

王毅晤阿富汗塔利班代表

窮國疫情蔓延全球損失4.5兆美元

小黃人無緣羽球男雙四強

塔利班代表团对中国进行为期两天的访问，并与中国国务委员兼外交部长王毅会谈。

若任由冠病疫情在低疫苗注射率的贫困国家蔓延，到2025年全球经济损失或达4.5兆美元。

印尼羽球队男双马古斯和凯文组合，不敌马来西亚男双组合，无缘晋级半决赛。

A4

A7

A8

工長透露上半年工業投資 上升29%超過167兆盾

（雅加达讯）某些制造业领域投资者仍具信心在我国落实投资，虽则仍在受冠疫情影响压力情况下亦然。该投资扭动将加强国内制造业结构，以致能提升竞争力。

工业部长阿古斯·古米旺周三（28日）表示，随著政府百般设法创造出有利于营商环境的努力，我国仍将成为对国际级投资者的主要投资目标之一，因；其中设有许多可为工业商家所取得各项便利措施。

他阐明，政府所推出2020年11号关于创出就业机会综合法令，对投资者带来了积极情绪，以便在我国依然拨款进行投资工程。因具有可为工业商家所取得各项便利，尤其是，政府表示欲加速处理与管制冠病疫情的决志存在。他说，政府通过以提供奖励或激励方式的各项政策，来维持国内工业的韧性能力，以致工业商家能够克服大流行的挑战并继续成长发展。

投资部/投资统筹机构数揭示，今年上半年，工业领域投资较同比落实129兆6000亿盾，增升29%，达致167兆1000亿盾。其中制造业领域做出贡献占全国总投资442兆8000亿盾的37.7%。

而成为佼佼者的两个工业领域即基本金属类、非机械金属产品和工具工业领域投资做出贡献13%，达57兆6000亿盾；继而，食品工业领域投资达36兆6000亿盾，做出贡献8.3%。

当局数据资料指出，上半年，工业领域落实国内投资达46兆3000亿盾，或占国内投资总额214兆3000亿盾的21.6%。与此同时，外国直接投资达120兆8000亿盾，所做出贡献占外

国投资总额228兆5000亿盾的52.9%。

至于工业领域的国内投资，主要来自食品工业领域包括在2644项工程的国内投资达14兆7000亿盾；化工与药剂工业领域包括在1074项工程的国内投资达8兆4000亿盾；基本金属类、非机械金属产品和工具工业领域包括在643项工程的国内投资达6兆8000亿盾；造纸与印刷工业领域包括在615项工程的国内投资达5兆4000亿盾；及非金属矿产工业领域包括在425项工程的国内投资达4兆7000亿盾。

继而，橡胶与塑胶工业领域、包括在765项工程的国内投资达3兆200亿盾；纺织业领域包括在614项工程的国内投资达1兆1000亿盾；机动车与其他运输工具工业领域包括在270项工程的国内投资达6780亿盾；木材工业领域包括516项工程的国内投资达4040亿盾；鞋类与皮制品工业领域包括在1012项工程的国内投资达1430亿盾；机器、电子产品、医疗仪器、电子器材、精密与光学仪器和钟表工业领域包括在471项工程的国内投资达1300亿盾，及其他工业领域包括在804项工程的国内投资达5640亿盾。

至于在工业领域的外国直接投资，主要来自基本金属类、非机械金属产品和工具工业领域包括在550项工程的外国投资达34亿美元；食品工业领域包括在1216项工程的外国投资达15亿美元；机动车及其他运输工具工业领域包括在624项工程的外国投资达9亿6120万美元；化工药剂工业领域包括在779项工程的外国投资达8亿1820万美元；机器、电子产品、医疗



工业部长阿古斯·古米旺。

仪器、电子器材、精密与光学仪器和钟表工业领域包括在677项工程的外国投资达3亿7140万美元。

继而，造纸和印刷工业领域包括在239项工程的外国投资达2亿4680万美元；非金属矿产工业领域包括在161项工程的外国投资达2亿2020万美元；鞋类与皮制品工业包括在200项

工程的外国投资达1亿8750万美元；纺织工业领域包括在560项工程的外国投资达1亿6310万美元；橡胶与塑胶制品工业领域包括在527项工程的外国投资达1亿5870万美元；木材工业包括在231项工程的外国投资达2820万美元；及其他工业领域包括在520项工程的外国投资达1亿4100万美元。（MIM）



杜特爾特：沒能力抗衡 菲律賓“不能和中國開戰”

（马尼拉讯）菲律宾总统杜特尔特周一（7月26日）发表任内最后一次国情咨文，再度谈及南中国海议题，并重申南中国海没有“仲裁”。他指出，与中国在南中国海的争端不能诉诸武力，只能通过外交谈判解决。

杜特尔特反驳国内反对派要求他对中国强硬的声音。

要求他对中国強硬的声音：“我不想侮辱这些人，他们逼我做些超出我能力范围的事。”他指出菲律宾根本无法承受与中国开战，也不能依赖美国，“在你战机起飞前，中国的导弹就到了”，“那将是一场『屠杀』，我们还不是有能力与对方抗衡的对手。”

他否认中国帮助他当选总统，但表示已和中国国家主席习近平“成为好友”。他称冠病疫情来袭时，“我第一个求

助的国家是中国”，希望得到疫苗帮助，习近平马上回答：“没关系，我们送去给你。”（早报）

冠病疫情數據
(截至 7 月 29 日)

新增确诊： 43479 例

累计确诊：3331206 例

累计治愈：2686170 例

累计死亡： 90552 例

*Sesuai Standarisasi EN 14683:2019+AC:2019

UNTUK ANAK-ANAK

为孩子们

三层防护，熔喷布层有效阻隔 COVID-19 病毒

加宽挂耳带设计
WIDE EARLOOP
*Desain Masker terdaftar

PERLINDUNGAN PARTIKEL MIKRO

*Sesuai Standarisasi YY 0469-2011 Medical Surgical Masks

UNTUK DEWASA

为成年人

BFE** ≥ 98%

** Bacterial Filtration Efficiency (Kemampuan menyaring Bakteri)

官方电商合作平台：
Shopee tokopedia JD.ID
www.bagusidn.com 关注我们：@ bagus.idn

附近超市、便利店有售

Penerbit : PT Emas Indonesia Duaribu, Jalan Gajah Mada No. 96-97, Jakarta 11140 - Indonesia. Telp : (021) 6386 8348. Redaksi : (021) 6386 8348 ext 200, Iklan : (021) 633 8139 / 634 8232, Sirkulasi : 0856 9180 9580

佐科威就天災日益增加向氣象局作出4個指示

(雅加达讯)佐科威总统周四(29日)在雅加达为气象、地球物理及气候局(BMKG) 2021 年国家发展协调会议主持开幕。

佐科威在YouTube infoBMKG播放的演讲中，就国内灾害的管理向气象局作出了4个指示。

他说：“我们的国家印尼是拥有较高地质水文气象(geo-hidrometeorologi)灾害风险的国家。我国的地质水文气象灾害的数量逐年显著增加，频率和强度也在不断增加甚至跳跃，我们将同时经历多种灾害。”

他举例说，在 2008 年至 2016 年期间，地震平均每年发生 5000 至 6000 次。2017 年增加到7169 次，2019 年数量显著增加到超过 1万1500 次。”

极端天气和热带气旋也是如此。我国极端天气和热带气旋的持续时间和强度也显著增加。

佐科威指出，1981–2020 年厄尔尼诺或拉尼娜现象的重现周期也趋于加速，比 1950–1980 年期间的5到7年快 2 到 3 年。

随著挑战的增加，佐科威还要求气象局提高应对灾害的应变能力，包括提高灾害管理以及预测和减轻灾害的能力。

以下是佐科威对气象局作出的指示：

1. 气象局服务必须伴随著紧跟最新技术发展的创新。气象局必须改进技术适应性，以便更快、更准确地观察、分析、预测和预警，从而能够更好地将必须面临的风险降到最低。

2. 气象局预警必须能够并且应该作为政府各部门决策的参考，来自气象局关于干旱、极端天气、地震和空气质量等资讯，必须成为各部门在制定政策和发展时的关注和参考。国家和区域政策必须对灾害脆弱性真正敏感并具有预见性。

佐科威说：“因此，我要求气象局与各部委和地方政府之间的协同合作必须加强。气象局必须能够提供准确的资讯服务，可以快速轻松地获得，以便这些资讯可供各部门和机构以及地方政府在设计政策和规划发展时使用。”

3. 气象局必须继续提高灾害管理和适应能力。尤其是在区域



佐科威就天灾日益增加向气象局作出4个指示。

层面，从村级到省区，必须有明确的管理设计，从灾前、应急响应和灾后阶段涉及私营部门和社区。这种管理需要进行模拟和培训，以便在发生灾难时，我国已准备好立即开展工作。

4. 气象局必须为社区，特别是灾害易发地区的人们提供持续教育。需要不断提高社区对灾害威胁的准备和恢复能力。备灾文化必须在人们的日常生活中制度化，同时利用社区中已经存在的当地智慧来加强社区的抗灾能力。

佐科威说：“因此，我要求气象局不仅更快、更广泛地向社区传达有关天气、气候、地震和海啸的资讯，而且还要与国家治灾局(BNPB) 合作，教育公众如何为灾难做准备，并寻找和使用官方来源提供的正确资讯，这样就不容易陷入假新闻。” (KP)

冠病導致IMF下調經濟增長 財政部稱仍符合預測

(雅加达讯)国际货币基金组织(IMF)再度下调我国经济增长预测。据今年7月版IMF全球经济展望报告指出，今年印尼经济料将增长3.9%，或略低于原先所预计4.3%。

财政部认为，该国际货币基金组织预测我国经济增长率仍符合政府所预计增速范围内。此外，国际货币基金组织下调了东盟5个成员国包括我国、马来西亚、菲律宾、泰国与越南组成的东盟经济增长预计，或从原先的4.9%，降至4.3%。

国际货币基金组织周三（28日）在发文中表示，这是由于，第二波冠病疫情导致了民众活动受阻，从而，经济复苏料将随之受阻。不过，国际货币基金组织还上修明年我国经济增长率预测，从原先5.8%，略升至5.9%。

此外，国际货币基金组织在报告中还支撑，在疫苗接种实施中落后的国家，诸如印度和印尼将成为20国集团成员国中其经济最为首当其冲的国家。这是由于德尔塔变体毒株传播率比阿耳法变体毒株更为迅速。

冠病病毒感染率增高将抑制经济增长，并导致民众流动性下降。国际货币基金组织在报导中指出，民众活动或流动性无休止地下降，将对经济都带来长期影响的风险。

财政部金融措施局主任菲柏利奥·卡查利布周三在雅加达表示，政府预测，我国经济增长将持于3.7%至4.5%之间。政府具备了供今年推动经济的5项战略政策，主要聚焦于设法管制疫情大流行、保护社会福利、推动国民经济复苏、及提高竞争力。

我国将不断利用仍在有利的全球经济前景，一边对所出现德尔塔变体毒株既有传染风险提高警惕。此外，我国还一直设法加速疫苗接种实施。他说，所警惕传染风险还包括美国加速货币政策正常化的潜能，也作为加速经济复苏的实施之一。此有可能将推动资本流动逆转。

不仅如此，随着稳健的全球经济增长展望，预估对出口产品的需求仍将保持良好，这也成为今年继续提振我国制造业表现的良机。预估，今年内全球贸易量将录志稳健业绩或增长9.7%，升幅为1.3%。“贸易活动稳健增长显示了外在领域也成为推动全球经济增长的推动力。”（MIM）



载饲料卡车掉60米深谷，司机遇难，随车员获救。

（波尼县讯）南苏拉威西省波尼县山区，一辆载饲料卡车因无力上高坡路，结果后退滑出路面掉进60米深谷下河里。导致司机丧生而随车员幸免于难，由于事发现场非常陡峭，估计深度为 60 米，迁移过程进行的非常剧烈。由沙尔灵驾驶卡玛鲁汀为随车员的卡车（DD 8403 ST），载7吨重牲口饲料，卡车要开上高坡公路时，显然因为超载而无力上坡，卡车因此节节后退。

虽然随车员已下车用大石头拦截这辆六轮卡车的轮胎，然而因为上坡路高及载了重

物，以致卡车继续向后退，最后掉入60米的深谷。

司机和随车也无法逃离卡车而掉进河里，其间随车员幸免，因为之前已下车用石头挡住卡车轮胎。

迁移死者过程剧烈，因为事发现场足够陡峭，以致死者 必须拉上来。

迁移过程由波尼搜寻与救援小组、南苏拉威西警区机动警察先锋C营搜寻与救援小组、波尼地方治灾机构、消防队、城管值勤员、警分署员警及巴拉卡军区司

令值勤员、热爱大自然小组成员以及当地社会人士组成的联合小组协助。

波尼搜寻与救援协调员慕克蒂·阿利确认了发生该事件，一辆碧甲车掉入河里导致一人丧生其他一人幸免，遇难者被发现时已经逝世，发现腹部撕裂伤痕。

因为地势险峻联合小组在迁移时，遇到了不少障碍，然而，联合小组成功将死者迁移即刻送往医院。（LDS）

踩人頭空軍已被扣押 空軍參謀長致達道歉

(雅加达讯)一段1分21秒视频显示两名国民军空军宪兵迪马斯（Dimas）和维安（Vian），对巴布亚的马老奇残障居民史蒂文（Steven），暴力执法行动的视频在社交媒体上疯传。这段视频由记者 Victor Mambor 周二（27日）上传到他的 Twitter 帐户 @victormambor。

视频中，一名男子巴布亚居民有语言障碍者，在商店里吵架，不久，有两名国民军空军成员赶到。两名空军宪兵随后制伏了该男子，然而其中一名成员却以穿著军鞋的脚踩住该男子的头部。

该视频引起轰动，导致空军参谋长法查尔·帕拉史蒂约空军上将，不得不采取行动，为该两名空军对马老奇一名居民实施的暴力行为道歉。

法查尔不仅向受害者道歉，也向受害者家属和整个巴布亚社会人士道歉。

“作为空军参谋长，我要向我们在巴布亚的所有兄弟姐妹们，特别是马老奇的居民，以及受害者及其家人，表示最深切的歉意，”法查尔周二（27日）在空军的官方 Instagram 帐户@military. udara的视频中说。

事件始于周二（26日）上午当地时间大约10时，在马老奇市曼达拉路一家贩卖巴东饭的饭摊，迪马斯和维安两名空军宪兵想要在哪里买午饭。

与此同时，一个名叫史蒂文的聋哑居民，和一个位巴东饭附近的鸡粥卖家之间发生了争执。

这场争执是由一名据称喝醉了的居民，勒索鸡粥卖家以及巴东饭的老板所引起的，

两名宪兵主动平息了争执，将史蒂文带到了店外。然而，这两名宪兵其中一人却对居民采取了被认为过度的行



一名空军人员踩住被制伏地上之人头颅。



空军参谋长法查尔·帕拉史蒂约空军上将道歉。

动。他竟然以穿著军鞋的脚踩住该男子的头部。

法查尔表示，这起事件完全是因为其成员的过错，该两名空军成员也已被扣押，法律程式正在进行中。

“我们将对所有成员进行评估，并对犯错者 采取严厉措施。我要再次表示最深切的歉意。请打开抱歉的门。”法查尔说。

但事件并未结束，国民军总司令哈迪将军，接获报告后即刻命令空军参谋长法查尔，把当地两位中级军官，即马老奇空军基地指挥官和宪兵指挥官撤职。

总统府也关注此事，总统府幕僚长穆耳多科在周三（28/7）的新闻稿中表示，总统府办公厅将确保以透明和负责任的方式依法处置肇事者。他要求公众支持和信任对这一事件的执法程式，并邀请各方参与监督。穆耳多科对这一事件表示遗憾并予以谴责。他说，两名空军宪兵采取的行动非常过分，超出了适当的标准和程式。

反思这一事件，他希望整个社区，尤其是执法人员，都具备人权观点，优先考虑人道主义的执法行动。这符合佐科威总统的指示和关于人权的1999年第39号法令。总统办公厅呼吁各方确保类似事件不会在巴布亚和全印尼领土上重演。



两名暴力执法空军宪兵迪马斯和维安被扣押剥光了头。

以滅火器罐改裝成氧氣罐出售 警方抓捕6嫌犯



警方抓捕了6名，以灭火器罐改装成氧气罐出售嫌犯。

(雅加达讯)冠病灾难肆虐我国期间，竟然有无良心的奸商奸徒，乘机浑水摸鱼发国难财。这些奸商奸徒有的囤积治疗冠病相关的药品、抬高药价、有的抬高火葬费用，勒索丧家、有的以数倍高价售卖氧气罐。

雅加达中区警察局上周查获一家进口商，非法进口2000多个氧气罐并以高价倒卖，赚取暴利。

警方查获166个1立方米、1.5立方米和2立方米氧气罐，以及126个氧气调节器。警方已把这些涉案物品送给雅加达医疗卫生设施助力抗疫。

警长亨基·哈尔雅迪说，这些只是所查获的涉案物品一部分，目前警方正在深入警方正在调查一家进口商

非法进口2000多个氧气瓶并高价倒卖案件。但上述这些案子，都比不上用改装的灭火器罐来冒充氧气罐的奸徒的可恶，因为这会造成谋害病人的生命。

国家警察刑侦处近日揭破一起以轻型灭火器钢罐假冒氧气罐的案件。刑侦处特别犯罪科长赫尔米警察准将，周三（28日）在虚拟新闻发布会上披露了这宗氧气罐造假案。

赫尔米警察准将说，嫌犯将灭火器罐改装成氧气罐，然后将灭火器罐喷成氧气罐的白色，然后以高价出售。警方已逮捕了6名涉案嫌犯。

赫尔米解释说，用灭火器钢罐改装成氧气罐实在非常危险。尤其是对灭火器罐子的清洁工作不够彻底。

“用灭火器罐改装成氧气罐其实很危险。因为灭火器的钢罐不是为填

充氧气设计的。我们不知道他们是如何清洗罐子的，灭火器罐里含有二氧化碳气体。如果清洁不彻底，当然会危害人命。”他说。

从罐子本身的设计来看，灭火器并不是为填充氧气而设计的。氧气罐有一定的规格。

据赫尔米警察准将说，嫌犯以高达 300 万盾的价格出售假氧气罐。事实上，他们将 灭火器钢罐管改装成氧气瓶的本钱只有 70 万盾。

“改装后的灭火器罐子售价各不相同，在 2–3 百万盾之间。他们的本钱只有700–90 万盾，”他如此说。

据警方查实，灭火器罐改装的假氧气罐已经售出 190 台。警方正在寻找假氧气罐的买家。他担心公众不知道买来的氧气罐实际上是灭火器的罐子。

總統撥出1.3兆的預算 銷毀危險和有毒性醫療廢物

（雅加达讯）佐科威总统周三（28日）下午，与一些内阁部长举行关于危险和有毒性医疗废物管理的局部会议。会议期间，总统指示要深入和系统地开展医疗废物管理工作。

环保与林业部长茜蒂.努尔峇雅出席会议后说，总统指示，我们要加大医疗废物的处理力度，并且更加系统化。根据环保与林业部的记录，截至周二（27日），冠病医疗废物的数量达到1万8460吨，那些废物来自医疗保健机构、急诊医院、检疫隔离中心、家庭（自我隔离），以及冠病毒检测和疫苗接种站。

西蒂说，医疗废物包括用过的输液、口罩、小疫苗瓶、注射器，然后是面罩、绷带、危险品、个人防护设备、医用服装、手套、PCR/抗原设备和酒精棉签。这就是所谓的危险和有毒的医疗废物。

根据医院协会的数据，冠病大流行期间，每天增加的医疗废物达到383吨。茜蒂还说，政府甚至还发现从国外进口的医疗废物。

有关上述医疗废物的数据是根据收集各省的报告编制的。不过，西蒂估计收到的数据并不完整，因此环保与林业部将继续完善该数据。

她进一步解释说，目前处理医疗废物的能力达到每天493吨。然而，她承



環保與林業部長茜蒂.努爾峇雅出席會議後發表聲明。

认，虽然处理医疗废物的能力大于管理的废物，但分布不均且集中在爪哇岛。因此，总统指示必须完成所有医疗废物管理的工具，以销毁传染性的医疗废物。

关于医疗废物的管理，她表示，自去年以来，其部门已经为卫生设施提供了放松条件，以便能够操作无牌焚化炉。所以除了加快办证外，环境与林业部允许还没有完成办证的焚化炉在温度摄氏800度的情况下运行，环境与林业部将继续监视。

部长还说，佐科威总统为了处理医疗废物已拨出最高限额1兆3000亿盾

的预算。这些资金来自利润分享基金（DBH）、普通分配基金（DAU）和特别分配基金（DAK）或抗疫工作组的资金。

按照总统的指示，上述资金稍后将用于购置处理医疗废物和销毁传染性医疗废物的工具。提供焚化炉或碎纸机等废物销毁设备。该计划仍将由林业与生态环境部、海洋与投资统筹部、以及国家研究与创新机构进行讨论。

为了增加和加快全国各地医疗废物管理设施的可用性，总统还要求提供设施和预算支持，无论是来自疫情防控工作组、地区转移资金，或是其他资金来源。



佐科威總統對處理銷毀危險和有毒性醫療廢物作出指示。

財長指稱氣候變化 比冠病疫情更可怕

（雅加达讯）财政部长丝丽.穆耳雅妮周二（27日）在出席虚拟“环境、社会与良好治理（ESG）”资本市场峰会中表示，全球各国又再受其他威胁所冲击，而其影响力远比疫情大流行更为强大，也即气候变化。

她阐明，气候变化是一场全球灾难，而估计其规模与冠病疫情大流行相同。她说，该两种灾难的不同点，即疫情的出现并无声无息，而其传播相当迅速，以致遍及全球各国。而且，疫情大流行改变了人类的生活习惯，因日常活动必须受限制的缘故。

而气候变化，根据全球各国科学家的研究，它才是未来真正的灾难威胁。如同疫情大流行一样，气候变化也为各国所无法避免的灾害。因某一国家越大力建设，民众流动性越高，而所消耗能源也越大，则对天然资源的压力变得愈加明显。“就像疫情大流行一样，并无一国能避免或摆脱气候变化威胁。甚且，像大流行病一样，在卫生体系、财政能力、严守纪律方面、及疫苗供应上和接种疫苗能力方面准备不足的



財政部長絲麗.穆耳雅妮在出席虛擬2021年ESG資市峰會節目中。

国家，可能将受到大流行病的最严重打击。”

由于影响范围将与冠病疫情一样大，世界各国也需要制定政策来减轻其影响力。包括我国成为20国集团成员国中地理形势、人口和经济方面规模最

大的国家之一也不例外。

因此，目前，全球各国都在努力设法避免该气候变化的灾难性影响。她强调，甚且，这种势头在几次世界领导人会议上都有所加强讨论。

（MIM）

國家建設與規劃部定下指標 疫情後經濟將增長6%

（雅加达讯）国家建设与规划部长兼国建规划署海洋和自然资源助理阿利芬.鲁迪延托，周二（27日）在雅加达举行在线讨论会上表示，政府定下指标疫情后每年的经济增长为6%。我国才能在2045年之前传闻先进国家，并脱离掉进中等收入国家陷阱。

阿利芬说，虽然仍有大流行和气候改变，我方已备有2045年印尼展望方案，也即我国朝向2045年将成为先进国家的目标。为此，他指出，我国有必要设有持续性建设目标，作为朝向印尼进步、并迈向2020-2024年国民建设中期计划的经济转

型,也即符合可持续发展目标（SDGs）而坚实的基础。

至于经济转型，他说，至关重要于疫情结束后作为拯救长期经济，也即将干预经济与生产方面所需。他确定，有关经济转型将通过全要素生产率、资本生产率和劳动生产率所进行。

“该经济转型的重点在于我国必须提升经济轨迹，所以，不仅仅是经济复苏而已。”

与此同时，供短期所需，目前政府进行的是在2020-2021年间的经济复苏，2022年将以结构改革加以接续处理。

他阐明，恢复经济将通



阿利芬.魯迪延托出席在雅加達舉行的在線討論會。

过干预需求方面所进行，例如通过提供社会援助、补贴即其他等，以便维持民众购

买力，并创出就业机会，及供应所需求货物或劳务。

（MIM）

我國2030年需4520兆 減少玻璃屋廢氣排放

（雅加达讯）财政部长丝丽.穆耳雅妮表示，我国需要 4520兆盾以到2030年实现减少温室（玻璃屋）废气排放的目标。该数字基于最新的奢侈品增值税（NDC）估计。

财政部长丝丽.穆耳雅妮周二（27日）在雅加达举行的 2021 年虚拟印尼绿色峰会上说：“2018 年估计为3641 万亿。根据 NDC 路线图再次更新，该数字已上升到4520兆盾以实现该目标。这是一个很大的数目。”

迄今为止，作为工具之一的国家预算已经开发了预算标签。这意味着，国家预算已经透明地解释了印尼用于气候变化控制的支出部分有多少，到目前为止已经是 4.1%。

丝丽说：“2018 年至 2020 年达到 102兆6000亿盾，占我们总预算的 4.3%。这仅占年度资金需求的 34%。”

这意味着，为了在全国范围内实现“巴黎协定”规定的奢侈品增值税 承诺，不仅政府可以为其提供资金，而且所有企业和社区都必须成为整个生态系统。

她解释说：“在全球层面，我们也在为之奋斗。”

政府为实现奢侈品增值税目标方面的一致性将通过维持其大政策来保持。

丝丽说：“如果大政策是我们想要减少二氧化碳排放，甚至达到净零排放，那么我们使用财政工具或免税期、免税额、增值税，昨天我们发布了关于奢侈品增值税（PPnBM）的2021

年第24号政府条例，反映了具有较高排放量的汽车将课征较高的奢侈品增值税。”

她说，这是一种工具，其价值不是基于支出，而是基于不断变化的激励措施，因此包括企业和公众在内的所有各方不仅意识到，而且愿意在其投资和消费决策中采用气候承诺。

“为此，我们当然必须继续使我们拥有的各种工具多样化，以便私营部门可以参与。因为我之前提到过，有 32% 的资金由国家预算直接资助，所以我们试图吸引更多的私营部门。”

丝丽表示，她在国内尝试做的是提供激励或混合融资，即政府与商业实体合作。

她说：“我们提供担保，共同资助该项目，使其在财务上可行，并给予激励，以便私人资金进入。”

在全球层面，她说有几个“战争领域”正在开展。首先，当然，从我国方面来说，为绿色项目、向新能源和可再生能源转型提供资金的承诺，而所有这些都需要资金。

丝丽说明，而且我们通过发行绿色债券来实现多元化。自 2018 年以来，我们一直有绿色伊斯兰教债券。我国是世界上发行绿色债券的少数国家之一，即只有 18 个国家发行了绿色债券，自 2018 年发行 12亿5000 万美元以来，我们就一直相当稳定的发行绿色债券，2019年发行7.5亿美元，2020年发7.5亿美元，周一我们发行了7.5亿美元。

她指出，不同之处在于环保债务证券的发行期限为 30 年，而之前的期限为5年。（KP）



工業部長阿古斯·古米旺。

我國將與日本合作 提升汽車工業員工素質

（雅加达讯）印尼与日本继续加强合作，发展汽车行业的人力资源素质。这一战略举措旨在激发国内汽车行业的竞争力和创新力，使其在全球舞台上更具竞争力。

“在发展汽车工业部门的人力资源能力方面，工业部继续得到日本政府的全力支持。” 工业部长阿古斯·古米旺周二（27日）在雅加达称。

根据印尼制造 4.0 路线图，到 2030 年，为了使印尼成为世界上经济最强劲的 10 个国家之一，汽车行业是优先发展的行业之一。

为了实现这一目标，根据工业时代4.0的发展，需要有熟练且可靠的人力资源来使用最新技术。 印尼拥有巨大的潜力，拥有21个四轮以上机动车产业支撑，投资额达71兆3500亿盾，年产能达235万辆。

“吸纳了 3万8000名直接劳工，以及超过 150 万名在产业价值链上工作。”他解释说。

工业部人力资源开发署负责人阿鲁斯·库纳宛表示，印尼-日本在为汽车行业开发人力资源方面的协同作用的真正体现，是工业部工业人力资源开发署 与 Lexer Research Inc 之间的合作。于 2019 年 3 月签署了关于与精益制造相关的发展教育的意向书。这一合作在 2019 年 12 月的日本-印尼工业人力资源研讨会上继续进行。

“这项活动是与印尼汽车工业人力资源开发相关的可持续发展目标计划的启动，该计划得到了日本政府通过 日本国际协作机构资金的全力支持，这是与工业部合作的结果，“阿鲁斯叙述说。

今年，合作的实现继续以两套瓶盖道具，以及一套服务器和手提电脑形式的信息科技，支持设备的形式提供资助，共计 50 台。

“该资助工具将安装在雅加达理工学院STMI及工业数码创新中心 PIDI 4.0，其中还配备了一个模拟器应用程序来支持数字工程学习，”阿鲁斯说。

印尼驻日本大使赫里·阿赫玛迪解释说，工业4.0的转型不仅改变了工业方面，也改变了人类生活的方方面面。

“印尼拥有强大的国内市场，并且拥有大量来自现有学校、教育机构和大学的人才，因此人才储备充足。因此，通过日本 作机构计划与日本政府合作，提高这个行业的人力资源能力是非常合适的。”他如此说。

（LDS）

王毅晤阿富汗塔利班代表 望與東伊運徹底劃清界限

由九名成员组成的塔利班代表团正对中国进行为期两天的访问，并与中国国务委员兼外交部长王毅会谈。

据中国外交部网站发布的消息，王毅28日在天津会见访华的阿富汗塔利班政治委员会负责人巴拉达尔一行。阿富汗塔利班宗教委员会和宣传委员会负责人同行。

王毅表示，中国始终尊重阿富汗主权独立和领土完整，始终坚持不干涉阿富汗内政。

他说，美国和北约从阿仓促撤军“实际上标志著美对阿政策的失败”，阿富汗人民有了稳定和发展自

己国家的重要机遇。

王毅指出，希望阿富汗塔利班高举和谈旗帜，树立正面形象，奉行包容政策，阿富汗各派别、各民族应团结一致推动和平和解进程尽早取得实质成果，自主建立符合阿富汗自身国情、广泛包容的政治架构。

他还强调，“东伊运”是被联合国安理会列名的国际恐怖组织，对中国国家安全和领土完整构成直接威胁，希望阿富汗塔利班同“东伊运”等一切恐怖组织彻底划清界限，予以坚决有效打击。

根据中国外交部的新闻稿，巴拉

达尔在会谈中赞赏中国在阿富汗和平和解进程中发挥的公正和积极作用，阿富汗塔利班愿与各方一道致力于在阿建立广泛包容、被全体阿人民接受的政治架构。

巴拉达尔说，阿富汗塔利班决不允许任何势力利用阿富汗领土做危害中国的事情，希望中国更多参与阿富汗和平重建进程，在未来重建和经济发展中发挥更大作用。

另据路透社报导，阿富汗塔利班发言人周三表示，一个由九名成员组成的塔利班代表团正在对中国进行为期两天的访问，他们与中国外长王毅



会面，并就和平进程和安全问题进行会谈。

中国不会干涉阿富汗问题

塔利班发言人穆罕默德-纳伊姆周三在推特上说：“会谈讨论了政治、经济和与两国安全有关的问题，以及阿富汗的现状和平进程。”

纳伊姆还说，“代表团向中国保证，他们不会允许任何人利用阿富汗的土地来对付中国”，“中方重申将继续向阿富汗提供援助，并表示不会干涉阿富汗问题，但会帮助阿富汗解决问题、恢复和平。”

香港《南华早报》早前引述消息人士报导说，由塔利班组织首席谈判代表率领的代表团正在中国访问，塔利班政治领袖、塔利班首席谈判代表、塔利班驻多哈政治办事处主任巴

拉达尔（Mullah Abdul Ghani Baradar）已在天津与王毅会谈。

报导指出，这是自塔利班占领巴达赫尚省（Badakhshan）和坎大哈省（Kandahar）的几个关键地区以来，塔利班组织的高级成员首次访问中国。

消息人士称，中国对阿富汗局势的立场是，阿富汗问题应该在阿富汗内部解决，阿富汗局势不应威胁中国的安全。

消息人士还说，新疆的安全和中国在该地区的投资是北京最关心的问题。

另外，正在印度访问的美国国务卿布林肯今天与印度官员在新德里举行会谈，预计阿富汗局势和中国问题将成为会谈焦点。（早报）

新任中國駐美大使秦剛 發出第一條推特

刚刚抵达美国履新的中国驻美国大使秦刚发出了自己到任后的第一条推特，内容为：已抵达美国，期待在这个国家接下来的时光。

值得注意的是，秦刚的推特简介已改为

“中国驻美大使”。这在其推特账号首次发推，而配图自己抵达机场时的照片。照片中，秦刚大使所戴的口罩上还印有五星红旗的图案。（环球网）



Qin Gang 秦刚 @ChinaAmbinUS · 1h
Arrived in USA. Looking forward to the coming time in the country.



哈梅內伊：美國等西方國家在伊核談判中不可信

伊朗最高领袖哈梅内伊28日表示，美国等西方国家在伊核谈判中不可信。只要有机会，它们就会伤害其他国家。

哈梅内伊当天在与伊朗总统鲁哈尼等政府成员举行的会议上表示，在最近的伊核谈判中，美国坚持其顽固立场，没有向前迈进一步。他说，美方承诺取消对伊朗的制裁，实际上却没有也不会兑现承诺，美国还要求在业已存在的协议中添加新的内容。

哈梅内伊表示，美国等西方国家违背在之前协议中

的承诺，也不保证它们将来会遵守诺言。伊朗政府不应在国内事务上依赖西方，否则将会失败。

2015年7月，伊朗与美国、英国、法国、俄罗斯、中国和德国达成伊朗核问题全面协议。根据协议，伊朗承诺限制其核计划，国际社会解除对伊制裁。2018年5月，美国政府单方面退出伊核协议，随后重启并新增一系列对伊制裁措施。2019年5月以来，伊朗逐



步中止履行伊核协议部分条款，但承诺所采取措施“可逆”。今年4月6日，伊核协

议相关方开始在维也纳举行会谈，讨论美伊恢复履约问题。（新华社）

澳洲防疫怪象：能去色情場所卻不能探親

据澳洲网报导，对于很多澳洲民众而言，疫情封锁已经是一件见怪不怪的事情了。但是澳洲在对待封锁具体措施以及对政府颁布政策上的双标态度，让人哭笑不得……

可以去色情场所，但不能出门看望父母？维州解封措施惹争议

维多利亚州的封锁已于27日午夜结束，但限制措施仍在继续。对此，维多利亚州州长安德鲁（Daniel Andrews）也向民众发出警告称，要遵守现有的防疫规定。不过，这些规定似乎有一些，不太合理。

安德鲁证实，封城结束后，学校将恢复面对面学习，5公里的限制将被取消，公共场所聚集人数限制调整为10人。酒吧、餐馆、咖啡馆将开放，店内人数限制为100人，店外人数限制为300人。理发店和美容院也获准开业，员工可以返回办公室，但却最多只能容纳25%的员工，或最多10人。婚礼和葬礼的人数上限为50人。

至少在未来两周内，维州政府表示家庭访问将被禁止，

安德鲁认为私人聚会是风险最高的场合。然而，色情场所却不是。

据悉，由于州政府放宽了限制，从28日开始，性工作场所将被允许开放。根据新规定，色情场所和露骨性场所的人数不得超过100人。对此，维多利亚州反对党发言人史密斯（Tim Smith）抨击道：“这是非常双标的规定，州政府真的很奇怪。”

民调：支持锁国不愿封城

目前，在经合组织（OECD）国家中，澳洲在疫苗推广方面排在最后，只有15%的16岁及以上的人接种了疫苗。这远远低于澳洲总理莫里森（Scott Morrison）所说的70%的解封水平。澳洲人想要出国旅游，或许至少要到2022年年中才可实现。

对此，CoreData Research7月对1231名澳洲人进行的调查发现，30岁以下的受访者最赞成封锁。49.4%的受访者认为，封锁所导致的社会和经济后果比新冠疫情本身的健康影响更严重。



关于封锁国境，禁止外国人入境澳洲一事，各年龄段的大多数受访者都希望澳洲政府可以继续对非公民和非居民关闭边境，继续实施2020年3月疫情开始时实施的政策。

在50岁左右的受访者中，有78.5%支持持续关闭边境直到2022年中期，30岁左右的受访者中，有53%的人同意封锁国境，30岁以下的受访者中，也有57.5%的人同意。

CoreData Research创始人兼首席执行官、行为经济学家英伍德（Andrew Inwood）表

示，在澳洲人必须要对他们认为无法控制的局势作出反应时，通常会感到有些恐惧，来自印度的更具传染性的德尔塔（Delta）变异病毒引发了这种恐惧。

他说，这是一种种族主义，但在他们心目中，这是安全的象征。“我们倾向于要求更多的限制措施，我们倾向于支持这些措施，因为这意味着我们试图解决问题，但却想把问题转嫁给另一个人。封锁国境只是在找一个合适的替罪羊。”（中新网）

台灣百餘名政要社交軟件LINE 被黑客攻擊

台湾一百多位高层政要使用的社交软件LINE被黑客攻击。

据《自由时报》报导，台湾府院、军方、县市长，以及执政、在野党等一百多名高层政要，所使用的LINE通讯软件被黑客入侵。至于相关细节，台湾刑事局则以事涉敏感，无法进一步多加说明。

记者获悉，LINE台湾总公司上周发现用户的相关内容外流，对像还是台湾政要，非常重视，立即著手清查所有用户，著手加强相

关安全机制，并告知可能的受害人其帐号存在高度风险，要求开启加密安全设定。

LINE发现，用户的隐私设定中，可保护讯息的“Letter Sealing”进阶加密功能，原本设定都是开启，却遭到关闭。

27日至28日，接获LINE提醒讯息的用户人，陆续前往刑事局报案，有受害人还直接于面簿告知网友，正在刑事局报案。（早报）

中國2上將1中將 坐鎮河南指揮救災

中国河南连日暴雨致当地民众遭遇严重洪涝灾害，防汛形势十分严峻。有网民7月26日在救援影片中发现一位年长的解放军士兵，神似曾参与中国国庆70周年大阅兵的上将朱生岭。

据香港01报导，经与有关部门核实，这位士兵正是中部战区上将政委朱生岭。

暴雨造成洪灾之后，中国中部战区出动，在前线设立应急指挥部。中部战区司令员乙晓光上将坐镇联指中心，军区政委朱生岭上将和副司令员王长江中将，直接奔赴抗洪一线，入驻前方指挥部。

根据中部战区官方消息，朱生岭7月21日下午赶赴郑州后，直接前往贾鲁河中牟段堤坝勘察灾情，指导抗洪行动，慰问一线官兵，部署下一步抢险救援任务。

王长江7月21日上午带抗洪抢险前进指挥所人员，到常庄水库、郭家咀水库勘察灾情，与河南省政府协调对接抗洪抢险需求。

另据新华社7月26日报导，在这次救灾过程中，被称为“中国黑鹰”的直-20直升机首次参与防汛救灾任务。

早在7月23日，中部战区就曾发布消息，第83集团军某空中突击旅三架直-20型直升机、33名官兵迅速升空，飞赴新乡辉县洪州乡、峪河镇等地域，执行空中勘察和空投救援物资器材任务。

视频画面显示，整箱的饮用水、杯面、医疗物资等空投到地



面。及至7月25日，新乡市辉县部分村庄仍被洪水围困，第83集团军某空突旅直-20梯队连续起飞，截至7月24日18时，已累计出动61个架次，投送各类物资65吨，救援村民约2万余人。

一直以来，“中国黑鹰”直-20备受外界关注。2019年10月1日，在中国国庆70周年阅兵式上，刚刚列装部队的直-20直升机首次公开亮相。

中国《科技日报》曾报导，直-20解决了中国中型通用直升机从无到有的问题，它是中国新研制的最先进武器之一。直-20服役后，配合运-20的投送能力，中国陆军力量能够迅速被投送到热点地区，将大幅提高解放军空中突击能力。如今，直-20这个重磅装备出现在河南上空，成为救灾利器之一。（早报）

擁“黑歷史”生化武器基地 多方促調查美國德特里克堡

近日，对美国德特里克堡（Fort Detrick）展开调查的呼声日益高涨，多国媒体、专家和网友，呼吁调查这个位于美国马里兰州、有著相当多“黑历史”的生化武器基地。

美国著名大学布朗大学外交事务专家斯蒂芬·金泽（Stephen Kinzer）近日在接受新华社采访时说：“对在德特里克堡所发生的一切进行深入调查确实很有意义，但由于保密的原因，这样做很困难。”

始建于1931年的德特里克堡位于马里兰州弗雷德里克，距离华盛顿特区约一小时车程。

从第二次世界大战到1969年，该基地一直是美国生化武器计划的核心，现在主要致力于研究生物防御。

“德特里克堡是一个巨大的综合基地；几十年来，它一直是美国从事生物学相关实验的军事研究中心；那里发生的事情始终是一个秘密，”金泽说道，他是布朗大学沃森国际和公共事务研究所的高级研究员。

“曾有很长一段时间，人们聚集在德特里克堡的门外，对他们毫不知情的项目进行抗议。”曾是《纽约时报》驻外记者的金泽说道，该综合基地“仍然是美国所有生化战研究的中心”。他还补充说，这种研究活动“受到国际协议的严格约束”，对该基地的调查“会非常有意义”。

金泽说：“如果美国需要开发一种生物武器，那么一定会在德特里克堡进行；因为这是唯一能制造出它的地方，所有（这一领域的）科学家都在那里，所有的毒素也都



在那里。”

涉及危险细菌长期研究

多年来，从埃博拉病毒到神经毒气和炭疽热，德特里克堡存放著世界上最致命的一些病毒；而该军事基地也有涉及危险细菌的长期研究历史。

2019年8月，美国疾病控制和预防中心在德特里克堡内的实验室两次“违规操作”后，勒令该实验室中断运作。

2019年12月，德特里克堡的美国陆军传染病医学研究所（USAMRIID）全面恢复运行。研究所指挥官E. 达林·考克斯上校（Colonel E. Darrin Cox）对此表示，“违规”是一个“语义丰富的词”。实验室虽然有漏洞，但是幸好没有暴露，也没有人接触过任何制剂或毒素。

《环球时报》近日发起了一份线上联名请愿书，呼吁国际社会对德特里克堡地展开调查。而就在上周六，该请愿书网站服务器遭到多个美国IP地址的网络攻击。截止目前，已经有超过1300万人签署了请愿书，要求世卫组织派遣专家前往

位于德特里克堡的美国陆军传染病医学研究所（USAMRIID），调查其是否与新冠病毒的起源有关。

俄罗斯媒体“今日俄罗斯”电台网站对中国网民的此次请愿进行了报导，对美国2019年据称是因电子烟而暴发的大规模疾病提出质疑。在这篇文章的评论区，许多网友赞成就新冠病毒起源对美国进行调查。

一位名叫“Hattuscha”的网友问道：“这份请愿书有英文版供非中国公民签署吗？”另一位名叫“Tom Bush”的网友则表示：“请将这份请愿书对全世界公开让大家签字，同时美国应该同意对德特里克堡进行调查。全世界都想知道真相，不管那是什么！如果没有人要隐瞒什么的话，他们应该让世卫组织进行彻底的、毫无阻碍的调查！”

7月中旬，48国常驻联合国日内瓦办事处代表致函世卫组织总干事谭德塞，强调在病毒溯源工作中开展合作的重要性，并指出这是一个科学问题，应由全球的科学家进行”。

（中国日报网）

美國得州發生化學品洩漏事故 兩人死30人送醫

美国得克萨斯州墨西哥湾沿岸一化工企业28日说，该企业27日发生化学

品泄漏事故，造成两人死亡，数十人受伤。

位于得州拉波特市的利安德巴塞尔化学公司28日在新闻发布会上说，该企业当地时间27日19时35分许发生化学

品泄漏事故，大约10万磅乙酸泄漏，导致两名

承包商死亡，另有30名工人被送医治疗。

公司表示，泄漏很快得到控制，但事故原因仍需进一步调查。

泄漏发生时，企业部分设备正在进行维护，处于关闭状态。

事故不会对周边环境造成影响，当地环评专家正在对附近地区进行空气

采样监测。（新华社）

救援和调查组已经前往事发地进行搜救和调查。

考虑到游客安全问题，该国家公园目前已临时关闭。

今年6月22日，在叶尔加基国家公园内一个由13人组成的旅行团遭遇野生熊袭击。

事故导致1人死亡，另有1人受伤。

（央视新闻）

俄羅斯國家公園第二起 野生熊襲擊遊客1人死

据俄新社报导，当地时间27日，在位于俄罗斯克拉斯诺亚尔斯克边疆区的叶尔加基国家公园内，再次发生了野生熊袭击旅行团游客事件，导致1人死亡。这已经

是今年该国家公园内发生的第二起熊伤人事件。

据介绍，野生熊袭击了一个由4人组成的户外远足小组，其中1人死亡，另外3人跑回了基地。目前

泰國猴子十字路口“混戰” 司機被堵在路上

据《每日邮报》7月27日报导，泰国华富里市街头爆发了一场惊人的“斗殴”，来自两个“帮派”的猴群聚集在十字路口“对峙”。报导称，道路上的司机被这场斗殴堵了四分多钟。

据目击者称，最初双方猴群的争斗在一座庙前进行，但其中一群猴子逐渐被赶到了大街上。据报导，其中一方猴群来自当地的一个热门景点，游客和当地人经常为他们提供食物。另一群则在一个废弃的电影院里生活。



报导称，在疫情前该镇游客众多，猴子们食物供给充足。

但是在严格的疫情限制出现后，当地游客减少食物短缺，猴子们只能挨饿。

据报导，在游客减少后，当地的猴群变得更加“咄咄逼人”，与当地

人争夺食物来获得生存。

（环球网）

曾稱“與少女發生性關係被捕不合理” 日本議員退黨道歉

日本立宪民主党籍众议员本多平直27日主动递交退党申请，此前他曾发表“与14岁女孩发生性关系被捕不合理”的雷人言论。

日本《读卖新闻》27日报导称，今年5月，本多平直在参加有关提高性行为同意年龄的党内讨论会时，曾

表示：“将近50岁的我，如果和14岁的孩子发生性行为，即使得到对方同意也被拘捕的话，那就太奇怪了”。尽管本多事后承认该言论不合适并收回发言，但还是受到党内外严厉批评。

立宪民主党干事长福山哲郎在接

受采访时表示，“本党人士发表的言论给党内外人士和受性侵人士带来伤害，对此我深感歉意。”有网友批评称，“如果本多14岁的女儿与别人发生性行为，且没被拘捕，他还会如此淡定吗？”

（环球时报）

20歲以下使用會危害大腦發育 WHO呼籲管控電子煙

世界卫生组织（WHO）日前发布《2021年全球烟草流行报告》，一方面肯定全球在控烟方面取得的进展，另一方面呼吁各国加强电子烟管控，以防止年轻人上瘾。

据法新社27日报导，为吸引年轻人购买其产品，电子烟制造商不惜研发出数千种味道和使用误导性说法。世卫组织表示，20岁以下的年轻人使用电子烟会对大脑发育产生危害，但想要管控相关产品也绝非易事。世

卫组织建议各国加强管控措施，禁止不吸烟者接触电子烟产品，谨防社会“吸烟恢复正常化”。

报告显示，全球有32个国家禁止售卖电子烟产品，另有79个国家对此类产品采取一定限制措施，比如禁止在公共场所使用这些产品，禁止投放广告、促销和赞助，或要求在包装上展示健康警句。但是还有84个国家没有对这些产品进行任何监管或限制。（环球时报）

美媒：一名中國籍“紅通”嫌犯 在摩洛哥卡薩布蘭卡機場被捕

美联社等多家西方媒体27日报导称，摩洛哥国家安全局当天表示，一名中国籍人员于7月20日从土耳其伊斯坦布尔抵达摩洛哥卡萨布兰卡机场后被捕，该人“因涉嫌参与恐怖组织成为国际刑警组织发出的红色通缉令的对象”。

摩洛哥官方没有披露该人的名字，但一些西方人权组织马上跳出来，称该人是一名“流亡维吾尔族活动人士”，要求摩洛哥政府不要将其引渡到中国。

摩洛哥与中国签署有引渡条约。西方人权组织对该人名字的报导不一致，有的称其为伊迪热斯·艾

山，有的称其为伊德里斯·哈桑。美联社称，该人的朋友称，他自2012年以来一直在土耳其工作，在那里担任“网页设计师和活动家”。

该人在土耳其期间曾多次被捕。他24日打电话给妻子，称自己在摩洛哥被捕。

英国《卫报》27日称，摩洛哥国家安全局表示，国际刑警组织针对该人的红色通缉令是应中国的要求发布的。摩洛哥当局已将逮捕一事通知了国际刑警组织和中国相关部门，并在引渡程序开始之前将该人移交给了检察官。（环球网）

俄美戰略穩定磋商 同意9月再次會晤

当地时间7月28日，俄美战略稳定磋商在瑞士日内瓦举行，旨在“试图稳定一种非常恶化的关系”。会议采取闭门形式，双方跨部门代表团分别由俄罗斯副外长谢尔盖·里亚布科夫和美国常务副国务卿舍曼率领。

据《瑞士资讯》当晚报导，俄罗斯塔斯社援引里亚布科夫的话说，美国表示愿意在会谈中进行建设性对话；美国国务院将此次会谈描述为“专业和实质性的”。双方同意9月再次会晤。

报导指出，俄美在《新削减战略武器条约》今年2月5日到期前达成协议，将有效期延至2026年2月5日。该条约限制了俄罗斯和美国

可部署的战略核弹头、导弹及轰炸机数量。有专家在会议前预计，双方讨论哪些武器系统和技术最受关注。

另据瑞士《24小时报》报导，此次会晤是在两国之间包括军备控制在内的一系列问题上发生摩擦的情况下举行的，俄美双方在对话前均未持过高期待。

当地时间6月16日，俄罗斯总统普京和美国总统拜登在日内瓦举行会晤，就网络安全、人权等重要领域进行对话，表明彼此立场，未取得任何重大突破。

同时，双方决定就战略稳定问题展开磋商。

（央视新闻）



俄總統新聞秘書： 俄與美非夥伴是對手

当地时间7月28日，俄罗斯总统新闻秘书佩斯科夫表示，俄罗斯与美国并非是非伙伴，而是对手。佩斯科夫指出，截至目前俄美没有夥伴性质的方案或关系，尽管俄罗斯总统普京已经多次表示了双方关系正常化的政治意愿。

在谈及俄美领导人在日内瓦的会晤时，佩斯科夫表示，不当当过度沉溺幻想，夸大俄美领导人会晤的“日内瓦精神”。俄美领导人的会谈是有益的和有建设性的，同时也

是双方在有著严重分歧观点领域的直接对话。双方在网络安全和战略稳定方面进行接触是有益的，但如果就此认为日内瓦峰会是双方关系进入夥伴或联盟时代的门槛，就是不明智的。

6月16日，俄罗斯总统普京与美国总统拜登在日内瓦举行首次会晤，并决定就战略稳定问题展开双边对话，在网络安全、军备控制等方面进行磋商。

（央视新闻）

分類廣告

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

歡迎各界
惠登廣告

巴鎗手朝車開鎗 1中國人受傷

据巴基斯坦媒体报导，至少一名中国公民在巴基斯坦最大城市卡拉奇28日上午发生的一起枪击事件中受伤。警方称，两名骑电单车的枪手朝中国公民乘坐的汽车开枪。一名中国公民手臂中枪，没有伤及要害，目前正在医院接受治疗，情况稳定。另一人和司机没有受伤。据

报导，受伤的中国公民本月刚到巴基斯坦，为附近的一家中国企业工作。中国外交部发言人赵立坚28日表示，中方正密切关注此事。目前案件还在进一步调查中。该案件是一起孤立的个案。我们对巴方保护中国在巴公民和财产有充分的信心。多家媒体指出，该事件距离7月14日造成9名中国公民遇难的达苏水电站班车爆炸事件不久，巴基斯坦必须重新审视所有在巴中国人的安全问题。（环球时报）



雅典北郊突發山火 民房和車輛被燒毀

当地时间7月27日中午，雅典以北约30公里处，位于斯塔马塔和罗多波利两座小镇之间的山林地带燃起大火，并在大风的作用下迅速向周边蔓延，已经有民房和车辆被烧毁。由于火情出现后，当地消防机构和地方政府及时通知附近居民撤离，目前人员安全尚未遭遇威胁。希腊公民保护总秘书处已经通过112手机短信平台两次发布警报，要求临近火场的5个定居点的民众封闭烟囱、关闭门窗，以防烟尘进入室内危害健康。（央视新闻）



尼日利亞霍亂疫情持續蔓延 今年已有479人死亡

当地时间7月27日，尼日利亚疾病控制中心发布报告披露，当前在该国暴发的霍乱疫情已蔓延至18个州和首都阿布贾，今年以来已造成479人死亡。尼日利亚疾控中心的报告显示，自2021年初至7月11日，尼日利亚全国37个州级行政区中，有18个州和联邦首都区阿布贾共报告19305例霍乱疑似病例，其中479例死亡，病死率为2.5%。报告称，仅在7月5日至11日，霍乱就导致该国31人死亡。霍乱是因摄入的食物或水受到霍乱弧菌污染而引起的一种急性腹泻性传染病，临床特征为剧烈呕吐、腹泻大量米泔水样排泄物，严重休克者可并发急性肾功能衰竭。该病流行迅速，发病率和死亡率高，危害性大。（央视新闻）



巴勒斯坦一少年在約旦河西岸 遭以色列士兵鎗殺

据巴勒斯坦权力机构卫生部称，当地时间7月28日，一名13岁的巴勒斯坦少年在约旦河西岸贝特乌马尔镇附近被以色列士兵开枪打死。这名少年坐在贝特乌马尔镇入口处的一辆汽车里，被子弹击中胸部。随后被立即送往希伯伦的一家医院救治，但因伤势过重身亡。以色列国防军发言人表示，军方正在调查这起事件。特乌马尔镇位于希伯伦市北部，事件发生时，当地没有发生人员冲突的报告。（央视新闻）

銷往全中國 廣東破獲多宗“高檔洋酒”案

广东省公安厅28日通报，该省近期破获多宗“高档洋酒”案，广州、江门、韶关等地端掉多个制假售假团伙。通报称，江门开平警方日前端掉一特大制假售酒团伙。今年初，江门开平警方经侦查，初步掌握到一个以李某、刘某为首的制假团伙。该团伙仅今年上半年就向全国各地寄售假酒超过一万公斤。在掌握该团伙生产、销售假冒品牌洋酒的确凿证据后，开平警方开展收网行动，行动共抓获犯罪嫌疑人58人，涉案金额达1000多万元（人民币，下同），捣毁生产、存储窝点14个，查获假冒知名品牌洋酒成品1100多瓶。目前，犯罪嫌疑人李某、刘某等14人，涉嫌假冒注册商标罪被依法刑事拘留，该案仍在进一步侦办中。通报称，今年初，广州警方在工作中发现有人制售假冒洋酒。日前，在掌握了该团伙生产、销售假冒品牌洋酒的证据后警方展开收网行动，在白云区的某出租屋内警方抓获嫌疑人蒋某、汪某等4人，并在该窝点内查获假冒品牌洋酒、生产工具及原材料等一大批，涉案金

额达50万元。经查，犯罪团伙主要通过在网上发布信息获得订单，并通过“打好关系”的物流点，将假冒品牌洋酒发往全国各地的酒行、商行。目前，6名犯罪嫌疑人已被移送起诉，该案仍在进一步侦办中。此外，在韶关“夫妻档”制售假洋酒被刑拘一案中，韶关警方查获已包装好的假洋酒40余箱，市场价40余万元。目前，欧某、丘某夫妇因涉嫌生产、销售伪劣产品已被警方依法刑事拘留，该案仍在进一步侦办中。（中新社）

劫匪西裝革履騎滑板車 搶劫巴黎珠寶店

骑著滑板车抢劫珠宝店？法国知名珠宝品牌尚美巴黎在香榭丽舍大街附近的一家专卖店27日遭到抢劫，损失价值200至300万欧元的珠宝。令人诧异的是，劫匪西装革履、骑著滑板车就在大白天“洗劫”了这家珠宝店，可谓是不费吹灰之力。法国《新观察家》网站27日报导称，当天下午5时许，一名穿著西装的中年男子骑著滑板车来到珠宝店门前，该男子一进入店内就掏出手枪让店家交出贵重珠宝。劫匪在抢劫过程中完全没有使用过暴力，珠宝到手后他骑著滑板车扬长而去，格外轻松。巴黎检察官表示，已经对这名持枪劫匪展开调查，法国警方



尚未公布嫌疑人相关信息，劫匪仍然在逃。几年来，巴黎多家珠宝店盗窃与抢劫案频发。这也不是尚美巴黎第一次遭遇抢劫。2009年，位于巴黎旺多姆广场的尚美巴黎就被劫走价值190万欧元的珠宝。（环球时报）

黎巴嫩北部發生大火 一人死亡

据黎巴嫩国家通讯社报导，当地时间28日傍晚，黎巴嫩北部阿卡（Akkar）地区发生火灾，尤其是古拜亚特（Qoubaiyat）和贝诺（Beino）村火势较大。黎巴嫩总统奥恩下令相关部门尽全力灭火防止火势蔓延。目前消防队和民防部门已展开灭火行动，黎巴嫩红十字会也派出9支队伍，撤离了部分家庭和老人，并将伤员送往了附近医院救治。据报导，火灾已导致一名救火志愿者身亡。（央视新闻）



伊斯蘭堡遭遇洪水 2人死亡

当地时间7月28日，据当地媒体报导，当天的暴雨让巴基斯坦首都伊斯兰堡的一些地区遭受了洪水的袭击，造成居住在地下室的母子两人死亡，一些汽车被冲走。据报导，洪水是由前晚的暴雨引起的。社交媒体上很快出现了洪水冲击街道的视频及图片，E-11区受灾严重，网友纷纷留言，为该地区居民的安全表示担忧。目前正值巴基斯坦雨季，据巴



基斯坦广播电台报导，在伊斯兰堡也面临洪水威胁，当地政府要求做好救援及应急工作。（央视新闻）

烏克蘭輕型運動飛機 撞住宅4人死

俄新社刚刚消息，一架轻型运动飞机在乌克兰西部伊万诺-弗兰科夫斯克州撞上一栋私人住宅，随后引发火灾，事故目前已造成4人死亡。报导称，乌克兰紧急情况部门发布消息称，事故发生于当地时间28日13时40分左右，救援人员于13时58分控制住了火势。另据俄罗斯《共青团真理报》援引“乌克兰24”电视台消息，乌紧急情况部门一名工作人员表示，目前尚不清楚事故发生原因，警方正在现场鉴定遇难者遗体。（环球网）



BCA 匯率		(2021年7月29日) 來源：中亞銀行 (BCA)			
外币	代码	现汇		现钞	
		买进	卖出	买进	卖出
美元	USD	14474.00	14489.00	14324.00	14624.00
新元	SGD	10681.11	10696.12	10555.00	10784.00
欧元	EUR	17159.30	17180.42	16924.00	17357.00
澳元	AUD	10688.08	10706.18	10525.00	10811.00
英镑	GBP	20166.51	20186.14	19882.00	20369.00
日元	JPY	131.83	131.98	128.73	135.32
人民币	CNH	2231.96	2242.32	2163.00	2320.00
令吉	MYR	3420.87	3436.14	-	-



新加坡政府投資公司 參與收購英超市集團莫里遜

新加坡政府投资公司（GIC）助阵一财团，参与收购英国第四大连锁超市集团莫里逊（Morrisons）。

路透社报导指有关公司透露，GIC已加入了由软银（SoftBank）旗下堡垒投资集团（Fortress Investment Group）为首的财团。英国超市集团莫里逊公司的董事会已同意该财团提出的63亿英镑（119亿新元）收购献议。

据彭博社报导，GIC将为财团提供1亿英镑（1亿8900万新元）的资金，持有财团3%权益。该财团的成员还包括加拿大退休金计划投资局（Canada Pension Plan Investment Board）以及美国科氏工业集团（Koch Industries）的房地产公司。堡垒投资持财团约51%股权，加拿大退休金计划投资局和科氏工业分别持31%和15%。这项收购可能是英国十年来最大宗的私有化计划。

目前另有两个私募基金财团也表示有兴趣收购莫里逊公司。它

们是阿波罗全球管理公司（Apollo Global Management, Inc）和美国克莱顿·杜比利尔与莱斯公司（Clayton, Dubilier & Rice，简称CD&R）的基金。不过，阿波罗上周已表示考虑加入堡垒领导的财团。CD&R则最迟在8月6日提出竞价，之前它的5.5亿英镑收购献议已被莫里逊公司的董事会拒绝。

不过，路透社指出，堡垒领导的财团可能还需要做更多工作，莫里逊公司的最大股东——英国资产管理公司西尔切斯特（Silchester）已于周二表示并不倾向支持这个交易，因为该收购献议的计划，没有什么挂牌公司不能达成的。

西尔切斯特公司持有莫里逊公司15.14%股权。堡垒的财团的献议包括一个协议安排，需要获得至少75%莫里逊公司股东的批准。

GIC目前持有莫里逊公司约0.21%股权。（早报）

香港6月樓價指數按月持平 專家指後市向好

香港差饷物业估价署28日公布的数据显示，香港6月楼价按月持平，私人住宅售价指数报394.5点，结束连续5个月升势，但较2019年5月的高峰396.9点，只低2.4点。楼价按年升约2%，今年累计上升3.84%。

利嘉阁地产有限公司研究部主管陈海潮当日接受中新社记者访问时表示，楼价今年以来已经连升了五个月，累积了一定升势。目前，业主依然是看好后市的，有业主更提价甚至封盘。反观买家，由于看到楼价将近破顶，而处于观望状态，入市速度进而有

所减慢。但目前楼价并未下降，只是持平。

他指出，隨著疫情持续受控、疫苗的接种率不断上升，香港经济正在复苏，失业率也在不断下降，市场资金亦仍然充裕。因此，相信后市向好。

陈海潮认为，若楼价之后破顶以及确认楼价走势持续上升后，相信市场气氛有机会持续转好，再配合一些新盘推售，楼市相信会热闹起来。

下半年楼价有机会继续稳中向上。

（中新社）



IMF：窮國疫情若蔓延 全球將損失4.5兆美元

国际货币基金组织（IMF）周二（7月27日）警告称，若任由冠病疫情在低疫苗注射率的贫困国家蔓延，到2025年全球经济损失或达4.5兆美元，中低收入国家或承担三分之二以上的损失。

截至2021年6月末，全球每天接种约4000万剂疫苗，高收入国占了700万剂，但低收入国却不到10万剂。IMF、世界卫生组织（WHO）、世界银行（World Bank）和世界贸易组织（WTO）共同发声，促先进与发展中国家分享疫苗。

IMF强调，自疫情蔓延全球后，贫穷国的经济水平差距增大，明年或进一步恶化；而富国已提升接种率，但低收入国则缺乏提高接种率和支持经济重开的资源，因此呼吁富裕国家立即采取行动，与发展中国家分享至少十亿剂冠病疫苗。

IMF首席经济学家戈皮纳特表示，不断恶化的疫情和收紧的金融状况对新兴市场和发展中经济体造成双重打击，严重阻碍经济复苏；而目前许多国家的重新开放计划已经遭遇挫折，



包括印度在3月至5月间遭遇的第二波严重的冠病疫情，以及最近印尼、马来西亚、菲律宾、泰国和越南遭遇的疫情反复。

IMF为终止疫情蔓延设定了一个目标，即到2021年底为每个国家至少为

40%的人口接种疫苗，到明年中期至少为60%的人口接种疫苗，所需费用约为500亿美元；强调只有对低收入入国的疫苗供应和交付大幅增加，才可实现提案的目标。（早报）

美聯儲重申將維持超低利率 應對貨膨上升與疫情反彈

在美国经济面临通货膨胀和新冠肺炎疫情感染率上升的双重危机下，美联储当地时间7月28日表示，将继续维持超低利率。美国央行将联邦基金基准利率控制在0%至0.25%之间，美联储还将每月继续购买1200亿美元的债券，这项政策被称为“量化宽松”政策，旨在保持信贷的低价。

德尔塔毒株引发的新一轮疫情恶化令投资者感到不安，他们担心感染率的上升可能会导致新一轮的封锁措施，拉长经济复苏的时间。根据美国疾病控制与预防中心（CDC）的数据，美国在过去7天中平均每天新增病例约45000例，而6月份时约为每天11000例。上周，疫情反弹引发了股市市场大范围抛售，道琼斯工业平均指数暴跌700多点，为去年10月以来最大跌幅。

与此同时，美联储正努力应对高于预期的通胀，此前政府报告称，6



月份商品和服务价格（CPI）上涨为13年来最高水平，这加剧了人们对经济快速反弹可能导致通胀失控增长的担忧。美国劳工部在月度报告中说，消费者价格指数比5月份上升了0.9%，比去年上涨了5.4%。

美联儲公开市场委员会

（FOMC）在会后声明中表示：“委员会将继续监测传入信息对经济前景的影响。

如果出现可能妨碍委员会实现目标的风险，委员会将准备酌情调整对待货币政策的态度。”

（央视新闻）

集邦科技報告：華為仍稱霸全球基地台市場

市场研究机构集邦科技（TrendForce）周三报告说，2021年中国与欧洲电信设备商将仍占全球逾七成市占率。尽管华为续被美国政府列为禁用厂商，但凭藉其价格优势及中国庞大的内需市场，市占仍称霸全球。

据路透社报导，集邦科技研究显示，华为、瑞典爱立信及芬兰诺基亚今年在全球电信设备的市占率分别为30%、23%及20%。

报告称，截至2020年底，中国5G网路用户已逾1.6亿个，约占全球5G用户总数近九成；至今年7月，中国三大运营商中国移动、中国联通、中国电信已于中国建设91.6万个5G基地台，合计占全球70%，成为支撑华为行动通讯基地台近两年市占表现的关键。

至于韩国三星因价格较低且商业运转有成，成为推升其今年市占至12.5%、全球排名第四的关键。

集邦科技分析说，远距办公与教



学刺激网路流量负载率大幅提升，全球整体网路平均流量在防疫期间上升逾40%，而5G具备高流量、低延迟传输特性正符合现下市场需求。

另外，伴随各国5G商用需求提

升，已发布了数百款消费与企业的5G产品，以支援更加高速便捷的连网服务与多元应用，上述皆成为推升5G基地台需求量的增加。

（早报）

阿里：被罰款 讓公司思考如何與各界和諧共處

中国科技巨头阿里巴巴指出，被中国监管机构罚款的经历，令公司思考如何与社会各界和谐共处。

据观察者网报导，阿里董事会主席兼首席执行官张勇在27日发表的致股东信中，谈及今年公司收到中国市场监管总局的《行政处罚决定书》时说：“这些经历让我们认真思考，像阿里巴巴这样一家立志成为数字经济基础设施的平台企业，在更广阔的宏

观环境下，如何与社会各界、合作伙伴和谐共处，如何和利益相关者形成良性互动，如何让我们的平台跟社会发展更加同频共振。”

中国市场监管总局4月10日指控阿里巴巴集团违反《反垄断法》，对其开出182.28亿元人民币（38.12亿新元）的天价罚款，此金额是中国《反垄断法》历来案件中最高。

信中还提出，阿里希望成为

一家消费互联网和产业互联网结合得更好的公司，这是阿里走向未来非常重要的定位和方向。

阿里昨天发布的2021财年年报显示，2021财年，阿里生态全球年度活跃消费者达到11.3亿。中国国内和海外消费者在阿里平台上的年度交易规模达8.119万亿元人民币（1.696万亿新元）。其中，阿里云计算上财年销售额超过600亿元人民币，同比增长50%。（早报）



馬男雙兩局拿下 小黃人無緣四強

2020东京奥运羽毛球男双8强竞赛周四（29日）开打，印尼羽球队男双、排名世界第一的“小黄人”马古斯和凯文组合，以直落两局，不敌马来西亚男双组合谢定峰与苏伟译，无缘晋级半决赛。

综合报导，马来西亚男双组合谢定峰与苏伟译在8强赛中，以21比14、21比17战胜马古斯和凯文组合，晋级4强半决赛。

在首局比赛，开局双方实力交战，马来西亚队暂时领先，印尼队随后奋起直追将双方比分拉近，中场马来西亚队以11比8微领先。

首局下半段，马来西亚队持续发挥稳定，一度把与对手的比分差距拉开至相差7分，印尼队也没松懈继续直追，最终马来西亚队21比14拿下第一局比赛。

在次局，双方实力相当、不分上下，一度战平至3比3。马来西亚队持续发挥稳定，将双方比分拉开至11比7暂领先，印尼队亦尝试追分。

次局下半段，双方比分咬得很紧，一度战平至16比16，然后20比16到赛点，最终马来西亚队21比17拿下次局比赛，比赛结束。

贏得奧運舉重銅牌 拉馬特完成父親夢想

（东京讯）印尼举重运动员拉马特（Rahmat Erwin Abdullah）看起来像一匹黑马。期初不被看好的他，但成功出乎意料。拉马特在男子73公斤级的B组中表现最好，他的总举重为342公斤（抓举152公斤和挺举190公斤），并于7月28日（周三）在东京奥运的比赛获得铜牌。

中国举重运动员石智勇以总举重364公斤（抓举166公斤、挺举198公斤）的成绩夺得奥运金牌。同时，银牌由委内瑞拉举重运动员Mayora Pernia Julio Ruben获得，总举重345公斤（抓举156公斤，挺举190公斤）。

拉马特在比赛后表示，“我很感激。我将这枚奖章献给我的家人、父亲和母亲。致所有印尼人民、青年与体育部、印尼奥委会、印尼举重协会以及所有支持我的人。”



拉马特在东京奥运会参加举重比赛。

这位21岁青年在过去五天里的焦虑得到了回报。这位前举重运动员 Erwin Abdullah 和 Ami AB 的儿子在2020年东京奥运会上首次亮相时创造了一段美好的历史。拉马特已经雄心勃勃地要在东京贡献奖牌。尤其是在7月24日，也就是东京奥运会开幕式的一天后，女子举重运动员 Windy Cantika 在女子49公斤级比赛中获得铜牌。

他说，“自从Windy Cantika获得铜牌后，我感到焦虑和沮丧，因为我也想获得一枚奖牌。但是，我不能和任何人说话。至少通过说话让自己冷静下来。”

父亲促体验在奥运竞赛感受

拉马特不仅实现了个人抱负，还实

现了他父亲Erwin Abdullah的梦想。他的父亲现在是他的教练并在东京陪伴拉赫马特，他有机会出现在2004年雅典奥运会上。然而，这个梦想不得不被埋葬，因为即使他有资格，队医也不让他出现，因为他背部受伤。

拉马特向印尼奥委会媒体团队表示，“我还记得父亲的话。拉马特，你想感受一下你在奥运会上的感受。那是因为你还没有机会去竞争，最近父亲总是重复这句话。当时，我说了这句话，我想体验你从未体验过的，即参加奥运会。现在，我不仅在2020年东京奥运会上这样做，而且还带著奖牌回家。”

他的父亲Erwin Abdullah说，拉马特之所以成为举重运动员，是因为他的父母成为国家举重运动员的职业故事激励著他。拉马特和他的妻子阿米AB一直是出现在各种国际锦标赛上的首选。

Erwin说，“我和我的妻子真的很想告诉拉马特我们作为运动员的共同经历，在国外的各种国际活动中参加比赛。是的，这就是激励拉马特成为举重运动员的原因。”

拉马特承诺将继续努力提高他的成就。他说，“我会一直努力做得更好。下一个国际综合赛事可能是还在等待赛程的越南东南亚运动会，然后是2022年杭州亚运会，还有2022年伊斯兰团结运动会。而且，我也想再次出现在2024年巴黎奥运会上。”

大坂直美爆冷輸球 無緣網球女單八強

东京奥运网球女单赛“冷风”频吹，继世界头号球员澳洲的阿什莉·巴蒂在首圈即遭淘汰后，次号种子日本的大坂直美在周二（27日）的第三圈中也只坚持了68分钟，就以1比6、4比6不敌捷克球员马尔科塔·万卓索娃，无缘进入八强。

这是23岁的大坂直美首次参加奥运会。作为网球史上首位曾登顶世界单打第一的亚洲球员，她已握有四个大满贯赛事女单冠军（两个美国公开赛和两个澳洲公开赛）。两个月前，她以心理健康问题为由拒绝参加法国公开赛后宣布退赛，也没有参加上个月举行的温布登锦标赛。本届奥运会，大坂直美成为奥运史上首位点燃圣火台的网球运动员，受到全球瞩目。

在阿什莉遭淘汰后，大坂直美成为女单赛的夺冠大热门，没想到也无法闯过第三圈这一关。

27日的比赛，大坂直美完全不在状态中，首盘三次遭马尔科塔破发，只拿下一个发球局就败下阵来。次盘大坂直美的表现稍有起色，率先破发，但之后又两次保不住发球局，以4比6结束了本届奥运征程。

大坂直美赛后没有回避记者，她在受访时说：“我之前从来没有参加过奥运，这次确实感受到很大的压力。我今天的表现非常差劲，所有的事情都做不

好。每次输球我都会非常失望，这次当然也不例外。”

目前世界排名第42位的马尔科塔则说：“这肯定是我职业生涯至今最重大的胜利，能够击败大坂直美，这种感觉太美妙了。我对自己很有信心，相信如果接下来继续有这样的表现，我一定有机会站上领奖台。”

在周二的另两场女单第三圈赛事中，第七种子西班牙的加尔比涅以6比4、6比1轻取比利时球员阿莉森，第13种子俄罗斯的阿纳斯塔西娅以6比1、6比3战胜西班牙的萨拉，都顺利挺进复赛。

萨拉曾在首圈淘汰阿什莉，爆出大冷门，但周二无法继续扮演“屠龙手”的角色。（早报）



羽球男單小組賽爆冷 桃田賢斗出局

东京奥运各项赛事正如火如荼进行中，在28日的羽毛球男单小组赛中，A组的日本球王桃田贤斗不敌韩国选手许侊熙，以15比21、19比21，在本届奥运止步于小组赛。

比赛刚开局时，桃田贤斗比分曾领先，但许侊熙逐渐找到手感后，首局以15比21结束。到了第二局，桃田贤斗力拼追球，比分一度来到17比15，但无奈被对手反超，最终由许侊熙拿下本场胜利。

事后，桃田贤斗受访时表示对比赛感到满意，“但不好的是我在比赛中途感觉不舒服，或者因为我对自己的心态没有信心。”

原本外界都认为桃田贤斗是本届奥运的金牌热门人选，但如今提早出局，让战况出现了变数，最终冠军花落谁家，变得难以猜测。



0比3不敵美國 中國女排兩連敗

中国女排27日在小组赛第二轮中以0比3不敌美国队，东京奥运会遭遇两连败，三局比分为27比29、22比25、21比25。

中国队在首场小组赛也以0比3败给土耳其。

中国女排主教练郎平赛后表示，首场失利后球队还是处于正常备战中，第二场比赛应该说调整得不错。

此役，中国女排的首发阵容是朱婷（队长）、袁心玥、龚翔宇、张常宁、丁霞、颜妮、王梦洁。美国女排的首发阵容是拉尔森（队长）、博尔特、汤普森、巴奇、阿金拉德沃、华盛顿、奥兰特斯。

朱婷带伤出战，手腕缠著绷带，拿下中国队最高的18分，与上一仗对垒土耳其仅得4分状态相比有所回升。替补登场的李盈莹也有11分进账，第三局找到进攻感觉的袁心玥贡献9分。美国队的汤普森则独揽34分，荣膺得分王。

朱婷手腕伤势影响发挥

首局比赛，美国队拦网多次将中国队的进攻化解，中国队老将颜妮也频频报以颜色咬住比分。当美国以24比22赢得局点后，中国女排顽强将比分反超。但在关键时刻，美国名将拉尔森和汤普森频频突破中国防线，以29比27先下一城。

第二局，中国队让李盈莹取代张常宁首发，和朱婷搭档主攻。朱婷连续扣球帮助中国队以8比5领先。但美国队的拉尔森和巴奇先后反击成功，汤普森强攻屡有建树，美国25比22再胜一局。

第三局，中国队沿用了跟第二局一样的首发阵容。双方战成18平后，汤普森再度发力，李盈莹两度4号位进攻被拦，中国队连丢3分。最终，美国队25比21取胜，以总比分3比0战胜中国。

郎平在点评这场比赛时说：“今天的比赛发挥还可以，但拦防不够，特别是对12号（汤普森）。拦网老是破坏，或是让球直接下来，所以反击没有得分的机会。一次攻其实还可以，（比分）老是差一点。”

“美国队攻防很全面，我们的拦防还是不够到位，很多反击机会没有把握住。”

郎平还提及，受伤病困扰的朱婷压力比较大，已经很尽力了，“希望其他人能多帮她承担。”

朱婷赛后在接受新华社记者采访时表示，自己手腕上的伤势对本场比赛的发挥造成了影响。

她说：“有的球疼得根本也发不上力。昨天吃了一些药，也做了调整，感觉好很多。”

谈到中国队接下来的比赛时，郎平说：“我觉得还是面对现实，一场一场打，我们还得再放开一点。我们今天还是有一点‘紧’，还要再放开一点。”

稍早前，中国女排败给土耳其，接下来将分别对垒意大利、俄罗斯和阿根廷三支球队，只有获得前四名的队伍才有资格晋级复赛。（早报）



INDONESIA
印 度 尼 西 亞 日 報

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

2021年7月30日 (星期五) B1

→ 工作团队警官
向下属传达
工作事项。



萬隆華族關懷團隊和警局合作 分發愛心禮包

王羽 報道



華族團隊代表溫順發(左)像儀式移交礼包給警官。

(萬隆訊) 7月20日下午3時, 萬隆大警局(Polrestabes Bandung) 25名警員來到萬隆渤良安福利基金會所百氏祠禮堂和萬隆華族關懷團隊義工一起合作包裝愛心礼包, 內有3公斤大米,

食油-快熟面, 蝦。餅, Tunggul 餅干, 維生素, 口罩等日用品。合作團隊在3小時完成了300分礼包, 警員們把礼包裝進卡車帶回警局備用。

萬隆華族關懷團隊(Masyarakat Tionghoa Peduli Bandung MTP), 領導李振健(Herman Wijaya)說: "因疫情使多數市民生活困苦, 人心變得煩惱, 對局勢不利, 我們以慈善活動支持警察局行善救濟民眾。他們有名單, 知道把愛心礼包送到最適當的地區"

這次我們準備了15000份生活必需品礼包, 其中10000份將分批移交給大警察局, 其他的5000份將安排時間移交给人民思潮報(PR)或別的機構分發給有需要的民眾。

我們團隊能做这么多的慈善活動(據前次說明, 由去年疫情開始已進行了800多次), 都該感謝華社企業家們的热心資助, 大家都明白要居安思危, 也知道只有局勢安寧才能好好地搞事業。"

"熱心企業家們知道華族關懷團隊的工作方式是正確的, 大家彼此呼應, 紛紛慷慨解囊, 攜手齊心協力一起行動, 才能使關心社會安寧的善行活動順利進行。祈願上蒼賜福給所有熱心的善翁安康。"

萬隆警局高級警官吳龍警長(Kombes Ulung Sampurna Jaya SIK. MH)在社交媒體上說: "感謝萬隆華社凝聚成的(萬隆華族關懷



警員忙碌工作場景。

團隊。MTP) 從疫情開始肆虐到如今的嚴峻時刻, 一直不停地和我們合作, 努力捐助各方有需要的困苦民眾, 在維護萬隆市的安寧的有利局勢方面的功勞值得贊揚, 再次致以萬分謝意。"

關懷團隊協調主任陳春富博士(Dr.Djoni Toat SH MM)希望家長們忠告孩子除了做好防疫衛生守則外, 還要特別小心, 有耐心, 保持恭敬謙讓的態度, 不隨便和人爭吵, 遠離挑釁, 避免引起不必要的麻煩。請與我們合作, 保護好自己就是支持我們, 讓我們華族團隊的努力不白費。"

史詩音樂劇《茶道：一葉乾坤》 在福州上演

(福州訊) 史詩音樂劇《茶道：一葉乾坤》21日晚在福建大劇院上演。

音樂劇以茶作為中華文明重要載體, 溯源千年茶文化。全劇以主人公華炎的“茶夢”為主線, 用交響樂、舞蹈、故事的艺术表达方式, 融合3D全息技术, 穿越數千年时空, 呈现中国茶文化的演进与变迁进程。90分钟的演出时间里, 该剧在一出茶历史、茶典故和茶故事中, 引领观众从“茶之道”反观“心之道”, 体悟中华茶文化, 传承中华

茶文明。

当晚演出舞台上, 古代丝绸之路、茶马古道、茶船古道, 到21世纪海上丝绸之路, 一片茶叶穿越历史、跨越国界, 观众随主人公悠游穿梭于秀美茶山、长安市井、大明宫中, 往来畅饮, 细品茶道内涵。

起源于福州的茉莉花茶、三坊七巷历史文化街区等闽都文化在剧中均有精彩呈现, 于一脉茶香中流露福州独特的茶文化传承与城市魅力。(中国侨网)



2021年世界光子大會在 北京召開

(北京訊) 2021世界光子大會暨第十屆國際應用光學與光子技術交流大會(AOPC2021) 7月24日在北京亦創國際會展中心隆重召開, 與此同時第十三屆光電子中國博覽會也如期舉辦。

大會開始由鄔賀銓院士致開幕詞, 鄔院士指出光子學是繼電子學、光電子學之後的新興科學, 在電力、石油、軌道交通、醫療、化工、航空航天、國防等各個領域蓬勃發展。如果說20世紀是電的世紀, 那麼, 21世紀就是光的世紀。光學與光子學、微電子

學、智能感知、人工智能、生命科學等多學科融合發展、跨界應用, 體現了當今時代技術和產業發展特點, 在此大背景下, 學會组织召开此次大會, 旨在匯聚全球院士、專家學者、業界精英, 構建一個多元、開放、創新的全球性共享平台, 共同促進光電及光電子技術創新及其產業應用的合作共贏。

會議同期, 召開了第十三屆光電子·中國博覽會, 集中展示了紅外微光技術與應用、激光與智能制造、光通信&光傳感及物聯網、光學&精密光



學製造、测控技术与仪器等领域的创新产品, 还特别推出了“献礼建党100周年光学工程科技创新成果展”, 重点展出了各大高校和科研院所的新技术和实验成果, 为产学研各界交流与合作搭建了一站式服

平台。在接下来的两天里, 大会还将推出各类交流与对接的活动, 欢迎各界人士前往北京亦创国际会展中心交流合作。(中国日报网)

首屆海峽兩岸文博創意設計大賽啓動

(湖北訊) 為讓海峽兩岸學子感受荆楚文化的魅力, 2021首屆“走進歷史 紀行荆楚”海峽兩岸文博創意設計大賽于近日启动。大賽採取線上形式, 以湖北省博物館十大“鎮館之寶”為素材藍本, 聚焦青少年兒童在博物館參觀學習的場景, 用創意設計將文物的歷史元素融入生活, 活化文物資源。

博物館如何突破以“文物”為中心的傳統打開方式, 實現“以人為本”, 連接起歷史與當下, 消解文物與大眾生活的壁壘, 是當下博物館界的重點課

題。此次大賽將關注點聚焦青少年兒童, 希望參賽者通過美好設計, 消除青少年兒童在“文博之旅”中的陌生感、枯燥感, 發揮文物、文化在青少年兒童教育中的重要作用。此外, 大賽將在報名開启至設計成果提交的过程中, 將開設計引擎設計營, 對十大“鎮館之寶”進行科普教育。大賽關注參賽者對十大“鎮館之寶”的艺术化表达, 也关注其体现的历史信息与文化价值。

此次大賽對參賽作品的類別、創作手法均不設限制, 希望將文創從“產品”拓

展到“場域”。除了設計成果, 更關注潛在的設計機制——從前期策略、設計甚至到後續運行的完整考量, 期待更多成果背後的調查、思考與故事。

大賽設立了若干獎項, 其中一等獎獲獎勵1萬元。參賽相關事項, 可登錄湖北省博物館官網。本次大賽由湖北省人民政府台灣事務辦公室、湖北省文化和旅游廳(湖北省文物局)主辦, 海峽兩岸考古教學交流基地、湖北省博物館(湖北省文物考古研究所)協辦。(國際在線)

中國國際數字和軟體服務交易會 在大連開幕



2021中國國際數字和軟體服務交易會在大连世界博览广场隆重開幕。

(大連訊) 由商務部、科學技術部、中國國際貿易促進委員會、遼寧省政府主辦, 大連市政府和商務部外貿發展事務局承辦的2021中國國際數字和軟體服務交易會22日在大连世界博览广场隆重開幕。商務部副部長王炳南致辭并宣布數交會開幕。中國

貿促會副會長陳建安, 省委常委、市委書記胡玉亭, 副省長高濤, 科技部副秘書長賀德方分別致辭。市委副書記、市長陳紹旺主持。市人大常委会主任肖盛峰、市政協主席王启尧出席。

出席開幕式的還有市委副書記、

宣傳部長徐少達, 市領導李鵬宇、駱東升、曾波、尹衛軍、王晉良、楊耀威、方鉄林、吳繼華; 大韓民國駐中國大使館公使銜參贊盧京元, 俄羅斯聯邦駐瀋陽總領事館副總領事葛安東; 國家有關部門代表; 省委、省政府, 市委、市政府有關部門負責同志; 來自北京、上海、廣東等20個省市參展觀摩團組、12個國家數字服務出口基地代表, 各國地方政府駐華機構、經濟組織和友好團體代表, 各高等院校、金融機構、協會、國內外行業領軍企業和各分論壇特邀嘉賓代表等800餘人。

王炳南在致辭時代表商務部對中國數交會的舉辦表示祝賀, 對來自海內外的嘉賓表示歡迎。他說, 數字貿易正在帶動全球產業鏈、價值鏈和供應鏈重組, 日益成為經濟增長新引擎、制度構建新高地、國際競爭新賽道。商務部將立足新發展階段、貫徹新發展理念、構建新發展格局, 在數字貿易頂層設計、加快制度型開放、加強國際交流合作等方面, 全面推進數字貿易發展。大連是東北對外開放的重要窗口, 國家級開放平台高度集中, 開放政策高度集聚, 數字產業基礎雄厚, 發展數字貿易得天獨厚。商

務部將一如既往支持遼寧省及大連市, 打造對外開放新高地, 促進東北振興, 希望大連以舉辦數交會為契機, 推進數字產業化和產業數字化, 發展數字經濟、數字貿易, 共建數字中國。

陳建安在致辭時說, 發展數字經濟, 推動數字經濟和實體經濟深度融合, 打造具有國際競爭力的數字產業集群, 是順應時代趨勢, 加快實施创新驱动發展, 強化現代經濟體系的戰略支撐。中國貿促會作為全國性貿易投資促進機構, 將與中外工商機構等加強合作, 充分發揮對外渠道、工作平台 and 專業服務優勢, 共同打造更多優質數字服務平台, 拓展更寬渠道, 提供更優服務, 創造更多便利, 攜手開創新時代數字經濟國際合作新局面。

胡玉亭在致辭時說, 歷經18年精心打造、多方呵護, 中國數交會已成為引領中國數字領域開放合作的國際性綜合展會和交易平台, 為推動中外數字和信息產業健康發展發揮了重要作用。大連堅持把數字經濟作為拉動經濟增長的重要引擎和產業升級的突破口, 大力實施创新驱动發展戰略, 積極推進產業集聚、國際合作、人才工程、政策引

領, 數字經濟發展方興未艾。

大連將以此次數交會為契機, 加快構建多層次創新平台、完善全鏈條產業布局、開展大規模場景應用, 形成人才集聚效應、協同創新效應、產業賦能效應, 以數字經濟的高速度發展助力“兩先區”高質量發展。大連將全方位參與國內外交流合作, 與各方有識之士攜手并進、優勢互補、互惠共贏, 共創數字時代的美好未來。

高濤在致辭時說, 遼寧省委、省政府提出了建設數字遼寧、智造強省的高質量發展思路。希望大連市立足平台優勢, 努力將中國數交會打造成引領開放合作、推動高質量發展的數字盛會, 更好地服務於數字經濟和實體經濟的深度融合, 為城市注入持久創新的发展動力。

開幕式上, 大連市發布了數字化應用場景資源及支持政策, 舉行了數字經濟項目簽約儀式。開幕式後, 與會領導參觀了數交會展館, 並會見了與會知名軟體企業代表。

本屆數交會以“數字服務, 創新未來”為主題, 為期4天, 安排高峰論壇、產業對接與推介、展覽展示等6大類、30余場活動, 採用“線上+線下”雙展互動模式, 全面呈現全球數字化轉型的新動能新成果, 分享數字貿易創新發展的新理念新經驗。(國際在線)

三星高管：將推出可折疊手機將配備S Pen

据外媒7月28日报导，三星此前已正式对外宣布，三星新品发布会的名称定为Samsung Unpacked 2021 event，将于北京时间8月11日22:00/美国东部时间上午10点正式召开。根据此前的爆料，届时三星将会推出Galaxy Z Fold3、Galaxy Z Flip 3两款折叠屏手机，此外还可能会推出一款价格相对较低的折叠屏手机Galaxy Z Flip 3 Lite，除了手机之外，还会推出Galaxy Watch 4、Galaxy Watch Active 4智能手表与Galaxy Buds 2真无线耳机等一系列新品。

而就在发布会召开前夕，三星电子总裁兼移动通信业务主管TM Roh分享了一些新的爆料。他明确表示，三星即将推出的可折叠手机新品将拥有一款全新的S Pen。他称这款即将推出的新触控笔为“有史以来第一款专为可折叠手机设计的S Pen”。

而关于即将发布的两款可折叠设备新品，“第三代可折叠设备将开启惊人的新多任务处理能力和更强的耐用性。这款手机将拥有更精致的风格，配备更耐用、更坚固的材料。” TM Roh说道。

此外，TM Roh也确认三星会在8月份的新品发布会上推出预装Wear OS的可穿戴设备，也就是Galaxy Watch 4系列。最后，TM Roh还确认了三星不会在今年推出Galaxy Note系列手机新品。（环球网）



頭手持無線吸塵器H7正式發佈 採用聚合物超輕電池清潔更持久

石头科技正式上线了石头手持无线吸尘器H7。据介绍，石头无线手持吸尘器在电池方面做出了重要突破，将无人机领域的聚合物超轻锂电池运用到吸尘器中，使吸尘器的续航更久、寿命更长、重量更轻。此次H7的电池容量为80Wh，节能模式下的续航时间为90分钟，标准模式下的续航时间为45分钟，强劲模式下的续航时间为8分钟。

H7的主机重量为1.46kg，手持使用不费力，搭配电池后置人体工学设计，长时间使用、单手操作、吸高处都更省力。同时，为了匹配大容量电池，缩短充电时间，石头科技在H7上配备了更大功率的充电器，充电效率是上一代H6的1.75倍，可以在2.5小时内将电池完全充满，并自动切换至“智能浮充”状态，保护电池寿命。

石头手持无线吸尘器H7上搭载了480W直流无刷电机，整机吸入功率高达160AW，地板缝隙吸尘率高达105%；同时采用仿生叶轮设计，仿荷叶乳突结构的流畅内壁有效降低风阻及微颗粒在风机内的滞留。

石头无线手持吸尘器H7还具备急速启停的功能，使用先进的算法，高规格的供电设计，使风机可以从静止瞬间进入最高转速，启动时间小于0.4秒；停止时具有能量回收设计，将风机的动能转化为电能充入电池，节约电能。此外，石头科技通还打造了“二级九锥气旋”，通过强大离心力，灰尘被强力甩入尘桶，不堵塞滤网，不影响持续吸尘。据官方表示，H7的吸力表现已通过德国莱茵TÜV的吸力无损耗认证。

针对不同的使用场景，石头无线手持吸尘器H7还配备了多种刷头啊：缝隙刷、毛刷、地刷、床刷、地毯刷、以及延长杆和软管，不光可以覆盖室内清洁场景，也可以用于汽车内的清洁，同时石头手持无线吸尘器H7升级了童锁功能。

收纳方面，H7标配看的充电收纳架，可以同时收纳主机和

6个以上的配件，配件采用磁吸方式收纳，更加方便。同时很多人不喜欢在墙壁上打孔安装，为此H7采用了挂墙落地二合一的设计，无需打孔，放在地上即可使用；如果需要，也可以方便的改为挂墙使用。

过滤方面，官方表示，H7的过滤效率可达99.99%以上，可有效去除尘螨、霉菌、花粉、猫狗皮屑过敏原，尤其哮喘及过敏人群十分友好。并且风机后置HEPA滤网对小至PM0.3的微颗粒过滤高于99.97%，达到H13级过滤标准。

石头H7尘桶容量为500ml，同时兼容大容量抗菌袋，配备尘袋支架与一次性尘袋，替换气旋组件，可切换到尘袋模式使用。并且组成过滤系统的多锥分离组件、前后滤网及尘桶均可方便的拆卸水洗，有效避免污垢积累，产生异味。（环球网）



又輕又耐摔iPhone 14 Pro 機型將採用鈦合金材質

一。

据了解，苹果目前虽然已经在Apple Watch与Apple Card上应用了钛合金材质，但最新的iPhone仍是由铝和不锈钢制成的。如果报导准确，这将是苹果第一次将钛合金材质应用到iPhone上。与不锈钢材质相比，钛合金材质的硬度相对较高，使其更耐划伤，其硬度也使其足够耐用，且可以承受弯曲。与许多其他合金相比，它也更耐腐蚀。重量方面，钛合金的强度与不锈钢一样，但重量却轻了45%；与铝材质相比，其强度是铝的两倍，而重量只有60%。

虽然钛合金材质优点不少，但此材质如果应用到iPhone上也会存在明显的缺点。例如，在裸露的钛合金表面很容易看到指纹痕迹，这会影响iPhone在日常使用

中的美观问题。

不过有消息显示，苹果正在针对此问题做出应对措施。在最近提交的专利文件显示，苹果正在研究在金属表面使用薄的氧化物涂层，这样做可以大大减少设备上的指纹出现。苹果还概述了一种喷砂、蚀刻和化学工艺，可以使钛合金外壳获得高光泽的表面处理，以获得更有吸引力的外观。

值得一提的是，该报告还证实了iPhone 14系列将比今年的iPhone 13有更大变化的传言。换句话说就是2022年将为iPhone的“超级周期”，届时或许会有更多消费者选择iPhone 14。此外，iPhone 14系列将不会有iPhone 14 mini，只有两个6.1英寸的iPhone和两个6.7英寸的iPhone。（环球网）



報告稱iPad Air 5 將採用直角邊設計

据外媒7月28日报导，根Mac Otakara的最新报告显示，iPad Air 5将采用类似第三代iPad Pro与现款iPhone 12系列的直角边设计风格。

配置与拍照方面，iPad Air 5将采用10.9英寸显示屏，电源键仍与触控ID相融合。同时，其背部摄像头组合将升级为双镜头相机系统，其中包括广角和超广角镜头。

此外，虽然激光雷达扫描仪可能登陆iPad Air系列，但此消息仍未有确定消息传出。其他方面，iPad Air 5或拥有四扬声器系统与支持5G。芯片方面，iPad Air 5大概率会搭载A15芯片。

Mac Otakara的报告还显示，第九代iPad与iPad mini 6外观设计可能跟现款iPad、iPad mini 5没有太大区别。这与昨日分析师罗斯·杨（Ross Young）的爆料有著不少的出入。罗斯·杨称正在研发中的iPad mini 6将配备一块8.3英寸的显示屏，且边框将变窄，并移除Home键。



摩托羅拉Edge 20渲染圖曝光：6.7英寸屏幕後置三攝

据外媒报导，据爆料人在近日曝光的一些图片和配置信息显示，摩托罗拉Edge 20将会配备一块6.7英寸的平面屏幕，其拥有Full HD+分辨率，刷新率则达到了120Hz。此外，Edge 20的机身厚度为8.9毫米（摄像头凸起后为11.6毫米），并内置一颗4000毫安的电池。

拍照方面的信息，据摩托罗拉的新品预告和爆料显示，摩托罗拉Edge 20拥有一个3200万像素的自拍摄像头。且从渲染图上观察，其很大概率为屏下摄像头。此外，背面的三摄模组则是由1.08亿、1600万和800万像素的摄像头组成。从此前的爆料信息来看，其中1600万像素的镜头为超广角镜头，而800万像素的摄像头为长焦镜头，并拥有3倍变焦。性能方面，摩托罗拉Edge 20将采用骁龙778G SoC，搭配6/8GB内存和128/256GB存储。

据悉，曾在2020年发布的摩托罗拉Edge+是以90度的高曲率屏幕为主要卖点，但不知是出于何种原因，在今年年初推出的Edge S又换回了平面屏幕，而且以目前的消息显示，摩托罗拉Edge 20也将继续使用平面屏幕而非曲面。另有消息称，此次曝光的摩托罗拉Edge 20为标准版机型，或许会有一款搭载曲面屏幕的Edge 20 Pro版、与较低端的Edge 20 Lite一并推出。此前，摩托罗拉官方已预告在8月5日19:30举办新品发布会。

360安全衛士“極速版”發佈 無彈窗廣告網安能力提升

7月28日，360正式宣布360安全卫士“极速版”（以下简称极速版）正式上线。据介绍，本次上线的“极速版”主打永久免费与无弹窗广告。同时，其还对安全防护能力、用户体验和增值服务三个方面进行了升级。

在安全防护能力方面，“当前，勒索软件此起彼伏，数据安全也成了用户非常关心的不安定因素。” 360PC安全产品事业部负责人马博凯表示，在以360安全大脑为核心的新一代安全能力框架基础上，本次的“极速版”在功能上新增了“网络安全、数据安全、360安全大脑”三大核心板块，全面升级了系统防护中心7.0。

在用户体验的升级方面，“极速版”所主打的“永久免费、无弹窗广告”引发了用户关注。马博凯表示：“多元化的上网需求和用户的各种反馈，促使我们不断改进用户体验，新推出的‘极速版’在秉承永久免费的同时，将实现无弹窗广告。这也彰显了360安全卫士为用户服务

不变的初心与决心。”

用户体验方面，“极速版”还在设计上化繁为简，产品首页显要位置分别是几大核心功能入口。每个功能模块进入后，页面同样呈极简风格，交互页面更加方便快捷，比如将“清理”和“优化”功能二合一，将原有的系统修复、驱动程序安装等功能整合为“系统·驱动”，就是为了让用户更加一目了然，操作简捷。同时，在功能大全模块中，用户还可自主选择需要的功能，实现个性化定制。

除了安全功能和用户体验的升级，此次360安全卫士“极速版”在商业模式上做出了探索与创新。

360安全卫士除了核心经典应用外，还衍生了多个产品线或增值服务。例如面向办公场景的辅助软件苏打办公；OFFICE模板下载；OCR识别；桌面助手；各种文件的格式转化等多种应用功能。（环球网）



自学之于他，并非一开始就进入追求知识的状态，反而是透过开放式的课程和玩兴，体验到一种往里面探索的满足。黄岳涵回顾，整个小学阶段都在“体验”。自己找喜欢的音乐网站、写养小狗的部落格，老师设计各种课程，让学生参与、互动、提问、思考。

真正开始探索科学领域，是在初中二。赤皮仔两位科学老师，要求学生自选报告题目、自行设计研究过程、师生不断做科学对话，黄岳涵开始Google，在脸书上订阅喜爱的网站和社群，跨出课内学习的范围，不仅和生活连结，也不自觉实践了PBL（专题式学习）。例如，他选择对台湾特有种笔筒树的减少做生态调查。“先爬遍所有中文网站，看各种调查和论文，尽管很多东西不懂，但比过去更深入的搜集资料；还自己到山上调查笔筒树，记录健康状况、用Google Map定位……”这样的学习过程难在“无路可循、怎样都可以的开放性”，但每两周和老师聊，厘清错误，甚至将调查成果寄给相关专家，请求对方给建议。“类似做科展，虽然看来不够严谨，但自己的参与度很高。”黄岳涵回忆。

从没被硬性规定该怎么学，黄岳涵在学习路上的能力和自信，来自家庭的氛围和支持。妈妈郑婉琪是实验教育界的实践者，创办通泉草幼儿园、赤皮仔自学团、羽白群学等自学团体。黄岳涵记得几个关键时刻妈妈的陪伴，例如初中一时，妈妈陪他一起读生物，不仅帮助他度过进入科学的门槛，也做了最好的自学示范。

自學生黃岳涵／ 開放式課程和玩興 養出自學力



黃岳涵

19岁，羽白群学等自学团体创办人郑婉琪的儿子，暑假后将进入录取率比哈佛大学还低的Minerva大学就读。从小的学习在体制内外来回，透过自学团开放式的课程和玩兴，形成自学力。

黄岳涵曾在种籽实验小学度过6年；初中一就读新北市的社区国中和全人中学，初二起加入妈妈郑婉琪办的赤皮仔自学团；高一考进台北中正高中，高二、高三申请自学；现在，他是交大应用数学系学生，常在台大旁听，今夏将赴美国最夯、最需要自学精神的Minerva大学就读。

黄岳涵笑称自己“什么都沾到一点”，但每一次转换学习场域，都很自然且自愿。

（主动找资源、找人讨论

主动寻找资源，遇到问题找人讨论、试着用自己的话去解释一个知识原理，是黄岳涵在自学路上喜欢的学习方式。科技丰富了各种可能，找网络资源、听演讲，他不仅去找老师，还找得到“学伴”，组成“班群”，一起学、一起讨论。但主动、讨论的文化，却也正是目前体制内教育缺乏的，包括大学在内。上课时，同学多是习惯被动坐着听讲，教授让大家参与课堂内容的程度也不够。

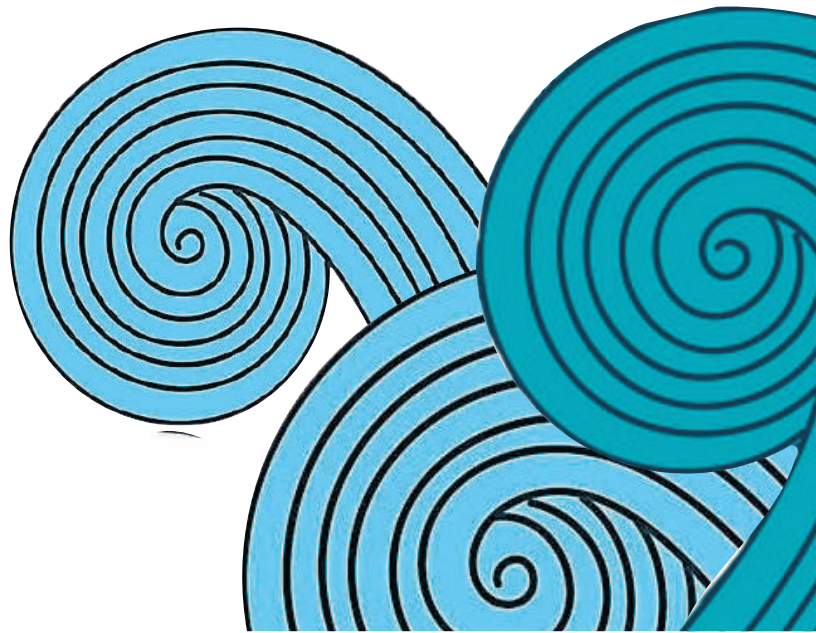
黄岳涵认为，在线上资源如此丰富的今天，在家学习已经普遍，但“光看影片不够深刻，过程中会产生很多问题，大学生最需要的，其实是讨论。”他因此羡慕香港、德国的大学有助教带讨论的课程。

今年暑假后，他将要到位于美国旧金山、重视领导力和创业精神的Minerva大学，黄岳涵已经迫不及待想去体验那里环境、文化上的刺激和精彩。

黃岳涵推荐资源



1. 从问题出发来学习：BRILLIANT
2. 科学实验小短片：Sick Science！
3. 生活里的科学：Crash Course Kids
4. 自然而然的美感养成：Vimeo
5. 创作乐团创意直击：OK Go
6. 想找灵感来这里：灵感河
7. 病毒几何学：Virus, the Beauty of the Beast
8. 赛局理论小游戏：信任的演化
9. 社会互动小游戏：别让图形不开心
10. 饱览世界奇景：Google Earth Voyager



孩子學會用科技， 就有自主學習能力

当科技融入学习，孩子学习的样貌和我们过去大不同。学习大数据能帮助老师进行差异化、个人化教学，学校没教、孩子想学的，可以透过网络找到全世界学习资源，挑战是：如何引导孩子正确使用数码资源？

这期人物都是拥有自学力的老师、知识型网红和学生，从学习、教养、教学故事中，看到他们是如何游走在实体与数码科技学习的轨道上。

在教室里，用对科技，能协助老师做到差异化、个人化教学，还能夺回孩子的学习专注力，帮助孩子建立学习的自信。

在家里，用对科技，孩子能成为拥有自主学习能力的终身学习者。孩子清楚自己想学什么的热情，有能力选择对自己有益的学习资源，可以为自己的学习负责，有效规划学习时间、任务与目标。使用科技来娱乐时，也有能力自制，不会被科技大浪卷入淹没，而溺死在不当的网络内容中。

A02、A03



動不動就好累 小心慢性疲勞上身

“我常常觉得很累，每天都睡不饱，是不是肝有问题啊？”这是不少忙碌上班族常有的疑问。但疲劳、精神不济真的是肝不好的警讯吗？中医师表示，其实上述问题不一定是肝的实质脏器出问题引起，而是“慢性疲劳症候群”在不知不觉中找上门导致！

每天都睡不饱，原来是慢性疲劳症候群作祟！有这些症状要注意

到底什么是“慢性疲劳症候群”呢？康涵菁中医师表示，“慢性疲劳症候群”是一种身体出现慢性疲劳症状的病症。根据美国疾病控制与预防中心的定义“慢性疲劳症候群”，指的是疲劳感持续或断断续续出现长达6个月以上的现象。

若民众在排除癌症等重症疾病的可能性后，疲劳感仍无法因睡眠或休息而减缓，且日常活动力也降低，并合并有下列4项以上次要症状，即可确诊为“慢性疲劳症候群”

- 记忆力或注意力缺损。
- 劳动后，极度疲惫。
- 睡眠仍无法改善疲劳。
- 肌肉酸痛。
- 非发炎性之多发关节痛。
- 与以往不同型态或严重度之头痛。
- 重复发生的喉咙痛。
- 颈部或腋下淋巴结肿痛。

一般来说，临床上“慢性疲劳症候群”确诊的年纪多介于40—60岁间。其中，女性发生比率更是男性的2—4倍，且又以工作时间长、情绪压力大，或作息不正常的脑力劳动者所占比例较高。不过，由于西医并无专门消除疲劳的良方，因此在治疗上多只能开些缓解症状的药物，绝大多数的情况还是需要依靠患者调整不当的日常生活作息来改善。

3体质慢性疲劳易上身—中医推3款茶饮，对症饮用助调理

至于，中医又是如何处理慢性疲劳症候群问题呢？康涵菁中医师指出，中医观点认为，慢性疲劳归属于“虚劳”范畴，当人

体五脏有任一次处出现虚损，就有可能导致其发生。事实上，早在黄帝内经中就有记载“劳则气耗”的论述，简单来说，就是无论是身体或是心理上的劳损，都有可能影响到人体气的生成和运行，产生气虚或气滞，也就是气病的问题。

而气病又可能进一步影响到人体血的运化，造成“气滞而血瘀，气衰而血少”，的情况发生，形成血虚或血瘀体质。因此，临床上中医又将慢性疲劳症候群问题，根据体质、肇因的不同，分作心脾两虚型、肝郁气滞型、气滞血瘀型3大类型。

桂圆红枣茶的做法为，准备4—5颗桂圆肉，搭配拍碎或划开的红枣2—3颗，再放入500c.c.的水煮沸后再以小火续煮3—5分钟即可。

《第1类／心脾两虚型》

成因：常见于思虑过多，饮食不节的患者。

症状：主要症状除了提不起劲的疲惫感外，还有浅眠易醒、健忘、腹胀腹泻、四肢无力、面色苍白或萎黄等不适反应。

适合茶饮——桂圆红枣茶

作用：能够补益心脾，适合心脾两虚型的患者。

做法：准备4—5颗桂圆肉，搭配拍碎或划开的红枣2—3颗，再放入500c.c.的水煮沸后再以小火续煮3—5分钟即可。

注意事项：桂圆的日摄取量勿超过5—6颗，并且注意自己是否有些口干舌燥等上火症状，另外有血糖方面问题的病人也最好避免食用。

《第2类／肝郁气滞型》

成因：多见于工作或是家庭压力大，情绪总是处于亢奋紧绷的患者。

症状：除了伴随焦虑、怒气的疲惫感外，往往还会有反覆的头痛、胸闷腹胀、咽喉阻塞感等症状，女性朋友也连带可能出现月经不调的问题。

适合茶饮——生姜薄荷茶

作用：能够疏肝解郁，适合肝郁气滞型的患者。

保温杯不能放茶包、咖啡 破解5大疑点

随著环保意识抬头，越来越多人习惯外出时随身携带保温杯！不过，近来网路却盛传：“保温杯不能泡茶、装咖啡、果汁、牛奶，否则恐将使保温杯内壁不锈钢遭酸蚀，导致重金属释出，影响人体健康”的说法，引起网友恐慌，究竟以上论述是真是假？且听毒物科医师怎么说！

保温杯构造知多少？真空＋耐腐蚀性不锈钢达目地

针对外界的疑惑，台北荣民总医院临床毒物与职业医学科主任杨振昌医师表示，在讨论保温杯装入上述饮品是否有释放毒素的疑虑前，不妨先一起来看看保温杯的主要构成成分。

一般来说，正规的保温杯主要是由不锈钢材质的内外壁，加上双层抽真空的结构，才能真正发挥其应有的保温功能。而不锈钢之所以有“不锈”之称，主要是因为不锈钢在制造的过程中，必须加入一定量的“铬”一同烧制。当铬在接触空气、环境中氧气时，便会形成一层特殊的“氧化铬”薄膜，藉此阻绝锈蚀、重金属释出的可能性。

所以，相较于普通钢，不锈钢的耐腐蚀性和抗氧化性相对来得较高。也正由于不锈钢具有耐腐蚀、抗氧化的好处，使其广泛被使用于日常生活用品中的锅碗瓢盆中，自然也包括保温杯的内外壁上。

保温杯放这些饮品NG？医师说法大公开

在了解保温杯的构造后，接著就可以一一来讨论，到底保温杯是不是真的只能装水，如网路传言般，茶叶、咖啡、果汁、牛奶等其他饮品都不合适？就让杨振昌医师来为我们一一解说。

1.保温杯不宜放入茶叶、咖啡，否则其所富含的单宁酸份，将导致不锈钢氧化变质，甚至使保温杯内的重金属物质释出对此，杨振昌医师指出，茶叶与咖啡在冲泡的过程中，确实会随著放置、冲泡时间的拉长而逐渐释放出单宁酸成分，进而影响其风味。

但单宁酸的影响也仅此而已，事实上，名称上有一酸字、属于多酚类物质的单宁酸，其实是植物组织中具有显著生理作用的一类含氮的



做法：选取3—4片薄荷叶与2—3片姜放进壶里，用500c.c沸水冲泡，浸泡5—10分钟后饮用。

《第3类／气滞血瘀型》

成因：多见于长期久坐，工作时数长，下班又没时间运动的患者。

症状：除了全身酸痛的疲惫感外，还容易注意力难以集中、面色晦暗，肢体易发冷或麻木的情况。

适合茶饮——丹参黄耆茶

作用：能够活血补气，适合气滞血瘀型的患者。

做法：准备丹参10公克以及黄耆10公克，放入500c.c.的水煮沸后再以小火续煮3—5分钟即可。

注意事项：孕妇以及服用阿斯匹灵的患者请勿食用。

当脑袋混沌、注意力难以集中时，可以按摩头部的“百会穴”、“四神聪”帮助醒脑开窍、健脑提神。

摆脱慢性疲劳有诀窍！中医师传授穴位按摩法，教你自我舒缓不求人

除了根据体质饮用上述茶饮外，经常感到疲倦的慢性疲劳患者，不妨可于平时养成适度进行穴道按摩的习惯，就是很好的自我舒缓方式。譬如，当脑袋混沌、注意力难以集中时，可以按摩头部的“百会穴”、“四神聪”帮助醒脑开窍、健脑提神；而睡前可以按压手部的“神门穴”、“内关穴”帮助心情放松，提升睡眠品质；若是身体多处酸痛，亦可按压手部的“合谷穴”以及足部的“足三里穴”和“太冲穴”，畅通一身气血，缓解肌肉的紧绷不适。

中医师小叮咛：

最后，康涵菁中医师提醒，有慢性疲劳问题的病人，起居应保持规律，饮食要尽量节制，并建议找出自己喜爱的纾压活动、适度从事都能辅助达到改善效果。但若是症状较为复杂、严重，经由上述方式后疲惫症状仍未见缓解的病人，则建议应尽速前往医疗院所，让专业中医师仔细评估体质，开立适合的药物加以调理较有保障。（华人健康网）

最近不能去醫院復健 踮腳尖改善足底筋膜炎



妇人下床踩地剧痛 治疗师供4招伸展运动改善足底筋膜炎，55岁陈姓妇人一早下床踩地就会感觉足底后跟強烈刺痛，在多走动之后疼痛才会缓解。持续了一段时间后，到部立南投医院复健科门诊就诊，诊断为足底筋膜炎，在接受体外震波治疗后改善，物理治疗师也提供几招伸展运动，改善筋膜炎的不适。

复健科周建文主任指出，足底筋膜位在脚底的扇形结缔组织，造成足底筋膜炎的原因许多是与工作和生活习惯有关，大部份是长时间站立或行走、扁平足、运动伤害、体重过重、穿著高跟鞋或是老年人因退化导致脂肪垫的萎缩等。患者会明显感到足跟疼痛，生活品质与活动力常会因此受到影响。

初期筋膜炎最简单的治疗方法就是休息减少走动或冰敷，吴政轩物理治疗师表示也可以自主做运动配合传统复健治疗就可以获得改善，例如：脚踝运动、跟腱牵拉运动、脚趾抓毛巾运动、踮脚尖运动。若要预防足底筋膜炎，应避免长时间行走和站立、过度拉扯足底筋膜，可自行做肌力和伸展训练，并选择适合的鞋子，才能有效保护足底筋膜。

脚踝运动、脚趾抓毛巾运动、脚趾抓毛巾运动、踮脚尖运动

周建文主任表示，足底筋膜炎、钙化性肌腱炎及肱上髁炎是使用体外震波治疗最常见的三种软组织疾病，临床治疗效果达八成以上。对于长期肌肉骨骼系统疼痛，经民俗疗法、针灸、药物治疗及复健治疗无法改善的病患而言，体外震波治疗可以提供安全又有效的治疗选择。

体外震波治疗每个疗程做3次，每周1次，治疗后可能有闷胀或酸痛的感觉，因为这是震波治疗的特性先让组织微破坏，促进好的发炎，增进血液循环、细胞再生能力后，再让人体修复。

通常至多持续约1—2天就消失，医师建议可以冷敷减缓不适感，组织的修复及再生通常在一到二周后就会开始，这段期间尽可能休息补充营养，约一个月后达到高峰。

施做体外震波约有7成患者治疗3次后疼痛获得改善疼痛感消失，使用震波治疗可以提供非侵入性保守治疗、无伤口、复原快、不需住院，院方建议有肌肉骨骼系统疾病的患者可至医院与医师进行讨论、听取专业建议，选择适合自己的治疗方式。（早安健康）



硷性物质，并非外界认知具腐蚀作用的酸性成分。

因此，自然不可能导致不锈钢酸蚀的情况发生，更不用说品质良好且表面未磨损的不锈钢的耐腐蚀性相当高，若非高浓度的强酸，否则根本不可能导致其变质。事实上，民众反倒应该担心的是，茶叶本身在栽种过程中，是否有农药施放过量、土壤残有重金属存在的疑虑。

2.煎好的中药含有大量酸性物质，容易造成保温杯不锈钢内壁腐蚀，进而影响饮用者健康？

杨振昌医师强调，首先要澄清的是，并非所有的中药都含有酸性物质。且如之前的解释，品质良好且表面未磨损的不锈钢抗腐蚀性相当高；若非高浓度的强酸，否则不可能导致其遭受酸蚀，更遑论人体可以喝下肚的中药汤剂。实际上，保温杯装中药最多仅有色泽容易沾附、气味残留、不易清洗等问题，并无健康上的疑虑。

3.保温杯内不建议装入果汁，特别是柠檬、柳丁的酸性水果，以防内壁遭腐蚀？

如上述所言，只要不是高浓度的强酸，都不会对不锈钢造成破坏。因此，即便是浓缩的果汁、饮品放入保温杯中都是安全无虞的。唯一要注意的是，由于果汁甜度高，且富含大量碳水化合物，建议最好于开封30分钟内趁新鲜饮用；或是尽速放入冰箱冷藏存放，以防微生物、细菌大量滋生而变质。

4.保温杯中不建议装热牛奶，才不会导致微生物、细菌在保温状态下，迅速繁殖而腐败？

杨振昌医师指出，事实上，不论是热牛奶、冰牛奶，营养丰富的奶制品一向是细菌、微生物相当喜爱的食物。一旦保存环境温度介于20℃～30℃之间（退冰、降温），就容易导致其变质，并可能因此在饮用后引起肠胃炎。因此，建议无论是热牛奶还是冰牛奶，最好冲泡、倒出后就尽速饮用完毕较有保障。

5.保温杯装碳酸饮料更不行，恐酿内壁腐蚀害健康？

至于汽水、可乐等碳酸饮料放入保温杯合不合适？事实上，碳酸饮料的弱酸并不会对不锈钢带来伤害。只是，要提醒的是，由于碳酸饮料有气泡存在，建议倒入保温杯时，最好不要倒满，保留一定的空隙，以避免打开时，大量冒泡的情况发生。

延长使用期限！保温杯这样清洁保存无虞

除了针对上述几项常见饮品是否可装入保温杯中加以解释外，杨振昌医师提醒消费者，保温杯上可见的茶褐色污垢，大多是因单宁酸、食物色素残留所致，并非所谓的不锈钢氧化变质；因此只要适度透过海绵、小苏打粉、白醋水浸泡冲洗，就能轻松去除，不需过度担忧。

最后，杨振昌医师也提醒，为防止异味或污渍的产生，延长保温杯的使用期限，除了尽可能避免碰撞、重摔，以免影响其保温作用外；若能于每次使用后适度清洗干净，使保温杯充分地风干，更能用的长久与健康。（华人健康网）

吃麻油助排經血 破解經期食補6大疑惑

“生理期吃麻油，有助经血、体内脏东西排的更干净？”、“月经期间大失血，来碗十全补汤能补血、补元气？”有关生理期禁忌与保养方法，众说纷纭。想让大姨妈乖乖报到，远离经期不适，到底该怎么做才对？女中医师将针对常见6大疑问——解说！

生理期保养别吃错！ 女中医解答6大食补疑惑

叶濡端中医师表示，女性月经来潮时，是身体最为敏感、特殊的时间，在饮食调理、进补上，更是有学问。若不慎选错方法，不仅无法发挥预期的舒缓效果，更可能加剧不适，不可轻忽！

1.生理期期间，适度吃麻油有助经血、体内脏东西排的更干净？

叶濡端中医师指出，基本上，月经来潮时，都不建议食用麻油！在一般老一辈认知中，麻油有排污血作用，经常被产后妇女作为辅助排除恶露的滋补食材。因此，有不少人坐月子，便依循这样的古老帖方。

但是，值得注意的是，麻油虽有收缩子宫的作用，但多数的麻油料理譬如麻油鸡，一般作法多是先用老姜爆炒，辅以不少的米酒，或以半酒、全酒方式料理；在酒的行血作用、老姜的辛热性下，往往使得活血的作用更强。

有的业者甚至会于烹调麻油料理的过程中，加上一些桂枝之类，有温通经络作用的药材，再跟麻油本身的宫缩作用结合在一起，若在经期食用，恐有导致过度活血的疑虑，出现经期过长，甚至大量出血、血崩的状况，不可不慎！

2.月经期间吃麻油，可能会导致经血“束”起来？

平时似乎也常听到经期吃麻油，使得经血“束”起来的说法。叶濡端中医师解释，在中医药典籍中记载的生麻油本身是凉性，不过在经过添加老姜，甚至爆炒的动作后，麻油早就已经已变为热性。倘若，又结合上述提到的米酒、活血药材等，整个麻油料理就会变得十分燥热。

对于在经期前后会出现发炎症状，譬如平时

就有子宫内膜异位症、巧克力囊肿、慢性盆腔炎发炎等妇科疾病的妇女，到了经期时，子宫跟骨盆更会处在一种过度充血、发炎的热性症状表现。

这时若又吃麻油料理，更会加重发炎症状，反而不利经血排出，甚至还会觉得经痛加重。因此，不论是基于Q1、Q2哪一理由，还是呼吁女性朋友，经期时不建议特别去吃麻油料理，避免不清楚本身状况，反倒干扰经血的排出。

3.大姨妈来，适度吃姜好处多，那吃姜母鸭可以吗？

姜母鸭的料理步骤，一般是将鸭肉先用麻油爆炒过，只是不像麻油鸡的麻油量那么多。不过，因为料理过程中也都会加入米酒，甚至是其他活血中药材，所以食用上还是要小心。

特别是，平时就有月经量大、经期容易拖延，以及有子宫内膜异位症、巧克力囊肿、子宫腺肌症、子宫肌瘤等妇科器质性疾病，或是，身体正有发炎反应，发炎如骨盆腔发炎、阴道炎、泌尿道感染者，一般还是不建议食用。

因为绝大多数民众食用姜母鸭，往往会像吃火锅一样，加许多蔬菜、配料，因此，也会稀释掉汤品的活血作用。所以，若没有上述问题的女性朋友，只吃里面的食材，在经期还不至于产生太大问题。虽然虚寒体质者适度喝些汤能帮助温通，但要注意的是，料理中米酒量不宜添加太多，才不会行血太过、导致出血量大增。

4.月经期间大失血，来碗十全补汤，能补血、补元气？

十全大补汤在经期期间喝，到底适不适合？叶濡端中医师强调，经期一般都不建议吃补药，像是四物汤、八珍汤、十全大补汤等台湾常见的药膳补方，建议是在经血干净后才服用，以避免干扰经血排出。

而且这些补药在坊间中药房贩售时，很多是加味四物、加味八珍、加味十全，有的会加一些温通经络、活血化瘀的中药材，各家配方不同、剂量也不同。就以十全大补汤来说，若该方添加的“补气中药较强”，就有可能会让经



血排出减少；但如果加味十全加的“活血药太多”，又有可能让经血量增加。所以，在变因太多的情况下，都不建议于经期间服用。

叶濡端中医师强调，经期也不建议采用饮酒的方式来帮助经血排出！虽然酒精有让血管扩张、促进血液循环的效果，且中医认为酒有行血作用。

5.适度饮酒能促进血液循环，生理期间小酌一番，有助经血、脏污排出？

经期也不建议采用饮酒的方式来帮助经血排出！虽然酒精有让血管扩张、促进血液循环的效果，且中医认为酒有行血作用。

由于每一种酒的特性不同，行血效果也有差异，一般来说，啤酒行血作用少，且偏寒性，易使身体产生寒湿，不适合经期饮用。至于红酒、高粱酒、黄酒等品项，虽然行血作用较强，但是因为每个人对酒精的反应性不同，还是不建议用饮酒的方式来帮助排血。若有经血不畅的问题，最好寻求专业医师，针对经血问题调理较佳。

6.经期吃甜食、巧克力不会发胖，大口吃“大丈夫”？

常有女性朋友以为经期多吃甜食、巧克力不会发胖，因此到了经期很放心的大啖甜食。叶濡端中医师强调，经前、经期偶尔会建议吃些甜食，是因经前荷尔蒙变化，很多女性会有情绪起伏、情绪低落的状态，适量的甜食、巧克力有助脑内啡的分泌，可使心情较愉悦。

但是，如果毫无节制大啖甜食、巧克力，还是有一定的发胖风险！特别是，许多人在经前会有水肿的状况，经期过后水肿消退，却因此误以为多吃甜食也不会发胖，其实，摄取过量的脂肪，还是会悄悄累积在体内。

生理期这样呵护自己！ 女中医推2茶饮

女性朋友想在月经期间更为舒适，叶濡端中医师设计了以下2款材料准备简单、制作容易的“黑糖姜茶”、“玫瑰花茶”，提供给大家参考：

玫瑰花茶

材料：玫瑰花蕾6g、红糖10g。
作法：以500ml热水焖泡玫瑰花15分钟，再加入红糖调匀即可。
作用：疏肝活血，适合压力型经痛，经前症候群明显，有情绪不佳、乳胀的患者，可在经前一周就开始饮用。
禁忌：经量过多者。

黑糖姜茶

材料：黑糖10g、生姜4片（老姜热性较强，若需要较强的温通作用可选老姜）。
作法：500ml水煮滚后加入生姜4片，转中火煮5分钟，加入黑糖调匀即可；亦可用闷烧保温罐加入滚水闷泡生姜片15分钟，再加入黑糖调匀。（华人健康网）

14天瘦身術 靠吃蛋白質也可以瘦

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，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，然后让后脑杓与脚后跟也靠墙壁上，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，可在吃完饭之后立刻洗碗，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）

自己飄出大孀味掉髮、易倦 同學還像小姐



经常掉发、容易疲倦、脸色苍白、腰膝酸软、智力衰退，不一定是压力造成，也可能是肾虚症状，中医师建议，多吃黑、白、红色食物，如芝麻黑豆黑糯米粥、山药枸杞红枣粥等滋养肾气，变得年轻又有活力。

大家有没有这样的感觉？明明是同龄，但朋友看起来却比较年轻，自己则出现提早衰老的现象：白发、掉发、脸色苍白、嘴唇暗淡、面容枯槁，甚至有耳鸣、腰膝酸软、智力衰退等症状，台北市立联合医院仁爱院区中医师周宗翰指出，这些症状反应出肾虚，建议适量食用黑、白、红色食物，如芝麻、黑豆、山药、枸杞、红枣、红酒等，有助于固肾气、补肾精，让外表看起来年轻、有活力。

《肾是生命与美丽的根本》

周医师指出，中医认为，肾是生命与美丽的根本，与生殖系统、骨骼、骨髓、大脑、免疫系统、分泌系统及神经系统习习相关，肾气充足可温暖脾胃，使五脏六腑拥有良好的生存环境，新陈代谢快，促使骨骼强壮、脑力活络、头发乌黑，外表更年轻。

相反的，一旦肾气虚弱，会出现脸色苍白、黑眼圈、嘴唇周围暗淡、面容枯槁、白发、掉发等症状，而且感觉耳鸣、腰膝酸软、智力衰退，显得老态龙钟。

脾胃虚，乌骨鸡汤最有效。

《芝麻黑豆黑糯米粥护肾》

周医师指出，许多肾功能衰竭患者有熬夜、过度疲劳、睡眠不足情形，因此养成良好作息习惯、早睡早起、避免劳心劳力，搭配穴位按摩及食疗保健，有助于养护肾精；每晚睡前按揉脚底的涌泉穴或是泡脚，有养肾固精之效；此外，保持大、小便顺畅，否则浊气上攻不但侵害肾脏，而且容易引起膀胱炎或导致腰膝酸软。

食疗方面，多吃黑色、白色、红色食物很有帮助，黑色食材如芝麻、黑糯米、黑豆、乌骨鸡等，将前三者与核桃一起煮成稀饭，也可加些黑糖当甜点，就是一道可口的护肾药膳。

白色食材包括山药、芡实、白果等，红色食材如红枣、枸杞等，将芡实洗净、浸泡2小时后放入锅中，加入1500cc的水，大火煮开后，转小火煮30分钟，倒入大米续煮20分钟，再将山药与红枣、枸杞放入锅中，续煮10分钟就完成“红白补肾粥”，山药补肝肾，芡实、大米可调理脾胃，枸杞、红枣也有补精血、益肝肾的作用，每周吃一次，有助于减轻疲劳，使气色红润、精力充沛。

山药黏滑的肉质对肠胃有保健作用。

此外，红酒也能补肾，周医师表示，从中医观点来看，葡萄连皮一起吃，有生津开胃、益气养血、补肝肾等功效，每晚睡前喝30cc红酒可以养颜美容、促进新陈代谢、清除自由基、活血化瘀、放松身心，有助于减缓生殖系统衰老，不过有肝脏疾病的患者避免过量。（良医健康）

《好声音》座位 離得遠 張碧晨吳莫愁被爆有恩怨



中国浙江卫视歌唱选秀节目《中国好声音》2021系列，将从7月30日起与湖南卫视《中餐厅5》正面交锋，收视备受挑战，但导师阵容公布后，却爆出其中两个出任助教的歌手张碧晨和吴莫愁曾有恩怨。

今年是《好声音》的第十年。浙江卫视大改版，导师加助教数量空前，达到

八位，包括老导师那英、汪峰、李荣浩、新加入的李克勤，和出身自本节目且目前在乐坛比较活跃的女歌手“助教”张碧晨、黄霄云、吉克隽逸和吴莫愁。

电视台发布展示导师座位的官方海报，那英和汪峰依然占据C位，中媒说，张碧晨和吴莫愁被安排得很远是为了避免打架。

吴莫愁2012年参加《中国好声音》并获亚军后，一炮而红，曾经和王菲、古天乐、周杰伦、F4同列百事可乐代言人，曾经有这个身份的大陆艺人只有李易峰、杨洋、黄晓明、杨幂、韩庚等，可见吴莫愁有多受欢迎。然而，自从张碧晨2014年参加《好声音3》并夺冠后，吴莫愁的声望就下降了，两人不和的消息也传开

了。

媒体指出，吴莫愁2017年9月突然连发两条微博炮轰某人只盯著她，还吐槽这个人肢体不协调也不放弃跳舞、在背后搞小动作等。网民猜测她针对张碧晨，因为她的发文中提到了“接触过你的都说你那90度的大鞠躬很假”，张碧晨出道后的形像就是“90度鞠躬”。

从未明确回应不和传闻

不过，两人从未明确回应此事，有人认为是当时吴莫愁拿到了选秀节目《明日之子》帮唱嘉宾的邀请，结果被张碧晨通过某种方式截胡了，所以吴发文吐槽对方耍手段，但真相至今无法判定。

戏剧性的是，四年后的今天，两人居然要同框录制节目，甚至可能会有互动。媒体说，吴莫愁近年声量沉寂，张碧晨又经历和华晨宇未婚生子的风波，两人都需要重新冲刺事业，所以目前没有什么私人恩怨不能放下。（早报）

鍾孟宏《瀑布》入圍威尼斯影展地平線單元

第78届威尼斯影展公布主竞赛名单，在21部入选影片中，有不少名导新作入围，包括西班牙导演Pedro Almodovar（佩德羅阿爾摩多華）的《平行母亲》（暂译，Parallel Mothers），纽西兰导演Jane Campion（珍康萍）的《犬之力》（暂译，The Power of the Dog）等，同时包括美国女星Maggie Gyllenhaal（玛姬于伦霍尔）执导的《暗处的女儿》（暂译，The Lost Daughter）等。

在亚洲方面，台湾导演鍾孟宏首部执导女性电影《瀑布》、日本导演汤浅政明《犬王》、贾樟柯监制的柬埔寨影片《白色大厦》，皆入围地平线单元。

《瀑布》由金钟视后贾静雯和北影影后王净演出母女，贾静雯觉得无比荣耀，她说：“通过《瀑布》，希望大家看见许许多多心灵上缺少的人，需要被关爱与呵护，那个伤很深，唯有爱能修复那过往的伤。”

鍾孟宏曾以《第四张画》《阳光普照》两度获得金马最佳导演奖。他开心地说：“期待台湾观众会喜欢《瀑布》这部电影！”鍾孟宏之前曾透露李安看了《瀑布》的初剪版，很惊讶地对他说：“你怎么变了这么多？和《阳光普照》完全不一样了。”

名导蔡明亮的纪录短片《良夜不能留》则入选非竞赛单元，他说：“《良夜不能留》是40年代的华语老歌。我2019年底受邀到香港演唱老歌，正逢香港处于动荡，在东南亚长大的我，可以说是喝香港奶水长大的，对香港有一份深刻的感情。此时此刻，看著东方之珠风云变色，不免有所感触。某夜，我拍下激情过后的铜锣湾街景，就成了这部短片。”

本届威尼斯影展将于9月1日至11日举行，与去年一样，电影节线下所有场次放映只允许开放50%的座位。（早报）



在微博問“有人看奧運嗎？” “入江直樹”被中國網民罵到刪文



东奥中日混双乒乓球比赛，日本队26日

击败强敌中国，在日本新版《恶作剧之吻2013》饰演入江直树的男星古川雄辉，当天透过微博发文问众人是否有在看奥运，一番言论却遭中国网民质疑是在挑衅，意外掀起骂声，他事后紧急删文，并用英文写下道歉声明：“如果冒犯了你，我真的很抱歉，我没有那个意思，我选在错误的时间点发文提问，用词也应该更小心谨慎，对不起。”

古川雄辉当晚在微博以英文发文：“You watching the Olympic?”（你有没有在看奥运比赛？），20分钟后又发文：“wow...some people telling me to shut up just because i asked if you're watching the Olympic? that is so rude and sad...”（哇！有些人叫我闭嘴，只因为我问有没有人在看奥运，多么粗鲁和令人难过……）不料此举反而让中国网民怒火中烧，指责他不应该在日本队赢球后，跑到对手国家的社交平台上阴阳怪气，认为他的做法“恶心”。（早报）

林家棟：在電視台當一哥 進軍電影界什麼都不是

香港男星林家栋由电视跳到电影，由配角演到主角，由影帝兼任监制，入行30年没一刻停下来，每一刻都尽量将自己无限伸延，涉猎更多，得到更多。

配合合资开拍的新片《杀出个黄昏》上映受访，他回想1988年参加香港TVB电视台艺员训练班正式入行，花10年时间由路人甲做到剧集《大闹广昌隆》《茶是故乡浓》男主角，不单是剧集主角，更是收视福将，不过拍到《酒是故乡醇》，他发觉自己开始成为复制收视的机器，于是把心一横不再续约，2001年正式签约刘德华，开始进军电影界。

他说：“‘进军’是自欺欺人的字眼，当你在电视台阿哥前阿哥后被称呼，去到电影圈其实什么都不是。你在电视台再红，去到电影圈就是比较嫩，还没有市场定位的一群。”

他说，没有定位，就要不断去尝试，小角色要做，大配角都演，一句对白的一样照接。他昔日反问过自己，是否接受这种落差，接受不了是因为一直都只是自己在飘飘然，以为自己很了不起，到头来其实自己什么都不是。他就是靠向外闯的决心一路走来。

对这行有30年感情

回看近20年，成功由电视艺人转到电影还当上一线甚至帝帝的，已经是古天乐、张家辉、林家栋这一代，往后还没有成功例子，是当中的接轨过程出了问题？他说，留意到近年来，社交平台兴起，大家都自行拍片开直播，长期以一个既定的面目接触观众，这都成了演戏的障碍。

“正如当年有前辈提醒自己，你选择进剧组，便不要去拍综艺。你拍10部剧，



你会做到有三四个形象出来，你拍20辑综艺，20辑都是同一个形像。现在电视台也一样，我好奇为何这么多艺人叫人网购，看得多的观众又是否接受他演另一个形象出来？到底观众要看哪一个？艺人在互联网的表演，就像以同一形像演20辑综艺节目，不是坏事，但你要清楚自己适合演哪一个。”

有人当上影帝，开始挑剧本，一年拍几部戏然后享受生活，但林家栋就是觉得这样不好，于是十年前当上监制一职，既要跟编剧日夜钻研剧本，又要照顾前辈演员管接管送，一脚踢，除了因为享受那份满足感，更大原因是对这一行有30年的感情。

“是这一行养活我，到现在有一点能力，何不为此圈子作点贡献？”

又因为这心态，他对于行内大大小小的事都有意见，都放心上心，包括对前辈演员的尊重，或是新一代演员的演技培训。（早报）

挪威手球隊拒穿三角褲遭罰款 美國天后Pink力挺：罰金我付



挪威女子沙滩手球队在2021年欧洲沙滩手球锦标赛上，因为不愿穿过于暴露的比基尼三角泳裤出赛，被罚款1500欧元。美国乐坛天后Pink看不过眼，不只发声力挺，更霸气说要帮她们付罚款。

据国际手球联合会的规定，女子运动员须穿露脐上衣，而下半身的比基尼裤必须是“贴身剪裁，并且以朝大腿以上的角度剪裁，最大边宽为4英寸。”挪威队曾在比赛前申请参赛时让球员

换上训练时穿的短裤，却被欧洲手球协会威胁处以罚款1500欧元罚款或取消资格，引发争议。

Pink公开说：“我打从心底反对性别歧视。我为挪威女子沙滩手球队感到自豪，欧洲手球联盟应该因性别歧视而罚款。各位选手，我很乐意为大家支付罚金。做得好，请继续战斗。”

法国女子沙滩手球队的主教练Valerie Nicolas（瓦莱里尼古拉

斯）也公开支持挪威球员：“由于比赛着装问题，我们已经失去了许多球员。许多球员觉得这种不必要的性感会让她们感到不舒服，就像没穿衣服被人盯著看。此外，这个项目运动量很大，处于生理期的运动员更是感到不适。同时，比基尼着装还要面对宗教信仰问题，这让中东、印度一些地区的运动员只能『知短而退』。”（早报）



趙炳圭霸凌案出現反轉 爆料者認造謠道歉

韩国演员赵炳圭因主演《驱魔馆》爆红，不料却在2月卷入霸凌、校园暴力风波，重创形象。

事件经历五个月之后，霸凌案出现反转，其所属公司HB娱乐昨天发出声明，强调收到来自爆料者的道歉悔过书，由于爆料者在海外，若对方返韩将会对他采取法律行动。

韩国演艺圈2月校园霸凌连环爆，赵炳圭被爆料在新西兰

读书时是个小霸王，欺凌班上同学，且受害者疑似为韩国同乡。尽管他多次否认此事，演艺事业仍受创。近期调查告一段落，经纪公司发出声明还赵炳圭清白，指当初声称赵炳圭霸凌的网友已承认自己造谣，并在最近传了道歉文。

据悉，为了协助警方调查，经纪公司上缴赵炳圭学生时期的记录簿，还找到几个教师、同学陈述证词，该

证词皆获得警方认证为事实。（早报）



趙寅成贊助5億韓元 建坦桑尼亞希望學校



演员赵寅成赞助5亿韩元，在坦桑尼亚建立希望学校。

28日，韩国MIRAL财团相关人士表示：“2018

年得到了演员赵寅成赞助5亿韩元，并开始在坦桑尼亚辛吉达建设希望学校，目前也在运营中。”

由赵寅成捐赠建立的“辛吉达新飞跃学校”（暂译）位于坦桑尼亚中部辛吉达地区，目前有包括幼儿部3个班级和小学部5个班级共351名学生正在接受教育。

据悉，辛吉达是坦桑尼亚最贫困的地区之一。由于几乎没有社会基础设施，学校数量也远远不够，大部分儿童在很小的年龄就出去做劳工。

赵寅成的赞助让该地区有了学校，学校除了提供教育外，还提供供餐和零食，还开展了“体育日”等多种项目，帮助孩子们全面成长。

赵寅成还曾在2019年亲自访问学校，和孩子们一起在操场上种下了名叫“terminalia”（暂译）的树苗。

另外，由赵寅成主演的电影《摩加迪沙》正在韩国上映。（来源：bnt新闻）



885

天下歸元

著

長孫無極淡淡道，“您負責您的，我負責我的，您負責調教她，我負責追逐她，咱們互不干涉。”

老頭還要反對，長孫無極笑道：“怎麼？您一定要驅逐我麼？行啊，晚輩立即發文天下，將這一段事兒給七國評理，大瀚帝君的師傅擄了我無極的未來皇后，還不許無極要人，十強雷動倚強凌弱，大瀚帝君仗勢欺人……”

“隨便你！”

火紅的雷動大喝一聲，唰的轉身。

孟扶搖被震得嗡嗡嗡了一陣，好不容易恢復過來，才聽見雷動道：“老

夫剛才聽你們商議，要去迷蹤山麼？老夫正好要去，一路上調教你。”

他從懷中掏出皺巴巴的幾張紙，咕噥道：“專門去問的，大概有用吧……從明天開始，老夫要帶你去學藝！”

孟扶搖眼睛剛一亮，就聽見他對著紙片念：“第一天，學刺繡！”

“……”

“第二天，背女則！”

“……”

“第三天，學廚藝！”

“……”

“第四天，學縫紉裁剪！”

“……”

“第五天，學禮儀！”

“……”

“第六天，學……”老頭紅彤彤的臉皮突然好像更紅了點，拚命壓低了聲調，大概相當於五十個人在吵架，“……房中術十八法之玉女心經！”

孟扶搖噴血了……

神啊，打下一個雷來劈死這超級雞婆吧！

他是要培養一個皇后還是一個交際花還是日本AV片女優？

雷動讀完，自己覺得很滿意，

扛著孟扶搖，大步向著目標中的完美的、標準的、上得廳堂下得廚房浪得大床的大瀚皇后成長之路進發……

她終於發現了——眼前的女子，異常的危險。

天真無邪，熱情大方，似乎總是站在你這邊，替你說話，為你著想，但事後仔細回想一下……她真的是在為你著想嗎？

因她的所作所為得到好處的，真的是你自己嗎？

“瓔珞。”

沉璧一步步湊了過來，笑著將金剪子塞進魏瓔珞手裡，“你若是不肯原諒我，就用這把剪子刺我。”

一種難以形容的危機感襲來，魏瓔珞用力掙扎道：“鬆手！你們還愣著幹什麼，阻止她啊！”

宮女們這才回過神來，紛紛圍上來，七手八腳的想要奪下剪子。

沉璧涼涼地掃了她們一眼，直接抓住魏瓔珞的右手，連同金剪子一起，往自己右肩上一戳……

“啊！！”

宮門一開，一片雜亂的脚步聲。

顯是聽見了沉璧的慘叫聲，太后扶著劉姑姑的手，連傘都來不及打，便急匆匆進了寶月樓，待見了裡頭的狀況，太后臉色驟變，竟鬆開劉姑姑

酒。

卓木強巴滿面笑容，與大家相互問候，心中卻有些奇怪，這是在哪裡？

卓木強巴一回頭，就看見童方正臉上帶著熟悉的微笑，緊緊跟隨在自己身後。

卓木強巴的酒杯舉向哪裡，童方正就上前去與那人握手問候，若卓木強巴漫步人群之中，他就亦步亦趨地跟隨著，旁邊的人很難發現他。

卓木強巴回頭道：“方正，你站前麵點，別老跟在我後面，人家會以為你是秘書的。”

童方正扶住眼鏡，輕輕道：“不用，他們認識你就好了。”他永遠是這種謙謙君子的模樣。

突然，那種微笑變得猙獰起來，周圍不知何時出現了兩個魁梧大漢，一左一右架起卓木強巴，讓他動彈不得。

卓木強巴大喊道：“方正，你幹什麼！放開我！”

童方正扶著眼鏡邊框，獐笑：“對不起了，強巴拉，這

孟扶搖扛在他肩頭，眼淚汪汪雙眼迷離，第一次向身後的長孫無極含淚伸出求援的雙手。

“媽媽咪呀，太子太子，救救你家可憐的未來AV女優武藤蘭吧……”

一場沒完沒了互相死磕著的追逐開始了。

雷動在前面撒腳丫子跑，長孫無極一步不讓的追，論起輕功，雷動除了幾十年修煉的真氣綿長雄厚維持時間長一些外，論身法輕盈省力，還不如長孫無極，兩人一前一後，始終保持五丈距離。

雷動的封穴手法很特殊，孟扶搖下半身的真氣給他鎖住，上半身卻是無礙的，他好像算準孟扶搖是絕對不會肯雙手著地爬走。

孟扶搖當然不肯爬，她到了這時也不急了，你抓我，成，我磨死你你不要後悔。

第一天，學刺繡。

老傢伙解了孟扶搖上身穴道，扔了一個包袱過來，打開一看，繡花綢子繡花針綵線齊全，原來早有準備。

“今天你得繡出個東西來。”雷動操著大嗓門安排，“等我有空找個繡娘來指導你。”

隨即他衣袖揮揮，找了棵樹坐下來，又將石山上幾棵可憐的樹都揮倒，截了樹枝草葉鋪了兩張床，舒舒服服躺下去。

的手，撲到沉璧身旁，用手摀住她的傷處：“快去請太醫！！”

又是一陣兵荒馬亂聲。

太后將沉璧護在懷中，如同一隻護犢子的母牛，誰也不許靠近。

“沉璧，你告訴我。”

太后警惕地環顧四周，“發生了什麼事？是誰這樣大的膽子，竟敢傷你！”

在無數目光注視下，沉璧幽幽抬頭，一雙含淚的眼眸在人群中逡巡一圈，最終定格在魏瓔珞臉上，泫然欲泣道：“瓔珞，為什麼要這樣對我？”

魏瓔珞臉色一點點泛白。

“還等什麼？”太后震怒道，“把令妃拿下！”

待弘曆得了消息，匆匆趕到，第一眼見著的，就是太后餘怒未消的臉。

“太后。”給她行了禮之後，弘曆忙問，“容妃怎麼樣了？”

“太醫剛走，皇后正在裡頭陪著她呢。”

見弘曆立刻就要往寢殿走，太后開口叫住他，“你先別走……說！”

一切，都是我的！”

卓木強巴拼命掙扎，卻怎麼也動彈不了。他努力數次之後，突然感到一種真實，心道：這種程度的壯漢，怎麼會令我無法動彈，這是夢嗎？這樣想著，一下睜開眼睛，醒了過來。

首先吸入肺部的，是熟悉的體香，而手觸到的地方，滑如凝脂；卓木強巴微微低頭，見敏敏像條美人蛇纏在自己腰間，頭枕在自己胸口，髮絲沾在自己臉上。

卓木強巴儘量讓自己呼吸緩和下來，以免驚醒了她。剛才那個夢讓他想到了許多，心緒不免有些煩悶，同時感到一絲不安，卓木強巴側頭望去，窗外銀河流淌，繁星閃爍，夜正濃。

第二天卓木強巴起了個大早，松松筋骨，感覺渾身通泰，走到屋外準備做做早操。屋外有幾人已經開始跑步了，而別人則還沒有起床，一個小夥子跑到面前道：“強巴少爺，這麼早？”



570

笑臉貓／周末

著

魏瓔珞大吃一惊，剛剛後退一步，就見沉璧伸手將金剪子遞來。

剪柄遞向魏瓔珞，剪尖對準她自己。

“瓔珞。”

沉璧的聲音如蠱似惑，“明玉活得很痛苦，死亡對她而言，其實是一種解脫。你是人，不是神，不能擔負所有人的喜怒哀樂，送走了明玉……你就能自由！”

魏瓔珞原先怒不可遏，此刻漸漸冷靜下來。



776

何馬◎著

何馬
著

喝至深夜，大家舉杯盡歡，卓木強巴回到為他準備的房間，倒頭便睡，迷蒙中有人告訴他：“孩子，你有信仰……”

卓木強巴在黑暗中答道：“沒有，我命由我不由天！”

待他睜開眼睛，卻在一個商業酒會上，一張張模子裡倒出來的笑臉，顯得無比親切，大家頻頻舉杯，向自己致敬問候。

卓木強巴低頭看了看，自己西裝革履，皮鞋漂亮，正想著自己手中怎麼沒有酒時，手就出現了高腳杯，杯中是顏色純正、柔紅通透的高檔葡萄

164

游劍江湖

梁羽生

邵叔度笑道：还说寻常，像这样的闺女，我活了这一大把年纪，还没见过。他说若有这样的人，就是寡妇又有何妨，何须定要黄花闺女？跟着他就发了刚才我和你所说的那一套议论。说了之后，又再叹道：姻缘姻缘，讲的恐怕还是一个缘字。我若无缘碰上一个我真能够喜欢的人，今生我是宁愿不娶的了。

“紫萝，刚才你和我谈及仙儿和鹤年这孩子的事情，你曾说过让他们随缘遇合的话，我就觉得你和他的见解颇有昭合之处，而你也正是他所要找的人！”

“倘若换是别人，我决不敢为你做媒，但是缪长风就不同了。他是言行如一的人，他说过那样的话，我敢担保他欢喜了你，就决不会嫌弃你是有了孩子的母亲。”

云紫萝心里想道：“杨牧也何尝不是知道我有了孩子还要我的，我嫁了他却从未得到快乐。如今我又不是受情势所逼，我可以名正言顺的把孩子养下来，没来由何苦自招烦恼？”于是淡淡说道：“多谢姨妈好意，无奈甥女已是心如止水，并不扬波！”

萧夫人见她态度冷淡，叹口气道：“好，那就当我没有说过这些话吧。”

果然从此之后，云紫萝的姨妈就没有和她再提缪长风了。不知不觉过了七日，邵叔度还宋回来。这一天早上，云紫萝起得早。独自无聊，走到梅林散心。

梅花正在盛开，放目梅林，只见红满枝头，花光似海。云紫萝心中的郁闷登时消散许多，想道：“我已有好多天没练过剑法了，爹爹所传的那三招剑法，自从那次用它打败了点苍双煞之后，我似乎悟出了一些变化，却也没有试过，正好借这盛开的梅花，练练我的新招。”当下就在梅林展开剑法，使到疾处，轻轻的飞身一掠，削下了一朵梅花。

梅枝轻轻一颤，除掉那朵梅花落下之外，还有两片树叶跟着落下来。云紫萝摇了摇头，心里想道：“我的剑法还是未曾学得到家。”

原来她家传的蹉云剑法，最讲的就是“轻灵”二字。中原各大门派的剑法，都有独到之处，但若论到轻灵翔动，却要推蹉云剑法第一了。尤其她父亲晚年所创这三招剑法，变化虽然繁复奇奥，但却一气呵成，更是深得轻灵翔动之妙。

这三招剑法倘若练到炉火纯青之境，可以在繁花密繆的枝头，随意削下一片花瓣，枝不摇，叶不落，同一朵花的另一片花瓣也绝不会受到损伤。如今云紫萝削下了一朵梅花，却连带触落了两片树叶，离炉火纯青之境，自是还有相当远了。

云紫萝凝神静气，把得失置之脑后，灵台一片清明，意与神合，神与剑合，将参悟了的剑法重新施展，到了最后，终于随心所欲，削下了三朵梅花，枝叶毫不摇动。

云紫萝满怀欢悦，但低头一看，只见遍地梅花，残红混染污泥，余香随风飘散，心中欢悦之情，不禁化为乌有，“为了练这剑法，糟蹋了如许梅花，此举何殊焚琴煮鹤？”她本来是最爱梅花的，叹息之余，突然联想到自己的身世，与这沾泥堕尘的梅花，难道没有相同之处？想到此处，不禁更是悲从中来，难以断绝。

小时候读过一首咏梅花的词忽地涌上心头，这首词是南宋诗人陆游所作的卜卜算子，词道：“驿外断桥边，寂寞开无主，已是黄昏独自愁，更著风和雨。无意苦争春，一任群芳妒。零落成泥碾作尘，只有香如故。”



156

璿璿
著

我可以进来吗？”他的眼光停在雨凤脸上。

※※※

雨凤看到云飞，心里一虚，神情一痛。

金银花却如获至宝，慌忙把他拉进去。

“来来来！你跟她们姐妹聊一聊，回去劝劝老爷子，千万不要生气！你知道她们姐妹的个性，就是这样的！记仇会记一辈子，谁教你们展家得罪她们了！”

金银花说完，给了雨凤一个“好好谈谈”的眼光，转身走了。

雨鹃看到云飞脸色不善，雨凤已有怯意，就先发制人的说：

“我们是唱曲的，高兴怎么唱，就怎么唱！你们不爱听，大可以不听！”

云飞迤自走向雨凤，激动的握住她的胳膊：

“雨凤，雨鹃要这么唱，我不会觉得奇怪，可是，你怎么会同意呢？你要打击云翔，没有关系！可是，今天的主角不是云翔，是我爹呀！你明明知道，他今天到这儿来，就是要看看你！你非但不帮我争一点面子，还做出这样的惊人之举，让我爹怎么下得来台！你知道吗？今晚，受打击最大的，不是云翔，是我！”

雨凤身子一扭，挣脱了他：

“我早就说过，我跟展家，注定无缘！”

云飞心里，掠过一阵尖锐的痛楚，说不出来有多么失望：

“你完全不在乎我！一点点都不在乎！是不是？”

雨凤的脸色惨淡，声音倔强：

“我没有办法在乎那么多！当你跟展家纠缠在一起的时候，当你们坐在一桌，父子同欢的时候，当你跟展云翔坐在一起，哥哥弟弟的时候，你就是我的敌人！”

云飞闭了闭眼睛，抽了一口冷气：

“我现在才知道，腹背受敌是什么滋味了！”

“我可老早就知道，爱恨交织是什么滋味了！”

雨凤冷冷的接口，又说：“其实，对你爹来讲，这不是一件坏事！就是因为你爹的昏庸，才有这么狂妄的展云翔！

平常，一大堆人围在他身边歌功颂德，使他根本听不到也看不见，我和雨鹃，决定要他听一听大众的声音，如果他回去了，肯好好的反省一下，他就不愧是展祖望！否则，他就是……他就是……”她停住，想不出合适的形容词。

“就是一只老夜枭而已！”两鹃有力的接口。

云飞抬眼，惊看雨鹃：

“你真的想砍断我和雨凤这份感情？你连一点同情心都没有吗？”

雨鹃忍无可忍，喊了起来：

“我同情，我当然同情，我同情的是我被骗的姐姐，同情的是左右为难的苏慕白！不是展云飞！”

云飞悲哀的转向雨凤：

“雨凤，你是下定决心，不进我家门了，是不是？”

中國美協文藝志願服務小分隊赴新疆喀什 為文化潤疆添磚加瓦

“石榴红了——文化润疆”系列活动：“我们的中国梦——文化进万家”中国美协文艺志愿服务小分队“送欢乐下基层”慰问活动7月21日—25日在喀什市举办。本次活动由中国美术家协会、中共喀什市委主办、喀什古城景区管理委员会、喀什石榴红了文化发展有限公司承办。作为中国美协的重要文化惠民品牌项目，活动坚持“以人民为中心”的工作导向，把“文化惠民、文化为民、文化乐民”作为根本宗旨，丰富当地人民群众的精神文化生活。本次活动既是中国美协组织美术家持续开展“深入生活、扎根人民”为主题的实践活动，也是对贯彻落实新时代党的治疆方略，特别是推动文化润疆工程深入实施的具体体现。

此次慰问团由中国美术家协会分党组书记、驻会副主席徐里带队，中国美术家协会分党组副书记、一级巡视员陶勤，中国美术家协会办公室主任章云，中国美术家协会人事处处长裴琳琳，中国美术家协会理论研究处副处长段泽林，中国文联美术艺术中心活动管理处副处长长安明，中国美协理事、中国美协民族美术艺委会副主任、贵州省美协主席湛宏微，中国美协理事、中国美协民族美术艺委会副主任、新疆美协主席邵振明，中国美协理事、新疆生产建设兵团美协主席秦建新，中国美协理事、中国美协综合材料绘画艺委会秘书长、中央美术学院教授唐承华，中国美协理事、中国人民大学教授、博士生导师黄华三，中国美协理事、中国山水画研究院副院长段铁，中国美协理事、新疆美协原秘书长刘麦收，中国美协民族美术艺委会委员、解放军艺术学院教授任惠中，中

央美术学院中国画学院教授于光华，中国美协中国画艺委会委员、首都师范大学美术学院教授、博士生导师王珂，中国美协中国画艺委会委员、教授、原海军政治部创作室创作员王伟平，中国美协插图装帧艺委会委员、中国林业文联美术家协会主席孙剑，中国美协中国画艺委会委员、中国美院中国画系教授、博士生导师、中国美院科研创作处处长刘海勇，中国美协中国画艺委会委员、中国美术学院中国画与书法艺术学院中国画系人物教研室主任盛天晔，福建省南平市美协主席、武夷学院艺术学院院长陈铎，首都师范大学科德学院艺术系主任彭华亮，中央美术学院中国画学院花鸟画系主任、教授谢青，中国文联美术艺术中心活动管理处干部毕墨代等一行参加了此次活动。

7月24日，石榴红了——文化润疆”系列活动：“我们的中国梦——文化进万家”中国美协文艺志愿服务小分队“送欢乐下基层”慰问活动启动仪式在喀什会展中心新闻发布厅举办，出席此次活动的有中国美术家协会分党组书记、驻会副主席徐里同志，中国美术家协会办公室主任章云，中国美术家协会人事处处长裴琳琳，中国美术家协会理论研究处副处长段泽林等中国美术家协会会员及喀什地委委员、宣传部部长、政法委副书记乔向华，喀什地委委员、喀什市委书记文福来、国际知名设计师劳伦斯·许等重要嘉宾及领导出席了此次启动仪式。

本次写生慰问活动，通过结伴走访、写生，前往被称作“人间仙境”的奥依塔克风景区、一座拥有千年历史喀什古城、香妃园、喀什百年馆



启动仪式嘉宾合影。

及饕产业园、牛羊大巴扎等自然风光带和人文历史景点，描绘和表现自然的喀什，历史的喀什、人文的喀什、新时代的喀什，用艺术的表现形式展现喀什的独特生态环境、悠久的历史文化底蕴和奋进的新时代风貌，也是建立文化自信，实现文化润疆，向外界讲好喀什故事的重要举措。

在中国美协“送欢乐下基层”赴新疆喀什采风写生慰问活动期间，还设置了中国美术家协会分党组副书记、一级巡视员陶勤勤于《从毛泽东诗词及毛泽东诗意画回眸中共党史》专题讲座及义务笔会等一系列活动的呈现。（中国网）

中国美协慰问团一行通过深入基层，以实际行动践行文艺服务人民方针，以艺术创作的形式，展现新时代以来新疆优美的生态环境以及新疆人民脱贫攻坚小康进程中艰苦奋斗的精神风貌，贯彻落实习总书记提出的“文化润疆”、积极扶持西部民族地区美术事业发展的方针，进一步提升新疆地区美术创作水平，推进新疆文化事业繁荣发展。



在百年喀什馆义务参加笔会及合影。



徐里书记与喀什地区领导和儿童们合影。



徐里书记与喀什地区领导一行来到古城油画街看望当地艺术家。



艺术家在奥依塔克风景区写生。



获得认证的“汉服汉礼仪官”的两岸青年一同合影留念。

台灣青年中華禮樂閩都研學營結業謝師典禮 在福州舉行

（福州讯）“问礼闽都”台湾同胞中华礼乐闽都研学营主题活动结业谢师典礼25日在福州文庙举行，通过本次研学，台湾学子获得了福建省人社厅认证的“汉服汉礼仪官”培训证书。

台湾学子还得到一个以中国传统礼仪典籍《礼记》中选取的“褻分”所起之“号”。与百余位同样学习了中华礼乐文化的大陆学子同处一套清晰的传承体系内，以同门师兄、师姐的关系，共同继承和发扬中华优秀传统文化。加深两岸同胞的情感交流。

22日下午，由福州市传统文化促进会主办的“问礼闽都”台湾同胞中华礼乐闽都研学营主题活动正式启幕，来自全国各地的近三十名台湾同胞云集福州，共同踏上学习中华传统礼乐文化的研学之旅。

本次研学营紧密围绕“实践”的主题，组织台湾学子从传承千年的中华传统成人礼、婚礼、祭祀礼等礼仪文化的学习入手，并亲身体验一场完整的



结业谢师典礼。

传统礼仪是如何完成的。加深了对中华文化的认识，并从两岸同源的文化角度，更充分地理解了两岸一家亲的文脉渊源。

四天的研学之旅，除了传统礼仪学习，台湾学子们还走访了福州的各处历史文化遗迹。包括古厝云集的三坊七巷、上下杭历史风貌区、螺洲古镇、林浦古村等。通过文脉寻根游学，在福州历史文化遗迹中体会两岸文脉同源。

研学营期间，活动通过网络进行直播，让更多的人，尤其是台湾青年，通过网络参与对中华传统礼乐文化的学习，实现了活动影响的进一步扩展。

主办方表示，举办本次研学营活动，实践了福州市传统文化促进会作为“台湾青年体验式交流中心”的职责。研学期间活动充实，融合了中华传统礼乐研习、中华传统礼仪体验与展示以及主题游学活动的研学之旅，带领台湾同胞深入了解中华礼乐文化之美。（中新网）



嘉宾为台湾学子颁发“汉服汉礼仪官”培训证书。

佛山南海與清華文創院 共建西樵山書院

（佛山讯）7月25日，由佛山市南海区与清华大学文化创意发展研究院联手共建的西樵山书院正式揭牌。该书院将为南海引进和培养中高端人才，开展区域文旅发展研究，促进南海区文旅产业融合发展。

作为岭南文化的发源地之一，佛山南海历史悠久、文化旅游资源丰富，西樵山更有“珠江文明灯塔”之美名。

“西樵山书院的揭牌在文化建设上具有很强的象征意义，标志著南海进入文化的新

时代。”北京四海孔子书院院长冯哲表示。

据悉，西樵山书院的设立，将从人才交流、产业对接、学术研究、高端活动等关键领域助力南海文化旅游建设。

会上，清华校友三创大赛创意开放平台C-LAB（南海）、“2021全球AI文创大赛”、“四海网红节”一同发布，将吸引优秀文化创意人才、文化科技融合项目集聚南海，构筑文化创意领域新高地。（中国网）



西樵山书院正式揭牌。

中國藝術名家慈善畫展 在深圳開幕

（深圳讯）“美美与共——中国艺术名家慈善画展”20日在深圳关山月美术馆开幕。展览由香江社会救助基金会与深圳市慈善会共同主办，深圳市侨商会协办，以艺术之美践行公益，献礼建党百年。全国政协原副主席李海峰，全国政协常委、港澳侨委委员会主任朱小丹，深圳市委常委、统战部部长冯玲出席开幕式。

此次展览展出了冯远、覃志刚、徐里、尼玛泽仁、许钦松、王书平和翟美卿的作品，涵盖山水、人物、花鸟等门类，以《易经》为源，分“鸿渐”“谦谦”“大有”三个分主题展览，充分展示“各美其美，美人之美，美美与共，天下大同”的文化追求。同期展出的还有“为有梦的孩子办一场画展”全国乡村画征集活动入选作品。在20

日晚举行的香江集团社会救助基金会16周年慈善晚宴上，还启动了“美美与共艺术专项基金”，并通过慈善拍卖获得2200万元善款，所得款项均将用于贫困地区儿童的阅读支持、心理服务、艺术教育，积极用艺术助力乡村振兴。

冯玲充分肯定香江社会救助基金会创始人翟美卿及其基金会多年来在慈善公益上的实践。她说，希望通过这次活动引领带动更多社会力量，深入参与乡村振兴战略，在推动共同富裕上体现使命担当和责任担当，助力巩固拓展脱贫攻坚成果，在新发展阶段携手并进、共赢发展，为加快建设美丽宜人、业兴人和的社会主义新农村作出深圳贡献。据了解，展览将持续至7月27日。（中国侨网）