不同的是，博生前性格温驯、“人缘”很好，两个“第一家庭”均对它的离世表达了哀思。

美国有线电视新闻网（CNN）9日报导称，奥巴马夫妇8日分别在社交媒体平台上发布爱犬离世的消息，证实博生前已经身患绝症。

奥巴马将爱犬称为“真正的朋友”和“忠诚的伴侣”，称赞它陪伴一家人经历了诸多起伏。奥巴马夫妇还对那些关爱过博的爱犬人士表达了感谢。

当日晚，美联社、CNN、ABC、CBS、《华盛顿邮报》等多家美国媒体都报导了这条狗去世的消息。此外，一些美媒记者、编辑也发推悼念这条去世的宠物狗，有人还配上自己此前与博的合照，称它非常贴心、友好，“很幸运能曾有机会与它近距离接触”。

除前总统特朗普，美国“第一家庭”百年来一直延续著养宠传统，而狗几乎是历任总统的首选。由于其长女玛利亚的过敏性体质，当时参议员泰德·肯尼迪专门帮奥巴马一家挑选了不易诱发过敏的葡萄牙水犬。奥巴马在回忆录《应许之地》中写道：“在白宫第一年的生活当中，博的到来所带来的快乐几乎无与伦比。

（环球时报）

苏内部事务，将继续在国际场合为苏丹朋友仗义执言。

赞赏苏方在涉疆、涉港、人权等涉华重大问题上旗帜鲜明地支持中方。我们将共同维护彼此正当利益，共同维护发展中国家合法权益。中方鼓励支持有实力的中国企业到苏丹投资兴业，支持苏丹积极参与共建“一带一路”，开辟两国合作新前景。

中国将派代表参加在法国巴黎举行的支持苏丹转型国际会议。中方愿继续帮助和支持苏方彻底战胜疫情。

王毅表示，在复兴大坝问题上，对话协商是解决问题的最佳途径。中方支持三国通过友好协商找到互利互惠的解决方案，愿为此继续发挥建设性作用。

（中新社）

## 蓋茨離婚新聞引軒然大波 媒體圍觀其豪宅如何分

瑞士《一瞥报》9日报导称，美国微软公司创始人比尔·盖茨与妻子梅琳达的离婚新闻在全球掀起了一场轩然大波，这也引发许多问题，其中之一就是他们位于美国西雅图的华盛顿湖畔的豪宅该如何处置。而这座豪宅的奢华配置和智能化系统再次成为各大媒体关注的焦点。

美国有线电视新闻网9日称，比尔·盖茨的湖畔豪宅名叫“世外桃源2.0”，从西雅图市区开车只需25分钟就可到达。它占地极为庞大，有6.6万平方英尺（1平方英尺约为0.09平方米），相当于几十个足球场那么大。豪宅有一间会客大厅，还有7个卧室，但却有24个浴室。6个厨房设置在豪宅各处，可烹饪各式菜肴。豪宅的休闲娱乐设施也是应有尽有：一个2500平方英尺的体育馆，安装了水下音乐系统的游泳池，一座藏有达·芬奇手稿的穹顶图书馆，一片养殖鲟鱼的人工湖泊，山坡上还建有一个能容纳20个车位的车库……

除了设施奢华，“世外桃源2.0”还是全世界“最有智慧”的建筑物，号称“未来生活的典范”。每一位走进这座豪宅的访客，都会领到一个内含微芯片的胸针，可以预先设定自己偏好的温度、湿度、灯光、音乐等数据。而且，豪宅完全与周边环境融为一体，其温控系统也非常节能。2009年，其估值就达约1.48亿美元。

2007年，一名实习生曾与其他260多



名实习生受邀参加比尔·盖茨在家里举办的年度实习生烧烤聚会。这名实习生后来赞叹道，这座豪宅“就像侏罗纪公园”，连湖边沙滩上的沙子据称也是从夏威夷运来的。

但对于这样一座高科技别墅，梅琳达的感受却“与众不同”。2008年《财富》杂志曾说，对梅琳达来说，这座豪宅是“单身汉的梦想和新娘的噩梦”。梅琳达还曾对《泰晤士报》说，他们不会永远住在那座豪宅里，“事实上，我非常期待我和比尔有一天住在一套1500

平方英尺的房子里。”比尔·盖茨目前身家达1305亿美元，排名全球第四。离婚后，梅琳达或成全球第二富有女性。

《一瞥报》说，盖茨夫妇还拥有其他多处豪宅。去年春季，他们才在美国沿海城市圣迭戈附近的德尔马买了另一座海滩别墅。他们在加利福尼亚的印第安维尔斯、佛罗里达州的惠灵顿等地也有房产。自2021年1月以来，比尔·盖茨还被称为美国最大的农田主，旗下的投资公司拥有约10万公顷的农地。

（环球时报）

## 台警破獲電信詐騙案 至少300大陸民衆被騙千萬元

台湾警方9日举行记者会宣布，近期查获8起帮派涉黑案件。另有一起针对大陆民众电信诈骗案，至少300人受害，涉案金额上千万元人民币。

综合中央社、联合新闻网等台媒报导，台警方日前接获报案，有人以假冒警察方式诈骗民众。台警方通过前往桃园、新北等地，查扣手机、笔记本电

脑、网卡及赃款等证物，共计逮捕6人，目前已依法侦办。

警方初步清查，该欺诈集团以诈骗大陆民众为主。通过冒充防疫人员向民众拨打电话，称被害人手机发送了大量有关新冠肺炎疫情的讯息，可能遭人盗用。被害人上当后，再由其他作案人员假冒警察，要求被害人在线报案。之后

再由作案同夥诱骗被害人银行账户和密码，并通过网络后台转移资金。目前该案仍在持续清查中。

此外，针对近期台湾帮派犯罪组织猖獗，台警方成立专案小组，查获包括竹联帮、天道盟及四海帮等多个帮派在内的8起涉黑案件，累计逮捕55人。

（中新社）

## 王毅：反對任何外部勢力 干涉蘇丹內部事務

中国国务委员兼外长王毅5月8日同苏丹外长玛丽亚姆通电话。

玛丽亚姆感谢中方为苏丹抗击疫情提供的大力支持，表示苏中友好源远流长，两国关系建立在相互尊重的基础上，中方为促进苏丹经济社会发展发挥了巨大作用、作出了重要贡献。

苏方希望加强同中方的战略协调，不断拓展两国在经济、文化、教育、体育等领域合作，深化在“一带一路”倡议下的基础设施合作，推动双边关系取得更大发展。

玛丽亚姆阐述了苏丹对复兴大坝问题的立场，介绍了即将在巴黎举行的关于支持苏丹转型的国际会议情况。

王毅祝贺玛丽亚姆就任外长并表示，当前苏丹国内政治过渡稳步发展，外部发展障碍逐步解除。中方始终从长远角度看待和发展中苏关系，将继续致力于发展同苏丹的战略夥伴关系。

王毅表示，中方将坚定支持苏丹人民探索符合自身国情的发展道路，支持苏方维护国家主权独立和领土完整，反对任何外部势力干涉



# 印媒：越來越依賴疫苗 全世界都向中國求助

印度The Print 新闻网站7日称，“随着印度和美国步履蹒跚，世界正越来越依赖中国的疫苗，接下来若如期被纳入世卫组织的新冠肺炎疫苗实施计划（COVAX）的采购目录，供给亚洲、非洲和拉丁美洲的发展中国家，国际上对中国疫苗的需求还会增加。”

文章指出，印度肆虐的新冠病毒扼杀了其履行疫苗供应协议的能力。在过去的几周里，一些大国正在寻求向中国购买更多疫苗。

中国作为疫苗供应商的可靠性正在增强，与此同时，美国和欧盟在应对全球疫情方面进展缓慢。几个月来一直忙于国内疫苗接种的美国，因以牺牲全球健康为代价囤积疫苗，而受到国际社会的强烈谴责。

文章称，印度疫情危机导致疫苗供应枯竭，促使许多国家转向中国。号称全球最大的疫苗生产商“印度血清研究所”CEO普纳瓦拉，甚至已在疫情最关键时刻逃离了印度，跑到了英国。

2021年1月19日，塞尔维亚医务人员手持中国国药集团新冠肺炎疫苗。图源：视觉中国

“中国已经不仅仅是最大的疫苗出口国。”美国对外关系委员会全球卫生高级研究员黄严忠说，“在许多国家，这已成为唯一的选择。”

印度尼西亚大学流行病学家潘杜



里奥诺说，从乌拉圭到塞内加尔再到印尼，中国疫苗已经被视为唯一的希望。

据科学信息和分析公司Airfinity称，中国已经出口的疫苗，超过所有其他国家的总和。印度原本是仅次于中国和欧盟的世界第三大供应国，但近期印度疫情恶化，使得其在近期停止了大部分疫苗的供应。

当地时间7日，世卫将国药新冠疫苗列入紧急使用清单。世卫组织在声

明中指出，中国国药新冠疫苗易于储存的特点使其非常适用于资源匮乏的环境。它也是第一款携带疫苗瓶监测器的疫苗，疫苗瓶上的小标签会因疫苗受热而改变颜色，便于医护人员判断疫苗是否安全可用。

《自然》杂志说，“新冠疫苗实施计划”打算在2021年向全球分发20亿剂疫苗。鉴于当前全球疫苗供应严重受限，世界对中国疫苗的需求变得更加迫切。

## 每個月花費14萬美元 特朗普子女“違規保護費”驚人

据英国《卫报》8日报导，美国前总统特朗普自1月卸任以来，美国特勤局仍在派人保护他的成年子女，并为此每个月花费14万美元。消息一出，便引来众多指责之声。

根据联邦法律，美国特勤局的任务通常是保护在职官员，只有前总统及其配偶才能获得终身保护，未成年子女可以获得保护至16岁。特朗普一共五个子女，包括小特朗普、伊万卡、埃里克、蒂芙尼以及尚未成年的小儿子巴伦。根据规定，特朗普卸任后他的成年子女无权再接受特勤局的保护。然而，特朗普在离任时作出指示，要求特勤局给其成年子女及其配偶继续提供6个月的安全保护。《华盛顿邮报》9日称，特朗普还要求特勤局延长保护的指令也惠及前财政部长姆努钦、前幕僚长马克·梅多斯和前国家安全顾问罗伯特·奥布莱恩。

位于华盛顿的美国非营利机构“道德公民组织”日前通过信息自由渠道，获取了美国特勤局今年2月为保护特朗普四个成年子女的开销数据。根据记录，整个2月，特勤局交通花费为52296.75美元，住宿总开销为88678.39美元，总



计约14万美元。该机构认为，这个数据可能被低估了，因为没有包括特朗普在新泽西、棕榈滩以及纽约住所的安保费用，加上这些，安保费用要多得多。

美国《福布斯》杂志网站称，美国总统卸任后给子女延长特勤局保护的情况并非特朗普独有，前总统奥巴马、小布什和克林顿也都这么做过，但他们延

长的是对未成年子女的保护。特朗普为其成年子女延长6个月的安保可能花费纳税人数百万美元，尤其是考虑到他们奢侈的生活方式和频繁的旅行。“道德公民组织”表示，特朗普一家在任职期间旅行的次数是其前任奥巴马家的12倍。

（环球时报）

## 泰國尖竹汶府 逾100非洲裔珠寶商感染冠病

泰国尖竹汶府疾控中心5月9日发布公告称，在5月6日至9日的4天时间里，在该府从事珠宝交易的非洲裔商人中已有109人感染新冠病毒，分别来自几内亚、马里、科特迪瓦和冈比亚，他们都居住在当地居民社区中，目前这些社区已被疾控部门定为疫情高风险区。

经检测，他们感染的不是最早在非洲和印度发现的变异新冠病毒。

目前疾控部门已经在上述区域展开大规模病毒筛查，尖竹汶府移民局负责人要求当地非洲裔珠宝商严格遵守泰国政府的防疫规定，违规者将不予签证延期。

在泰非洲裔珠宝商组织负责人透露，到尖竹汶府进行珠宝交易的商人将新冠病毒传染给了那里的非洲裔珠宝商，这些人感染后并不知情，与当地民众一起参加了宗教聚会活动，造成病毒大面积传播。目前已经通知所



有尖竹汶府非洲裔珠宝商停止交易活动及宗教聚会，在家隔离14天，同时要求在曼谷和其他地区的非洲裔珠宝商不要前往尖竹汶府从事交易活动。

尖竹汶府位于泰国东部与柬埔寨交

界的地区，是泰国主要宝石产地和加工地，有泰国最大的宝石批发市场，被称为“世界宝石工厂”，这里出产的红宝石和蓝宝石闻名世界。

（央视新闻）

## 沙特防空部隊 擊落一架攜帶爆炸物的無人機

沙特阿拉伯为首的多国联军当地时间5月9日上午发布通告称，沙特防空部队当天早些时候击落一架载有爆炸物的无人机。

通告中透露，无人机是在飞往沙特

南部城市海米斯穆谢特的途中被击落的，但通告并未说明击落无人机的具体地点，也没有透露事件是否造成人员伤亡。

多国联军司令部发言人图尔基·马

利基在一份书面声明中表示，联军将继续采取一切必要措施保护沙特境内平民和民用目标。

（央视新闻）



## 稱喝牛尿能防冠病 印度政客親自示範

据印度媒体报导，印度新冠疫情持续蔓延，近日印度一名政客又开始力推“用牛尿治新冠”，甚至还上传了一段自己喝牛尿的视频。

据《今日印度》报导，北方邦的印度人民党(BJP)议员苏伦德拉·辛格呼吁民众喝牛尿，以“战胜新冠”。他还上传了一段自己喝牛尿的视频。在视频中，辛格演示了应该如何取牛尿。之后，他一边呼吁民众喝牛尿，一边自己一饮而尽。

辛格声称，喝牛尿可以“控制新冠病毒的传播”，还能“对抗许多疾病”。尽管自己每天为民众工作18个小时，但他仍然能够保持健康，秘诀是喝牛尿。

另外，他还解释称，牛尿应在早上空腹时喝，并告诉了人们牛尿和水的具体配比，以及饮用方法。辛格称，不管他是否相信科学，反正他“完全相信”牛尿的“功效”。

据印度卫生部5月8日最新数据，过去24小时内，印度新增新冠确诊病例401078例，累计确诊逾2189万例；印度新增死亡4187例，累计死亡238270例。英国《柳叶刀》杂志8日援引华盛顿大学卫生统计评估研究所发布的疫情模型预测结果报导说，到8月1日，印度新冠死亡病例数将达“惊人的”百万例。

（中新网）



## 泰國第三波疫情 逾500多醫護確診

泰国新冠肺炎疫情管理中心9日通报，泰国第三波疫情暴发以来的4月1日至5月7日期间，全国共有512名医护人员感染新冠病毒，其中多数为护士。

当天，泰国新增2101例确诊病例，新增17例死亡病例。至此，泰国累计确诊病例达83375例，死亡399例。

从4月初开始暴发的泰国第三波疫情，短短一个多月时间累计确诊病例已达54512例，远超前两轮疫情确诊病例总和。而首都曼谷为本轮疫情的重灾区，确诊病例占全国总数的三分之一以上。

一项最新公布的民调显示，对于本轮疫情确诊病例和死亡人数猛增，逾八成泰国民众感到沮丧。

泰国宣都实皇家大学于本月3日至7日间通过网络调查访问全国1894位民众，结果显示，多达82.47%的受访者对国内第三波疫情发展感到沮丧。

对于个人病毒感染风险，受访者中有41.55%认为自己的感染风险属于普通等级，22.18%认为自己是高风险人群，21.54%觉得自己感染风险低，另有14.73%表示不确定。

被问及如何在疫情大流行中生存，受访者中有92.12%表示只要外出就会戴口罩，88.27%表示避免前往高风险或人多拥挤的场所，87.47%表示会经常洗手，77.91%表示待在家里非必要不出门，64.01%表示保持充分休息及运动来照顾个人健康。（中新社）

## 印度警察封禁市場 與商販衝突互砸石頭

据印度ABP电视台当地时间5月8日报导，印度比哈尔邦警察在执行防疫封锁措施时，与市场商贩发生混战，双方互砸石头，造成2名警察受伤。

据报导，为控制疫情扩散，当地时间5月8日，印度比哈尔邦罗塔斯区要求实施封锁措施，封锁将至少持续到5月15日。为此，当地计划将一家菜市场搬迁至一体育场内。然而当警察在强制执行市场转移时，市场的商

贩们大为愤怒，双方发生激烈冲突，商贩向警察投掷石块。

报导称，除了市场的蔬菜商贩，路边的店主也向警察扔石块，另据视频显示，现场警察也从地上捡起石块反击，现场一片狼藉。报导称，冲突造成2名警察受伤。

报导称，目前仅有少数商贩按要求搬迁到了体育场内，多数店主还没有准备好迎接这一变动。（环球网）



# 全球最富有兩人 “爭霸” 爭到太空

据外媒报导，2021年福布斯亿万富豪榜上的全球首富杰夫·贝索斯（Jeff Bezos）和全球第二富豪埃隆·马斯克（Elon Musk），不仅在个人财富上“你追我赶”，在太空也展开了争霸战，两人最近就因美国国家航空航



本報、請勿轉載

天局（NASA）的登月计划合约“杠上了”。

据报导，贝索斯是网购业巨擘亚马逊（Amazon）创始人，在福布斯4月份公布的2021年度亿万富豪排行榜上，贝索斯连续第四年位居全球首富

位置，资产达到1770亿美元。

马斯克是太空探索技术公司（SpaceX）和电动车大厂特斯拉（Tesla）的创始人，他以1510亿美元的财富从2020年富豪榜的第31位飙升至今年的第2位。这两人从本世纪初开始，都将个人庞大财富的一部分，投入私人的太空探索公司。

57岁的贝索斯创立了太空探索公司“蓝源”（Blue Origin）。他今年稍早时候曾宣布将卸下亚马逊首席执行官一职，打算花更多时间在“蓝源”等计划上。

49岁的马斯克则创立了太空探索技术公司（SpaceX）和其他科技企业，包括一家专门研发如何将人脑和电脑相互连结的公司。

法新社报导称，这两人间的争斗最近浮上台面，源于NASA在4月16日选中SpaceX来打造美国宇航员下次登陆月球的太空船，蓝源则在4月26日向美国当局提出抗议。马斯克随后在推特上发布一则相关贴文嘲讽：“无法让它上（轨道），lol（哈哈大



笑）。”

美国券商韦德布希（Wedbush）分析师艾夫斯表示：“这不只是一场太空之战，还牵涉到一些自我意识，变得又更像一场私人恩怨。”

## 马斯克占上风

SpaceX和蓝源虽然都有富豪创办人的丰厚财力支持，但也各自积极争取美国军方或太空机构的合约。

贝索斯此前曾嘲笑过马斯克的殖民火星计划。他2019年在一场会议上表示：“谁会想搬到火星？拜托，你先去珠穆朗玛峰顶住一年，看你喜不喜欢，因为那里跟火星比简直是花园天堂。”

法新社指出，马斯克的太空事业进展显然占上风。SpaceX已在地球轨道部署数百枚卫星，而贝索斯承诺砸

100亿美元架设的柯伊伯（Kuiper）卫星链，则一枚都还未升空。

法国智库“战略研究基金会”（Foundation for Strategic Research）的太空专家巴斯可指出，NASA将补给国际空间站和运送宇航员往返的任务交给SpaceX，显示已对这家企业培养出信心。反观蓝源公司，则尚未达成这“重要一步”。

不过，贝索斯和马斯克间的太空角力，也涉及金额超乎凡人想像的“利益”。

分析师艾夫斯预估，靠太空赚钱的方法很快就会出现，或创造数万亿美元的收益。

他说：“贝索斯和马斯克都知道，谁将成为太空战的赢家，未来一两年就能见分晓。”

（中新网）

## 阿富汗連環爆炸 死者增至68人

阿富汗上周六（8日）学校附近的连环爆炸案的死亡人数已增至68人。死者大多数是这所女校的学生。

路透社报导，阿富汗官员周日（9日）说，阿富汗首都喀布尔周六一所学校外发生的炸弹袭击事件的死亡人数已上升至68人。医生们正在努力抢救165名伤者，以及寻找失踪儿童的家庭。

据报导，这系列连环爆炸星期六晚上在阿富汗喀布尔达什特-巴尔奇（Dasht-e-Barchi）社区发生。该社区是哈扎拉族裔什叶派教徒的一个大社区的所在地，曾是逊尼派伊斯兰国武装组织的袭击目标。

内政部发言人阿里安表示，喀布尔市第13警区一所学校附近发生三起爆炸，先是一枚汽车炸弹被引爆，接著是埋设在学

## 七國集團外長聲明

一场七国集团（G7）外长会谈虽已在伦敦落幕，但是一份针对中俄的“带节奏”的联合声明使得“G7+集团”（除七国集团外，澳洲、韩国、印度等国也获邀参会）不仅无法达到抹黑中国的初衷，而且再次被西方学者所不齿，被国际社会所唾弃。

本应讨论一箩筐自身问题的七国集团外长会，仍然是把与G7完全无关的中国放在了谈论议题的核心。会后发表的12400余字的联合声明就涉疆、涉藏、香港和南海等问题大放厥词，并再次大打“人权牌”，污蔑中国“侵犯和践踏人权”。

七国集团发表声明的第二天，中国外交部发言人汪文斌进行了强烈谴责和有力回应。他指出，“七国集团作为发达国家集团，应当为推动世界经济复苏、帮助发展中国家加快发展多做实事，而不是在国际社会中制造矛盾和分歧，干扰全球经济复苏进程。”

汪文斌表示，“七国集团外长会对中国进行没有事实依据的指责，公然插手中国的内部事务，搞开历史倒车的集团政治，这是对中国主权的粗暴干涉，是对国际关系准则的肆意破坏，违背和平、发展、合作、共赢的时代潮流。”

实际上，对七国集团的所作所为，西方学者的眼睛是雪亮的，而且更是敢于仗义执言的。

就在G7联合声明发布当天，英国知名学者马丁·雅克在社交媒体上发文，对主要西方国家妄图借七国集团的舞台动员印度洋-太平洋地区的国家对中国进行全面围堵进行了痛批和无情控诉。

马丁·雅克表示，“再见了，七国集团！曾经统治世界，但现在影响力江河日下。不满现在的衰颓，你们就去指责中国，你们应该为自身的失败负责！对待中国要放尊重些，彼此之间要平等相待。对待十四亿中国人取得的成就更要放尊重些！”

雅克继而发出质问，“七国集团喊叫著嚷著要维护国际秩序，指责中国又是为什么？因为中国一次次履行了对人民的承诺，而西方政府却一再违背对民众的誓言，这正是他们国力衰退的根本原因。”

雅克在接受总台记者专访时特别指



校附近的两枚简易爆炸装置被引爆。他表示，死亡人数可能会继续上升。

阿富汗总统加尼周六发表声明谴责袭击事件，指责塔利班制造了此次袭击。

同一天，塔利班在推特上发文对此否认，并谴责袭击事件。目前尚无任何组织

或个人声称制造了这起袭击事件。

美国和北约军队5月1日开始正式撤离阿富汗，计划在9月11日前撤完。近期，阿富汗国内袭击事件不断，安全形势日趋恶化。

（早报）

## “帶節奏” 卻 “帶不走民心”

出：“我认为，深陷困境的是西方资本主义体系，这在很大程度上或许取决于它与世界其他国家之间不平等的关系。伴随著殖民主义的结束、发展中国家的民族解放等，更为重要的是它们在不同程度上与中国站在了一起。在整个国际体系中，这些国家在与西方打交道的过程中话语权变得越来越强大。西方不能再通过霸权主义手段、政治干预手段，甚至是军事介入手段等，这些过去曾使用的手段来迫使这些国家屈服于自己的意愿。”

雅克认为，过去百年人类历史上有意义的事情就是全球的去殖民化，即殖民解放运动。“或许现在会难以想起这些历史往事，但大概有190个国家1945年前并不存在于世界地图上。这些现在的发展中国家，约占全球人口的85%。他们正在主导著百年历史上最重大的一场世界变革。”

雅克先生一针见血地指出，西方资本主义存在严重的系统性危机，它已停摆多年：“我认为在西方存在系统性危机。至少自1980年以来，特别是在2008年金融危机之后，西方资本主义的运转就不再有效，它已经不再能够提高人民的实际生活水平。的确，很多问题都是真实存在的。我认为现在就英国这个国家的实际情况来讲，大致上还无法达到2007年（经济危机前）的水平。已经14年了，是很久之前的。我认为西方资本主义存在著极深的危机，这是千真万确的。”

对于未来，雅克预测，“一带一路”倡议是中国当下对外关系中的一个重要部分，它实际上反映了“修桥筑路而非挖沟垒墙”的一种多边共赢价值观。1945年之后确立的世界秩序、规则、价值体系，很可

能被其替代或改变。

## 欧洲议员斥西方劣势发展基础

欧洲议会议员米克·华莱士（Mick Wallace）5月5日在议会发言时深入分析了中国“从来不侵略、从来不轰炸、从来不制裁别国”的和平发展历程，痛斥了西方的劣势发展基础。

华莱士表示，“中国刚刚完成了人类历史上最伟大的减贫计划；而在西方，无家可归者的数量却达到了历史新高。中国正在建设各种基础设施和公共服务项目；而我们却还在这里做梦空想。就国际问题来说，不管是全球气候应对还是新冠疫情防控，中国都比西方做得到位。”

最后，华莱士给出了自己的结论：“我们应该选择与中国合作、和平共处，这符合欧洲发展的利益。”

有良知的西方媒体，对于七国集团的叫嚣，不仅没有摇旗呐喊，反而进行了直击灵魂的驳斥。

在G7外长会召开前夕，欧洲媒体《欧盟观察家》（EU Observer）在其网站刊发评论文章《是时候抛弃G7了，它是历史遗物》。

文章指出，复兴G7或建立D10（G7+澳洲、韩国、印度）只会已在已分化的世界中激化更多的冲突和分裂，“太多的G7成员以及部分参与的来宾并没有资格在法治、尊重少数族裔和新闻自由上对他人说教”。

文章的结论部分强调，G7成立于上世纪70年代，而当今世界不再有兴趣去旁观一小撮国家玩这种“演示和说教”的游戏，“中国崛起的自信、魄力和金融实力已经改变了全球力量平衡”。（央视新闻）



## UFO艦隊現美國夜空？ 實為SpaceX”星鏈”衛星

美国多地5月5日起每晚夜空出现一串发光体，让不少人怀疑是不明飞行物（UFO）“舰队”，其实是美国太空探索技术公司最近发射的一组“星链”卫星。据美联社8日报导，从美国南部得克萨斯州到北部威斯康星州，多家电视台接到大量电话报告这些发光体、怀疑它们是UFO。

天文专家说，这些发光体是易识别的“星链”卫星，它们“像一串珍珠，一个挨一个”运行在较低的同一轨道。

美国天文学会新闻官理查德·菲恩伯格说，这种几十颗一起发射的卫星刚发射后挨得近，呈串状，随著时间推移，会变得越

来越不明显。

据美联社报导，为打造提供互联网连接的“星链”网络，太空探索技术公司已将约1500颗卫星送入轨道，计划再发射数千颗。

菲恩伯格说，其他几家“群发”卫星的企业近来没有发射卫星，而且大都将卫星发射到距离地球更远的轨道。

天文学家和观星爱好者担心，发射太多卫星会造成光污染，干扰天文观测。

国际天文学联合会曾发表声明，支持夜空“黑暗和无线电静默”原则，认为这对了解宇宙至关重要，是全人类的重要资源，有助保护夜间活动的野生动物。



## 尼日利亞沉船 30人死7失蹤

当地时间5月9日，尼日利亚中北部尼日尔州紧急事务管理部门证实，该州8日发生一起沉船事故，已造成至少30人死亡，仍有7人失踪。

尼日尔州紧急事务管理部门负责人艾哈迈德·英加9日在一份声明中说，一艘载有百人的木船8日晚在该州希罗罗地区一条河上航行时撞上河中的树桩，导致船体损坏沉没。救援人员目前已救出65人，并打捞出28具遇难者遗体，另有7人失踪。

英加说，救援人员仍在搜寻失踪人员。

由于超载及安全措施不到位等原因，尼日利亚时常发生沉船事故。

（央视新闻）

# 警惕虛擬幣交易所 固定詐騙套路

近两年，和全球疫情一起蔓延的还有以比特币为首的虚拟货币风潮，甚至连特斯拉创始人马斯克都开始为虚拟货币频频站台。

隨著马斯克的高调入局，越来越多的投资者进入到币圈，开始幻想著躺著赚钱的美好生活。然而，事实是，当投资者想著投资回报时候，某些虚拟币交易所已经盯上了投资客的钱袋子。

以当今虚拟币“第一”交易平台币安为例，仅近一年内，就大大小小发生过近十次“技术故障”，客户在单位时间内无法交易，只能看著交易价格上下波动，瞬间爆仓。

客户所谓的一夜暴富“馅饼”，最后成为了诈骗分子设下的“陷阱”。据了解，中招的客户不在少数，造成巨大的损失，更有甚者被骗数百万元。

虚拟币交易平台如何“割韭菜”诈骗？用户要如何挽回损失？又要如何让犯罪分子收到应有惩罚？记者联系了相关专业人士。

据媒体报导，4月26日，鄂尔多斯市公安局康巴什公安分局接到市民杨某报警称：她网上购买虚拟货币被骗116800元。

民警经了解得知，报警人于4月10日通过微信添加了一个荐股群，后添加了该群群主及其助理的QQ，对方推荐一个手机APP让其购买虚拟货币。

4月24日，报警人分三次向对方提供的银行账号支付了116800元购买虚拟货币，4月26日她在平台内操作时无法提现，发现被骗，于是报警。

据相关人士介绍，此类虚拟币诈骗大概有第四步：

第一步，骗子在QQ群、微信群传播“投资外汇、贵金属、期货、数字货币”等信息，用“理财专家”“炒股专家”“金牌讲师”“高额回报”等字眼诱惑事主。等到事主一加入群，群里面很多马甲号已经埋伏到位，立刻开启群聊模式。

聊天的目的就是主推一位“币圈大咖”，让投资者产生信任。随后，这位大咖就会开始传授投资经验，说自己从很早就开始进圈子，拥有数万枚比特币，与马斯克谈笑风生等等。一旦事主有兴趣，就开始免费授课，教你如何“投资赚大钱”。

第二步，所谓大咖一定会让事主在第三方平台开始进行投资，可能一开始也会让事主获得可观的账面利润，甚至进行小额提现，当事主越来越信任大咖之后，就会以“内部消息”“大行情”引诱事主进行追加投资、提高杠杆，以币安为例，杠杆最高可达125倍，远远超过国家法律规定的正常范围，与赌博无异。

第三步，等到事主上钩，平台马上就会进行“技术操作”，无论是“插针”“拔网线”还是“定向爆破”，造成事主想交易的时候无法交易，想提现的时候无法提现，很快就“账户异常”甚至“爆仓”，基本上到这个时候的事主都是血本无归。

第四步，等到事主想要追究平台责任的时候，这些“大咖”“客服”马上翻脸，甚至瞬间拉黑，很多投资人此时才发现到底这个平台在哪，找

谁都是不知道的，在网络上这些人瞬间就可切断与事主的联系而事主投诉无门。

即便有一部分事主费尽心机找到了平台，工作人员也会直接表示平台不存在任何责任，而且会有意无意甚至很直白的告诉事主：投资虚拟币国家本来就禁止，你在这里投资就是违法，想要起诉我们最后怕把你自己搞进去，就算你起诉了，我们平台都是海外注册，公司主体不在大陆，法律也不一样，弄不了我们。这样连蒙带骗，威逼利诱，很多事主也就不了了之。

## 合法维权，无需担心

对这样的行为，记者也采访了中国政法大学刑事司法学院副院长王志远教授，作为法律专家，对于平台的种种行为，王志远表示：虽然我国相关规定是禁止投资虚拟货币的，但用户通过一些平台投资虚拟货币，只要其投资的资金来源和虚拟货币的去向合法，投资行为并不存在违法。

反过来，所谓虚拟币交易所，吸收了大量用户的资金，对外开设账户进行虚拟币交易，甚至推出类金融产品，这是涉嫌违法犯罪的行为，无论其主体是否在中国，只要是面对中国用户的，都将接受中国法律的管辖；有些平台，甚至通过“插针”“断网线”等所谓的技术故障，操纵虚拟币价格，非法获取用户资金，此类行为已经涉嫌诈骗犯罪。所以广大用户如果发现自己被诈骗，不用担心所谓的“违法风险”，反而要积极向司法机



关举报，用合法的方式维护自身权益。

王志远还提到，如果自身权益已经受到侵害，更需要保持冷静，首先收集证据：如相关聊天记录、站内信，与分析师、代理商、喊单人员还有平台工作人员的聊天记录是最基础的证据，因为这类证据能够充分反映被害人受骗的整个过程，相关业务人员的违法行为，能够在聊天记录中得到充分反映；还有出入金记录，此类证据能够准确反映被害人投入资金的情况，以及出金情况，可以简单计算出资金损失，这类证据的获取并不困难，保存相关银行、支付宝、微信交易流水既可。

最后就是维权一定要尽早，时间越短越好追回。

为防范风险，早在2017年9月，中国人民银行等七部门出台的《关于防范代币发行融资风险的公告》文件精神，以ICO（首次代币发行）融资为代表的代币发行融资被叫停。虚拟货币交易平台的中国三大比特币交易平台火币网、OKCoin币行和比特币中国相继停止比特币交易。之后，火币网和OKCoin币行更是停止所有关于虚拟货币的交易业务。

2019年12月，北京市地方金融监

管局、央行营业管理部、北京银保监局、北京证监局联合发布《关于进一步防范“虚拟货币”交易活动的风险提示》称，伴随著区块链技术宣传推广，虚拟货币交易活动在境内有死灰复燃迹象，部分虚拟货币交易平台面向境内居民提供虚拟货币交易服务，通过数字货币抵押推出零息借贷、双币理财等项目，严重违反人民银行等七部委发布的《关于防范代币发行融资风险的公告》，涉嫌从事非法金融活动。

同时，《风险提示》严重警告开展相关活动的在京机构及人员，不得宣传推广有关虚拟货币项目或平台，不得开展虚拟货币业务销售或交易，不得向投资者开展虚拟货币交易或变相交交易业务，不得从事或代理从事境内外虚拟货币发行交易活动，辖内各金融机构和非银行支付机构不得为任何虚拟货币交易买卖提供服务。

隨著监管叫停ICO后，很多境内人士转向境外平台网站继续参与虚拟货币交易。

监管部门提醒投资者，需认清境外ICO与虚拟货币交易平台的相关风险，牢固树立风险防范意识，不参与相关违法违规活动。

（环球网）



## 中國新勢力造車三強銷量 均超5000輛

中国国内新势力造车企业中理想、蔚来、小鹏、哪吒陆续公布了4月销量成绩，整体来看，在激烈竞争中，造车新势力在不断扩大市场份额的同时，也在加剧分化，市场格局初步形成。

据澎湃新闻报导，目前已公布的数据显示，蔚来汽车以4月单月7102辆的成绩领先，同比增长125%，而1至4月的累计交付量也达到了2.7万辆，甩开第二名的理想和第三名的小鹏接近1万辆。

4月份，在全球芯片短缺情况下，蔚来还被迫“停产”五个工作日，而假设没有“芯片荒”，蔚来在4月恐怕有冲击万辆的可能性。

蔚来预估第二季度的交付量或将达到2.2万辆，照如今的势头来看达成目标问题不大。

紧随之后的理想和小鹏处于“胶著”状态，分别在4月售出4439辆和5147辆，交付量非常接近，1至4月的累计销量也仅仅只相差了369辆。

结合近半年的销量来看，理想基本上都是处于每月5000辆上下的水平，较为稳定，但由于旗下只有理想ONE一款产品，单一的产品线也会成为它进一步扩大市场份额的掣肘。

位于第三名的小鹏汽车，旗下小鹏P7交付2995辆，小鹏G3交付2152辆，可谓旗鼓相当，而后续“磷酸铁锂版”小鹏P7、“全球首款搭载激光雷达的量产智能汽车”小鹏P5的持续推出，都展示出十足的后劲。

除了造车新势力“三强”之外，

哪吒汽车在4月的表现比较突出，已经晋升至第二梯队的头部阵营。4月，哪吒汽车总销量为4015辆，同比增长532%，环比增长24%；2021年1至4月总累计销量达1.14万辆，同比增长达432%。

据悉，新上市的哪吒U PRO订单量目前已突破5000辆，成为拉动哪吒汽车销量增长的主要推动力。根据规划，哪吒S旗舰轿跑将于2022年底上市，对标小鹏P7、比亚迪汉EV等热销车型。

与此同时，零跑也显示出爆发式增长，4月交付量为2770辆，同比增长866%，环比增长278%。目前零跑汽车已推出T03、S01和C11三款量产车型，其中，去年5月才上市的T03在2020年累计销量为1.02万辆，占零跑汽车去年全年总销量的90.12%。

值得一提的是，位于新势力头部阵营的威马汽车截至目前尚未公布4月销量成绩，而是先行发布了“五一”期间威马汽车用户累计行驶里程超1，700万公里，其中，威马用户使用L2级别智能驾驶辅助系统行驶总里程数近203万公里的一系列出行数据。但从其3月份2503辆的市场销量数据来看，4月份的市场表现预计不会有太大增幅。

2020年全年，威马累计销量2.24万辆，平均月销量为1875辆，已被同期成立的蔚来、小鹏甩在身后，而作为后来者的理想汽车也实现了逆袭，形势难言乐观。（早报）

## 香港財政司長盼電子消費券 為零售提供良機

香港财政司司长陈茂波9日发布网志表示，香港经济结束连续六季收缩，整体经济初见起色，希望消费券计划进一步提振消费，并扶持本地商户拓展线上渠道。

陈茂波表示，今年首季按年增长7.8%。如果以按季作比较，更是连续三个季度呈增长。其中，私人消费开支亦结束连续六季的跌势，上季增加1.6%，但上季的经济复苏动力主要仍是靠出口拉动。

陈茂波表示，零售及餐饮等行业表现仍有待进一步改善。食肆收益今年首季仍比去年同期低约9%，比前年同期低37%。此外，旅游、零售、运输及物流等，这些行业合共聘用约100万名打工仔，占香港劳动人口约三成，这些行业的企业及从业员对经济的“体感温度”更冷。

网志发布当日是母亲节，陈茂波在网志中表示自己日前特意到街市了解市道，隨著社交距离措施略为放宽，部分餐厅、食肆指，在这个母亲节档期的订座情况有所改善；日前与街市的蔬菜和海鲜商户了解到，这几天的生意也许不俗，但仍未恢复到疫情之前。

陈茂波提到，希望正积极筹备的电子消费券为经济恢复增添改善的动力，尤其是在能提供大量基层就业职位的零售、饮食和个人服务行业。推出电子消费券的另一个目标，是透过提供市场诱因，鼓励更多小商户参与使用电子支付模式，长远有利于他们接上其他网上销售平台的机会，从而受惠于这个高速增长的板块。他提



到，今年首季香港透过网上销售的货值较去年同期急升63%，远高于整体零售货值7.5%的增幅，反映这部分的增长动力强劲。而传统零售商如果能拓展网上销售渠道，可以做更多的生意。

陈茂波预期，今年下半年至明年初，电子消费券的使用将会为零售市场缔造更多促销和推广业务的良机。

为了尽快回复正常生活和复苏经济，海外各地也积极朝接种疫苗的方向推进，这是不少先进经济体抗疫路线图中的关键一站。特区政府要全力做好抗疫工作，市民能够积极参与疫苗接种计划亦同样重要。

（中新社）

## 德媒：德國出口強勁復甦 中國市場功不可沒

“德国出口强劲复苏中国市场功不可没。”5月9日，“德国之声”以此为题报导称，最新的统计数据显示，德国出口型企业已经渡过了新冠疫情带来的危机，重新回到增长轨道。其中，德国对华出口的增长尤为强劲。

报导援引德国联邦统计署7日发布的数据称，今年第一季度德国外贸出口额与去年同期相比增长了2.4%，出口总额为3326亿欧元。而3月份的出口增幅更创下了新纪录。

报导随后称，中国市场对德国产品的需求尤为强劲。报导介绍道，德国对华出口同去年3月相比增加了近38%，而英国“脱欧”欧以及退出关税联盟对

德国的进出口依旧影响显著。德国对英出口同比降低了13.2%。

报导最后总结道，就总体而言，德国经济界正在恢复信心。报导援引专家的话表示，疫情过后，需求仍会进一步增加。

尤其电子工业和汽车工业将会大幅提升产量。

中国商务部新闻发言人高峰去年9月曾介绍，中国和德国长期互为各自所在地区最重要的贸易夥伴。根据德方统计，2016年以来，中国成为德国在全球最大的贸易夥伴，2020年二季度，中国成为德国第一大出口市场。

（环球网）



# 影視串流平台帶挈 金秀賢最高身價韓星

影視串流平台拉高身价！宋仲基、李敏鎬，拍摄一集电视剧的酬劳达2亿韩元，以一出韩剧16集计算，他们拍一出剧随时超过32亿韩元，金秀贤被指每集收5亿韩元。

影視串流平台越来越普及，制作的需求随之上升，带挈韩星身价暴涨。有业内人士指出，为确保韩剧的吸金力，制作公司必须邀请人气韩星吸睛，才能提高海外版权收益，韩星的戏酬因此上升。

有指《虽然是精神病但没关系》的主角金秀贤每集酬劳达2亿韩元，与《The

King：永远的君主》的李敏鎬平起平坐。不过，早前有传金秀贤主演的新剧《那天晚上》一集剧酬已升至5亿韩元，若传闻属实，他可能打破裴勇俊保持的一集2.5亿韩元纪录，成为“最高身价韩星”。

《The King》共16集，李敏鎬被指入袋约32亿韩元。刚完成新剧《黑道律师文森佐》的宋仲基被指，一集电视剧酬劳为1.8亿韩元至2亿韩元，以《黑》剧为例，全剧20集。

去年主演人气剧《爱的迫降》的玄彬，有指每集收1.5亿韩元至1.8亿韩元。

影帝级的李炳宪之前主演《阳光先生》时，每集收1.5亿韩元。最近主演韩剧《Mouse》的李升基，每集酬劳1.3亿韩元，身价同样不菲。

最近主演SBS电视台人气剧《模范计程车》的李帝勋，有指一集酬劳达1亿韩元。《模》剧日前播出第九集，收视率14.7%，最高收视达16%，可见李帝勋“物有所值”。此外，《青春纪录》朴宝剑与《主君的太阳》苏志燮均是收视福将，他们每集酬劳同为1亿韩元。（早报）

中国著名导演张艺谋多年来捧红不少女星，曾演出他的作品的女艺人巩俐、章子怡、周冬雨、孙俪、倪妮等几乎都一跃成为电影圈“大咖”，被外界冠上“谋女郎”称号。最近张艺谋做客访谈节目《从何说起》，在谈及选女主角的标准时，直言拒用整过容的女星。

张艺谋说，为了角色寻找合适的人选，有自己独特的鉴定标准，首先是“这张脸要适合大银幕”，他表示生活中光彩夺目的大美人不一定就适合大银幕。

他会用镜头透过光线、角度多次检验，捕捉动态、静态来确定此人是否适合大银幕，并说演员是动态的，不是随便整个容就可以，“整容下去就完了，所以我反对整容，我觉得整容把脸上的肌肉和什么东西破坏了”。若有整容过的演员来试镜，他轻声说：“尽量……尽量，我不发现就算了，发现了我尽量避免（录用）。 ”

张艺谋表示，每个人的样子是爸妈给的，“是父辈生命换了一个形式继续在你身上延续”，不应该为了一个时代的审美观念，将自己整得别人都认不出来。他还指出，再加上整容医生参考的是现在的审美标准，这种美受到时代的影响和限制，更“不是永存的”。

## 公開選“謀女郎”標準 張藝謀：女星整容就完了



不过，他明白爱美之心人皆有，也并非不鼓励整容，只是从拍电影的角度来看，整容会影响动态，“大银幕把你的脸放大到几万倍，那是遮不住的”。（早报）

## 一家基因複製強大 郎朗辦兒子百日宴

中国知名钢琴家郎朗在1月底官宣当爸爸后，就没再晒出儿子的动态，相当低调。

上周五（7日），他的混血太太Gina Alice Redlinger（吉娜爱丽丝）首次在社媒晒出一家三口合照，夫妇俩没曝光孩子正面，并配文“你来到世界的第100天，和爸爸妈妈一起庆祝一下吧。”

另一张则是三代同堂照，网友看了惊叹“一家基因复制贴上”，郎朗长得像郎爸，眼神像妈妈，吉娜也与洋老爸神似。（早报）



## SF9主動接受冠病檢測 結果全員陰性



人气男团SF9率先主动接受了新冠核酸检测，并全员被判定为阴性。

7日，SF9所属社FNC娱乐方面表示：“6日，SF9成员们主动接受了新型冠状病毒检查，SF9成员及公司工作人员的检查结果全员被判定为阴性。根据此后进行的流行病学调查结果，SF9成员柳太阳被分类为密切接触者将进行自我隔离。其他成员则将消化预定好的行程。”

据悉，SF9组合正在出演Mnet综艺《KINGDOM：LEGENDARY WAR》，但在本月4日参与节目录制的一名伴舞被确诊为新冠患者。对此，SF9成员们率先主动接受了新型冠状病毒的检查。

另外，6日Mnet方面对韩媒表示：“得知了伴舞确诊的消息，目前流行病学调查正在进行当中，据我所知内部工作人员和演出人员中并没有与确诊者有密切接触的人。”（来源：bnt新闻）

## 朴寶英養傷一年多回歸

韩国“奇幻剧女王”朴宝英2019年因手臂负伤，暂别屏幕，近日帶著新主演的戏剧《某一天灭亡来到我家门前》重回小屏幕。朴宝英上周四（6日）在记者会上亮相说：“我觉得休息是必要的，身体重新获得充电的时间。”养伤



的一年多，朴宝英多与家人聚在一起，好好地享受了假期。

这次与徐仁国首次合作，朴宝英透露“早就觉得总有一天会（在作品上）相遇”，身高158公分的她与180公分的徐仁国虽有著22公分身高差，但两人默契十足，她认同说：“我和徐仁国拍戏时，鲜少有意见分歧的时候。”

对于徐仁国来说，《某》是他时隔三年回归屏幕的作品，坦言确实压力蛮大，所幸他与朴宝英的契合度高，彼此就像拼图般配合得很好，并以“完美”形容两人的默契。

《某一天灭亡来到我家门前》由《www请输入检索词》《了解的不多也无妨，是一家人》权荣日导演和《爱上变身情人》林回音编剧所打造，描述一名发现自己患有脑癌，而诅咒世界的网络小说编辑姜东景（朴宝英饰），她的咒骂竟召唤“灭亡”（徐仁国饰）来敲门，双方签下为期100天的生死协议，展开一段不可思议的浪漫爱情。（早报）

**MAHAKA MEDIA**  
beyond media creation

# Mudik DI RUANG TAMU Tetep Seru!

**FOTO SPOT FAVORIT DI RUMAH KAMU**  
**PERIODE 8-12 MEI 2021**

**DAPATKAN HADIAH SENILAI TOTAL  
JUTAAN RUPIAH!**

**SYARAT & KETENTUAN :**

- Karya lomba tidak mengandung SARA dan pornografi serta merupakan hasil original peserta, bukan saduran/jiplakan dan belum pernah diikutsertakan dalam lomba sejenis
- Post di Instagram peserta dengan mencantumkan;  
a. Caption lomba Mahaka Ramadhan Festival dan judul karya  
b. Hashtag : **#MRFedisiTakbiran**
- Seluruh karya menjadi milik Panitia
- Keputusan Juri bersifat mutlak dan tidak dapat diganggu gugat



HARIAN  
INDONESIA  
印尼及西巴 日報

Redaksi: (021)63868348 EXT. 401  
Email: naskahpers@gmail.com

2021年5月11日 (星期二) B1

# INTI與雅加達黃氏宗親及青年組 齋戒月向居民分發500份飯盒及甜點



叶展德 (左) 向民衆分發開齋飯盒及甜點。



黃重慶 (右) 向民衆分發開齋飯盒及甜點。



黃森雄 (右) 向民衆分發開齋飯盒及甜點。



黃國棟 (右) 向民衆分發開齋飯盒及甜點。

(雅加達訊) 印尼华裔总会 (INTI) 秘书长叶展德, 雅加達黃氏宗親會顧問黃森雄及財政黃重慶, 青年組主席黃富貴, 秘書長黃國棟等理事以及來自茂物、丹格朗、勿加西地區黃氏宗親會青年組人員, 5月9日 (周日) 下午5時在雅加達西區印尼

黃氏宗親會總會所舉行齋戒月慈善活動, 向路過Jl.Mangga Besar Raya的民衆、摩托車及小型客車司機分發開齋飯盒及甜點, 希望這些民衆也能感受到開齋的歡樂氣氛。

黃森雄表示, “雅加達黃氏宗親會每年的齋戒月或開齋節前夕都會舉

行慈善活動, 向會所附件地區的居民分發食品, 但自2020年3月我國出現新冠病毒感染者以來, 各種的群眾聚集活動受到限制, 為了宗親們的健康安全及不感染新冠病毒, 今年的慈善活動改為向路人分發開齋飯盒及甜點。



INTI與雅加達黃氏宗親及青年組合影。

## 印尼佛乘總會楠榜分會 開齋節分發1700愛心禮包



Bunda Eva市長致詞。

(楠榜訊) 印尼佛乘總會楠榜分會以林士文主席為首, 一併班達楠榜市JINARAKKHITA佛教高等學府以其基金會主席釋學進和尚為首, 于日前在班達楠榜市城市整潔局, 即佛教Bhaisajyaguru Graha寺堂附近一帶, 有1700愛心開齋節礼包, 內涵13種日常需用品, 此中包括城市清潔工及Panjang市附近市民等受惠。



釋學進和尚 (左二起)、BundaEva市長、林士文主席等合影。

這是印尼佛乘總會楠榜分會和班達楠榜市JINARAKKHITA佛教高等學府例常年的社會公益活動, 尤其是當今適逢冠病病毒感染之際, 希望以此能減輕受惠者對開齋節假日的一些負擔。

頒發工作經動員班達楠榜市生態保護局, 並得到市長Bunda Eva所關注, 分別于7日為分發給城市清潔工; 并于8日, 在Panjang市Bhaisajyaguru Graha寺堂里分發給當地居民。上述活動當然遵循政府防預冠病病毒規程進行。

甚望受惠方即班達楠榜市城市清潔工及Panjang市Bhaisajyaguru Graha寺堂附近居民有所受益。也感謝各方已做出的貢獻, 使到這次的公益活動得以順利圓滿完成。



釋學進和尚贈送愛心礼包給民衆。



林士文主席 (右) 贈送愛心礼包給民衆。



合影留念。

## 印馬泰尼燕窩「打擂台」 企業推銷各出奇招

(海口訊) 洞燕窩、屋燕窩、干盞燕窩、即食型燕窩……在首屆中國國際消費品博覽會(下稱消博會)上, 來自泰國、印尼、馬來西亞的幾十家燕窩品牌同台“競技”, 以各自優勢吸引採購商注意。

“我們看好中國的市場, 因為中國人的經濟條件改善, 消費能力越來越高。” 泰國正大集團中國區副總裁林漢川說, 去年新冠肺炎疫情一度嚴重影響燕窩銷售, 下半年情況好轉, 中國控制住疫情, 對銷售拉動大。

林漢川在展區積極推銷泰國的洞燕窩。“肉質厚, 泡發率大, 唾液酸含量豐富。”

“我們的馬來西亞燕窩工藝嚴格, 賣相漂亮。” 大馬頂級燕窩有限公司的工作人員林決錦告訴記者, 中國市場對燕窩的消費需求逐年增加, 增長速度令人驚喜。

馬來西亞燕窩之福加工企業有限公司工作人員杜璐潔表示, 企業有約80%的銷售額來自中國, 企業組建了從源頭到銷售的全產業鏈, 其中深加工和銷售部分在中國開展, 更加密切與中國市場聯繫。

“印尼的燕窩產量大, 是大自然的饋贈。” 印尼玉蘭宏發有限公司1970年就涉足燕窩產業, 其銷售經理Anne Laban說, 因中國在食品安全上加大力度, 公司對燕窩食品安全做了更高的要求, 還在中國註冊了品牌。現場幾乎每一盞燕窩都有溯源標籤。輕輕一掃, 生產地、衛生證書、進口單證一目了然。林漢川稱, 目前中國燕窩消費群體逐漸年輕化, 年輕人沒時間挑毛, 正大集團便推出更多即食型燕窩迎合趨勢。(中新網)



(上海訊) 首屆亞洲護理論壇8日在上海開幕。中國-印尼護理人才培養項目正式啟動。這是“一帶一路”衛生健康合作的重要項目。

據悉, 首屆論壇的主題為“创新驱动发展, 智慧赋能亚洲”。据中国科学院院士、复旦大学附属中山医院院长樊嘉介绍: “‘亚洲护理论坛’是继‘亚洲医学周’后的又一重要会议, 希望为亚太地区多个国家的

医学、护理交流搭建稳固的平台和建立良好的机制, 助力上海亚洲医学中心城市建設, 促進亞洲醫學事業高質量、高水平的跨越性發展。

開幕式上, 復旦大學附屬中山醫院護理部主任張玉俠宣讀了《護理高質量發展宣言》。該宣言由復旦大學附屬中山醫院聯合32家國內頂尖醫療機構和護理院校共同起草, 厘清未來護理在全球健康治理中的角色定位,

## 首屆亞洲護理論壇上海開幕 中國-印尼護理人才培養項目啟動

明确了护理高质量发展的核心内涵。

以往, 护理在人们的印象中常常以辅助角色出现, 其重要性和专业性一直被低估。过去的2020年, 全球经历了新冠肺炎疫情的冲击, 在抗疫过程中, 护理队伍的重要性更加凸显。世界卫生组织(WHO)联合国际护士会(ICN)将2020年定义为“国际护士和助产士年”。

“这个宣言将会成为未来中国护理发展的纲领与航标, 为护理事业加速发展注入新动能, 促进护理为推动人类社会健康福祉作出更大贡献。” 张玉侠主任介绍道。

复旦大学附属中山医院联合复旦大学、印尼大学, 积极拓展“一带一路”护理领域交流与合作。复旦大学附属中山医院院长樊嘉、党委书记汪昕、护理部主任张玉侠、复旦大学护理学院院长胡雁与印度尼西亚共和国驻上海总领事戴宁总领事共同启动了“一带一路”中国-印度尼西亚护理

人才培养项目。今后, 印尼将派护士来华学习, 中国专家也将到印尼授课。

据悉, 复旦大学附属中山医院已经连续3年举办“亚洲医学周”, 为亚太地区医学交流搭建了机制和平台。启动“一带一路”中国-印尼护理人才培养项目旨在进一步落实国家卫生健康委“一带一路”卫生合作倡议。

2021亚洲护理论坛为期三天, 聚焦疫情防控、智慧护理、专科护理等多个领域, 为各大医疗机构、护理院校以及创新型医疗企业提供有效交流平台。受疫情影响, 本次会议采用线上与线下相结合的形式举行。来自国际护士协会以及世界多个国家护理领导者无法现场参会, 通过视频为本次论坛召开表示祝贺。中外专家学者, 现场或视频演讲。(中新网)



首屆亞洲護理論壇開幕。



# 科學家重新利用光學機械加速計來尋找暗物質

据外媒报导，科学家们确信暗物质的存在。然而经过50多年的搜寻，他们仍没有找到这种神秘物质的直接证据。来自特拉华大学(UD)的Swati Singh就是横跨暗物质学界的一小群研究人员之一，他们开始怀疑自己是否在寻找正确的暗物质类型。“如果暗物质比传统粒子物理实验要寻找的轻得多呢？”UD的电子和计算机工程助理教授Singh说道。

现在，Singh及一名UD博士生Jack Manley提出了一种新的方法，即通过重新利用现有的桌面传感器技术来寻找可能构成暗物质的粒子。该团队最近在《Physical Review Letters》上发表的一篇文章中报告了他们的方

法。该论文的合著者还包括来自亚利桑那州的光学科学助理教授Dalziel Wilson、亚利桑那州的博士生Mitul Dey Chowdhury和哈佛福德学院的物理学助理教授Daniel Grin。

Singh解释称，如果把所有发光的物质加起来如恒星、行星和星际气体，它们只占宇宙物质的15%。另外的85%被称为暗物质。它不发光，但研究人员通过它的引力效应知道它的存在。他们也知道它不是普通物质如气体、尘埃、恒星、行星和我们。

“它可能是由黑洞组成，也可能是由比电子小数万亿倍的东西组成，其被称为超轻暗物质，”Singh说道。她是一名量子

理论家，以推动机械暗物质探测的开创性而闻名。

其中一种可能性是暗物质是由暗光子组成，暗光子是一种暗物质，它会对正常物质施加微弱的振荡力进而导致粒子来回移动。然而，由于暗物质无处不在，它对任何事物都施加这种力，因此很难测量这种运动。

Singh和她的合作者指出，他们认为可以通过光电加速度计作为传感器来检测和放大这种振荡来克服这个障碍。“如果力是材料相关的，那么通过使用两个由不同材料组成的物体，它们受到的力就会不同，这意味着你可以测量两种材料之间的加速度差异，”该论文的第一作者Manley说道。

Wilson是一名量子实验家，也是UD团队的合作者之一，他把光学机械加速计比作一个微型音叉。“这是一种振动装置，由于体积小，对环境扰动非常敏感。”

现在，研究人员提出了一项实验，即利用氮化砷薄膜和一个固定的铍镜在两个表面之间反射光线。如果两种材料之间的距离发生变化，那么研究人员将从反射光得知暗光子的存在——因为氮化砷和铍拥有不同的材料属性。

Manly表示，协作是开发实验设计的关键部分。他跟Singh及Wilson和Dey Chowdhury一起进行了理论计算，这些计

算进入了建造他们提议的桌面加速度计传感器的详细蓝图。与此同时，宇宙学家Grin还帮助阐明了超轻暗物质的粒子物理学方面。

作为一名理论家，Manly表示，有机会更多地了解设备是如何工作的以及实验人员如何建造东西来证明他和Singh开发的理论加深了他的专业知识同时还拓宽了他可能的职业道路。

重要的是，这项工作最新的建立在于合作团队于去年夏天发表在《Physical Review》上的研究。这篇论文显示了一些现有的和近期实验室规模的设备足够敏感到可以探测或排除可能是超轻暗物质的粒子。

该研究报告称，某些类型的超轻暗物质会以某种方式与正常物质连接或配对从而导致原子大小的周期性变化。虽然单个原子大小的小波动可能难以注意到，但这种效应在由多个原子组成的物体中会被放大，如果该物体是声谐振器则可以实现进一步放大。该合作评估了几种不同材料制成的谐振器的性能——从超流氦到单晶蓝宝石，结果发现这些传感器可以用来检测暗物质引起的应变信号。

据悉，这两个项目都得到了来自国家科学基金会的部分资助。Singh表示，这些论文一起扩展了关于已知的探测暗物质的可能方法的工作并提出了新一代桌面实验的可能性。



## 不止P50系列新機 華為兩款高端顯示器曝光

最近有消息称，华为近期将会有多场新品发布会，涵盖智能手表、体脂称、笔记本、真无线耳机、显示器、平板等多款新品。唯一遗憾的是，华为P50系列手机发布会日期目前仍未确定。

此前有数码博主称，除了P50系列新机会在今年跟大家见面外，华为还将于5月19日新款PC、华为儿童手表4X新耀款、华为体脂秤3 Pro等多款新品，但此前曝光已久的显示屏产品却迟迟没有消息。现在，数码博主@菊厂影业Fans透露，华为两款全

线显示屏产品型号为Mate View和Mate View GT将于近期发布。另外他还表示，华为FreeBuds 4与MateBook 16可能会调整到6月2日与MatePad Pro 2和Watch 3系列一起发布。根据此前曝光的消息，华为Mate View和Mate View GT两款显示器定位高端产品，一款主打电竞场景，另一款主打专业办公场景。

华为电竞显示屏拥有3K+分辨率，预计为3440\*1440，屏幕比例为21:9，支持165Hz高刷新率，配备双扬声器。华为专业办公显示屏拥有4K+分辨率，屏幕比例可能是3:2，这种比例会更

适合办公场景，预计其分辨率为4500:3000，屏占比接近100%。此外，根据数码博主@看山的叔叔爆料，华为新款显示器上有“华为智慧生活LOGO”，预示这款显示器也将加入华为智慧生态。

小编猜测，华为两款新品显示屏可能会搭载轻量级的操作系统，让显示屏也能接入华为“1+8+N”全场景当中，与智能家居、手机、PC、平板等终端实现更方便的协同互通操作体验。



## 蘋果正備貨iPadmini6 想買平板的不妨再等等

知道大家都很反感等等党，但是苹果新款的iPad mini 6确实值得您再等等的，如果您近期有购买平板电脑计划的话。据外媒最新报导称，苹果正在准备的iPad mini新机，可能会延期到今年下半年推出，也就是在今年9月的秋季发布会期间机型发布。

之所以让大家等等新款的iPad mini 6，是因为现款的iPad mini已经很久没有更新了，无论芯片和外观设计都是苹果上个时代的产品了。据悉，iPad mini 6或将采用A14芯片，支持5G网络，提供64GB、128GB和256GB三个存储版本。

当然最大的变化还是外观的颜值升级，据悉iPad mini 6拥有类似iPad Air 4类



## 又要漲價了任天堂：全球缺芯將影響Switch產能

虽然Switch并没有PS、Xbox主机的顶级性能和游戏画面，但凭藉便捷性和出色的游戏体验，依然获得了全球众多玩家认可。

今年，无论是手机、汽车、还是游戏机等领域，都面临著“缺芯”的困扰，由于2020年疫情导致全球芯片供应链极不稳定，加上需求量激增，产能不足，整个半导体供应链的上中下游都受到影响。日前，在任天堂的财报会议上，任天堂社长古川俊太郎证实芯片缺

货将会导致Switch产量下降。

任天堂社长古川俊太郎表示，目前因全球芯片缺货的影响，在接下来的时间里Switch的产量将会受到影响，很可能无法达到计划中的生产数量。对于能够生产多少台Switch，目前无法确定。

根据此前任天堂公布的数据，截止至今年3月31日，全球共售出了近8500万台Switch，软件销量5亿8712万份。或受新冠疫情影响，在2021财年中，Switch销售量高达2883万台，预计2022财年的

销售量为2550万台。

值得一提的是，任天堂并不是唯一受到芯片短缺影响的公司，此前索尼公司表示芯片短缺影响了PS5主机的生产，微软也表示X/S Series也同样受到影响。

另外，台积电CEO魏哲家曾表示，一些“关键半导体”的短缺问题将至少持续至今年年底，甚至是2022年，目前公司的客户正在遭遇横跨整个行业的产能短缺问题，主要由长期需求增长和短期供应链失衡共同引发。

“常言道，一种米养百种人，却似乎没有人想过，白米也可以百变成精致的礼品，人们吃的不是一碗饭的价值，而是白米背后故事的奉献，这些才是无价的滋味。

台湾白米品牌“掌生谷粒”创始人程昀仪，拥有化平凡为深度的才能，把寻常的白米变成一包大家收到都会感到高兴的礼品，它不但是土地送给人们的礼物，更因为农民背后的故事，让这一包米显得更有价值，更值得大家好好品尝，而不只是吃一碗饭这么寻常。

程昀仪凭着“掌生谷粒”，曾经获得台湾文化精品设计金奖、德国红点设计大奖、亚洲最具影响力设计大奖。她把寻常食材——白米变得不一样，让人懂得去珍惜与真正品尝白米的味道。



“掌生谷粒”的意义就是“手掌生出谷粒”，每一粒谷都是生产者用他们一双手辛苦种出来的。

“掌生谷粒”是程昀仪2006年成立的品牌，但她不是种稻人，而是通过包装赋予白米更高的价值与意义，让收到“掌生谷粒”一包米的人更懂得感恩与珍惜这包来自大地、来自农民的米饭。

她形容，从来没有人想过白米也要品牌，米不就是我们寻常每天吃的饭吗，为何还要给它们赋予新的意义？

“从成立这个品牌到现在已经14年，这段路我觉得开心与感动。

## 经营农产品出版社 推广良心农作物

“记得在1990年代，台湾蔬菜有农药残留问题，男朋友住在台东，经常会拿一些好吃的给我，包括家人自己种的东西，那种食物的滋味特别好。渐渐地我发现即使同样的东西，吃下去的味道都有所不同，发现了产品的差异化，心里就

觉得这是一门好生意。”

一直在产业社工作的程昀仪，婚后转换工作，做国际品牌销售，负责营销策划。有天朋友送她一粒自家种的超级有机南瓜，吃起来味道非常不同，再次勾起以前老公经常从家乡带给她食物的回忆，连带想到市场的重要是做分隔，为她打开了把产品切隔成礼品的市场。

“我不是土地拥有者，也不是生产者，我把自己定义为农产品出版社，而农民是土地上的作者，他们与文学作者都一样认真与有诚意，用生命把农作品种出来，还要受天命影响，农作物是记载了天体运作的密码，所以需要把产品分级，给予一个诚恳对话，这是一件礼品需要的，把它当作是大地礼物送给别人，就是产品与礼品的切隔。”

“掌心谷粒”的起点，是在台北市政府对面一家店。她开了一家米店，但卖的不是传统包装的米，而是一包包装得精美的米礼品。开始时是用牛皮纸包装，但当时通路未打开，就只有卖给企业当礼品送人。

各种农产品中，为何选择最寻常的白米为创业之作？程昀仪形容，米是与众不同的，各种米都有差异。但因为当年台湾要加入世界贸易组织（WTO），政府把农业门槛放低，开放农产品进口且免税，大量国际米进入台湾，冲击在地稻农，消费人是不会受影响，只是吃不到台湾米罢了，因为进口米都比台湾米便宜，但进口米不属于地方长出来的风土。

“我家乡是在台东，邻居送自家种的米给我们吃，吃了之后发现这种米在市场上已经找不到，所以当我开始做品牌时，就想把这种台湾米品牌化，让台湾人重新吃到这种米的滋味。”

她表示，若要教育民众重新认识农产品，米是最好的产品，因为大家都吃过米，门槛低，而米的差异性很多，有不同的风土与风格，米也不用自己设工厂生产，出发点就是要服务农友，让农友获利，所以她以比公定粮价高出三至五倍的价格来向农友收购白米。

“掌生谷粒”是一包只有数百克的台湾在地米，程昀仪自己写文案，用牛皮纸写上了它背后的故事，价格是市场上同等量白米的几倍。但人们吃的是心意与感情，所以当“掌生谷粒”推出后，很多公公婆婆都说“久违了这种本地米”，觉得找回了以前米饭香的感觉。

## 吃在嘴里 咀嚼久违的米饭香

# 台灣“掌生穀粒”品牌創始人程昀儀： 一袋白米，暖化人心



程昀仪给台湾米赋予新生命，让台湾人重新认识家乡风土的白米。

程昀仪受邀来马分享她创立“掌生谷粒”之路。



喜米是结婚时送给宾客的回礼。



2017年金马奖贵宾礼——经典米包。



平凡白米经过品牌化，变成精致的米礼品。这是程昀仪为台湾新光三越客制化的米礼品。

## 騎跡台灣定制最美風光線

有人说：台湾，开车太快，徒步太慢，用骑的最美！在台湾，你总会被随处可见的自行车道所吸引，有的沿河流铺设，有的穿过稻田和纵谷，有的毗邻波涛击打的海岸，还有贴近安静的海港和喧闹的夜市。最美的风景在路上，有些事现在不去做，一辈子也不会做了。这个夏天敢梦想你就来，跟随安徽中青旅一起“骑迹台湾”！

### 骑迹台湾 敢梦想就来单车环岛

一个背囊、一辆单车，就能实现环游台湾的梦想。安徽中青旅将联合台湾单车协会组织，开启台湾双铁环岛之旅，蜿蜒的海岸线，喷薄的海浪，如翠的青山，流动的浮云，起伏的麦田，高大的风车，没有尽头的公路……这个夏天，敢梦想就来“骑迹台湾”！7月12日，“骑迹台湾”活动将正式启动。首发之旅将聚集众多有梦想的人，从合肥飞往台湾，体验环岛骑行的快乐！

### 2人即成行 骑行台湾等你出发

“骑迹台湾”是由安徽中青旅联合台湾单车协会组织的独家定制旅程，同时也是一场属于骑行爱好者的专属活动。参与者将体验自行车与铁路双体验，同时，专用的火车车厢将运送客人和装载自行车环台湾岛。届时，台湾单车协会16名工作人员担任车队领骑、交通管制、车队殿后、后勤维修保障。

（新浪旅游网）



## 換人工水晶體就高枕無憂 小心隱藏黃斑部病變危機

当白内障产生时，一般治疗以手术为主，利用手术植入人工水晶体来取代原有的水晶体。不过许多刚开完白内障手术的病人都说，眼睛在动完手术特别明亮，甚至还会有怕光的感觉，不知道这样是否正常？

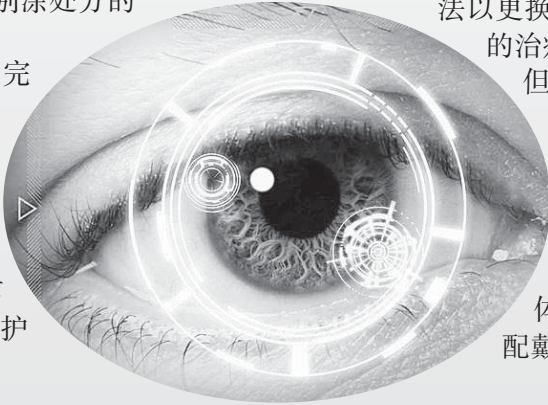
白内障形成的原因，除了水晶体因老化变混浊，当长期忽略眼部防晒、经常长时间接触3C蓝光等状况，也都会加速使水晶体变得混浊，而混浊变白的水晶体会阻止光线的进入，造成光线感受度变差、视力受损，也就形成所谓的“白内障”。

而在手术乳化原本混浊水晶体并植入新的人工水晶体之后，混浊的感觉消失，视觉自然变明亮，不过民众一定要小心，别因视觉变明亮了就觉得可以高枕无忧，因为白内障虽然让视野变混浊，不过却有吸收光线的作用，多少也能抑制黄斑部病变的发生与进行，如今将混浊的白内障摘除，对其他强光就没有保护作用，可见光更能容易的进入眼底，将容易造成黄斑部的伤害，国外研究报告甚至指出，黄斑部病变比率及严重度会在白内障手术后数年增加。因此，白内障手术取出混浊白内障置换人工水晶体是必经步骤，但要考虑到开完后不能防止强光照射眼睛的问题。

要解决人工水晶体不能防强光的方式有两种，首先，可以将置换的人工水晶体使用防蓝光人工水晶体，俗称“黄片”，这种黄色水晶体本身就有吸收蓝光的水作用，主要就在于利用黄色来阻挡可见光中能量高，伤害力强的蓝光作用。当然，也可选择

在开刀后配戴眼镜，并且在眼镜上特别涂处方的防蓝光物质，做好眼睛的防晒。

总之，并非开完白内障手术一切就完美无瑕了，除了上述抗蓝光的部分之外，一些高度近视患者还存在视网膜剥离的风险性，不得不多加注意。建议开完白内障手术的病人，可多吃眼睛的防晒剂，像是：绿色蔬菜、黄色水果，含抗氧化的食物，如维生素C、E、B2、胡萝卜素等，出门并做好防晒措施，好好保护新的人工水晶体。（健康新知）



## 選對人工水晶體

擺脫白內障  
生活安全便利

# 選對人工水晶體 擺脫白內障安全便利



白内障是一种常见的老化性的疾病，在眼球内面，瞳孔之后，有一块水晶体。它的作用在于将光线聚焦于视网膜上，形成清楚的影像，正如照相机的镜头能集中光线在软片上，原先水晶体是清澈透明的，如果水晶体的化学成分改变变为混浊时，会阻挡部分或全部光线透过，造成视觉模糊，即为白内障。

湛明眼科院长俞函杰医师表示，白内障主要的症状为无痛、无痒的进行性视力减退，依白内障的位置和程度的不同，病患可能视力减退，也可能毫无所觉，一般常见包括视力模糊、复视、畏光、眩光、色彩失去鲜明度、和需经常更换眼镜等，当白内障严重到一定程度，视力再也无法以更换眼镜度数来改善，手术摘除水晶体是唯一有效的治疗，点眼药充其量只能减缓它的进行速度而已，但当白内障严重到影响个人的工作及日常生活品质时，便是考虑摘除白内障的时机。

**白内障手术选对人工水晶体，恢复视野清晰生活方便**

目前现有人工水晶体大致可分为单焦点、多焦点、长焦段、延焦段四种，单焦点人工水晶体以看远视距为主，中、近距离仍会失焦，需要配戴老花眼镜辅助；多焦点人工水晶体可同时看清

楚远距离及近距离，可是晚间容易出现眩光；长焦段人工水晶体则是可以看远、中近距离，对于近距离比较须以老花眼镜矫正；俞函杰医师认为：“目前有新式的延焦段人工水晶体，除了远距离清晰外，拉长可视范围至中距离，更适合需要开车看导航、使用桌上型电脑、烹饪等频繁中距离视距的用眼需求者。此外，因延焦段人工水晶体对于暗光处的视觉敏感觉较佳，夜间开车可减少眩光的问题，可供一般患者维持日夜正常生活，提升视觉以及生活品质。”

选择适合的人工水晶体，可以帮助患者提升视觉及生活品质。

俞函杰医师提醒，白内障摘除手术是在眼球麻醉下施行，在显微手术下以超音波将混浊的水晶体震碎摘除，一旦水晶体被摘除，其屈光功能必须由人工的镜片来代替。俞函杰医师说明，台湾白内障手术属于微创门诊手术，一般手术时程约20至30分钟左右，伤口于黑白眼球之间仅有0.1到0.2公分左右，手术完隔天即可恢复7至8成的视力，手术后一至二周，视力即可渐趋稳定。手术后应记得遵循医嘱点消炎药水、依指定时间回诊、保持眼睑及睫毛清洁，并尽量避免喷到水、碰撞、揉眼睛等，一般视力很快就可逐渐改善，民众无须对白内障手术过于担心。（华人健康网）

## 手腳長繭怎麼除 貼雞眼貼片、去角質有幫助嗎

先天性：可能因患有掌跖角化症，而导致其出生即有手足角质化的问题，或因罹患干燥症、硬皮症等免疫系统疾病所引起。

后天性：受到外伤或长期摩擦、挤压等刺激影响，加上皮肤有水分、油脂缺乏的问题，导致肌肤表皮角质为保护皮肤而增厚。

至于，茧和鸡眼两者间成因、症状表现有何不同？网路上盛传的把市售鸡眼贴片贴在厚茧处，也有利减轻症状的说法是否正确？赵昭明医师解释，其实在排除先天性原因下，人体皮肤上的厚茧或鸡眼的成因是一样的，都是因为肌肤受到频繁的挤压、摩擦，使皮肤表皮（角质）增厚导致。

事实上，这两者间的差别就在于茧是不论手脚，无处不在。而俗称“肉刺”的鸡眼，则是因若剥除鸡眼外层，常可发现病灶中间有一半透明仿佛鸡的眼珠般的小圆点而得名；且其患部则主要以足部为主，常见于小指背、大拇指、前脚掌、脚跟等施力点。

所以，综合上述理由，赵昭明医师表示，其实皮肤科门诊在临床处理有厚茧、鸡眼问题的

患者十分相似，除了会协助以刀片、器械去除外，若经过上述方式处置后，民众仍未满意，也会在评估下，选择以尿素、高浓度水杨酸等方式来去除过厚的角质，或合并冷冻治疗予以协助。

针对早期性、面积不大的茧，坊间流传的使用市售含水杨酸成分的鸡眼贴片贴于患处的作法，确实能发挥一定的软化、帮助老废角质代谢的作用，进而辅助达到让厚茧剥落的目的。

想去除手脚恼人厚茧，去角质、磨/削脚皮可行吗？皮肤科医师这样说

除此之外，赵昭明医师也额外针对，民众处理厚茧、鸡眼时常有的疑问，包括使用去角质产品、浮石、锉刀或剪刀，把厚皮磨薄、削除等方式可不可行的疑问加以解答。其强调，一般来说基本上民众只要谨记不要流血、受伤2大原则，在不伤害皮肤真皮层的基础上，以上述方式处理多无大碍。

**去角质：**  
去角质的频率上，一般建议民众可以以自身角质增生速度的快慢来决定。因每个人去角质

的频率不一定相同，原则上可每两星期到四星期，进行一次即可。

**磨/削脚皮：**  
这些方式都可以，但在使用上仍须注意，以频率1天1次，不要太深层为原则，且若操作过程中出现刺激、疼痛问题就应立刻停止。另外，如果真不慎造成伤口一定要做好清洁、消毒，以防伤口出现发炎、细菌感染等问题。

**市售足膜等酸类产品：**  
至于市售的足膜等含酸类成分产品，则建议每月使用1次即可，以免使用过度反造成肌肤角质层变薄、变脆弱或受伤，失去原有的保护功能。

**皮肤科医师小叮嚀：**  
不过，由于导致皮肤出现疑似厚茧症状的原因十分多元，也可能潜藏有病毒感染、疾病等因素。故赵昭明医师也提醒，如果民众发现茧的位置面积偏大、位置怪异（非肌腱常摩擦处）、呈现片状分布时；要切记不论是位置长在手或脚部，都建议避免使用上述提到的方式自行处理。而应于第一时间立即就医，寻求专业皮肤科医师协助辨别病症原因，厘清是否有感染（病毒疣）或其他病理理性问题的可能，以立即时对症治疗较有保障。（华人健康网）

### 手腳長繭 怎麼去除？

貼雞眼貼片、去角質有幫助嗎？皮膚科醫師解答



“夠！为什么别人是‘奶油桂花手’双手双脚又细又嫩，我的手脚不但皮肤粗糙、干巴巴，还老是一直长茧，怎么都除不掉、越长越厚，真的很讨厌耶。”你也有这样的困扰吗？网路盛传，想要去除恼人的厚茧并不难，只要把市售鸡眼贴片贴在患处，就能让丑丑的厚茧自动剥落的说法。但鸡眼贴片到底是什么？真的有这么神奇的效果吗？就让我们听听皮肤科医师怎么说！

**为什么皮肤会长茧？常见成因为何？**  
**皮肤科医师带你厘清先天、后天差异**

不过，到底什么是茧？又是怎么产生的呢？皮肤科赵昭明医师表示，茧（callus）指的是肌肤表皮角质层增厚的一种皮肤现象。至于成因上，根据先天与后天的不同，茧的形成又可分为先天性与后天性2大类型。

## 補充乳清蛋白 更要補充礦物質 “鈣” 與 “鎂”

你也是运动族群吗？是不是对于补充蛋白质十分不陌生呢？其实除了蛋白质以外，我们也更该注意矿物质的摄取，尤其是钙与镁这两种矿物质，这两种营养素与运动息息相关！这次专栏由营养师和大家分享这两种矿物质的功用，还有如何补充吧！

补充“钙”，帮助减肥、预防铁腿，但十个人有九个吃不够！

许多人运动的目标，就是为了维持更完美、健康的身材，大家最关注的莫过于体脂肪和减少脂肪囤积，除了控制糖类摄取以外，补充足够的钙质更是脂肪代谢的关键！

当人体的钙质摄取不足时，为了弥补血钙的减少，人体会计分泌副甲状腺素促进骨钙的析出。然而在填补血钙的同时，也导致了脂肪代谢效率的降低！因此想要维持良好的代谢率，摄取足够的钙质非常重要。

根据国民健康署卫生福利部的建议，每天钙质的建议摄取量为1,000毫克，然而，近年国民营养调查，成年人的钙质摄取量仅达到建议量的50%左右，且有超过90%都有摄取不够的现象，是国人最缺乏的矿物质。

尤其不论男性或女性，在19-44岁区间钙质摄取量皆比更高年龄层来得少，代表身为上班族的我们大部分都十分缺乏钙质！

除此之外，钙质也是帮助肌肉正常收缩的矿物质，足量的钙质可以预防抽筋、肌肉拉伤等，可以延长我们运动时间，让运动成效更好。

**补充“镁”，舒缓抽筋和抗发炎**

镁是我们较少提起，也较少关注的矿物质，但根据调查，13-44岁族群的摄取量平均不足建议量的70%，尤其女生摄取量大约较男生又少了5-10%，这也让镁成为国人摄取不足的矿物质第二名！

镁在身体中参与许多酵素的作用，包含能量代谢、神经传导、肌肉收缩生理机能等，因此也是运动族群需要十分注意的营养素。

如果缺乏镁，容易使肌肉紧绷，甚至导致抽搐，让运动成效大大地减低！

除此之外，镁可以帮助运动后肌肉的恢复！研究发现，每天额外补充500毫克的镁，能降低跑步或重训后发炎因子（IL-6）的浓度，减少幅度达到1.5倍！

此外，同一篇研究也发现每天补充500毫克镁离子可以减少运动后的肌肉酸痛问题，所以如果我们可以补充足够的镁离子，就能让我们更轻松、持久地运动。

另外镁也是神经舒缓的矿物质，对于调整情绪、安稳入睡都有帮助；对每天时间紧迫、压力山大的上班族来说更是不能或缺！

营养师教你如何补充，补充剂以胺基酸螯合的吸收率最好！饮食中，最佳的钙质来源为乳制品，像是鲜奶、优格、起司等，一杯鲜奶大约可以提供200-400毫克的钙质，能满足我们一天建议量的20-40%！

因此，国民健康署建议我们每天早晚一杯奶，以补足钙质摄取的缺口；而全素者较难从饮食中摄取足量，建议需要额外食用补充品。

根据卫福部国民健康署建议每人每日的镁摄取量，成人男性是380毫克、女性为320毫克，镁离子主要存在于深绿色蔬菜、全谷杂粮与坚果中。

五谷饭一碗大约含有100毫克镁，蔬菜一碗大约10-30毫克镁离子，但是我们现在的饮食太过于精致，较难补充到足量的镁，建议饮食须特别注意，纳入这些食物，帮助补充镁离子！



有许多人也会以胶囊、锭剂等补充剂补充矿物质！市面上钙与镁补充品非常多，但不同的剂型与型态十分影响吸收率。

以钙质而言，常见的型态有磷酸钙、碳酸钙、柠檬酸钙以及胺基酸螯合钙，除了胺基酸螯合钙吸收率可以达到80%之外，其他的剂型吸收率仅落在25-35%！

镁则是以氧化镁、磷酸镁或胺基酸螯合镁等剂型为主，与钙质相似，胺基酸螯合镁吸收效果远远大于其他剂型；这些胺基酸螯合钙、胺基酸螯合镁，又以“甘胺酸”形式最为常见！

不论是钙镁合一或甘胺酸螯合结构，都可以帮助我们吸收更多的钙与镁；另外，如果平常有补充维生素D也能辅助提升钙质的吸收率喔！

其实，不只是运动族群！一般人也需要透过饮食多补充这两种矿物质，营养师建议可以以原态食物，在平常饮食中融入全谷杂粮、坚果还有乳制品来补充这些矿物质。

但若长期外食，饮食无法掌控下也可以选择补充剂，来快速补足饮食的不足，但在选择时就要看清楚成分标示，挑选最符合自己需求的补充剂，更能帮我们补充到足够的钙、镁以外，同时也增强运动表现和减脂效率喔！（华人健康网）

什么是“奇迹蛋白质减重法”？蛋白质减肥是把吃下的蛋白质会形成肌肉、转换成人体活动所需热量，不会造成脂肪囤积。横滨土田医疗诊所院长土田隆教你，一日一餐蛋白餐，其他饮食不变，肌肉量增加，代谢速度上升、体重体脂也下降了！只要把肉类主食换成高蛋白、低脂肪的鸡胸或鸡里肌肉，就是简单的蛋白质菜色，另外也可以在家常料理、汤品中加入蛋白粉，以及牛奶、起司、酪梨等富含蛋白质的食材，作法丰富多变，怎么吃都吃不腻。

早晨摄取蛋白质最有效率！关于该在哪个时段摄取蛋白质，目前所知众说纷云，有些意见认为要从三餐均衡摄取，有些则认为要在餐与餐之间摄取。

我的建议则是将早餐换成蛋白质满分的菜色，因为早上是最不容易变胖的时段！

摄取蛋白质之后，会不断合成肌肉所需的蛋白质，但是肌肉会在用餐结束过了一段时间之后，从合成模式进入分解模式。餐与餐之间的间隔以晚餐到早餐为最长，蛋白质也最不容易在这段时间补给，所以肌肉一直处于分解的模式。

若要阻止肌肉继续分解，可在早餐的时候摄取大量的蛋白质，让肌肉从分解模式转换成合成模式。

此外，若在每日之始的早晨摄取蛋白质，那么就算没有重训或从事其他的激烈运动，光是一整天的活动就足以让肌肉增加，这算是很迷人的效果吧。只要早上摄取足够的蛋白质，单单是手上拿著包包走到公司、晒衣服或其他看似简单的动作，都能让肌肉增加，进而提升基础代谢率！到哪里找得到这么简单的减重方式呢？要注意的是，要透过这些动作增强肌力是有秘诀的，所以本书将开始介绍相关的细节。

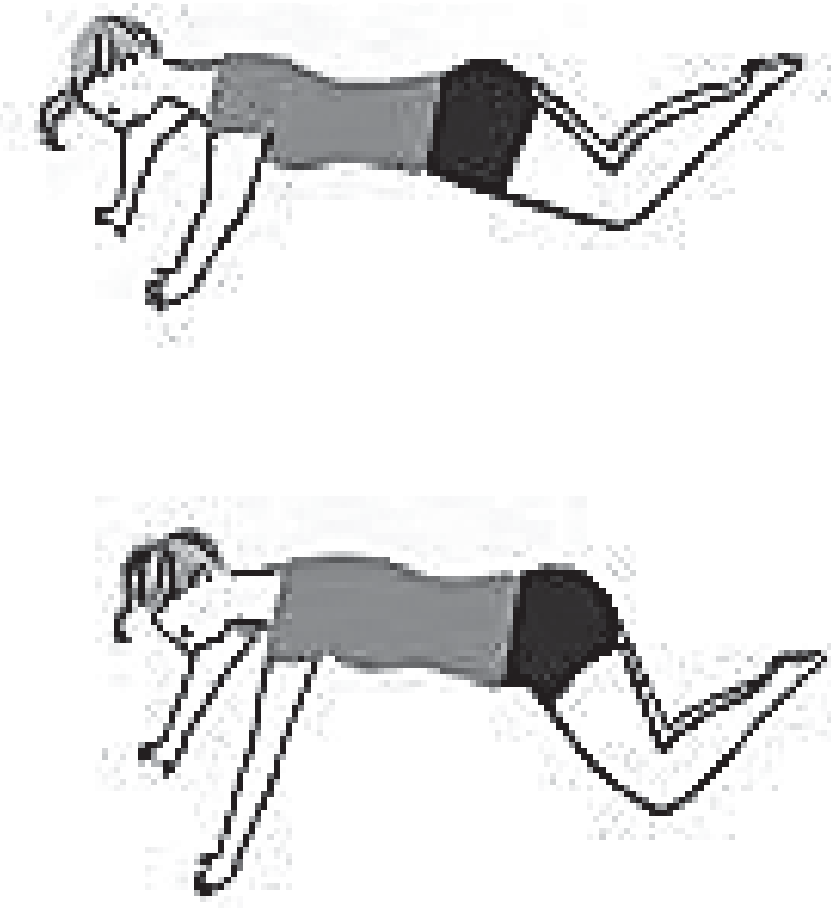
### 搭配运动摄取蛋白质

虽然前面提过很多遍，但在此还是要再提一次，那就是只摄取蛋白质是无法成功减重的！因为只要蛋白质没当成燃料消耗，也没转换成肌肉，基础代谢就无法提升。听到“转换成肌肉”这几个字，有些人可能会以为得运动得半死，然后就想放弃。

不过大家如果知道平日的一举一动都是能帮助我们增加肌肉的运动的话，恐怕对运动这件事会改观吧。不管站著、坐著或走路，我们都会用到“抗重力肌”。这代表只要姿势正确，这些动作都是很棒的重训！

由此可知，上班的时候，从家里走到车站，将包包放到电车上面的置物架，抓著吊环，打扫家里、晒衣服、刷浴缸，每天这些看似平凡无奇的动作，其实都是能增加肌肉的运动。唯一要注意的是，漫不经心地做这些事，

# 14天瘦身術 靠吃蛋白質也可以



是无法增加肌肉的。要想透过这些动作增加肌肉，就必须保持每个动作的姿势都正确。接著为大家说明何谓正确姿势。

当我们胖得肚子凸出来，重心很容易前倾。这时候需要让骨盆立起来，然后稍微缩小腹以及下巴；坐在椅子上时候，也要想像有人把我们的头垂直往天花板拉。

如果想知道自己的站姿是否正确，可试著先把肩胛骨往内缩，接著将背靠在墙壁上，然后让后脑杓与脚脚跟也靠墙壁上，最后再放松肩膀，就是最自然的站姿。只要注意姿势是否正确，那么不管做什么动作，都是很棒的肌力训练。

此外，如果真的很想变瘦的话，可在吃完饭后立刻洗碗，或是作一些需要全身一起动的打扫工作，例如擦擦窗户或地板，行有余力的话，可每天倒垃圾或洗衣服。衣服洗好后，就

立刻晒干与折好，一口气完成整个流程。

只要注意保持姿势正确，慢慢地肌肉就会增加，身体也会随之转换成易瘦体质。

此外，正确的姿势能让呼吸更加顺畅，血液循环也会跟著变好，基础代谢也会因此提升，而且血液循环变好后，就更容易让老旧废物从体内排出，也比较不容易疲倦，而且还能改善慢性的肩膀僵硬与腰痛。变瘦之后，生活会因此更有规律、更有朝气，也会变得更加开心。

### 保持正确姿势&可以同时执行的家事

- 日常生活中的一举一动都是很棒的重训
- 只要姿势正确，一举一动都能提升肌耐力
- 日常生活中的一举一动都能打造适度的肌肉

• 时时保持姿势正确，能让生活变得规律，也能变得更加健康！

### 加入额外健身训练，减掉体重

虽然以正确的姿势做家事就能感受到明显的效果，但如果想进一步体验蛋白质减重法的效果，建议多做一些简单的健身训练。

我推荐的健身训练基本上都是没什么负担的动作。因为一旦有负担，就很难每天做对吧？好不容易开始的减重也会前功尽弃。总之重点就是抱著“不做明天做不了的运动”这种心情，做一些每天都能进行的健身训练！

此外，想利用蛋白质增加肌肉量的话，就要进一步促进血液循环，所以要利用一些健身训练松开紧绷的肌肉，促进血液流动。

再者，空腹感来自副交感神经，而肌肉则由交感神经控制，所以在空腹的时候训练，能有效抑制空腹感，请大家在肚子饿或吃太多的时候训练看看。（良医健康）



一条“弹力带”就可帮忙增肌减脂！

大家好我是物理治疗师简文仁，最近大家对增肌减脂非常的夯但这个很棒，你的肌肉可以增加，避免肌少症的风险而且让你的生活更如意，因为你的肌力够，你的日常生活应付自如可以跑可以跳、力气强大，猛男、辣妹，那当然是很棒重点是还要减脂，把你的脂肪减少一些，要不然太胖的话，对你健康的风险当然是比较大那我们要透过那些运动呢？有时候我们会觉得说，弹力带就是一个很不错的道具因为我一直鼓励大家，随时随地、快快乐乐做运动，那

## 肩頸痠痛好不了 教你用彈力帶

你要随时随地做，有时候你出去外面不方便。

所以呢弹力带就有这个效果他很方便，就放在口袋里，携带很方便又轻便所以你想到要运动的时候，就可以拿出来拉一拉我这样可以做肌力训练，它有阻力利用它的阻力，我可以往这边拉，练三头肌我可以拉回来，练二头肌其实很多酸痛病人，我们除了纾解他的酸痛以外，有时候他五十肩、他关节也卡卡的，我们要帮他做伸展操，帮他伸展，让他灵活一点但是你如果灵活了以后，你的肌力没跟上，你很容易又受伤，很容易又酸痛所以当这个病人，他的酸痛给他适当的缓解，灵活度也加够了以后，我们就会建议他做运动。

运动这个时候的目的是强化肌力，所以我们会给他一些弹力带那弹力带可以用各种不同的方向做运动，有阻力，把肌力练强了以后，他以后这个酸痛问题才可以比较彻底的解决。

弹力带的腿部应用：强化大腿的内收肌弹力带的运动非常非常多的变化，太多了那今天因为我们现场只有两条短短的，我做一个简单的示范比如说你坐在那边办公的时候，你想练练大腿的外侧的力量你就把它绑起来

以后，你就可以1、2，做这些简单的运动你这样运动的话，大腿的外侧、膝盖，就可以达到运动的目的。

你也可以往内，强化你的内收肌，我们大腿里面有所谓的内收肌，那这个时候你可以把这带绑再另外的地方，绑好以后你就1、2、3，这是强化大腿的内收肌，所以就变成你可以练不同的方向，你也可以把它踩在这个地方，练这个，伸出去，这是往前伸，练腿的力量，抬起来、往下、抬起来、往下，你就变成一个不同的方向，那当然有时候长度够的话，有很多种绑法，绑再下面，然后往前踢，就可以练往前踢的，你也可以往后勾，往后勾就是你这个地方阻力在前面，然后你把它勾进来，这是练往后勾。

换句话说它的变化是千变万化，很好玩你就是拿著一个弹力带，你爱怎么玩就可以就怎么玩，这叫做“仙人指路”，往那边仙人指路，你也可以身在那边之后，拉弓射箭，我这个叫做拉弓射箭，只要你想肌肉收缩，用力，我们有一种叫等长收缩，微蹲、或者缩腹拱背，肚子缩进去，这些都很简单，也都很方便，记住，只要你动，就有效果！

（良医健康网）

## 跑兩步就狂喘 當心“心臟爆擊”

若出现头晕、心悸、喘等症状，建议寻求心脏科医师的检查与治疗，才能降低猝死风险。

17岁的廖同学，平时热爱运动，但最近上体育课跑步常会心悸，赴心脏内科检查发现左心房长一颗如网球大的黏液瘤，随著心脏猛烈收缩，几乎快甩破二尖瓣，随时有猝死风险，所幸经心脏血管外科以“心脏肿瘤切除术”切除后，目前已恢复过往运动表现，也让家人松一口气。

### 心脏黏液瘤发生原因不明 中老年人易好发

亚洲大学附属医院心脏血管外科主任刘殷佐指出，心脏黏液瘤并不常见，发生原因不明，可能与基因遗传有关，每年发生率为百万分之一至两百万分之一，大多为良性且偶发，好发于中老年人，临床上如廖同学年纪的患者较少，必须透过心脏超音波才能发现，至于心脏黏液瘤临床症状不典型，多会出现胸闷、头晕、活动喘、心悸等与心脏衰竭相似的症状，故难以被诊断。

### 心脏黏液瘤愈大 致命机率愈高

刘殷佐主任说明，当心脏黏液瘤越大，或是肿瘤碎片脱落，都可能阻塞心脏出口而危及生命或造成中风，一旦心脏肿瘤合并瓣膜问题，会引起瓣膜闭锁不全，往往无法靠药物治疗，必须接受心脏肿瘤切除术，通常术后预后佳，且症状多能缓解。

### 定期追踪回诊 出现不适应尽快就医

刘殷佐主任提醒，心脏黏液瘤患者术后仍需于门诊定期接受心脏超音波追踪，确认黏液瘤是否再长出；此外，若出现头晕、心悸、喘等症状，建议寻求心脏科医师的检查与治疗，才能降低猝死风险。（健康医疗网）



## 豬肉保存不當生食 當心囊蟲病找上門

一名泰籍移工来台工作多年，因在泰国部分地区有生吃猪肉的习惯，因此在台期间偶而也会生食猪肉，但近来却感到双侧下肢弥漫性疼痛，就医检查，却因无法明确指出位置，仅能服止痛药舒缓症状，直到进一步转诊至医院，经检查发现疼痛部位并非关节，且双脚的X光影像出现多处异常梭状白点，确诊为感染囊虫病，经药物治疗后已逐渐好转。

### 吃生、未煮熟猪肉 当心感染囊虫病

亚洲大学附属医院感染科主治医师张为硕表示，囊尾幼虫病又称为囊虫病，主要是因吃入含有“猪肉绦虫”的虫卵或幼虫的食品所引起，像是吃下未煮熟或冷冻不当之含囊尾幼虫的猪肉，都可能埋下致病危险因子，因此，平时应避免食用生猪肉、生牛肉。

### 若脑部感染囊虫病 严重恐引发后遗症

张为硕医师说明，囊虫病的幼虫多寄生于皮下组织及肌肉，通常大部份囊虫在宿主的小肠内，经2至3个月发育为成虫后，虫卵或身体的结片会随宿主的粪便排出体外，这时囊虫从感染宿主到死亡，宿主多半不会产生任何症状，但若感染到脑部、眼睛或脊髓，恐会引发严重后遗症，甚至诱发癫痫发作。

### 正确保存生猪肉 避免感染囊虫病

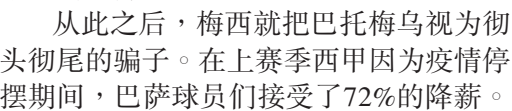
检查上，触诊时可发现有皮下无痛结节，并藉由X光检查确诊，至于治疗上则包括抗癫痫药物、杀虫药物、类固醇及手术摘除，但治疗方式仍存争议性。张为硕医师强调，除了平时应避免食用生猪肉、生牛肉，保存上也应将猪肉冰冻-5度三天、-24度一天，或以65.5度煮熟，皆可杀死囊尾幼虫，此外，切生、熟肉刀具及砧板分开以及饭前、如厕后洗手，才能远离囊虫病找上门。（健康医疗网）



长崎县原本邀请男星佐藤浩市作为传递手，4月底他担心冠病疫情辞去职务，任务后来由石原里美接棒。（早报）

# 給巴托梅烏最後消息曝光 梅西怒責：“又一次騙我”

梅西和巴托梅乌的第一次矛盾，出现在被利物浦逆转之后。梅西与巴托梅乌进行了面谈，梅西表示巴尔韦德不是巴萨的



在随后的两周内，梅西始终拒绝回复巴托梅乌发来的消息，两人关系彻底破裂。在梅西向巴萨发送申请解约的传真前，他最后一次向巴托梅乌发了消息：“你TM又一次骗了我，该死的”。

馬德里站三連敗小茲  
納達爾無緣男單四強

此次是纳达尔第96次亮相ATP1000级赛事的八强战，同时也是在马德里公开赛打的第15场1/4决赛。第一盘比赛，纳达尔率先完成破发，他在第6局小兹维列夫的发球局中连下四分，以Love Game的方式强势破发，取得4-2的领先优势。不过小兹维列夫随后连赢4局，反而以6-4逆转赢得首盘胜利。第二盘，小兹维列夫从第5局开始打出了一波10-2的小高潮，不仅率先破发，还连赢3局，以4-2领先。实际上，小兹维列夫第7局在纳达尔的发球局也一度40-15领先，不过纳达尔十分顽强，连续挽救破发点后惊险保发。只是此后比赛进入常规节奏，随著小兹维列夫拿下自己的发球胜局赛，纳达尔以4-6再输一盘，从而以大比分0-2败下阵来无缘四强，这也是纳达尔本赛季又一次倒在赛事的八强战阶段，同时也拿到了个人本赛季的第三败。（央视网）

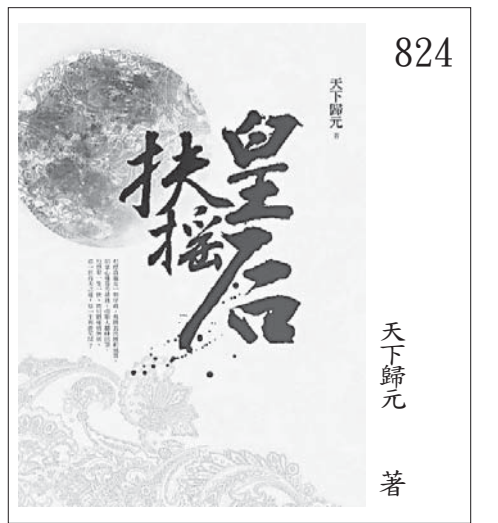


## 以138萬美元拍賣

同一件球衣也曾在1999年拍卖，当年的成交价是6万3500美元。乔丹在1986-87年赛季穿过的一套芝加哥公牛（Chicago Bulls）队的球衣，去年10月以48万美元卖出，最高售价纪录仅维持了七个月就再次被刷新。（早报）

Event Partner:  





824

天下歸元

著

昏聩！璇璣皇后聽得這句立即怒從心起，重重一甩袖將他甩開，“你當真是被幾個小輩嚇破膽了！十皇女府本身就有護衛三千，外圍還有御林軍，他們有什麼膽量，公然攻入十皇女府？就算攻進來，你怕？”

她直問到玉衡臉上：“你怕？你怕？”

“不是這個……”玉衡張了張嘴，似乎想說什麼卻沒有說出來，半晌道，“總之你要記得，我什麼時候害過你？”

“你是沒害我，但你現在是在害我女兒！”

璇璣皇后冷然一哼，理也不理長

驅直入，“玉衡大人，本宮知道你的命要緊，你先回去躲起來罷，本宮自己進去！”

她當真便不理他，步子蹬蹬的在十皇女府迎出來的家人引導下進門，玉衡怔怔立在雨中，也忘記運氣防禦，半晌竟被淋個透濕，他恍恍惚惚想起，這些年，自己和她吵架次數也確實不少了，但是這樣不顧而去，還是第一次。

他又抬頭看了看那燈……那燈，實在沒什麼異常的，包括整個十皇女府，在他的感應下都沒有任何殺氣，他之所以因為一盞燈便裹足不前，其實只是因為十四年前一句話而已。

十四年前，舊友來訪，兩人抱茶清談時，他曾玩笑問過對方：“某壽幾何？死於何地？”

答：“黃燈，韻腳。”他不解，追著問，那老傢伙抱著茶盞好半天才道：“黃燈就是黃燈。”

他不死心，又問韻腳，那傢伙笑起來，道：“寫詩的韻腳你不知道？四聲你不知道？平聲，上聲，去聲，入聲，連起來嘛……平上去入。”

他當即噴了茶，跳起來把那傢伙好好損了一頓，什麼平上去入，這等輩話兒，他玉衡一輩子練的是童子功，哪來的“平上去入”？

然而今日見黃燈。

要說黃燈，這輩子也見過不少，

最初也聯想起這話，惴惴不安過，然而次數多了也沒事，忍不住又笑那傢伙不靈，可是今日再見那燈，不知怎的心就砰砰的跳起來。

可是終究不能退。

她在危險處。

他這一生，就從沒有置她於險地而自己抽身離去的事。

再說……能發生什麼呢？堂堂玉衡，十強第四，被一盞見過多次的黃燈嚇跑，棄下心愛的女人不顧，這也實在太荒唐了。

他立在雨中，深吸一口氣，壓下那一刻的躁動與不安，追著她的腳步，進府。

春雨將路面打濕，倒映著黃色燈籠光影油潤，皇后見他跟進來，嘴角浮現一抹得意的笑意，卻又說皇女之病不宜外人衝撞，將他阻在門外。

玉衡本來就不想進去，在外間坐下來了下來，十皇女府這種地方不適合他多呆，一進入便覺得渾身不對勁，乾脆閉目調息。

四周空氣很沉靜，聽得見僧人唸經祈福之聲，隱約還有皇后虔誠告禱的語氣，內室裡燃著香，他仔細聞了聞，很正常的名貴檀香，沒有一絲異樣。

他的心漸漸定了下來，一片空明寧靜中，聽見遠處靜安寺檀鐘長鳴悠悠之聲。

《春暉圖》。

慈母手中線，遊子身上衣。

此圖乃禮部侍郎錢正源所獻，其母守寡四十年，奉養公婆終老，將錢正源兄弟二人撫養成人，因家境貧困日夜紡紗，如今已是雙目失明了。今日錢老夫人八十大壽，錢正源獻上此畫，求弘曆為母親題字。

“誰言寸草心，報得三春暉。”弘曆緩緩道，他本身就是一個孝子，自不會拒絕另外一個孝子的盡孝請求，提起筆，正要在上頭落字，卻聽李玉一聲：“和親王到。”

弘晝快步而入，行禮道：“臣弟恭請皇上聖安。”

弘曆提筆蘸墨，在《春暉圖》上落了個“清”字。

“怎麼半天不說話？”他頭也不抬地道，“朕的事情可多著呢，沒空陪你打啞謎。”

弘晝這才開口，只是聲音極壓抑，彷彿沉睡多年驟然醒來的火山：“皇上，臣弟收拾裕太妃遺物之時，無意中發現一封信。”

弘曆又寫下一個“芬”字：“什麼信？”

卓木強巴不明白。便在此時，他心中升起被人窺視的感覺，而在這大樓上，除了自己和巴桑，再沒第三人，他稍作鎮靜，以眼角余光看向巴桑，卻見巴桑正在天臺東側俯身往下看，並沒有異常舉動，卓木強巴心中的被窺視感消失了，心道：“難道是錯覺？”

兩人觀察完周圍環境，決定就選這處為交易地點，與普利托夫約定了地點，兩人又去了加利寧大街，選購一些簡單用品，巴桑給自己和卓木強巴各買了一把仿俄制軍匕，說是以備不測。

卓木強巴本想提醒巴桑，這個東西不能帶回國，買了也沒用，可是看巴桑的表情，只好接受，他感到，在巴桑的心中，到處都是戰場，時時都有戰爭。

從加里寧大街出來，兩人已經換了一身黑色束腰仿軍用皮大衣，那冷酷的面輪和藐視死神的目光往往引得行人側目。

在回程路上，他們看見一群年輕人圍著一根燈柱，當中一人雙手緊握燈柱，身體與地面平行，像一面旗幟橫展在空中，周圍有人圍觀。

來往的行人都穿著厚厚的冬衣，那群少年卻只穿了層單薄的運動衫，年紀約在十七八，穿了鼻環耳環，頭髮五顏六色。

“這是在做什麼？街頭表演麼？”巴桑不禁問道。



509

笑臉貓／周末

著

王爺。隨他一同進宮的小童子察言觀色，“要不，把其他舊物也收一收？”

“……也好。”

弘晝點點頭，“從前我無差一身輕，還能常常來憑弔，如今常出京辦差，一走數月，身邊也無額娘舊物，不若全都收拾了帶走，免得每次來都生閒氣。”

小童子賠笑道：“誰敢給王爺氣受？”

“自然是令妃那賤人！”

弘晝沉聲道，“從前將皇上哄得



715

何馬

著

算算時間，自己的生命還剩下不到十個月了。他和巴桑住在一家小賓館內，與對方約定在第二天下午見面，由於他們不熟悉環境，見面的地址由他們約定，在對方的要求下，他們準備找一座高樓的天臺作為交易地點，據說那樣不容易被人跟蹤，也不容易被埋伏。

雖說卓木強巴心裡有些嘲笑對方過於敏感，但還是照做了，通過巴桑的介紹，那人叫普利托夫，是俄羅斯國家軍事歷史檔案館管理員，此人酷愛賭馬，以前就被人舉報因賭馬賠錢而出賣機密檔，但是俄羅斯有關方面沒有找到任何證據，只當是有人惡意中傷，他便繼續幹著國家軍事歷史檔案館管理員這份工作。

一路上，卓木強巴不知為什麼又想起了呂競男的警告，他較為留意巴桑的舉止，但巴桑一切如常，根本看

## 103 游劍江湖

梁羽生

宋夫人道：“元超不肯留下，已经走了。他说有紧要的事情，非走不可。我再三挽留，也留不住他！”

宋腾霄这才恍然大悟，心道：“怪不得妈怪我不先回家，我若是早到一天，就可以见着他们了。”

吕思美道：“宋师哥，你怎么弄成这副模样？”

宋腾霄说道：“小师妹，你是不是和孟大哥从云家那边来的？”

吕思美说道：“不错。”

宋腾霄道：“怪不得我昨晚找不着你们。”

吕思美道：“原来你也去过那里了？”

宋腾霄道：“你猜得不错，我也正是在云家的园子里打了一架，侥幸没有受伤。”

吕思美道：“你碰上了什么人？”

宋腾霄笑道：“我急于知道你们的事情，还是你先说吧。”

吕思美把她在云紫萝家里的遭遇一一告诉了宋腾霄之后，说道：“我服了孟师哥给我的小还丹，这点伤大概是不碍事了。不过，恐怕还得十天半月方能痊愈。孟师哥奉命联络各方豪杰，我怕拖累了他，误了大事。后来孟师哥想到可以让我到你的家中养伤，我也就不客气的来麻烦宋伯母了。”

宋夫人笑道：“贤侄女，千万别说这样见外的话，我真是求也求不到你来的呢。想必你也知道吕宋孟三家的交情，我和腾霄他爹和你的父母相识之时，你还没有出世呢。尤其你妈更是与我如同姐妹一般，分别之后，二十年没有见过面，我是无时无刻不在挂念她的。现在见着你也如同见着她一样了。嗯，你长得真像你的母亲，不过比你年轻时候还要漂亮。”

吕思美面上一红，说道：“伯母，我一来你就开我的玩笑，我可不能依。”

宋夫人笑道：“我说得一点不假，当着你母亲的面，我也敢这样说的，不过你昨天刚来的时候，我可是有点为你担忧呢！”

宋腾霄说道：“对啦，妈，我还没有问你呢。小师妹的伤你可请大夫看过没有，当真不碍事么？”

宋夫人道：“还用你说，我早就请苏州城里最出名的韩大夫替她把过脉了。”

韩大夫看不出她中的是什么毒，不过，不过，从脉象之中可以看出，毒性已在渐渐减弱，只要调养得宜，一个月后就可以好了。他又说好在吕姑娘体魄健壮，他从来没有见过女子有这样好的体魄的。否则要想身体复原，那就恐怕要得半年以上了！

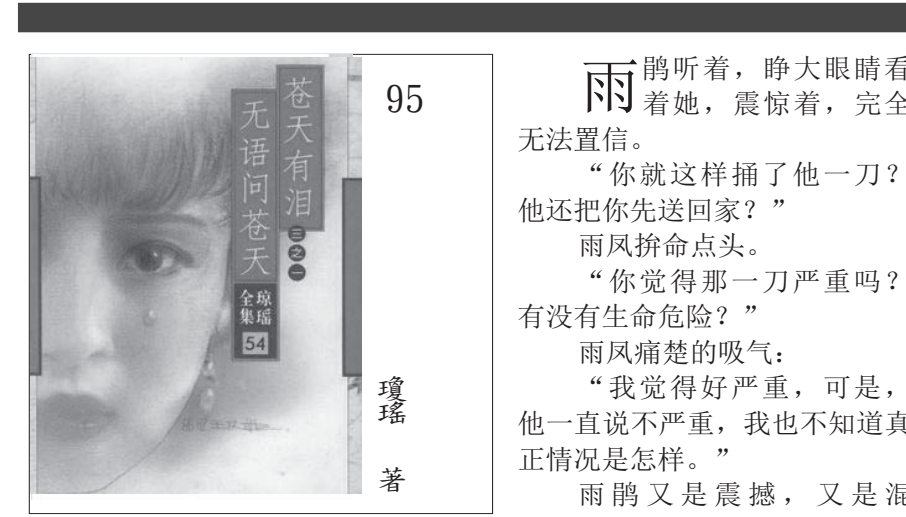
宋腾霄道：“小师妹的内功造诣在我之上，韩大夫虽是名医，只怕也看不出来吧，怪不得他要诧异于小师妹的体魄健壮了。”

吕思美叹了口气，说道：“我只盼十天半月就好得了呢，一个月已经是太多了！宋师哥，你还给我脸上贴金？”

宋夫人笑道：“你也应该知足了，昨天元超扶你进来的时候，你的脸上全无血色，当时我真是替你担心。

现在，你照照镜子，不用涂上胭脂，脸上也有了一点红润的颜色了。”

又道，“元超其实早就应该把你送到我这里来的，纵然没有别的事情，那边也是没有人服侍你呀！”



95

瓊瑤

著

雨鹃听着，睁大眼睛看着她，震惊着，完全无法置信。

“你就这样捅了他一刀？他还把你先送回家？”

雨风拚命点头。

“你觉得那一刀严重吗？有没有生命危险？”

雨风痛楚的吸气：

“我觉得好严重，可是，他一直说不严重，我也不知道真正情况是怎样。”

雨鹃又是震撼，又是混乱：

“你带了刀去寄傲山庄，你想自杀？”一股恐惧蓦然捉住了她，她一吓的站起身来，生气的喊：“你气死我了！如果你死了，你让我一个人怎么办？不是说好了一个报仇，一个养育弟妹吗？你这样做太自私了！”

“谁跟你说好什么？不过……我还活着呀！我没死呀！而且，我以后也不会再做这种事了！”

雨风痛定思痛的说。

雨鹃想想，心乱如麻，在室内走来走去。

“如果这个展云飞死了，警察会不会来抓你？”

雨风惊跳起来，心惊胆战，哀求的喊：

“求求你，不要说“死”字，不会的，不会的……他一路都在跟我说话，他神志一直都很清楚，他还能安排这个，安排那个，他还会安慰我……他怎么会死呢？他不会！一定不会！”

雨鹃定定的看着她：

“你虽然捅了他一刀，可你还是爱着他！”

雨风的心，一丝丝的崩裂，裂成数不清的碎片。

“我不知道！我不知道是爱还是恨，可是，我并没有要他死啊？平常，我连一只小蚂蚁都不杀的……可现在，我会去杀人，我觉得，我好可怕！我怎么会变成这样呢？”

雨鹃振作了一下，拍拍她的肩：

“不要那么自责，换作我，也会一刀子捅过去的！我觉得好遗憾，为什么捅的不是展云翔呢？不过，他们展家人，不论谁挨了刀子，都是罪有应得！你根本不必难过！他会跑到寄傲山庄去挨你一刀，难道不是爹冥冥中把他带去的吗？”

雨风打了一个冷战，这个说法让她不寒而栗。

“不会的！爹不会这样的！”

“我认为就是这样的！”雨鹃满屋乱绕，情绪激动而混乱，忽然站定，看着雨风说：“不管这个展云飞的伤势如何，展家不会放过我们的！说不定，会把我们五个人都关到牢里去！我看，我们去找金银花商量一下吧！”

“可是……可是……他跟我说，要我们保密，不要告诉任何人，说是张扬出去就会有麻烦……他还说，他和阿起会掩饰过去，不会让家里的人发现他受伤……”

雨鹃抬高眉毛：

“这可能吗？你相信他？”

# 雅加達臺灣學校幼兒園 舉辦「媽咪我愛您」母親節線上活動



双手递水杯请妈妈喝水。



大方向妈妈表达「我爱您」。



妈妈您太辛苦了

我来帮忙吸地板也帮忙摺衣服

(雅加达讯)「母亲节」是一个感谢妈妈的节日，台湾的母亲节和全世界大多数国家一样，是订于每年五月的第二个星期日。而印尼的母亲节则是在每年的十二月二十二日，虽然不是每个国家的母亲节都在同一天，但同样都怀著一颗感谢妈妈的心！

此次藉由居家学习期间，特别将活动设计成母亲节活动周，从一开始安排让幼生认识到母亲从怀孕一直到呱呱落地、陪伴孩子成长的过程，感受到母亲对于孩子的爱，到最后教导孩子如何透过行动来表达对母亲的爱与感谢。

本校幼儿园老师们也希望能让幼生了解到「母亲节」，是一个对照顾我们长大的长辈表达感恩的节日。照顾我们的可能是我们的爷爷奶奶、外公外婆、爸爸妈妈或其他长辈。

同时，透过幼生手工制作康乃馨，以及为妈妈或其他长辈做家务，或是一些贴心帮忙的过程中，让幼生注意到即使是看起来理所当然的小事，都可能带著情

深意重的关爱以及让长辈感动不已的心情。当幼生感恩的体验不断涌入内心，被关爱的感受和表达感谢的能力自然也会不断地提升。

记得请在这个特别的节日里，谢谢爸爸妈妈每天照顾我们，并大声地对妈妈，或是照顾我们的长辈说出来：「母亲节快乐」！



幼生感恩妈妈平时的辛劳。



亲手做康乃馨花送妈妈。



## “零零後” 非遺傳承人的蠟染夢

21岁的王欣颖是贵州丹寨县人，6岁开始接触蜡染，19岁被评为丹寨县蜡染非遗传承人。

苗族蜡染是苗族世代相传的民间手工技艺，成品色调素雅、纹样优美，具有浓郁的民族风情和地方特色，被列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

2017年，随著脱贫攻坚的大力推进，贵州丹寨万达小镇建设起来，邀请了大批非遗传承人入驻，给予补贴和免租待遇。王欣颖也和家人一起在小镇上开设了蜡染体验店，带领游客一起体验蜡染制作技艺。除了蜡染体验店，王欣颖还和家人一起在当地开设了蜡染制作车间，专门从事苗族蜡

染产品的制作、研发和销售。王欣颖一家也由曾经的建档立卡贫困户宣告脱贫，成为了当地有名的“蜡染之家”。

今年4月，王欣颖受邀参加了上海时装周。“外面的城市很美，楼很高，但是我觉得家乡更适合我，只有蜡染能让我走得更远。下一步，我要将蜡染元素融入国潮服装设计之中，让更多的人喜欢蜡染。”王欣颖说。（光明网）

# 恭賀 伊斯蘭教曆1442H 開齋節誌慶

## Selamat Hari Raya Idul Fitri 1442H

### Mohon Maaf Lahir dan Batin

# 寬容互恕 邁步向前

HARIAN  
**INDONESIA**  
印度尼西亞日報

全體同仁 敬賀