



马赫福德 (中) 与多名部长一起召开新闻发布会。左起为特丽、穆哈吉尔、雅逊纳及峇苏基。



多名部长在总统府会见佐科威总统。

落实有关解决侵犯人权建议

佐科威将向17机构发总统指示

(雅加达讯) 总统佐科威将向17个部委和非部委政府机构 (K/L) 发布总统指示 (impres)，以落实“非司法解决过去严重侵犯人权行为小组” (PPHAM) 的建议。

政治、法律与安全统筹部长兼PPHAM小组主席马赫福德，于1月16日 (周一) 与多名部长在总统府会见佐科威总统后，召开新闻发布会表示，佐科威总统在不久将发布一项特别总统令，分配给17个部委和非部委政府机构，并与行政部门以外的独立机构进行协调，以完成PPHAM小组的所有建议。

马赫福德补充说，在不久的将来，佐科威总统将访问亚齐和楠榜的塔朗萨里，并在国外，特别是在东欧，收集过去严重侵犯人权行为的受害者。印尼公民将聚集在一个地方并获取解释。此项任务由马赫福德、司法与人权部长雅逊纳及外交部长特诺负责。

关于司法解决方案，马赫福德透露，佐科威总统将给予充分关注，并要求总检察长办公室与国家人权委员会协调。

“因为司法解决有它自己的方式，而这种非司法方式的解决，更具人道主义性质。PPHAM小组关注受害者，而司法团队正在寻找肇事者。因此，我们区分受害者和肇事者。”

他说，只要能够收集证据，司法和解仍将实施。

马赫福德指出，除了在17个部委和非部委政府机构之间划分职责的总统令外，总统还将建立一个新的工作组，以评估和控制这些建议的执行情况。一切都仍在设计中，可能不会从一月底开始由总统宣布。

与此同时，公共工程与人民房屋部长峇苏基表示，他的部门任务是使严重侵犯人权的地点，可以进行建造基础设施和修复。

峇苏基表示，总统要求关注亚齐一些曾经是严重侵犯人权地区需要什么帮助，例如，从道路、灌溉、清洁水等；然后在塔朗萨里。所以，其形式是非司法的。然后，在摩鹿加群岛。

他指出，工程部计划在塔朗萨里修建道路，并在亚齐修建灌溉。与此同时，在严重侵犯人权的其他地点建造和修复基础设施。

出席新闻发布会的部长，包括文化与人文建设统筹部长穆哈吉尔、司法与人权部长雅逊纳、社会部长特丽及公共工程与人民房屋部长峇苏基。

较早前，佐科威总统于1月11日 (周三) 承认，印尼发生了12起严重侵犯人权的案件。佐科威承诺在不否定司法解决方案的情况下，以公平和谨慎的方式恢复受害者的权利。(LCW)

12起侵犯人权事件

- 1) 1965-1966事件
- 2) 1982-1985年神秘枪击事件
- 3) 1989年楠榜Talangsari事件
- 4) 1989年亚齐Geudong屋和Post Sattis事件
- 5) 1997-1998年暴力失踪事件
- 6) 1998年5月骚乱事件
- 7) 1998年和1999年Trisakti和Semanggi 1及2事件
- 8) 1998-1999年东爪哇省巫师杀人事件
- 9) 1999年亚齐KKA路口事件
- 10) 2001-2002年巴布亚Wasiur事件
- 11) 2003年巴布亚Wamena事件
- 12) 2003年亚齐Jambo Keupok事件

发展与加强金融部门 总统批准P2SK法案成法令



财长丝丽 (左) 于较早前，提呈P2SK法案给国会议长普安。

(雅加达讯) 佐科威总统于1月12日 (周四) 晚上，签署了有关发展与加强金融部门的法令草案 (RUU P2SK)，以成为2023年第4号法令 (UU No.4/2023)。

政府就国会所有议员在此案中启动了法案程序，以及在审议法案方面的出色合作给予了最高的赞赏。

政府与国会之间就此法案的讨论，从工作会议、工作委员会到全体会议，始终以社区利益为重，并通过公开、富有成效、建设性和动态的讨论过程进行。

P2SK法案是政府和国会通过改革印尼金融部门来促进公共福利的努力，具有包容性、深度和稳定的一个金融部门，是加快印尼国民经济发展的关键前提。

鉴于此时正在出现的各种全球挑

战，例如大流行病、地缘政治局势、各地区经济衰退的可能性、改变金融服务商业模式的技术发展、以及气候变化等，印尼通过 P2SK 法进行金融部门改革的势头变得更加合适。政府需要加强印尼金融体系的稳定性，以应对这些不同的全球情况。

财政部长丝丽·穆耳雅妮表示，政府和国会就P2SK法案规定的五个事项范围达成一致。首先，在兼顾独立性的同时加强金融部门管理机构。第二是加强治理和增强公众信任度。第三是鼓励金融部门积累长期资金，为福利和可持续发展提供融资支持。第四是消费者保护。第五，金融领域的扫盲、包容和创新。

P2SK法包含有27篇章和341条款。该法令将取代17个与金融业相关的法令，

这些法令已经生效了相当长的时间，甚至长达30年。

这样做是为了适应不断变化的时代动态。各种指标显示了改革印尼金融业的紧迫性，如仍浅薄的金融业、金融业中介机构作用欠佳、金融业消费者保护水平低等。

在总统批准P2SK法令后，政府和金融部门监管机构将制定实施条例，包括政府条例、印尼央行条例、金融管理机构条例和存款保险机构 (LPS) 条例。所有实施条例将在 P2SK 法令颁布后的两年内起草。

政府将始终确保起草各种实施条例的过程，将通过涉及包括国会、监管机构和社区在内的各个相关方，以可信的方式进行。

对于以政府条例形式实施的规定，各部委/机构之间当然会按照适用机制进行协调。(KP)

*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

附近超市、便利店有售

Superbrands
INDONESIA'S CHOICE

Bagus
Surgical Mask

Masker bedah nyaman digunakan sehari-hari

3Ply & 4Ply Masker Medis
成人，儿童，医用口罩

细菌过滤率 ≥ 98%

抗击 **LAWAN**
新冠肺炎 **COVID-19**

** Particle Filtration Efficiency (Kemampuan menyaring Partikel)

*Sesuai Standarisasi GB 2626-2019 Medical Surgical Masks

UNTUK DEWASA
为成年人

PFE **
≥ 95%

2X Bacterial Filter
4-Ply
KN95

官方电商合作平台：
Shopee tokopedia JD.ID

www.bagusgroup.com 关注我们：@ bagus.idn

RANCH @ MARKET LOTTE Mart LuLu HERO SUPERMARKET TRANSSTART Carrefour YOCYA kuma farma indogrosir guardian NAGA Watsons DAN-DAN KLIK & Klik Online Shopping Total TRANS SECURE Duta Buah BAKALAN GrandLucky GIGI FamilyMart SANTA SULASRI PUSJARI jakmart FARMERS @ MARKET LOTTE Grosir AEON FOODHALL rezeki HYPERMARKET HDO Market City TIP TOP HARI HARI Century Natural Farm CIRCLE AllAmidi LAWSON Mitra HARMONY FORTUNA Supermarket BENNY INCIK TOSERBA GADING pasar jaya

中苏镍矿冶炼厂罢工 本地劳工与外劳冲突 2人死

本地工人
和外籍工人引
发冲突。

(北莫罗瓦利讯) 中苏拉威西省北莫罗瓦利一家镍矿冶炼厂GNI公司的矿工, 于1月14日(周六)发生严重冲突, 造成2名工人死亡。

死者为一名本地工人, 另一名死者经确认为中国公民。

警方在冲突后, 扣押了69名工人进行调查及审问。

据警方消息, 冲突发生在本地工人和外籍工人之间, 最初只是小冲突, 到晚上就发展成大规模冲突。

冲突事件发生始14日(周六)在自卸车站当地及外籍工人之间冲突, 导致外籍工人对本地工人动粗, 之后冲突迁到冶炼厂2, 外籍与本地

工人之间相互扔掷石头, 当时本地工人展开焚烧外籍工人的电单车。

之后晚上大约7时30分, 工人轮流值晚班, 自卸车站全体工人正在罢工, 该罢工行动外籍工人拒绝, 以致上午引发外籍工人对本地工人动粗。

由于罢工行动的规模越来越大, 北莫罗瓦利警署警长伊曼即刻着手与罢工者进行谈判, 并设法让他们同意有序离开现场。

晚上8时30份冲突又再次爆发, 当地及外籍工人在冶炼厂1及2的道路之间相互扔石头, 仍在事发现场的警署警长及联合小组即刻驱散冲突的外籍及本地工人。



接着晚上大约9时15分, 群众又以更多的人数集合袭击及焚烧外劳宿舍及数辆车辆 如汽车、装载机及起重机。与此同时从汶达乡方向的群众袭击4号哨站用石头及破坏PT SEI的消防车。

消息指出, 群众还焚烧推土机及汽车及抢劫来自中国劳工及印尼劳工的宿舍。

然后, 1月15日(周日)凌晨大约2时15分左右, 由北莫罗瓦利警署警长领导的联合小组成功驱散了群众。

扣押69工人进行检查

北莫罗瓦利警署警长伊曼指出, 警方在冲突后, 扣押了69名工人进行调查。此外, 警方也已

迁移了2名死者及多达9名受伤者。

伊曼承认, 到目前为止仍在调查工人的死因。此外, 警方也仍在对此前数十名被扣押者进行检查。

发生冲突后, 警察加强在镍矿冶炼厂周围的守卫, 以防止再次发生冲突。警方透露, 目前局势已受到控制, 但警方并没有因此而放松警惕。

据悉, 员工冲突的导火线是公司没有满足员工的要求。13日(周五), 在冲突发生之前, 属于全国工人工会的员工与公司举行了一次会议。

会议上, 员工向公司提出了八项要求, 但当时尚未达成一致。(LDS)



工人放火烧掉推土机及汽车。



警方到现场维持秩序。

商长: 主要收成结束 3月后不再进口大米

(茂物讯) 商业部长楚耳基弗里于本月14日(周六)在茂物市长庇玛·阿尔亚·苏吉亚尔托陪同下, 在茂物南区慕里亚

哈尔查有机农田旅游区, 视察2023年首期稻谷收割。

楚耳基弗里指出, 这是茂物市刚初步收割期。慕里亚哈



楚耳基弗里(左二)视察2023年首期稻谷收割。

尔查的收割是初期进行的, 大约在3月份, 我们才将大丰收。

因此, 他说, 政府已在3月份设定了大米进口的最终限制。

“3月之后, 当主要收成结束时, 我们不再允许进口大米。”

他还表扬庇玛市长, 因在茂物市还设有慕里亚拉哈尔查有机农业教育旅游区, 即不仅能支撑粮食, 而还能成为旅游景点和当地农产品商场。

“此相当美好, 我们感激在茂物会有像慕里亚拉哈尔查完美的有机农业教育旅游区。”

他强调, 在这里有稻田, 有蔬菜农园、有养鱼水池、多样化水果、甚至还设有咖啡店, 及本地居民创意工艺品。

他吁请居民, 通过健康的体操活动、使茂物森普尔球场变得更蔚蓝。(MIM)

(雅加达讯) 央行2023年1月第二周所进行价格监管调查结果显示, 截至本月第二周的行情走势, 预计将发生通货膨胀率0.41%。

央行通讯部经理埃尔文阐明, 今年1月第二周, 对通胀提供助力的商品主要是小辣椒月度通胀0.07%、继而, 红辣椒月度通胀0.06%、红葱月度通胀0.05%、大米月度通胀0.04%、丁香烟月度通胀0.03%, 及黄金首饰品月度通胀0.02%。

另有其他商品如白蒜、空心菜、生豆腐、鸡肉、菠菜、米饭配菜、丁香烟和自来水价目各发生月度通胀-0.01%。此外, 经对本次月度通胀提供助力的某些商品, 包括汽油的-0.06%、鸡蛋与空运费的-0.03%, 及蕃茄的-0.01%。

央行不断加强同政府和主管当局联系系统, 以便优化融合政策与战略举措, 以维持宏观经济与金融体系稳定, 从而使能持续支撑经济复苏。

此前, 全球经济复苏与地缘政治压力导致了各国通胀率升高, 而我国也不例外, 也即在2022年内, 通胀率持于5.1%

央行调查显示 1月第二周料通胀0.41%



央行调查显示, 1月第二周料通胀0.41%。

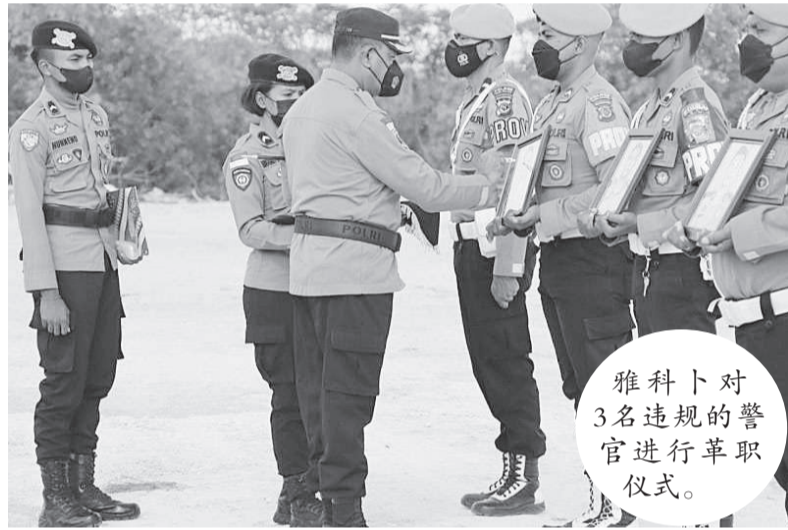
的方位。内政部长经济与建设执行专员波洛姆波表示, 今年流货币有持续增升的可能性, 此事必须良好地传达给公众。

他不愿通胀增升之事民众恐慌甚或患上恐怖症。他于本月12日(周四)在中爪哇三宝壟古玛雅塔酒店出席有关2023

年维护地方经济、粮食与通胀战略的国民座谈会中表示, 因此, 我们必须设法发挥之, 使得民众不致于恐慌。别致人们对通胀产生恐惧或恐怖症。”

他还向民众阐明, 通货膨胀并不是新事情。中央统计局每月总是公布全国或各地区的通胀率发展情形。(MIM)

东努警署举行仪式 革除3违规警官



雅科卜对3名违规的警官进行革职仪式。

(萨布莱茹瓦讯) 东努沙登加拉省萨布莱茹瓦警署对其3名涉及违反道德准则的警官, 举行了被不光彩革职仪式。

由萨布莱茹瓦警署警长雅科卜于14日(周六)在萨布莱茹瓦警署总部执行的3名被不光彩革职仪式, 是以有关被革职警官缺席方式举行。

被革职的3名警察成员分别是警司BN、二级警司FPB及

警司SS。该被不光彩革职的执行是通过萨布莱茹瓦警署警长雅科卜象征性属性释放仪式, 按照程序进行的。

警署警长雅科卜表示, 被不光彩革职其3名成员是根据东努沙登加拉警署警长的决定书编号Kep/755/XII/2022有关从警察局的被不光彩革职。

雅科卜指出, 他曾设法为三名被不光彩革职的3名成,

员想尽各种办法解决问题, 但三名警官不理睬。

他表示, 三名违规成员因违反纪律和违反印尼国家警察道德准则, 而被革职。

被不光彩革职的3名警署成员没出席该仪式, 虽然如此, 三名成员的照片仍被其他成员拿着, 并象征性地进行了一个释放属性的过程。

警署警长雅科卜解释称, 该被不光彩革职的3名警察成员是警察领导层所作出的承诺。

“如所周知我们刚举行的被不光彩革职仪式是国家警察领导层承诺的一种体现及形式, 对违反纪律及违反道德准则的成员实施惩罚性制裁。”雅科卜说。

警署警长雅科卜希望将来不再有被不光彩革职仪式。

“我希望每一位萨布莱茹瓦警署成员及工作人员, 无论是个人还是代表领导层, 都希望将来不再有这样的仪式。”他说。(LDS)

“需要勇气清理足协” 雅立多斯提名总主席候选人

(雅加达讯) 国营企业部长雅立多斯已正式提名自己, 成为2023-2027年任期的印尼足球协会(PSSI)总主席候选人。

雅立多斯于1月15日(周日)在朋加诺体育场, 向印尼足球协会办公室提交了登记文件。

他在艺人兼Rans Nusantara足球俱乐部首席执行官拉弗利·阿赫马德、勿加西市足球俱乐部首席执行官阿塔·哈利林塔尔、以及梭罗足球俱乐部首席执行官凯桑·邦额列普来到印尼足协秘书处办公室。

雅立多斯于1月16日(周一)在其官方Instagram帐户上传的一段视频中承认, 他需要勇气从肮脏的手上清理印尼足协。

他说: “我们要有勇气, 以实现廉洁而有成就的足球运动。”

雅立多斯来到印尼足球协会秘书处, 以实现支持他的省区协会、选民和多名足球俱乐部管理人员的愿望。



雅立多斯(左二)提名成为印尼足协总主席候选人。

他在印尼足球协会办公室注册后表示, 要清除印尼足协的腐败黑手需要勇气。

雅立多斯感到乐观, 他在印尼足协开展的清理行动, 将对印尼的足球成就产生积极影响。他说: “上帝保佑, 印尼足球将会乾淨而有成就。”

此前, 佐科威总统的小公子凯桑支持国企部长雅立多斯晋身为印尼足球协会总主席。

凯桑直接陪同雅立多斯在雅加达朋加诺运动场的印尼足协秘书处办公室, 以注册成为印尼足协总主席候选人。

凯桑于1月15日(周日)在雅加达朋加诺运动场说: “是的, 我们的确支持雅立多斯。”

他称赞了雅立多斯对梭罗足协(Persis Solo)的影响。他指出, 雅立多斯虽然刚刚加入, 但他的贡献却是非凡的。

凯桑说: “所以我认为他可以领导印尼足球协会。”

据悉, 凯桑和雅立多斯分别拥有Persis Solo Saestu (PSS) 公司的股份。凯桑持有了40%的股份, 而雅立多斯拥有20%的股份。(KP)

马赫福德: 我国现今挑战与过去一样严峻



马赫福德邀请国人团结起来。

(泗水讯) 政治、法律与安全统筹部长马赫福德阐述, 印尼民族现今面临的挑战与过去一样严峻。他举例说明了印尼民族过去所面临的挑战, 即处于世界大战的地缘政治

之中。

马赫福德于1月14日(周六)在泗水格拉哈迪国家大楼出席活动时指出: “当班察西拉国家于1945年成立时, 印度尼西亚只是一个相对较小的殖民地, 尚未被承认为一个国家, 但成功在第二次世界大战的炮火声中宣告独立。”

至于印尼未来面临的挑战, 即是目前正处于俄罗斯和乌克兰之间的地缘政治战争之中, 这对国内经济危机的威胁产生了影响。

马赫福德说: “我们的大部分日常食品, 如面条、面包和其他糕点, 大约87%的原材料即小麦, 仍然从乌克兰进口。”

更何况未来印尼还要面对世界气候变化, 这对满足国内的粮食需求极具挑战性。

为了应对这些不同的挑战, 马赫福德邀请印尼所有国民团结起来, 特别是为了加强本国的粮食安全。

他认为, 如果在1945年印尼人民能够团结起来面对各种挑战, 从而实现独立, 为什麽现在就不能够。

他说: “所以, 过去和现在的挑战是同样严峻的, 只是类型不同。而在意识形态上, 我们也面临来自跨国意识形态的干扰。”(KP)

BCA 匯率		(2023年1月16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	15021.00	15036.00	14885.00	15185.00
新元	SGD	11403.75	11419.33	11283.00	11519.00
歐元	EUR	16304.96	16326.00	16099.00	16503.00
澳元	AUD	10500.08	10519.49	10370.00	10644.00
英鎊	GBP	18419.69	18438.93	18196.00	18633.00
日元	JPY	117.62	117.77	114.59	120.79
人民幣	CNH	2234.26	2245.09	2176.00	2332.00
令吉	MYR	3476.58	3493.40	-	-



中国大陆31省公布今年GDP增长目标最高为9.5%

中国大陆所有31个省份已经公布今年的地区生产总值 (GDP) 增长目标, 其中海南省的目标最高, 为9.5%左右。

据中国澎湃新闻星期一 (1月16日) 报道, 31省的从2023年GDP增速目标数值范围在4%至9.5%。

较上一年的GDP目标, 河南省、天津市、浙江省、北京市、江苏省、广东省等21个省份调低了预期增速, 幅度为0.5个至一个百分点; 吉林省、湖南省、江西省等六个省份维持不变; 新疆维吾尔自治区、重庆市等四个省份则上调了预期增速, 幅度为0.5个至一个百分点, 新疆上调幅度最大, 为一个百分点。

24个公布2022年GDP实际增速情况的省份均实现正增长, 除北京市、海南省只指出“正增长”的趋势外, 其余22个省市公布了具体数值, 范围在2%至5%, 其中最高为江西省 (预计5%)、宁夏回族自治区 (预计5%左右), 最低为重庆市、贵州省、广东省, 均预计为2%左右。

23个省份公布了2022年GDP总量, 其中广东连续34年稳坐全国第一。广东在2021年成为国内首个GDP超12万亿元 (人民币, 下同, 2万3580亿新元) GDP大省。江苏的GDP预计在2022年也会追上12万亿元台阶。

(早报)



泰国酿酒子公司在缅工厂失火

泰国酿酒 (Thai Beverage) 子公司在缅甸仰光的工厂失火, 没有造成任何人死亡。

该公司星期天 (1月15日) 发公告说, 公司在这家名为Grand Royal Group International的子公司, 共同持股75%。

泰国酿酒说, 火灾发生在原材料储存区, 没有扩散。子公司管理团队已立即采取措施采购相关原材料的替代品, 准备在今年2月恢复在仰光的混合和装瓶业务。

子公司预计缅甸市场不会出现成品短缺, 因为它和分销商都有充足的库存。

泰国酿酒说, 起火原因正在调查中, 到目前为止被认为是一起意外。

子公司有为火灾事故投保, 投保项目包括财产和存货损失, 以及业务中断。

泰国酿酒股价星期五 (13日) 下滑1.4%, 收报0.705元。

(早报)



中国银保监会: 化解金融风险攻坚战取得成果

中国银保监会召开2023年工作会议说, 认为防范化解金融风险攻坚战取得了重要阶段性成果。

据人民日报报道, 中国银保监会以视频形式召开2023年工作会议。会议认为, 防范化解金融风险攻坚战取得重要阶段性成果, 金融杠杆率明显下降, 金融资产脱实向虚、盲目扩张势头得到扭转。

会议要求, 2023年要全力支持经济运行整体好转, 把支持恢复和扩大消费摆在优先位置, 努力促进金融与房地产正常循环, 加快推动中小银行改革化险, 积极推动信托等非银机构聚焦主业转型发展, 有效应对信用风险集中反弹。(早报)

IMF: 贸易严重分裂 可致全球经济产出下降达7%

国际货币基金组织 (IMF) 说, 过去数十年, 全球经济日趋一体化, 如今贸易却已严重分裂, 可能使全球经济产出下降多达7%。

IMF还警告, 如果全球技术也脱钩, 一些国家蒙受的损失甚至高达8-12%。

路透社报道, 根据IMF工作人员小组星期天 (1月15日) 发布的最新报告, 即使全球贸易分裂的程度有限, 也可能导致全球国内生产总值 (GDP) 减少0.2%。

报告称, 在评估国际货币体系和全球金融安全网 (GFSN) 成本方面, 还需要做大量工作。

这份在星期天晚发布的IMF报告指出, 在2008-2009年爆发全球金融危机, 以及随后几年贸易限制激增之后, 全球的商品和资本流动趋于稳定。

IMF说, 多年来, 不断深化的贸易关系使全球贫困人口大幅减少, 同时通过降低价格使发达经济体的低收入消费者受益。但“冠病大流行和俄罗斯入侵乌克兰, 进一步考验了国际关系, 并增加了人们对全球化好处的怀疑”。

它说, 贸易联系的解体, “将对低收入国家和发达经济体中不太富裕的消费者, 产生最不利的影响”。

IMF还说, 现有研究表明, 世界贸易越碎片化, 成本就越高, 而技术脱钩将显著放大贸易限制带来的损失。

“随着国际风险分担减少, (全球经济分裂) 可能



导致宏观经济波动加剧, 引发更严重的危机, 国家缓冲弱国际社会支持面临危机国家的能力, 并使化解未来主权债务危机复杂化。

IMF说, 这还可能削弱国际社会的危机应对能力, 并使化解未来主权债务危机复杂化。(早报)

香港银行掀存款争夺战 存港元送疫苗名额

随着大陆与香港恢复正常通关, 香港银行机构推出送疫苗免费注射名额活动, 门槛条件是在该行存入400万港元, 而且是新客户。目前已经有大陆客户在咨询。

据上海证券报报道, 中信银行发布公告称, 自2023年1月9日至3月31日, 在该行存入合格新资金400万港元或以上的合格新客户, 可获得特快预留名额免费注射复必泰二价疫苗; 如果客户同时申请及启动信银国际大湾区双币信用卡, 可获升级至免费注射疫苗名额两个。

中信银行 (国际) 客服人员说, 这是该行基于香港与大陆恢复通关, 针对跨境客户做出的优惠活动。目前已经有大陆客户进行咨询。

目前已经有香港特区医疗机构开展注射复必泰二价疫苗预约。香港知名私家医院养和医院介绍, 自1月10日起, 优先开放为非本地居民提供复星复必泰二价疫苗自费接种服务。费用方面, 接种复必泰二价疫苗收费为1800港元。

以送出免费注射复必泰二价疫苗名额, 来吸引新客户存款, 背后是当下香港银行业的存款争夺战。

自去年以来, 香港就有多家银行均大幅上调了存款利率, 以争夺存款。



在此之前, 香港银行存款利率一直较低。通常而言, 一年期定期存款利率普遍不到2%, 有的银行甚至低于1%。而现在, 大部分香港银行的一年定期存款利率已高于4%。

在香港从事银行工作的梁女士介绍说, 香港银行业执行市场利率, 各家银行可以根据币种和期限给出不同的利率。目前, 香港大部分银行港币1年期定期利率至少为4%, 利率达到4.2%的存款产品也很多。不少客户将活期存款转成了定期存款。

之所以上调存款利率, 主要与2022年美联储的史诗级加息相关。去年九月, 香港金管局明确: “海外加息, 部分资金也从香港流走。” 银行的商业利率根据自身的资金成本结构和其他相关考量, 决定是否调整利率、调整利率的时间以及利率的幅度。(早报)

二级奢侈名表 料十年后跨越千亿元大关

在全球买家与收藏家偏向寻找稀有的劳力士 (Rolex)、百达翡丽 (Patek Philippe) 和爱彼 (Audemars Piguet) 等名表之际, 二级奢侈手表的销售额将在10年内首次超越以新款为主的一级市场。

瑞士的行业分析与咨询公司LuxeConsult预测, 到了2033年, 全球古董和二手名表市场将飙升至790亿欧元, 是去年全球二手名表销售额, 即250亿欧元的三倍多。

根据LuxeConsult的报告, 2022年二级手表市场的销售额增长了20%, 而新款奢侈手表的销售额则增长了12%, 达到520亿欧元。

随着市场需求激增, 想要从劳力士、百达翡丽和爱彼专卖店购买最受欢迎型号的消费者, 因为这些品牌有限的生产导致缺货情况, 在等候名单的等待遥遥无期而开始转向二级市场。

LuxeConsult创始人穆勒 (Oliver R. Müller) 在接受《联合早报》线上专访时说: “二级市场是



衡量品牌受欢迎程度的最佳指标。在各个名表客户等候名单越来越长的情况下, 二级市场也会‘很老实’的通过给出真实的价格来反映这一点。”

穆勒说: “从过去四年市场的表现, 我们可以预测, 到2033年底, 二级市场有可能是目前规模的翻两番。我们甚至相信, 这个预测是相当保守的。这股市场动力主要是因为各个名表奢侈品牌, 一直不愿意满足市场对它们的手表的需求所造成的。”

虽然大趋势偏高, 但是如果单独看2023年的话, 穆勒认为, 2023年对名表的一级市场和二级市场都将是具有挑战的一年。由于宏观经济环境预料会恶化, 名表的一级市场和二级市场预计分别仅增长2%和3%。

LuxeConsult最新发布的名表市场报告也预计, 二级市场销售额在2024年会增长10%, 然后从2025年到2033年平均复合年增长率为12%。相比之下, 一级市场销售额平均增长率为4%。因此到2033年, 二级市场将超过新手表的销售额。

穆勒说: “从长远来看, 我们非常乐观。在线市场, 例如: Chrono24、eBay和Watchfinder, 它们都是主要的增长动力所在。

因为它们推动全球二级市场的交易和发展。它们通过认证和保护交易, 带来了透明度较高和令交易双方信任的环境。”

LuxeConsult的预测比Deloitte最近发布的名表市场报告更为乐观。Deloitte报告估计, 2030年名表二级市场将增长75%, 达到300亿美元。

根据Subdial 50奢侈名表价格加权指数, 名表二级市场在去年3月达到顶峰后, 最受欢迎的多个名牌表款的二级市场价格一直在逐步下降。过去12个月的跌幅是20%。尽管如此, 最新的劳力士 Daytona、Patek Nautilus 和爱彼Royal Oak型号的二级市场价格仍远高于一级市场的零售价。

Subdial 50是由在线手表交易平台Subdial, 以50款交易量最多的奢侈手表的价格计算的加权指数。

LuxeConsult的数据也显示, 劳力士、百达翡丽和爱彼的名表占了二级市场手表交易总额的55%以上。

(早报)

中国首次发布冠病疫情数据 五周内6万人死亡



中国官方在冠病疫情数据受外界质疑后，首次公布死亡病例数据。去年12月8日至今年1月12日，中国医院共出现超过5万9000起在院死亡病例；中国国家卫健委称，目前住院的冠病重症患者人数已呈现缓慢下降趋势，但仍处于高位。

中国专家日前对冠病疫情高峰的说法不一，北京大学国家发展研究院研究称，去年12月底各地疫情均已过峰。中国疾控中心流行病学首席科学家曾光则认为，中国全国发病高峰还会持续两三个月。

中国1月8日开放边境后，外界对中国疫情数据透明度的质疑声浪持续升温；世界卫生组织上周批评，中国虽然与世卫合作应对春运疫情风险，但仍不提供所需的疫情数据。美国、日本和韩国等地相继加强对中国旅客的入境防疫措施。

面对骤增的国际压力，中国国务院联防联控机制星期六（1月14日）召开新闻发布会时，首次公布自去年12月7日“新十条”发布后的冠病死亡数据。

中国12月底曾收紧冠病死亡病例定义，即只有冠病检测呈阳性并死于肺炎或呼吸衰竭者，才会被判定为死于冠病；这个界定方式受到外界诟病。去年12月至1月初，中国只通报20多起冠病死亡病例。

中国国家卫健委医政司司长焦雅辉星期六通报死亡病例时，扩大了死亡病例的定义。她指出，去年12月8日至今年1月12日，全国医疗机构累计发生在

院的冠病相关死亡病例为5万9938例，其中冠病导致呼吸功能衰竭死亡病例为5503例，基础疾病合并冠病死亡病例为5万4435例。

死亡病例平均年龄80.3岁，65岁及以上约占90.1%，其中80岁及以上约占56.5%，死亡病例中90%以上合并有基础疾病。

焦雅辉强调，官方下一步将按照“乙类乙管”传染病有关规定，及时更新相关数据信息并向社会公布，但并未说明中国会否例行公布冠病死亡数据。

根据英国健康数据分析公司Airfinity估算，中国目前每日冠病死亡病例达到2万1300人，12月1日至1月13日的累计死亡病例已达到34万5560起。中国官方发布的死亡病例，与这个数字相差甚远。

中国专家对中国疫情峰值也存在不同说法。经济观察网星期五（1月13日）报道，北京大学国家发展研究院马京晶等人组成的课题组近日发布的一份冠病疫情感染报告显示，去年12月20日全国多地疫情已达峰，12月底各地感染均已过峰。截至1月11日，全国感染率累积达到约64%，感染人数累积约9亿人。

不过，经济观察网的网站星期六已无法找到这篇报道，多家转载该报道的中国网络媒体也撤下了相关文章。

财新网星期四（1月12日）则引述中国疾控中心流行病学首席科学家曾光在一场演讲中称，有的地方流行高峰才刚开始，或者有的地方城市开始了，农村还没开始。曾光估计，全国发病高峰还会持续两个月到三个月，重症高峰持续时间更长一点。

焦雅辉指出，中国全国发热门诊的诊疗量和全国急诊诊疗人次分别在去年12月23日和今年1月2日达峰，之后持续下降。在院冠病阳性重症患者数量则在1月5日达到12万8000人的高峰，之后连续波动下降。

截至1月12日，在院阳性重症患者总数回落到10万5000人。但目前仍在院重症患者的数量仍然处于高位。

台湾中央研究院兼任研究员何美乡博士接受《联合早报》访问时分析，以台湾的疫情估算，大陆的死亡病例至少将达到90万人。至于疫情峰值，何美乡认为，在官方不再大规模监测感染人数的情况下，“完全无法准确估测峰值”。

(早报)



世卫促中国提供更多数据 包括病株分类后续发展

中国星期六（1月14日）通报一个多月有近6万人死于冠病后，世界卫生组织进一步要求中国提供更多冠病局势详情，包括不同病株的分类数据和后续发展的更多细节。

世卫组织说，总干事谭德塞与中国国家卫生健康委员会主任马晓伟通电话时，强调了与中国与世卫组织深化合作和提高透明度的重要性。

中国政府自放弃冠病清零政策以来，就一直被指低报死亡病例。尽管火葬场和医院人满为患，但去年12月至1月初，中国只通报20多起冠病死亡。那是因为中国12月底收窄冠病死亡定义，即只有冠病检测呈阳性并死于肺炎或呼吸衰竭者，才会被判定为死于冠病。

中国星期六扩大了冠病死亡的定义后，通报去年12月8日至今年1月12日，全国医疗机构累计发生在院的冠病相关死亡病例为5万9938起。由于这只是医院死亡，总死亡人数可能更高。

世卫组织欢迎中国就当前疫情提供更多数据，包括门诊、住院、重症和住院死亡等数字。

世卫组织正进行分析，指数显示感染个案、住院和须深切治疗的个案都有回落，而由奥密克戎变异株引起的本轮疫情，对

长者和有基础疾病的人造成较大影响，情况与其他国家相似。

世卫组织的声明说，它正在分析这一组信息，以更好地了解当前中国的流行病学状况以及这一波疫情对中国产生的影响。

声明说：“世卫组织要求中国继续与我们和公众分享此类详细信息。世卫组织还注意到，中国卫生当局已做出努力，在各个层级加强对入院患者的治疗，包括重症护理。”

世卫组织也说，尽管中国此前已报告，中国目前传播的冠病病毒是奥密克戎亚变种BA.5.2和BF.7，但世卫组织继续要求中国共享进一步的病毒基因测序结果，以便开展更深入的种系发生学分析。

此外，世卫组织还要求中国与世卫组织负责研究病毒进化、临床护理和其他工作的技术小组保持合作。世卫组织也将继续向中国提供技术咨询和支持，并参与分析疫情形势。

新华社说，谭德塞高度赞赏中国政府疫情应对努力，感谢中国与世界卫生组织长期进行疫情技术交流、分享疫情信息数据。双方一致同意继续加强疫情防控技术交流合作，共同维护全球卫生安全。

(早报)



美国南部暴风雨天气持续 至少7人死亡

据美国有线电视新闻网当地时间1月13日报道，暴风雨天气持续席卷美国南部，已造成至少7人死亡，其中包括一名5岁的儿童。

截至12日晚上，亚拉巴马州、佐治亚州和肯塔基州等地区至少记录了35次龙卷风报告，造成大规模破坏，当局目前正在实施救援工作。负责人称，随着救援工作的进展，死亡人数可能会

进一步上升。救援人员13日上午已在亚拉巴马州中部受灾严重的地区发现了更多遇难者。

此外，暴风雨天气还导致了大范围停电。据美国电力跟踪网站PowerOutage.us数据显示，佐治亚州和亚拉巴马州约4.5万户家庭和企业13日上午仍处于断电状态。

(央视新闻)

普京称赞俄军对乌攻势出现“积极态势” 一切都按计划进展

俄罗斯总统普京15日称赞俄军对乌克兰的攻势出现“积极态势”。报道提及，此前，俄罗斯国防部13日宣布俄军已控制顿涅茨克地区索列达尔市，乌方则否认这一说法。

法新社说，普京15日在回答记者有关俄军行动和索列达尔市的问题时称，“现在出现了积极的态势，一切都在按计划发展。”普京还补充说，“我希望我们的战斗人员可以不止一次让我们感到满意。”

此前，俄罗斯国防部13日在其官网上宣布，俄军12日晚控制顿涅茨克地区的索列达尔市。乌克兰国防部长列兹尼科夫则表示，索列达尔市局势“非常艰难”，但这座城市仍受乌方控



制。俄新社提到，索列达尔位于阿尔乔莫夫斯克至谢韦尔斯克防线的中间地带，乌军在当地建有大量防御工事。乌防长列兹尼科夫13日在接受外媒采访时称，欧洲最大盐矿位于索列达尔，夺取索列达尔可能为俄方带来经济利益。(环球网)

直播采访被问俄乌冲突影响 罗马尼亚部长发声传来

据“今日俄罗斯”(RT)14日报道了这样一则“趣闻”：一位罗马尼亚官员在接受电视直播中的电话连线采访时睡着了——当被问及乌克兰危机带来的影响时，官员一侧的通话中传来鼾声……

据RT介绍，这位官员是罗马尼亚农业和乡村发展部长彼得·达埃阿。这一采访片段出现在美国有线电视新闻网(CNN)的罗马尼亚新闻合作伙伴Antena 3 CNN的节目中，并于14日在社交媒体上传播。

报道描述说，节目中，主持人通过电话连线提问达埃阿乌克兰危机对罗马

尼亚农民带来的负面影响，但当她停下来等回答时，电话那头传来明显的鼾声。

随后，主持人迅速反应说将尝试重新联系这位农业部长，就好像电话连线突然被切断了一样。报道继续称，而演播室里的其他两位主持人似乎强忍着憋笑，其中一位捂着嘴，另一位尴尬地笑了笑并抿了抿嘴，然后低下了头。

RT称，73岁的达埃阿于去年7月被任命为罗马尼亚农业部长，他的前任因腐败指控辞职。报道说，虽然达埃阿在此次采访中的行为可能是个幽默并且



是无意的，但他以丰富多彩评论和俏皮话而闻名。例如，他反对推广可食用昆虫的努力，“不要食用蟋蟀粉。让它们在任何可以唱歌的地方唱歌。我们要吃已经有的食物：(比如)沙丁鱼、香肠和鸡蛋。你不能用蠕虫来代替鸡蛋。”此外，他还曾把自己比作一个光伏电池板、利用太阳充电，“在晚上，它有来自白天的能量”。(环球网)

量”。(环球网)

台媒：台中街头深夜枪响 2人中弹送医

台中市大甲区13日深夜传出枪响，黄姓嫌疑人与陈姓兄弟因有官司纠纷，黄不满对方态度傲慢，持枪当街朝兄弟俩开枪，随即逃逸。警方3小时后分别抓获2名嫌疑人，起获1把手枪、2发子弹，将依杀人未遂等罪移送地检署侦办。

据报道，46岁黄姓男子去年因不满陈姓男子饮酒后在家门前咆哮，于是报警，后续产生官司纠纷。黄因不满陈姓兄弟态度傲慢，13日深夜持枪搭乘由陈姓嫌疑人驾驶的车辆，前往月眉糖厂附近。

陈姓兄弟当时走在路上，黄、陈2名嫌疑人见到兄弟俩后，连忙下车上前，

黄涉嫌分别朝2人开枪后，迅速跳上车逃离现场。陈姓哥哥左臂中枪、弟弟右腿中枪，2人不支倒地，送医后生命体征稳定。

报道说，台中市警察局大甲分局侦查队长郭国津表示，专案小组分析案情并扩大调阅周边监控器后，通报各分局协助追缉涉案车辆，14日1时30分许在台中市大甲区中山路一带，发现黄姓嫌疑人踪迹，后迅速将其逮捕，并起获作案改造手枪1支、子弹2发；另外在大甲区光明路附近查缉陈姓共犯到案。

中新网网称，经初步了解，黄姓嫌疑人与陈姓兄弟有官司纠纷，黄不满



陈姓兄弟傲慢态度，因一时气愤开枪。警方将深入调查，并扩大溯源枪支来源，依杀人未遂等罪移送地检署侦办。(环球网)

尼泊尔客机空难

72乘客全部罹难



据俄罗斯《消息报》、俄卫星通讯社报道，尼泊尔雪人航空公司发言人15日称，载有72人坠毁的客机上所有乘客和机组人员全部遇难。而美联社等媒体的最新消息称，事故已造成68人遇难，另有4人失踪。

塔斯社报道称，雪人航空公司发言人告诉该媒体，“所有人都遇难了——68名乘客和4名机组人员。机上人员全部遇难”。他还说，确认遇难者遗体的工作将从1月16日开始。

《加德满都邮报》早些时候报道，尼泊尔雪人航空公司一架从加德满都飞往博克拉的客机在博克拉机场附近坠毁，机上载有68名乘客和4名机组人员。

社交媒体平台上流传的图片和视频

显示，坠机现场冒出浓烟，救援队已赶赴坠机现场展开救援。

据央视新闻此前报道，当地时间1月15日，尼泊尔博克拉市卡斯基区副区长古鲁·达塔·达卡尔曾表示，当天坠毁的客机上有3人被送往医院救治。

另据新华社报道，根据尼泊尔民航局发布的声明，这架ATR-72客机当地时间当天上午10时30分从尼首都加德满都起飞前往博克拉，10时50分与

地面失去联系。失事航班共搭载68名乘客和4名机组人员，其中包括15名外国人。这15名外国乘客中，5名是印度人、4名是俄罗斯人、2名是韩国人，其余4人分别来自澳大利亚、爱尔兰、阿根廷和法国。

新华社称，尼泊尔政府官员15日说，尼泊尔当天发生的客机坠毁事故遇难人数上升至68人，其中包括6名婴幼儿。

(环球网)

俄警告日本正走向军事化
麻生太郎声称“是好事”

日本自民党副总裁、前首相麻生太郎15日在福冈县饭冢市发表演讲。针对俄副外长批评岸田文雄政府正在走向军事化，麻生声称，“这是好事。他(俄副外长)的意思是(日本的)威慑力提高了，越来越无法(与日本)对抗”。几天前，俄副外长在受访时表示，岸田政府若持续转向军事化，俄将不得不采取反制措施。

报道称，麻生在谈及俄乌冲突时称，“这场战争没有胜利者”，他还认为，“无法保证进攻西方的俄罗斯不会进攻东方。如果其向东(进攻)，我们是否具有为日本的(进攻)，我们是否具有为日本的(进攻)，我们是否具有为日本的(进攻)”。麻生还声称，不战而胜就是赢家。

此外，报道提到，围绕首相岸田文雄敲定日本防卫费增额有关举动，麻生声称，此举“迅速决定了前首相安倍晋三梦寐以求的数额。虽然(岸田)曾被说不可靠，但日本在世界上的地位正在提升。”

综合俄罗斯塔斯社、共同社本月3日报道，俄罗斯外交部副部长安德烈·鲁坚科接受塔斯社采访时表示，岸田政府放弃和平发展道路，转而走向军事化发展，如果延续这种趋势，俄罗斯“将不得不采取适当的反制措施，以阻止对俄军事威胁”。鲁坚科表示，转向军事化的日本是对“俄罗斯以及亚太地区的严重威胁”，他还列举了“日本



曾在俄罗斯国境附近举行大规模军演”、“内阁通过写入获得反击能力等内容的新安保三文件”、“大幅增加防卫费”等事实，并称俄方一直在就有关事宜通过外交渠道向日本表达关切。

近些年，日本政府在扩充军备方面上动作频频。据媒体此前报道，日本政府在2022年12月23日的临时内阁会议上决定2023财年防卫预算增至6.8万亿日元，这一数值刷新了历史纪录。

就此，中国外交部发言人汪文斌上月底回应称，我们注意到相关报道，对日本防卫预算明显大幅增长表示关切。日方渲染地区紧张局势以谋求自身军力突破，这一动向十分危险，不得不让亚洲邻国和国际社会对日本是否真心坚持专守防卫、坚持走和平发展道路产生强烈质疑。

日方应认真反省侵略历史，在军事安全领域谨言慎行，以免进一步失信于亚洲邻国和国际社会。

(环球网)

俄外交部嘲讽 拜登私宅又发现机密文件

美国总统拜登“机密文件门”事件持续引发关注。综合塔斯社、《报纸报》等多家俄媒报道，俄罗斯外交部发言人扎哈罗娃当地时间14日在社交平台Telegram上发文，嘲讽拜登私宅又发现另外5页机密文件一事。

综合美联社、美国有线电视新闻网报道，白宫当地时间14日承认，拜登的助手们在拜登位于特拉华州威尔明顿市的私宅中又发现了另外5页机密文件。白宫此前曾表示，在那里仅发现了1页机密文件。

对此，扎哈罗娃当天晚些时候在Telegram上作出回应，她引用了美国作家马克·吐温的童话体讽刺小说《王子与贫儿》中的情节。《王子与贫儿》描写的是王子爱德华和贫儿汤姆因一个偶然机会互换了身份，王子变成了贫儿，贫儿成了王子。

塔斯社称，扎哈罗娃在Telegram上提到，《王子与贫儿》中的主人公汤姆曾承认自己用王国的御玺敲了胡桃。她接着问道：“既然这些机密文件是在如此奇怪的地方找到的，那么

拜登会用它们做什么呢？”

此前一天，扎哈罗娃13日也在Telegram上发文，嘲讽拜登私宅的车库存放机密文件。她在发文中写道，“拜登的车库里找到了机密文件，还就人就此指责我们呢吧？”对此，俄罗斯联邦新闻社解读称，扎哈罗娃认为美方已经习惯在各个问题上指责俄罗斯，她对美方这次未指责俄方感到“惊讶”。

拜登“机密文件门”事件是1月9日由美国哥伦比亚广播公司(CBS)根据消息人士的爆料首先曝光的。据报道，第一批机密文件是去年11月2日，也就是去年中期选举前6天，拜登团队的律师在宾夕法尼亚大学拜登外交与全球参与中心一间他曾经使用过的私人办公室的壁橱里发现的。随后，拜登律师团队和白宫承认此事，并表示“这些文件是无意中放错了地方”。本月11日，多家美国媒体再次报道称，据消息人士透露，在拜登位于特拉华州私宅的车库中发现第二批机密文件，发现的时间则是去年12月20



日。白宫14日又称，拜登的助手们在拜登位于特拉华州的私宅中又发现了另外5页机密文件。

近几天来，拜登“机密文件门”事件越闹越大，对此，美国共和党抓住这个机会，要求对此次事件以及其他与拜登有关的事件进行深入调查。美联社称，这是共和党控制众议院后与白宫展开的“混乱而具有爆炸性的政治对决”，甚至可能对2024年总统大选造成影响。

(环球网)

德国缺“气”急建码头
美国渔利横财滚滚

2022年末，德国启用以前所未有的速度高效建成的首个液化天然气接收码头，以应对乌克兰危机升级后德国面临的巨大能源缺口。本月初，这个码头接收来自美国的第一艘天然气运载船。

欧洲跟随美国脚步与俄罗斯能源“脱钩”，却将自身陷于能源短缺风险中。为给盟友“打气”，美国承诺向欧盟增加液化天然气出口。大批运载昂贵天然气的船只从美国涌向欧洲，给美国带回滚滚财富以及更多政治利益。

天然气占据德国能源消耗约四分之一，而德国所用天然气95%依赖进口。德国此前主要通过管道设施直接从俄罗斯进口天然气，境内没有将液化天然气重新气化的基础设施。随着去年俄罗斯逐步削减对欧洲天然气供给量，加上“北溪”天然气管道遭破坏，德国面临每年500亿立方米的天然气供给缺口。

为此，德国政府不得不加速推动液化天然气接收码头的建设，寻求其他油气来源。去年12月17日，德国首个液化天然气接收码头在北部海滨小镇威廉港正式启用。该码头从策划到建成总共历时不到10个月，可谓开创了德国基础设施建设速度的先例，德国总理朔尔茨在码头启用仪式上称其是“新德国速度”。

未来德国计划在卢布明等地建设另外四座这样的液化天然气接收码头。即便如此，德国工业联合会依然警告说，德国天然气短缺的危机尚未解除，企业和民众依然需要时刻节约能源。

德国被迫加紧建成液化天然气码头，是欧洲跟随美国制裁俄罗斯引发能源危机反噬自身的缩影。而大西洋彼岸的美国却正因此受益。

美国能源信息局的数据显示，主要受欧洲需求激增提振，2022年上半年，美国跃升世界第一大液化天然气出口国，出口量较2021年下半年增长12%。

数据分析公司克普勒的数据显示，乌克兰危机以来，欧盟对液化天然气的需求激增。2022年，欧盟液化天然气进口量达到历史最高水平，为9473万吨。去年，欧盟从美国进口的液化天然气占总进口量的41%，达到3886万吨，较2021年增加2359万吨。

该公司分析师预计，鉴于欧洲将大量补充冬季耗尽的库存，美国液化天然气出口有望在2023年持续增长。这意味着，新一年中，美国将继续保持欧洲最大天然气供应国地位。

虽然美国油气暂时缓解了欧洲能源危机的燃眉之急，但美国经海路输欧的液化天然气价格本就较俄管道天然气更为昂贵，去年又大幅涨价，愈发成为欧洲的沉重负担。

美国能源信息局数据显示，2022年1月至9月间，美国液化天然气出口收入飙升至350亿美元，而2021年同期仅为83亿美元。

海外市场需求激增让美国大型能源公司赚得盆满钵满。去年前9个月，美国页岩油气企业切萨皮克能源公司盈利达到13亿美元。同时，美国另一能源巨头雪佛龙股价去年底较年初上涨50.5%。

分析人士指出，欧洲在能源领域转向美国只是美国油气出口量飙升的短期因素。长期以来，把能源出口作为美国外交政策的筹码，一直是美国国会两党和多届政府的共识。

早在2020年2月，时任美国能源部长丹·布鲁耶特在美国智库大西洋理事会的一次活动中就曾表示，美国转型为能源净出口国后，美国外交政策将发生革命性变化，“我们可以无所顾虑地追求此前无法实现的目标”。

媒体报道认为，对欧洲国家而言，昂贵的美国油气并非长久替代选项。在其他领域支出同样庞大的情况下，欧洲今年有必要精打细算，加大对能源进口价格的评估，同时加速向清洁能源转型。(新华网)

泰国政府探讨建赌场计划 引起两极反应

泰国政府探讨兴建赌场的计划引起两极反应，反对党国会议员担心赌场会沦为洗钱平台，并导致民众沉迷赌博；但也有人认为，政府可推出相应的管理措施，预防赌场合法化所可能引发的社会问题。

泰国国会是在2021年12月成立特别委员会，探讨赌场合法化的经济价值及潜在的问题。国会星期四(1月12日)经过两个多小时的辩论后，表决通过了特委会的报告。这份报告已提呈内阁。

特委会在报告中建议政府允许八种赌博活动，包括线上赌场、股票指数及外汇，以及国际和当地的体育赛事。报告也建议将五个地区的赌场合法化，以增加国家的税收，同时打击非法赌博。

此外，特委会也探讨兴建设有赌场的综合娱乐中心计划，并提议它可设在曼谷、泰国东部经济走廊、22个主要旅游景点、国际机场100公里范围内，或有永久出入口岸的府。其中，曼谷和泰国东部经济走廊最受看好可获准设立综合娱乐中心。

不过，一些反对党国会议员提出反对意见，他们担心赌场会成为洗钱平台，民众也可能因沉迷赌博而负债累累。前进党议员帕功乌(Pakornwut Udomphiphatsakul)说：“开设赌场前，我们须举行公开听证会和公投，以听取民众的意见。”

非政府组织停止赌博基金会秘书长塔纳空(Thanakorn Khomkris)也批评这份报告偏颇。他说，报告约95%的内容集中在如何从赌场合法化中赚取收入，只有5%讨论了综合娱乐中心的其他业务。“这表明研究的目的是强调赌场合法化的优点，但忽略了许多重要的课题，例如防止洗钱和其他犯罪活动，以及赌场合法化对社会的影响。”

根据泰国萱素南他皇家大学的一项调查结果，超过80.6%的人同意建赌场计划，受访者包括来自可能建造赌场地区的居民。

《曼谷邮报》访问了这些地区的居民，发现人们对兴建赌场有不同看法。其中，住在国际机场机场附近



的斯威夫特就持反对意见。他认为，虽然赌场可带动社区成为旅游景点，但总体来说弊大于利。他举例说，赌场周围的宾馆和酒吧可能扰乱社区。

小贩泰拉特则担心赌场合法化会助长吸毒问题。他说：“据我观察，人们赌博赢钱时，往往会把钱花在毒品上。”

不过也有民众认为，当局可推出适当的管理措施，来减少兴建赌场可能造成的问题，包括让赌场远离学校和社区。

消息人士透露，综合娱乐中心除了赌场以外，也有

五星级酒店、购物中心、美容和水疗中心、游乐园、动物园，以及室内和室外体育场。

消息人士说，国会将起草一项法案，以合法化综合娱乐中心的赌场业务，内政部也须为此修改禁止及监管线上赌博的《1935年赌博法令》。

消息人士也说，赌场将对外国人和泰国人开放，但后者必须年满21岁，并证明他们的银行账户有存放了至少六个月的50万泰铢(约2万新元)存款，从赌场赚取的收入须纳税。

(早报)

拜登向黑人民权领袖致敬 为2024 争取黑人选票



美国总统拜登在美国黑人民权运动领袖马丁·路德·金生前主理的一座历史悠久教堂里，告诉美国人，要从马丁·路德·金的一生汲取教训，修复分歧、极端主义和不公正现象。

路透社报道，星期一（1月16日）为马丁·路德·金纪念日，拜登应佐治亚州民主党籍参议员沃诺克的邀请，于星期天（15日）到亚特兰大埃比尼泽浸信会教堂的礼拜布道会上致辞。沃诺克为埃比尼泽浸信会教堂的牧师。

拜登的演说围绕在国家和世界正在与专制势力战斗，他说：“我现在正站在美国和世界的一个关键时刻。”他说，这是“做出选择的时刻”。

拜登问道：“我们是选择民主而不

是专制的人吗？我们必须选择的是共同体，不是混乱。

我们会选择爱而不是仇恨吗？这些都是我们这个时代面对的问题，也是我来这里的原因。”

彭博社说，拜登是首位在埃比尼泽浸信会教堂演说的在任美国总统，为推动黑人选民在他预期于2024年寻求连任时出来投票探温。

拜登有意寻求连任，而沃诺克刚在去年11月中期选举中再次当选佐治亚州

参议员，赢得多六年任期。在沃诺克未来几年无竞选压力之时，拜登希望借助沃诺克和佐治亚州黑人选民，在他寻求连任时助他一臂之力。

1月15日是马丁·路德·金94岁冥诞。1968年4月4日，39岁的马丁·路德·金在田纳西州孟菲斯被一名公开的种族隔离主义者暗杀。从1960年直到他遇刺之时，一直是埃比尼泽浸信会教堂的牧师。

（早报）



腾讯100多名员工 触犯反舞弊制度被辞退

中国科技巨头腾讯100多名员工因触犯公司的反舞弊制度而被辞退，10余人也因涉嫌犯罪被腾讯移送公安机关处理。

腾讯集团反舞弊调查部星期一（1月16日）在“阳光腾讯”微信公众号上通报，腾讯反舞弊调查部在2022年共发现并查处触犯“腾讯高压线”反舞弊制度的案件70余起，100余人因触犯“腾讯高压线”被辞退。

腾讯反舞弊调查部指出，全年查处的案件和人员数量较2021年有所增加，针对公司内部出现的贪腐、舞弊等问题，腾讯反舞弊调查部持续加强打击力度，查处了一系列存在共性问题的违规案件。反舞弊调查部也不断强化内、外部宣导工作，进一步提升员工反舞弊意识，预防各类违规

行为的发生。

反舞弊调查部也说，腾讯通过制定“腾讯高压线”等反舞弊制度和建立完善的风险管理体系，来预防、发现和打击商业贿赂、职务侵占等一切舞弊行为，以确保全体员工的行为符合腾讯一直宣扬并致力秉持的正直价值观。对于触犯“腾讯高压线”的行为，腾讯一直采取“零容忍”的态度，员工个人行为一旦触及此界限，一律解聘处理，永不录用。

对于涉案的外部公司，也会列入公司黑名单，永不合作。一旦发现涉嫌违法犯罪的，必将配合警方调查、打击、追究相关人员法律责任，同时也会密切配合警方抓捕涉案的外部人员。（早报）



菲律宾强降雨27人死亡 超61万人受灾

菲律宾国家减灾委当地时间15日发布通报称，该国近期多地强降雨已致27人死亡、11人受伤，另有3人失踪。

通报称，菲律宾近期多地强降雨已导致全国超过61万人受灾，11.2万人无家可归。目前，该国已有1个省和8座城镇宣布进入灾难状态。

通报说，强降雨已导致全国1281所房屋受到不同程度损毁，39段道路和13座桥梁无法通行，造成农业和基础设施方面的损失超4.29亿比索。

菲律宾社会福利和发展部14日称，已向受灾严重的地区提供了8800万比索的赈灾资金及各类生活物资。

菲律宾民防局说，目前正密切关注强降雨造成的影响，将持续与地方政府合作，有序开展各项搜救行动，并将及时发布紧急预警，提醒民众避难。

自1月2日以来，受热带低压的影响，菲律宾多地出现强降雨，引发洪水和山体滑坡等灾害，造成人员伤亡和财产损失。（中新社）



埃及总统塞西会见秦刚

开罗1月15日电当地时间1月15日，埃及总统塞西在开罗会见到访的中国外交部长秦刚。

塞西说，请转达我对习近平主席的诚挚问候，再次祝贺中共二十大胜利召开。中国是伟大的国家，中国的发展势不可挡。埃中友谊历史凝结，牢不可破。埃及将继续坚守一个中国原则，坚决反对外部势力干涉中国内政。埃中共建“一带一路”成果丰硕，埃及欢迎更多中国企业来埃投资兴业。中方近期优化调整了新冠疫情防控措施，埃及人民热情欢迎中国朋友尽快来埃旅游。愿同中国加强国际和地区事务合作，推进阿中、非中合作。

秦刚转达了习近平主席的亲切问候和良好祝愿，表示中埃志同道合、守望相助，在追求发展、促进和平、维护正义的事业中结下深厚友谊。两国元首高度重视，保持密切交往，为中埃全

面战略伙伴关系注入强劲动力。中方高度赞赏埃及强调坚定秉持一个中国原则，中方同样支持埃及走符合自身国情的发展道路，维护国家主权、安全和发展利益。期待紧密对接各自发展战略，加快推进重点合作项目，“一带一路”建设和中阿峰会成果在埃取得更多成果。

秦刚说，中方赞赏并支持埃及为促进中东和平稳定发挥积极作用，愿共同落实好两国元首重要共识，不断提升两国关系水平，加强多边协调，共同维护国际关系基本准则，捍卫国际公平正义。（新华社）

韩国高速公路40车连环撞 四人受伤入院

韩国京畿道抱川市一个高速公路发生40辆车连环相撞事故，一人心脏骤停，另有三人伤势严重。

韩联社报道，这起连环车祸发生在当地时间星期天（1月15日）晚上9时15分（新加坡时间晚上8时15分），地点是距离首尔东北部46公里的九里一抱川高速公路。

当地官员透露，四人被送往附近的医院就医，另有21人受伤，并已接受治疗。

消防部门进入紧急响应状态，动员约130名人员和数十辆车和装备展开救援工作。

事故起因仍有待调查，但当局指道路结冰可能是事故发生的原因之一。

韩联社报道也说，韩国东北部的江原道从星期六起降大雪，导致当地发生



约100起交通意外。高城郡一段高速公路一个小时。被大雪覆盖，有10辆车受困雪中超过

（早报）

西班牙上万医护人员 首都上街示威

西班牙数以万计的医护人员星期天（1月15日）在首都马德里举行示威，抗议地方政府破坏公共医疗体系。

路透社报道，不少示威者身穿白色大衣，敲着鼓，高喊“削减公共卫生是犯罪”的口号。

由保守派人民党领导的马德里自治区政府近几年一直受到抨击，尤其是2020年冠病疫情暴发以来，医院和基本保健中心人手不足的问题。

在马德里公共医疗机构服务了37年的医生恩希纳斯（62岁）说：“我们每天有40或50名病患，我们可以为他们看诊的时间只有每人约六分钟，所以问题出在政府不让我们给予病人适当的护理。”

马德里自治区区长阿尤索否认区政府正在损害公共卫生服务，以及区政府政策偏向私营医疗机构的指控。她反指抗议活动和罢工是左翼政党在今年举行市政府和地方选举前精心策划的政治行动，以削弱地方政府。

去年11月，数万人在马德里市中心游行，要求改善医护人员的工作条件。（早报）



分析人士：巴西骚乱 或加强卢拉的政治力量

法新社星期天（1月15日）报道，里约热内卢联邦大学（UFRJ）政治学教授古拉特（Mayra Goulart）说：“（1月8日的骚乱事件）产生了与预期相反的效果……毫无疑问，卢拉将变得更加强大。”

这起骚乱发生后，美国、俄罗斯、中国、法国和欧盟等，纷纷表态支持卢拉。古拉特指出，国际社会的表态将加强卢拉的地位，“他将被视为可以加强多边论坛做出贡献的重要领导人”。

而前总统博索纳罗因涉嫌煽动暴民闯政府大楼，导致政治形象受损。

咨询公司“Dominium”的信

息分析主管加比亚蒂（Leandro Gabiati）认为，卢拉将不得不“采取规范性的制裁措施，以避免这类示威活动再次发生”。

1月8日，数千名博索纳罗的支持者冲击了巴西总统府、联邦最高法院和议会等国家权力机关，并与当地军警发生冲突。安全部队在事发三小时后才夺回三栋大楼的控制权。

目前，有超过2000名示威者被捕，当局正在追踪那些涉嫌策划和资助这场骚乱的人。

博索纳罗曾在推特发文谴责示威者闯入国会，但驳斥有关他煽动暴民的说法，并捍卫人民“和平抗议”的权利。（早报）

马来西亚羽毛球公开赛 印尼男双获冠军



美都新闻网 1月16日电：当地时间1月15日，2023年首个世界羽联巡回赛高级别赛事马来西亚羽毛球公开赛落幕。我国羽球、男双组合阿尔菲安/阿迪安托击败中国组合，获得男双冠军。

15日在吉隆坡举行的2023年马来西亚羽毛球公开赛男双决赛中，我国男双阿尔菲安/阿迪安托以21-18、18-21和21-13的比分，战胜中国组合梁伟铿/王昶，成功夺得2023年马来西亚公开赛冠军。这场胜利也成为法查尔和里安在世界羽联巡回赛超级赛中的首个冠军头衔。

值得一提的是，当天比赛，5项冠军均归属于目前的世界排名第一，他们分别是男单丹麦人阿萨尔森、女单日本山口茜、男双印尼组合阿尔菲安/阿迪安托、女双中国组合陈清晨/贾一凡、混双中国组合郑思维/黄雅琼。

中国女双组合陈清晨/贾一凡以21-16、21-10击败韩国组合白荷娜/李幽琳。混双决赛中，郑思维/黄雅琼以21-19、21-11战胜日本组合渡边勇大/东野有纱。丹麦选手安赛龙以21-6、21-15战胜日本选手奈良冈功大，获得男单冠军。女单冠军由日本选手山口茜摘得。在与韩国选手安洗莹的对决中，山口茜首局以12-21失利，但在后两局以21-19和21-11逆转。(来源：美都新闻台，中国体育报，新华社)

大马羽赛奈良冈功大无力抗衡 安赛龙强势卫冕

“打不死”的日本新星奈良冈功大，在丹麦球王安赛龙面前难逞威风！

大马羽毛球公开赛今日上演决赛，安赛龙保持上季的强势表现，以21比6、21比15打垮从首轮至4强皆打三局取胜的奈良冈功大，成功卫冕男单宝座。

首号种子的安赛龙首局不让对手过10分，强势令对手折服。

他获胜后跪地举双手欢庆，并亲吻场地，随后把球拍抛给观众。

安赛龙发表夺冠感言，表示感谢球迷的支持，也喜欢在这里比赛。针对自己表现稳健的秘诀，他说没什么秘诀，主要是能够全情投入打每一场比赛及发挥所长。

女单决赛，日本首号种子山口茜力战三局，以12比21、21比19、21比11勇挫韩国天才少女安洗莹，成功登顶。

中国则夺得女双及混双冠军。



女双决赛，陈清晨与贾一凡以21比16、21比10勇挫韩国的白荷娜与李幽琳，时隔4年重登宝座。

混双决赛，郑思维与黄雅琼以21比14、21比11击败日本宿敌渡边勇大与东野有纱，完成4连冠创举。

男双决赛，印尼的法贾与里安以21比18、18比21、21比13勇挫中国的梁伟铿与王昶，首夺超级1000赛冠军。(南洋网)

英超曼联争议球反败为胜 瓜帅：有人不想曼市一直夺冠



曼彻斯特德比落下帷幕，但是环绕着比赛的纷乱迄今仍未结束，曼联在比赛中打进了一个争议极大的越位球，直接扭转比赛的胜负走向。很多媒体及球迷都认为，曼联的这个球是无效进球。赛后，愤怒的曼市球员在球员通道内围堵主裁判斯特-阿特维尔，当面质疑他。而在接受采访时，瓜迪奥拉更是毫不留情地公开嘲讽了英超官方。

比赛的第60分钟，客场作战的曼市率先破门，取得1比0的领先。第78分钟，曼联扳平了比分，但他们的进球很有争议，拉什福德在越位位置上“护送”皮球数十米，B费随后破门得分，一开始边裁就举旗越位，但主裁判观看VAR后判定这个进球有效，曼市球员无比愤怒，他们认为拉什福德虽然没有碰到皮球，但他明显参与了进攻。主裁判不理睬曼市方面的抗议，维持了进球有效的判罚。随后，曼联再进一球，2比1，反超比分。最终，曼市在奥脱福输掉了比赛，无缘缩小与榜首球队阿申纳之间的分差。比赛一结束，多位曼市球员就找到主裁判讨要说法。紧接着，曼市球员在球员通道内又围住了主裁，告诉他犯了一个怎样的错误。

面对如此巨大的争议，一向好脾气的瓜迪奥拉也不淡定了，他公开抨击了曼联及裁判：“拉什福德是越位的，他分散了我们球员的注意力。也许，我对越位的规则并不清楚。但是，我知道我们是在哪里踢球。在这座球场里，这个裁判，这种事就会发生。”

“这里是奥脱福。就像在曼菲一样，你必须踢得更好。”瓜帅暗示，曼联和利物浦在主场经常会得到裁判的照顾，而他们过去数年一直赢得冠军，这就是原罪。“我并不关心英超冠军以及联赛杯冠军，我们是赢不了的。我们赢了很多了，所以这是问题。”

本场落败后，多赛一场的曼市已落后阿申纳5分，同场仅领先曼联1分，积分榜第二的位置也动摇。(光明网)

主场迎来NBA历来最多观众 马刺仍不敌勇士



圣安东尼奥马刺(San Antonio Spurs)迎来美国职业篮球联赛(NBA)历来的最多入场观众，可惜却在主场球迷面前以113比144不敌金州勇士(Golden State Warriors)。

马刺星期六(1月14日)在德克萨斯州圣安东尼奥的主场阿拉莫穹顶(Alamodome)迎来了6万8323名球迷，创下了NBA历来最多入场球迷的纪录。上一个纪录是1998年3月27日，乔丹(Jordan)率领芝加哥公牛(Chicago Bulls)客场挑战亚特兰大老鹰(Atlanta Hawks)时的6万2046名观众。(早报)

10名中国大陆球员 跻身澳网正赛

中国球员将亮相2023年澳网正赛首轮。本届澳网，共有10名中国大陆球员创纪录跻身单打正赛。作为其中年纪最大的球员，即将年满34岁的张帅表示，为年轻球员们感到开心，谈及未满18岁的商竣程时更直其呼不可思议。

女单方面，共有7位“中国金花”跻身正赛，分别是张帅、郑钦文、朱琳、袁悦、王曦雨、王欣瑜和郑赛赛。对张帅来说，澳网具有特殊的意义。2016年澳网，张帅结束了连续14次大满贯一轮游并打进女单8强，职业生涯就此发生转变。

今年是张帅第15次亮相澳网成年组比赛，她也期待能有好的表现，“我第一次来澳网是2003年，来参加青少年比赛。整整20年过去，完全没有想到我还能征战澳网。希望这次澳网能走得远一点，突破自己。”

张帅直言，巡回赛中像她这个年龄段的球员越来越少了，她也格外珍惜还能比赛的机会。过去几年，张帅单打双打两线作战，身体状态保持得不错。“持续保持战斗力是一件非常不容易的事情。”张帅表示会保护好身体，争取在巡回赛再多待上几年。

除7名女单外，张之臻、吴易昺和商竣程3人跻身男单正赛，10名大陆球员同时入围大满贯正赛还是第一



次。作为巡回赛中的大姐姐，张帅为年轻球员们感到开心，“他们真的比我在他们这个年龄时打得好太多了。当然，我也知道他们每个人都付出了很多努力，战胜了很多困难才来到了大满贯赛场。”

谈及未满18岁的商竣程，张帅更是直呼不可思议，“他能在青少年的年龄段打进大满贯正赛实在是太优秀了。”张帅回忆第一次见商竣程时，后者还是个小男孩，没想到两人如今能一起出现在大满贯赛场，“我为他感到骄傲，也为中国网球感到骄傲。”

明天上午，澳网将开始单打首轮争夺。吴易昺、商竣程两人率先出战，郑钦文、袁悦、王欣瑜、朱琳等人随后也将逐一登场。(新京报)

意甲米兰连平仍第二 国米回胜轨追近



凭借“世界杯犯规”劳塔罗-马丁内斯第3分钟攻入的全场唯一进球，国际米兰在大马时间周日凌晨于意甲联赛第18轮主场1比0胜维罗纳，重返胜轨，5轮不败(4胜1和)，在积分榜巩固第4位，追平祖云杜斯，1分落后AC米兰，10分落后那波利。

自2022年4月以来，国际米兰已在意甲联赛中取得了12个主场的胜利，与朗斯一样，是欧洲五大联赛同期联赛主场胜场数最多的球队，而劳塔罗-马丁内斯则是连续3场进球。

赛后，劳塔罗-马丁内斯表示：“在世界杯上，我并没有做到我想要做到的事(在阿根廷错失很多进球良机)，但我还是会全力以赴，给球迷们带来快乐。”

另一场焦点战，卫冕冠军AC米兰在先失2球的情况下，最终2比2客场战平莱切。第3及第23分钟，特奥先献乌龙球，巴斯基罗托再进球。第58及第70分钟，迪亚兹与吉鲁助攻，莱奥与卡拉布里亚连入2球。

本轮，国际米兰出场阵容(3-5-2)为：奥纳纳；巴斯托尼、阿切尔比、什克里尼亚尔；迪马尔科(77分钟戈森斯)、姆希塔良(77分钟巴雷拉)、恰尔汗奥卢(69分钟阿斯拉尼)、加利亚尔迪尼、达米安；哲科(69分钟华金-科雷亚)、劳塔罗-马丁内斯(88分钟卡尔博尼)。AC米兰(4-2-3-1)则有：塔塔鲁萨努；卡拉布里亚(86分钟克亚尔)、卡卢卢、托莫里、特奥(46分钟戴斯特)；本纳塞尔、波贝加(86分钟万科斯)；萨勒马科尔斯(46分钟尼赛亚)、迪亚斯(69分钟钟奥里吉)、莱奥；吉鲁。

接着周三，AC米兰与国际米兰即将在沙地阿拉伯中立场争夺意大利超级杯。(光明网)

热烈祝贺

鍾家燕女士 榮任

印華百家姓婦女聯誼總會總主席

暨

會所落成典禮

眾望所歸



華屋春暉

商家軒 許媚

敬賀

中国驻印尼使领馆

关于前往中国旅客疫情防控要求的通知

(自2023年1月17日0时起实施, 以往规定与本通知不符的以本通知为准)

根据中国政府2022年12月27日发布的新版新型冠状病毒感染乙类乙管后中外人员往来暂行措施和《中国驻印尼使领馆关于落实中外人员往来暂行措施的通知》要求, 前往中国旅客须在行前48小时进行核酸检测, 结果阴性者可赴华。为确保国际旅行健康安全, 自2023年1月17日起, 执飞赴华航班的航空公司将负责查验旅客登机前48小时内核酸检测阴性证明(请打印纸质证明报告), 请予以配合。中国海关将在旅客入境时对证明进行抽查。为便于前往中国的旅客做好行前各项准备, 驻印尼使领馆整理了《前往中国旅客疫情防控指南》及核酸检测证明要求(附

后), 请认真阅读, 遵照执行, 以免影响行程。中国驻印尼使领馆将继续优化领事服务、协助和保护措施, 服务好新形势下的中印尼人员往来。

前往中国旅客疫情防控指南

- 一、远端检测: 登机前48小时内进行核酸检测, 结果阴性者方可赴华, 结果阳性者请在转阴后赴华。请妥为保管检测阴性证明纸质报告, 随身携带, 以便查验。
- 二、海关申报: 取得核酸检测阴性结果后, 通过微信小程序“海关旅客指尖服务”、掌上海关APP或网页版(<https://htdecl.chinaport.gov.cn>)填写《中华人民共和国出入境健康申明卡》进行申报。
- 三、登机查验: 航司将在旅客登机时查验

48小时内核酸检测阴性证明纸质报告, 如无法出示则不允许登机。

四、机上防疫: 请在乘机过程中坚持佩戴口罩, 做好个人防护, 降低染疫风险。

五、入境检疫: 抵达口岸后凭海关健康申报码完成必要通关手续。海关将抽查登机前48小时核酸检测阴性证明。健康申报正常且口岸常规检疫无异常者, 可进入社会面。健康申报异常或出现发热等症状人员, 由海关进行检测。检测结果为阳性者, 按照告知书要求进行居家、居所隔离或就医。结果为阴性者, 由海关依惯例按照《国境卫生检疫法》等法律法规实施常规检疫。六、属地防疫: 旅客入境后应严格遵守属地疫情防控各项要求。

核酸检测证明要求

一、载有受检人姓名(应与搭乘来华航班使用的旅行证件姓名一致), 最好注明出生日期和旅行证件号码。

二、载有以下检测信息: 检测时间或报告出具时间(至少有一个时间在登机前48小时内)、检测方法(应为核酸检测, 不接受抗原检测)、检测结果(应为阴性, 不接受“不确定”、“灰区”结果)、检测机构名称和联系方式。

三、使用赴华航班起飞地官方语言或英语, 由赴华航班执飞航司检查。四、为纸质报告, 如检测机构出具电子报告请打印后携带。

(中国驻印度尼西亚大使馆、中国驻泗水总领馆、中国驻棉兰总领馆、中国驻登巴萨总领馆。2023年1月15日)

中印尼青年过大年

“温暖迎春”系列活动之一



2023年1月14日正值农历腊月廿三“小年”, 中国驻印度尼西亚大使馆隆重举办“温暖迎春”中印尼青年过大年活动。陆慷大使出席并致辞, 周侃公使、蔡志峰参赞兼总领事、海峡两岸青年中国同胞和印尼青年朋友, 以及使馆青年外交官代表等近200人欢聚一堂。

陆慷大使在致辞中, 生动回顾过去一年里中印尼关系的巨大成就, 展望2023年两国关系良好前景, 并以习近平总书记嘱托寄语在座青年不负时代、勇于作为, 为中印尼关系发展作出新贡献。

陆大使说, 习近平总书记在中共二十大报告中指出, 青年强, 则国家强。广大青年要怀抱梦想又脚踏实地, 敢想敢为又善作善成, 立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年! 习主席在2023年新年贺词中又再次寄语了广大青年, 青年兴则国家兴。广大青年要厚植家国情怀、涵养进取品格, 以奋斗姿态激扬青春, 不负时代, 不负华年!

陆大使说, 中印尼关系的良好发展, 离不开青年朋友们的点滴付出、聚沙成塔。疫情之下, 大家都坚守岗位辛勤工作、认真学习, 都在用自己的方式为国家、为社会、为家庭作出贡献, 每个人都所经历、有所成长、有所奉献、有所收获。我们今天相聚在此, 只有一个主题, 就是欢欢喜喜地庆祝春节, 就是一起鼓鼓劲、加加油、打打气, 辞旧迎新, 向疫情的严冬挥手告别, 向美好的生活招手致敬!

随后, 中印尼两国青年共贴福, 情意满满一家人。海峡两岸中国青年与印尼青年, 共同将火红的巨大福字张贴在舞台正中。现场气氛瞬间点燃, 演出正式开始。

当地艺术团体和现场青年纷纷登台献艺, 一系列融合中华传统文化与印尼元素的节目精彩纷呈。新国风舞蹈《好运来》与印尼街舞秀相得益彰, 川剧变脸与印尼传统面具舞Tari Topeng碰撞火花, 中国古筝与印尼乐器Kecapi合奏产生化学反应, 少林功夫和印尼武术Pencak Silat各显绝技, 中印尼双语演唱的《完美》《美丽的梭罗河》久久回荡。青年代表们现场讲述了在和平方舟号医院船担任志愿者和就诊的体会, 畅谈参加此次活动的感受, 分享喜悦与感动之情。

陆慷大使、周侃公使和蔡志峰参赞还分别为幸运参与者颁发纪念品。与会青年代表们纷纷表示, 疫情发生以来聚少离多, 久盼能够在一起热闹热闹, 尤其期待参加大使馆活动。这一次终得所愿。活动充满着中华传统文化氛围, 年味十足, 暖心提气。

大家结识了天南海北、跨越海峡的新朋友, 找到了志趣相投的前进伙伴, 坚定了不懈奋斗的信心, 将在新的一年更好学习工作生活, 为中印尼关系添砖加瓦!

活动期间, 中国驻印尼大使馆向与会青年代表发放“温暖迎春”福袋, 装有使馆精心定制的新春对联、灯笼、贺卡, 以及来自海峡两岸的零食与大白兔奶糖。新华社、中央电视台、中新社、凤凰网记者, 及印尼当地知名自媒体博主出席活动并进行报道。



陆慷大使在中印尼青年过大年活动上的致辞

大家好!
各位青年朋友们:

欢迎大家参加此次中印尼青年过大年活动。今天来到现场的, 既有海峡两岸中国青年同胞和印尼青年代表, 也有热爱中华文化的印尼朋友; 既有事业有成的企业家, 也有小确幸职员; 既有IT、网媒等新行业的人才, 也有建筑、制造、餐饮等传统行业的代表。首先, 我谨代表中国驻印度尼西亚大使馆, 向大家的到来表示最热烈的欢迎!

刚刚过去的2022年, 是中印尼关系的丰收之年。

——中印尼元首在半年内实现互访。2022年7月, 佐科总统成功访华。11月, 习近平主席赴巴厘岛出席G20峰会, 将印尼作为中共二十大后的首访首站。今年习近平主席发布新年贺词的视频画面中, 身后书架的显著位置就摆放着出席G20巴厘岛峰会的工作照, 足见此访意义重大。

——务实合作亮点不断。中印尼两国贸易额再次突破千亿美元。中国继续保持印尼最大贸易伙伴、进口来源国和出口市场的地位。中国支持印尼建成新冠疫苗生产基地, 印尼成为东南亚首个掌握mRNA疫苗技术的国家。雅万高铁试验运行圆满成功, 坐着高铁去万隆指日可待。巴厘岛G20期间, 300多辆五菱电动车忙碌不停, 为峰会减少了约33吨碳排放。

——人文合作持续复苏。去年, 中印尼航班数量从年初的每周4班运输800人次, 恢复到当前每周20班运输近6000人次。中国大使馆不断优化签证政策支持复工复产复学, 包括为上千名印尼留学生审发了签证。中国体育健儿来到印尼参加羽毛球公开赛、世界青年武术锦标赛、篮球亚洲杯。大熊猫“湖春”、“彩陶”迎来抵达印尼5周年, 正在努力孕育熊猫宝宝。

2023年同样将是中印尼关系令人期待的一年。

——今年是中印尼建立全面战略伙伴关系10周年, 也是“一带一路”倡议提出10周年。两国将继续加强发展战略对接, 不断深化政治、经济、人文、海上四大领域合作。

——中国愿进口更多印尼优质产品, 积极同印尼加强下游产业、绿色转型、数字经济等方面互利合作。

——近期中国持续优化疫情防控政策, 取消入境隔离, 放宽签证发放, 调增国际航班, 相信将有力促进中外人员往来, 释放巨大经济需求和消费潜力, 为推动疫后世界经济复苏提供强大助力。

各位青年朋友, 习近平总书记任在中共二十大报告中特别指出, 青年强, 则国家强。广大青年要怀抱梦想又脚踏实地, 敢想敢为又善作善成, 立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年! 习主席在2023年新年贺词中又再次寄语了广大青年, 青年兴则国家兴。广大青年要厚植家国情怀、涵养进取品格, 以奋斗姿态激扬青春, 不负时代, 不负华年!

中印尼关系的良好发展, 离不开大家、包括今天在座青年朋友们的点滴付出、聚沙成塔。疫情之下, 大家都坚守岗位, 辛勤工作、认真学习, 都在用自己的方式为国家、为社会、为家庭作出贡献, 每个人都所经历、有所成长、有所奉献、有所收获。

我们今天相聚在此, 只有一个主题, 就是欢欢喜喜地庆祝春节, 就是一起鼓鼓劲、加加油、打打气, 辞旧迎新, 向疫情的严冬挥手告别, 向美好的生活招手致敬。

朋友们, 今天是农历腊月二十三, 按照传统习俗, 从这一天开始就要忙着过年了。借此机会, 给大家拜年! 祝愿大家在新的一年里, 身体健康、阖家幸福、学业事业成功。祝大家新春快乐! 谢谢!

意味着微软将不再通过“补丁星期二”为该系统发布安全更新，用户将不得不升级到受支持的Windows版本，或依靠非官方的补丁，如0patch的补丁。

奇怪的是，微软最近似乎在Windows 7上启用了原生UEFI和安全启动(Secure Boot)功能。微软在9月的补丁星期二(KB5017361)中对Windows 7进行了这一重大改变，但官方没有在更新说明中提到这个内容。

IT之家了解到，UEFI(统一可扩展固件接口)安全启动是一项安全标准，旨在确保电脑仅使用OEM(原始设备制造商)信任的软件启动。它可以帮助计算机抵御病毒攻击和恶意软件感染。启用此设置后，计算机将仅加载带有Microsoft证书的驱动程序。

安全启动通过验证其数字签名来检测对启动加载程序、关键操作系统文件和未经授权的选项ROM的篡改。在检测到系统被攻击或感染之前，它们将被阻止运行。

Win7停止支持之际 微软奇怪地为其加入UEFI安全启动功能

在这么多年后为Windows 7增加这个功能感觉有点奇怪，尤其是在该操作系统正走向死亡的时候。

下面是一张截图，显示了在Windows 7中启用VMware内部安全启动的选项。

然而，这个功能似乎有bug，因为许多试图启用UEFI和安全启动的用户在Windows启动标志处卡住了，因为VGA.sys和VGAmp.sys显示驱动没有被更新。

这意味着不支持兼容性支持模块(CSM)或遗留模式的UEFI第3类系统需要UefiSeven解决显示问题的方法。

总之，如果你不太懂电脑这方面的技术，最好还是升级到Windows 10或更新版本。

(IT之家)



苹果有望2024年底 改用自研5G基带



据外媒报道，苹果有望在2024年内将iPhone系列的高通5G基带更换为自研基带。近几年来苹果为了减少对高通的依赖，一直致力于芯片研发。

根据最初曝光，苹果本有望在2023年推出自研5G基带，但由于开发进展远不及预期，iPhone仍需继续依赖高通。外媒曝光称，苹果目前正在稳步推进自研基带的研发过程，并最早于2024年底正式搭载于iPhone 15系列，并逐渐推广至其他产品线。

不仅是5G基带，苹果目前也在自研Wi-Fi、蓝牙芯片，有望2025年正式搭载。

2019年，苹果曾购买英特尔的基带芯片业务，并收编2200名员工，交易价值超过10亿美元，试图在芯片方面占得先机。我们会持续跟进更多消息。

(中关村)

台积电第四季度销售额低于预估 全球芯片需求减弱



台积电第四季度销售额低于分析师预估，表明全球电子产品需求下滑开始影响到这家芯片巨头。

彭博社根据台积电报告的月

度数据计算，这家全球最大芯片合同制造商营收增长43%，达到6255亿元(新台币，下同，约273亿新元)。分析师的预估均值为6360亿元。台积电说，12月销售

额同比增长24%至1926亿元。

总部位于新竹的台积电是台湾市值最高的公司，一直在耗费巨资扩大产能并处理更多订单。然而，由于利率上升和通货膨胀加速，导致电子产品需求大降，台积电去年将资本支出计划削减约10%至360亿美元(479亿新元)。一些分析师指出，该公司今年可能会进一步推迟在扩张上的支出。

台积电股价在疫情后翻了一番之后，去年下跌27%，今年迄今上涨约8%。全球经济放缓下，消费者对使用台积电芯片的许多产品需求下降，但该公司及其客户仍预计，电子产品需求的长期趋势将继续上升。

台积电是苹果用于iPhone和Mac的芯片独家供应商，上个月开始量产次世代芯片，其在美国亚利桑那州的投资金额也增至400亿美元。

Meta将停止初代头显Quest功能更新 取消部分社交功能



Facebook母公司Meta表示，不再对初代虚拟现实设备Quest 1进行功能更新，还将取消Quest 1的一些社交功能。但该公司表示，2024年之前还会向Quest 1提供“重大错误修复和安全补丁”服务。

Meta公司通过电子邮件向用户发送的通知显示，公司将停止为Quest 1提供新功能，原有的大部分功能都会继续正常运行，但用户未来无法“创建或

加入派对”，并且“目前可以访问Meta Horizon Home社交服务的用户将在2023年3月5日失去这些功能。”Meta公司同时还表示，Quest 1将在2024年之前获得“重大错误修复和安全补丁”。

初代Quest于2019年以Oculus品牌发布，是2020年发布的Quest 2虚拟现实头戴设备的前身。多年来，这两款设备的功能更新基本相同，只是硬件配置有本质上的不同。

苹果或于6月前发布AR/VR头戴产品 号称取代iPhone

消费类科技产品的下一个风口在哪，目前还不好说，但普遍认为将是AR/VR头戴产品。此前有消息称，苹果内部正在研发AR/VR头戴产品，如今这款产品可能马上就要与大家见面了。外媒记者MARK GURMAN爆料称，苹果或于6月前公布AR/VR头戴产品。

而每年6月份是苹果WWDC的时间，大家可能会在WWDC上看到苹果展示AR/VR头戴产品。另外，分析师郭明錤也预测，苹果可能会于今年秋季发售AR/VR头戴产品。

目前，这款产品的原型机已经给到部分开发人员测试，仍有多数问题需要解决。



苹果对于这款产品的重视程度也相当高，甚至外接将其视为取代iPhone地位的产品。苹果内部也将重心往操作系统方面

倾斜，以至于影响到了iOS17。MARK GURMAN称，正是因为这个原因，iOS17的更新规模要小很多。

科学报告： 臭氧层有望在20年后逐步恢复



根据联合国支持的一项评估报告，地球上的臭氧层有望在20年后逐步恢复，因为消耗臭氧层的破坏性化学产品正被淘汰。

美国有线电视新闻网(CNN)报道，这份于星期一(1月9日)发表的评估报告指出，臭氧层的空洞获得修复，主要归功于氯氟烃(Chlorofluorocarbons, 简称CFCs)的使用减少了99%，许多危害臭氧层的化学产品，都在世界各地被淘汰。

报告指出，若全球政策保持不变，预计到了2040年，世界大部分地区的臭氧层都将恢复到1980年的水平。但北极地区的臭氧层需要到2045年才能恢复，而南极地区则要等到2066年。

20世纪时，人类活动对臭氧层造成严重破坏。国际社会于1987年达成《关于消耗臭氧层物质的蒙特利尔议定书》，逐渐禁止使用氯氟烃等破坏臭氧层的物质。

氯氟烃最初被人们用来做冰箱制冷剂，但由于它会对臭氧层起到分解作用，从1996年1月1日起，氯氟碳化合物正式禁止生产。

臭氧层是指距地表15至50公里处，臭氧分子相对富集的大气平流层。它能吸收99%以上对人类有害的太阳紫外线，保护地球上的生命免遭短波紫外线的伤害，因此被誉为地球上生物生存繁衍的保护伞。

(早报讯)



亚洲周刊：黄杰

特斯拉大中华区总裁朱晓彤临危受命，升任为全球副总裁，掌管美国超级工厂和欧洲销售业务，成为特斯拉第二把手，被形容为「来自中国的拼命三郎」，睡在工厂，颱风之夜，与工人一块清理淹水。他极为低调，与高调的马斯克是两极。特斯拉股价去年下跌六成半，销量一百三十一万辆稍为落后劲敌比亚迪的一百八十六万辆，朱晓彤上任后特斯拉随即发动减价战，三天接获三万订单，带领特斯拉开进新赛道。

二零二二年，特斯拉股价下跌六成半，全球销量一百三十一万辆，落后于劲敌比亚迪的一百八十六万辆。特斯拉大中华区总裁朱晓彤(Tom Zhu)临危受命，升任为全球副总裁，掌管美国超级工厂和欧洲销售业务，成为特斯拉第二把手，刻苦实干，在上海工厂的颱风之夜，曾与员工一起清理淹水，他极为低调，与高调的马斯克是互补的两极。朱晓彤上任后特斯拉随即发动减价战，三天内接获三万订单，带领特斯拉走进新局面。

特斯拉Model 3减价至二十三万人民币(约三万四千美元)起的历史新低，在中国大陆闹得满城风雨，甚至在上海、成都等地有车主到店「维权」，背后反映的是特斯拉从「成本定价法」转向更贴近市场表现的「需求定价法」，因为特斯拉业务成绩下降已经不是「上海封城」的问题，而是相对吸引力或竞争力下降。

根据分析师Troy Teslike统计，特斯拉的全球订单从去年七月之后显著下跌，由四十七点六万辆跌至到去年十二月的十六点三万辆，其中中国大陆市场销量在十一月仅剩一万二千五百辆，过去六个月的股价更跌了百分之四十九，公司市值由逾一亿美元跌至仅三千六百多亿，为表现最差的主要美国科技股之一，因此特斯拉陷入明显的困局。

在美国，每台特斯拉车今年可以享有七千五百美元的补贴，但是在中国的情况则相反。在两年前Model 3发布之时，能与其媲美的中国国产电动车只有比亚迪的「汉」以及小鹏的P7，但是过了两年，竞争型号则有比亚迪海豹、长安深蓝SL03、阿维塔11、小鹏G9、蔚来ET5等。

此前，特斯拉第三大自然人股东、印尼亿万富翁廖凯原(Leo Koguan)就曾表达担忧，「特斯拉现在没有一个固定工作的总裁」，因为马斯克同时要管理推特、Space X、Neuralink等多家公司，而「特斯拉需要一个总裁」就成为了市场上许多人的共识。

马斯克需要一个副手，而从中国各大电动车厂的强烈竞争看来，这个人最好是对中国的商业情报瞭如指掌，为特斯拉在中国争回大量份额。而早于去年十二月，曾于「上海封城」一开始便留守工厂至每天凌晨三点、特斯拉中国的灵魂人物以及亚太区总裁朱晓彤升任的呼声就已经在内地媒体之中传开来。以刻苦耐劳著称的朱晓彤，刚好与爱出风头的前全球首富马斯克形成绝佳互补的两极。

新的一年的一月三日，路透社首先传出消息，朱晓彤临危受命获升为特斯拉的全球副总裁，成为马斯克的第二把手，他将主要负责特斯拉美国生产业务，及北美和欧洲销售业务，并将继续担任特斯拉在中国和亚洲其他地区销售的最高级管理人员。一位华裔成为了本世纪最传奇的汽车公司之一的「接班人」，在当下中美关系陷入低谷时，特别引人注目。

有关朱晓彤的公开资料十分有限，为人处世出了名的低调，在媒体上公开亮相的次数屈指可数，更是几乎没有接受过海外媒体的采访，他的中文名字在Google上的搜寻结果仅有一百一十则，相比超高人气的马斯克的一千三百万则，简直是天渊之别。

朱晓彤职涯发展十分分采。他出生于辽宁省沈阳市，于二零零四年从新西兰的奥克兰



特斯拉德国柏林工厂：从比亚迪购入电池 (图：法新社)

朱晓彤拯救特斯拉危机 掌管全球业务内情

理工大学毕业，获得资讯技术学士学位。二零零八年入读美国长春藤大学之一的杜克大学(Duke University)攻读MBA，后来参与创办了楷博国际，从事物业管理与工程实施相关的工作，也包括咨询和承包等业务。他后来还在利比亚和北非工作过，当地极为紧缺的资源，练就他钢铁般的抗压能力。

朱晓彤于二零一四年进入特斯拉工作，自此就成为了特斯拉的「公司人」(company man，把公司的利益放在个人之上，全心全意为一所机构服务的人)。他从一开始就担任特斯拉中国超级充电站项目总监，被称为「来自中国的拼命三郎」，在行事风格上，朱晓彤也与马斯克极为相似：「接近二十四小时专注工作，凌晨三至四点也可『秒回』微信工作内容，几乎没有个人生活，对下属要求严格甚至苛刻。」

朱晓彤总是身先士卒，他为了工作也能和马斯克一样「睡工厂」，而且一睡就是两个月。跟马斯克一样，朱晓彤住在公司附近廉价的出租房，地点虽然在上海市但每月月租仅两千人民币，他甚至和多名同事「拼车」上班，每天早上六、七点就开工。这样的性格和个人品质使到朱晓彤在进入特斯拉仅八个月就接任「中国区总裁」一职，晋升速度极快。二零一九年，他就主职特斯拉上海超级工厂的建设营运，在开工仪式时还与马斯克和公司其他代表同框，那是他极少数在媒体上的照片。

特斯拉中国灵魂人物

自此之后，朱晓彤的名字就和特斯拉密不可分，「特斯拉建设(上海)有限公司」的法定代表人就是他，「特斯拉保险经纪有限公司」也是他，他更持有「特斯拉汽车香港有限公司」百分之百的股份。在特斯拉上海超级工厂运营上，他更是公司和团队的灵魂人物，特斯拉官方称，朱晓彤为特斯拉中国超级充电站的迅速发展发挥了重要作用，包括建成了近四十座超级充电站，并在全国六十多个城市建成超过六百个目的地充电桩，他还致力于在中国多地建立服务中心。在朱晓彤的努力之下，上海工厂于二零二零年初就交付首台Model 3。从建厂到投产，只用了不到一年时间。

根据去年私人媒体Pcauto的影片，二零一九年上海工厂还经历过一场颱风，导致整个排水系统失灵，当时朱晓彤带领员工整晚用胶桶把水一桶一桶地全部清除。朱晓彤在影片上还补上一句：「玷污你的手(getting your hands dirty)，这就是公司的精神。」而恰恰是这样的人，每天都向马斯克直接报告公司的所有最新情况。朱晓彤的工作精神十分简单，「我是一个不轻易放弃的人，不论专案多难，都会下定决心完成它」，简单却极为苛刻。

朱晓彤实力客观可计

朱晓彤的实力从特斯拉在中国发展的成绩是客观上可计算的。二零二一年，特斯拉在全球销售额为九十三万六千辆，当中超过一半就是来自上海超级工厂。财报资料显示，二零二二年前三季度特斯拉中国市场收入约一百三十六亿美元，同比增长百分之五十，成为特斯拉全球第二大市场，仅次于美国，佔全球盈收的百分之二十四。

而特斯拉的中国国产化，朱晓彤是第一大功臣。他的气魄也控制着整个上海工厂的运作精神：「敬业」、「勤劳」，「不喜欢高谈阔论创造噱头，极其务实和勤奋」。而身为特斯拉亚太区总裁，他甚至没有单独的办公室，而是在开放区工位，和普通员工坐在一起。他的工位角落裏，还是个站立式的工位，连座椅都没有。

至二零二二年八月，特斯拉生产了超过三百万辆电动车，其中一百万来自上海工厂。在十一月，上海工厂以破纪录的速度交付了逾十万辆电动车。十二月初，路透社指朱晓彤正在美国的德州和加州超级工厂进行考察，准备好在此时接管全球业务(除德国柏林超级工厂外，但他仍掌管欧洲的销售业务)，有人猜测，朱晓彤接下来的任务包括增加Model Y产量，监督Model 3改进，而特斯拉的机器人、自动驾驶等业务或将由马斯克本人继续把关，也可能出现其他的管理者。

消息指朱晓彤出任美国德州超级工厂的厂长，这背后的原因大概是他想在美国複製上海工厂的成功。现时美国加州弗里蒙特工厂年产能能达五十五万辆，即上海工厂的一半，德州工厂虽刚刚起步，但是未来会是特斯拉最重要的生产基地。德州是特斯拉总部所在地，当地配置公司最先进的设备和技术，佔地面积更是上海工厂的十二倍以上。为了複製上海工厂的成功，去年十一月，马斯克还从上海选派了二百名工程师到美国，相信建设德州工厂将是朱晓彤的首要任务，因为他是「可以完全执行马斯克的命令的人」，也有人说「他是另一个马斯克」。例如在特斯拉工作了十二年的北美销售和服务副总裁Troy Jones，以往都向马斯克汇报，但如今他直接向朱晓彤汇报。

在中国方面，于朱晓彤上任的消息传出仅三日，一月六日上午，特斯拉中国非常激进地大幅调整Model 3和Model Y的价格，降幅达两万至四万八千人民币，在中国市场引起轩然大波。Model 3、Model Y起售价分别低至二十三万元和二十六万元。在中国的电动车市场，普遍期望都是于今年中央的补贴政策取消之后价格会上涨。比亚迪的厂长在匿名接受港媒的采访时更表示，电动车贵至一百万人民币都会有销路。很多的中国电动车厂包括比亚迪、理想、蔚来和小鹏等都已经准备好向更高价位的战略发展，而特斯拉此时却逆其道而行，因此市场上不少人称「比亚迪升、特斯拉跌」。

特斯拉减价战的成功

但是特斯拉这样做却是原因的，去年十一月中旬，特斯拉官网上显示的提车再度缩短，Model 3、Model Y的提车週期缩短至一至五週，比之前的四至八週明显减少，这代表大批新车压库的情况开始出现。特斯拉当时还曾要求各门店盘清可交付的订单、要求销售催促客户尽快提车。而特斯拉总裁马斯克亦曾于去年向投资者交代，二零二二年的销量要同比增长百分之五十，可是到了新的一年，估计只有增长约百分之四十，产能和销量出现落差，而美国总统拜登的《防止通胀法案》又将会为在美国生产电池的每辆特斯拉电动车给予七千五百美元的补贴，因此，就出现了中国市场这边相应大减价的风潮。结果，仅仅三天之内就收获了逾三万张订单，也成功製造话题(虽然也有数百在大减价前的车主感到不公到店铺「维权」)。而这也验证了朱晓彤在多年前对于特斯拉在中国发展的战略的思考计划：「首先以小众高端的产品吸引铁粉；再以中高端价格产品吸引更多顾客并且积累经验与资金，最后将生产大众化的产品冲击市场。」

电池技术是关键

「特斯拉大众化」，恐怕是很多人想都没有想过的事情。那麼这一计划要如何实现呢？其实早在特斯拉两年前的一个重要决定当中有端倪。二零二一年，马斯克说：「未来特斯拉电池构成将发生变化，磷酸铁锂电池使用比例将佔到三分之二。」这在当时看来是一个很反



朱晓彤(左)与马斯克：两极互补。

常的说法。电动车的电池技术主要有两种，那就是磷酸铁锂和三元锂，很多人都认为，三元锂比磷酸铁锂更先进，宁德时代电池主要就是三元锂，因为三元锂电池的能量密度要比普通磷酸铁锂高出约百分之二十，而能量密度越高，就代表续航里程越长，两者是成正比的。电动车的「里程焦虑」的问题，就可以透过增加能量密度而解决。在中国，政府更有补贴续航里程，因此自二零一八年提升补贴的标准后，越来越多的车厂都开始选择使用三元锂电池了。

但是从二零二零年开始(见「近年新能源汽车电池种类使用情况」表格)，磷酸铁锂电池的应用又开始大幅增长，并在一年间增加了五倍，佔比达到百分之四十一。其中的使用者就包括了比亚迪的「刀片电池」、小鹏和蔚来等，可见特斯拉作为一家以技术起家的大厂，在行业内还是非常具有号召力的。

为甚麽续航里程更低的磷酸铁锂电池反而会被推崇呢？很重要的原因就是安全。但是还有一个对一家重视产业长远发展的公司来说非常重要的原因，那就是三元锂更贵，相差有百分之二十，因为三元锂当中的锂元素更稀缺，而三元锂当中的钴元素的价格近年一直在上涨。加上近年电动车产业飞快成长，所以三元锂电池的价格就会更为敏感(price sensitive)，考虑到全球即将面临巨大的电动车转型大浪潮，如果特斯拉选择用三元锂，那恐怕未来十年价格将会居高不下。

或许这也是为甚麽朱晓彤掌管特斯拉的全球业务但是不接管德国柏林工厂的原因，因为柏林超级工厂现在已经是向比亚迪购入电池，因此该工厂的生产不牵涉电池生产和研发的业务，而电动车的很重要成本就是电池，特斯拉这家公司要生存下去，一定要在电池的技术方面继续有所突破。

朱晓彤于二零零四年大学毕业，被视为「八零后」，才四十多岁出头，因此他未来要掌管特斯拉的业务的日子还非常之长。而在这期间，他就会经历电动车的普及化，如中国有在二零三零年电动车要和燃油车各佔一半销售量的目标，而特斯拉这家公司要生存下去就要往「特斯拉大众化」的方向发展，因此在电池的材料的选择上、以及未来电池技术的发展上，利用较廉价的材料将会是未来的一个决定性优势。这样看来，朱晓彤的任务才刚刚开始，落实「特斯拉大众化」，任重道远。■

努力算热量却瘦不了 医列6原因解谜

许多减重的人都很看重热量的计算，但算热量到底重不重要？医师表示，计算热量对于某些患者或许是减重的好方法，可帮助记录吃进去的食物、减少进食总量，但他认为，热量的计算是很粗略的，所以不会要求患者计算，并且列出6个计算热量仍无法减重成功的原因，像是减重会牵扯到许多荷尔蒙，不同种类的食物对这些荷尔蒙的影响不同无法一概而论等原因。

热量无法预测对身体造成的影响

邻好西医诊所李思贤在脸书粉专“思思医师，陪你健康的好朋友”发文说明，计算热量对于减重是好的原因，因为能确切了解人体生理机转以及各种营养素对身体的影响，因此有助于减少进食的总量、记录吃进去的东西，也会让人对于各种食物给身体造成的影响有更深的印象。在这个状况下，计算热量以及纪录食物对减重是有帮忙的。

李思贤进一步表示，在大多数情况下，热量的计算是“很粗略的”。并不是指计算的食物热量不准，而是指没有办法用热量预测这些食物会对你的身体造成怎样的影响，像是增重或是减重，这也是为什么有人每天只喝1杯饮料也胖，却有人吃夏威夷豆和橄榄油却一直瘦。

计算热量仍无法减重成功6原因

李思贤指出，即使已经很认真的计算热量，却还是一直无法减重的原因有以下6个：

1. 减重牵扯到许多荷尔蒙，包括饥饿素、瘦素、胰岛素、升糖素等，不同种类的食物对这些荷尔蒙的影响不一，无法一概而论。
2. 肠内菌会先消化吃进去的食

物，但肠内菌的差异会使人体获取到不同的营养素，即使吃进去的是相同的食物。

3. 人类的排泄物有大部分都是细菌，撇开无法测量这些肠内菌代替我们消耗了多少热量不说，人们也没在测量排泄物所含的热量。而漂浮粪便含的热量可能比沉水底的粪便还多，因为其含有更多未消化的油脂。

4. 人体分解不同的食物需要消耗的热量都不同，像是分解蛋白质普遍就比分解脂肪需耗费更多能量，但这部分很难计算，这也是为什么断食有助于身体修复的原因，因为身体不需要花费多余的力气消化食物。

5. 无论是集中时间或是分散时间吃进一模一样的食物，对身体的影响就有万里之别，这也是为什么间歇性断食对减重有效的原因，即使不限制食物的内容。

6. 粒线体会因为外在的各种因素，像是温度进行解耦反应（Uncoupling），反应会消耗多余的热量变成体温，这也是很难计算的部分。

李思贤提醒，不用计算热量并不代表可以每天吃6000大卡，而是应该吃“全食物”、“未加工的食物”、“均衡摄取足够的各种营养素”，藉此获得饱足感并稳定身体各种荷尔蒙，达到即使不刻意计算热量也不会超出身体消耗太多的程度。

李思贤表示，如果觉得计算热量对自己是有帮助请继续，但如果觉得计算热量很困扰，他建议，可把计算热量的时间拿去注意身体对各种食物的反应，应该会是更划算的投资。（健康网）

晚吃饭小心变胖！ 瘦素降低容易储存脂肪



现代人生活压力大，工作忙不完，导致吃饭时间越来越晚，且坊间流传，晚吃饭容易变胖？对此，医师提醒，晚吃饭更容易感到饥饿、更想吃高油脂、高淀粉、高盐的食物，同时会降低身体能量消耗，吃下的食物也更容易被身体转化成脂肪储存。因此，建议民众尽可能在白天进食、减少入夜后进食的量。

耳鼻喉科诊所医师曾家承（书米虫）在脸书粉专“书米虫的啃食日记”发文指出，晚吃饭会开启肥胖相关基因表现，像是更容易饿、脂肪更易堆积、能量消耗减少。因此建议尽量在白天进食；晚餐吃少一点、避免宵夜，是“顺势”配合身体内建生理时钟的聪明作法。

曾家承表示，根据刊登在《细胞代谢科学期刊》（Cell Metabolism-Cell Press）的研究指出，针对16位过重或肥胖的年轻成人随机交叉试验，研究中分为早吃饭组：每日早上9点、下午1点及5点进食；晚吃饭组：每日下午1点、5点及9点进食，并同意在数个月间严格的控制其饮食、运动、睡眠及日照时间。重点是，试验时2组总摄取热量及体能运动皆完全相同。

结果发现，晚吃饭有降低瘦素（可抑制食欲）的浓度，并且增加饥饿感、脂肪细胞会增加脂肪酸的储存并减少脂肪酸的燃烧（因改变脂肪细胞生理时钟的基因表现）、减少了清醒时的能量消耗等3个形态。

曾家承说，该研究结论显示，晚吃饭增加饥饿感并减少一整天血中瘦素（leptin）浓度，且也会降低清醒时的能量消耗及一整天核心体温，以及改变脂肪细胞的基因表现，倾向增加脂肪堆积等，因此综合以上，晚吃饭会增加人们肥胖风险。

另外一项研究，在《新英格兰医学杂志》（NEJM）的文章指出，身体的细胞内建生理时钟，会依据每天日昼变化改变生理活动，故此研究结果具因果关系。且全球肥胖健康负担日益增加，此结论对人们十分重要：如果提前进餐的时间能帮助控制体重。

曾家承表示，正如2020至2025美国饮食指引所言，尚不清楚什么时候吃饭、分多少次吃对健康最好。但最近几年的研究发现，人体或许真的存在所谓的“最佳进食时间”。此外，综合前篇JAMA探讨断食法的研究，“白天吃饭、日落後禁食”似乎最符合人类数10万年演化出来的生理时钟，它内建在我们的基因中，从内分泌、代谢、食欲全方位调控身体的新陈代谢。

曾家承认为，生理时钟一定有影响，只是影响的量是否大到有意义？从最新的几篇研究看来，晚吃饭长期累积仍会造成可观的效果。因此提醒民众，尽可能在白天进食、减少入夜后进食的量。晚吃饭会更容易感到饥饿、更想吃高油脂、高淀粉、高盐的食物，同时会降低身体能量消耗，吃下的食物也更容易被身体转化成脂肪储存。（健康网）



鸡内金健运脾胃 这样配能改善遗精频尿

中药材种类琳琅满目，其中“鸡内金”（鸡的砂囊内壁）有哪些功效？对此，中医师表示，在临床上，由于鸡内金有消食化积的作用，所以可以健运脾胃，改善消化不良、长辈跟小孩的习惯性肚子胀气。另外，搭配覆盆子合并食用，可以用来治疗男性肾虚，如遗精、夜尿；女性更年期后的频尿等症状。

中坜/杨梅风泽中医诊所中医师张宏铭在脸书粉专“张宏铭中医师 鲸生情缘”发文指出，鸡内金其实就是鸡的胃，又叫“砂囊”。鸡的砂囊内壁称为“鸡内金”，是健保科学中药的常见品项，从它的中药归经：归脾、胃、小肠、膀胱经，就知它可以应用在消化系统，以及泌尿系统的疾病治疗与改善。

张宏铭说，有些书籍也会记载

鸡内金可以治疗结石，但他认为要看患者的结石大小以及具体的确切位置，配合西医检查采取合理的治疗方式，以避免结石的情况恶化变严重，提升日後治疗的困难度。（健康网）



龙虎斑降低胆固醇 顾眼补脑还护肤！

农委会、渔业署於全台湾中小推行“班班吃石斑”政策，龙虎斑美味肉多刺少，每盘均被吃到盘底朝空，羡煞国人；学者指出，龙虎斑营养丰富，是减重圣品，能活化脑细胞降低胆固醇，护眼顾脑护肤，还能增加免疫力。

优质蛋白质 提升免疫力

台大生物产业学系老师洪泰雄在脸书粉专“洪泰雄营养教育”发文表示，龙虎斑鱼营养丰富，肉质细嫩洁白，类似鸡肉，素有“海鸡肉”之称。龙虎斑是优质蛋白质可以活化脑细胞降低胆固醇，是减重圣品，更是疫情期间增加免疫力的食物。

洪泰雄指出，龙虎斑是结合了龙胆石斑和老虎斑的优点，有丰富胶质、生长速度较快，抵抗疾病力能强，肉质非常细致，老人小孩都很适合食用，鱼肉整条鱼都可吃，让蛋白质跟钙质一起补充，鱼不只蛋白质含量高，且被人体吸收利用的比率也高，是优质动物性蛋白质来源。

EPA防动脉硬化 DHA影响脑眼

洪泰雄说，鱼肉的EPA（二十碳五烯酸，eicosapentaenoic acid）这种存在于鱼油中的多元不饱和脂肪酸，主要能降低三酸甘油酯，防止动脉硬化以及预防心血管疾病。此外EPA也能降低体内发炎反应的进行，及减缓一些过敏症状。

而DHA（二十二碳六烯酸，docosahexaenoic acid）这种不饱和脂肪酸最主要的功能，是对脑部细胞及视网膜的发展非常重要，因为DHA是脑细胞以及视神经细胞组成的重要成分。

鱼皮胶质 适合妇女产後食用

龙虎斑除了含人体代谢所需的氨基酸外，洪泰雄也提到，龙虎斑还富含多种无机盐和铁、钙、磷钾以及维生素A、维生素B1、卵磷脂、维生素D、钙、磷、等营养成分。钙、磷，可增强记忆、思维和分析能力，延缓脑力衰退；鱼皮胶质对增强上皮组织的完整生长和促进胶原细胞的合成有重要作用，被称为美容护肤之鱼，尤其适合妇女产後食用。（健康网）

据卫生福利部统计，国人膝关节退化的盛行率约15%，350万人饱受关节疼痛之苦，58岁以上长者，每5人中就有1人有关节退化问题；70岁以上老人更有70%以上罹患关节退化性关节炎。

而且，现代人的肌肉量普遍不足，再加上不对的生活习惯，让关节退化有越来越年轻的倾向。不少人年纪不到40岁，膝关节就已经出现退化。年轻人的退化性关节炎，大都是因为运动时关节激烈冲撞所致。然而，大多数人不会在第一时间就联想到是关节退化，总以为“过一阵子就好了”，进而错过了理想治疗时机。

**退化性关节炎怎么办？
 药物、复健都具有局限性**

长春藤预防医学健康管理陈炯瑜医师表示，现行的治疗方式，例如复健、物理治疗、开刀，都有局限性，若想要让复原成效更佳，就需要从自体修护的角度着手。“举例来说，药物治疗只能改善疼痛，并不能治疗疾病本身；营养补充的话，也很难确保吃进去的营养品改善了身体的那个部位。透过物理治疗进行适当的肌力训练，也可以减轻关节的负担，但是对于已经发生的退化，并无转圜效果。”陈炯瑜分析。当使用一些保守性疗法如：休息、药物、复健等都没办法消除疼痛时，就需要开刀治疗。若是膝关节严重退化，几乎所有关节软骨都破坏殆尽时，甚至需要施行人工膝关节置换术。

**注射疗法差很大：
 类固醇、玻尿酸仅能治标不治本**

陈炯瑜分享，现在有许多注射治疗的方式，像是类固醇、玻尿酸以及自体血小板血浆疗法（PRP）等，民众容易混为一谈，但其实治疗的原理、效果都相差甚远。“类固醇仅能当作急性期的缓解疗法，简单来说就是能够迅速止痛，长期使用的话，有可能带来周遭组织的细胞活性坏死。”而玻尿酸注射则是本身也没



关节炎用自体修护！

SRF不必开刀比PRP更佳

有修复效果，只是让玻尿酸形成关节直接的缓冲。如果没有积极治疗，只透过玻尿酸注射，随着关节损坏越来越严重，玻尿酸注射的效果也会越差。

**PRP疗法的治疗思路正确，
 但是制备过程仍有优化空间**

陈炯瑜指出，医疗已经迈入细胞治疗的纪元，而PRP疗法就具备了这样的治疗逻辑。简单来说，PRP是抽取病患本身的血液，经过离心处理后，分离出来的血小板浓缩液。由于人体血液中有很好的生长因子和抗炎因子，将其注入后，有助于受损软骨再生出来，然后抗炎因子抑制炎症反应，以达到改善的情形。“理论上来说，PRP的原理是正确的，但是因为多数PRP制剂直接在诊间准备，过程比较精简，难以进行品质控管。

举例来说，年纪越大的人，血液中的有效因子照理说也较低，但是诊间医师并无法知道制剂是否达到足以治疗的浓度。”陈炯瑜分析。另外，由于PRP制备过程是每次都要使用针剂抽血，如果环境遭到污染，感染源直接进入骨头重，造成细菌性关节炎，都是动辄要在医院住上一个月的严重感染。因此，应该从PRP的治疗模式出发，提升安全性更有效性，才能够彻底落实再生医学的精神。

**“SRF优越骨疗法”
 修补坏损构造，再生医学升级应用！**

目前，技术上已有更加成熟的“SRF优越骨疗法”，就是在PRP原理下更进一步的治疗手法。陈炯瑜解释，SRF优越骨疗法是透过密闭血袋抽血，然后送到无菌实验室处理，透过专利制程将血液经过多重离心纯化，确保制剂中

具有高活性生长因子，注射至体内后，可提升组织修护和软骨细胞增生的效果。也就是说，SRF优越骨疗法克服了PRP的2大风险因子：细菌污染以及有效因子不足的问题。

整体来说，SRF优越骨疗法使用自己的血液“量身定做”，因此不会有不相容的问题；其次，产品已经具有标准的作业流程，在无菌环境操作，不仅能确认有效成分浓度，还能够保证制剂不受污染；而且，SRF优越骨疗法只需要抽一次血就能制备一系列制剂，不必像PRP疗法每次需要挨针。

“SRF优越骨疗法不只是使用于退化性关节炎，它能够针对损坏的构造进行修补，因此像是如妈妈手、五十肩，或是年轻人的运动伤害，SRF优越骨疗法都能够提供协助。”陈炯瑜表示。

(Heho健康)

小睡起来反而累 医师的咖啡午睡法



拖拖拉拉的午睡是远距线上的大忌！

线上工作与进公司办公不同之处在于，在家可以光明正大地“午睡”。小睡片刻已被证实可以恢复疲劳，提升下午工作的专注度，有助提高整体工作效率。

但是，也因为在家很自由，所以小睡这件事很容易搞砸线上工作的节奏。

第一个就是睡过头，十五到三十分钟的小睡最适合一般人。因为午睡时间一旦拉长，就容易进入深层非快速动眼睡眠。要从深层睡眠中醒来不但难，还会让大脑变钝、身体沉重，工作效率一落千丈。（睡觉是大脑修复最佳时机！这样小睡竟能防失智）

另外，午睡的时机也很重要。在家里，可能会因为空间关系或是否与家人同住等而有所改变，尤其是独居的人，随时都能睡。睡错时间点会影响夜晚的睡眠质量。午睡的时间会因为早上起床时间差异，略有不同，但最理想的时段在中午十二点到下午三点之间。

照理来说，远距工作省下了通勤时间，睡眠时间应该增加才是。但即便如此，还是会不小心睡太久，或是在奇怪的时间点睡着，再者可能因为熬夜打乱原本的生活节奏，进而引发失眠、睡眠呼吸中止症等，因疾病导致白天嗜睡的睡眠障碍。

对于午后容易困，或下午工作效率没法跟上比，而想补眠恢复体力的人来说，建议各位用点心思，预防自己在错误的时间点睡过头。

神清气爽的午睡法

远距工作的午睡，建议这样做：

- 1.喝完咖啡再午睡。
- 2.事先设好闹钟。
- 3.不在床上睡。
- 1.又称“咖啡午睡（Caffeine Nap）”，日本许多咖啡商正积极推广这个概念。之所以勾起我的兴趣，是因为一般大众普遍认为摄取咖啡因会很睡，但事实上，摄取咖啡因后平均得花十五至三十分钟才能被身体吸收，如果喝了咖啡立刻去睡，不但能防止睡过头，醒来咖啡因刚好发挥功效，可以提升工作效率。（早上喝咖啡，晚上也会睡不好！中医教你怎样喝才不让咖啡因扰眠）
- 有项以柔道选手为对象的研究，在午睡前分别给予咖啡因跟安慰剂（假咖啡因），调查他们下午的运动表现。实验结果证实，午睡可提高短跑表现，而且睡前服用真的咖啡因的实验组，比服用安慰剂+午睡的对照组重复练习的效果更佳。可见咖啡午睡或许拥有比提神更厉害的效果。
- 不过，喝咖啡可以活络交感神经系统，因此我对于透过自律神经来消除疲劳的效果存疑。万一喝完没办法马上睡着，咖啡因又发挥功效，反而弄巧成拙更难以入睡。
- 况且就算只打个盹（说不定连本人都确定是否真的睡着了），但只要能稍微赶上下午的瞌睡虫，其实也就够了。再加上我本来就有上午喝咖啡的习惯，咖啡因效果到中午都还在，尽管效果较差，还是处于自然的咖啡午睡状态。
- 2.设定好唤醒机制很重要。与家人同住者，就拜托家人，时间到了记得叫醒自己；一个人住或者无法拜托同住家

人时，那就设闹钟。闹钟的铃声通常很普通，何不考虑在午睡时用喜爱的音乐唤醒自己呢？

3.这点一定要特别注意，不要选在昏暗的卧室午睡，或是躺平在长长的沙发上睡觉（即使光线很明亮），因为这样的睡法很容易进入深层睡眠，如果没有人叫醒你，说不定就一路睡到傍晚才醒。光是这几小时的午睡就能打乱你生活的节奏。（睡对了救你一命！降血压的短午睡原来应该这样睡）

不要躺床上，坐在沙发上午睡

建议在可以舒服坐着的沙发午觉就好。不但能够好好放松，也不会有像躺在床上不小心就睡过头的风险，是个较好的选择。在桌上趴睡，是可以避免进入深层睡眠，但头、脸、背跟腰都会不舒服，脸上、手臂也很容易产生睡觉的压痕。

在我研究室里，有人提出可因各种姿势贴合身型的懒骨头沙发比较适合小睡，为此我们特别做了比较实验。

尽管汇总实验结果的论文，投稿至英文期刊尚在同侪审查阶段，但实验结果显示，懒骨头沙发对颈部肌肉造成的紧张较一般氨基甲酸酯制的椅子低；自律神经活性检测压力指标之低频、高频成分（LF/HF）比值也较低。

这代表身体比较能够放松。但由于浅层睡眠与深层睡眠时的脑波比值差异不大，所以也不会有过度放松导致进入深层睡眠的问题。

但话说回来，如果没设定好唤醒机制，一路昏睡到傍晚，可真的会变“废人”。

午睡的大原则就是中午过后早一点睡，但别睡过头，尽可能在放松的环境下做好补眠。

(早安健康)



**髌关节骨折死超越乳癌！
 比大骨汤还棒的补**

台湾已迈入高龄化社会，随着年纪增长，骨质密度会随着快速流失，根据国民健康局的资料显示，女性在中年后，骨质密度每年约减少0.5-3.5%，且停经后5年内，将流失25%的骨本，因此如何正确补钙，是每个人必知的重要观念。对于补钙，台安医院营养师刘怡里在健康节目《聚焦2.0》中推出私房补钙火锅汤底，让不管吃荤或吃素的人，都可以藉由吃火锅有效补充钙质！

**骨松导致髌关节骨折一年
 内死亡率已超越乳癌、子宫颈癌**

根据亚洲大学附属医院的卫教资料显示，骨质疏松症已成为全球第二大流行病，预估至2050年，光是在亚洲地区，因为骨质疏松症而导致髌关节骨折的人数，将高达325万人。据统计，台湾地区骨松所引发的髌关节骨折，一年发生率约超过1600人，且发生后第一年的死亡率更高达15%，比率甚至比女性癌症前两大死因—乳癌（11.32%），以及子宫颈癌（8.56%）还高，严重程度不容小觑。根据国泰综合医院的卫教资料显示，要保健骨骼，摄取足量钙和维生素D3是根本之道。经由多项研究证实，饮食中较低的摄取含钙量，会增高髌部骨折的风险。年老妇女或男性补充足量钙剂和维生素D3，可以帮助降低髌部骨折或其他非脊椎骨折的发生率。

**补钙不只牛奶、起司！
 营养师刘怡里提供私房补钙火锅汤底**

说到补钙，首先会让人想到牛奶、起司等富含钙质的食物；不过，有许多人不能喝牛奶，吃素的人也无法从此类动物性来源摄取钙质，营养师刘怡里推出富含钙质的火锅汤底，即使是吃素的人，也可以把动物性补钙的来源，替换成富含钙质的蔬菜！

营养师刘怡里特别提醒，许多人会有使用大骨汤可以补钙的迷思，事实上，大骨汤中可能有重金属累积，且经过实测，约10碗大骨汤的钙含量，才与一杯牛奶相当，因此不建议以骨头做汤底。刘怡里营养师建议以白萝卜、洋葱、番茄及1/4颗苹果做汤底，带出蔬果的甜味，再用丁香鱼乾或小鱼乾作为补钙的食材，熬煮40分钟后，再加入柴鱼。

至于火锅料的部分，比起红肉，营养师建议，可以尽量选择鱼、鸡、海鲜等白肉等低脂高蛋白的食材，相对较好；另外，由于制作传统豆腐时，当中的凝固剂含有钙质，因此建议挑选传统豆腐；相较之下，嫩豆腐所含的钙质相当低。此外，还要注意由于加工食品的含钠量通常较高，过多的钠会影响人体对钙质的吸收，因此建议尽量少放。（补钙不一定要喝牛奶！4种高钙食物钙含量完胜牛奶）

**吃素者可在火锅中放入青菜、
 绿花椰菜等富含钙质蔬菜补钙**

至于不能吃动物性食品的族群，营养师建议可以用植物性补钙法，像是放入青菜、绿花椰菜等含钙量高的蔬菜，来帮助素食主义者，或对动物性来源的食物敏感者补充钙质。

根据美国骨质疏松基金会（NOF），50岁以上成人每日至少摄取饮食钙量为1200毫克（包括钙补充剂），以及维生素D3（800-1000IU），不过当每日摄取钙量超过1200-1500毫克时，对身体无益，反而会增加肾结石或其他心血管疾病的风险。（早安健康）



心疼粉丝雨中等候 张柏芝主动合照陪淋雨

香港女星张柏芝近日在中国拍摄综艺节目《我们的客栈》，前晚(13日)拍摄时趁著空档，立刻走向远处守候她的粉丝群。当时虽有随行的工作人员为她打伞，但她边走边叫对方不用打伞，并急步走向粉丝前，一边感谢他们的支

持，一边叮嘱他们不要淋雨。张柏芝还用粉丝们的手机自拍，希望满足粉丝合照的心愿后，粉丝能早点回家，不用淋雨病倒，非常亲切窝心。张柏芝在合照及签名后与粉丝道别，临走前还多番叫他们不要再

冒雨等候，走向座驾时，沿途多次看粉丝有没有乖乖离开，还用手势示意粉丝早些回家。不少网民看见张柏芝这幕亲民举动，大赞她窝心及宠爱粉丝：“超级暖心，超级宠粉”、“柏芝真的好暖心，真的有被感动到”。(东方网)

如期开唱宠粉无上限 周杰伦：让哥唱到爽为止



天王周杰伦(周董)近日展开世界巡演，日前新加坡演唱会酿风波，怎料大马唱开场前夕，却因为场地撞期东南亚足球锦标赛，而令球迷灌爆他的社交网呼吁取消。然而，《嘉年华》大马演唱会如期在周日晚圆满举办，周董打趣说：“要来这个场地唱歌不容易，不然很容易被人家取消，你们足球已经踢完了吗？让我唱到爽为止！”

周董大马站演唱会因疫情四度延期，加上日前撞期足球赛，舞台的架设导致部分席位无法使用，令球迷怒气难扛喊话要他停办，当时周董亲上火线回应球迷，“应该去问大马足协、场地主办方，能不能让我延迟，我是没问题喔”，而他周日顺利站上大马舞台，他开唱就对粉丝说：“你们这么热情，知道我多么想来这边吗？来这边唱歌不容易，我要多唱几首。”

周董在这次演唱会重启不少他近年来较少演唱的歌，如《断了的弦》、《我落泪 情绪零碎》、等歌曲，也有能掀起回忆杀的夯曲《简单爱》、《给我一首歌的时间》、《爱在西元前》等，几乎每一首歌的旋律响起，全场都能跟著一起大合唱。加上他钢琴、吉他、古筝等乐器弹奏都游刃有余，舞蹈、花式篮球都帅气呈现，舞台设计和效果超华丽，加上随著歌曲不断变化色彩的荧光棒也电力满满，周董一句：“来，给我粉色海洋！”仿若“号令天下”，台上台下都一样嗨翻！

在一连串劲歌热舞后，周董气定神闲再提这次的足球风波，笑说：“这么难得才来到马来西亚，一定要多唱几首，要来到这个场地唱歌不容易，不然很容易就被人家去取消，不然延期延到什么时候。”他问粉丝：“你们到底想看足球吗？我也喜欢看足球，下次还是我边踢足球边唱歌好了。”之后也自嘲：“算了啦，我是打篮球的。”

他也借此剖白自己心境上的改变：“如果我还没结婚，叫我还你演唱会场地，我会说怎么可能？现在长大了、有小孩了，你们想看足球，我配合你们。”然后他再问大家：“足球已经踢完了吗？那我继续多唱几首，让我唱到爽为止！”

周董12月在新加坡演唱会被网民骂翻，数他影响差、荧光棒出问题、演出划水、嘉宾太多等种种“罪状”，大马场除了表演嘉宾柯有伦、曹杨的表演外，其他时间周董都Hold住全场，他还自嘲说：“都是我在唱，不是嘉宾哦。”

他也直说：“其实歌迷的留言我都会看，大家都有我的IG吧？不是因为这次球赛才懂我的IG

吧？”霸气说：“只能留言留好的，我是很正能量的人，有好的意见会听进去。”然后他再问：“这个场地的音响有问题吗？我的声音清楚吗？觉得我老了吗？嗓子怪怪的吗？没有的话我多唱几首。”他更说平时演唱会都不给录影，这次更特别开放任大家拍：“如果唱得不好，请艾特我一下，我会回去检讨。”用实力来力证自己状态爆棚。

粉丝也热情回应他“唱得很好”周董闻言笑问：“我会不会把明年、后面的歌都唱完了？你们会觉得还是看球赛好了？明年你们还会来吗？”粉丝当然回说“会”，心情大好的周董，在安哥时更开放聊天环节，直接点了台下四位粉丝直接对话，即兴与他们分别合唱《浪漫手机》、《最长的电影》等曲，其中一位女粉丝更点歌要唱生日歌送给他，周董也开心号召全场一起来，为18号生日的他提前庆祝。

演唱会结束后，周董也在IG上传演唱会片段，高喊：“马来西亚的朋友，今天开心吗？哥是不是说话算话，唱到爽为止，哈哈！”(东方网)



李亚鹏牛仔裤穿十年 破洞还不扔

李亚鹏超节俭，一条牛仔裤穿十年破了洞也不扔，32岁妻子海哈金喜调侃说：“既然这么喜欢，那就缝缝补补又3年嘛。”

眼尖的网民在日前一张李亚鹏抱着女儿的照片中，看到他穿的褪色牛仔裤破了洞，纷纷提醒他要换新的。海哈金喜因此回应网友：“这是鹏哥钟爱了十年的裤子，他舍不得扔。”

她透露很尊重李亚鹏的想法，没有擅自做主把破裤子扔了，反而把裤子上的洞补好了。(早报)

杨丞琳新朋友曝光 与“韩国女神”贴脸合照

女星杨丞琳当年从女团“4 in Love”出道，演艺事业跨足歌唱、演戏和主持等领域。2019年和中国艺人李荣浩结婚，这些年则在中国全方位发展。今(15日)，她在社群平台发布了3张贴脸合照，透露自己的“大咖韩星”新朋友。两人合照曝光后，引来许多网民围观。

杨丞琳15日在Instagram分享与韩星Jessica(郑秀妍)的合照，照片中的两人都对镜头露出甜美笑容。

杨丞琳透露，两人是在去年结交成为朋友的，“我们时常保持联系，也会腾出时间约会，而且不是单向的那种。”

她表示双方的相处方式是自己最珍惜的类型，所以也会很珍惜这份友谊，最后更写下“Luv Jessica”。

韩星Jessica原本是女子团体少女时代的一员，2014年退出后，开始闯荡个人事业，事业版图横跨演艺、时尚，还发行过半自传小说。

2022年，Jessica将事业重心转往中国，参加选秀节目《乘风破浪》第三季，以高人气夺下第二名，尔后她也参加不少中国综艺节目，并在音乐主播培训节目《声如夏花》中，和杨丞琳一同担任主播经理人，她似乎也是因此才与对方变成好朋友。(东方网)



林青霞害怕寂寞

形容老公是一张白纸

林青霞早前上《TVBS看版人物》接受方念华专访时坦言，写作治愈了她最害怕的寂寞病。

林青霞为宣传自己的第四本书《青霞小品》上节目，透露从以前就最害怕寂寞，形容自己是不交朋友、不见生人的极端类型。后来开始写作，找到了抒发情绪的出口，她说“写作带给我很大的快乐，治

愈了我的寂寞病”。她笑称任何事情都难不倒她，因为“所有这些可以让我生气的，我都把它转成文字”。

她在书中罕见曝光人物素描作品，奔放俐落的线条让画画老师都赞赏不已。方念华问她，会如何为丈夫李焯桦作画？林青霞笑称：“就是一张白纸，什么都不画！”(早报)

Advertisement for 'Welcome to Advertise' (欢迎惠登广告) with contact information for Harian Indonesia.

Advertisement for 'Accept Home Repair' (接受上门修理) listing services like snow storage, freezer, and chiller.

Advertisement for 'Sofa Repair' (修理沙发) by Servis Sofa.

Advertisement for 'Klinci Super' (Kader Daging Klinci 88%) with details on its benefits for health and vitality.

Advertisement for 'Win Motorcycle Parts' (WIN Motorcycle Parts) featuring various motorcycle components.

Advertisement for 'Old Master's Authentic Fuzhou Cake' (老何正宗福清糕饼) highlighting traditional Fuzhou flavors.

Advertisement for 'AHLI BOCOR RUMAH' (House Leak Specialist) offering professional leak repair services.

Advertisement for 'Merlynn Park Hotel' (MP HOTEL) with contact information.

Advertisement for 'Kokuo Family Massage' (kokuo 国王 日式家庭按摩) located at Ruko Golf Island.

Advertisement for 'Kokuo Pantai Indah Kapuk' (KOKUO PANTAI INDAH KAPUK) listing multiple branches and services.

Advertisement for 'Win Motorcycle Parts' (WIN Motorcycle Parts) with website information.

Advertisement for 'Casade Coconut' (CASADE COCONUT) charcoal briquettes.

Advertisement for '2023' featuring a rabbit mascot and celebratory graphics.

张敏总领事出席苏北华社联谊会 迎春联欢晚会

苏北华社迎春联欢晚会



1月14日，中国驻棉兰总领事张敏应邀出席苏北华社联谊会迎春联欢晚会并致辞。印尼国会议员陈金榜，棉兰市市长黄建霖，部分代表团代表，苏北华联理事会主席苏用发、执行主席徐煜权，苏北华联主席团、理监事会成员及苏北省主要华社代表近千名参加。领侨办主任赵鲲鹏陪同参加。

张总领事首先向大家致以节日问候和美好祝福。他表示，春节是中华民族最隆重的传统佳节，也是中华优秀传统文化的载体，很高兴

同广大华人朋友一起欢度佳节。

张总领事指出，2022年是具有里程碑意义的一年。中国共产党第二十次代表大会胜利召开，大会谋划了未来5年乃至更长时间中国发展的目标任务和大政方针，中国共产党将继续团结带领全国各族人民以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。习近平总书记在大会报告中强调，中国始终坚持维护世界和平、促进共同发展的宗旨，致力于推动构建人类命运共同体，这必将给国际合作注入更多动力，也将给中

印尼合作带来新的机遇。去年年中印尼两国元首两次会晤，凸显了两国关系的高水平和特殊性。双方一致同意以今年中印尼建立全面战略伙伴关系10周年为契机，打造高水平合作新格局。

张总领事对苏北华联长期以来一直致力于华文教育、文化传承、扶危济困等公益事业予以充分肯定，表示这展现了苏北华人华社的担当，赢得了各界的广泛赞誉。他强调，当前，虽然中国经济发展面临一定压力，但中国经济韧性强、潜力大、活力足的优势并未改变。随着中国不断推进高水平对外开放、优化调整防疫政策，中国经济社会活力将进一步释放，成为推动疫后世界经济企稳复苏的重要引擎。中国的持续发展将为世界注入



正能量和稳定性，也将为广华人事业发展提供更为广阔的前景，希望广大华人朋友继续关注和支祖国建设，抓住中华民族伟大复兴的历史机遇，充分发挥自身优势，为深化中印尼各领域交流合作作出更大贡献。

苏北华联理事会主席苏用发感谢张总领事出席活动，表示苏北华联将继续为弘扬优秀传统文化、培养华裔新生代、促进华裔社区与各族裔友好交流、加深中印尼两国人民友谊

发挥积极作用。联欢晚会上，棉兰亚洲国际友好学院、崇文中小学、花仙子歌舞团等华校、社团带来了中文歌曲、传统舞蹈、选秀大赛等精彩节目，晚会现场洋溢着浓浓的节日气氛。



中国驻印尼大使馆举行 中印尼青年过大年“温暖迎春”活动

(雅加达讯) 中国驻印尼大使馆为迎接即将到来的2023年农历新年，于1月14日(周六)下午3时至5时在雅加达香格里拉酒店举行以“温暖迎春”为主题的中印尼青年过大年活动，邀请包括印尼留台校友联谊会等的青年友人。

中国驻印尼大使馆陆慷大使，周侃公使，蔡志峰参赞兼总领事，使馆青年外交官代表等青年朋友近200人出席，大家欢聚一堂、洋溢着浓浓的春节气氛。

受邀出席的印尼留台校友联谊会会长陈惟文会长，林烈豪、丘辉盛、温余林、郑乔升、林勇宏、张文彬、周志雄、吴俊葆、黄全明、陈维姿、黄佩沁、陈文慧、蔡薇娜等校友。大家集聚一堂、互相祝贺，希望在新的一年里事业进步、财源广进、万事如意、兔年吉祥。



- 1 蔡志峰参赞兼总领事(右六)与印尼留台校友联谊会合影。
- 2 陆慷大使(右六)与印尼留台校友联谊会合影。
- 3 印尼留台校友联谊会在活动现场合影。
- 4 使馆人员与印尼留台校友联谊会合影。

印尼华商经贸联合会会长交接仪式 陈逸凡荣任第五届会长

(雅加达讯) 印尼华商经贸联合会会长及干部交接仪式，1月15日(周日)下午4时假座草埔天天来酒楼举行第四届与第五届会长及干部交接仪式，世界华商经贸名誉总会会长林基成，亚洲华商经贸联合总会辅导总会会长李玉香，亚洲华商经贸联合总会监事长黄家鸿，印尼华商经贸监事长江泽民，顾问谭自强、黄贤安以及华商经贸理监事会员等嘉宾出席。

第四届会长冯新笑指出，光阴似箭，一转眼很两年会长任期将圆满完成，我将把这重担交付给新的会长陈逸凡，相信在他的领导下，华商经贸联合会会务将更上一层楼。

在我们第四届任期内，碰上新冠病毒侵袭印尼两年多，虽然我们看不见但也努力举办了多线上座谈会，每次收视率都很高。在医疗方面和台湾长庚医院透过视讯会议，让会员提高自我的防疫意识及各人健康知识。我们也陆续捐赠多次防护服给印尼大小医院与诊所。

在经贸方面有4次讲座，其中代表处萧公使也分析了许多印尼经贸资讯，谢



第四届会长冯新笑(右)把印章移交给第五届会长陈逸凡(左)时由总会会长林基成(中)见证。

良风先生的经贸讲座，网路销售高手张庆民先生的网路行销课程、都是让我们受益不少。这都在理监事齐心协力顺利完成。

很遗憾的是因为疫情的关系委员会以往举办的短期训练班都没有办法进行。能参加这些训练班对华商经贸的发展非常重要，让印尼的华侨能够到台湾



第五届会长陈逸凡致辞。



黄家鸿致辞。



江泽民致辞。



第四届会长冯新笑致辞。

吸收台湾的技术训练，回到侨居地来实际应用，把台湾介绍给更多的印尼华侨。

冯新笑说，我非常感谢理事们的合作和努力，有您们的支持，才能够让我们许多的活动能愉快圆满成功！感谢驻印尼代表处对的支持，历任会长、监事长、及会员为我搭建起友谊的平台，回顾这两年从第一个活动到最后，百般滋味在心头，但我秉持愈是执著的付出，回忆起来更甘甜，愈是坚持到底完成每项工作，获得的会更多的理念。

两年来我感受到大家合作的愉快和坚持，有你们支撑着我让我完美谢幕。卸任后我将有人生更新的规划，迈向另一个为台商和侨界服

务平台。在此献上我最高敬意，祝福大家2023年前兔似锦、扬眉兔气。

第五届(2023-2025年)会长陈逸凡从第四届会长冯新笑接受印章后表示，首先感谢第四届冯新笑会长愿意承担重任，为印尼侨界示范印尼华商经贸联合会是结合友台侨界及台湾最好的平台。

陈逸凡说，我们不分你我，在疫情期间尽心尽力，维繫理监事及会员的互动和感情，纵然家裏有两位年事已高的长者，还是排除万难对需要防疫资源的印尼医疗单位，透过与北美洲华商经贸，第20届世总名誉监事长李玉香国际合作的方式，和理监事的募捐，提供防疫衣及口罩之捐赠。发动理监事，留台校友会及侨团的参与，

代表印尼支援第二十届世界华商经贸联合总会林基成总会长的线上活动，不论是商机媒合，或长庚国际医疗讲座，对过去两年疫情期间封闭的生活方式提供了理监事和会员、侨社学习及互助的管道，也希望能在第五届辅导会长的任内继续提供宝贵经验、指导及支持。

现在国界逐渐解封，我们学会与疫情共存，恭喜今天出席的理监事、顾问及来宾，我们都挺过来了。2023年印尼侨团互动陆续恢复实体，今年印尼华商经贸所确认三大主要侨务活动为，三月份的台湾美食巡迴展，八月的亚华国际会议协办单位及九月的秋访团。

此外，长庚国际医疗讲座一向是侨界嘉许的印尼华商经贸专属活动，需要所有理监事的大力支持，现今国际情势动盪，全球化受到挑战，同时危机也是转机，如何能把握，也会透过理监事群组会议，侨委会培训课程增加或邀约各业界精英及贤达为我们侨界充实，第五届的两年任期路途还很长，挑战还很多，努力的空间还很大。会内金流如何让会员制付费？如何广纳更多侨团成员加入？如何让会员透过商机媒合互利？都是我们需要讨论及提供作法的目标。在未来不负众望，抛砖引玉，开枝散叶，世代传承。会长干部交接圆满举行后，大家聚餐联欢。



第五届会长陈逸凡(前排左四)与干部及顾问团合影。



第四届会长冯新笑(前排左五)颁发感谢状给顾问团后与干部们合影。