



财长：优先处理冠病经济复苏

建新都 仍在国家预算内

（波纳扎穆巴色尔北部讯）财政部长丝丽.穆耳雅妮周四（6月1日）表示，新国家首都的建设是在2022年国家收支预算（APBN）中的主要因素之一。

她强调说，尽管如此，根据总统的指示，2022年国家收支预算的设计仍将优先处理冠病和经济复苏。

丝丽.穆耳雅妮在东加里曼丹省北帕纳占巴塞（Penajam Paser Utara）县峇琅（Balang）岛，签署资产标记后举行新闻发布会时表示：“需要维持国家收支预算以满足国家的需求，即处理冠病、经济复苏、社会保护和预测全球动荡。但是，有国家优先事项，例如新首都建设。众所周知，峇琅岛桥梁自2015至2021年使用国家伊斯兰教法证券价值为1兆

4000亿盾。

丝丽.穆耳雅妮披露，除了高速公路外，峇琅岛大桥是连接新的国家首都和麻里巴板需要满足的基本基础设施需求之一。

因此，他与公共工程与人民房屋部继续讨论连接麻里巴板、三马林达和新国家首都的交通流或运动的概念。

除了峇琅岛大桥，丝丽.穆耳雅妮还参观了作为新国家首都的政府综合体区域发展参考的“零公里”（Titik Nol），特别是总统府和政府综合体的位置，以及将发展的建设观念。

她表示：“我在两天内访问了麻里巴板和东加里曼丹。我与公共工程与人民房屋部长峇苏基一起参观了该领域，即新国家首都的位置，至今有关新国家首都的法令其仍在与国会讨



丝丽（左）与工程部长峇苏基参观作为新国家首都的政府综合体区域发展参考的“零公里”。

论。”

因此，政府继续进行对新国家首都建设的融资预防措施，特别是如果国会已经批准了有关新国家首都的法令，因此，新国家首都建设的实施阶段将自动开始。

国库解释说，新国家首都的规划和设计将在公共工程与人民房屋部的协调下进行，因此希望设计能够尽可能明智地进行。

然而，它并没有牺牲礼节、美学和希望新国家首都成为良好的经济、文化、社会和政治活动的中心，当然也成为印尼未来建设和进步的象征。

同时，新国家首都的建设融资的预防措施将是财政部的任务，因此也必须考虑国家收支预算的能力。

他说：“在近两年内的国家收支预算集中于冠病的处理和应对大流行的影响，包括各种社会和经济援助。”

他继续说，不过，在经济复苏的过程中，财政部仍然可以分配预算的部分，因为2021年资本支出的加速是相当高的，因此2022年的资本支出可以直接用于建设活动，尤其是基础设施，这将是新国家首都的建设的最重要的。

至于2023-2024年的需求，将根据国家收支预算的设计进行调整，以平衡继续支持经济复苏和应对大流行的需要，希望冠病能够维持下去，以及经济复苏和国家收支预算的巩固。

她说：“对于2024年，这包括举行选举的必要性。所以一切都是平衡的，所以上帝愿意，我们可以支持它。”

新总统府等待佐科威指示

公共工程与人民房屋部长峇苏基.哈迪.穆耳约诺，也参加到新国家首都零公里的访问。当时，北帕

纳占巴塞县长阿卜都耳.加夫尔（Abdul Gafur Mas'ud）陪同了这位两位部长的工作访问。

两位部长还参观了办公中心建设和办公中心的道路。

公共工程与人民房屋部长和财政部长代表团也视察史摩伊史巴库水坝的建设地点。然后出席在峇琅岛的落成仪式以及从该桥是从麻里巴板到史巴库的引桥。

峇苏基说，除了新国家首都地区的建设，在新首都周边地区的建设也得到了政府的关注。

他说，政府建设的重点不仅在新国家首都地区，而且在周边地区，因此缓冲区也可以从新国家首都的存在中受益。

与此同时，财政部长丝丽.穆耳雅妮表示，财政部希望亲眼目睹现场情况，以确定新国家首都建设的阶段和计划，这将根据目前仍在讨论的新国家首都法进行调整。

她表示：“当然，我们将依法确定新国家首都的发展阶段，当然这也取决于国家的财政能力。”

公共工程与人民房屋部长峇苏基.哈迪.穆耳约诺表示，在新首都所在地建造宫殿仍在等待佐科威总统的指示。

他说：“对于国家宫殿的设计已经存在。但是，对于其建设实施仍在等待佐科威总统的指示。”

峇苏基说，除了新国家首都的建设，周边地区的建设也将得到了政府的关注。

他进一步说，政府建设的重点不仅在新国家首都地区，而且在周边地区，因此缓冲区也可以从新国家首都的存在中受益。（ALW）



公共工程与人民房屋部长与财政部长及随行人员，视察新国家首都的地点。

列特诺表明我国支持

编排供阿富汗承诺路线图



外交部长列特诺.马尔苏迪。

（雅加达讯）我国推动编排以支撑阿富汗塔利班，履行改善人权和平形势承诺的路线图。

外交部长列特诺.马尔苏迪周四（6日）在雅加达表示，该路线图载入了去年12月份，伊斯兰合作组织（OKI）在阿富汗举行特大会的决议。

她在虚拟2022年我国外交部声明新闻发布会中阐明，我国列属该会议的倡导者，有鉴于阿富汗人道主义局势日益恶化，而我国立场始终贯彻执行，我国欲看

到阿富汗和平、稳定而繁荣。

她说，在与阿富汗的沟通中，我国不断推动去年8月份，该社群表达承诺得以履行，其中包括尊重妇女权利。

至于人道主义方面，我国一直承诺将提供援助而做出贡献。

“在同联合国合作下，我国两架满载食品与营养素的飞机即将抵达阿富汗。而且，今年我国将聚焦于对阿富汗教育与妇女的援助，包括供学生的奖学金在内。”

联合国表示，阿富汗正处于世界上最严重的人道主义危机的边缘，这场危机是粮食危机、燃料危机和流动性危机的结合。阿富汗的重大人道主义灾难起始于塔利班控制该国后不久，冻结了占该国发展资金约五分之四，或

额达数十亿美元资产和贷款。

之所以采取这一步骤是因为世界担心塔利班将仍然像20年前一样严酷，尽管塔利班一再承诺将包容性地治理并保障妇女权利，这一直是包括我国在内的全世界关注的问题。

塔利班代理外交部长阿米尔.干穆塔奇曾表示，阿富汗的新统治者将允许女性接受教育和工作。然而，四个月后，消息传出，女孩被禁止上学，该组织只允许女性在医疗保健等某些部门工作。因此，作为伊斯兰会议组织（OKI）会议的成果文件决议案，被认为对克服阿富汗人道主义危机至关重要。

该OKI会议决议案内载一些步骤，其中包括向阿富汗人民分发

人道主义和发展建设援助，确保提供应对冠病疫情大流行所需的疫苗和药品，并强调努力消除恐怖主义和确保阿富汗不成为恐怖活动场所的重要性。此外，还鼓励阿富汗各方努力实现包容性，包括制定路线图，以增加包括妇女在内的阿富汗各方参与阿富汗人民生活上的所有各方面活动。

（MIM）

冠病疫情數據
(截至1月7日)

新增确诊： 518 例

累计确诊： 4265187 例

累计治愈： 4115572 例

累计死亡： 144121 例

除湿·防霉·除异味

Ruangan Bebas Lembab

强力除湿

潮气 UDARA LEMBAB

HEAVY DUTY DEHUMIDIFIER

Penyerap Udara Lembab Yang Kuat

除湿消臭防カビ

DAPAT DIGUNAKAN UNTUK :

SEPATU LEMARI FURNITUR KAMERA DAPUR TOILET

700 450 225 50

您可在附近超市、便利店选购：

www.bagusidn.com

关注我们：

bagus.idn

官方电商合作平台：



▲冠病处理工作组发言人威库.阿迪沙斯米托。

▶苏哈机场第3航站楼热闹的情景。

抑制奥密克戎病毒传染 冠病工作组发布新规定

（雅加达讯）冠病工作组发布了 2022 年第 1 号工作组通告，内容涉及海外旅行卫生礼仪。以及 2022 年第 2 号工作组负责人决定书，关于我国公民出国旅行的入境点（Entry Point）、检疫地点和快速检测-聚合酶链式反应检测（RT-PCR）义务。这两条规则是为了抑制奥密克戎（Omicron）变体病毒的传播。

处理冠病工作队发言人威库.阿迪沙斯米托周四（6日）表示，持续监测和评估的事情之一是对外国旅行者的监管。如果控制不当，这自然会为病例输入提供机会。

第一项更改是增加了法国作为暂时不允许进入我国的外国公民的原籍国。威库指出，这与那里大量的奥密克戎案例分不开。截至 2022 年 1 月 5 日，病例数达到 2838 例。

二是将隔离时间由14天调整为10天。这是针对过去 14 天内前往因奥密克戎变异病毒而存在小区传播的国家及周边国家的旅行者，且其奥密克戎病例数超过 1 万例。而对于上述类别以外的原籍国和抵达国，10天的检疫义务调整为7天。

第三项更改是调整第二次PCR复试的时间。对于有 10 天隔离义务的旅客，这是第 9 天，对于有 7 天隔离义务的旅客，在第 6 天重新测试。

威库解释说，基于 3 项科学研究，为期 7 天的隔离以及出入境测试足以将本地传播的可能性降低到 25% 以下。

第四是通过自筹资金，对第二次RT-PCR检测后旅客要求进行RT-PCR比对检测的申请权的技术变更。他说，以后的旅行者将被要求进行比较测试和分子检测方法的比较检查，这些方法能够同时看到S或SGTF基因检测失败，通常表明Sars-Cov2变种B.1.1 .529 案例，以便正确筛查奥密克戎



案例。

此外，他说，比较实验室可以在其它地方进行，即卫生研究与发展局（Balitbangkes），或其它政府实验室如 BTKL区域卫生实验室（Lapkesda）和其它参考实验室。这是为了增加对每个旅行者进行比较测试的可及性。”

第五是基于佐科威总统在 2022 年 1 月 3 日的一次有限会议上的指示，即限制给予隔离豁免。特别是提交给有紧急需求的我国公民。例如，可能危及生命的健康状况或需要特别关注的健康状况、核心家庭成员死亡等悲伤事件。

至于外国人，即外国代表处负责人、持外交或公务签证的外国人、部长级及以上外国官员、持有TCA计划的移民、G20国家代表和全球经济人物等尊贵或受人尊敬的人士。

威库说：“这些各方可以向冠病工作组发送申请信，亲自到国家治灾局（BNPB）办公室或通过电子邮件发送到 @bnpb.go.id 邮件，目标是冠病工作组负责人。分别在抵达前至少 3 天和 7 天发送。”

他说，这项政策的实施将于2022年1月7日（周五）全面生效，并于2022年1月4日开始实施。希望提供足够的时间将政策社会化传播到现场和小区的官员。因此，在 2022 年 1 月 4 日之前抵达我国的旅客，按照之前的工作组通函执行隔离期。同时，1 月 4 日之后入境的人将适应2022 年第 1 号工作组通告的内容。

外出返国官员 不再准许随意隔离

本周初，佐科威总统命令其成员警惕冠病奥密克戎病毒变种的传播。尤其是奥密克戎在印度尼西亚的案例继续增加。

根据卫生部的数据，自卫生部长布迪.

古纳迪.沙迪京 于 2021 年 12 月 16 日首次宣布以来，印度尼西亚已有 254 例奥密克戎病例。

在评估限制民众活动（PPKM）实施情况的有限会议上，佐科威强调他不再想听到与隔离有关的问题。

“不应再有任何豁免，更不用说那些为此付出代价的人了。” 佐科威周四（6日）说。

最近数个月来，出国旅游者的隔离问题一直备受关注。此外，一些正在接受隔离者被发现行贿。

他们试图贿赂有关官员以缩短隔离期，甚至可以免除隔离期。事实上，需要隔离以确保病毒不会传播。

在此基础上，政府对境外官员的隔离规定终于出台了， 从国外返回的官员现在不再被允许“随意”隔离。

该规定在冠病处理工作组负责人第 02/2022 号法令中进行了规定，该法令关于印度尼西亚公民在海外旅行的入口、隔离场所及拭子测试—聚合酶链反应 义务。

在 规定中，刚从国外回来的官员现在需要进行预定的集中隔离。如有不情愿者，自费到指定酒店进行隔离。

“如果政府官员不愿意在 冠病处理工作组规定的地点进行隔离，则必须在工作组规定的集中隔离酒店自费或其它合法资金来源进行隔离。”第七条规定写道。

此前，官员的隔离豁免问题成了争论的焦点。此前的规定，政府机构一级及以上官员可以进行自我隔离。

甚至，对于非出差的官员，可以通过减少隔离的形式，给予10 × 24小时集中隔离。（KP/LDS）

我国担任G20轮值主席 搭起国际之间利益桥梁

（雅加达讯）我国今年担任全球 20 个最大经济体（G20）的主席，可望将在发展中国家，和发达国家的利益之间架起桥梁。

该声明是由 G20 印度尼西亚联合领导者大使迪安.特利安夏.查尼转达。并一道提醒发达国家和发展中国家组成的 20 国集团成员，持有各不相同的看法和既定沟通法来对待最新的全球性问题。

查尼周三（5日）在虚拟“印度尼西亚在 G20 轮值主席中的外交作用”专题研讨会中表示，所幸的是，印度尼西亚素来以被视为始终寻求共识、解决方案的外交政策见称。“我们不制造问题，但我们寻求解决方法。”

他阐明，印度尼西亚在 G20 轮值主席国期间的外交不仅要着眼于成员国的利益，还要讨论成员国以外其它国家的利益。

例如，在 G20 历史上首次邀请了瑙鲁、基里巴蒂和瓦努阿图等太平洋小岛国参加讨论气候变化的影响。

我国认为这些国家参与在 G20 中表达其观点和立场的重要性，因为它们受气候变化影响最大的国家。而气候变化成为最受关注和设法寻求解决方法的全球问题之一。

G20 观察家葛拉夏.巴拉米坦评估，我国在今年 G20 中的领导地位凸显了印度尼西亚在接纳包括东盟、非洲和太平洋岛屿国在内各国方面的战略作用。她说，G20 参与小组各国都关注公民、社会、劳工和青年等问题，将邀请这些国家作为观察员。“使得我国可以表明印度尼西亚对来自不同国家的投入持开放态度，无论我们是 G20 的东道国。因着通过成为 G20 主席国，印度尼西亚才能在发达国家、发展中国家和小群岛国之间架起一座桥梁。”

我国是自 2021 年 12 月开始担任 G20 主席，直至 2022 年 11 月为止。我国以“共同复苏，复苏更强”为主题，推展多项聚焦全球最新问题的议程，而会议将分为金融路线和领导者路线两个渠道进行。（MIM）



国家技术创新研究局主任特利.汉多科。

（雅加达讯）39 个政府研究所将与国家技术创新调查局（BRIN）合并。近期最受公众关注的是阿克曼分子生物学研究所（Eijkman Institute for Molecular Biology）。国家技术创新研究局主任特利.汉多科（Tri Handoko）表示，已有 33 家机构正式加入国家创新研究局。其它的六家机构还在办理中。汉多科于 1 月 4 日（星期二）通过短信表示：“共有 39 个部门机构包括原科研部，核能机构，技术研究应用机构，国家航空航天研究所和印度尼西亚科学院。这包括了所有的原研发机构和部门内机构下属的研发机构。”

汉多科还未公布上述 39 家加入国家创新研究局的研究所。然而，他称共有六家部门下属的研发机构未参与，既能源与矿产资源部，农业部，卫生部，林业与环保部和工业部。上述研究所将列入国家研究与创新局的管辖下。除了一些非结构机构的研发机构例外。

39家研究所与BRIN合并 将共同监管10.5兆盾预算

“对于非结构性机构，例如国家人权委员会，合并的是秘书长下属的研究部门。”

根据国家研究与创新局官网，研究所与国家创新研究局的合并是根据 2021 年第 78 号总统令第 65 条的规定实施的。该条款规定了研究，发展和科技应用等机构与国家创新研究局合并。此次合并将有原机构公务员调离到国家创新研究局。共有 28 部门机构的 1205 人被建议调到国家创新研究局。而还在讨论 6 个部门机构的 1271 人调离的事宜，时间截至 2021 年 11 月 30 日。

39 个研究所被合并后，国家技术创新和调研局，将监管国家技术创新和调研部的 10 兆 5000 亿盾预算。国家技术创新调查局主任特利.汉多科周二（4日）在一份新闻中表示，其实这个预算是几个机构与国家技术创新调查局合并后的预算，并计划将转移向国家技术创新调查局发放。

“所有相关部门和机构的研究资金将转移到国家技术创新调查局，依计划将在本月发放 10 兆 5000 亿盾的预算。”特利.汉多科如此透露。

根据国家技术创新调查局与国会第七委员会，于去年 9 月 27 日举行的

会议中，所有国会议员一致批准通过国家技术创新调查局 2022 年的预算为 10 兆 5000 亿盾，分别为日常执行任务预算 5,05 兆盾和异常运行预算 5,47 兆盾。

此外，特利.汉多科表明，所有研究资金必须与国家技术创新调查局沟通协调，国家技术创新调查局将监管已被合并的所有研究机构的资金。

已被合并的部门和机构将由国家技术创新调查局综合管理，国家技术创新调查局将一视同仁对待所有研究者。

之前，政府成立国家技术创新调查局为政府部门和机构进行研究，佐科威总统发布 2021 年第 78 号总统条例，成立国家技术创新和国家研究部，简称为国家技术创新调查局。在第 65 条总统条例提到几个研究部门合并，包括工作任务、职能、资产和预算全部由国家技术创新调查局综合管理。

目前 39 个研究机构和研发机构合并 在国家技术创新调查局，其中印度尼西亚科学研究院（LIPI）、国家核能机构（Batan）、科技评估与应用局（BPPT）、国家航空与航

天局（Lapan）和阿克曼分子生物研究所（LBM Eijkman）。（SY）



尼科.阿菲印达在泗水都会警署总部举行新闻发布会揭发毒品案件。

挫败44.7公斤冰毒交易 泗水警方逮捕8人

（泗水讯）泗水大都会警署警员挫败非法毒品的销售及被禁止的 44.7 公斤冰毒及逮捕了 8 名毒贩。

东爪哇警区警长尼科.阿菲印达警察少将周三在泗水称，这 8 名毒贩于 12 月 21 日至 27 日期间在东爪哇数处地区被逮捕。

“其中 3 人当打算从雅加达寄往泗水市时，在东爪哇牙威高速公路被逮捕。”尼科在泗水大都会警署总部召开新闻发布会时说。

他称，在牙威高速公路汽车被警员截停的毒贩分别是 SM（26 岁）及 RR（22）岁俩人来自西瓜哇省万隆市，及 AS（24 岁）来自东爪哇省玛琅市。尼科称，其它 4 名毒贩是在东爪哇省徐图利祖市被逮捕，其它 3 名分别是 FE（24 岁）、HW（36 岁）及 CH（37 岁）是徐图利祖居民，而 AY（24 岁）来自泗水。

“另一名毒贩 SY（43 岁）泗水居民。当他被突击搜查时，发现他将住所用作储存冰毒及爱他

死丸的仓库。”他说。

警区警长尼科证实，他将与检察官协调，惩罚任何试图在东爪哇销售毒品者。

“这些毒贩损害了民族的一代。正如我所说，更不用说毒贩，我也将对涉毒警察采取坚决行动并解雇他们。”他强调说。

警员从 8 名毒贩手中没收了毒品证物 3 万 1082 粒爱他死丸及重达 1 公斤重爱他死粉状毒品及 1.3 公斤大麻。

“警方仍在作进一步深入调查以追捕可能仍有众多嫌犯涉及。”尼科说。（LDS）

国企去年盈利破61兆 为国家民族提供最佳贡献

（雅加达讯）国营企业部长雅立多斯成功地带领他的部门在 2021 年取得了最好的成就。雅立多斯强调，这一成就是鞭策我们的意志能够继续为国家 and 民族提供最好的。

“这必须成为鞭策我们的意志，这样我们才能在未来几年继续工作、贡献和取得成就。为了给印度尼西亚人民及国家带来更大的利益。” 摘自雅立多斯周二(4日)在 Instagram 页面@erickthohir 上写道。

接着，雅立多斯随后提醒国营企业部各方不要被这一成就冲昏了头脑。这是因为国营企业部在国民经济中发挥着重要作用，是国家发展的火车头。

“2021年取得的成绩，必须感恩。但我们不能自满。”雅立多斯说。

如所周知，雅立多斯的转型创新成功地使国营企业部取得了最好的辉煌成就。这可以从已发布的报告中看出，这些报告涵盖了对小区的财务、运营和社会责任。

2020 年，国营企业对国家的贡献高达 375 兆盾。此外，国营企业的综合净利润从 2020 年

底的 13 兆盾大幅增长至 2021 年第三季度的 61 兆盾。

“尽管我们都在继续与冠病疫情造成的破坏作斗争，但国营企业部的积极表现仍有待提高。执行的财务、运营和社会责任表现记录了最好的结果。”同时也是伊斯兰经济体 (MES) 主席的雅立多斯说。

雅立多斯还继续重组公司，组建控股公司，并制定有利于基层经济发展的计划和政策。其中繁荣来自印度尼西亚肥料纲领、来自希姆峇拉的人民营业贷款、来自 PNM 的 Mekaar 至 Pertashop 北塔米纳，它们成功地为小区开辟了新的就业机会，成为新的企业家。

“我代表该部的所有领导和员工以及国营企业的董事，表示感谢。祈望在 2021 年底，我可以向印度尼西亚社会及民族传达好消息。”雅立多斯解释说。

此外，得益于雅立多斯在国营企业部的领导，他成功实现了人力资本领域的转型，目标是15%的董事职位由女性担任，5%由年轻人担任。此外，雅立多斯还通过将客户转移到保险



国营企业部长雅立多斯。

和担保领域的国营企业控股公司印度尼西亚金融集团 (IFG) 解决了 Jiwasraya 被忽视了十几年的问题。现在，进入 2022 年，雅立多斯乐观地认为，国营企业部将继续能够为国家及民族提供最好的服务。对此，雅立多斯提醒，凡是去年没有实

现的希望，都必须以新的热情去实现。

“希望朋友们都能继续为你们尚未实现的希望而奋斗。祈望为印度尼西亚创造更美好的未来。”他说。

(LDS)

商业部与工商会促国会应火速批准RCEP免掉队

（雅加达讯）我国在 2022 年 1 月 1 日实施区域全面经济伙伴关系协议 (RCEP) 方面落后。

除了我国，还有马来西亚和菲律宾将完成世界上最大的经济伙伴关系的批准。商业部确认将尽快完成批复工作。

商业部国际贸易谈判总干事查特米科 (Djati Miko Bris Witjaksono) 周日 (2 日) 说：“我国已自去年会议以来讨论，下届会议将继续讨论。”



印度尼西亚工商会第三副主席协调员辛妲。

他指出，批准后需要 60 天才能实施。实施后，我国才能享受协议带来的好处。

与此同时，印度尼西亚工商会 (Kadi) 海事、投资和外交事务的第三副主席 (WKU III) 协调员辛妲 (Shinta W. Kamdani) 对区域全面经济伙伴关系协议的加速完成表示赞赏。

她解释说：“与区域的竞争对手相比，我们认为这是保持我国投资环境竞争力的非常重要的一步。”

辛妲表示，商业参与者已经准备好利用区域全面经济伙伴关系协议来吸引合作和投资。然而，在出口部门，需要对商业参与者进行社会化。

此外，还需要对微型与中小型企业进行培训。特别是向澳洲、日本和纽西兰的出口，对进口商品设定了高标准。

我国推迟批准不会使可能进入我国的投资转移到其它国家。然而，区域全面经济伙伴关系协议是投资吸引力的附加值。

辛妲说：“如果存在可以提高竞争力的贸易协议时，这是一个附加值。”

此前，商业部记录到 2040 年对区域全面经济伙伴关系协议的投资将增加 0.13%。这个数字相当于 24兆5300亿盾。

同时，如果我国不参与该协议，则将失去 0.03% 的投资潜力。根据政府估计，这一数字将在 2040 年达到 5兆2300亿盾。(KP)

87% 企业家对 2022 年公司收入增长持乐观态度

（雅加达讯）Grant Thornton 在年底再次发布了年度 Grant Thornton 国际商业报告 (IBR)，描述了包括印度尼西亚在内的全球企业家对未来 12 个月商业和经济发展的看法。

2021 年对印度尼西亚来说是相当艰难的一年，印度尼西亚政府必须应对冠病大流行，但同时也必须保持经济增长。冠病大流行的解决是国家经济复苏的关键。

印度尼西亚央行估计，印度尼西亚 2022 年的经济增长率将达到 4.7% 至 5.5%，或高于今年估计的 3.4% 至 4% 的经济增长率。

进入 2022 年，印度尼西亚商界人士对未来 12 个月持乐观态度。在今天的报告中，87% 的印度尼西亚企业家对未来 12 个月的收入增长持乐观态度。这个数字非常令人鼓舞，因为使印度尼西亚商人在全球排名第一，其次是越南 (82%) 和印度 (80%)。

最新的 IBR Grant Thornton 报告还显示，企业对出口部门的预期显著增加 (72%)，其业务盈利能力将在 2022 年增加。这一数字使印度尼西亚在全球排名第三和第二。

今年的 IBR 报告还展示了印度尼西亚商界人士对 PeduliLindung 应用程序的看法。调查结果显示，37% 的印度尼西亚企业家认为 PeduliLindung 应用程序对其业务发展产生重大影响。

企业家认为，PeduliLindung 应用程序在提供信息、导航与冠病相关的工人的位置和状态方面非常有效，从而有助于提高公司的生产力。但是，在使用方面，限制消费者数量或多或少会影响到营业场所的访客数量。此外，在数据安全方面，印度尼西亚企业家担心公司数据和员工数据的安全，这些数据可以被非法访问和分发。

印度尼西亚 Grant Thornton 首席执行官/管理合伙人约翰娜·加尼表示，虽然尚未完全恢复，但从人们的购买力和自今年第三个季度以来有所好转的经济扩张中，我们可以看到对 2022 年经济增长的乐观情绪。

约翰娜周二 (28 日) 的新闻稿中说：“迫切需要在支持经济增长的同时保持公共卫生的平衡。在不久的将来，我们需要意识到新的变种，以及圣诞节和新年假期期间病例激增的风险，这可能会对经济复苏产生负面影响。政府明年可能会考虑财政政策以增加人们的购买力，例如对商界的经济激励。当然，在控制影响经济复苏的流行病方面，政府和社区之间仍然需要高度协同。” (ALW)

政府拨款3.6兆 承担食油增值税补贴

（雅加达讯）政府拨出 3兆6000亿盾，以弥补所规定食油最高零售价每公升1万4000盾以承担增值税的差价。

经济统筹部长埃尔琅·哈尔塔托周三(5日)在发文中表示，政府制定食油在全国消费级零售价为每公升1万4000盾，该规定将生效至今后6月内，并将在5月份加以评估后能再延长。

“符合总统指示，与去年12月30日召开内阁会议决定，以可承受的价格所提供食油有关。消费者层面的售价为每公升1万4000盾。而在6个月的消费量为12亿公升，则需要预算来支付3兆6000亿盾的差价和增值税。”

这笔资金将取自于从出口税收的棕榈种植园基金管理机构 (BPD PKS) 的预算。上述预算可以任命测量员，并批准棕榈种植园基金管理机构预算状况的变化。在会议期间将制定棕榈种植园基金管理机构最高零售价的规定、同 PKS 的合作协议以及制定独立测量师的确定。

他说，财长将制定征收和存入差价增值



市场上销售的各牌食油。

税的程序。这是通过税务总局和包括工业部在内的其它支持机构关于执行 SNI 国家标准的规定。

植物油工业联合会 (GIMNI) 执行经理沙哈特·西纳加指出，政府可以帮助减轻受食油价格飙升影响最大的低收入民众的负担。或通过使用国家收支预算资金所提供

直接补贴来实现的。

他表示：“不过，补贴必须直接提供给低收入消费者，或可通过刷卡进行。而不要给生产者补贴，何况使用了棕榈种植园基金管理机构资金。日后，我们可能会被提交到世贸组织，这将形成一场灾难。”

(MIM)

示，加大生棕榈油产品下游业务力度。目前，生棕榈油的出口值也在下降，因此棕榈下游纲领据称是成功的。

他解释说：“这种下游纲领是成功的，90% 的棕榈油产品出口是加工形式或衍生品。”

从数据上看，截至2021年8月期间，90.7%的原棕油出口为衍生品或加工品，而原棕油出口仅占9.2%。棕榈油及其衍生产品出口总量达到3310万吨，总产量为5300万吨。

2020年原油出口量达到720万吨，而2021年原棕油出口量预计仅为210万吨。他解释说：“因此，原棕油形式的出口下降了60% 以上，因此我们减少原材料出口的幅度非常大。”

2021 年 10 月 21 日在南加里曼丹塔那伦布县为 Jhonlin Agro Raya 公司拥有的一家生物柴油工厂主持落成启用时，佐科威总统一度提出了停止生棕榈油出口的言论。

佐科威强调，他不希望印度尼西亚仅以棕榈油出口国而著称，而没有将原材料转化为成品。他说：“不要让我们一直出口原材料。我们必须强制进行下游工业化。因此，我非常欣赏 Jhonlin 集团为建立生物柴油工厂所做的工作。”

他解释说：“这意味着将生棕榈油工业化作为生物柴油，我们希望将来会有其它公司开始下游化，将生棕榈油工业化作为食用油、化妆品或半成品。” (KP)

我国若禁止出口棕榈油将能决定世界棕榈油价

（雅加达讯）佐科威总统曾在多个场合中谈到停止棕榈油出口。那么，这对作为我国主要出口商品之一的棕榈油行业有何影响？

工业部农业署署长普图·汝利·阿尔迪卡解释说，如果禁止生棕榈油 (CPO) 出口，肯定会对国家收入产生积极影响，因为总统的命令是出口有附加值的下游产品。

他在周四(6日)的印度尼西亚 CNBC Squawk Box 节目中解

释说：“这很好(指出口禁令)，我们将出口具有更高附加值的产品，而不是以生棕榈油的形式。所以生棕榈油的附加值很高，现在通过原棕榈油附加值和出口税，国家收入机制会更好。”

如果能坚持下去，会产生很好的影响，因为以后我国可以自己确定价格或坐价 (sitting price)，这样就可以维持国际价格。

鉴于印度尼西亚是最大的棕榈制品生产国之一。汝利强调，工业部贯彻落实总统的指

东盟中心地位必须加强 作为地区稳定的支柱

（雅加达讯）2021 年成为大国之间的竞争日益激烈之年。印太地区也感受到了这种竞争。因此，东盟必须加强其中心地位和稳固性，才能继续充当印太地区稳定、和平与繁荣的支柱。

外交部长列特诺在周四(6日)的 2022 年外交部长年度新闻声明 (PPTM) 中表示，在 2022 年，我国将继续努力加强东盟的中心地位和稳固性。东盟仍必须充当印太地区稳定、和平与繁荣的支柱。”

我国还将鼓励高级别工作组 (High Level Task Force) 致力于加强东盟机构，作为讨论东盟共同体 2025 年后愿景的一个组成部分。

列特诺补充说，东盟必须保持相关性，并能够适当应对该地区和世界的新挑战。东盟的好处必须继续让其人民

感受到。

出于这个原因，列特诺表示，我国将继续鼓励与伙伴国家在东盟印太地区展望中的具体合作。

将使 G-20 成为包容性全球复苏的火车头。

我国将在 2021 年 12 月 1 日至 2022 年 11 月 30 日期间担任 20 国集团 (G-20) 轮值主席国。

这将被用于将 20 国集团带入包容性全球复苏的火车头。

列特诺周四(6日)说：“包容性是印度尼西亚担任轮值主席国的精神。印度尼西亚希望让 20 国集团成为全球复苏和有利于发展中国家的具体合作的催化剂。”

她解释说，我国将专注于三个主要议程，即加强全球卫生架构、能源转型

和数码化转型。

我国在 20 国集团轮值主席国期间将始终优先考虑透明度。“印度尼西亚轮值主席国将在高度透明的情况下进行，以取得最大成果。”

列特诺还补充，我国 2022 年的外交工作将用于支持我国成功担任 20 国集团主席国。正如佐科威总统所说，我国将在 150 多次会议上热烈欢迎所有 20 国集团代表。

缅甸人民的安全 印度尼西亚关切的问题

列特诺表示，在持续近一年的政治危机中，缅甸人民的安全和福利一直是我国关注的问题。

列特诺说：“从一开始，我国就一直表现出做出贡献的承诺。”



外交部长列特诺发表年度新闻声明。

国将继续努力加强东盟的中心地位和稳固性。

她说：“东盟必须继续充当印太地区稳定、和平与繁荣的支柱。此外，东盟必须保持相关性，并能够适当应对该地区和世界的新挑战。东盟的好处必须继续让其人民感受到。” (KP)

油价暴涨引民怨攻击官府

哈萨克骚乱

紧急状态



中亚大国哈萨克斯坦近日因燃油价格暴涨引发民怨，当地时间周三这股反政府怒潮再如山洪爆发，最大城市阿拉木图以及首都努尔苏丹的骚乱者攻击多座政府建筑。哈萨克总统宣布国家进入紧急状态，并请求俄罗斯和盟国派军协助恢复秩序。

以俄罗斯为首的集体安全条约组织（CSTO）周四应哈萨克总统托卡耶夫的请求，决定向哈萨克派遣部队。

据哈萨克媒体报道，上千名示威者周三冲进阿拉木图市长办公室与总统官邸，纵火焚烧办公室并破坏公共设施。他们还攻击当地检察院、国家电视台办公楼和哈萨克执政党的地方办公室。周三傍晚，哈萨克当局透露，在阿拉木图市展开反恐行动；当地警方指出，有数十名示威者丧命。

周三当天，骚乱者还占据阿拉木图机场，扰乱这个重要经济

城市的航空交通。政府随后调派军人到场清除，才重新控制机场，不过，好些航空公司决定，暂时取消飞往阿拉木图的航班。

阿拉木图市警察局局长泰梅尔杰诺夫对哈通社说，骚乱造成逾120辆警车、消防车和救护车等各类车辆被焚毁，300余家商铺、饭店和办公室被打砸。据哈萨克内务部消息，截至5日夜间，哈国内骚乱已导致12名执法人员丧命、317名警察和国民近卫军官兵

受伤。

据阿拉木图市管委会消息，哈萨克执法机构已开始在当地开展旨在恢复秩序的“反恐行动”，管委会呼吁居民保持冷静并协助护法机构恢复秩序和社会稳定。哈萨克卫生部副部长吉尼亚特周四透露，全国各地的镇压行动造成千多人受伤，当中有近400人入院。

哈萨克这次骚乱先是因油气价格暴涨而起，当局1月2日取消液化石油气的价格上限，这可用于汽车燃料的油气价格即刻翻了一番，抗议活动最初在曼格斯套地区开始，随后蔓延至全国。

油价引发的民怨很快就升级，迅速扩大至很多其它的政治问题。民众不满现任总统的施政，也针对哈萨克前强人纳扎尔巴耶夫。

互联网流传的影片显示，在东部塔尔迪库尔干市，示威者试图把一尊纳扎尔巴耶夫的大铜像拉倒。路透社记者报道，周三在西北部的阿克托别市，示威群众高喊：“老头子（纳扎尔巴耶夫），滚开！”

现年81岁的纳扎尔巴耶夫1991年当选总统，随后多次取得连任，到2019年3月才辞职。纳扎尔巴耶夫虽然退居二线，但仍是执政祖国之光党的党魁，继续影响国家重要决策，他的家族控制哈萨克大部分经济。（早报）



中国希望哈萨克局势

能尽快稳定

中国外交部就邻国哈萨克斯坦示威事件回应时说，中国相信哈萨克政府能够妥善解决问题，并希望当地局势能够尽快稳定下来。

据中国央视新闻报道，中国外交部发言人汪文斌周四（6日）在例行记者会上说，哈萨克当前发生的事情是哈萨克内政，并希望哈萨克局势能够尽快稳定下来，社会秩序回归正轨。

这场因民众不满燃油价格在元旦节上涨而爆发的示威，已经导致

超过1000人受伤，12名警员死亡，政府建筑物也遭纵火。当地警方也公布，数十名示威者在最大城市阿拉木图被“消灭”。

综合路透社和法新社报道，示威者今天在阿拉木图的主要广场与警方发生冲突。目击者透露，他们在警方走向示威者时听到枪声，广场目前已经恢复平静。

由俄罗斯、哈萨克等六个前苏联加盟共和国组成的集体安全条



约组织，在哈萨克总统向该组织求助后宣布，他们会派遣包括俄罗斯军队成员在内的维和部队前往哈萨克。（早报）

联合国美欧吁哈萨克

处理内乱时应克制

为了平息民愤，托卡耶夫周三解除了纳扎尔巴耶夫的国家安全理事会主席的职位，以及纳扎尔巴耶夫的外甥在国家安全委员会的领导职务。他也接受政府内阁的请辞，并且宣布取消调涨油气价格的决定，以及要求各部门平抑物价。

在这同时，托卡耶夫签署总统令，宣布全国进入紧急状态。他周三也发表电视讲话，表示将强硬对付示威活动。

哈萨克已向集体安全条约组织寻

求帮助。

克里姆林宫说，他们预料哈萨克会很快解决内部纷争，警告其他国家不要插手干预哈萨克内政。

联合国、美国和欧盟呼吁哈萨克当局处理国内暴乱时表现克制。美国国务院发言人普莱斯表示，美国密切关注局势的发展。“我们谴责暴力行径，呼吁哈萨克当局和示威者互相克制，我们要求各方寻求和平解决方案。”欧盟还呼吁俄罗斯，要尊重哈萨克的主权。（早报）



哈萨克对汽油柴油销售

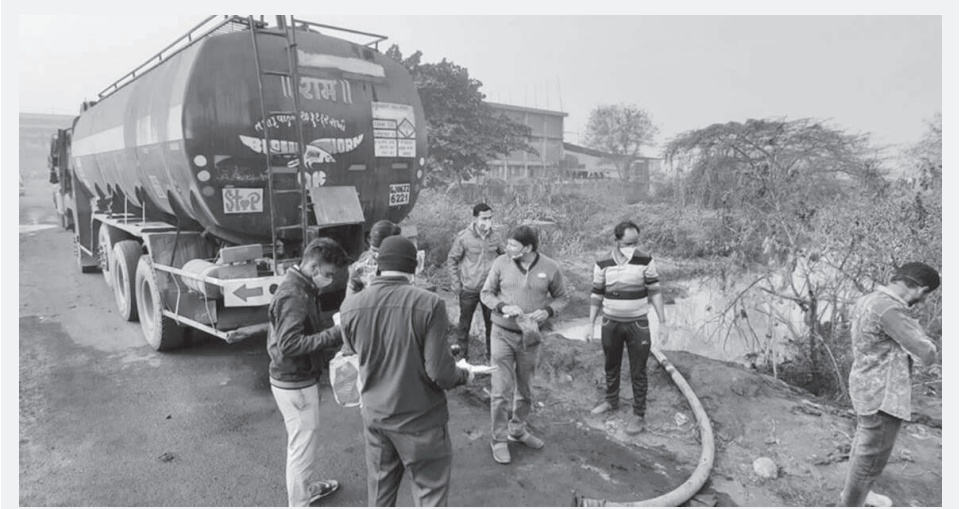
实施临时价格管制

据俄新社6日报道，哈萨克斯坦政府新闻处称，已经对汽油和柴油销售实施180天的临时国家价格管制。

近日，哈萨克斯坦因天然气价格

上涨爆发大规模抗议活动。哈萨克斯坦总统托卡耶夫5日签署总统令，哈萨克斯坦全境进入紧急状态。他表示，哈萨克斯坦正在遭受外部侵略，

已请求集体安全组织成员国帮助哈萨克斯坦应对“恐怖主义威胁”。集安组织安全理事会已向哈萨克斯坦派遣维和部队。（海外网）



印度化学品车泄漏

6死20伤

当地时间1月6日凌晨4时25分左右，印度古吉拉特邦苏拉特地区一辆装有化学品的油罐车发生泄漏，造成附近一家工厂6人死亡，20人受伤，目前伤者已经紧急送医。

发生化学品泄漏的车停在苏拉特的一个工业区外，它刚好靠近一

家工厂，事故发生时厂区里的工人正在睡觉。苏拉特市政公司消防局局长巴桑特·帕里克说，当时这辆油罐车正试图非法处置有毒化学品。当地消防部门在凌晨4时25分左右接到报警电话后，迅速抵达现场并设法关闭阀门以阻止有毒气体泄漏。（央视新闻）

堵车·停课·断电·挨冻 暴风雪打乱美东民生



2022年新年假期结束第一天，一股强冷空气侵袭美国东部地区，邻近东海岸的多州气温骤降，街巷被数十厘米厚的积雪覆盖。截至目前，这股“致命寒流”已经造成至少5人死亡，80多万居民供电中断，航班大范围取消，学校停课、政府“停摆”，另有数百名旅客被困州际公路，经历了一场现实版的“人在途”。

据美国哥伦比亚广播公司4日报道，新年伊始，美国气象部门就发布了“冬季风暴”天气预警，警告美国东部多州有可能遭遇“三年以来的最强降雪”。3日一早，弗吉尼亚州、马里兰州以及首都华盛顿迎来了大风雪天气，部分受灾地区的风速一度达到56公里/小时，相当于七级大风；截至当日下午4时许，首都华盛顿的积雪达到20厘米，弗吉尼亚州和马里兰州部分地区的积雪厚度已经达到37-40厘米。

《今日美国报》称，受恶劣天气影响，高达数千次航班或被延误、或被取消，华盛顿三大机场过半数航班未能准点起飞，纽约市也有1/4的航班受到影响。

不仅如此，3日是美国2022年的第一个工作日，但暴风雪导致总统拜登节后第一天就“上班迟到”：在老家特拉华州度假的拜登乘坐总统专机“空军一号”抵达马里兰州郊区的安德鲁斯空军基地，暴风雪中用于下机

的舷梯被冻住，拜登被迫在专机中等了半个小时。之后拜登原本打算乘直升机返回白宫，但迫于暴风雪直升机无法起飞，只得乘车返回白宫，总统车队的行驶速度也比平时慢上许多。

美国很多单位在新年首个工作日都未能正常开工：以首都华盛顿为例，大多数的联邦政府机构当天“关门歇业”。除了一些应急部门还在正常工作外，其余机构的雇员基本都是在远程办公。大风雪还干扰到学校课程安排：在马里兰州、纽约州、新泽西州等受灾区域，多达数百个校区3日临时停课。其中，华盛顿的公立学校表示要到6日才能开学。

除了影响工作与出行外，这场暴风雪还对民众的日常生活造成诸多不便。美国弗吉尼亚州、佐治亚州、田纳西州等地多达85万户住宅或商家供电中断，一些地区的电路修复速度缓慢，导致不少居民夜间无法取暖。

政府安置避难场所

据美国全国广播公司（NBC）5日报道，北卡罗来纳州近日夜間气温降至零下，但受供电中断影响，一些住宅的室内环境比室外好了不少。居家办公的哈德森对媒体说，受断电影响她已经两日无法工作，“身上无论裹多少毛毯还是觉得冷”。据报道，当地有民众为取暖不得不连夜投靠亲戚朋友。

据美联社5日报道，被称作美国

“东北走廊”的95号州际公路3日夜間上演了一出“人在囧途”。一辆大型货运卡车因打滑而横停在道路中央，导致道路两向皆无法通行，受阻车辆排成了60余公里的长龙。

尽管当地官方声称已经紧急在道路附近安置了避难场所，分发了食物和饮料，但仍有数百名车主是在车上过的夜。为节省燃料，很多车主都不敢打开暖风，在漫漫冬夜冻得瑟瑟发抖。弗吉尼亚州联邦参议员蒂姆·凯恩也困在车流当中，他形容这场旅途犹如一场“生存考验”。

对于清障工作的低效，不少受困司机表达了愤怒。一位名叫米拉的旅客愤怒地说：“根本没人来管我们……作为全世界最先进的国家，竟然没人知道该如何让民众脱困？”美联社称，这场“超级大堵车”直到4日晚8时30分左右才得到疏通，不少人已经受困长达20个小时。

不幸的是，这场暴风雪还导致美国5人死亡。马里兰州蒙哥马利县发生严重车祸，一部越野车与一部扫雪车相撞，导致两女一男当场死亡。另两名死者均为幼童，一个在田纳西州，另一个在佐治亚州，年龄分别为7岁和5岁。

据媒体了解，二人的死亡原因相同：这场特大暴雪导致树木倒塌，砸到了二人所处的住宅。

（环球时报）

智利养蜂人在总统府前放万只蜜蜂抗议

为呼吁政府救助养蜂业，智利4名养蜂人3日带着上万只蜜蜂前往总统府抗议。据美国有线电视新闻网4日报道，当地官员称，4名养蜂人在抗议后被拘留，其中包括一名未成年人。智利警察在抗议活动中尝试移除蜂箱，不料有7人被蜇伤并被送往医院。

据悉，养蜂人在智利总统府前的道路上安放了大约60个蜂箱，共计10000只左右的蜜蜂。其中一位养蜂人何塞·伊图拉告诉当地记者，圣地亚哥北部旱情正在摧毁当地蜜蜂种群。智利农业部在圣地亚哥地区的代表称，该机构也十分担心干旱对蜜蜂的影响。报道称，因受智利长期干旱影响，蜜蜂食物来源受损，进而导致养蜂业举步维艰。科学家表示，智利目前的特大干旱自2010年来持续至今，气候变化难辞其咎。养蜂人希望智利



政府改革，提高蜂蜜价格或者为蜂蜜生产商提供补贴。养蜂业代表则要求会见智利总统皮涅拉。现场警方同抗议的养蜂人进行交谈，称这不是达成

目标的正确方式。一些路人则对蜜蜂给公众带来的风险感到震惊，“这对易过敏的人来说是十分危险的，甚至会致人死亡。”（环球时报）

缅甸高中遭遇炸弹袭击 3人受伤

当地时间6日上午8时30分许，缅甸孟邦斋托镇一所高中发生爆炸，导致3人受伤。伤者包括1名学生、1位学生家长和1名警察。目前伤者已被送往附近的医院接受救治。

据目击者称，2名骑着摩托车的男子将炸弹扔进学校。该学校在去年6月就曾遭遇过一次炸弹袭击，当时只造成校舍受损。据悉，袭击者意在阻止学生返校学习。（央视新闻）



国会山骚乱一周年纪念日 拜登发表讲话又扯中俄

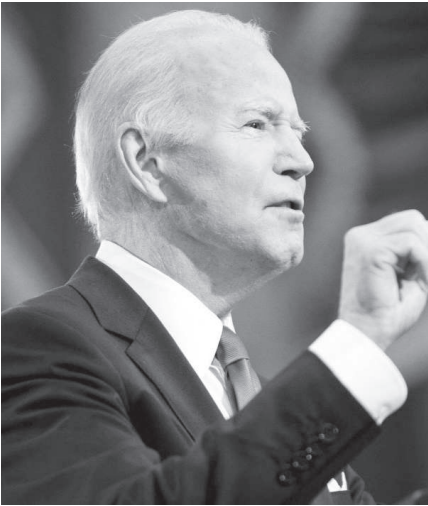
美国东部时间1月6日上午9时许（北京时间6日晚22时许），美国总统拜登在首都华盛顿国会大厦发表讲话，纪念美国国会山骚乱一周年。据美国有线电视新闻网报道，拜登在讲话中提及“民主”时，又扯到中俄。

拜登声称，中国、俄罗斯等国家，他们打赌美国民主的日子“屈指可数”。

“他们实际上告诉我，民主进程太慢，分裂太严重，无法在当今瞬息变化的复杂世界中取得成功。他们打赌，美国会更趋同他们的国家那样，而不像我们这样。”他声称，“我不相信。我们不是这样的，我们从未这样，我们也不该成为这样。”

随后拜登继续说起美国历史，称“我们的开国元勋们，尽管他们并不完美，却发起了改变世界的运动和尝试……”他继续说，“在那次选举上撒谎的前总统和袭击国会大厦的暴徒，已经离美国的核心价值观非常遥远了。”

一年前的1月6日，美国国会大厦遭暴力冲击，破碎的“美式民主”幻象震惊世界。2021年1月6日，数千名美国民众聚集在华盛顿国会山并强行闯入国会大厦，以阻止美国国会联席会议确认美国新当选总统。骚乱事件导致包括一名国会警察在内的5人死亡、约140名



执法人员受伤。2021年12月17日，美国总统拜登谈到国会山暴乱时暴怒：“自从我成为总统以来，我已经与140多个国家的元首进行了交谈。你们知道他们都问我什么吗？‘美国会好起来吗？’美国的民主呢？你们想过会有其它国家领导人问你这样的问题吗？”

而据“法国24”频道援引法新社消息报道，美国1月2日公布的两项民调结果显示，在美国国会山发生骚乱一年后，美国人仍对“美式民主”的运行状况深感担忧。其中，《华盛顿邮报》联合马里兰大学开展的民调结果显示，美国人对“美式民主”的“自豪感”急剧下降。

（环球网）



抗议强制接种疫苗政策 澳洲男子车内自焚

据“今日俄罗斯”（RT）4日报道，澳洲一名男子近日当街将自己点燃，身受重伤。据报道，男子此举是为了抗议澳洲针对新冠病毒做出的限制措施，包括维多利亚州一项强制接种疫苗的政策。

据报道，当地时间1月1日，墨尔本郊区里士满一名目击者称，一名男子在全身浇上汽油并点燃，期间他一直在对疫情管控措施表达不满。

目击者称“他的皮肤在燃烧，

他着火了”、“他尖叫着说着强制（接种）这事”。另一名在附近就餐的目击者称自己听到这名男子高声尖叫道“不要疫苗通行证！”，还看到该男子将一些书籍扔出来。

这起事件也被目击者拍摄了下来，视频背景中可以听到哀嚎声，远处也可以看到明显的火焰。

RT报道称，维多利亚州警方证实，该男子因严重烧伤被紧急送往医院，伤情严重。

（环球网）



美国科州野火毁逾千建筑 废墟中现部分人体遗骸

综合美国有线电视新闻网、英国《独立报》6日消息，美国科罗拉多州上周连发野火，烧毁了6200英亩土地和千余栋建筑。美官员在搜寻失踪人员时，在一栋房屋中发现了部分人体遗骸。

美国相关部门5日表示，在马歇尔路5900街区工作的调查人员，上周在一户人家中发现一名成年人的部分遗骸，很可能是在火灾期间失踪的两人之一。死因尚待解明。

美媒称，这场野火是科罗拉多州历史上最具破坏性的火灾，所幸伤亡人数并不高。至少3.5万人被迫逃离家园，两人下落不明。

美国西部科罗拉多州博尔德县2021年12月30日突发野火，该州州长贾里德·波利斯当天宣布该地区进入紧急状态。像美国西部的大部分地区一样，科罗拉多州正处于长达数年的干旱之中，这使得该地区酷热难耐，极易发生野火。（海外网）

BCA 匯率		(2022年1月7日) 來源: 中亞銀行 (BCA)			
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	14346.00	14361.00	14214.00	14514.00
新元	SGD	10551.22	10566.15	10443.00	10672.00
歐元	EUR	16211.24	16234.54	16020.00	16437.00
澳元	AUD	10270.73	10282.76	10165.00	10445.00
英鎊	GBP	19431.49	16452.07	19209.00	19685.00
日元	JPY	123.75	123.93	120.80	127.25
人民幣	CNH	2242.91	2253.54	2183.00	2341.00
令吉	MYR	3406.32	3424.05	-	-

2021年全球最富500人 财富激增1兆美元

彭博亿万富豪指数显示，2021年全球排名前500位的富豪总资产激增约1兆美元。美国有线电视新闻网（CNN）1月4日称，这些富豪的总资产超过8.4兆美元，除中美两国之外没有任何一个国家的GDP可以与之相比。与此同时，根据联合国的预测，2021年约有1.5亿人陷入贫困状态。

报道称，在过去的12个月内仅世界首富埃隆·马斯克一个人的财富就猛增近1180亿美元。其他财富激增的亿万富豪还包括路易威登集团董事长伯纳德·阿尔诺（增长627亿美元）、谷歌联合创始人拉里·佩奇和谢尔盖·布林（分别增长470亿和450亿美元），以及脸书创始人扎克伯格（增长250亿美元）。

“过去一年占全球人口0.001%的最富有阶层经历天文数字般的财富激增，凸显工薪阶层与企业高管及股东间的巨大财富差距。”CNN称，华尔街一再摆脱人们对通胀、供应链瓶颈和新冠病毒新变异株的



担忧，持续推涨股市行情，“从这方面来说，富人应该感谢每月向金融市场注入巨额资金并几乎维持零利率的美联储”。

数据显示，2021年标普500指数上升近27%，道指和纳指分别上升约19%和21%。对加密货币、大宗商品和房地产等其他资产的估值也扶摇直上，进一步扩大超级富豪的金库。（早报）



香港外资银行收紧工作 安排应对疫情威胁

因应香港奥密克戎疫情加剧，第五波疫情一触即发，香港外资银行再次收紧办公条例，包括要求员工分组上班。

据彭博报道，高盛6日在致员工的信函中宣布，该公司从周一（3日）开始未来两周将安排在港员工分组工作，其中一半员工在家办公，该措施将维持至1月21日。

瑞银集团已要求香港的所有业务部门分成两组，每周轮流进办公室工作。美国银行则“鼓励”员工在家办公直至1月24日。汇丰集团将从明天（7日）将香港公司上班员工人数限制在50%。

香港金融管理局已在上周五（2021年12月31日）向银行业

者发出提示，提醒银行允许员工在家办公，并将员工分成不同团队。金管局未立即回应彭博社置评请求。香港《信报》早前已报道这则消息。

瑞银集团在发给员工的信函中，要求员工避免在楼层之间穿梭，以避免出现潜在的交叉传染，并要求员工不要工余与另一组同事有社交互动。

瑞银集团驻港发言人证实信函内容。上述条例即日生效，以确保瑞银在疫情暴发时仍能正常运营。银行内所有实体会议仅限12人参加。

高盛透露，任何感到不适的员工都可在与经理沟通协调后在家办公。

（早报）

瑞银：中国碳交易 将成行业脱碳重要工具

投资银行瑞银发表报告，相信2022年碳交易将成为工业板块实行困难脱碳过程的重要市场工具，预期更高的碳价对企业盈利的影响将会扩大，而碳亦可能发展成为市场规模超过5000亿元人民币（约1000亿新元）的另类投资，并产生更多碳相关的金融产品。

据路透社报道，报告预测，中国未来几年的碳价可能超过200元人民币/吨，目前约在40至50元人民币/吨的水平。去年

7月中国碳排放权交易市场上线交易正式启动，以占到总碳排放量四成的电力行业先行。瑞银报告称，2022年碳交易将是更重要的脱碳市场工具。

报告称，基于现时碳价50元人民币/吨以及95%的免费碳信用额度，其模型显示碳交易可能对该行追踪的企业的盈利有-45%至+10%的影响，相对其2018年估计为-12%至+8%。

该行预测的四种情景列出了中国发展

碳交易市场的潜在路径，基于其认为的两项主要波动因素——碳价格和符合该计划的行业数量。在最乐观的情景下，受益于碳交易的企业净利增幅可能高至40%。

报告称，基于初步计算估计中国的碳交易市场总规模可能超过5000亿元人民币。与欧盟排放交易体系（ETS）相类似，报告预期中国大部分的碳交易量，将由未来几年形成的碳期货市场所贡献。（早报）

总计65.3亿卢比 印度向小米追巨额税



印度政府称调查发现中国智能手机巨头小米在印度的子公司逃避关税，已要求小米子公司支付65.3亿卢比的进口税。小米则回应称公司在全球范围内坚持合法合规经营。

据路透社报道，印度政府周三在一份声明中说，由印度税收情报局进行的调查显示，小米印度分公司向美国高通公司和北京小米移动软件公司支付的专利许可费和特权使用费，没有计入该公司及其合同制造商的进口交易价值中。

声明称，已经向小米发出三份通知，要求追缴2017年4月至2020年6月期间总计65.3亿卢比的税款。

小米印度分公司称对此非常重视，确保自身遵守所有印度法律，“目前正在详细审查该通知。作为一家负责任的公司，我们将向有关部门提供所有必要的文件。

另据澎湃新闻报道，小米当天晚间回应称，小米在全球范围内坚持合法合规经营，并遵守经营地的相关法律法规。

小米称，此次印度有关部门要求小米补缴的是2017年4月1日至2020年6月30日之间与特许权使用费相关的进口环节税金，与小米近期业务无关，且该官方声明并非最终结果。

小米方面还说，此次税务问题的根源是各方对进口商品的价格认定存在分歧，“对包括专利许可费在内的特许权使用费是否应该计入进口商品的价格，这在各国都是一个复杂的技术性难题”，会就这个问题继续和印度有关部门沟通。（早报）

日本新年拍卖会 1688万日元一条金枪鱼

在日本东京周三（1月5日）举行的一场传统新年拍卖会上，有买家以1688万日元买走了一条金枪鱼，希望能借此“照亮”2022年。

法新社报道，由于需求受到冠病大流行打击，今年在东京丰洲鱼市场举行的首场拍卖会上，金枪鱼的最高价格连续第三年下滑。

一家餐饮业者和一家批发商周三共同出资1688万日元，在拍卖会上买走了这条211公斤的蓝鳍金枪鱼。不过，该最高拍卖价仍远低于2019年3.336亿日元的纪录。

丰洲鱼市场每年举行的首场金枪鱼拍卖会，是当地一项备受关注的传统，每年都会吸引大批鱼类批发商。投标者有时会出巨资买走价格最高的金枪鱼，希望这能为新年带来好运，也为买家带来不少宣传。

一名78岁公众出示手中的排队编



号，表示她将是首位尝试这条金枪鱼的顾客。“我非常喜爱金枪鱼……我迫不

及待要尝试一块了。”（早报）

莫德纳执行总裁班塞尔 卖出1万股

根据莫德纳（Moderna）网站的发布的美国证券交易委员会（SEC）表格4（Form 4）显示，该公司执行总裁班塞尔（Stephane Bancel）在去年即将结束前，即12月30日，以每股243.42美元的平均价格，总共出售了1万股莫德纳股票。这项局内人交易总值达243万4200美元。

莫德纳股价在过去五个交易日里共下跌了10.31美元，于隔夜闭市报235.05美元。今晚（1月4日）截稿时，盘前成交价则是232.20美元，下跌2.85美元或1.21%。

SEC的表格4是一份必须在公司内部人员持股发生重大变化时提交给美国证券交易委员会的文件。市场人士一般以局内人的买卖来评断该局内人对公司股价走势的乐观与否程度。（早报）



参加澳网遭海关拒绝入境 德约被关进小黑屋

综合各媒体报导，北京时间1月6日消息，德约科维奇本来将参加澳网，但澳洲海关拒绝德约入境！目前，德约参加澳网的希望十分渺茫，最快在24小时内，他就会被遣返回欧洲。

德约科维奇已经9次拿到澳网冠军，手握20个大满贯，本次比赛只要夺冠，德约科维奇就能成为男单历史第一人，目前，纳达尔、费德勒和德约科维奇都是20个大满贯。

此前，澳网官方和德约科维奇本人都确定，他将参加澳网。德约科维奇很开心，他希望再度创造新的历史。毕竟，德约科维奇是卫冕冠军，去年一人就拿到了3个大满贯。网坛三巨头，费德勒老了，纳达尔伤病多，德约科维奇有望成为第一人。

但如今，剧情反转。此前，德约科维奇获得了澳网方面的医疗豁免，但澳洲方面不认同，认为德约科维奇不该享有特权。问题的关键在于，德约无法证明自己打疫苗了（基本确定没打）。如果没打，澳洲方面不允许德约科维奇抵澳。

因此，在落地澳洲后，德约科维奇遭遇了“羞辱”！他被关进小黑屋，还没收了手机，有2个人专门看守他！澳洲方面表示，“德约科维奇先生的签证已被取消。规则就

是规则，没有人可以凌驾于规则之上。”

此事也惊动了塞尔维亚总统武契奇，“诺瓦克，塞尔维亚和我都与你在一起，我们会尽一切努力，确保澳洲方面结束对你的骚扰！”

毫无疑问，德约科维奇太委屈了。本来，澳网方面给了医疗豁免，他已经来了，又被拒绝入境。对于德约科维奇来说，这是羞辱！

最快，德约科维奇将在24小时内被遣返回欧洲，他将无缘参加澳网！即便上诉，但成功的概率也很小。

德约提出上诉

澳洲取消网球巨星德约科维奇入境签证一事仍在持续发酵，塞尔维亚人的律师已提起上诉，澳联邦法院将于下周一举行听证会，决定是否驱逐这位9届澳网冠军，届时人们也将知晓德约科维奇是否无缘今年澳网。

目前，德约科维奇被关在墨尔本郊区卡尔顿的一家酒店，该酒店现用于移民拘留。在其暂留的酒店外，许多球迷前来为他声援。“今天我为澳洲人感到耻辱。没有德约科维奇的澳网，我不会观赛。” 克里斯蒂娜

告诉BBC记者。另外一名球迷耶莱娜表示，“澳洲政府需要解决这个烂摊子，这是个国际丑闻，全世界都在关注。”

澳网赛事组织者和维多利亚州卫生部近日联合表示，给予德约科维奇新冠疫苗豁免许可，允许其参加本届澳网。但该事件引发澳洲舆论强烈不满，反对声于昨日达到高潮。自德约昨晚从迪拜飞抵墨尔本后，就被暂留于酒店，其入境签证被今早澳政府取消。

正在墨尔本备战澳网的西班牙天王纳达尔发声表示，澳洲人的恼怒是“正常的”，“对我来说这很清楚，如果你打了疫苗，你就可以参加澳网。我的感觉是，疫苗是我们阻止疫情蔓延的唯一出路。”

德约科维奇曾表示个人反对强制接种新冠疫苗，他于2020年6月感染过新冠病毒，此后没有再次感染。



将官宣重返英超 库蒂尼奥要离开巴萨

北京时间1月6日，西班牙媒体《世界体育报》披露，库蒂尼奥离开巴萨进入最后阶段，阿斯顿维拉接近租借他，今明两天完成官宣。

整整4年前，库蒂尼奥以创巴萨俱乐部队史和西甲历史转会纪录1.2亿欧元+4000万欧元浮动条款加盟巴萨。当时，库蒂尼奥被寄予厚望。然而过去3年，巴萨在库蒂尼奥蹉跎岁月，表现糟糕。

今年是世界杯年，库蒂尼奥也不想巴萨浪费青春了，他渴望离队，巴萨也同意了。库蒂尼奥的目标是找回状态，在明年的卡塔尔世界杯上成为桑巴军团的主力球员。

现在，因为阿斯顿维拉主帅是杰拉德，后者出马，敲定了库蒂尼奥的转会。毕竟，杰拉德是利物浦传奇，而库蒂尼奥就是在利物浦踢出名堂，成为世界级球星。截至目前，阿斯顿维拉在英超排名第13，本赛季目标是保级。

加盟利物浦之前，库蒂尼奥在国际米兰，同样表现糟糕，最终以1000万欧元转会费加盟利物浦。从2013年到2018年，库蒂尼奥在利物浦踢出了高水平，最终以1.6亿欧元转会费转投巴萨，身价翻了16倍！

本赛季，库蒂尼奥在巴萨上场16次，打进2球，没有助攻。库蒂尼奥才29岁，他希望恢复第二春。目前，库蒂尼奥在转会市场上的身价仅1800万欧元！

此外，巴萨也希望库蒂尼奥早日离队，拉波尔塔的目标是拿下哈兰德，但花费高达3.5亿欧元，巴萨需要腾出薪资空间，哈兰德如果来巴萨，年薪在3000万欧元左右。

库蒂尼奥最接近离队，此外，巴萨也正在努力送走吕克·德容和德米尔。而乌姆蒂蒂和登贝莱这两位法国球星是刺头，想送走都难。（波体网）



需满足特定条件 本轮比赛不延期



甲联赛冬歇期结束后，第20轮会在周四重燃战火，而尽管多支球队中爆发了冠病疫情，他们希望本轮可延期，但意甲职业联盟周三已放话，不同意全部延期，只有在满足特定条件之一的比赛才能延期。

据《罗马体育报》报道，意甲职业联盟周三举行了视频理事会，讨论是否批准意甲延期。不过，考虑到本赛季的赛程已经很紧凑，最终，联盟做出决定：那些遭遇疫情的球队，如队内还有13名球员（包括至少1名门将）可参赛，那就有义务正常参赛。不过，也有另外一种情况例外，那就是球队因疫情严重，被当地医疗部门禁止参加比赛，而这种情况下，比赛也将不得不延期。

至于那些没有被当地医疗部门禁止参赛的球队，如在比赛开始后45分钟内不到球场参赛，那麽就会被判0比3输球。

目前，因疫情被当地医疗部门禁止参赛或离开当地的意甲队有：波罗纳、托利诺、萨勒尼塔纳、乌迪尼斯。因此，本轮意甲以下4场比赛可能会被延期，即波罗纳对国际米兰、亚特兰大对托利诺、萨勒尼塔纳对威尼斯、费伦迪纳对乌迪尼斯。其余6场比赛，都须照常进行。

对于以上这决定，最不满意的应是那玻利，因该队主帅斯帕莱蒂和多名球员目前都感染了冠病，但本轮他们须去客场踢和祖云杜斯的比赛。事实上，这也已不是那玻利首次遭遇类似情况。在上季第3轮意甲中，该队同样因疫情没按时去客场对祖云杜斯，随后就先是被判0比3负，但之后又改判比赛延期到去年4月进行，最终，那玻利还是得1比2输球。（光明日报）



曼城：已进行隔离 瓜迪奥拉与助教确诊

北京时间1月6日晚，英超俱乐部曼城官方宣布，主教练瓜迪奥拉和助教利略新冠检测呈阳性，将错过本轮足总杯客战斯温顿的比赛。目前，两人均处于隔离的状态。

曼城官方表示，与此同时，还有14名工作人员和7名一线队球员需要接受隔离。另外，由于新冠疫情影响，英超此前已经推迟了多场比赛。（网罗足球）

火箭助教复出征战发展联盟 九指扣篮王荣耀归来

1月6日，据NBA知名记者Shams的报道，火箭助教杰拉德-格林计划签约NBA发展联盟复出，这位2005年选秀大会首轮第18顺位的悍将退役3个月之后就要复出，而他在复出之前的工作是火箭队助教，真的是上演了一把“教练在热身”的好戏。

杰拉德-格林是在自己的家乡球队火箭队退役的，此前火箭宣布了杰拉德-格林退役的消息，他加入火箭教练组，出任球

员发展教练。格林职业在NBA共征战12个赛季，曾先后效力于森林狼、火箭、独行侠、篮网、76人和热火等队，职业生涯场均出场19.8分钟，得到9.7分2.5篮板0.9助攻。曾经拿下过2007年全明星扣篮大赛冠军，绰号包括“九指扣篮王”等。

近期杰拉德-格林出现在公众的视线，都是以火箭助教的身份，包括了前段时间火箭球员伍德与布鲁克斯在场边争吵，眼看就要动手，是杰拉德-格林在后面的劝

架，才让事态平息了下来。

本赛季各队因为疫情的原因，导致出现人员紧缺的情况下，很多征战NBA多年老将都获得了短期的合同，不知道是不是因为这样原因，再加上自己退役的时间不长，认为自己油箱里面还有油，所以杰拉德-格林要复出。

也希望杰拉德-格林可以好运，争取可以在发展联盟证明自己，然后重返NBA。（新浪网）



INDONESIA
印尼及西巴 日報

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

2022年1月8日 (星期六) B1

亞洲週刊
YAZHOU ZHOUKAN

全球視野
本土情懷

訂閱請聯絡: 021-63868348 (Sugliti)



中国—东盟中心代表出席 成都RCEP区域经贸合作圆桌会

(成都讯) 中国—东盟中心贸易投资部主任郭传维应邀出席1月6日在蓉举办的2022成都—RCEP区域经贸合作圆桌会。

本次圆桌会是在中国贸促会和成都市人民政府指导以及中国—东盟中心支持下, 由中国贸促会(中国国际商会)培训中心和成都市贸促会(成都市博览局)共同主办。中国贸促会副会长柯良栋、成都市委常委刘筱柳、中国—东盟中心贸易投资部主任郭传维和东亚商务理事会RCEP工作组主席、泰中商务委员会秘书长庄介

湘等出席开幕式并致辞。中国贸促会(中国国际商会)培训中心主任凌凤杰、四川省贸促会会长黄莉、成都市贸促会会长李长文, 以及来自中国政府相关部门、国际组织、RCEP成员国相关驻华使领馆和商协会、企业和媒体代表等100人现场参会, 20余万人次观看了会议线上直播。

柯良栋副会长表示, RCEP正式生效突显了合作开放、互利共赢是亚太域内各成员国的共同愿望, 真实反映出建立公平、开放、包容、透明且基于规则的区域和多边贸易体系是各

国的共同选择。协定生效将进一步降低贸易成本, 推进贸易便利化, 促进区域各国贸易投资增长; 进一步提升自贸协定带来的贸易创造效应和政治、经济、文化溢出效应; 进一步推动亚太地区产业链、供应链和价值链深度融合, 为区域经济发展和全球经济复苏增添新动能。

刘筱柳常委介绍了成都市经济社会发展情况和对外开展务实合作有关情况, 表示成都将以举办本次会议为契机, 进一步加强成都与RCEP国家经贸往来, 进一步改善贸易和投资

环境, 推进贸易投资自由化和便利化, 增强发展潜力, 造福于城市和人民。

郭传维主任表示, RCEP已在10个成员国生效实施, 其中东盟6个、非东盟4个, 因此在东盟国家的生效情况目前还只是“月亮半圆”。希望各方尽最大努力, 尽早使RCEP在东盟国家全面生效, 实现预期目标和效果。中国—东盟中心愿继续发挥桥梁纽带作用, 与各界朋友一道, 对接东盟国家, 推动RCEP落地见效, 提高执行效率, 尽早让企业切实享受



柯良栋副会长致辞。



刘筱柳常委致辞。



郭传维主任致辞。



庄介湘主席致辞。



圆桌会议场景。



圆桌会议部分与会者合影。

RCEP的红利。庄介湘主席在视频致辞中表示, RCEP协定生效将提升区域战略性价值, 促进全球经济发展, 进一步推动贸易自由化和便利化, 强化多边贸易体系, 促进可持续发展。期待本次会议能够为各方更好地开展沟通和合作提供平台, 进一步促进区域经贸合作和经济发展。

圆桌会以“促进区域繁荣发展, 拓展合作共赢空间”为主题, 旨在将RCEP打造成为地区经贸合作主平台, 助力企业更快享受RCEP政策红利。来自中国工信部赛迪研究院、商务部研究院、成都海关和青白江区政府、中国建设银行以及马来西亚、泰国、老挝、菲律宾、韩国、日本、越南驻华使领馆和商协会的代表围绕“落实RCEP协定, 推动区域经贸合作”和“整合各国优质资源, 重构区域产业链价值链”等议题进行了交流研讨。(中国—东盟中心)

万隆华族关怀团队岁末再献爱心 完成使命迎接新年

军区长官分
发华族爱心礼
包给民众。



王羽 报道

(万隆讯) 万隆华族关怀团队(MTP, Masyarakat Tionghoa Peduli Bandung)在2021年从年初到年终连续不断地作各项福利慈善活动, 市内多位慈善家继续赞助支持有人道意义的活动, 功德无量。

12月23—24日, 圣诞节来临时, 华族关怀团队再次援助连旺镇芝沙鲁阿村的达鲁伊纳亚习经院(Pesantren Darul Inayah Cisarua Lembang)各种生活必需品用来供应600名学院学生的日常需要品, 有60盒共600包米粉, 12盒共180公升食油, 4盒共96个罐头沙丁鱼, 36包共1620公斤大米, 6盒共72包甜酱油, 80盒共3200包干面, 5盒共100包虾饼, 4盒共200包Tunggal饼干, 2盒共288瓶维生素, 800个口罩, 表达华族关怀之情。

同时间, 华族关怀团队成员兼黄氏宗亲会主席黄伟强。广肇会馆副主席林文星访芝玛墟的疗养院(Panti Noah Cimahi)

另一组, 华族团队青壮组代表温玲玲等与由陈媛娜和许禄发的“慈爱”姐妹组合团员带着盒饭到Tulus Kasih 孤儿院和Tresna Werda Priangan 老人院探访与捐助生活必需品, 华族团队捐助的生活必需品外, 还有纸尿裤, 洗衣粉, 擦地板的香精等, 这些物品是老人院所需



慈爱姐妹组(兰衣)与孤儿院孩子们合影。

要的生活物资, 院长们很感谢华族团队的援助並祝愿神厚报善心人士。

圣诞节前, 12月20日, 在庆祝国军步兵日(Hari Infantri)的环节里, 华族团队协调主任陈春富和理事梁国强, 林德煥, 林文星和温顺发带着捐助品600份生活必需品礼包交给军区代表, 表达祝贺, 再由军区军员分发给从万隆市到万查儿(Banjar)3个地区的残障一士外, 在庆祝步兵日73周年的感恩会上再分发华族爱心礼包给军区周围一带的弱势民众家庭。



左起: 林文星, 陈春富, 梁国强, 林德煥。



黄伟强, 林文星和疗养院院长合影。



陈静在启动仪式现场致辞。

海淀冬奥情暨2022年“海之春” 新春文化季启动

(北京讯) 北京市海淀区文化和旅游局在即将建成的海淀公园冬奥文化广场1月4日举办海淀冬奥情暨2022年“海之春”新春文化季启动仪式。

北京市海淀区委宣传部副部长、区文旅局局长陈静发布了海淀区迎冬奥、庆新春系列文化活动。北京市文化和旅游局二级巡视员常林, 北京市海淀区文旅局党组书记孙鹏利等与会嘉宾共同触屏启动了文化季活动, 并向冬奥相关服务保障人员代表赠送了春联、剪纸等作品。

启动仪式现场雪花飞舞、彩带飘扬。打击乐表演《龙腾虎跃》、歌舞《冰雪中国》、冬奥诗词朗诵《冰雪与火焰》、古筝齐奏《喜迎冬奥万家欢》、音乐快板《北京冬奥场馆赞》等节目舞出了海淀人民的朝气活力, 唱出了对美好生活的感恩赞美。

启动仪式结束后, 群众现场参观展览, 体验了迷你冰壶、旱地冰球、VR模拟滑雪等项目, 感受了海淀区在艺术、文化、科技等方面的优势和全民冬奥的浓郁氛围。

启动仪式上陈静介绍, 海淀区文旅局主办的海淀冬奥情暨2022年“海之春”新春文化季以“一起向未来”为主题, 紧密围绕“冬奥”和“春节”两个重点, 举办二十项百余场文化活动, 突出三个特色。

一是充分展现双奥之城的魅力。活动紧密围绕两个奥运场馆、7家冬奥签约酒店展开, 以《龙凤呈祥》《锦绣春明》《玉堂富贵》等为主题的京绣、剪纸、插花非遗作品展, 三山五园摄影作品展等将在多地展出。

二是充分展现海淀深厚的文化底蕴。在古钟博物馆鸣永乐大钟, 看《钟铃之舞》; 在图书馆北馆、美术馆北馆观摄影、篆刻、书画展, 让来到海淀的市民朋友体验海淀的文化之美。

三是充分展现优秀传统文化的传承。在圆明园正觉寺

“博物馆里过大年”; 在买卖街体验时光读书社、拾趣宫廷非遗小课堂, 在温泉、西北旺参与庙会踩街, 让来到海淀的市民朋友在沉浸式传统文化体验中度过一个欢乐祥和的中国年。相关负责人介绍, 多年以来, 海淀区委区政府高度重视文化建设, 秉承“最好的文化属于人民”的宗旨, 建成了国家公共文化服务体系示范区, 以海之春新春文化季等为平台, 深化供给侧改革, 持续提供高品质公共文化服务, 切实提升海淀人民的获得感和幸福感。

以“海之春”新春文化季为主要平台的海淀冬奥城市文化活动, 传承并弘扬中华优秀传统文化, 多场景、多角度、多方式展示海淀多元文化融合发展的特色, 在冬奥大舞台中书写独特的海淀表达。(中国青年网)



启动仪式现场。

爱心企业家送年货 温暖敬老院老人心

神州瞭望网讯(张贵才 谢飞)元月1日, 位于江苏省海安市隆政街道的隆政敬老院内爱心涌动, 该院五保老人们按照疫情防控的要求, 全部佩戴口罩迎接尊敬客人到来, 他们将近200斤猪肉、2000斤大米和85箱牛奶以及85箱八宝粥送到了敬老院, 表达对居住在这里五保老人的一片爱心。

上午9点钟, 家住海安市隆政街道联合村5组的南通尚维建筑工程有限公司总经理夏兆来携妻子及儿子驱车来到隆政敬老院, 分别将牛奶和八宝粥送给老人, 还请来医疗志愿者为老人测量血压。老人们连声表示感谢。

今年37岁的夏兆来, 大学毕业后创办了南通尚维建筑工程有限公司, 从事防腐保温工程施工。他从小受孝道文化的熏陶, 发扬尊老、爱老、敬老的中华民族传统, 致富不忘家乡老人。

夏兆来觉得, 现在人们的生活越来越好, 但我们不应该忘记还有许多人需要社会的关心。这些年来, 自己的事业发展得还可以, 我想通过自己的行动, 为敬老院的老人改善生活, 献出一份爱心, 让他们过一个愉快的元旦和春节。

夏兆来表示, 将继续弘扬尊老敬

老的传统美德, 关爱社会弱势群体, 支持慈善事业的发展, 为共同富裕作出贡献。(搜狐网)



去年全球手机出货量13.2亿 三星苹果小米 前三甲

近日，市场研究机构DIGITIMESResearch公布2021年全球智能手机出货量数据报告。数据显示，2021年全球智能手机出货量约为13.2亿部，年增6.1%。

按市场占有率来看，三星、苹果、小米位居2021年全球智能手机出货量前三名。OPPO、VIVO及传音分别位列第四、第五及第六名。

其中，小米、OPPO、VIVO及传音等国产品牌的出货量年增长率均达到两位数。

DIGITIMES Research方面表示，随着5G手机成为主流，2021年全球5G手机出货量约为5.3亿部，其中苹果以超过三成的市场占有率位居首位。

在折叠屏手机方面，2021年全球折叠屏手机的出货量未达千万部，其中三星位居该品类出货量第一。（环球网）



戴尔发布

全新XPS 13笔记本电脑极简设计

1月5日，在拉斯维加斯举办的2022年北美消费电子展（CES）上，戴尔发布全新XPS 13 Plus笔记本。

据了解，全新XPS 13 Plus笔记本电脑去除了多余的元素并对功能进行了精简，以用户的创意体验成为中心，无边框显示器呈现更大屏幕。电池技术保证用户在不中断的情况下完成全部工作。通过Express Charge 2.0，XPS 13 Plus可以快速充电，一个小时内达到约80%的电池续航时间。

笔记本电脑采用充满现代感的极简设计。光滑的键盘、功能栏、触控板和掌托组成了整洁、轻盈的标志性外观，整个设计没有浪费一丝空间。

这款笔记本有铂金和石墨色两款颜色可以选择，键盘和触控版采用了新的设计，键盘采用电容式按键，键帽的面积更大，拥有1mm的键程，相对来说比较短。触摸板则是无缝玻璃设计，马达振动模拟按压手感，键盘的F键部分是触摸设计。

屏幕方面，全新XPS 13 Plus采用了戴尔首创的InfinityEdge四边窄全面屏，尺寸为13.4英寸，有1920x1200和3840x2400两种分辨率可以选择。屏幕几乎形成无边框的观看体验，同时减少了显示屏的层数，以提高清晰度并减轻重量。

硬件方面，全新XPS 13 Plus搭载了第十二代英特尔酷睿处理器，可以选择i5-1240P、i7-1260P、i7-1260P、i7-1270P、i7-1280P 五种处理器。内存则可以选择32GB双通道LPDDR5内存，内存频率为5200MHz，还有最高2TB的PCIe



4.0 SSD。

接口方面，仅有两个雷电 4 接口分布在机身两侧，没有配置 3.5mm 的耳机接口。

此外，全新XPS 13 Plus笔记本电脑增强了视觉和听觉体验。戴尔的InfinityEdge四边窄全面屏让用户享受几乎无边框的观看体验，同时减少了显示屏的层数，以提高清晰度并减轻重量。升级后的四个扬声器设计将带来更响亮的声音和更为宽广的动态范围。两个向上发声的扬声器隐藏在键盘之下，两个向下发声的扬声器则位于底座上，为音乐、电影和会议提供更出色的声音效果。（环球网）

三星Galaxy Z Flip3 5G奥运纪念版 拥有高辨识度及专属UI



1月4日，三星电子宣布面向中国消费者正式推出三星Galaxy Z Flip3 5G奥运纪念版手机。

“三星Galaxy Z Flip3 5G自发布以来便广受消费者喜爱，凭借独特的可折叠形态不仅带来了更多可能，还为用户提供了诸多灵活与实用的体验”，三星电子大中华区移动通信事业部副总裁张际宏表示，“十分荣幸能够为希望纪念北京2022年冬奥会的中国消费者带来奥运纪念版手机。”

三星表示，在设计方面，三星Galaxy Z Flip3 5G奥运纪念版手机在三星Galaxy Z Flip3 5G的基础上加入了独特的奥运元素。纵向折叠机身搭配白色玻璃后壳及金色中框，加之背板上三星与北京冬奥会会徽的联合Logo设计，使该款机型拥有超高辨识度的外观。

同时，其内部UI也进行了专属设计，从主题界面到息屏提醒皆重新绘制，凸显了冰雪运动场景等元素。除此之外，该机型预装的多款奥运相关应用，也可更直观便捷地了解北京冬奥会的各方面信息。

特斯拉上架 无线充电宝

特斯拉官网上架无线充电宝2.0，售价70美元（约合人民币446元）。

据官网描述，该无线充电宝配有红、黑、蓝、白、灰5种颜色，对应特斯拉5种车漆颜色；容量为10000毫安，支持所有Qi协议的设备无线充电，也可以通过Type-C接口有线充电。

按照市场上同款商品配置来看，这个充电宝的价格显然有些贵了，不过参考特斯拉酒瓶和口哨来看，这个价格相对合理、接地气不少。

此前，特斯拉上线的“CyberWhistle”，一个不锈钢口哨卖出50美元的价格，并且被抢购一空，二手价格炒翻数倍。

美国二手交易网站ebay显示，特斯拉皮卡哨子的价格，普遍在1000元以上，而且有些还是不包邮。

而这个无线充电宝，实用价值增加，并且70美元的价格，没有太大的智商税的价格成分，预计该款充电宝也将会很快售罄。

届时，特斯拉充电宝抢购一空之后，二手平台会翻几倍。



Wireless Portable Charger 2.0

\$70

Color

● ● ● ● ●

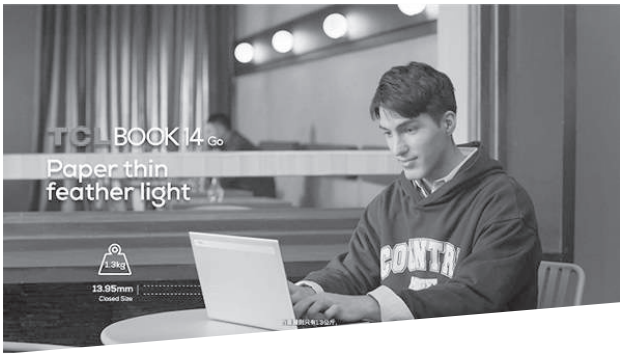
Quantity

1

ADD TO CART

Description

Stay charged on the road, at your office or in your everyday lifestyle with Wireless Portable Charger 2.0. Simply place your Qi-enabled device on the charging pad for a fast and secure charge or quick boost. You can also recharge your Wireless Portable Charger 2.0 using your Tesla vehicle's wireless charging dock or any wireless charging device. Provides up to 10,000 mAh of battery power at 37Wh and includes an integrated USB-C lightning cable for optional wired charging, as well. Available in Midnight Silver Metallic, Deep Blue Metallic, Red Multi-Coat, Pearl White Multi-



TCL发布首款笔记本 搭载高通骁龙7C ARM处理器

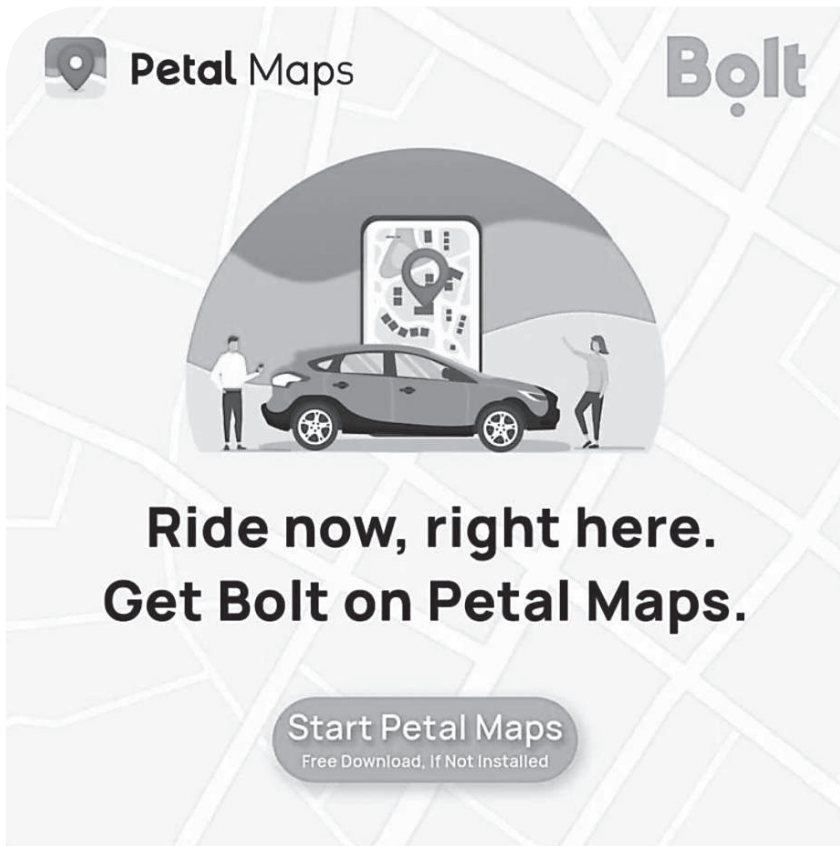
在2022年国际消费类电子产品展览会（CES 2022）前夕，TCL发布了旗下首款笔记本电脑TCL BOOK 14 Go。

据了解，TCL BOOK 14 Go笔记本配有14.4寸IPS屏幕，分辨率为1366x768。机身重量为1.3公斤，闭合后厚度为13.95mm。

值得一提的是，TCL BOOK 14 Go搭载ARM架构的高通骁龙7C处理器，可运行Windows 11系统。

硬件方面，这款笔记本电脑具有4G+128G的存储配置，搭载的40Wh电池可支持12小时续航。

此外，TCL BOOK 14 Go还支持4G LTE网络、WIFI 5和蓝牙5.1等。（环球网）



华为花瓣地图在欧洲和非洲 集成Bolt打车服务

华为花瓣地图为其欧洲和非洲的用户带来了新的便利功能，与流行的打车服务Bolt合作上线打车服务。

Bolt是首批加入华为AppGallery的主要品牌之一。现在，Bolt与华为的花瓣地图集成，合作进一步加深。

IT之家了解到，使用基于华为移动服务（HMS）的智能手机，以及从Google Play下载花瓣地图的用户，都可以在搜索地点的行程中进行打车。

一旦用户点击Bolt图标，将自动被带到Bolt App，接着就可以预订司机，检查司机的详细信息和距离，并查看行程的费用。

此外，两家公司还在软件开发层面与Bolt合作，集成了华为的Map Kit，使其能够为App提供个性化的显示和HMS设备交互。

对于居住在欧洲和非洲的用户，可以在华为的AppGallery或Google Play商店中查看花瓣地图提供的这些新功能。（IT之家）



违反隐私规则 法政府罚款谷歌1.5亿欧元

据法新社6日报道，法国监管机构当日对谷歌公司和脸书公司处以2.1亿欧元（约合人民币15亿元）罚款，原因是违反隐私规则，用户无法轻易拒绝上网痕迹被跟踪。

据报道，法国国家信息技术和自由委员会（CNIL）此次对谷歌处以1.5亿欧元的罚款，这是谷歌公司第二次被法国开出罚单。两家企业将有3个月时间来进行整改，否则将面临每天10万欧元的额外罚款。

2020年12月，CNIL曾对美国谷歌公司及其下属企业和亚马逊公司分别处以1亿欧元和3500万欧元的罚款，理由同样是未经同意搜集用户上网痕迹，违反了用户隐私规则。（海外网）

中国交出 高水平开放答卷



与进博会举办地国家会展中心（上海）毗邻的绿地全球商品贸易港内景。
新华社记者 方 喆摄

2021年版外资准入负面清单进一步缩短长度——

放宽准入，外资看好

2021年底，两份负面清单引发海内外高度关注：12月27日，国家发展改革委、商务部发布《外商投资准入特别管理措施（负面清单）（2021年版）》和《自由贸易试验区外商投资准入特别管理措施（负面清单）（2021年版）》。

“缩减”再次成为关键词。2021年版全国和自贸试验区外资准入负面清单进一步缩减至31条、27条，压减比例分别为6.1%、10%。在此之前，2017—2020年，中国已连续4年修订全国和自贸试验区负面清单，外资准入特别管理措施分别由93项、122项减至33项、30项。

更多领域有了新变化。汽车制造领域，取消乘用车制造外资股比限制以及同一家外商可在国内建立两家及两家以下生产同类整车产品的合资企业的限制；广播电视设备制造领域，取消外商投资卫星电视广播地面接收设施及关键件生产的限制，按照内外资一致原则管理；自贸试验区探索放宽服务业准入，市场调查领域，除广播电视收听、收视调查须由中方控股外，取消外资准入限制。

外资准入不断放宽，为外商来华投资提供了更加广阔的发展空间。2020年，在全球跨国投资大幅下滑的背景下，中国吸引外资1493.4亿美元，稳中有增，保持世界第二位。2021年前11个月，中国实际使用外资破万亿元，已超2020年全年吸收外资规模，有望实现近年来首次两位数增长。

“中国扩大开放、改善营商环境方面的进展，给霍尼韦尔带来新机遇，坚定了我们进一步深耕中国的信心。”霍尼韦尔中国总裁林世伟说，中国已成为霍尼韦尔最大的增长型市场，公司将加大对中国的投入，在寻求业务增长的同时用科技力量助力中国经济高质量发展，并将针对中国市场开发的创新产品、技术和解决方案推广到全球市场。

再次宣布降低多种进口商品关税——

人世20年，造福世界

2021年是中国加入世界贸易组织20周年。过去一年里，不少企业进一步感受到了中国人世带来的好处。

2021年3月，拜耳全球首个α粒子靶向治疗药物多菲戈®正式在中国上市，开始用于前列腺癌治疗。拜耳中国首席财务官史蒂夫表示：“从2018年起，中国推出对进口抗癌药实施零关税并鼓励创新药进口等一系列措施，之后的这几年来，拜耳处方药有10多款创新药物在中国获批上市。”

大幅削减抗癌药关税，是中国入世20年来不断降低关税的缩影。20年来，中国全面履行入世承诺，关税总水平由15.3%降至7.4%，低于9.8%的入世承诺。如今，中国还在进一步降低关税。2021年12月15日，国务院关税税则委员会发布通知，2022年将调整部分商品的进出口关税。其中，对新型抗癌药氯化镭注射液实施零关税；降低部分消费品的进口关税，包括鲑鱼、鳕鱼等优质水产品，婴儿服装，洗碗机，滑雪用具等；对超过100年的油画等艺术品实施零关税……

在第四届进博会上，中国明确表示支持世界贸易组织改革朝着正确方向发展，支持多边贸易体制包容性发展，支持发展中成员合法权益。中国将以积极开放态度参与数字经济、贸易和环境、产业补贴、国有企业等议题谈判，维护多边贸易体制国际规则制定的主渠道地位，维护全球产业链、供应链稳定。

一步步开放，一次次努力，赢得国际社会高度认可。为纪念中国加入世界贸易组织20周年，世贸组织2021年12月10日在日内瓦总部举办主题为“中国加入世贸组织20周年：融入与发展”的高层论坛。世贸组织总干事伊维拉在论坛上表示，入世20年来，中国取得“令人惊讶”的发展成就，中国为全球减贫、对抗新冠肺炎疫情作出重要贡献。“中国是世贸组织多边和诸边贸易谈判的积极参与者，并在世贸组织改革中发挥积极影响力。”

2022年伊始，中国对外开放迎来一件大事：区域全面经济伙伴关系协定（RCEP）正式生效。作为世界上最大的自贸区，RCEP全球瞩目。过去一年，为推动协定如期生效，中国率先完成核准程序、完成在关税减让等方面准备工作，用实际行动向世界传递了明确信号：中国扩大高水平开放的决心不会改变。

回望2021年，面对世界百年未有之大变局和世纪疫情，中国再显担当，开放的大门越开越大：从进博会、服贸会到消博会、广交会，国家级展会精彩纷呈；从2021年版外资准入负面清单到首张跨境服务贸易负面清单，开放领域不断拓展；从海南自由贸易港法到推进自由贸易试验区贸易投资便利化改革创新19项措施，开放新高地加快建设……中国交出了一份高水平开放答卷，在为自身赢得发展机遇的同时，也进一步向世界打开机遇共享之门，为全球经济稳步复苏持续提供强劲动力。

中欧班列连续19个月单月开行千列以上——

一带一路，硕果累累

“发车！”2021年12月3日下午，随着中老两国元首通过视频下达指令，连接昆明和万象、全线采用中国标准的中老铁路全线开通运营。

作为高质量共建“一带一路”的标志性工程，中老铁路通车后，通过与泰国米轨相连接，泛亚铁路中通道初步打通，中南半岛国家可通过中老铁路到达中国市场，通过中欧班列可进一步抵达欧洲市场，将降低流通成本，推动区域经济在疫后复苏发展。

世界银行研究报告指出，中老铁路有望使万象与昆明之间的运输成本下降40%至50%；泰国兰乍邦港至昆明的运输成本有望下降至少32%。预计到2030年，经中老铁路老挝段的年过境贸易货物量将达390万吨。

过去一年，共建“一带一路”不断取得新进展。雅万高铁全线土建工程完成量超过90%，已进入从建设向运维准备的转换阶段；塞尔维亚污水处理项目正式开工，包括塞尔维亚境内77个地区65个城市污水排放管网及污水处理体系的改造及新建工作；匈塞铁路项目匈牙利段和塞尔维亚诺维萨德—苏博蒂察边境段先后举行奠基仪式和开工仪式……

中欧班列开行量继续保持高位运行。2021年11月份，中欧班列开行1246列，运送12万标箱，同比分别增长1%、4%，综合重箱率99.4%，连续19个月单月开行千列以上。截至2021年11月底，中欧班列历年累计开行47414列，运送货物429.7万标箱，累计运送防疫物资1343万件，共计10.3万吨。

朋友圈进一步扩大。近日，中国与中非、几内亚比绍、厄立特里亚、布基纳法索、圣多美和普林西比等非洲国家签署政府间共建“一带一路”合作文件。截至2021年12月15日，中国已与145个国家、32个国际组织签署200多份共建“一带一路”合作文件。

四届进博会累计意向成交超2700亿美元——

魅力进博，合作共赢

又有新收获！第四次参加进博会，新西兰乳制品行业龙头企业恒天然集团推出十余款新品，与更多中国企业签下大单。恒天然大中华区首席执行官周德汉坦言，“通过进博会这个平台，我们拉近了和许多老朋友的距离，也认识了很多新朋友。”

2021年11月5日至10日，第四届中国国际进口博览会在上海举行。世界经济寒潮下，中国首创的进博会魅力不减：总展览面积进一步扩容至36.6万平方米，新设文物艺术品等专区，来自127个国家和地区的近3000家参展商亮相企业展，国别、企业数均超上届。

全球好物纷至沓来。短短6天，420多项新产品、新技术、新服务集中亮相，“全球首发、亚洲首秀、中国首展”轮番登场。四年来，无论面临怎样的风险挑战，进博会总是如约而至，让开放的春风温暖世界。从第一届进博会意向成交578.3亿美元到第四届707.2亿美元，四届进博会累计意向成交超2700亿美元。

不仅展示交易。从数字经济到绿色发展，从智能科技到消费升级，从农业合作到金融开放，第四届进博会虹桥论坛举办12场分论坛和1场国际研讨会，2000多名中外嘉宾学者汇聚一堂，为促进世界经济复苏、推动构建人类命运共同体发出“虹桥声音”；首次发布的《世界开放报告2021》鲜明指出，未来的世界开放需要更大的合作。

成功举办了四届的进博会已成为全球共享的国际公共产品，是世界观察中国、分享发展机遇的重要窗口。上海合作组织秘书长诺罗夫称赞道：“中国举办进博会表明了持续扩大开放的决心，有助于创造有利条件实现共同繁荣，持续推动务实合作。”



消费者在海南海口日月广场免税店购物。
新华社记者 郭 程摄

首届消博会吸引2628个消费精品品牌参展——

消费盛宴，惠及全球

2021年5月，海南国际会展中心内，首届中国国际消费精品博览会热闹非凡：来自约70个国家和地区、1505家企业、2628个消费精品品牌参展，各类采购商和专业观众数量超3万人，进场观众超24万人次，超50个境内外知名品牌100余艘帆船游艇参展……

作为中国首个以消费精品为主题的国家级展会，消博会是继广交会、服贸会、进博会之后，中国推出的又一新的国际公共产品。5月7日至5月10日，短短4天，全球消费精品争相亮相：国际品牌举办83场新品发布会，国内各省市举办10场地方精品推介会，共发布新品超过550个。

最快15秒钟就能测出人体真实体温，误差不超过0.1摄氏度，一款预测式新品体温计成为不少采购商咨询的重点；一面智能屏，可以测出心跳、心情、压力指数，现场观众纷纷围观、体验……参加首届消博会，欧姆龙铆足了劲，带来众多当家产品。欧姆龙健康医疗（中国）有限公司董事、总经理赵耀表示，欧姆龙以往多是参加一些专业领域的展会，这次“破圈”来到首届消博会，与更多客户和消费者直接面对面沟通、交流，收获很大。

透过这场亚太地区规模最大的消费精品展，更多企业坚定了深耕中国市场的决心与信心。“戴尔这次不仅在消博会上推出了众多电脑新品，还在海南三亚海棠湾国际免税城落地了ALIENWARE外星人在中国大陆地区的第一家免税店，这也是海棠湾免税城的第一家电子数码类专卖店。”戴尔科技集团全球副总裁周兵说。

在广大外资企业看来，中国已成为全球消费市场增长的重要驱动力，中国消费升级的新趋势给世界经济带来新机遇，释放着强劲的吸引力。

自贸试验区贸易投资便利化改革创新不断推进——

开放新高地，建设显成效

离岸贸易有了新助手！前不久，中国（上海）自由贸易试验区“离岸通”平台在上海自贸区外高桥保税区上线。该平台通过有效整合境外数据，帮助银行更好审核离岸贸易的真实性，便利自贸区“买卖全球、调度全球”。

对于“离岸通”平台的上线，索尼电子运营（中国）有限公司有关负责人表示，受新冠肺炎疫情影响，全球电子零配件生产处于不稳定状态，通过“离岸通”平台，企业可以更好发挥海外库存的优势，提高供应链的稳定性。

2021年，自贸试验区改革创新不断推进。9月初发布的《关于推进自由贸易试验区贸易投资便利化改革的若干措施》，提出支持自贸试验区发展离岸贸易、放开国际登记船舶法定检验、支持自贸试验区所在地培育进口贸易促进创新示范区等措施。

商务部副部长兼国际贸易谈判副代表王受文表示，措施赋予自贸试验区在贸易投资便利化方面更大的改革自主权，有针对性地提出19项措施，推动自贸试验区更好发挥改革开放排头兵的示范引领作用。

围绕建设开放新高地，自贸试验区、自由贸易港过去一年持续发力。继2021年5月底海南自由贸易港首辆“零关税”汽车在海口港整车口岸进口后，近期又有包括丰田塞纳、阿斯顿马丁在内的多款“零关税”新车型相继在海口海关所属海口港海关通关放行。截至2021年12月23日，海口海关共监管“零关税”进口汽车33辆，实际惠享企业13家，合计进口货值1002.9万元，免征税款约331.5万元。

展望2022年，商务部部长王文涛表示，将推动尽快出台自贸试验区跨境服务贸易负面清单，支持有条件的自贸试验区、自由贸易港开展国际高水平自贸协定规则对接先行先试，

加大开放压力测试力度。《人民日报海外版》（报道：邱海峰）



中国（上海）自由贸易试验区临港新片区一景。王 初摄（人民图片）

市场买鱼！别再包塑料袋冰冷冻！

我经常给弟弟吃鱼，因为营养价值高、对宝宝来说很好咀嚼消化，而且鱼的种类非常多，吃不同的鱼就会摄取到不同养分，再理想不过。

可惜哥哥婴儿时期我习惯做冰砖，因为鱼不适合做成冰砖再复热，就很少弄给哥哥吃。弟弟时期我不再依赖冰砖，想给鱼的时候就直接清蒸一小块，弟弟的伙食整个比哥哥好很多！

弟弟最常吃的有鲑鱼、无盐渍的去刺鲭鱼、无刺白带鱼卷、鲷鱼下巴、鲔鱼，这些鱼种的特色是鱼刺少或是已经去刺，而且新鲜的话，清蒸就很好吃。

至于怎么给一小块呢？我现在都习惯买真空冷冻包的鱼，保鲜度最佳，在吃之前从冷冻柜取出，放到室温摆几分钟，待表层开始冒白霜、微解冻后，就赶紧分切，再把剩余的放进夹链袋或个别真空包装后再冷冻。之后要吃的话，就可以只拿出一块清蒸给宝宝吃，非常方便。

我很常买的新合发，后来推出了单包装的宝宝鱼块，目前有卖鲑鱼、无盐渍鲭鱼跟白带鱼卷，我会定期补货，省下自行分切的时间。

除了上述的鱼，弟弟也会跟着我们餐桌的菜色，不时吃到其它鱼种，像是肉鱼、赤鲷、吻仔鱼、剥皮鱼、鬼头刀鱼，这些我们都很常一起吃。

生鲜食材如何保鲜？在这边也要顺便教大家一个生鲜食材保鲜的重要观念，知道后会影响你往后采买的习惯。以前我会上传统市场或是在Costco，一次买一批鸡、猪、鱼跟海鲜，再回家分装冷冻，但后来才知道这样做其实并不保鲜。

主要是因为家用冰箱的冷冻速度不够快，无法有效锁住食材的鲜度。而且生鲜食材被放在冷藏区（传统市场甚至是常温）贩卖的过程中，鲜度也不断流失，买回来再冷冻，其实能保留到的鲜度都是打折过的。再说，除非在家有使用真空包装机，不然如果只是拿个塑料袋包一包就去冷冻的话，会因为密封度不佳，让食材水分流失，更会吸附冰箱异味。

所以记得，在传统市场买的，当天就吃掉。

在超市买的冷藏肉，也于保存期限内吃掉。无法频繁采买，需要囤货在冷冻柜的话，务必买真空冷冻包装的，要更新观念喔！

超简单的fancy料理：柠檬蛤蚧纸包鱼
纸包料理看起来好像很fancy，但其实是最简单的一种料理方式，只要把食材全都丢进去，包一包，就可以直接送进烤箱，全程不用开火、零油烟。这种烹调方式特别适合要边顾小孩的妈妈，小孩就算巴在腿边哭，我们的腰部以上是可以镇定地把这道菜准备好，丢进烤箱后就海阔天空。

半小时后打开，鱼已经被蒸烤到十分软嫩，蛤蚧的汤汁则伴着微微蒜香，光闻就觉得鲜。我另外还搭配耐蒸煮的四季豆及小西红柿，以及很适合宝宝吃的豆腐，只要再加个粥饭或面包，这餐就什么都有了。喔我家里刚好有香菜，就丢了一小把提味，也有挤点柠檬，这都是顺手而已，没有的话不需要特别准备。

这招记得学起来喔，那么轻松的事为什么不试试看，别让我失望喔（情绪勒索）。

柠檬蛤蚧纸包鱼
份量：2~3人份
食材：
1尾中型白肉鱼----挑鱼刺偏少的，比较方便跟小孩共食。
10多颗蛤蚧
1把小西红柿
1把四季豆
1/2盒嫩豆腐----切块。
2瓣蒜头----切片。
香菜（也可用九层塔、蒜苗、葱提味，但没有的话就算了）
作法：
取一大张烘焙纸，先将鱼放入，再将其它食材铺在上面。
将纸上下两侧阖上，往下卷在一起后，再将左右两侧也卷起来。
烤箱200度预热后，即可放入，烤20~30分钟，即完成。

因为蛤蚧汤汁会咸，我就没有另外调味，口味比较重的大人，可以另外自己加点盐跟黑胡椒。

我有淋点汤汁到弟弟的粥里，也有把小西红柿剪碎拌进去，这样光粥就超好吃。

四季豆口感比较脆，弟弟当时没有办法吃很多，只能多少尝一些，但我觉得无妨，就是给他尝试看看。

也可加栉瓜、甜豆、白花椰菜、秀珍菇。不爱吃鱼的，也可改用去骨鸡腿肉。

煎蒸两种口感都美味：吻仔鱼海菜煎蛋
最初买吻仔鱼跟海菜是为了煮粥，一盒当然是用不完，我都会趁微解冻时切块，再用拉炼袋装起。切成这样后就很好随手拿来加菜，吻仔鱼+海菜这个组合我还会做成蒸蛋（作法参考前篇），或是如这道食谱所示范的煎蛋。虽然核心食材不变，但口感上很有变化，就不会为了把吻仔鱼用完，总是煮成同一个口味的粥，让宝宝吃到翻白眼。

这道吻仔鱼海菜煎蛋，我是用玉子烧锅煎，煎的时候有把蛋液集中在同一侧，所以会是长条型。若没有玉子烧锅，也可以用小的平底锅，把蛋液倒入锅中后，趁快熟时卷起来，就很方便当手指食物，或是直接切小块喂宝宝吃了。当然，这道也很适合当家庭料理的配菜，吃的时候沾点白胡椒盐，就很好吃啰！

吻仔鱼海菜煎蛋
份量：1~2人份
食材：
1颗蛋（若大人也要吃，可增加到3颗蛋）
1把无盐吻仔鱼（份量多或少一些都无所谓，做一次就知道往后怎么调整份量）
1把海菜——用水洗净沥干。
50ml无盐柴鱼高汤
作法：
取一个碗，将蛋及50ml高汤放入后打匀。将吻仔鱼及海菜混入蛋液中。以少许油热锅后，加入蛋液煎至熟，即完成。

不开火的清香营养：鲜鱼海苔粥
平日白天都只有我跟弟弟在家面面相觑，除非逼不得已，我不会在这时还硬去开火下厨。主要是顾及安全，毕竟弟弟会不断在我脚边乱

窜，很怕不小心喷到或烫到他。而且说真的婴儿还是黏人，我在厨房一下他就会爆爬过来巴着我哭，哭到我心慌意乱腋下垂，切东西时多怕一回神连我的指头都切掉了。所以他的午餐，我基本上都是靠平时“存“的冰砖出菜，蒸一蒸就搞定，我轻松他开心。但偶尔也会有冰砖刚好用完，需要现煮的时候。

这时我会用柴鱼高汤取代水去煮米粥，让粥底有淡淡的高汤香。另外蒸块鱼，把鱼肉剥散，铺在高汤粥上，再洒点海苔，不开火就能做出清香营养的鲜鱼海苔粥，另外再弄份青菜，一餐最基本的营养就到位了。这碗粥，加点盐跟白胡椒，大人吃了也会觉得很舒服，清爽无负担。

鲜鱼海苔粥
份量：2~3人份
食材：
1/2杯米
3米杯（540ml）无盐柴鱼高汤
适量鱼肉
适量海苔
调味料：
适量盐或白胡椒盐
作法：
将米与高汤放入内锅，外锅加一杯水煮成粥。

用电饭锅蒸鱼，熟后把鱼肉剥散，铺在高汤粥上。

拿一小片海苔（有卖无添加的），用手撕碎洒在粥上，即完成。

无刺或容易去刺，且适合清蒸的鱼，都可以拿来做这道粥品。像是鲷鱼片、鲷鱼下巴、鲭鱼（无盐渍）、鲑鱼、白带鱼、吻仔鱼、鲔鱼等。做这道料理时，我直接用半杯米煮了一锅跟弟弟一起当午餐吃掉（打饱嗝）。

如果当下没有跟宝宝一起吃的需求，在粥煮好后直接取宝宝当餐需要的量出来，铺上鱼肉跟撒海苔碎，剩余的高汤粥就做成冰砖冷冻保存。切记鱼肉也是准备宝宝一餐的量就好，不要想说干脆一次蒸一大片，拌进去再做成鱼粥冰砖，海鲜类做成冰砖反复加热都会影响鲜度。如果冰箱刚好有柴鱼高汤粥的冰砖就更简单了，热冰砖时直接蒸一小片鱼，拌一拌就搞定。（早安健康）

四、补充足够纾压营养素

许多人的胃食道逆流是来自生活压力大，或是自律神经失调，除了上述刺激食物要少吃之外，也要多补充有助于压力缓解的营养素，例如钙、镁和维生素B群，帮助神经和肌肉放松及能量正常代谢。

生活作息四原则

一、维持正常体重

肥胖本身就是胃食道逆流的高危险群，加上肥胖会造成腹腔压力过大，让胃的消化和排空受阻，大大增加胃食道逆流的发生机率。因此务必维持正常体重，若过重或肥胖则建议减重。

二、吃饱不躺下

刚吃饱的两小时内不要平躺，也要避免吃宵夜，减少睡眠中胃中食物刺激胃酸分泌，此外，睡觉时可以将上半身垫高15~20公分，降低胃酸逆流的机率。

三、衣物宽松

过紧的上衣、马甲、束腹或束裤会压迫胃部，让胃部压力增加，当下食道括约肌无法抵抗时，就会把胃部食物挤压回食道，因此建议穿着宽松衣物。

四、寻找纾压管道

当觉得生活忙碌、压力大，快要喘不过气的时候，更要好好地照顾自己的身心灵，规律的运动和作息、正念冥想或瑜伽等，都是很好的纾压方式。正视自己的压力来源并找到排解的出口，对于缓解胃食道逆流也有很大的帮助！（Heho健康）

血管老化程度有多少？ 身体4征兆看出端倪



黑眼圈严重可能是代表血液循环正在变差！而心血管疾病正是从“微血管循环变差”开始，所以能从日常生活看出微血管的警讯，是更重要的。

心血管疾病也是从“微血管”开始
“微血管”听起来，地位好像不如“心脏的冠状动脉”等大血管，但其实心肌梗塞、中风等大病，它们都是从“血液循环不良”开始发生的，像是血液太黏稠，或是血管狭窄、血管有异物等，血流速度变慢就无法正常的进行代谢；而这些循环不良，绝对不会一下子就把大条血管塞住，都是先让小条的血管坏死，才慢慢影响到大血管。

血液循环只要不好，身体就会慢慢的百病缠身。血液不但是输送氧气、养分的道路，又负责代谢、排毒，把身体不需要的物质送走，所以即使还没到达“心肌梗塞”的程度，身体也会开始觉得容易疲倦、缺氧、伤口难以修复，都是因为循环不良造成的。

注意身体四个地方，看血管老化程度、

一、黑眼圈严重

除了皮肤暗沉导致的黑之外，其实很多人的黑眼圈是因为“血液循环不良”造成的。因为眼睛周围有许多微细的血管，负责帮助眼睛的新陈代谢，维持眼睛的明亮；如果血管中的血液流速变慢，眼睛周围就会生出更多的新血管来帮助代谢，但又会持续堵塞，渐渐变成一圈黑眼圈。

通常这种黑眼圈比较容易发生在过敏族群身上，因为鼻腔持续发炎导致血液循环不良。如果又经常熬夜、用眼过度、压力大，也可能会加重黑眼圈的问题。建议要多按摩眼周、热敷，或是治疗过敏，免得造成眼中风。

二、手变成紫色

其实这就是手部的静脉曲张，而手脚不同，脚因为久坐、久站，又离心脏比较远，很容易因为血流力度不够回流而导致静脉曲张；但手的使用频率比较高，也离心脏比较近，如果发生静脉曲张，代表血液循环真的非常差，应该要注意。

三、脚有静脉曲张

脚的静脉曲张是很容易发生的状况，但也最容易被忽略。因为静脉曲张不痛不痒，顶多会被认为“很丑”，但静脉曲张如果严重，其实栓塞会回到肺部，导致窒息。

四、舌下静脉颜色过暗

如果我们抬起舌头照镜子，会看到舌头底下有几条青色的静脉，但如果颜色变成深红色，甚至暗紫色，就表示血液堵塞在这里不流通；但血液正常来说从心脏出发后就会直接到上颚，会堵塞在这，可能代表心脏输血的力气不足，身体比较虚弱，可以注意一下是不是有三高或是心脏的状况。（Heho健康）

八大关键改善胃食道逆流 年尾压力大聚餐多火烧心

岁末年终工作忙碌压力大，又有许多聚餐和应酬，大吃大喝或太晚吃，让不少人胃酸或食物逆流的的不适感，也就是典型的胃食道逆流（gastroesophageal reflux disease, GERD）。在台湾约每四人就有一人有胃食道逆流的困扰，Heho 营养师宜庭整理出八大要点，有助于从饮食及生活习惯改善胃食道逆流。

胃食道逆流症状及原因
常见的胃食道逆流的症状是胃酸逆流、喉咙有灼热感及胸口闷痛，除此之外，嘴巴散发酸苦味、吞咽困难、咳嗽、胀气、咽喉炎，或是早上声音沙哑，都有可能是胃食道逆流的非典型症状。

胃食道逆流的原因不全都是因为“胃酸过多”，最根本的原因是下食道括约肌松弛，甚至有约一成的患者有“胃酸不足”的问题，所以并不建议自行购买成药吃，若已影响到正常生活作息，建议致肝胆肠胃科就诊，让医师经过诊断后选择适合的治疗方式，以免因延误就医而恶化。

改善胃食道逆流的八大关键
饮食四大关键
一、干湿分开吃
把握“干湿分开吃”的原则，避免吃饭配汤或饮料，或吃汤面及稀饭，建议在用餐完40分钟后再喝汤汤水水的东西，延长胃处理食物的时间。

二、避免刺激：太冰、太热、太辣、高油、高糖、烟酒及咖啡因
太冰、太烫或太辣的食物会直接刺激胃黏膜，对于已经有严重胃食道逆流的人来说，黑胡椒、咖哩、辣椒等辛辣的辛香料或调味料都需要避开。

高脂或油炸食物容易降低下食道括约肌的压力，让食物更容易逆流而上；而高糖、抽烟、喝酒及含咖啡因食物，如咖啡、可乐、浓茶、可可粉等，容易让下食道括约肌松弛，加剧胃食道逆流的状况，都需要特别避开。

三、定时定量，吃七分饱
规律进食，定时定量可以避免胃酸过度分泌，另外也建议每餐只吃七分饱，避免吃太饱时，腹部压力过大，容易把食物推回食道。



马上又到了年节走春送礼，与亲友团聚、嗑零食话家常的农历春节了，你是不是也害怕，逢年团聚大吃特吃，烦恼送礼自用如何选购零食呢？

与家人共享团圆、身心放松之际，美食当前难免放纵一下，只要了解这些过年常见零食的出身底细，就知道该如何避开地雷加工、添加物、过度调味，检视零食成份放心解馋，选择送礼给至亲好友也更安心。

应景品尝好运寓意小点，过年乐趣之一

根据国民健康署调查显示，许多年节零食暗藏高油、高糖、高盐、高热量的危机，常见零食多以高温油炸处理，让物流失大半营养价值，重口味制作糖渍、盐(腌)渍除了延长效期，回味古早味同时留意糖盐摄取一不小心就超标，加上人工香精、色素达到另类的“色”“香”俱全。

年节传统零食哪些藏有陷阱，最好这样挑选，请谨记以下零食雷区：

年节零食陷阱多

年节传统零食哪些藏有陷阱？

过年大吃大喝有罪恶感？ 年节零食最好这样挑

象征好寓意零食带来好运连连，春节零食不是不能吃，以“成分单纯、少加工、添加物越少越好”挑选原则，走春闲话家常吃点心又能兼顾健康，建议过年可适量食用的健康点心，自然滋味零食一样带有好寓意包括：

主食类(全穀根茎)：无馅料点心卷、谷物燕麦饼、谷物能量棒、非油炸米香

蔬果类：无加糖葡萄干/莓果干类、非油炸蔬果干

豆蛋鱼肉类：豆渣饼干、日晒丁香鱼

坚果种子类：非油炸原味腰果、杏仁果、胡桃等坚果

春节好寓意健康点心

年节零嘴小心有“炸”找对零食放心解馋！



马可先生春节礼盒

送礼自用好健康，实在心意最悠长

年节零食如能依据以上建议吃得对、吃得巧，春节过后也不用为了健康不适异状徒增烦恼了。推己及人，将自己喜爱食物过年饌赠分享，健康养生取向的礼盒给亲友，送礼送到心坎里，一起享健康！

如马可先生健康养生礼盒不仅各年龄层都适合，兼顾健康与美味，用心搭配的年节特色养生点心，风味绝佳还能帮助亲朋好友身体调养，尤其

长辈更能感受到被关心的温暖。

马可先生春节礼盒

人气礼盒皆有以下特色：

- 1.丰富的五谷杂粮制成的健康小点
杂粮酥、燕麦饼、黑麦卷、高纤脆谷燕麦棒……丰富的谷麦独特香气，只要注意摄入热量约200~250大卡，如燕麦饼2包、高纤脆谷燕麦棒2~3根、黑麦杂粮卷享用5~6根，享受美味而健康。
- 2.传统糕点健康诠释

将传统糕点中的高油高糖，置换为健康的多种杂粮谷麦、意大利特级冷压橄榄油、枫树糖浆，台湾新鲜水果制馅，保留水果纤维、果肉颗粒口感，制成凤梨杂粮酥、桂圆杂粮酥、芒果杂粮酥等经典茶食，以减糖减油配方制作，健康取向也不牺牲美味，1颗约正餐1/4热量餐后享受少负担，品味来自水果的果香甘甜。

3.低温烘焙无调味坚果

坚果中含有丰富的不饱和脂肪酸、植物固醇和多酚类，全年龄都适合，是年节零食中相对为安全的选

项。轻焙胡桃/腰果/杏仁果、轻纤果仁等皆低温烘焙保留完整营养，无调味坚果每次适量一小把(4~6颗)。亦适合入菜料理，如腰果鸡丁、腰果虾仁、杏仁果鸡汤、胡桃高丽菜等应景又顾健康的年菜料理。

马可糕点饼干成分单纯，无添加防腐剂、无添加香精，不使用酥油、猪油、人造奶油，长辈小孩都可安心食用，值得推荐。

现在电洽马可先生门市，还有许多预购优惠活动喔，快把握机会，一起庆春纳福送好礼！（早安健康）

霜降“秋补”更胜冬补！4食材帮身体打底、抗发炎

秋天的最后一个节气，10月23~24日的“霜降”，在台湾可以看到草木开始凋零，枫树由绿转红，呈现出秋天的缤纷景致，此时秋菊怒放，冷香袭人，也是观赏菊花的好时机。

霜降养生重呼吸道保养 多摄取维生素B

民间一直有一种“补冬不如补霜降”的说法，所以在此期间的食补是很重要的，霜降时期的食补，需加强呼吸道的保养，以预防感冒、肺炎，着重水分的摄取、富含维生素B的食物，帮助新陈代谢、提供能量，也能保护神经组织细胞。

为抵御寒凉，可以透过摄入蛋白质的方式，食物中的蛋白质在进入人体后具有一定的保暖缓冲作用，可以多摄取肉类、鱼类、奶类、豆类、蛋类、谷类以及部分坚果食物。

时令养生食材推荐

- 1、香菇：主治脾胃虚弱、食欲不振、少气乏力。
 - 2、花枝：降低体内发炎、保护心血管。
 - 3、地瓜：排毒、护肤、抗老、防癌、便秘、发炎。
 - 4、山药：补脾益气、润肺化痰。
- 时令推荐食谱
山药排骨汤
材料：排骨500公克、山药2两、盐适量。



作法：

- 1、将排骨放入锅中，加水烧沸、余烫，捞净浮沫。
- 2、将新鲜山药洗净，削去外皮，切成滚刀块。
- 3、将排骨、山药一同放入锅中，加适量水，以大火烧开后转小火煮，待排骨熟透后加盐调味即可。

香菇瘦肉汤

- 材料：腰内肉200公克、鲜香菇8朵、红枣5颗、枸杞5公克、葱10公克、盐2小匙、米酒1大匙、水2000毫升。
- 作法：
- 1、选用腰内肉这类猪瘦肉，洗净切片后余烫，捞起放凉；葱洗净切末。
 - 2、将香菇洗净，枸杞泡水洗净后，和余烫好的瘦肉一起放入冷水锅中，小火煮30分钟。
 - 3、加入洗净并去籽的红枣，再煮3分钟，最后撒上葱末并加盐调味即可。（早安健康）

韩星爱的康普茶夯在哪？比红茶多这些好处3种族群不适合

“康普茶”可说是最近韩国最热门的饮料，因为当红偶像团体BTS成员柾国，在影片中的一句话，让康普茶的相关产品销量大为提高。除了会像汽水一样产生泡沫，康普茶还具有独特的香气与口感。然而，康普茶到底是什么？不论任何人都适合喝吗？

口感酸甜带气泡 喝康普茶好处多

就像泡菜、优格等饮食，康普茶也是发酵食品，是在茶中加入糖并且经过发酵而生成的饮料，在许多地方会习惯搭配色拉一起摄取。因为其中含有酵母菌、醋酸菌及茶多酚等成分，康普茶不只富含维生素B1、B6、B12与维生素C，喝起来更是酸酸甜甜。（甜酒酿被日本医师誉为喝的点滴！想补充B群消疲劳别错过）

然而，和其他发酵制品相比，甚至是其他含糖饮料相比，康普茶的含糖量明显低上许多，因此也更加适合需要控制血糖的民众摄取。中医师郑世妍解释：“虽然在制作过程中，除了红茶、康普茶培养液与酵母外，也会添加糖，但这里的糖是给酵母的，在发酵过程中就会被消耗掉。”

除了糖分较低的优点以外，因为原料是茶叶，加上发酵过程中产生了酒精发酵与醋酸发酵等化学反应，让康普茶同时具有食醋、乳酸菌饮料与茶等饮料的效果。郑医师补充：“根据研究

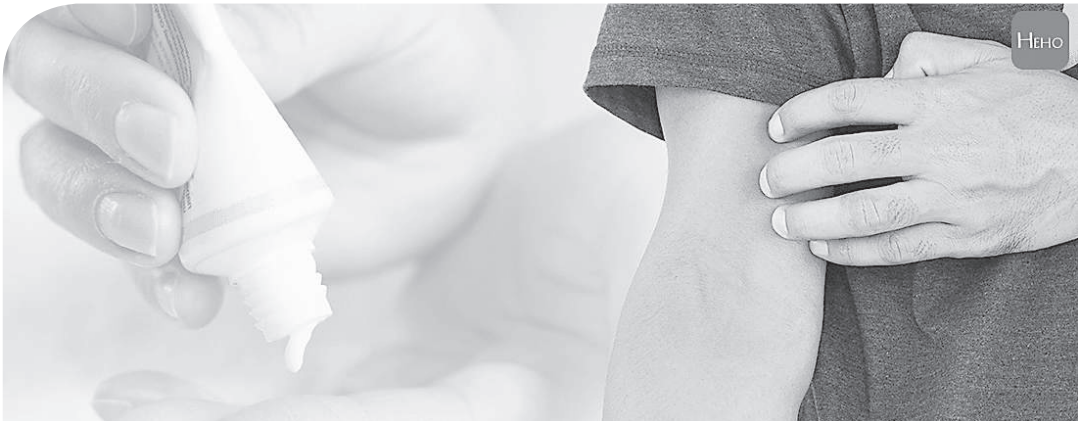
显示，康普茶就像食醋一样，能够降血糖、降血脂与减少低密度脂蛋白（LDL）。因此包含糖尿病、高血脂症、高血压与心脏病的患者而言，康普茶都是不错的饮料。”

此外，康普茶还含有食醋没有的乳杆菌，能够帮助维护肠道环境健康；至于茶类本身所含有能够帮助抗氧化的黄酮类化合物，也会在发酵过程中增加。

含酒精属酸性 孕妇、小孩、空腹应避免

然而，听起来好处多多的康普茶，却不是所有人都适合喝。尤其是市面上的康普茶制品，虽然不会添加高果糖浆，却可能为了增加风味，又另外加了糖，因此在购买时，一定要确认糖分含量，如果糖分含量超过5~6公克，就可能要考虑选择其他商品。

此外，由于在发酵过程中会产生酒精，康普茶并不适合孕妇或小孩子喝；加上它属于和食醋相同的酸性饮料，若是患有胃食道炎的民众，则应该尽量避免空腹时摄取。郑医师补充：“如果是在家自制康普茶，则可能在发酵过程中产生有害的霉菌，若喝下不只会呕吐甚至可能造成感染，因此想要自己买来发酵的民众，也应该特别注意。”（早安健康）



异位性皮肤炎只能擦类固醇药膏吗？3种治疗方法助缓解与改善

44岁的黄先生是位业务主管，工作认真，压力也很大。由于脖子和手脚有异位性皮肤炎，终年都须穿着长袖长裤；再加上皮肤因为长期涂抹类固醇药膏，造成肌肤变薄、萎缩。他希望能不使用类固醇药膏的治疗方式而来寻求协助。

异位性皮肤炎是一种慢性且反覆发作的湿疹，通常发生在儿童期，有1／3则是成年才发作，预估盛行率为7~8%。患者常常都会伴随有过敏家族史，如气喘或过敏性鼻炎、过敏性结膜炎。

临床上，皮肤会出现发炎、红斑、抓痕、干燥，导致搔痒和睡眠障碍。许多人并不知道自己患有异位性皮肤炎，只是觉得皮肤会反覆搔痒，身上会出现丘疹及脱屑形红斑，经长期搔抓后可能导致皮肤增厚及苔癣样的变化。

除此之外，因为皮肤构造及屏障功能破坏，常有金黄色葡萄球菌反覆感染，严重影响生活质量。有部分的异位性皮肤炎患者到了成年时期会改善，大约1／3左右的患者皮肤炎会持续到成年时期。

异位性皮肤炎虽然难缠，但若能从生活的小细节中预防，并接受适当治疗，便能减少异位性皮肤炎带来的不适和困扰。平常可以使用保湿剂为肌肤保湿，并避免使用某些肥皂和其他刺激物，也可使用含有类固醇的药膏来缓解搔痒。

但是不当或长期使用类固醇会带来副作用，包括皮肤扩张纹、皮肤变薄、血管扩张，也可能导致痤疮、毛囊感染，以及眼睛副作用，如青光眼、白内障。事实上，有许多非类固醇的治疗模式，可协助控制异位性皮肤炎，减轻症状。

保湿剂

能为异位性皮肤炎患者的皮肤提供滋润，藉由在皮肤表面形成一层薄薄的疏水膜，保持水分不流失并保护其免受刺激，包括胶原蛋白、弹性蛋白、硬脂酸甘油酯和乳木果油等；此外，羊脂、矿物油、橄榄油、石蜡比较能阻止水分经表皮流失，功用象是密封剂。建议每天至少使用两次

的保湿剂，秋冬季节皮肤干燥时可多次使用，降低异位性皮肤炎发作机会。

照光治疗

照光治疗对于局部治疗无法控制的瘙痒患者，紫外线B或紫外线A光疗是另外一种治疗选择。

紫外线B照光治疗：可以减少组织胺产生，而组织胺是造成皮肤搔痒的主要原因，所以可以减轻瘙痒的症状，目前健保有给付

紫外线A照光治疗：能穿透皮肤更深，可以到达神经，降低神经对瘙痒症的敏感性，对于减少异位性瘙痒方面同样有效。

免疫抑制剂药膏

如果不想使用外用的类固醇，免疫抑制剂药膏如Tacrolimus、Pimecrolimus，也可以作为类固醇药膏之外的替代性治疗。免疫抑制剂药膏不会引起皮肤萎缩或其他皮质类固醇药膏副作用，特别适合于脸部、颈部的轻度至中度异位性皮肤炎使用。

免疫抑制剂药膏可以迅速地达到止痒、消炎的效果，更重要的是，他们比类固醇治疗更不容易复发。这两种药膏均获得美国FDA批准用于两岁以上儿童，原则上没有太大安全的疑虑，目前健保也有给付。不过一开始使用的时候会有刺痛灼热的感觉，所以在急性期使用会比较不舒服。

异位性皮肤炎是一个慢性搔痒的疾病，容易导致睡眠不佳，注意力不集中，以及外观的问题，严重影响生活质量与人际关系。过去民众对于类固醇的不良印象，导致很多异位性皮肤炎患者没有及时就医，使症状更为恶化。

医学的进步发展出了很多可以减少类固醇使用的替代治疗，所以，异位性皮肤炎的患者或家人，可以多和专业的皮肤科医师讨论不同的治疗策略，以及它的利弊。（Heho健康）



20歌手签名给林宥嘉的CD 被惊见百元起跳拍卖

据台湾联合新闻网报道，日前网上拍卖惊见20位歌手签名“署名给林宥嘉”的CD被拍卖，除了上头有歌手签名，还有歌手写上要对林宥嘉说的私密及感谢的话，却被百元（新台币）起标，让人看了超尴尬。

报道指该拍卖网民的物品包含二手签名CD或早期歌手的录音带，尴尬的是点开拍卖CD，惊见包括吴青峰、卢广仲、毕书尽、品冠等人的签名CD，上头几乎都是署名给林宥嘉；连林宥嘉同门的阎奕格等歌手也在其中，或是林宥嘉担任歌唱节目导师时，从节目出身的新人歌手发片，在上头写下对期间被林宥嘉鼓励的感动文也全都曝露。

不料报道一出，该拍卖者立马陆

续下架产品。

林宥嘉看到有关新闻后非常惊讶，他透过华研国际公司说他上个月搬家，在整理东西时，他还特别把有署名的CD都仔细挑出来，这些CD都应该是要一起去到他新家的，但目前还有很多箱子没打开，所以没发现这些CD不在家中。

林宥嘉第一时间也联系了搬家公司，搬家公司对于这个乌龙事件表示非常抱歉，不确定是过程中哪个环节出了错，才让CD意外流入清洁运输业者处，又被转卖到网拍业者手上。搬家公司自责之余也很负责地尽力救回这批CD，6日之前会取回归还给林宥嘉。（早报）

TVB颁奖礼大奖有争议 网民推断曾志伟是关键

香港TVB电视台“万千星辉颁奖典礼2021”结束，但赛果惹起的争议未消，外界除了对林夏薇击败锺嘉欣首夺视后表示失望外，又有网民推断《七公主》能击败《星空下的仁医》，夺最佳剧集大奖和视后奖成为全晚大赢家，和曾志伟有关。

网民发现，TVB总经理曾志伟与《七》的监制陈维冠非常老友，二人曾合作电视剧《女人俱乐部》。当年曾志伟亲自组班，将昔日原本已经退出幕前的女艺人再次齐聚拍剧，包括陈慧珊、李若彤、江欣燕、叶蕴仪、李丽珍、袁洁莹、张慧仪等，曾志伟更凭剧集成功捧红少女演员如糖妹、

王敏奕、陈嘉宝、赖慰玲、陈滢等。

另外，《星空下的仁医》是TVB前电视副总经理杜之克的作品，而全年收视冠军《逆天奇案》总监制刘家豪为杜之克当年重金礼聘回巢，因此两剧都属于“杜之克的作品”，即使成绩有目共睹，也不可能得奖。

于是，入围最佳剧集的作品，剩下三部，即《爱美丽狂想曲》《换命真相》《七公主》，三剧的监制罗永贤、黄伟声和陈维冠，都是助理总经理（戏剧制作）的曾励珍的人，因此这三剧竞争之下，最后由曾志伟的监制好友作品夺奖，“合情合理”。（早报）



洋妻换肝 张洪量照顾无微不至

歌手张洪量的妻子立陶宛体操前国手Kate，因末期肝硬化，去年11月在高雄医院换肝，上月10日出院。妻子生病时，张洪量守在病榻；妻子出院后，他每周从台北开车，载妻子到高雄回诊，爱妻之深，令世界换肝权威、高雄长庚医院名誉院长陈肇隆也动容。

“张洪量告诉我，他对妻子是一见钟情，我还看到了始终不渝。”陈肇隆说，他已为2170多人换肝，张洪量是他印象深刻的家属之一，不只因张洪量是明星，而是张对妻子百般呵护、款款深情，他们是因一见钟情结婚，20年后还能有如此历久弥新的爱情，真的很令人感动。

张洪量上月出席爱妻出院记者会时说，他原是不婚主义者，20年前到波兰拍纪录片，在首都华沙邂逅了Kate，一见锺情，就此改变人生。第二天他就向Kate霸气表达“您的命运就是要嫁给我”，向她求婚，两人婚后育有一子一女，幸福美满。（早报）



林心如甩霍建华巴掌 杨祐宁目睹吓坏

林心如主演兼制作的影集《华灯初上》大受好评，剧中大咖一个接一个登场，让网民大呼过瘾，老公霍建华也力挺轧一脚，两人在剧中还有许多冲突戏码。日前，日杨祐宁分享幕后花絮，指日击霍建华被林心如甩巴掌，笑说：“夫妻吵架凑什么热闹！”

近日上线的《华灯初上》第2季由杨祐宁饰演的警察潘文成抽丝剥茧寻找线索，他分享的幕后前，正是霍建华饰演的黑道大哥马天华（桧木）与林心如饰演的日式酒店妈妈桑

罗雨侬对手戏，为了讲求真实，霍建华敬业表示巴掌声必须被录到。

剧中林心如被霍建华拿枪对著谈判，而杨祐宁一介入，林心如就甩了霍建华一个巴掌，“啪”声超响，让杨祐宁笑说：“姐夫真的痛，还摸脸。”更在文中开玩笑地说，“夫妻吵架，凑什么热闹，啪，我才不敢！”而林心如接二连三被杨祐宁曝光“夫妻吵架”影片，无奈回：“你还有多少货啊？”此外也笑骂杨祐宁：“你到底来干嘛？”杨祐



《夏日倾情》震音 黎明自嘲 震过猫王

天王黎明出道36年，唱红过无数金曲，日前他在面子书发长文，表示一次偶然重听自己1993年推出的《夏日倾情》，听到后搞笑指震音“震过猫王”，自己无法忍受，于是决定重录新版《夏日倾情》，顺便宣传歌曲今天上架。

黎明在社交网指《夏日倾情》是他初出道的歌，有一天因为在朋友车上播出《夏日倾情》当年版，黎明直言无法忍受：“一听之下，即刻醒悟什么叫做：力拔山兮气盖世，唉听回当天自己唱的版本，真的震过猫王，不停震，句句尾字都震，我意思是那些震！”

他又指：“讲真一听连我自己都无法忍受…真的要讲句，对不起我爱你！”

黎明表示为免大家再听到“震音老土版”，所以重新录制《夏日倾情》，并指做人要与时俱进：“必须面对已经过时，所以重新唱过！”

然后又觉得既然重录，做一首不够，也决定重录《越夜越有机》，还将编曲里面的枪声取消：“让歌可以带点和平气氛。”

除了照顾粉丝福利，黎明当然不会辜负金句王这个称号，最后还抛下一段：“钟意定唔钟意，对得住自己咪钟意，又有对唔住人。”（喜欢还是不喜欢，对得起自己就是喜欢，又没有对不起人。）

粉丝看到黎明自嘲当年的震音非常惊吓后，都纷纷在帖文留言表示立即重听1993年版本，并大赞偶像：“当年唱得都很好听”、“你唱的每一首歌我都钟意（喜欢）”、“字字唱得好听，尾尾震得靚音”。

另外，有网民听完他重新录制的《夏日倾情》后都一面倒激赞感觉清新，无论在编曲及演绎上都带给乐迷很不一样的感觉，亦很欣赏黎明不断求变的精神，大赞他：“贵为四大天王都不会一副高高在上，值得赞！”（东方网）



传从劣迹艺人名单除名 王力宏洗白了？

向却似乎在近日出现反转，不但有人跳出来为他证明没有出轨，和Yumi的聊天内容也被还原出是工作谈话。

周二（1月4日）甚至有网友发现王力宏似乎已从“劣迹艺人名单”中被除名，名单只剩下吴亦凡、李云迪等人，纷纷惊喊：“这是洗白了吗？”但也不免有人质疑该名单的权威性。

事实上，中国国台办先前曾针对王力宏是否会被封杀做出回应，发言人马晓光就曾表示：“对于个别人物的个别事件、个别情况，我们希望能大陆发展的演艺人员都能做到‘德艺双馨’，我们更看重的是公德，而不是网上其他方面的一些说法。”

目前为止，仅中国演出行业协会曾公开对郑爽、吴亦凡和张哲瀚提出警示黑名单，但尚未有其它官方认证的封杀名单，因此王力宏是否有被列入黑名单也未能证实。

尽管中国官媒《环球时报》曾写下王力宏“演艺市场的豪华存在基本结束了”的评语，但根据日前台湾某周刊的报道，王力宏仍想透过法律途径保障自身名誉，像是没有证据的指控与揣测等，以及他所坚称的“婚内没有出轨”一事，与律师团队谘询准备出击。（早报）

陶晶莹道歉：下次我请你 小吃店开张秒遭负评

陶晶莹日前宣布创业，她自创的麻辣烫品牌店面在6日正式开幕，却有网民反映“面没熟”，对此，陶晶莹也亲上火线回复：“下次我当店长找我请客”，另外也回复了不少网民的评价，抱持谦虚态度接受各方意见。

陶晶莹6日在社交网上分享店面开幕照，感谢大家捧场支持，并表示自己结束隔离后，也会亲自到场。不过，就有网民反映说，光是排队结帐就花了15分钟，好不容易点单完成后，又等了半小时才拿到餐点：“但是餐点漏掉，跟店员确认后又等了一阵子才补上，结果面根本没熟，很敷衍应付。”

对此，陶晶莹亲上火线回复致歉，表示因为客人多到忙不过来，之后会再改进，还说道：“下次我请你吃？等我去当店长时你来相认好吗？”引粉丝激动期待她的现身。

此外，还有网友表示，在现场排队近2个小时后，却被店员告知东西已经卖光；也有人透露在人比较少的时候，买到的餐点没有什么温度，但在反映后有获得补偿的热汤。

而陶晶莹对于大家的意见也都亲自回应。亲切态度也吸引粉丝朝圣，“你当店长要预告喔，我们也要去”、“我也要去跟你还有李仁哥相认”。（东方网）





阿鯧號哭著向前一撲，孟扶搖自然不會讓他撲出去，卻將他的臉正正撲向了那盤旋號哭的七彩異光。

那光芒陡然一顫。

其中一色霍然大亮，隨即隱隱有尖呼之聲響起。

“……兒啊……”

七彩異光中的一縷，突然開始扭曲盤旋，左衝右突，掙紮著想要衝到阿鯧身前去，若隱若現的幽魂低泣之聲大作，那一直穩定纏繞步調一致的異光，開始混亂衝撞。

非煙突然一彈指，一道白光直射阿鯧，隨即自己分身一晃，鏡左鏡右，又是兩個一模一樣的非煙。

孟扶搖冷笑，不救。



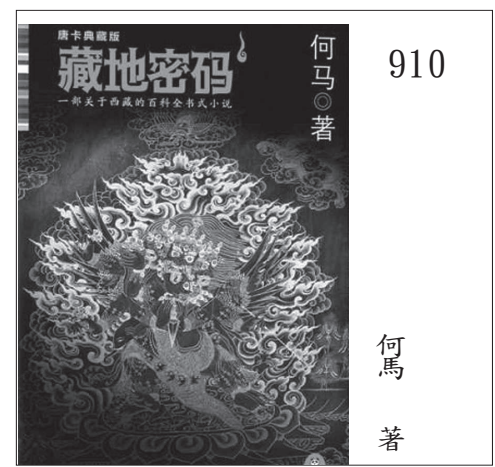
索性，蘇沫不回答了他，直接站起來準備要走。

“我先走了，你慢慢休息吧。”

司徒諾還沒說話，蘇沫就不見蹤影了。

其實蘇沫只是躲在了附近的樹上而已。並沒有走遠。

司徒諾看到蘇沫離開了，但是他還是感覺到了蘇沫的氣息在這附近。所以他很肯定蘇沫並沒有離開。笑了笑。這個女人啊，永遠都是這樣，口



在他面前的，簡直就可以說是一座會移動的鋼鐵堡壘！由於地形把它的直徑由幾千公里壓縮到了不足數十公里，所以它的高度就從幾米疊加到幾十米。

面對這種高度近乎百米的可怕水牆，自然界的一切生物都只能選擇顫慄，那一刻，終於在大自然的威力面前，人察覺到自己的渺小。

轟然巨響之後，這一葉扁舟，就好似洪水中的一隻螞蟻，瞬間沒頂，跟著巨大的衝擊力又把它高高拋起，狠狠地砸在岩壁上，餘波又將它反覆地砸向岩壁，等到風平浪靜，蛇形船依靠自身的重力又翻轉過來，四周陷入了一片漆黑。

黑暗中，卓木強巴清楚地感到，自己是靠安全繩，懸掛在蛇形船的外側，那冰涼的海水讓渾身肌肉縮緊。

是寒冷還是別的原因，他發現自己的牙齒不受控制地上下磕碰著。

那七彩光芒中的一縷，突然大力一掙，竟然脫離光網，轉頭直襲非煙！

那縷幽魂自然認得哪個是真身，直撲鏡左那個！

光網剎那一亂！

孟扶搖立即撲了出去！

她左手抓著阿鯧，右手“弑天”冷電一抹，剎那間極其精準的穿越因為那道光束的暴動掙扎而露出一絲縫隙，暴襲非煙心口！

非煙急急後退，意圖彈開反噬的光網——巫師最怕被自己操控的東西反噬，其威力更大過平常。

孟扶搖的刀卻已經到了。

她的刀是劈裂濃雲烈電一抹，自九霄深處悍然而來，摧枯拉朽犁庭掃穴，不能殺敵寧可共死！

刀光初亮，尚未反射上人的虹膜，刀尖已經到了非煙咽喉！

孟扶搖這一刀，是她一生至此最快一刀。

如同當初天煞內殿雲浪救她那一劍，一生中發揮最好最超常的一次！

呼嘯！風捲！

四壁上總控光網的長明蠟燭，七彩火苗齊齊被那猛烈的罡風逼得火苗拉長，光網剎那一弱。

“叮！”

是心非。

司徒諾繼續往前走，不過跟剛剛相比，很明顯的腳步放慢了很多，像是特意在等蘇沫一樣。

他一路上一邊慢悠悠的走，一邊在那自言自語，不知道是說給誰聽的。

“哎，這魔族啊，怎麼這麼多年都不換一下陣法，這裡啊，要往左走三步，再向前走四步……”吧啦吧啦司徒諾說了一路。

蘇沫終於忍受不了了。

“你走路就走路，說那麼多幹嘛，能不能走快點啊。”

蘇沫突然現身，跳到司徒諾面前。

“喲，你怎麼在這裡啊，我願意說話，願意慢慢走，你管我啊。”

司徒諾上身往蘇沫方向一傾，笑咪咪的說道。

“你，誰管你啊，只是你擋到我的路了而已。”

蘇沫往後一退，雙手叉腰。

“你不是說我走我的路，你過你的橋麼，那你先走吧，我繼續慢慢走。蘇沫神女請。”

他抬起手腕，將手腕連著衣服塞進嘴裡，可是除卻浪潮聲，依然聽見牙齒打架的聲音，在黑暗中竟然聽得如此清晰。或許僅過了幾秒鐘，又或許是過了幾分鐘。

只聽前面的岳陽戰戰兢兢地問道：“強……強巴少爺，我們……我們還活著嗎？”聲音顫抖著，原來牙齒打架的聲音就是這傢伙發出來的。

“是的，我們還活著。”

卓木強巴漸漸恢復過來，他大聲喊道，“張立！”

“我，我在這邊，被掛在船外面了。”

“嚴勇！”

“我還沒死！”

“胡隊長！”

“他娘的！在呢！張翔也還有氣兒，誰上船去把燈弄亮！”

“敏感！”

“我……我沒事兒。”

……每呼喚一個名字，卓木強巴感覺就要安心一些，直到他叫出了所有的名字，總算鬆了口氣，翻身上船，發現船裡也有積水，他大聲道：“上來，都上來，把水排出去。張立，你把燈弄亮……”

很快，張立摸索著讓一盞尾燈亮了起來，船內的積水也很快被排空，身體上的寒意似乎也被驅散，只是所有人都在喘息。這次，連兩位法師看起來也有些狼狽。

極輕極尖銳的一聲。

不是刀入肉的聲音，是刀撞上刀尖的聲音。

孟扶搖的刀，撞上了非煙脖子上的刀！

雲痕用來自殺逼孟扶搖離開的小刀，完成逼走她的任務後，立刻順手插在了非煙脖子上，只可惜當時非煙已經反應過來，刀只入三分。

孟扶搖一進來卻已發現那小刀不見，雖然非煙立即放下了捂著脖子的手，但她已經瞅準了位置。

所以她不刺胸口，橫拍咽喉！

小刀深深插入，孟扶搖甚至聽見了氣管被切開鮮血如氣泵壓上一般欲待噴薄的聲音。

那七彩異光乍失掌控，半空一頓，忽然齊齊向飛煙方向撲來。

孟扶搖立即讓過彩光，一低頭掠到牆角，抄起雲痕，手指閃電般在他心口一按。這一按心中冰涼如墮深淵，沒有心跳！

她不死心，又伸指在他鼻下，屏息靜氣心跳如故的等待好久，才隱約感覺到一絲若有若無的氣息。

孟扶搖狂喜，大驚之後突然大喜，心理衝擊太大竟然眼前一黑頭一暈，瞬間一身冷汗，她趕緊死命拍了自己一把，站起身頭也不回，也不管身後非煙到底怎樣，趕緊抱著雲痕便走。

司徒諾側了一個身，將路讓給蘇沫。

“哼，我走累了，休息一會，司徒皇子你先走唄。”

蘇沫要無賴似的往旁邊的樹幹靠著，不走了。

“這樣子啊，那我也休息休息。我也走累了。”

司徒諾似乎逗蘇沫玩逗上癮了，也跟著不走了。靠在樹幹上，眯著眼睛在閉目養神。

“你，你到底想怎樣啊？”

蘇沫怒了，走到司徒諾面前，指着司徒諾氣沖沖的問。

“我都已經走到這裡來了，我就不可能回去了，而且現在要回去我也找不到路了，所以你只能帶著我繼續往前走。我跟你的目的是一樣的。所以你不必擔心我會做出什麼事情來。”

蘇沫不得已將自己的目的說了出來。所求的不過就是司徒諾帶她一起走。畢竟已經被他發現了自己的行蹤，躲也沒用了。

三位在冬眠的人，張翔的高熱不退，他們已經束手無策了；王佑身體似乎還沒有出現異常；但這次海嘯般的大浪之後，孟浩然的身體已出現了問題。

唐敏說，他很可能是在海潮中吸入了水。

“那麼，”唐敏將濕漉漉的頭髮紮成一捆，道，“我們現在該怎麼辦？”

所有的人，都望向卓木強巴。

卓木強巴道：“其實，這個問題，不需要考慮的。”

是啊，目前他們在這地下海根本沒有退路，與外界完全隔絕開來，要麼衝過去，一直向海的深處走，另外就只能等死了，所以卓木強巴說，不需要考慮。

呂競男道：“不，要考慮，人手要重新分配，消耗品要計畫使用，還有，誰比較有經驗，有沒有誰駕帆船出過海，或是有類似經歷的？”

一時靜默，他們雖然做過各種特訓，但是駕船出海，諸如衝浪一類，卻是從未訓練過，誰能想到，在西藏的地底七千米深處，竟然會有一片海！漂流與出海也是完全不同的，幾米，十幾米高的浪頭，在漂流裡算是頂級難度，但在海裡再普通不過，而且漂流完全是順流而下，面對大海時，卻要迎著一個又一個巨浪爬升、翻越。

游劍江湖

梁羽生

你怕我失风，我在外面等你。不跟你穿堂入室，也就是了。”快活张想了一想，说道：“这样吧，那条街上的转角处，有一家小酒店，专做赌鬼的生意，别家酒店，天黑之后，二更未到，一早关门，这家酒店，却是整晚都做生意。你在那里等我，一个时辰之后，我不出来，你再进行打听。”

尉迟炯笑道：“你的鬼门道真多，但御林军统领府所在的街道，竟有这样一间特别的酒店，倒是稀奇。”

快活张笑道：“说出来一点也不奇怪，那条街上有两个开门的赌窟，就是御林军的军官包庇的。我在那两个赌窟赌过钱，也在那酒店喝过酒，你装作赌客在那儿喝酒，包管没人来查问你。”

尉迟炯道：“这样也好。我给你一技蛇焰箭，你藏在身上，倘有意外，你把蛇焰箭射上半空，我就会赶来的了。”蛇焰箭是夜行人惯常用来作联络的信号，射上半空，会发出一团蓝色的火焰，方圆数里之内，都看得见。

三

计议已定，三更时分，他们便即按照计划进行。

这天晚上，无月无星，快活张早已“踩”熟了“道”，胸有成竹，果然神不知鬼不觉的就进了统领府。

但进去之后，可就发觉有点儿不对了。

他是从后花园进去的，踏入园中，只见假山石畔，花木丛中，黑影幢幢，敢情巡夜的人还当真不少。寻常的日子，御林军统领府晚上虽然有巡逻的卫士，那不过是例行公事而已。他们料想小偷决不敢偷到统领府的府中，等闲的江湖人物，也决不敢到太岁头上动土。

“莫非今晚有些什么不寻常的事情？”快活张心想，心念不已，忽听得有“汪汪”的狗吠声。

快活张练有一双夜限，躲在一块假山石后，偷偷看出去，只见在他前面不远的地方，有两个人牵着两条大狗。快活张认得其中一人是北宫望的师弟西门灼。

快活张吃了一惊，心里想道：“西门灼是府中的第二号人物，怎的也出来巡夜，我可得分外小心了。这两条狗长得好像野狼，想必极为凶恶。我在别的地方，可没见过这种恶狗。”

只听得和西门灼一起的那个武士说道：“今晚倒可以试试这两条西域灵獒的本事了，听说它可以嗅出生人的气味，不知是真是假。就怕没有生人敢来。”话犹未了，那两条“西域灵獒”又汪汪的大吠起来。

西门灼道：“灵獒吠得这样厉害，莫非真的有生人来了？”把手一松，两条狼狗登时如箭离弦，向快活张藏身之处扑去。

快活张早有准备，心里想道：“拖得一时，就是一时。”把手一扬，掷出两个肉馒头。

这肉馒头是加上一种特殊的香料制的，狗最喜欢闻这种香味，但馒头却是混有毒药的。

这两条西域灵獒训练有素，若是普通的肉馒头还不会令得它们垂涎。如今它们给这种特殊的香味吸引，快活张把肉馒头一向左斜方掷出，它们登时也就改了方向，向左斜方扑去了。

西门灼和另一个武士赶上来，那两条狼狗早已把肉馒头吃得干干净净。

西门灼道：“奇怪，这里没有人，灵獒怎的又不吠了？”幸亏这天晚上无月无星，快活张躲在假山背后掷出肉馒头，这才得以没有给他发现。

雨

风就抬头直视着祖望，眼神坚定，不再发抖了，她一字一字，清清楚楚的说：

“展伯伯，听了你的一篇话，我终于了解慕白为什么改名换姓了！为了我造成他的父子不和，我一直深深懊恼，深深自责。

现在，懊恼没有了，自责也没有了！你刚刚那些话，刻薄恶毒，对我的操守品德，极尽挖苦之能事。对一个这样怀疑我的人，误解我的人，否决我的人，我不屑于解释！我只有几句话要告诉你！

我爱慕白，我要嫁慕白！不管你怎么破坏，不管你用什么身份来这儿，都无法转变我的意志！我曾经把慕白当成我的杀父仇人，那种不共戴天的仇恨，都瓦解在这份感情里，就再也没有力量来动摇我了！”

祖望简直没有想到，她会说出这样一篇话，不禁睁大眼睛，看着她。

云飞也没有想到，她会说出这样一篇话，也睁大眼睛，看着她。

雨鹃和阿超，全都睁大眼睛看着她。

雨凤咽了口气，继续说：

“你跟慕白，有三十年的渊源，我跟他，只有短短的一年！可是，我要好骄傲的告诉你，我比你了解他，我比你尊重他，我比你爱他！他在我心里，几乎是完美的，在你心里，却一无是处！人，为‘爱’和‘被爱’而活，为‘尊敬’和‘体谅’而活，不是为单纯的血缘关系而活！我认为，我值得他做若干牺牲，值得他爱，更值得他娶！你不用挖苦我，不用侮辱我，那些，对我都不发生作用了！随你怎么阻挠，你都不能达到目的，我一定会成为他的新娘！和他共度这一生！”

云飞听得热血沸腾，呼吸急促，眼光热烈的盯着她。

祖望脸色铁青，瞪着她，大声说：

“你执意这么做，你会后悔的！”

雨凤眼中闪着光彩，字字清脆，掷地有声的说：

“哦！我不会的！我永远不会后悔的！现在，我才知道，在你这么强大的敌视下，慕白为了娶我，付出了多大的代价！我太感动了，我会永远和他在一起，不论前途多么艰辛，我会勇敢的走下去！我会用我整个生命，来报答他的深情！”

她吸了口气：“好了，你要我的话，我已经给你了！再见！”

她说完，就转过身子，昂首阔步，走进里面去了。

云飞情不自禁，撂下祖望，追着她而去。

祖望呆呆的站着，有巨大的愤怒，巨大的挫败感，也有巨大的震撼。

雨凤出了客厅，就一口气奔进卧房，云飞追来，把她一把抱住。热烈的喊着：

“你从来没有说过这些话！你让我太感动，太激动了！”

印尼研究员温金成 获得精神病学脑科学奖

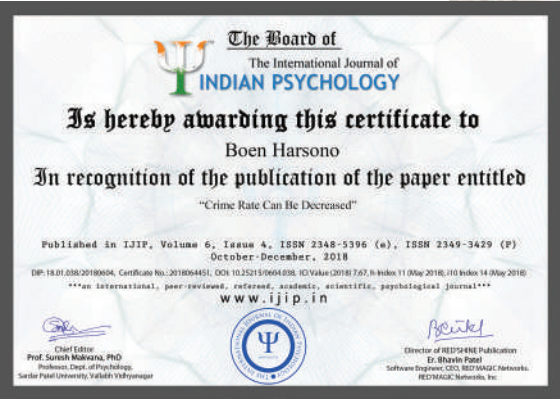


印度古吉拉特邦甘地纳格尔高等教育机构S.O. Junare教授（左一）与家人合影。

（雅加达讯）温金成工商管理硕士（Ir. Boen Harsono MBA）机械工程教育背景（雅加达Trisakti 大学），毕业于 GS FAME 商学院工商管理硕士课程，专门研究精神病学中的脑科学，直到他获得了国外几个机的奖项和认可，特别是印度，精神病学是医学科学的一个分支，研究心理健康的各个方面及其对人体生理功能的相互影响。

温金成表示，我成功地进行了一项研究/研究，本质上可以减少犯罪的数量，我的研究已经被两家期刊和一所大学审查过，第一份期刊是《印度心理学国际期刊》，它审查并发表了我的研究。

今年58岁的温金成指出，“该研究获得了极好的分数，最低分数为 86 分，最高分数为 90 分。《国际印度心理学杂志》正在与印度心理学协会合作，该协会承认该研究的结果。第二个审查他的研究的期刊，印度法医学学术期刊。“他们想发表



温金成获得的精神病学脑科学奖。

我的研究，但我的研究已经发表在国际印度心理学杂志上，所以我的研究不能再发表。”

位于印度古吉拉特邦甘地纳格尔的国立法医科学大学也审查了他的研究，直到获得了非常好的分数。直接评估由校长S.O.



温金成工商管理硕士。

Junare.教授进行。国立法医科学大学（古吉拉特邦甘地纳格尔的高等教育机构）通过S.O. Junare.教授教授博士已经组建了一个由教授组成的团队。

PT.Dirgaraya Harsa公司业者的温金成指出，“组建工作团队的目的，当然要检查我的研究。我的研究被S.O. Junare教授评为“非常好”。美国联邦调查局 (FBI) 也记录了我的研究。我的研究是关于犯罪的，但是联邦调查局认为研究结果就像印尼国家警察总部一样，他们不能评论，不能认可，因为它不适合他们的领域。”

新北学校社工师实物银行募500床暖被 爱心让孩子过暖冬

值此岁末冬寒之际，新北市教育局于5日在设立于义学国中内的西区学生辅导谘商中心办理「暖暖过冬」捐赠暨感恩活动。由全国首创的「新北市学校社工师实物银行」发起募集方案，在学校社工师在访视评估个案需求后所提出，解决弱势家庭急迫需求，近期更在短短2周募集到500床全新暖被，让全市有需要的孩子暖暖过冬。

新北市学校社工师实物银行自2016年底率全国之先创立，也是全台唯一设立于学校的实物银行，透过募集物资、申请与发放物资等方式协助有需要的家庭及孩子，迄今已协助5,815人次的学生受惠。

去年受新冠疫情冲击，导致经济弱势家庭生计更形艰困，物资需求大幅提升。因此实物银行秉持防疫不松懈，服务全方位精神，2021年整年媒合101个社区民众和机构捐赠各类物资，透过学校社工师提供给有需求学生。这次「暖暖过冬」活动能快速募集，特别感谢义学国中家长会长荣誉会长邓皓元、新北市福德关怀协会以及汐止二圣宫六房天上圣母等单位捐赠，将温暖与爱传递全市需要帮助的家庭。埔墘国小学校社工师林佳宜表示，平时在校表现乖巧积极的小云(化名)每日需步行30分钟上学，经访视后发现她们母子居住在不到5坪空间，仅盖着陈年泛黄且破旧的棉被入睡，不仅无法保暖也不卫生。因此今年特地帮小云这样的案家提出暖被申请需求，也透过后续介入与关怀，逐步改善这类家庭居住环境和品质。

实物银行除依个案需求募集，也择重要节日如9月份开学初进行特殊发放。本2021学年度发放内含食物、文具用品、口罩、酒精

和卫生纸等防疫用品的「开学礼包」数量共1,284份，有112所学校申请是历年最多。当时经历一个最长暑假且疫情不稳定，除民间单位捐赠外，也有许多老师和学生自发性号召捐赠开学物。像是丹凤高中曾素芬老师即号召29校内老师响应捐赠上千份卫生纸与几百份调理包，提供补充孩子学习及生活所需，让学生能安心上学、健康防疫。

信义国小辅导组长陈怡静表示，当时开学礼包活动提供必要防疫用品给一对兄妹。孩子长期跟身障父亲在街头卖玉兰花，身上总带异味且衣服脏污破损，影响人际关系。活动后除持续透过实务银行提供福利资源，更藉由学校社工师谘询访视，提升家庭照顾功能，增进学生生活自理及照顾能力，现在看到孩子逐渐进步很欣慰。

此外，实物银行也因疫情延伸在地防疫服务新形态，从去(110)年暑假特别与全家便利超商合作「物资卡」，截至去年底已提供701份，每份4张卡上面有条码让学生就近至超商兑换家庭物资，例如米、面、鲜乳及洗发精……等。中山国中卢佩宇老师说，特殊生小升(化名)领了物资卡后，学着规划运用所需物资，对学习和生活很有进步。

在个管老师和社工师陪伴引导下，孩子踏入超商练习购物、愿意与人沟通，令人感动不已。

教育局长张明文表示，感谢社会各界汇聚爱心捐助物资汇聚于实物银行，扶持陪伴有需要的孩子，在寒冬份外暖心。由学校社工师协助将这些无私的奉献及时传递到每一个需要的家庭，期盼爱心义举陪伴孩子成长，感受满满的幸福。（中央社）



社会各界汇聚爱心捐助物资汇聚于实物银行。

台南市民捐赠嘉义县3台AED 提升救援量能

（台南讯）一位热心的台南许姓市民6日上午捐赠嘉义县卫生局3台自动体外心脏电击去颤器(AED)，由卫生局长赵纹华受赠并颁赠感谢状，感谢许先生热心公益，协助嘉义县建构友善安心的生活环境。

近来屡有民众登山健行或路跑猝死新闻报导，如果当下即时施行CPR+AED紧急送医，就能提升存活率。嘉义县依据「公共场所必要紧急救护设备管理办法」推动公共场所广设AED，目前设有AED场所有237处、283台，其中152处已通过安心场所认证，6日再获台南市民热心捐赠3台，卫生局将媒合有需求的单位设置。

赵纹华表示，当遇到有人昏倒或心跳停止时，如能即时施行CPR+AED基本急救技术，大多能在黄金时间抢救生命，民众应记

▼台南市民捐赠嘉义县3台AED，提升救援量能。



住使用口诀「叫叫压电」，叫-确认反应及呼吸、叫-请旁边民众协助快打119求救并取得AED、压-胸外按压、电-使用AED（开、贴、插、电），只要熟练使用方法，就能发挥机器的最大效用。（中央社）

观众重返赛场 IBL主席再次看好印尼篮球

（雅加达讯）印尼篮球联赛主席(IBL) 朱纳斯（Junas Miradiarsyah）承认他已获准为1月15日在雅加达斯纳延苏加诺体育馆篮球馆开始的2022 赛季比赛带来有限数量的观众。

朱纳斯于1月6日（周四）在雅加达向媒体表示，“我们已获得观众许可，条件是完成 Covid-19 疫苗接种并显示抗原拭子结果为阴性并采用严格的卫生规程。

他强调，可以在线购票，组委会不提供现场售票服务，每个城市的观众人数都不一样。对于雅加达和万隆，它只允许GOR 容量15-20% 的观众。与此同时，在日惹和峇厘岛，可能还会有更多，最多达到体育场容量的50%。”

IBL Tokopedia 2022 将在六个城市以 Home and Away 系统分六个系列举行。第一个系列赛于1月15日至22日在雅加达举行，2月29日至5日继续在万隆举行，2月10日至16日在日惹举行，3月3日至9日在梭罗举行，3月13日至19日在泗水和3月24日至30日在登巴刹举行。

2022年IBL比赛的合作伙伴是作为本季标题的Tokopedia、Indosat Ooredoo Hutchison、Bank Mandiri、Usee Sports by IndiHome、Greenfields、皇家运动医学中心和Emboss Production。

Tokopedia CMO Kevin



左起：IBL总经理 Junas Miradiarsyah、万自立银行代表Rudi As Aturridha、PIK Rans 篮球俱乐部业者Raffi Ahmad 与 Combiphar Solo West Bandits 俱乐部总裁 Gading Marten在新闻发布会时合影。

Mintaraga表示，“运动服和运动装备等产品成为 Tokopedia Sports 类别中2021 年第二季度最受大众追捧的部分产品。Tokopedia #SelaluAdaSelalubisa 邀请公众继续为体育产业和国家最优秀的体育人才提供支持，其中之一就是通过 IBL Tokopedia 2022，通过 Tokopedia 对本次活动的支持，我们希望能够参与推进印尼的创意经济。”

作为 IBL 的支持合作伙伴之一，万自立银行认为该国篮球的发展非常有利于使这项运动成为民族自豪感，无论是在教练方面还是在成就方面，即使在大流行期间也是如此。

公司秘书 Rudi As Aturridha指出，“为此，我们大力支持IBL成为最好的篮球

赛事，以提高本土球员的比赛水平，提升即将征战2022年FIBA亚洲杯的国家篮球队的素质。不仅如此，IBL的实施是安全和有竞争力的，相信在2022年FIBA亚洲杯和2023年FIBA世界杯实施之前，也能保持印尼社会对篮球的积极氛围。”

在 IBL 2022 之后，印尼的名人也被列为俱乐部管理者。Raffi Ahmad 注册了他的俱乐部 RANS PIK 篮球。Gading Marten 是 West Bandits Combiphar Solo 或 Baim Wong 的所有者和总裁之一，他现在担任 Pertamina 的 Satria Muda 俱乐部的总裁。

朱纳斯说，“我们确信这个赛季将非常令人兴奋和有趣。感谢 Tokopedia 和其他支持 IBL Tokopedia 2022 的赞助合作伙伴。”

台东送农会礼券鼓励打疫苗 移民署深入偏乡施打



为鼓励民众施打疫苗，只要接种第1剂及第2剂疫苗者，就赠送农会200元礼券。

（台东讯）COVID-19再传本土疫情，鼓励民众施打疫苗，台东县明天起只要接种第1剂及第2剂疫苗者，就赠送农会200元礼券，送完为止。

另外，移民署台东县专勤队也将聘请多国语言通译人员，深入偏乡鼓励外来人口施打疫苗。

台东县政府卫生局长黄明恩今天接受媒体访问时表示，目前台东县第1剂施打复盖率为

7成左右，第2剂有6成，去年11月办理「非你『莫』属-你来打疫苗我送礼」莫德纳疫苗接种场次，民众响应踊跃。

他说，今年自明天起至1月30日止，18岁以上的民众，接种1、2剂疫苗就送农会礼券200元，因礼券数量有限，送完为止，施打第3剂不列赠品受惠。

礼券将配发指定医疗院所，另16乡镇卫生所也已赠送200元以下卫教品。呼吁乡亲尽快完成接种，守护自己和家人的健康。相关讯息可至卫生局官网查询。

另外，移民署台东县专勤队长黄志明今天告诉中央社记者，台东移民署携手台东县卫生局将于1月11日前往南横公路海端乡雾鹿社区提供疫苗接种服务。

黄志明表示，目前是南横山区高冷蔬菜、生薑及高山茶叶

盛产季，农务辛劳繁忙，台东县专勤队结合相关单位及医疗院所共同推动「逾期停（居）留外来人口安心接种COVID-19公费疫苗专案」，11日晚上6时至晚上8时以「不限身分，随到随打」方式，在雾鹿社区活动中心提供疫苗接种快打服务。

同时，为让逾期停（居）留外来人口能安心接种疫苗，也聘请多国语言通译人员协助填写意愿书，并以中、英、印尼及越南等语言文宣，请现场移工利用社群软件协助宣传，鼓励亲友与逾期外来人口出面接种疫苗。

黄志明呼吁，这次专案採「不通报、不查处、不收费、不管制」方式，请海端乡居民多鼓励逾期外来人口踊跃出面安心接种疫苗，提升疫苗复盖率，健全防疫能量，保护全人民身体健康。（中央社）