

肃贪委联合内政部与教部 发布教育指南从小培养反腐败文化

(雅加达讯) 肃贪委员会 (KPK) 联合内政部 (Kemendagri) 和基础与中等教育部 (Kemendikdasmen)，发布一套面向各级学生的《反腐败教育指南及教材》(PAK)。

肃贪委员会主席塞蒂奥强调，此举是塑造国民品格、从小培养反腐败文化的最具战略意义的契机。

塞蒂奥于5月11日 (周一) 在加达内政部萨萨纳.巴克蒂.普拉贾大楼举行的反腐败教育指南及教材 (PAK) 发布会上表示，教育必须是培养正直一代的基石。因此，从中央到地方政府，加强教育廉洁必须朝着同一个方向，秉持同样的精神。

肃贪委员会认为，加强教育领域的廉洁是一项重要的共同责任。这是基于2024年教育诚信评估调查 (SPI) 的结果，该调查显示教育诚信指数为69.50分 (满分100分)。

这一分数表明，教育诚信体系正在初步形成，但尚未完全融入整个教育系统，形成统一的文化。

因此，反腐败教育被视为国家为子孙后代奠定品格和诚信基础的一项上游战略。

《反腐败教育指南》及教材的发布，也是对2024年教育战略规划 (SPI) 结果的后续跟进和评估工作。该规划将于2025年由中央和地方各级教育利益相关者进行修订。

《反腐败教育指南》将配套五套教材，适用于各级教师，涵盖幼儿教育 (PAUD)、小学 (SD)、初中 (SMP)、高中 (SMA) 和职业学校 (SMK)。

该指南概述了构成反腐败教育基础的

五项关键能力：教授遵守规则；理解所有权的概念；维护信任；应对道德困境；以及构建反腐败文化。

基础与中等教育部长穆提表示，教育不仅旨在培养学业优异的一代，更在于塑造品格高尚、正直诚信的一代。

“这是加强品格教育政策的一部分，尤其旨在培养诚实、正直、责任感以及杜绝一切形式腐败的行为。”他说道。

与此同时，内政部第三副部长艾哈迈德强调，这些指导方针旨在为所有地方政府和教育单位 (satdik) 构建廉洁的教育生态系统提供指导。

“我们敦促所有地方领导人鼓励并确保反腐败教育的实施，充分利用现有的反腐败教育指导方针和教材，努力取得切实可见的改进，从而显著提升教育廉洁水平，”他说道。(LCW)



塞蒂奥展示《反腐败教育指南及教材》。

财长：不会再有税收赦免



财政部长普尔巴亚。

(雅加达讯) 财政部长普尔巴亚确认，政府将不会再次推出税务赦免 (Tax Amnesty) 计划。

他强调，未来所有与税务政策相关的公告，都将由他本人直接发布，而不再由税务总署对外宣布。

这一决定旨在避免信息混乱，防止企业界与社会公众因政策解读不一致而产生信息及法律层面的不确定性。财长指出，税务总署的定位纯粹只是税收法规的技术执行机构。

普尔巴亚部长于5月11日 (周一) 在财政部办公室对记者表示，政府推出的每项税务法规，都是为了支持国家经济发展，而不是阻碍或加重企业负担。

“为了解决这些混乱，税务部门只是执行者，真正制定政策的是我。”财长说

道。普尔巴亚指出，不会再出台任何扰乱印尼营商环境的税收政策。

普尔巴亚表示，所有新的税收政策在正式公布前都将由经济和财政战略总署 (DJSEF) 进行审核。

他强调说，已参与第二轮税务赦免纲领的企业将不再面临任何法律诉讼，因为申报和审计程序已经完成。

此外，普尔巴亚预计，尽管印尼2026年第一季度经济增长率达到5.61%，创下自2022年第三季度以来的最快增速，但2026年第二季度的经济增长率仍无法达到6%。

尽管如此，普尔巴亚保证，政府将继续努力争取2026年第二季度实现比第一季度更快的增长。

因此，他承诺将推出一揽子经济刺激计划，并保证不会出台新的税收政策，以维持购买力和良好的营商环境，例如征收线上商业所得税和公路通行费。

此外，普尔巴亚还证实，中国新推出的以人民币计价的熊猫债券 (Panda Bonds) 将极具竞争力。这是因为政府发行熊猫债券的价格将低于2026年10月发行的点心债券 (Dim Sum Bond)。

他说：“更便宜。我们发行的点心债券，中国的利率是2.3%。可能会略微上涨一些，所以利息会比美元债券便宜。”

他透露，熊猫债券将于下个月发行。

如果有很多感兴趣的各方，他已指示财政部融资与风险总署署长苏敏托大规模发行熊猫债券。(ALW)

印马央行深化双边合作

(雅加达讯) 印尼央行 (BI) 与马来西亚国家银行 (BNM) 正式签署谅解备忘录 (MoU)，旨在深化两国中央银行之间的双边合作。

印尼央行于5月11日 (周一) 发表声明表示，该协议体现了双方致力于在中央银行的各个战略领域加强合作的承诺。合作范围包括货币政策、金融稳定与宏观审慎、支付系统与数字化、金融业发展、能力建设以及信息交流。

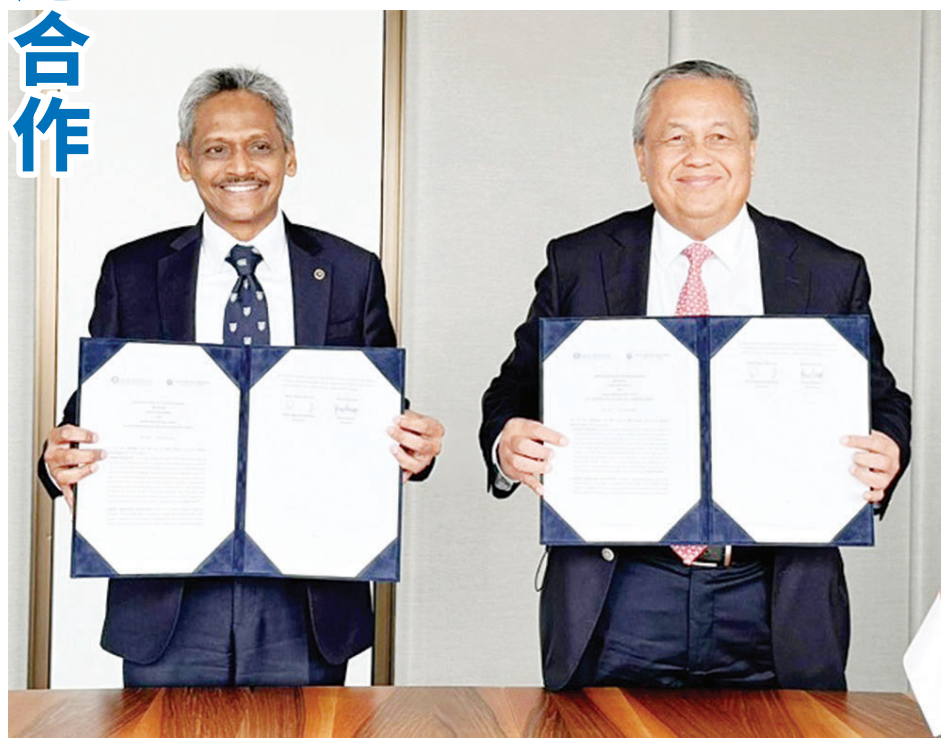
印尼央行行长佩里认为，在当前充满挑战的全球形势下，此次合作是加强印尼央行和马来西亚国家银行 (BNM) 之间机构关系的重要一步。

“这份谅解备忘录是印尼央行和

要里程碑，它不仅仅是一项象征性的承诺。它体现了双方致力于加强机构联系、深化双边合作的持续决心，尤其是在当前充满挑战的地缘政治格局下。”佩里表示。

与此同时，马来西亚国行总裁阿都拉昔表示，该谅解备忘录的签署巩固了马来西亚国家银行与印尼央行之间长期稳固的合作关系。

“该谅解备忘录重申了马来西亚国家银行与印尼央行之间长期的伙伴关系。它也代表了我们将共同致力于深化在现有中央银行领域的合作，并拓展至新的共同感兴趣领域。”阿都拉昔在5月11日 (周一) 的一份书面声明中表示。



谅解备忘录的签署也为印尼央行和马来西亚国行之间建立更紧密、更具协同效应的伙伴关系创造了机遇。

两家央行重申，将继续加强可持续合作，以支持各自国家金融部门的稳定与发展。(LCW)

← 阿都拉昔 (左) 与佩里签署谅解备忘录。



Bagus®
 Bagus Kids
 ZipperBag
 Multipurpose Plastic Storage Bag
 Kantong Penyimpanan Serbaguna
 密封袋 儿童款
 Triple Lock
 三層夾鏈
 Tersedia di Supermarket & Minimarket terdekat anda

EasyGrip Technology
 mudah dibuka
 方便使用
 BPA FREE
 POUCH BAG
 4 cm
 Meets Relevant Standards of US FDA
 21 CFR 177.1530

附近超市、便利店有售：



www.bagusgroup.com

关注我们：@ bagus.idn

官方电商合作平台：



副内长：这敲响了警钟 这两年11地方首长涉贪被捕

(雅加达讯)内政部副部长艾哈迈德表示，针对地方首长展开的多起现场抓捕行动(OTT)对所有利益相关者来说都是一个警钟。

艾哈迈德指出，肃贪委员会(KPK)在2025年至2026年期间展开的现场抓捕行动中逮捕了11名地方首长/领导人。艾哈迈德于5月11日(周一)在雅加达中区内政部办公室举行的反贪腐教育教材发布会上表示，在2025年至2026年期间，针对地方领导人的场抓捕行动共计11起，涉及各种腐败案件和作案手法。这对我们所有人来说都是一个响亮的警钟。

他指出，无论执法力道多强大，如果不从根源解决问题，就不足以根除腐败。

因此，根除腐败需要全方位的协同努力。

他说：“腐败是一种品格疾病，治愈之道不仅在于执法，更在于预防措施，其中之一就是反腐败教育。”

艾哈迈德表示，反腐败教育是印尼未来国民品格和诚信的基石。他指出，反腐败教育是政府为



艾哈迈德表示，根除腐败需要全方位的协同努力。

建立社会对腐败行为的免疫力所采取的策略。

艾哈迈德说：“我们必须从小，尤其是在幼儿教育和小阶段，就开始灌输诚实、责任和自律的价值观，因为这是品格形成的关键时期。”

在2024年地方选举中，第一位被肃贪委员会透过OTT逮捕的地方领导人是东科拉卡县县长。他被指控涉嫌在东科拉卡县建设一家地区公立医院(RSUD)时受贿。

2025年11月，肃贪委员会在OTT

中又抓获了两名地方领导人。被捕者分别是廖内省省长阿卜杜勒·瓦希德和波诺罗戈县县长苏吉里·桑佐科。阿卜杜勒·瓦希德被指控涉嫌在道路和桥梁项目上敲诈勒索，而苏吉里则被控与公务相关的受贿和酬金。

2025年12月，肃贪委员会再次当场逮捕了两名地方领导人。他们分别是中楠榜县县长阿迪托·维贾亚和勿加西县县长阿德·库斯瓦拉·库南。

随后，肃贪委员会于2026年1月对两名地方行政长官展开了两次现场抓捕行动。被捕的行政长官分别是茉莉芬(Madiun)市长迈迪和巴帝县县长苏德沃。

2026年3月，肃贪委员会逮捕了3名地方行政长官，分别是北加浪岸县县长法迪亚·阿拉菲克·里章利邦(Rejang Lebong)县县长穆罕默德·菲克里和芝拉扎县县长沙姆苏尔·奥利亚·拉赫曼。

最后，在2026年4月，肃贪委员会对多隆亚公(Tulungagung)县县长加图特·苏努·维博沃展开了现场抓捕行动。(KP)

曾用作绑架公寓单位内 警方发现电子烟制造窝点

(雅加达讯)警方在北雅加达安卒地区曾被用作绑架一名17岁少女的一间公寓内，发现到大批依托咪酯(Etomidate)违禁品。这些依托咪酯显然属于绑架案嫌犯，即一名50岁的中国公民CH。

雅加达北区警署缉毒部门负责人阿里·加朗副大警监解释说，在绑架过程中发现了数支含有依托咪酯的电子烟。警方正在调查这些违禁品的来源。

加朗于5月7日(周四)接受detikcom采访时说：“是的，最初在绑架过程中，我们发现了一批含有依托咪酯的电子烟证物。”

基于该调查结果，调查人员随后对第二处犯罪现场，即位于雅加达北区帕德芒岸地区的一间公寓进行了搜查。

他补充说：“但我们到达那里后，只发现了空烟匣、电子秤和注射器。”

调查人员并未就此止步。他们将调查范围扩大到同位于北雅加达安卒地区公寓的第3犯罪现场。

在那里，调查人员发现了大量已包装、准备分销的依托咪酯电子烟，以及相关原

料和设备。

他说：“该第3犯罪现场似乎是生产地点。”

他解释说：“在第3犯罪现场进行调查的过程中，我们发现了数百支已包装完毕、准备分销的依托咪酯电子烟。我们还发现了6包疑似用于制造依托咪酯电子烟的原材料，以及嫌疑人用于加热和灌装电子烟匣的生产设备。”

这起案件始于警方对一起发生在北雅加达安卒地区公寓的绑架案的调查。一名17岁少女(姓名缩写为AAW)于4月25日(周六)凌晨被绑架。警方随后逮捕了受害者和嫌疑犯CH。

在搜查绑架现场时，警方发现了数百支待售的依托咪酯电子烟。查雅都会警署公共关系负责人布迪大警监4月27日(周一)向记者说：“我们在首个犯罪现场缴获了321支待售的电子烟弹，以及其他材料和辅助设备。”

警方尚未公布绑架案的具体经过。此案正由雅加达北区警署刑事调查单位妇女与儿童保护部门负责调查。(KP)



司法部智慧财产权总局代表团与英国唱片表演公司及协会代表会晤。

改善《版权法》修訂案版稅管理 司法部参考英国单一支付系统

(伦敦讯)印尼司法部(Kemendikbud)智慧财产权总局(DJKI)参考英国的单一版稅徵收制度(single collection royalty)，以改善修訂后的《版权法》中的版稅管理。司法部智慧财产权总局局长赫尔曼夏于5月10日(周日)在雅加达发表声明称，此次版权法修订旨在更好地适应数字化变革，并加强版稅管理。

印尼司法部智慧财产权总局于5月8日(周五)在伦敦与唱片表演有限公司(Phonographic Performance Limited, PPL)和音乐表演权协会(Performing Rights Society/PRS for Music)举行双边会晤，探讨了英国的单一支付系统。

根据讨论，智慧财产权总局评估认为，英国实施的单一版稅模式可以减轻行政负担，并简化商业音乐用户的版稅支付流程。

赫尔曼夏解释说，

自2018年2月26日起，英国PPL和PRS成立了一家名为PPL PRS Ltd的合资企业，旨在消除音乐版稅徵收中的双重官僚程序。

在此之前，英国的音乐用户需要处理两份不同的授权协议和两份不同的帐单。然而，随着这项变革，现在整个流程透过一个名为音乐许可证(The Music Licence)的单一许可证统一起来。

透过该系统，酒店、餐厅和办公室等企业只需一份合约和一张帐单。用户在付款时不再需要了解版权和相关权利之间的区别，因为系统会自动分配费用。

旧模式被认为是由于多种版稅支付方式而导致用户疲劳。简化授权流程被认为是提高用户缴稅合规性和增加国家音乐产业收入的关键。

尽管如此，PPL和PRS仍然管理着法律上不同的权利群。PPL管

理唱片制作人和演员的相关权利，而PRS管理词曲作者、作曲家和出版商的版权。

这种分离至关重要，以确保它们所代表的权利之间不存在重叠。这样，既能维护法律保护，又能提高行政效率。赫尔曼夏说，从法律角度而言，PPL及PRS仅作为联合收款方和管理方运作。

为了避免违反竞争法，它们各自独立制定收费方案。然而，在版稅收取过程中，双方仍保持合作。

据说，销售、客户服务、会计和执法团队的整合显著降低了运营成本。这种效率的提升也会对增加可分配给权利持有人的净收入产生影响。

因此，司法部智慧财产权总局表示，这种一站式版稅收取模式将为修订版权法提供重要参考，以提高支付合规性并保护创作者的经济权利。(KP)

警总长轮调9警区警长

(雅加达讯)国家警察总长利斯蒂约警察上将对多名高级警官进行了轮换，其中包括9个警区警察长的职位。

此次人事调动载列于编号为ST/960/V/KEP./2026的国家警察总长电报，于2026年5月7日(周四)签署。此次调动涉及爪哇岛、加里曼丹、苏门答腊和苏拉威西等多个战略地区。

国家警察公共关系主任尊尼·伊西尔于5月8日(周五)发表书面声明指出，此次人事调动是国家警察组织架构调整和人员职业发展的一部分。

其中一项引人关注的变动发生在东南苏拉威西省。东南苏拉威西警区警长一职现已正式由希马万(Himawan Bayu Aji)警察准将接任，接替即将退休的迪迪克·阿贡警察少将。

除东南苏拉威西省外，其他几个警区也进行了人事调动。皮皮特(Pipit Rismanto)警察少将被任命为西爪哇省警区警长，接替被调任为国家警察刑事调查局(Bareskrim)高级警官的鲁迪警察少将。

在苏拉威西省，先前担任南苏拉威西警区副警长的纳斯里警察准将接任中苏拉威西省警区警长，接替恩迪警察少将的职位。

同时，先前担任北加里曼丹省警区警长的贾蒂·维约托警察少将被调任为西苏门答腊省警区警长。北加里曼丹省警区警长一职随后由阿古斯警察准将接任。

西加里曼丹省警区警长一职现已交由阿尔伯特警察少将担任。对于西努沙登加拉地区，国家警察总长任命卡林加(Kalingga Rendra Raharja)警察少将为新任警区警长。

同时，萌姑露警区警长一职由尤迪(Yudhi Sulistianto Wahid)警察准将担任，北马露姑警区警长一职则由阿里夫(Arif Budiman)警察准将担任。

国家警察总长利斯蒂约强调，这次人事轮调旨在加强公共服务、保护和指导，同时促进国家警察内部的领导更新。(KP)

★各地区新任命警长名单：

- 西苏门答腊警区警长贾蒂·维约托(Djati Wiyoto)警察少将
- 北加里曼丹警区警长阿古斯(Agus Wijayanto)警察准将
- 西爪哇警区警长皮皮特(Pipit Rismanto)警察少将
- 西加里曼丹警区警长阿尔伯特(Alberd Teddy Benhard Sianipar)警察少将
- 北马露姑警区警长阿里夫·布迪曼(Arif Budiman)警察准将
- 西努沙登加拉警区警长卡林加·伦德拉·拉哈尔贾(Kalingga Rendra Raharja)警察少将
- 萌姑露警区警长尤迪·苏利斯蒂安托(Yudhi Sulistianto)警察准将
- 东南苏拉威西警区警长希马万(Himawan Bayu Aji)警察准将
- 中苏拉威西警区警长纳斯里(Nasri)警察准将

涉嫌性骚扰事件民众怒烧楠榜伊斯兰寄宿学校

(楠榜讯)数百名愤怒的民众于5月9日(周六)纵火焚毁了位于楠榜省梅苏吉县(Mesuji)的努鲁尔·贾迪德伊斯兰寄宿学校。事件起因是在该寄宿学校发生了性骚扰行为。针对5月9日(周六)晚上发生的纵火事件，警方已逮捕了一人调查。

同时，该位于楠榜省梅苏吉县东梅苏吉镇丹戎马斯贾亚村的努鲁尔·贾迪德伊斯兰寄宿学校整栋建筑于5月9日(周六)晚上11时(印尼西部时间)被大火烧毁。调查发现，该寄宿学校显然是被民众纵火。

在纵火事件发生前，民众曾举行抗议活动，要求该寄宿学校的领导层离开。

然而，直到规定的期限，寄宿学校所有者一直留在学校。

楠榜省警区公共关系主任尤尼大警监于5月10日(周日)说：“根据一系列调查，民众



努鲁尔·贾迪德伊斯兰寄宿学校遭民众纵火焚毁。

要求这所伊斯兰寄宿学校的负责人离开学校。他们指控该校负责人进行了猥亵行为。”

尤尼表示，由于该校负责人没有满足民众的要求，一直在监视这所伊斯兰寄宿学校的民众因此怒火中烧，最终导致了破坏和纵火事件。

这起破坏和纵火事件发生在印尼西部时间5月9日(周六)晚上约11时。纵火影片在社群媒体上迅速传播。

梅苏吉警署刑事调查单位主任普雷纳塔副警监表示，他的团队仍在对此事件进行一系列调查。他还表示，警方已逮捕一名涉嫌纵火的人员。

普雷纳塔说：“一人已被逮捕，我们目前正在继续调查此案。”

警方也敦促民众不要作出充法官的行为，并将法律程序完全移交给法官官员。(KP)

政府拟2029年前推动千万人就业

(雅加达讯)社会赋权统筹部长穆海敏表示，政府目标是在2029年前推动1000万人进入正规就业市场或成为创业者。

据美都新闻网报导，该目标是在雅加达举行的协调会议后提出，会议重点讨论通过加强中小微企业和创意经济发展，推动减贫的相关

策略。

“鼓励人民商业信贷继续成为赋能中小微企业的重要因素。其真正贡献在于，可以创造新的就业机会，促进企业发展。”穆海敏说。

政府认为，中小微企业和创意经济在创造就业机会、提升民众经济独立能力方面具有重要作用。

贸长：改善数码贸易生态系统 冀本月完成网店法规修订

(雅加达讯) 贸易部长布迪·桑托索定下的目标，在5月完成对2023年第31号部长级条例的修订，该条例关于电子商务领域的商业许可、广告、发展和监管。

目前，该条例仍在各部委/机构之间进行讨论。

布迪·桑托索希望，该条例本月就能完成。

然而，布迪不愿详细说明政策修订的具体内容。但他确认，此次修订旨在改善数码贸易生态系统，使其对各方都更加健康。

布迪于5月10日(周日)在雅加达中心区谭林莎莉娜(Sarinah Thamrin)向记者强调说，修订后的法规有两个重点。第一是保护消费者权益，二是扶持本地产品。

他说：“所以，我们正在共同努力改善电子商务生态系统，包括企业主、平台所有者和卖家。但这尚未完成，仍在讨论中。”

在修订过程中，贸易部将继续与中小微企业部保持密切沟通，以确保已发布的法规不会重叠，而是相互补充。



布迪希望，贸易部长条例本月能完成。

他表示：“这个过程始终是同步进行的，因为我们一直在沟通。所以，如果有什么进展，都会相互补充。我们讨论的是整个生态系统。”

此前，布迪曾表示，此法规的修订旨在重组电子商务或在线商店生态系统。他指出，重组的目标是使本地产品受益并优先发展。

目前，该法规仍在讨论中，由各部委/机构、协会和电商企业进行。

他说：“所以，该法规的修订仍在进行中。整个生态系统正在进行重组。” (ALW)



巴苏基(中)与韩国投资者会晤。

韩国投资者在新首都 开发酒店和体育中心项目

(努山达拉讯) 努山达拉首都管理局(OIKN)已与Dian Jaya Indonesia公司和Biru Makmur Abadi公司签署合作协议。此次合作涵盖在新首都努山达拉内开发一家新的酒店和体育中心。

Dian Jaya Indonesia公司是韩国Dian Development Co., Ltd.的子公司。

该项目将在WP KIPP Sub WP 1B区将建造公寓和酒店，具体位于教育区内，这是一个高密度混合用途分区。

该项目计划于2026年第四季度开工建设，占地面积约3万3201平方米，投资额达1兆1500亿盾。

与此同时，Biru Makmur Abadi公司将在KIPP 1C区域内兴建一座体育中心和餐饮设施。该项目毗邻Taruna Nusantara高中和Gunadarma大学，预计将支持在该地区的教育活动。

此外，该项目预计还将改善公共设施。项目计划于2026年第四季度开工建设，占地面积约1万6387平方米，预计投资额为500亿盾。

努山达拉首都管理局局长巴苏基于5月10日(周日)发表的书面声明中表示：“这些公寓、酒店、体育中心和餐厅项目的落成，不仅

丰富了新首都努山达拉的城市设施，也增强了该地区的生态系统，使其更加成熟，有望成为一座充满活力、高效且包容的城市。”

据悉，此次合作开发协议的总投资额预计为1兆2000亿盾，其中需支付的款项总额为39亿2000万盾。

Dian Jaya Indonesia公司副经理张承华(Cheong Seung Hwa)对新首都努山达拉的发展前景持乐观态度。他认为，新首都努山达拉将成为一个拥有明确监管政策和财政激励措施的现代化区域。

他说：“我们之所以对投资新首都努山达拉感兴趣，是因为该地区被规划为一座现代化智慧城市，拥有明确的监管环境、财政激励措施，并且未来房地产和商业价值有望大幅增长。”

Biru Makmur Abadi公司的经理阿卜杜·洛赫曼认为，新首都努山达拉是一个具有战略意义的长期投资机会。

新首都努山达拉的理概念与公司的业务高度契合。

他说：“我们认为新首都努山达拉是一个具有战略意义的长期投资机会。政府倡导的智慧绿色城市理念与全球发展趋势高度契合。” (ALW)

雅加达特区政府启动 建市499周年庆典暨垃圾分类运动

(雅加达讯) 雅加达特区政府于5月10日(周日)在雅加达南区的拉苏纳沙伊特(HR Rasuna Said)路，举行名为“垃圾分类运动宣言暨雅加达建市499周年庆典启动仪式”的活动，通过这项活动正式拉开雅加达建市499周年庆典系列活动的序幕。

雅加达省长普拉莫诺表示，他选择在拉苏纳沙伊特路作为启动地点，是因为该区域正在改造旨在成为雅加达的新地标，预计将于6月完工。

他指出，该区域的“无车日”活动将于早上5时30分开始，与苏迪曼-谭林地区的活动时间相同，并将于6月1日正式实施。

他说：“举办此活动是由于公众的强烈呼声和民众的热情。”

普拉莫诺解释说，此活动也着重于上游垃圾管理。根据省长的指示和中央政府的指令，雅加达省政府已开始强制推行垃圾分类，该政策将在雅加达市的五个行政区和千岛群岛县同步实施。

普拉莫诺定下的目标是，如果源头有机垃圾和无机垃圾的分类能够达到最佳状态，那么到8月份，雅加达将只在班塔尔格邦垃圾填埋场处理最终垃圾。

他表示：“我们将首先进行垃圾分类。除了班塔尔格邦之外，我们还有罗罗坦

垃圾衍生燃料(RDF)和综合废物处理设施减少、再利用、回收(TPST 3R)垃圾填埋场将作为垃圾储存设施。我们已向雅加达的一些



祖尔基菲里(左二起)与普拉莫诺，主持“垃圾分类运动宣言暨雅加达建市499周年庆典”启动仪式。

市场发放了许可证，允许它们自行处理垃圾，例如克拉马特贾蒂(Kramat Jati)市场。”

粮食统筹部长祖尔基菲里对雅加达省政府积极应对垃圾问题表示赞赏。

他表示：“生活垃圾分类是将其转化为电能的关键。”

他说，班塔尔格邦的垃圾处理将采用垃圾发电技术。计划于2028年完成1000吨以上的紧急垃圾处理，并于2029年完成100至200吨的垃圾处理。

祖尔基菲里希望，雅加达特区政府的这项举措能够为印尼其他地区树立榜样。

他说：“目前的主要问题是如何将垃圾分为三类，即是有有机物、无机物以及有害有毒物质(B3)。一旦完成分类，这些垃圾就可以用于为雅加达及其他地区提供能源。”

与此同时，环境部长兼环境管理局局长祖姆胡尔·希达亚特强调了公众积极参与的重要性，以确保这项行动不会沦为官僚机构的空谈。

他强调说：“这必须是雅加达居民的行动，而不仅仅是官僚机构的行动。雅加达将成为我们所有人的榜样。我们全力支持将曾经的敌人的垃圾转化为有价值的资源。” (ALW)

印尼中小微企业产品 在新加坡畅销

(雅加达讯) 在全球贸易形势不明朗的背景下，印尼政府持续致力于向国际市场推广本国产品，尤其是在食品饮料领域。

印尼驻新加坡大使馆与印尼贸易部共同参加4月21日至24日在新加坡博览中心举办的2026年亚洲食品及酒店展览会(FHA)，这充分体现了印尼政府的这一努力。

印尼驻新加坡大使霍特曼加拉贾强调，在全球贸易格局变化中支持中小微企业的重要性。

他说，政府和所有利益相关方都需要积极参与，从提供指导和融资到拓展国际市场，都应发挥作用。

与此同时，贸易部国家出口发展总署署长法贾里尼评估认为，参加2026年亚洲食品及酒店展览会将是扩大市场准入的一项战略举措。

法贾里尼表示：“这是一个绝佳的可持续推广平台，能够为印尼中小微企业进入区域乃至全球食品饮料行业供应链提供机会。”

法贾里尼补充说，食品饮料行业是印尼国家产业的支柱之一，一直以来都对出口业绩起到支撑作用。

于2025年，印尼食品饮料出口以每年23.35%的速度增长。同时，对新加坡的出口也增长23.21%。

展望未来，贸易部将继续加强与央行、国营银行



印尼大使霍特曼加拉贾在亚洲食品及酒店展览会上，视察印尼企业的参展单位。

协会(Himbara)及其他各方的合作，鼓励中小微企业开拓全球市场。

在央行和印尼人民银行(BRI)的支持下，印尼展馆在这项活动上是史上规模最大的参与者，共有40家中小微企业生产商和出口商参展。

在为期四天的展会期间，印尼馆吸引了超过6012名参观者。印尼通过

此次展会获得了14份出口合同，总价值达317万美元，约合545亿盾。

重点产品包括蜂蜜、有机香料、农产品以及其他各类食品和饮料。

此外，健康方便面、有机零食、水产品、牛奶和香料等产品达成后续交易，预计交易额达1030万美元，或等于1770亿盾。

(ALW)

邦加勿里洞群岛新建竣 免费营养餐厨房设计抗震

(雅加达讯) 公共工程部已在邦加勿里洞群岛建竣三座营养餐配送服务单位(SPPG)或免费营养餐(MBG)厨房。这是免费营养餐项目基础设施支持的一部分。

这三座营养餐配送服务单位分别位于邦加中部县纳芒村、邦加西部县贝洛劳特村和杰布斯村。所有设施均已100%竣工，随时准备为这个面临交通不便的岛屿地区提供服务。

公共工程部长多迪表示，营养餐配送服务单位的建设不仅仅是提供厨房设施，更是构建一个支持全面营养服务的基础设施生态系统。

多迪指出：“营养餐配送服务单位厨房的建设不仅包括主厨房，还包括道路、清洁供水网络和卫生设施等配套



工程部已在邦加勿里洞群岛建竣三座营养餐配送服务单位。

设施。这对于确保学童获得健康且价格合理的营养服务至关重要。”

位于邦加勿里洞群岛的免费营养餐厨房建筑面积为20x20米，其设计充分考虑了群岛的地形特点。施工规划充分考虑了地势、土壤特性和沿海气候挑战，以确保建筑安全、坚固且功能齐全。

该建筑采用的结构体系包括模块化钢结构、空心框架和约束砌体，在保证施工灵活性的同时，也增强了建筑的耐久性。

该设施的设计可抵御Sds≤0.800g的地震和高达每秒39米的风速，确保建筑安全并高效运行。

除了主楼外，每个营养

餐配送服务单位还配备了配套设施，例如污水处理厂(IPAL)、通风系统、消防系统、备用发电机、闭路电视监控系统以及信息通信技术(ICT)网络。

这三家营养餐配送服务单位在选址符合各项准备标准，包括土地和技术文件准备就绪后开始建设，并确保选址安全且符合施工规范。

在邦加勿里洞群岛三家营养餐配送服务单位的建设由国营阿迪建筑公司(PT Adhi Karya)作为总承包商，PT Ciriajasa Cipta Mandiri公司负责施工管理。

此前，政府通过粮食统筹部鼓励所有营养餐配送服务单位或免费营养餐厨房立即取得卫生清洁证书(SLHS)。

(ALW)

中国宣布特朗普5.13访华3天

(北京讯) 中国官方宣布, 美国总统特朗普将于周三(5月13日)访华。

中国外交部发言人周一证实, 应中国国家主席习近平邀请, 美国总统特朗普将于5月13日至15日对中国进行国事访问。

美国白宫较早时公布, 特朗普将于周三晚抵达北京, 展开访华行程, 周四上午出席欢迎仪式, 并与习近平举行双边会谈, 下午参观天坛, 晚上出席国宴。

特朗普周五返回华盛顿前, 会与习近平茶叙, 并举行工作午餐。

一位美国高级官员周日称, 预计特朗普本周在北京与习近平会面时, 将就中国处理伊朗问题的方式向习近平施压, 并敲定新贸易机制的相关细节。

中国是伊朗石油的主要买家, 主要通过依赖伊朗折扣原油的独立炼油厂进行采购。

法新社报导, 贸易关税、中东战争、台湾议题以及人工智能

(AI)技术和关键矿产资源的竞争等议题也将在世界最大经济体领导人的会晤中被提及。

特朗普原计划在3月底或4月初访问中国, 但为了集中精力处理伊朗战争而推迟了行程。

白宫首席副新闻秘书凯利在电话会议上告诉记者: “这将是一次具有重大象征意义的访问。” “当然, 特朗普总统的出行绝非仅仅为了象征意义。美国人民可以期待总统为国家带来更



多利好协议。” 白宫表示, 特朗普第二任期内的首次访华行程将隆重而盛大, 包括参观北京天坛和出席盛大的国宴。这是自2017年以来美国总统首次访问中国。

大, 包括参观北京天坛和出席盛大的国宴。这是自2017年以来美国总统首次访问中国。



何立峰周二赴韩两天 与美国磋商经贸

美国总统特朗普本周预计访华前夕, 中国副总理何立峰将赴韩国两天, 与美国财政部长贝森特等官员展开新一轮经贸磋商。

中国商务部星期天(5月10日)在官网晚上证实上述安排。官网以“发言人答记者问”的方式称, 经中美双方商定, 何立峰将于星期二至星期三(12日至13日)率团赴韩国, 与美国举行经贸磋商。商务部发言人续指, 双方将以两国元首釜山会晤和历次通话的重要共识为引领, 就彼此关心的经贸问题开展磋商。

此前, 贝森特已表明, 他将于星期一(11日)启程, 在“习特会”本周举行之前, 先前往日本和韩国进行一系列短暂会晤。

贝森特在社媒披露, 他将于星期二在东京会见日本首相高市早苗, 星期三在首尔会见何立峰。特朗普预计星期四和五(5月14日和15日)访华。新加坡国立大学李光耀公共政策学院副教授顾清扬接受《联合早报》访问时说, 中美之间的元首级峰会对中国而言是“非常严肃和郑重”的事, 在习近平和特朗普见面之前, 必须先敲定基本原则。

顾清扬分析, 何立峰在“习特会”即将举行之际, 仍赶赴韩

国与美方官员进行磋商, 可能意味着近期出现了一些新情况, 须要双方进一步沟通协调。

他指出, 中东局势或许是其中一个变量。美国与伊朗近日再度发生军事冲突, 中国若此时能在缓解中东局势方面发挥积极作用, 势必有助于中美合作谈判的推进。

他补充, 台海问题可能是另一项议题, 中美这轮磋商可能是为了把台湾问题“放到一个可以谈的位置上”, 为这个议题在“习特会”上被提及和铺路。

此前, 贝森特和贸易代表格里尔曾于4月30日与何立峰进行视频通话。贝森特在通话后在社媒发文称, 与何立峰的通话“坦诚和全面”; 但他也写道, 中国近期“挑衅性的域外管制法规对全球供应链产生了寒蝉效应”。

新华社当时的通稿则指出, 中方就近期美国对华经贸限制措施表达严正关切, 但双方同意继续发挥好中美经贸磋商机制作用, “不断增进共识、管控分歧、加强合作”。

那次视讯通话之后, 中美在经贸领域依然摩擦不断。中国商务部在5月2日发布阻断禁令, 规定“不得承认、不得执行、不得遵守”是美国早前对五家中国石化企业实施的制裁。

中国交付巴基斯坦首艘潜艇 巴国总统亲赴三亚接舰

(北京讯) 巴基斯坦2015年向中国订购8艘配备绝气推进(AIP)系统潜艇, 中国国防部证实, 已经交付巴方首艘潜艇, 宣称这是中巴之间“正常的装备合作”。据巴方发布, 巴基斯坦总统扎尔达里4月30日亲赴海南三亚军港接舰。

中央社报导, 中国国防部上周六(9日)下午就近期涉军问题发布信息。

有记者提问: 据报导, 中方为巴基斯坦建造的“麒麟”级常规动力潜艇首艇在三亚交付, 巴基斯坦总统、海军参谋长等军政高层出席交付仪式。对此有何评论?

中国国防部新闻发言人蒋斌说, 这是中巴之间“正常的装备合作”, 也是“中巴全天候战略合作伙伴关系的生动体现”。近年来, 在两国领导人战略引领下, 两国关系不断迈上新台阶、取得新成果。

他说, 中巴两军多年来“肝胆相照、守望相助”, 在战略沟通、联演联训、人员培训、装备技术等合作领域成果丰硕, 为维护两国安全与地区和平稳定发挥了重要作用。

美媒报导, 巴基斯坦军方4月30日宣布, 首艘汉果尔级



(Hangor-class) 潜艇在中国正式交付巴基斯坦海军, 这是巴基斯坦海军现代化进程中的关键一步, 也是巴基斯坦扩大与北京国防合作的重要一步。

交付仪式在海南三亚军港举行, 巴国总统扎尔达里作为主宾出席, 巴基斯坦海军参谋长阿什拉夫以及两国高级军事官员也出席仪式。

扎尔达里应中方邀请于4月25日至5月1日访问中国, 他在访问期间表示, 这艘先进潜舰的入列是巴基斯坦海军的一个“历史性里程碑”, 体现伊斯兰堡维护可

靠且平衡的国防态势决心。

他说, 巴基斯坦有能力捍卫主权, 保护海上利益, 并确保关键经济命脉的安全。

巴基斯坦是近年中国最大的武器买家, 2015年向中国订购8艘配备AIP系统潜艇, 总价50亿美元(约196亿900万令吉), 创当时中国军贸出口最高纪录。

此举被视为要抗衡印度向法国采购的卡瓦里级(Kalvarii-class)潜舰。

这8艘潜艇的前4艘由中国建造, 后4艘由巴基斯坦建造, 中方提供技术转移。

国民党副主席张荣恭见王沪宁: 两岸不是国与国关系

台湾在野的中国国民党副主席张荣恭星期一(5月11日)在北京与中国大陆全国政协主席王沪宁会面时说, 两岸双方的法律和体制, 都用一个中国架构定位两岸关系, 不是国与国关系。

据国民党文化传播委员会发布的新闻稿, 张荣恭代表国民党出席在北京举办的海峡两岸中华文化峰会, 星期一上午在北京人民大会堂与王沪宁会面。张荣恭首先称, 今年4月10日中共总书记习近平和国民党主席郑丽文的会面与对话, 指引了两岸关系和平发展的方向和途径, 受到两岸各界和国际媒体的高度瞩目。他说, 国共两党领导人的对话与成果, 非常值得两岸各界的支持与肯定。

对于如何推动两岸关系和平发展、促进两岸文化交流, 张荣恭提出三点看法。

首先, 是以中华文化为基础。张荣恭说, 两岸人民同为炎黄子孙, 同属中华民族, 都受中华文化熏陶, 都是龙的传人。所以从民族意识来说, 两岸人民都是中国人、是一家人。



他进一步称, 基于这样的认知, 实践习近平对郑丽文所讲的“有事好好说, 有事多商量”, 才有务实基础。

其次, 以法律体制为规范。张荣恭说, 两岸双方的法律和体制, 都用一个中国架构定位两岸关系, 这是非常清楚的现实。只要把这个现实用起来, 两岸双方的协商机制动起来, 才会有政治基础。

第三, 以共同记忆为媒介。张荣恭说, 去年是台湾人民乙未抗日战争130周年, 是中华民族抗战胜利80周年, 是台湾光复80周年。去年也是国民党前主席连战“和平之旅”20周年, 以及两岸领导人会面10周年。

张荣恭续说, 这些都是两岸的共同记忆, 发

以交流融合增进民生福祉, 坚持以团结奋斗实现中华民族伟大复兴的重要主张, “为两岸关系指明了方向, 激励全体中华儿女携手推进祖国统一大业、民族复兴伟业”。

王沪宁也说, 本届海峡两岸中华文化峰会聚焦血脉相连, 文化相通主题, 坚持以中华文化为荣, 以交流合作为愿, 以和平发展为念, 就是要彰显两岸同胞坚守国土不可分, 国家不可乱, 民族不可散, 文明不可断的共同信念, 彰显两岸同胞做中华文化之守护者、传承者、弘扬者的使命担当, 彰显两岸同胞建设中华民族共同家园的信心决心。

据报道, 星期一举行的海峡两岸中华文化峰会开幕式, 中国大陆方面出席的官员有中共北京市委书记尹力、国台办主任宋涛、国台办副主任赵世濤等; 台湾方面则有两岸企业峰会秘书长尹启铭、中华文化经贸创意协会荣誉理事长洪孟启、故宫博物院前院长冯明珠、资深导演朱延平、艺人伊能静等。

密室逃脱扮演吊死鬼 女员工遭“绳索绕颈”险窒息死!

(台北讯) 台北市信义区松德路一知名密室逃脱昨日(10日)传出惊险意外, 一名29岁吴姓女员工扮演吊死鬼的过程中, 疑上吊绳索出现故障, 导致吴女颈部遭绳索缠绕窒息, 一度失去呼吸心跳, 庆幸经紧急送医抢救后, 目前暂无生命危险。事后, 家属已对相关业者提出过失伤害及过失致重伤告诉。

据台媒新闻云报导, 密室逃脱业者“逻思起子”信义旗舰店10日晚间7时许传出意外, 经警方调查, 吴女是配合“永春医院”游戏桥段以吊绳扮演吊死女鬼进行情境演出, 未料昨晚间却发生意外。

其它工作人员发现表演时间已过, 但吴女却未现身, 前往预先藏身处查看时, 才发现吴女颈部遭绳索缠绕, 已经窒息、没有呼吸心跳, 吓得立即报案求救。

后续救护人员到场后立即将吴女送往医院抢救, 幸目前已救回, 暂无生命危险, 仍住院观察中。警方勘验现场, 初判是上吊绳索缺乏防呆装置与安全配套措施, 导致绳索故障时吴女无法独自脱困、求救, 才会酿成绕颈窒息意外。

另外, 警方后续调阅监视器画面, 并通知相关人等6名到场厘清, 初步排除他人介入事证。

吴女家属后续也对业者提出过失伤害及过失致重伤告诉, 警方依法通知公司代表人古男(38岁)、黄男(32岁)到场说明, 全案讯后依涉嫌刑法过失伤害及过失致重伤罪嫌, 函请台北地方法院检察署侦办。

店家营业项目及职场安全防护等是否符合规定部分, 已通报台北市政府相关业管单位介入调查。

美高官：特朗普将就伊朗问题向习近平施压

(华盛顿讯)美国官员当地时间周日表示，总统特朗普将在未来几天于北京与中国国家主席习近平会晤时，就伊朗问题向习近平施压。但此次“极具象征意义”的超级大国峰会将重点放在缓和贸易紧张局势上。

法新社报导，白宫表示，特朗普第2任期内的首次访华行程将十分隆重，包括参观北京天坛和出席盛大的国宴。

关税、台湾议题以及人工智能(AI)技术和关键矿产资源的竞争等议题也将在世界最大经济体领导人的会晤中被提及。

首席副新闻秘书凯利在电话会议上告诉记者：“这将是一次具有重大象征意义的访问。”

“当然，特朗普总统的出行绝非仅仅为了象征意义。美国人民可以期待总统代表我们国家达成更多利好协议。”

凯利表示，特朗普此次访问的重点将是“重新平衡美中关系，优先考虑互惠和公平，以恢复美国的经济独立性”。

特朗普将于周三晚间抵达北京进行此次访问。由于伊朗战争持续不断，他最初于3月推迟了这次访问。

凯利表示，周四上午将举行欢迎仪式，并与习近平举行双边会晤，下午参观天坛，晚上出席国宴。

周五，特朗普和习近平将举行双边茶会和工作午餐，之后这位美国领导人将返回华盛顿。

凯利表示，预计中国国家主席习近平及其夫人将于2026年稍后回访华盛顿。

由于特朗普仍在寻求结束美国和以色列2月28日发动的伊朗战争，这位美国总统也将寻求敦促德黑兰的盟友北京提供协助。

一位不愿透露姓名的高级政府官员在被问及特朗普是否会就伊朗问题向习近平施压时告诉记者：“我预计总统会就伊朗问题施加压力。”

这位官员补充称，特朗普在与习近平的通话中“多次”表达了对中国透过石油销售，向伊朗和俄罗斯输送收入以及军民两用产品销售的担忧。

这位官员补充说：“我预计这一对话将会继续。”

这位官员还表示，美国近期因伊朗战争而对中实施的制裁也可能被提及。

美中两国也将讨论延长两国领导人去年10月在韩国达成的为期一年的贸易休战协议。由于特朗普全面加征关税，两国关系依然高度紧张。

当被问特朗普此行是否有可能达成延期协议时，第2位美国官员态度谨慎。

这位官员告诉记者：“目前还不清楚是现在就延长，还是以后再延长。我们与中方就此保持著相当频繁的沟通。”

“我认为双方都希望保持稳定。”

这位官员表示，特朗普和习近平还将讨论成立一个由中美官员组成的所谓“贸易委员会”，该委员会将“确定双方在贸易领域共同感兴趣的领域，例如农产品采购、飞机采购等”。

台湾问题也可能被提及，中国正继续推进其对这个自治岛屿的主权声索，而美国已向该岛出售了大量武器。

第一位美国官员表示，特朗普和习近平就台湾问题进行了“持续对话”。“当然，他们最近几次互动都谈到了这个问题。”

泰前首相塔辛假释出狱仍有其它刑事案在身

(曼谷讯)泰国前总理塔辛周一提前出狱，这位政坛重量级人物有望重返公众视野。这位76岁的电信业亿万富豪因贪污罪被判处一年监禁，服刑8个月后获释，而他将在4个月的缓刑期内配戴电子监控设备。

法新社报导，分析家指出，塔辛的缓刑期将持续到9月，但他还有其它未决的刑事案件，这可能会让他不敢发表慷慨激昂的演讲，以免面临进一步的起诉。塔辛的女儿，前首相佩通坦上周四在狱中与塔辛会面后告诉记者，他们“没有谈论任何政治”，只谈了家庭。

塔辛在曼谷的家门外，从车后窗告诉记者：“我蛰伏了8个月。”他并补充称，获释后他感到“如释重负”。

当天上午，塔辛步出监狱后与家人拥抱，数百名身穿标志性红色T恤的支持者聚集在监狱外，有些人高喊“我们爱塔辛”。

“塔辛或许会离开政坛几个月，但他不会退出政坛”，70岁的厨师詹塔特意请了一天假，以示对塔辛的支持。

支持者帕奥告诉法新社，他很高兴看到塔辛重获自由。

“我知道他不会离开我们”，这位76岁的农民补充道。

20年来，塔辛的政治集团一直是泰国亲军方、亲王室精英的主要对手，后者认为他的民粹主义路线威胁了传统的社会秩序。

他的为泰党及其前身是21世纪泰国最成功的政治力量，家



族曾出过4位首相，并赢得了农村人口的广泛支持。

然而，为泰党在2月的选举中遭遇了有史以来最惨重的失败，跌至第3位，引发了人们对塔辛政治王朝未来的担忧。

不过，为泰党加入保守派首相阿努廷的执政联盟，为塔辛的政治复兴留下了可能性。

仍是为泰党幕后操纵者

分析家指出，塔辛仍然是为泰党的幕后操纵者。尽管为泰党在今年的选举中遭遇了创纪录的惨败，但仍成功加入新的执政联盟，并让其外甥进入内阁。

东南亚政治专家钱伯斯表示，塔辛获释后，“将更亲力亲为管理为泰党”。

但钱伯斯指出，这位76岁的老人“年纪太大，无法以正式党魁的身份重返政坛”，他会将为泰党的公众形象留给家族的年轻一代。

塔辛于2001年和2005年两度当选泰国首相，2006年被军方推翻，两年后流亡海外，但他从未停止对国家事务发表评论。

钱伯斯指出，塔辛已将自己“泰国既得利益精英的主要敌人”的角色让给了进步的人民党及其前身。这些政党一直呼吁改革君主制和军队，尤其是在为泰党展现出愿意在其2023-2025年联合政府中接纳极端保王派人士之后。

钱伯斯表示，“年迈的塔辛如今已是一股力量衰弱的势力，他可能对精英阶层构成障碍，但已不再像过去那样对他们构成重大挑战。”

惩教署上个月宣布塔辛获得假释，理由是他年纪较大，且剩馀刑期不到一年。塔辛是850多名获准提前释放的囚犯之一。

雅加達山東同鄉會顧問委員會主席 高林春先生蒙主恩召

安息



主懷

林作虞 林作衡 林明潔 林明華

同敬輓

美伊谈判又再陷入僵局 油价上涨3%

(东京讯)美国总统当地时间周日表示拒绝伊朗对华盛顿和平提议的回应,伊朗再次威胁要在霍尔木兹海峡发动暴力冲突,受此影响,油价开盘大幅走高。

法新社报导,国际原油基准布兰特原油(7月交割)上涨2.69%,至每桶104.01美元。美国同类原油西德州中质原油上涨2.54%,至每桶97.84美元。

美国有线电视新闻网(CNN)报导,美国常驻联合国代表沃尔兹在接受《福克斯星期天新闻》采访时表示,美国在其最新提议中划定了“非常明确的红线”。德黑兰对美国的最新提议作出了回应,特朗普抨击伊朗的回应“完全不可接受”。

近几周和平协议迟迟未能达成,使得重新开放霍尔木兹海峡的可能性更加渺茫。霍尔木兹海峡是全球约1/5石油运输的关键水道。根据伊朗国家媒体报导,一位伊朗高级军



官警告对伊朗实施制裁的国家,当她们的船只通过霍尔木兹海峡时,将会“面临麻烦”。

美国也继续海上封锁伊朗船只和港口。上周五,美军向试图绕过封锁的伊朗籍油轮开火。

布兰特原油价格比战争爆发前上涨了近20美元,美国原油价格也上涨了约10美元。油价上涨导致美国民众的加油成本增加:根据美国汽车协会(AAA)的数据显示,平均汽油价格为每加仑4.52美元。



投资界新梗“NACHO” 金融市场何去何从?

(纽约讯) 随著美国与伊朗情势僵持,霍尔木兹海峡依然实质封闭,在“TACO”(Trump Always Chickens Out,译特朗普总是畏缩)交易之后,华尔街正兴起“NACHO”(Not a chance Hormuz opens,译霍尔木兹海峡开放无望)交易,押注国际油价与通胀都将会居高不下,预期美联储(Fed)将会升息,带动美国短天期公债殖利率率上升。

在美伊战争开打近10周后,美国仍在等待伊朗对于停火谈判提案的回复,同时持续有商船企图闯关霍尔木兹海峡、也有商船遭攻击。

沙地阿美(Saudi Aramco)首席执行官总裁兼首席执行官纳赛尔(Amin Hassan Nasser)直言,若霍尔木兹海峡的贸易流动立刻、或今天恢复,油市将花好几个月重新平衡,但若再受扰超过几周的时间,要到明年才能回归常态。

华尔街的“NACHO”

交易近来也升温,押注油价上涨和通胀顽强,布伦特原油价格持续游走于每桶100美元附近,利率衍生性商品反映美联储明年底前升息的机率已上升,美国短天期公债殖利率率持续上扬,导致美国公债殖利率率曲线趋于平缓。

美国本周将公布的4月通胀预料都将提高,消费者物价指数(CPI)年升率预估将提高到3.7%,生产者物价指数(PPI)更估将年升4.8%,反映燃料与运输成本劲扬,持续对美联储降息的预期泼冷水。

但在股市,美国企业上季的强劲财报,有助抵抗NACHO题材的拖累。

Nationwide首席市场策略员哈克特(Mark Hackett)指出,投资者押注当前的油价震撼,不会让企业今年获利激增之势骤止,人工智能(AI)相关支出与《大而美法案》的效益,也持续推升美国今年的经济成长率预期。

时隔三年首次升息 挪威央行力抗通胀

(奥斯陆讯)挪威央行(Norges Bank)意外宣布把基准利率上调25个基点,由4%调升至4.25%。这是挪威自2023年以来首次升息,也是自中东冲突爆发以来,西欧国家首度调升借贷成本。

此次决策出乎市场预期,虽然市场定价已反映约五成的升息可能性,但媒体调查的17位经济学家中,仅有5位准确预测到升息,多数专家原先预期将维持利率不变。

挪威央行总裁巴舍(Ida Wolden Bache)在声明中明确指出:“通胀率过高,且已连续多年高于



目标水平。”

自2021年初以来,挪威的通货膨胀率一直未能达到2%的央行目标,目前的核心通胀率仍高于3%。

这项决定使挪威央行与澳洲央行一并,跻身先

进国央行鹰派阵营。欧元区及英国的央行预计将等到6月才会采取行动。

近期,挪威出现的斯堪地那维亚地区(Scandinavia,指欧洲西北部地区)最低的失业率

及强劲的工资成长,这些因素支撑了物价上涨。

中东局势方面,尽管美国和伊朗达成临时停火,但霍尔木兹海峡的航运受阻持续推高石油与大宗商品的价格。在长期未能实现通胀目标的情况下,挪威央行此次升息展现了把通胀拉回2%目标的决心。

升息消息公布后,挪威克朗汇率应声走强,兑欧元一度上涨0.6%附近。市场分析员指出,若挪威央行未来没能按市场隐含预期般升息,挪威克朗可能面临走弱风险,进而加剧进口通胀。

终结连12季亏损 沙地阿美Q1获利飙25%

(达兰讯)历经12季度的亏损窘境后,沙地阿拉伯国营石油公司——沙地阿美(Saudi Aramco)终于迎回春天!

外媒报道,受惠于中东战争引发的油气价格暴涨,沙地阿美周日(10日)公布2026财年首季净利达1201亿3000万里亚尔(约1258亿2108万令吉),按年增长25.5%,不仅终结连12季衰退窘境,表现亦优于市场预期。

此次获利暴冲主要受惠于伊朗关闭具战略意义的霍尔木兹海峡。随著海峡航运近乎停摆引发全球能源危机,国际油价从2月初的每桶60多美元,一路狂飙至3月的100美元上方。

这家全球最大石油出口商在一份声明中指出,营收激增主要归功于原油、精炼油品及化学产品的售价与销量同步扬升。

值得注意的是,沙地阿美凭借可绕开海峡的陆上管线基础设施,成功在动荡局势中维持出口灵活性。

目前,沙地阿美在全球拥有7万6000名员工,被视为全球能源市场最



具影响力的企业之一。

此次财报显示,即使面临区域冲突升温、能源设施遭受攻击,以及海湾港口出口受限等压力,仍足以维持全球能源供应能力、巩固市场地位。

然而,该公司总裁兼首席执行官纳赛尔(Amin Hassan Nasser)仍对前景发出严峻警告。

他表示,即便海峡贸易航运即刻

恢复,市场仍需数月才能重获平衡;若封锁持续数周以上,供应中断恐延续至2027年。

上述发言凸显地缘风险加剧,美伊谈判进展有限已严重冲击全球能源供应链。

沙地阿美此次亮眼财报及其维持的高额股息,对支撑沙地阿拉伯经济至关重要。

裁员500人 保时捷大瘦身

(祖文豪森讯)大众汽车(Volkswagen)旗下汽车品牌——保时捷(Porsche)宣布,计划裁减500多人,同时关闭3家子公司,专注于核心业务。

据德媒报导,这家德国豪华汽车制造商近几年日子不好过,电动车研发的大量投资往往未能取得预期回报,而且该公司深受美国总统特朗普加征关税的影响;在中国的业务也表现疲软。

保时捷首席执行官莱特斯(Michael Leiters)表示,该公司必须重新聚焦其核心业务,这是成功进行策略调整的必要基础,“这迫使我们做出痛苦的裁员,包括裁减子公司”。

德国《明镜周刊》指出,保时捷在全球拥有约4万2000名员工。早在2025年初,这家汽车制造商就宣布裁员1900人的计划。当时,其目标是到2029年将员工人数减少约15%。

目前,公司尚未公布具体的裁员时间表及3家子公司的关闭时程。

报道称,保时捷计划关闭旗下3家子公司为Cellforce Group GmbH、Porsche eBike Performance GmbH及Cetitec GmbH。其中,Cellforce Group专注于电池晶技术研发;Porsche eBike Performance主要开发电动自行车驱动系统;Cetitec则专注于汽车科技解决方案。

外媒称,豪华车厂在业绩承压与电动化转型压力下展现出策略收缩,同时也反映全球超级豪车市场正

迎来深度重构与洗牌。(图取自网络)就在两周前,保时捷将持有的布加迪锐马克(Bugatti Rimac)45%股权及锐马克集团(Rimac Group)20.6%股权,转让给由纽约创投基金——HOF Capital牵头的国际财团,整体估值约10亿欧元(约46亿1200万令吉),预计今年年底前完成交割。

这笔交易既是豪华车厂在业绩承压与电动化转型压力下的策略收缩,同时也反映全球超级豪车市场正迎来深度重构与洗牌。



中东战事致塑料包装材料供应紧缺 日本多种食品被迫停售

(东京讯)受中东局势影响,日本用于制造塑料包装材料的关键原料供应紧张,许多食品生产商因包装材料不足被迫停售部分产品。日本媒体预计,随著塑料包装材料价格上涨,日本今年夏季将再度遭遇食品“涨价潮”。

新华社周一报导,伊朗战事以来,日本原油进口量骤降,由原油加工所得、用于制造包装材料的石脑油供应趋紧,引发食品生产行业广泛担忧。位于埼玉县川越市的一家饺子厂宣布,本月1日起在近100家店铺停售冷藏饺子,原因是包装饺子用的塑料托盘难以购得并且价格暴涨。这家饺子厂表示,今后将主要生产无需塑料托盘的袋装冷冻饺子。

位于广岛市的一家酱料生产企业表示,由于缺乏塑料包装容器,将停售多种酱料

和调料。此外,多家纳豆和面包生产商因包装材料涨价而上调商品价格。

由大型食品制造商和零售商等组成的“日本国民生活产业·消费者团体联合会”4月底发布的一项调查结果显示,44.1%的受访企业已因塑料包装材料等供应不足受到影响,31.4%表示今后3个月内将受到影响。当被问及应对措施时,72.5%的受访企业表示将涨价,35.3%的企业表示将考虑停售部分产品。

媒体预计,随著食品制造商将包装材料成本转嫁给消费者,日本今年夏季将有大量食品涨价。日本上一轮大规模食品涨价潮发生在2023年。受原材料价格大幅上涨、日圆贬值增加进口成本等因素影响,日本当年有超过3万2000种食品价格上涨,数量为30年来最多。

中国4月PPI增速写下45个月新高

中东战争触动全球能源价格上涨，持续推高制造成本。中国官方数据显示，中国4月全国工业生产者出厂价格(PPI)连续两个月同比上涨，增速写下45个月新高。

中国国家统计局星期一(5月11日)发布的最新数据显示，中国4月PPI同比上涨2.8%，高于路透社预估的增1.6%。中国3月PPI由2月下降0.9%转为上涨0.5%，高出市场预期的增0.4%，结束三年的跌势。

数据也显示，中国4月全国居民消费价格(CPI)同比上涨1.2%，高于市场预期的增0.9%。中国3月CPI同比上涨1.0%，较2月增1.3%低，也低于市场预期的增1.1%。

中国统计局城市司首席统计师董莉娟解读上述数据时说，受国际原油价格变动和假期出行需求



增加影响，中国4月居民消费价格指数(CPI)环比上涨0.3%，同比上涨1.2%，扣除食品和能源价格的核心CPI同比上涨1.2%，保持温和回升。

品价格快速上涨，国内部分行业需求增加、市场竞争秩序不断优化等因素影响，中国4月工业生产者出厂价格指数(PPI)环比上涨1.7%，同比上涨2.8%，涨幅比上月均有所扩大。

董莉娟也说，受国际大宗商

BCA 匯率		(2026年5月11日) 来源: 中亞銀行 (BCA)			
外幣	代碼	現匯		現鈔	
		買進	賣出	買進	賣出
美元	USD	17.270,00	17.570,00	17.270,00	17.570,00
新元	SGD	13.607,30	13.854,30	13.600,00	13.847,00
歐元	EUR	20.304,10	20.710,10	20.284,00	20.687,00
澳元	AUD	12.463,70	12.750,70	12.462,00	12.729,00
英鎊	GBP	23.450,25	23.936,25	23.444,00	23.902,00
日元	JPY	109,39	112,44	108,89	112,80
人民幣	CNH	2.556,23	2.573,27	2.482,65	2.648,75
令吉	MYR	4.426,96	4.446,23	4.379,55	4.489,55



中国4月国内汽车销量连续七个月下滑 出口保持强劲

中国4月国内汽车销量连续第七个月下滑，更多车企转向海外市场，以抵消国内市场激烈竞争的负面影响，中国4月汽车出口保持强劲。

路透社报道，中国汽车流通协会乘用车市场信息联席分会(乘联分会)星期一(5月11日)发布的数据显示，4月国内汽车销量同比下降21.6%，至140万辆。

乘联分会秘书长崔东树表示，由于油价高企，燃油车销量未达预期；而插电式混合动力汽车的需求也较为疲弱。

占国内汽车总销量60.6%的电动汽车及插电式混动车销量同比下降6.8%，连续第四个月下滑。

相比之下，电动汽车及插电车出口同比增长111.8%，整体汽车出口增长80.2%。

这一增长部分受到中东战事下全球油价上涨推动，海外市场对于电动车的需求有所提升。

报道指出，中国汽车销量国内疲弱与出口强劲之间的落差，在全球最大电动汽车制造商比亚迪的业绩中体现最为显著。尽管公司的海外出口持续增长，其全球销量已连续第八个月下滑。

上个月，美国投行摩根士丹利(Morgan Stanley)维持对中国汽车批发销量今年下降2%的预测，但将出口增长预期从15%上调至33%。同时，这家机构预计国内销量降幅将从此前预测的6%扩大至11%。



中国国内油价迎年内第七涨 加满一箱油多花12元人民币

国际市场原油价格震荡，中国国内油价迎年内第七涨。图为广州一处加油站，摄于5月

国际市场原油价格震荡，中国国内油价迎年内第七涨，车主加满一箱油将多花12.5元(人民币)左右。

中国国家发展和改革委员会星期五(5月8日)在官网发布，4月21日中国国内成品油价格下调以来，国际市场原油价格剧烈震荡，前期大幅上涨后近日有所回落，本次调价的前10个工作日平均价格，高于上次调价前10个工作日平均价格。

根据国际市场油价变化情况，当局决定自星期六(9日)0时起，中国国内汽、柴油(标准品)价格每吨分别上调320元、310元。

发改委要求，中石油、中石化、中海油公司及其他原油加工企业要组织好成品油生产和调

运，确保市场稳定供应，严格执行国家价格政策；中国各地相关部门要加大市场监督管理力度，严厉查处不执行国家价格政策的行为，维护正常市场秩序。

据中新社报道，机构测算，此次调价折合92号汽油每升上调0.25元，95号汽油每升上调0.27元，0号柴油每升上调0.26元。

机构分析，本轮调价周期内国际原油价格上涨，成品油对应也是上调趋势。

此次调价后，中国今年至今的调价格局为“七涨一跌一搁浅”，全国大多数地区车柴价格每升8.4至8.6元，92号汽油零售限价在每升8.5至8.6元。

此次调价会使私家车主用油成本增加，以油箱容量50L的普通私家车计算，这次调价后，车主加满一箱油将多花12.5元左右。

中国下一轮成品油零售调价窗口将在5月22日开启。

台湾4月进出口额创单月新高

台湾官方数据显示，台湾4月进出口额创单月新高。

台湾财政部星期五(5月8日)在官网发布的新闻稿介绍上述信息。

根据新闻稿，台湾4月出口676亿2000万美元(856亿5100万新元)，创历年单月新高，较上月减15.7%，较上年同月增39%(按新台币计算增34.6%)；累计1至4月出口2633亿5000万美元，较上年同期增47.8%(按新台币计算增42.4%)。

台湾4月进口532亿7000万美元，也为历年单月新高，较上月减9.6%，较上年同月增29.2%(按新台币计算增25.1%)；累计1至4月进口1960亿5000万亿美元，较上年同期增33.2%(按新台币计算增28.4%)。

台湾财政部在新闻稿中指出，人工智能(AI)、高效能运算及云端服务等应用商机持续热络，带动相关供应链需求维持高档，加以部分产品报价调涨，4



月出口676亿2000万美元，连续30个月正成长；进口随AI产业链国际分工运作、资本设备购置增加，以及能源价格大幅攀升，规模值532亿7000万美元。累计1至4月出、进口分别年增47.8%、33.2%。

出，各国加速建置AI基础设施，以及AI相关应用场域持续推进，带动半导体及资通讯供应链需求强劲，加上台湾先进制程及高阶封装产能陆续开出，均有助支撑出口动能，上半年可望维持两位数成长态势，但仍须密切关注中东地缘政治冲突、美国贸易措施等发展动向。

展望未来，财政部说，随主要云端服务供应商扩大资本支

深圳楼市新政刺激买气 促成今年首个“日光盘”

(深圳综合讯)中国广东省深圳市上月底出台楼市刺激新政后，市场买气迅速升温，外地购房者纷纷涌入，楼市出现今年首个“日光盘”。

综合《21世纪经济报道》“香港01”等报道，深圳上月29日出台楼市新政，放宽福田、南山等核心区的限购门槛，深圳户籍家庭限购数量从两套增至三套。

此外，公积金贷款额度也提高，个人贷款额度从60万元(人民币，下同，11万2000新元)增至70万元。

据统计，“五一”长假期间，深圳南山区新房和二手房签约量同比分别大涨105%和85%；福田区新房和二手房签约量则分别同比大涨100%和77%。

深圳也出现今年首个“日光盘”：光明区某新楼盘的92套



房，开售40分钟即售罄。

广东省城乡规划局住房政策研究中心研究员李宇嘉指出，放开

中心区限购的目的，是激活部分外地人群以及本地户籍资产配置型购房者的需求。

百度AI晶片子公司昆仑芯 拟在沪港两地上市

中国搜索引擎巨头百度旗下的人工智能(AI)晶片子公司昆仑芯计划在上海科创板进行首次公开募股(IPO)，同时推进在香港的上市计划，以迎合投资者对半导体股票的投资需求。

综合彭博社和澎湃新闻报道，据中国证监会官网星期五(5月8日)消息，昆仑芯(北京)科技股份有限公司拟首次公开发行股票并在科创板上市，中国国际金融股份有限公司担任辅导机构。

辅导备案报告显示，昆仑芯成立于2011年6月，公司控股股东为百度(中国)有限公司，占公司



57.67%股份。百度今年1月2日公告称，昆仑芯已在1月1日以保密形式向香港联交所提交上市申请。百度星期五的港股股价一度上涨逾4%。

据彭博社去年12月报道，昆仑芯市场估值至少30亿美元(38亿新

元)。香港《南华早报》星期五引述知情人士报道，昆仑芯赴港上市，寻求至少1000亿人民币(186亿新元)的市场估值。杰富瑞金融集团预计，昆仑芯香港上市计划预计在第三季度完成。

中国科技企业在港股上市前后同步推进A股辅导备案，已成为行业普遍做法。此前，智谱AI、壁仞科技等中企也有类似安排。

业内分析人士指出，中国科技企业在推进港股上市的同时，提前布局A股辅导备案，既可保留未来境内融资的灵活性，也体现了对国内资本市场的长期信心。

雅加達山東同鄉會顧問委員會主席 高林春先生安息主懷



榮歸天國

俞雨齡 黃春蘭
敬輓





INDONESIA
印度尼西亚日报

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

2026年5月12日 (星期二) B1



你最忠实的伙伴
Teman Setia Anda

「澳門銀河」豪华综合度假城
无限体验 一站呈献
»»澳门航空 雅加达 ↔ 澳门直航每周三班««

AIR MACAU 澳門航空 GALAXY MACAU 澳門銀河

立即预订
www.galaxymacau.com

海内外侨界英才聚山西阳泉 以侨促转 赋能高质量发展



合作签约仪式。

“以侨促转·走进阳泉”海内外侨界高层次人才服务高质量发展大会在阳泉市举办。山西省侨联党组书记、主席王进仁，阳泉市委书记鞠振出席活动并讲话。阳泉市委副书记、政法委书记师旭明主持。

王进仁指出，本次活动是山西省侨联

落实省委、省政府和中国侨联部署要求、服务全省转型发展的务实行动，也是凝聚侨心、汇集侨智、发挥侨力，推动侨界资源与阳泉经济社会发展深度融合的创新举措。

他表示，当前山西正处在奋进

“十五五”开局起步、高质量发展全面提速的关键窗口期。阳泉作为晋东区域中心城市、能源革命综合改革试点重要节点，产业转型前景广阔，发展机遇千载难逢。山西省侨联将充分发挥独特优势，以侨智破题转型，以高校联盟聚能，以侨为桥双招双引，以服务凝聚侨心侨力，为谱写中国式现代化山西篇章作出侨界更大贡献。

“阳泉是一座因煤而兴、因矿而强的工业老城，更是一座蓄势赋能、向优向新的创新之城。”鞠振在讲话中说，近年来，阳泉市委、市政府始终把侨务工作、人才工作深度融入全市高质量发展大局。当前，阳泉正处在优势重塑的机遇期、新旧转换的攻坚期。

鞠振表示，真诚期盼以此次活动为契机，进一步深化与海内外侨界英才、特聘专家的交流合作。希望侨界英才聚焦新材

料、新能源等关键领域，把先进理念和科技成果带到阳泉，同时推动阳泉企业和特色产品“走出去”，助力海内外资源和高层次人才“请进来”，让成果真正用在转型实践中。

大会还举行了阳泉市人才政策推介、高层次人才聘任仪式及合作签约，山西省侨联兼职副主席、诚迈科技股份有限公司董事长王继平，山西农业大学校长、山西省农科院院长孔照胜与北京大学国家发展研究院经济学教授、中国医学科学院学部委员刘国恩三位专家围绕人工智能、乡村振兴、康养领域作主旨发言。

阳泉市委常委、组织部部长李遆，阳泉市副市长句爱云，各地市侨联、高校侨联负责人，山西省侨联特聘专家委员会委员、高校侨联联盟理事、海内外侨商代表，以及阳泉市相关部门、各县(区)主要负责人参加相关活动。(中新网)



高层次人才聘任仪式。



大会现场。

侨商王琳达绩溪寻根 教育报国 育人不息



在绩溪县幼儿园吴家山校区，王琳达与孩子们互动。

“我要给孩子们插上两个翅膀，一个做人，一个做事，两翼平衡，才能飞得更高更远。”深耕内地三十余年的侨商王琳达，以这句朴素话语，道出毕生坚守的家国情怀与教育初心。

5月8日至10日，中国侨联常委、怡海集团董事长王琳达率家族后人赴安徽绩溪寻根，重访父亲王汉昭将军1949年率部起义旧址。

黄埔出身的爱国将领王汉昭，1949年在绩溪率部起义，为皖南解放立下功勋。“这段历史父亲从未主动提及，我们找了许多年，直到踏足这里，才真正追寻到他的革命足迹。”站在青砖黛瓦的起义旧址前，王琳达眼眶泛红，几度哽咽。

从起义筹备的司令部、议事旧址，到当年的庆功场所……每一处遗迹都勾起她对父亲的深切思念。父亲低调奉献、公私分明的家风，早已刻进她的血脉，也成为她1989年

带着500万美元回内地创业的底气。

当时，不少人对内地发展心存观望、迟疑不前，王琳达却义无反顾投身改革开放浪潮。1989年6月，王琳达带领怡海集团从香港来到广州，开发怡海广州世界贸易中心。她也成为改革开放后最早进入内地的侨商之一。“父母从小教我，中国人要记得根，有能力就要报国。”她始终践行这句嘱托。



王琳达(右五)与家人一起在绩溪寻根。

后来，受爱国华侨领袖陈嘉庚倾资办学精神影响，王琳达立下实业报国、以企兴教的誓言。1997年，她在北京创办怡海教育集团，牵手名校联合办学，打造从幼儿园到中学的全周期教育体系，成为将名校引入社区的先行者。

“办教育不是有钱就行，要真心为国家、为下一代育人。”王琳达把做人做事的理念融入日常。如今，她的学生遍布海内外，不少海外校友见到她，仍会笑着提起“两个翅膀”的约定，侨界青年学子更将这份教化化作报国动力。

王琳达说，海外侨胞爱国爱乡刻在骨子里，国家强大是他们最坚实的底气。作为侨界代表的她还常鼓励侨界青年学成归国，传承赤子之心。

此次寻根，王琳达带上了家族第二代、第三代后人。“先辈的奉献精神是宝贵财富，要让年轻人亲眼见、用心记，代代相传。”她表示，将推动怡海教育集团与绩溪中小学缔结友好学校，在文体、文化领域携手，让两地孩子共享优质资源，厚植家国情怀。“无论走多远，我都是中国人，要为国家、为人民做事。”王琳达说。(中新网)



粤港澳大湾区“龙狮汇” 河源非遗追龙大巡游举行



今年“五一”假期期间，“追龙啰！湾区‘龙狮汇’·河源五一嘉年华”活动(简称“活动”)在河源举办。

据悉，本次活动以“追龙”为核心主线，整合非遗展演、景区联动、美食体验、沉浸式互动四大板块，着力打造河源五一假日特色文旅品牌。粤港澳大湾区“龙狮汇”——河源非遗追龙大巡游(简称“追龙巡游”)2日晚在东源县举行。

当晚，东源县体育馆外人潮攒动，火炬方阵、粤港澳大湾区各

龙狮队、巡游各方阵在这里集结。非遗代表性传承人手持火炬点燃篝火，200人手持真火把组成的核心方阵引领前行。

追龙巡游现场，东源香火龙领衔“群龙会师”，江坑村庆灯笼、福坑村林屋开灯笼、高车村香火龙、苏杨猫头狮等队伍依次汇入巡游队伍。不少市民和游客高举电子火把，追随舞动的龙狮，祈福吉祥如意，沉浸式感受民俗魅力，共同形成“万人追龙”的盛况。随后，巡游队伍汇聚于

东源县文化科技中心广场举行龙狮展演活动。

此外，河源市还精心策划了非遗进景区、“追龙食味·客宴河源”、“寻龙奇遇”沉浸式互动寻宝等系列活动。

5月3日，万绿湖风景区开展非遗进景区活动，非遗代表性传承人向游客生动讲述东源追龙历史，并组织原汁原味的“东源追龙”非遗专场表演。

据了解，以“追龙”民俗为纽带，河源同步举行“追龙食味·客宴河源”活动，游客可一站式品尝客家本土小吃等特色美食。

主办方表示，活动以“东源追龙”民俗活动为核心，联动粤港澳大湾区龙狮文化资源，搭建湾区文旅交流平台，构建“赏非遗、看追龙、品美食、购文创”一体化文化消费新场景。(中新网)

PSG收兵仍胜布雷斯特 与法甲冠军近在咫尺

(巴黎综合电) 杜埃(Doue)第82分钟替补绝杀, 助巴黎圣日耳曼(PSG)在新加坡时间星期一(5月11日)凌晨的法甲联赛中, 主场以1比0小胜布雷斯特(Brest), 几乎锁定了队史连续第五个法甲冠军。

这场胜利让巴黎圣日耳曼在联赛还剩两轮的情况下积分达到73分, 领先排名第二、同样还剩两场比赛的朗斯(Lens)六分, 但净胜球优势明显, 因此“大巴黎”只须在本周中客场与朗斯的正面对决中取得一分, 就能确定夺冠。

事实上, 就连巴黎圣日耳曼最后两场输球, 朗斯取得两连胜, 后者也预计无法扭转他们多达15个净胜球的劣势。

面对大幅轮换阵容的大巴黎, 布雷斯特上半场防守表现稳固, 但下半场多次被突破, 最终杜埃在禁区边缘一脚射门帮助球队拿下本赛季法甲第23场胜利。

大巴黎因在上周中与德甲豪门拜仁慕尼黑(Bayern Munich)展开欧洲冠军联赛半决赛次回合,



因此本场比赛收起了多名主力。在该场欧冠赛中, 这支卫冕冠军在客场以1比1踢和拜仁, 凭两回合6比5的总成绩, 连续第二年锁定决赛资格。他们将在本月30日与英超领头羊阿森纳(Arsenal)争夺欧冠冠军。

其他比赛方面, 里尔(Lille)客场以1比0击败摩纳哥

(Monaco), 凭借这场胜利超越在另一场比赛中1比2败给图卢兹(Toulouse)的里昂(Lyon), 升至积分榜第三位。

法甲只有排名前三的球队才能直接获得欧冠正赛资格, 排名第四的球队需要从欧冠资格赛踢起, 并必须通过两轮主客场淘汰赛, 才能进入欧冠联赛阶段。

支球队就像一个家庭。

“后来我决定把这个消息告诉球员们, 他们之后所做的一切令人难以置信。我永远不会忘记那个时刻。”

终场哨响后, 弗里克被球员们高高抛起庆祝。他说, 自己“从未”像今天这样, 在一座球场里感受到如此多的爱。

这名主帅还说, 球队仍希望在剩余三场联赛中追平西甲单赛季的100分纪录, 下赛季最大的目标, 则是结束长达11年的欧冠冠军荒。

皇马主帅:
球员须把集体利益置于个人之上

皇马主帅阿韦洛亚(Arbela)则说: “我们已经没有太多可说的了。我们理解他们(球迷)的沮丧、失望, 也明白他们对这个赛季有多么不满。我们唯一能做的, 就是继续努力, 为未来做准备, 并从今年所有犯下的错误中吸取教训。”

“皇马总会重新站起来。我们曾无数次跌倒, 也无数次重新崛起, 但我理解每一个皇马球迷可能感受到的愤怒。我们必须努力扭转目前的局面。”

他也呼吁球员们: “要把集体利益置于个人之上, 因为除了天赋之外, 我们始终需要有清晰的理念, 对我来说, 这正是起点。”

阿韦洛亚在今年1月从阿隆索(Alonso)手中接过皇马教鞭, 但在无力协助球队夺得任何冠军, 并眼看着皇马内讧逐渐浮上台面后, 预计这名皇马名宿很快就要下课。

外界最近盛传曾率队夺得联赛、西班牙杯和超级杯冠军的葡萄牙名帅莫里尼奥(Mourinho)将回锅救火。

塞取得梦幻开局。

再过九分钟, 巴塞已将领先优势扩大至2比0, 费兰·托里斯(Ferran Torres)一脚势大力沉的射门再下一城。

皇马的贝林厄姆(Bellingham)在第62分钟有一个进球因越位在先被判无效。除此之外, 皇马的进攻几乎毫无威胁, 让巴塞得以从容守住胜果, 实现西甲卫冕。

弗里克赛后受访时说: “我感到非常自豪。我永远不会忘记这一天, 永远不会。我为这次胜利感到高兴, 而这座球场里的氛围简直令人难以置信。”

这名德国主帅透露, 他当天早上接到母亲的电话, 得知父亲的死讯。

“今天早上, 我妈妈打电话给我, 说我父亲去世了。我在想, 我是否应该隐瞒这件事, 还是应该告诉我的球队? 因为对我来说, 这

率队3比0完胜日本夺世乒赛12连冠 王楚钦为自己送上最佳生日礼

中国男队星期一(5月11日)凌晨以3比0战胜日本, 夺得2026伦敦世界乒乓球团体锦标赛男团冠军, 完成十二连冠大业, 同时也收获史上第24冠。

这样一来, 中国队也包揽本届男女团冠军, 张本兄妹领军的日本队则双双收获亚军。

帮助中国队夺冠后, 比赛当天庆祝26岁生日的世界头号王楚钦也当选赛会最佳男球员, 为自己送上最佳生日礼。

他在赛后对《联合早报》

说: “能在乒乓球百年之际, 来到伦敦见证这个历史性的时刻, 并能身在其中, 我觉得作为运动员非常荣幸和骄傲, 因为这不是谁都能参与到的, 这个冠军是我最好的生日礼物。”

这是自2016年吉隆坡后, 中日时隔10年再度会师世乒赛男团决赛。中国志在冲击12连冠, 日本则渴望收获57年来的首个男团冠军。在此前种子排位赛中, 前者遭遇两连败, 进入淘汰赛后才逐渐复苏。日本则未输一场, 信心满满。

父亲过世几小时后率队西甲夺魁 巴塞主帅: 永不忘记这一天

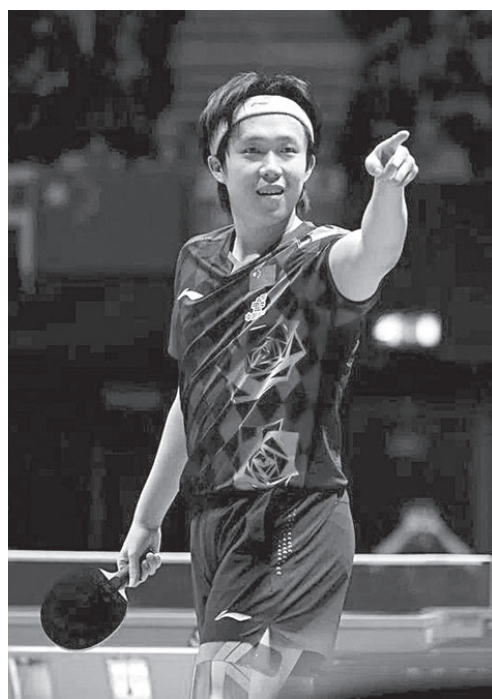


(巴塞罗那综合电) 在父亲去世仅数小时后, 巴塞罗那(Barcelona)主帅弗里克(Flick)率队在西班牙国家德比战中以2比0战胜宿敌皇家马德里(Real Madrid), 连续第二年, 同时也是队史第29次夺得西甲冠军。他在赛后说: “永远不会忘记这一天。”

两支西甲巨头本仗皆残阵出击, 主场作战的巴塞少了当家球星亚马尔(Yamal), 近来犯众怒的皇马法国球星姆巴佩(Mbappe)也因伤无缘这场德比战。日前与队友舒阿默尼(Tchouameni)发生冲突, 头部需要缝针的巴尔韦德(Valverde)也没能为皇马出战。

巴塞2比0获胜
皇马一进球被取消

在开赛仅仅九分钟, 皇马就为对手送上罚球, 拉什福德(Rashford)主罚一蹴而就, 为巴



14比1狂胜吉兰丹 柔佛追平最长联赛不败世界纪录

马来西亚足球豪门柔佛达鲁达格敬(Johor Darul Ta'zim, 简称JDT)星期天(5月10日)在最后一轮马国超级联赛中, 以14比1狂胜吉兰丹皇家勇士(Kelantan The Real Warriors)后, 达到跨赛季108场联赛不败, 追平世界纪录, 还刷新马超联赛史上最大比分。

科特迪瓦的ASEC米莫萨斯俱乐部(ASEC Mimosas)曾在1989年至1994年写下国内联赛108场不败的世界纪录, 而柔佛王储东姑依斯迈所拥有的JDT, 本场火力全开横扫吉兰丹后, 也追上这一纪录, 并寄望能在下赛季首轮联赛打破世界纪录。

在这场马超收官战中, JDT依然强阵出击, 在上半场就打出了8比0的惊人比分。巴西射脚伯格森(Bergson)第一分钟就进球, 他最后本场独进六球, 相当于两个帽子戏法。

来自阿根廷的伊达尔戈(Hidalgo)也上演帽子戏法, 另外五人各进一球, 让JDT打破他们去年10月创下的联赛最悬殊比分纪录。当时JDT以10比0横扫本赛季告别新加坡联赛, 加入马国联赛的文莱DPMM(Brunei DPMM)。JDT最后在本赛季24场联赛中狂进117个进球, 创造联赛之最。

虽然JDT是客队, 但这场创纪录之战在他们的主场苏丹布拉欣体育场举行, 这是因为吉兰丹首府哥打峇鲁天气不佳, 吉兰丹要求更换场地。

已经连续12个赛季赢得马来西亚超级联赛冠军的JDT, 上一次在国内联赛输球是在2021年4月24日, 客场1比2不敌登嘉楼(Terengganu)。自那过后, 他们已经超过五年在马国联赛不败。

在国内难逢对手的他们, 在过去三个赛季皆以不败之姿完成史无前例的国内赛事四冠王创举, 拿下慈善盾、足总杯、马超和马来西亚杯冠军。他们本赛季已经获得前三项赛事的冠军, 下来将放眼在5月23日的马来西亚杯决赛战胜古晋城(Kuching City), 连续四年荣膺四冠王。

英超三场皆和局 众球队“喜闻乐见”维拉踢平



在新加坡时间星期天(5月10日)进行的三场英超比赛全部踢成和局, 阿斯顿维拉(Aston Villa)在客场2比2踢平已经降级的伯恩利(Burnley), 对其他争夺欧战资格的球队来说, 可谓“喜闻乐见”。

之所以这么说是因为维拉在本轮比赛结束后以59分, 继续排名第五。而维拉在几天前闯入欧洲联赛决赛, 如果他们最终夺冠, 并在英超排名第五, 他们将以欧洲联赛冠军身份进入下赛季欧冠联赛, 而原本英超球会在“欧洲表现系数”下因欧战表现出色而获得的另一个欧冠名额, 将由第六名球队获得, 这让目前排名第

六的伯恩茅斯(Bournemouth)也有可能首次亮相欧冠, 让第六名争夺战在余下两轮也变得激烈。

维拉在这场英超比赛中, 被伯恩利的安东尼(Anthony)在第八分钟先进球, 随后他们依靠巴克利(Barkley)和沃特金斯(Watkins)在上下半场各进一球反超。不过, 这样的优势只维持两分钟, 伯恩利在第58分钟由弗莱明(Fleming)扳平比分。

值得一提的是, 沃特金斯的进球由门将马丁内斯(Martinez)助攻, 后者以一记精准长传球撕裂伯恩利防线, 让沃特金斯攻入球队在英超历史中的第1500个进球。

孫宇晨VS特朗普家族 加密貨幣平台官司互相起訴
塔信出獄成為中間力量 調和激進派與保守派的潤滑劑

亞洲週刊

香港國安政治寓言
港英幽靈之亂 港片反思人心回歸

寒戰 1994

東南亞網約車大洗牌競爭激烈

亚洲周刊：梁孙逸

印尼数十万劳工在五一劳动节当天走上街头，劳工示威游行呈现分化，亲政府团体与独立劳工团体各自表达不同诉求。

五一劳动节当天，印尼数个劳工团体举行示威游行，主要诉求是争取和维护劳工阶层权益。然而，当天出现了两个不同路线的劳工团体在不同地点举行示威游行，其中一个团体比较支持和亲近政府，另一个则相对独立。比较支持政府的印尼全国劳工联合会在首都雅加达的独立纪念碑附近集会，并邀请总统普拉波沃出席。另一派强调独立自主的劳工团体，主要由工会与人民联合运动联盟发起。

印尼全国劳工联合会会长赛伊德此前声称，劳动节当天发动有大约五万名工人参加，在全国三十八个省份、三百五十多个县市举行活动，赛伊德表示，活动重提去年的诉求，共有六项：一，推动落实劳工法；二，取消劳工外包制度和低报酬；三，停止因为战争或者进口引起的裁员；四，改革税务；五，为家庭佣工（或住家保姆）制定劳工保护法；六，为杜绝贪腐制定没收财产法。五一当天，普拉波沃在印尼全国劳工联合会群众面前，承诺为摩的（网约摩托车）争取最大权益。

而属于工会与人民联合运动一员的全印尼工会大会发言人苏纳诺於五一当天表示，工会与人民联合运动成员不愿参加印尼全国劳工联合会的活动，因为认为该活动已经被权力收编。苏纳诺表示，侵犯劳

印尼数十万劳工上街 两大派系分庭抗礼



雅加达的五一劳动节集会：工人们走上街头表达诉求。(图：欧新社)

工权益的案件频发，比如工资低於最低工资标准、超长时间工作、没有社会保障、违反工作安全等。他也指出当前普拉波沃与吉布兰搭档的重新军事化问题，比如军队士兵参与政府的免费营养餐项目等，甚至批评政府的异见分子都面临暴力威胁等。工会与人民联合运动的诉求分别是：政府和国会立即落实倾向劳工的劳动法；保护女劳工和残疾人；提高从事教育、教授、零工、卫生与健康工作者的待遇；维护民主并停止再军事化；声援巴勒斯坦、伊朗、委内瑞拉、古巴等。

根据组织者及政府估计，参与整个活动的总人数达到二十万人。

赛伊德是印尼知名的劳动代表，他在普拉波沃於二零一四、一九及二四年竞选总统时就选择支持普拉波沃。赛伊德硕士毕业於印度尼西亚大学，一九九二年起在爪哇省一家日资电子厂工作并於二零一二年当选该工场工会会长，率该工会成为印尼最具纪律的工会之一。他也於二零二一至二四年间任国际劳工组织副总干事。除积极

为工人争取权益外，赛伊德还於二零二一年创立印尼劳工党，正式参与政治。

他也反对中国劳工在印尼工作，曾经於二零二零年呼吁印尼政府遣返在南苏拉威西省投资兴建镍矿的中国江苏德隆公司的五百名中国劳工。而这家公司在当地所采的镍进行冶炼，之後成为钢铁复合材料和电动汽车电池材料，有望让印尼镍矿成为整个电动汽车产业链的一环。此事件突显了产业发展与工人权益之间的矛盾。

印尼全国劳工联合会几乎每年动员数万名成员上街游行示威，争取劳方权益；而这些诉求也影响到资方。印尼雇主协会站在资方的角度，呼吁政府在提高最低工资标准或者改善劳工权益的时候，应该更谨慎。该协会主席欣达去年十二月曾表示，全球投资者在重新建立产业链时，所考虑的不仅是工资标准，还有政策连贯性、基础设施建设质量、经营便利度以及长期确定性等。印尼雇主协会於二零二四年十二月抗议印尼政府决定二零二五年各省份的最低工资标准提升百分之六。而

赛伊德对该协会理念则不以为然。劳方专注于自身福利和待遇，资方更专注经营成本和劳工生产力。

印尼竞争力低於东盟平均

关于印尼劳工生产力，人力资源部长亚希力去年十二月曾经表示，印尼劳工过去六七年间的生产力仍比东盟平均数低百分之十。东盟劳工生产力约每人（单位产出）为三万零二百美元，而印尼人均生产力约为二万八千六百美元。他指出，印尼目前有一亿五千三百零五万劳工，大部分只有中学学历，其中大约三成九的劳动力有正式工作，五成六劳动力有非正式领域工作。他指的「非正式领域工作」属于半失业或者无固定收入群体，如网约车或者摩的司机、偏远地区保安或者临时工等，就业形势不容乐观。

印尼劳工团体争取更大权益、生产力在东盟地区缺乏竞争力，以及资方面对的成本压力等，成为印尼持续发展经济的制约因素。■

中东战火蔓延，成千上万的东南亚移工被迫返回家园，回国後面对失业及国家经济恶化之苦。菲律宾作为中东劳工最大来源国，首当其冲。

三十七岁的梅琳两年前赴卡塔尔当家庭佣工，但由於美以袭击伊朗引发战争，紧张局势迫使她提前返回菲律宾。她回忆起当时居住的美军基地附近遭伊朗轰炸的情况，仍心有余悸。但更令她不知所措的是由於家乡缺乏就业机会，她和家人未来该怎麽办？

梅琳的遭遇是成千上万在中东工作的东南亚移工的写照，他们是这次中东战争的受害者之一。根据菲律宾移民劳工部，今年一月中东地区共有约一百一十多万名菲律宾劳工，占菲律宾分布全球陆上海外劳工（不包括海员）的一半以上。自三月五日以来，马尼拉从中东地区接回六千七百多名菲律宾移工及其家属，同时密切关注数千名滞留在波斯湾和阿曼湾的菲律宾海员情况，这些海员大多受雇於国际航运公司。

自二月二十八日美以对伊朗发动空袭至今已逾两个月，但战争何时结束以及中东地区能否恢复稳定仍充满不确定性。成千上万的东南亚移工被迫返回家园，有些人必须取消原定的出国工作计划。专家警告说，如果这种情况持续下去，已经受到能源价格飙升和货币贬值冲击的多个东南亚国家将会雪上加霜，它们将面临汇款流入减少、失业率上升等压力。在东南亚国家中，菲律宾受到的冲击可能最大，因为它是该地区向中东输出劳工的最大来源国。

根据世界银行最新公布的数据，二零二四年菲律宾侨汇占其GDP的百分之八点七，在东南亚地区排名第二，仅

中东战火冲击移工 菲律宾首当其冲

亚洲周刊：萧伟基



菲律宾移工，逃离战火蔓延的中东。

次於东帝汶。菲律宾政府二月公布的外侨汇款额为二十八亿美元，但三月的数据尚未公布，分析人士预计金额会下降。到目前为止，中东冲突也造成两名菲律宾人死亡。

尽管面临安全风险，大多数在中东工作的菲律宾和其他东南亚国家劳工仍选择留在当地。泰国劳工部三月下旬表示，已有六十七名劳工回国，另有九百多人表示希望回国，但总共六万七千多名在中东工

作的泰国劳工中，大多数人更倾向於留在当地。

雅加达早前表示，在政府登记的三万二千名海外印尼劳工中，约有一千三百人已回国。据信，还有许多印尼人在没有合法证件的情况下在海湾国家工作；政府正在考虑暂停向受冲突影响地区派遣劳工。不过，在中东工作的部分印尼人即使被迫离开那里，也不打算回返印尼，而转往其他国家找工作。

由於在本国工作机会不多，不少从中东回国的菲律宾人仍然希望能够到外国工作，菲律宾移民劳工部部长卡克达克表示，由於他们仍然持有有效的工作签证，政府可以为他们返回中东工作提供协助，也会努力为菲律宾人在其他地方寻找就业机会，并正争取在亚洲、非洲、欧洲和美洲的二十多万个工作机会。

马尼拉智库移民与发展问题研究所执行董事奥皮尼亚诺表示，在菲律宾人被派往新的国家之前，需要考虑语言、文化亲和力和飞行距离等因素。当局或许还需要考虑菲律宾劳工是否愿意尝试尚未充分开发的市场，例如中亚、东欧、非洲或拉丁美洲。

国际劳工组织贝鲁特地区办事处的移民问题专家表示，许多移工出於经济需要，决心留下来，因为他们需要继续汇款来供养家乡的亲人。除了安全问题外，海湾地区的经济情况也在恶化。由於旅游业、会议和活动举办等方面的暴跌，酒店业受到重大冲击。此外，政府和私营部门融资中断和延误，也导致建筑和基础设施项目放缓。这些情况都大大的冲击聘用大量移工的酒店业与建筑业。

除了陆上劳工，菲律宾也是全球最大的海员供应国，据统计，截至二零二五年底，共有约六十万名菲律宾籍海员在全球各地的船上工作，占全世界海员总数的两成以上，大批在航行於中东地区船上工作的海员也面临战争的高风险。移工部表示，预计仍有约三千五百名菲律宾海员滞留在波斯湾，尚未离开这个危险地区。

在本国的工作机会不多以及收入太低，是很多东南亚国家输出移工的根本原因，所以各国政府应该加强本身的经济建设，创造更多的就业机会，致力於提升人民的收入水平，让人民不再需要离乡背井谋生。■

跑得更快?

补充1物成飞毛腿



咖啡因除了可以提振精神外，还可以提升运动表现！营养师科提斯分享有研究证实，补充咖啡因可以增强多种运动表现，包含肌肉耐力、移动速度、肌肉力量等，但也提醒，补充前请先评估自己的身体状况，再进行运动前补充咖啡因，例如本身运动时心跳已经飞快了，再补咖啡因可能会有点危险。

科提斯在脸书专页“营养师科提斯-运动营养与科学体重管理”说明，咖啡因的抗疲劳与神经传递有关，能量的单位叫三磷酸腺苷，用掉能量产出了“腺苷”，而咖啡因会跟腺苷抢接收器的位置，导致腺苷减少被接收，让你保持精神。

科提斯表示，文献汇整补充咖啡因可以增强多种运动表现，其中有氧耐力运动似乎是咖啡因补充带来中度至高度效益最一致的类型，但效果大小会因个体差异而不同。许多研究显示，补充

咖啡因每公斤体重3-6毫克可改善运动表现。目前对于最低有效剂量仍不明确，但可能低至每公斤体重2毫克。非常高剂量的咖啡因每公斤体重9毫克，则与高发生率的副作用相关，且不一定有更好的效果。

科提斯说，最常见的时间点是在运动前60分钟。但最佳的摄取时机可能取决于咖啡因来源，例如咖啡因口香糖产生效果的速度，可能比咖啡因胶囊来得快。无论是对于受过训练与未受过训练的人，补充咖啡因皆可提升运动表现的效果。但效果因人而异，可能与咖啡因代谢相关的基因，以及身体与心理反应有关，平时的咖啡因摄取习惯，也可能影响咖啡因的补充效果。

科提斯提到，咖啡因已被证实能增加认知功能，例如注意力与警觉性，在睡眠不足的情况下，咖啡因可能改善认知与体能表现。在有氧运动中，含咖啡因的口香糖、漱口水、能量胶、能量软糖等，已显示可改善运动表现。

科提斯强调，许多食物如茶类、巧克力都含有咖啡因，请稍微注意一下总量是否超过国家建议每日咖啡因上限摄取量300毫克，如果咖啡因会让你睡不好，下午建议不要摄取，或是降低摄取量，以免睡不好干扰身体修复。(健康网)

你是咖啡控吗?

咖啡能保护肝脏

很多人早上一定要来杯咖啡，才有开始冲刺生活的仪式感。而这项习惯并不只是一杯饮料而已。专家引述研究表示，这个小习惯，可能正在默默守护我们的肝脏。

食农专家韦恩於脸书专页“韦恩的食农生活”与网站发文指出，最近发表於《生化药理学》(Biochemical Pharmacology) 一篇大型综述论文，整合数十年的科学研究，从流行病学、临床到分子机制，全面剖析咖啡对肝脏的保护作用。结果显示，咖啡中的活性成分，尤其是咖啡因、抗氧化多酚、二萜类等，能透过5大防御机制一起保护肝脏。

他表示，这项研究发现规律喝咖啡的人，肝脏相关疾病风险大幅降低：脂肪肝风险下降29%、肝纤维化恶化风险下降30%、肝癌风险最多可下降40%，同时，ALT、AST、GGT等肝损伤指标也显著下降。

不论是病毒性肝炎、酒精性肝病，还是脂肪肝患者，规律喝咖啡的人数都明显更稳定，显示咖啡能在日常中提供一层额外保护。

咖啡的5大肝脏保护力

食农专家韦恩说明，这项研究发现咖啡的5大保护力，包括，抗氧化作用：启动身体的抗氧化防御系统，对抗自由基；抗炎：抑制关键的发炎症反应(NF-κB)，减少组织受损；抗纤维化：直接抑制肝星状细胞活化，减少肝硬化瘢痕组织生成；调节代谢：影响脂肪代谢及肝脏脂肪堆积，降低脂肪肝风险；维持肠道菌平衡：促进益生菌(如双歧杆菌)生长，降低肠道通透性，减少毒素进入肝脏。

同时，从分子到肠道，咖啡



也具有多层保护的功能。食农专家韦恩解释，咖啡调整肠-肝轴，增加好菌、减少坏菌，降低肠壁的通透性，减少毒素进入肝脏的机率。最新证据还发现，咖啡可能透过表观遗传机制(如miRNA-122调控)，进一步影响脂肪代谢与免疫反应。

咖啡虽好仍需适量

虽然咖啡的这些功效很令人振奋，食农专家韦恩提醒仍有几点要注意：

●最佳保护力大约是每天3杯，别过量。咖啡因敏感族群：容易心悸、焦虑的人，应控制每日咖啡因摄取量。

●咖啡不是治疗，但可以作为日常保养的一环。

●法式滤压咖啡要注意，可能会升高胆固醇。

●注意与药物交互作用，咖啡可能影响经肝脏细胞色素P450代谢的药物，例如某些抗忧郁剂或心血管药物。

●即溶咖啡有研究说会提高退化性黄斑部病变，可能与过度加热的加工过程有关。

●当然孕妇或是儿童等敏感族群，也要注意喝咖啡的量。

●也有研究说，早上喝咖啡比较好，就死亡风险而言，早上喝咖啡优于其他模式。(健康网)

不停打喷嚏是身体警讯 5类食物改善

你有过打喷嚏停不下来的经验吗？营养师陈佩淳於脸书专页“熊抱营养师佩淳”发文分享，不停打喷嚏其实是身体发出的一种警讯，如果长期置之不理，可能会导致鼻塞、黑眼圈、睡眠质量下降等状况；透过摄取含维生素C的奇异果、含维生素D的蛋黄、含Omega-3的亚麻籽、含槲皮素的莓果、含益生菌的优格则有助於改善。

日常生活中可以看到有些人总是不停地在打喷嚏，好像是感冒，又好像是过敏。陈佩淳指出，疯狂打喷嚏可能是因为受到过敏原刺激，如灰尘、尘螨、花粉、动物毛发；或是温差变化，一进冷气房，鼻子立刻失控；又或是鼻黏膜太敏感，换季时最容易爆发。如果长期忽视，除了鼻塞、流鼻水，还可能导引致黑眼圈、睡不好、注意力下降。

打喷嚏族必补5大营养素

●维生素C：抗氧化，能降低肥大细胞释放组胺，减少打喷嚏、流鼻水的严重度。研究显示，每日摄取1000毫克的维生素C，可显著改善过敏性鼻炎症状。食物来源：奇异果、甜椒、高丽菜、柑橘类。

●维生素D：缺乏维生素D和免疫失衡、气喘、过敏风险增加有关，适度补充能维持血液浓度，帮助免疫调节。1项综合分析指出，补充维生素D能减少儿童过敏性鼻炎的发作率。食物来源：鲑鱼、鲱鱼、蛋黄、强化牛奶；每天晒太阳10-15分钟也有帮助。

●Omega-3好油脂：DHA、EPA 能降低体内慢性



发炎，减缓鼻腔过敏与红肿。研究发现，孕妇及儿童若长期摄取Omega-3，过敏气喘发生率会明显下降。食物来源：鲑鱼、鲱鱼、亚麻籽、奇亚籽、核桃。

●益生菌：肠道是免疫系统的“防守基地”，好菌能帮助免疫平衡，降低过敏反应。研究指出，长期补充鼠李糖乳杆菌(L. rhamnosus GG)或双歧杆菌，可改善过敏性鼻炎与皮肤过敏。食物来源：优格、泡菜、味噌、发酵食品。

●槲皮素(植化素)：天然“抗组织胺”，能稳定肥大细胞，减少喷嚏、鼻痒、眼睛痒。动物研究显示，槲皮素能有效降低过敏炎症反应。食物来源：洋葱、苹果、莓果、绿茶。

陈佩淳表示，想改善过敏，不只要靠补充营养素，还要避免让“火上加油”的食物进入身体。她列出4个过敏族的饮食禁忌，包括高糖食物，糖会促进发炎，让过敏更严重；加工食品，含防腐剂、人工色素，可能加重过敏反应；高油炸物，Omega-6过多，会增加发炎反应；酒精，会刺激血管扩张，让鼻塞更严重。(健康网)

运动会磨坏膝盖?

医适度反能护关节

一想到“运动”，很多人就直觉担心：会不会把膝盖磨坏？其实这是常见的迷思。恒新复健科诊所医师王思恒在脸书专页“一分钟健身教室”提到，医学研究显示，适度的运动不仅不会加速退化，反而能透过减少发炎、维持软骨弹性、增强肌肉力量来保护膝关节。真正会造成伤害的，是超过身体能力的过量负荷与不正确的运动方式。

王思恒解释适度运动和过度运动对膝盖的影响：

适度运动如何保护膝盖

- 1.减少发炎反应(降低IL-1β、IL-6、TNF-α)。
- 2.刺激自噬作用，帮助清除受损细胞、延缓细胞老化。
- 3.维持软骨基质，减少分解酵素(MMPs、ADAMTS)，保留胶原蛋白与软骨弹性。
- 4.增加肌肉力量与关节稳定性，降低关节承受的压力。

过度运动如何伤害膝盖

- 过度机械压力：软骨细胞死亡、关节表面裂痕。
- 抑制正常修复路径(如BMP、TGF-β)：软骨再生能力下降。
- 诱发异常发炎：关节肿胀、疼痛加重。
- 长期高冲击：软骨基质流失



、骨头直接摩擦。

王思恒提到，大多数的人都不用担心运动造成膝盖磨损，运动反而能延缓退化；而且高强度不等于危险，在膝盖健康无损伤的前提下，跑步、大重量深蹲都是安全的。但超出身体能力的负荷，就会开始出现问题的。例如：65岁膝盖退化患者去做大重量深蹲，每次做完膝盖就会肿痛1-2周，长期下来，就可能造成伤害。

用症状当警示灯

王思恒提醒，若运动後膝盖持

续肿胀或疼痛超过24小时就是强度过高，此时的解法不是停止运动！建议调整运动方式，改成脚踏车、游泳、低强度肌力训练。重点是因材施教，膝盖没有症状，那就放心运动，膝盖会痛就换个方法，找到适合自己的运动强度。

王思恒补充，膝盖健康的人，请放心去运动，甚至挑战自己的极限。膝盖退化的人，不是“不能动”，而是找到适合的强度与运动型态。动得对，是最好的护膝法！(健康网)

生酮饮食助减重 长期恐增脂肪肝



1项最新研究对备受欢迎的生酮饮食(Ketogenic diets, 简称keto)的长期健康风险提出严重警告。根据《IFLScience》报导，犹他大学团队1项近1年的小鼠实验发现，尽管生酮饮食能有效减重，但长期执行可能导致高血脂(hyperlipidemia)和脂肪肝(hepatic steatosis)等并发症，进而显著增加心血管疾病风险。研究作者直言，不应将生酮饮食系统性地推广为促进健康的饮食干预措施。

为深入探讨生酮饮食的长期影响，犹他大学团队将小鼠分为4组进行近1年的饮食追踪，其中包括脂肪含量高达89.9%的生酮饮食组。结果显示，生酮饮食组的小鼠虽然体重没有像标准高脂肪饮食组那样增加，印证其减重效果，但随着时间推移，健康状况明显恶化。研究作者明确指出：“尽管生酮饮食可以预防和治疗肥胖，但它会导致高血脂、脂肪肝和葡萄糖不耐症。”

高血脂、脂肪肝风险增 专家呼吁勿盲从

高血脂是心血管疾病主要风险因素，而脂肪肝若不及时治疗，可能导致严重肝脏损伤。值得注意的是，研究中仅在雄性小鼠观察到肝功能障碍，暗示饮食反应可能存性别差异。其他研究也曾提出，生酮饮食较适合短期减重，并与心脏损伤、营养缺乏等负面影响有关。

这项研究发表於《科学进展》(Science Advances)期刊。研究作者强调，尽管该实验在小鼠身上进行，其结果不应被视为对人类的“最终证明”，但也提醒，不同生酮饮食计划差异大，需更多研究评估调整饮食是否能避免长期问题。

最终，研究作者的结果“提醒人们，应谨慎系统性地使用生酮饮食作为促进健康的饮食干预措施。”英国饮食协会也指出，遵循严格饮食计划存在风险，建议民众应咨询注册营养师等专业人士。(健康网)

喝气泡水很享瘦 研究：天方夜谭

有媒体引述研究撰写“喝气泡水能加速脂肪燃烧，帮助瘦身减重”？美迪大直妇产科诊所儿童内分泌科医师陈奕成查阅原始资料发现，这套理论是根据气泡水能加快身体对血糖的利用就像是血液透析，而事实上血液透析患者的影响都相当有限，想用这招减重根本异想天开。

陈奕成在脸书专页“儿童内分泌 陈奕成医师的乐高园地”发文表示，气泡水之所以被认为能够帮助减重，主要有两个因素：喝下去有饱足感，好像比较能抑制食欲；好像能加快消化，甚至可能降低血糖，但根据最近科学研究的结果显示，气泡水好像没有这么神奇。

喝气泡水可以降血糖吗？

陈奕成指出，该文章提到的《BMJ》医学期刊中分析，医师把“喝气泡水”

後消耗热量的效果，拿来跟“血液透析”相对照。因为气泡水中的二氧化碳，在体内会转换成碳酸氢盐，和血液透析的过程类似，都会让血液环境稍微变“硷性”，理论上可以加快身体对於血糖的利用。但实际上，实验结果发现效果相当有限。

陈奕成说，以透析病人为例，在4小时的透析过程中，血糖下降量大约只有9.5公克。连血液透析对血糖的变化都这么小，想靠气泡水就达到减肥效果，根本就是天方夜谭。

喝气泡水反让你吃更多

陈奕成表示，2018年英国阿斯顿(Aston)大学的实验让受试者在喝完气泡水的10分钟後，抽血检测体内的饥饿素，再记录一整天的饮食。喝了气泡水血



液中的饥饿素上升 50%，更惊恐的是，有喝气泡水的那天，受试者比没喝的日子平均还要多吃120大卡。所以气泡水不止不会让人吃少一点，反而可能会让人更饿，吃进更多热量。

陈奕成说，在门诊鼓励孩子用气泡水来取代含糖饮料，不是因为“减重

器”，而是它能帮助孩子慢慢告别过多的糖分。规律运动+均衡饮食，才是减重和维持健康体重的核心。而无糖的气泡水不会让孩子变胖，只是没有网路文章的减重神奇效果，不过好好利用的话，还是可以陪伴孩子养成健康的饮食习惯。

(健康网)



柚多汁护心养颜 1次吃碗装8分满就好

●麻豆红柚(红文旦)：产季多落在9-10月，洋梨形，果皮粗糙，呈淡黄、黄绿色，果肉呈鲜红色，肉质丰厚多汁，甜中带酸。

●西施柚：产季多落在10-11月，扁球形，果皮多为淡黄、黄绿色，果肉呈淡粉红色，甜美多汁且风味独特。

农粮署指出，柚子刚采收时果实饱满，果肉质地稍硬脆，可先“辞水”，也就是在通风处下放置5-10天(时间长短视温度、贮藏期和果皮厚薄而异)使果皮稍微失水，果肉略为软化即可食用。辞水後的柚子果肉会变得柔软适口，更加美味。

柚子除了品种多元外，营养密度也很高。营养师高敏敏分享，柚子富含6大营养素，包括膳食纤维、维生素B1及B2、维生素C、钾、天然果胶、类黄酮，对人体健康大有益处：

柚子6好处 清血管好帮手

●膳食纤维：帮助排便超顺畅、增加饱足感。

●维生素B1、B2：维持优良代谢、保持活力满满。

●矿物质钾：可预防心血管疾病 帮助降低血压、消水肿。

●维他命C：帮助对抗压力、增加保护力、养颜美容之外，还能中和自由基、减少烤肉过多的致癌物质。

●天然果胶：能清管路、降低血胆固醇。

高敏敏提醒，不过在摄取量上还是要注意，建议1次吃1份，将文旦放进碗里，8分满即为1份，热量约60大卡。

(健康网)

小心血糖呈云霄飞车 甜食让人快乐



很多人一吃到甜食，心情就瞬间好转，彷彿坏心情都被糖分融化了。但这种“甜蜜快乐”是真的幸福，还是大脑给的短暂幻觉呢？杨聪才诊所院长杨聪财在脸书专页“杨聪才诊所”发文提醒，甜食确实能让大脑分泌多巴胺、血清素与脑内啡，带来快乐与放松感，但这背後藏着不小的健康陷阱。

甜食带来的快乐科学依据

糖分能快速拉高血糖，刺激大脑释放“快乐物质”，让人短暂感到幸福与满足。这也是为什么许多人在压力大或心情差时，会下意识选择甜食“疗愈”自己。

甜食背後的危险陷阱

然而，杨聪财警告，这种快乐往往昙花一现：

●血糖云霄飞车：血糖快速升高後又急降，反而容易出现疲倦、焦躁甚至忧郁。

●体重失控：摄取过多糖分，热量过剩导致脂肪堆积，肥胖问题接踵而来。

●牙齿危机：糖分是细菌最爱，容易引发蛀牙与牙龈发炎。

●成瘾风险：长期依赖甜食，大脑会“耐受化”，让人越吃越多，最後陷入恶性循环。

甜食不是不能吃

想享受甜食却不掉入陷阱，杨聪财建议：

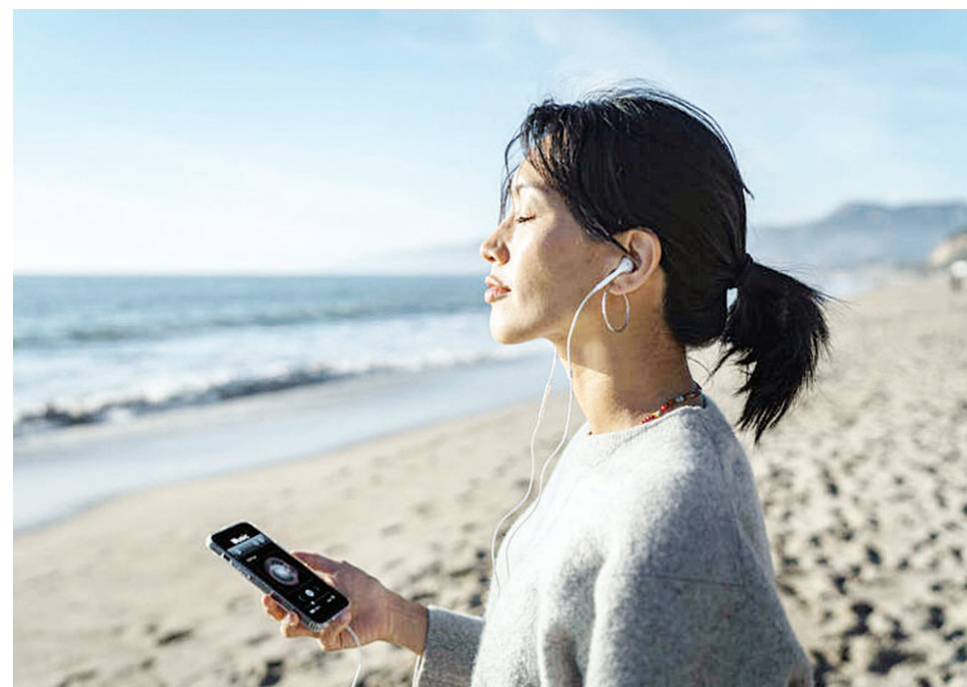
●控制份量：以水果、黑巧克力替代精制糕点。

●聪明搭配：和蛋白质或健康脂肪一起吃，避免血糖大幅波动。

●改变奖励机制：运动、听音乐、冥想同样能刺激大脑多巴胺，带来更持久的幸福感。

杨聪财提醒，甜食不是“不能吃”，而是要懂得“怎麽吃”。偶尔的甜蜜小确幸无妨，但若长期过量，快乐可能变成健康负担。(健康网)

花甲之年保命6法 医：就从浴室做起



年过60岁，最常听见这个族群说：“我差点…”意味着身体机能正在改变，西班牙家庭医生阿尔贝托·萨纳古斯丁(Dr. Alberto Sanagustín)叮咛着“花甲之年”就从自己的浴室改

变起，才能避免很多不必要的意外发生。

阿尔贝托·萨纳古斯丁在YouTube频道上拥有266万粉丝，他在10天前发布“没人告诉长辈浴室里的6大危险”，已吸引近5

万人观看。他表示，每年在西班牙，65岁以上长辈有三分之一会发生跌倒，但是有9成是可以防范的。

阿尔贝托·萨纳古斯丁就以浴室为例，尤其这个地方最容易湿滑，一旦老年滑倒，导致关节骨折，长辈因此失去自主生活能力，以後连穿衣、洗澡、出门都要他人帮忙。此外，一旦滑倒发生时，感觉到一阵剧痛，千万不要急着站起来，以免造成二度伤害。

他也解释，为何是花甲之年要注意，因为反射动作在这个年龄开始改变，就像是开车时，踩煞车反应慢了半秒，而这个半秒会增加很多致命的风险。

以下是6项浴室里易发生危险之处：

●浴室太滑：台湾不少老年照护指引中也支持这个说法，尤其在长照机构中，住民跌倒风险比一般长者要高。

→改善之道：全面铺设防滑垫、马桶及盥水处要装置把手、安全感应灯。

●药品勿放置浴室：浴室的

湿气与温度波动会加速许多药物的分解或失效。像是硝化甘油、胰岛素、液体抗生素等对温湿度特别敏感。若它们在潮湿环境中存放，有可能效用逐渐下降。

→改善之道：日服服用的药物放在乾燥、恒温(约15-25°C)且阳光、湿气影响少的地方，胰岛素或特殊液体药物则必须放冷藏。

●勿将清洁剂混用：例如将漂白水与其他清洁用品混合，这些混合物会产生毒气，造成喉咙刺痒、咳嗽、呼吸困难等现象。

→改善之道：若闻到异味，应立即离开并通风至少15分钟。

●浴室中避插电：勿以湿手触碰电器、或在手机淋浴旁充电、吹风机突然故障，这些看似普通的动作，很可能引起触电。对年长者而言，触电不仅可能造成肌肉僵硬，更可能诱发心律不整或致命并发症。

→改善之道：装设漏电保护器，一旦检测到漏电即会自动断电；并确保电器(如吹风机、插座等)与水源的距离至少保持1公

尺；使用前确保手与脚都是乾燥的；若电器掉进水中，切记先关总电源再处理。

●注意使用中的水温：年纪大了後，皮肤变薄、对温度的感知也不再灵敏。水温超过49°C，可能在几秒内造成烫伤，而长者可能直到事後才感觉到疼痛。更糟的是，过热水流还可能引发血管突然扩张，导致血压下降、头晕、甚至晕厥。

→改善之道：建议安装恒温混合阀，并使用水温计，尤其是糖友更要注意水温，若是泡澡，不要一下子就踩进热水区。

●壁癌成无形呼吸风险：浴室的潮湿阴暗容易滋生霉菌，其微小孢子会飘入空气，被人吸入，对高龄者尤其有杀伤力。

→改善之道：建议安装强力排风扇(淋浴中與後至少运转30分钟)、开窗保持空气流通、日常擦乾表面。

阿尔贝托·萨纳古斯丁表示，浴室安全与改造，不会让60岁长辈成为受伤的场域，而这些改变，更可以减少未来医疗支出，值得一试。(健康网)



张曼玉香港豪宅曝光 自家耕种 收成芋头

(综合讯) 61岁国际影后张曼玉, 近年过着惬意的半隐居生活。近日她再度更新社媒动态, 分享自己化身“城市农夫”收成芋头的影片, 香港豪宅天台意外曝光, 随即引发网民热议。

影片中的张曼玉身穿简约黑衣搭配格子衬衫, 打扮朴素却难掩巨星风采。不过, 影片最吸睛的莫过于她极为宽敞的豪宅天台, 现场摆满绿植花卉, 更有整齐摆放的专业不锈钢工具柜, 目测天台面积已达千尺。

只见张曼玉熟练拿起剪刀和铲子, 对着巨型盆栽“大兴土木”, 亲手修剪叶子、翻土, 当泥土中的芋头露出来时, 她更露出孩子般灿烂的笑容。这份回归田园的恬静与知足, 让不少网民感叹: “女神活出了最真实、最美的样子。”



大S女儿开通社媒 只关注徐家人没理睬爸爸

(综合讯) 汪小菲与已故女星大S(徐熙媛)的女儿小玥儿星期天(5月10日) 年满12岁, 悄悄开了个IG账号。她关注的19个账号中, 大部分为徐家亲人, 包括外婆黄春梅、阿姨小S、表姐们, 以及妈妈大S。由于大S已离世, 该账号已是“不再

更新”的账号, 许多网友对此感到心疼, 认为她是以此表达对妈妈的思念。

此外, 小玥儿还点赞了继父具俊晔亲吻大S的合照, 被解读为她认可这段关系, 不过她关注的名单中没有父亲汪小菲和继母马筱梅, 也引发网友热议。

古天乐遭网民冒名“助理”诈骗 公司震怒发声明

(综合讯) 香港天王古天乐(古仔)出道多年, 形象正面, 近日竟成为诈骗集团冒用目标。近日社交平台Threads 有一名叫“陈琳”的用户, 自称是古天乐的助理“细陈”(粤语小陈), 以“明星都要亲民”为名行骗。他声称古天乐为回馈粉丝特别购买了888个战斗陀螺(一款风靡全球可拆卸改装的对战型陀螺玩具), 表示只需留言, 并对古仔送上祝福即可免费领取, PO文一出马上吸引不少粉丝关注。

该文更表示已有126人成功领取战斗陀螺, 还剩下762待领, 消息一出立刻吸引大批网民留言祝福古天乐, 例如: “古生票房屡创新高, 越拍越有”及“古生身体健康”等。

对此, 古天乐经纪公司“名将工作坊”立刻发表严正声明, 强调相关信息纯属虚假, 呼吁粉丝千万别上当。

声明中开宗明义澄清, 从未聘用名为“细陈”的人士担任助理或任何职务, 该用户“陈琳”的所有言论、行为及信息均与古天乐本人无关。官方直指这场“分身戏



码”已严重损害艺人名誉, 对不法人士利用艺人公信力误导大众感到震怒。

李家兄弟争产

薛家燕肥妈发声: 替李家鼎难过



(综合讯) 李家双胞胎儿子争产风波越演越烈, 资深艺人薛家燕、肥妈(玛利亚)齐发声: “替李家鼎(鼎爷)难过。”

李家鼎前妻施明两个月前离世后, 爆出一对双胞胎儿子争产风波。先是李泳汉痛斥弟弟李泳豪, 后有李家鼎公开录音, 证明长子李泳汉把自己当成“人肉提款机”; 而李泳汉也公开录音, 反击李泳豪对父亲不尊重。

针对李家风波, 薛家燕星期六(5月9日) 出席慈善活动时透露有留意事件, 不过最让她难过的是看到鼎爷老泪纵横, 相信施明在天之灵不会想看到这样的情况。她也说鼎爷年纪大了, 为家人付出了很多, 希望大家以鼎爷为重

心, 无论发生任何事, 让老人家开心才是最重要。

肥妈坦言看到81岁的李家鼎变得很瘦, 忍不住感叹“真的很可怜”。她与鼎爷三年前曾合作节目《肥妈李鼎》, 坦言知道对方一直没有停止照顾孙子、帮助儿子。她也曾劝鼎爷不要把所有事情都扛在自己身上, 但鼎爷却说: “唉, 很难的。”

谈到在公开的录音中, 李泳汉说“45岁还能做什么?”, 肥妈说: “只是你不肯做而已! 如果香港都找不到工作, 那我也不用做了。伸手就有钱拿, 还要骂他(鼎爷), 还要拿房契去威胁抵押。这种话怎么说得出口? 这种话, 还是人说的吗?”

李泳豪公开完整录音反驳李泳汉

针对李泳汉公开“不尊重父亲”的录音, 李泳豪星期六指那段录音是经删剪的部分内容, 他也公开了完整录音进行反驳, 并透露: “因为阿汉经常向爸爸拿钱, 拿到我们都要盯着账目, 但爸爸又不听, 所以有时候讲起来就会生气。”

提到录音中其太太Agnes语气较为粗鲁, 并指李家鼎在五个月内花了16.6万港元(约2.7万新元), 平均每月支出约3.3万港元(约5400新元), 李泳豪解释, 当时因为李家鼎的账目混乱: “几十万几十万地给, 我太太觉得不正常, 但怎么说都不听, 情急之下才语气不好。”

63岁莫少聪 意外撞脸罗志祥

意外撞脸罗志祥

(综合讯) 63岁港星莫少聪有着浓眉大眼, 曾演过《中国最后一个太监》和《侠客行》等古装剧, 也在《黄飞鸿》系列电影中饰演梁宽。久未现身的他, 最近在抖音分享生活, 留着一头金色长发, 戴着帽子, 状态看起来很年轻, 完全不像已过花甲之年, 神韵和模样竟意外撞脸罗志祥。

莫少聪当年不娶女星洪欣, 没认儿子, 加上沾惹大麻, 让演艺事业一度停摆。后来他迁居中国开茶馆, 也不时做公益, 到偏远地区探访。他的近照曝光后, 网民都夸他保养得很好。

莫少聪曾与洪欣交往, 当时她未婚怀孕, 在加拿大生下儿子莫镐濂, 但莫少聪得知后没有打算和她结婚,

也没与儿子相认。如今儿子改随继父姓, 叫张镐濂。此后莫少聪就被贴上“渣男”标签, 形象受影响。2011年他娶了小他26岁的中国唱歌手孙云玲, 并生下女儿莫芷嫣, 但这段婚姻只维持了五年, 女儿归他抚养。为了赚女儿的养育费, 他曾重回香港TVB拍戏。

儿子从未与生父接触

洪欣曾在电台访问中爆料称, 当年跟莫少聪分开后就再也没有联络, 张镐濂也从未与生父接触。直到2011年洪欣嫁给小自己10岁的中国男星张丹峰, 儿子才改姓张。由于张丹峰一直视继子如己出, 因此两人关系很好。其后洪欣与张丹峰生下女儿张彤彤, 一家四口也经常合体亮相。

Advertisement for Harian Indonesia with contact information: 訂閱請聯絡: +62 -81806085711 (Sicilia), Office: +62 21- 63868348, +62 21-6338139, Fax: +62 21-6348232, Email: info@harian-indonesia.com - Website: www.harian-indonesia.com

Advertisement for 3 Kings Farm (三王榴蓮 果园) and Ciak Po (林永发 中醫師) with contact details and images of products and services.

Advertisement for KEN AIR MINERAL SEJUK (鴻光針灸中醫診所) with promotional offers and contact information.

Advertisement for Ahli Perbaiki RMH Bocor Dan Renov (全球視野 本土情怀) with contact details for plumbing and renovation services.

Advertisement for Ahli Gigi Palsu (劉氏假牙) by Jeffry Liu, offering dental services and contact information.

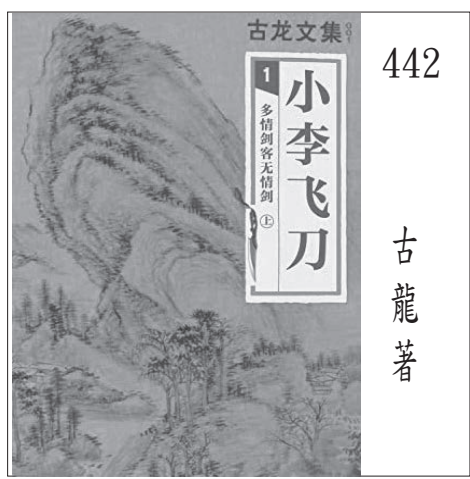
Advertisement for Ahli Perbaiki RMH Bocor Dan Renov (鴻光針灸中醫診所) with contact details for plumbing and renovation services.

Advertisement for Ahli Perbaiki RMH Bocor Dan Renov (全球視野 本土情怀) with contact details for plumbing and renovation services.

Advertisement for Ahli Perbaiki RMH Bocor Dan Renov (接受上門修理) with contact details for plumbing and renovation services.

Advertisement for Servis Sofa (修理沙發) with contact details for sofa repair services.

Advertisement for Servis Sofa (歡迎各界 惠登廣告) with contact details for sofa repair services.



442

古龍著

是。龙啸云道：“那么我现在就要见他。”

“请问尊姓大名。”

龙啸云厉声道：“姓龙，我有样极重要的东西现在非交给他不可，你们若是耽误了大事，这责任谁能担当得起？”

“姓龙……前两天要和帮主结拜的，莫非就是你？”

龙啸云道：“是。”

“是”字刚出口，寒光已飞起。

一把刀，两柄剑，同时闪电般向他刺了过来。

龙啸云怒道：“你们这是干什么？”

他的喝声虽响亮，却没有人再听，也没有人再回答。

龙啸云狂吼，挥拳。

他的武功并不弱，他的拳法刚猛

迅急，一拳击出，虎虎生威。

但他只有一双拳。

对方的兵刃却有二十二件，其中有钩、双剑、双鞭、双笔。

笔最短，也最险，使的赫然正是昔日“生死判”嫡传的打穴心法，这人在兵器谱中的排名，绝不会在“风雨双流星”向松之下。

剑是松纹剑，剑法隐然有古意，出手萧疏，意在剑先。

当代使剑的高手，绝不会有十人以上能胜得他。

最狠的还是刀。

九环刀，环声一震一销魂，七刀劈下，刀风已笼罩龙啸云。

判官笔就打上了龙啸云的穴道。

没有呼声，没有呻吟。

因为他的喉管已被刺穿，声带已被砍断。

只有血。

血，箭一般自他喉管流出来。

他的人倒下。

血刚好洒落在他自己身上。

死不瞑目。

龙啸云的眼睛还是在瞪着他们，眼珠子似已凸出。

他本是为了求死而来，可是他们为什么不让他见上官金虹一面？

因为“看到龙啸云就杀！”这是上官金虹的命令。

因为无论什么人，都不能让他走进这院子一步。

这也是上官金虹的命令。

上官金虹永远令出如山。

欢：云雨幾度，方才歇手。

正起身整衣，忽見姐已出來；一眼看見喜媚烏雲散亂，氣喘籲籲。

姐已曰：“妹為何這等模樣？”

紂王曰：“實不相，方與喜媚姻緣相湊，天降赤繩；你姐妹同侍左右，朝暮歡娛，共享無窮之福。

此亦是愛卿薦拔喜媚之功，朕心喜悅，不敢有忘。”即傳旨重新排宴，叁人共飲至五更，方共寢鹿台之上。

有詩為證：

“國破妖氛現，家亡殷主昏；

不聽君子諫，專納佞人言。

先愛狐狸女，又寵雉雞精；

比干逢此怪，目下死無存。”

話說紂王納喜媚，外官不知，天子不理國事，荒淫內闈。

外廷隔絕，真是君門萬里。武成王執掌大帥之權，提調朝歌內四十八萬人馬，鎮守都城；雖然是丹心為國，而終不能面君進諫。

彼此隔絕，無可奈何，只得長歎而已。

一日，見報。說東伯侯姜文煥分兵攻打野馬嶺，要取陳塘關；黃總兵

用油紙包着的《怜花宝鉴》，自怀中掉了出来，也已被血染红。

没有人看它一眼。

像龙啸云这种人身上的东西，又怎会被人重视？

于是这本神奇的《怜花宝鉴》也和世上其他许多本武功秘籍一样，从此绝传。

这是人类的幸运？还是不幸？

油纸包又被塞入龙啸云怀中，尸体被抬走。

金钱帮属下对于处理死人的尸体也是专家，他们处理尸体有一套很简单、也很特别的方法。

人，的确很奇怪。

他们往往会为一些莫名其妙的原因去寻找、去抢夺某样东西，甚至不惜拼命。

但等到这样东西真的出现时，他们却又往往不认得，往往会看不见。

这是人类的愚昧，还是聪明？

阿飞没有剑。

但是这不重要，因为他忽然有了勇气和信心。

路旁有片竹林，站在这里，已可看到金钱帮的家院。

阿飞砍下段竹子，从中间剖开，剖成三片，削尖，削平，撕下条衣襟，缠住没有削尖的一端，就算做剑柄。

他的动作很迅速，很确实，绝没有浪费一分力气。

他的手很稳。

令魯雖領兵十萬把守去訖。

且說紂王自得喜媚，朝朝云雨，夜夜酣歌，那里把社稷為重。

那日，二妖正在台上用早膳，忽見姐已大叫一聲，跌倒在地；把紂王驚駭汗出，嚇的面如土色。

見姐已口中噴出血來，閉口不言，面皮俱紫。

紂王曰：“禦妻自隨朕數年，未有此疾；今日如何得這等凶症？”

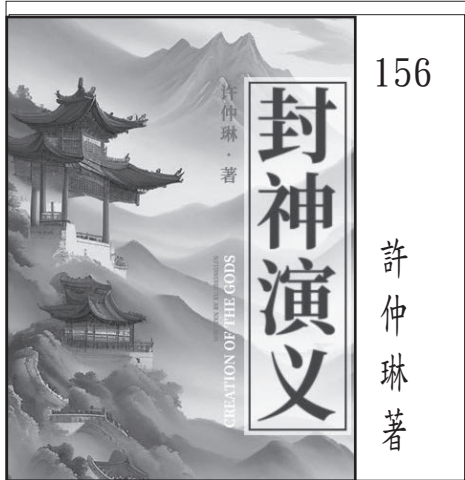
喜媚故意點頭歎曰：“姐姐舊疾發了。”

紂王問曰：“美人為何知禦妻有此舊疾？”

喜媚奏曰：“昔在冀州，是彼比俱是閨女，姐姐常有心痛之疾，冀州有一醫士，姓張名元，他用藥最妙。有玲瓏心一片，煎湯吃下，此疾即愈。”

紂王曰：“傳旨宣冀州醫士張元。”

喜媚奏曰：“陛下之言差矣！朝歌到冀州有多少路？一去一來，至少月餘；耽誤日期，焉能救得？除非朝歌之地，若人有玲瓏心，取他一片，登時可救，如無，須臾即死。”



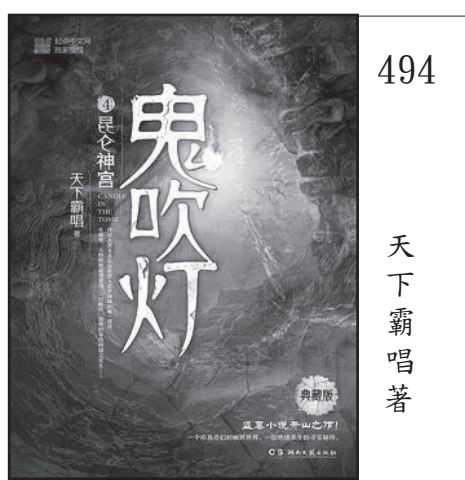
156

許仲琳著

喜媚曰：“領旨。”紂王複

不辭，紂王心動，便搭住香肩，月下偎倚，情意甚密，紂王心中甚喜，乃以言挑之曰：“仙姑何不棄此修行，而與令姐同住宮院？拋此清涼，且享富貴；朝夕歡娛，四時歡慶，豈不快樂？人生幾何。乃自苦如此。仙姑意下如何？”

喜媚只是不語。紂王見喜媚不甚推托，乃以手抹著喜媚胸臆；軟綿綿溫潤潤嫩嫩的腹皮。喜媚半推半就，紂王見他如此，雙手擁抱。偏殿交



494

天下霸唱著

我心念一动，在原地站起身来，问徐干事道：“老徐，听说过遇到狼搭肩的情况该怎么办吗？”

徐干事一怔，对我晃了晃手枪说：“什么狼搭肩？我让你搬那狼形石床堵门，快点，再磨磨蹭蹭的我……”

话未说完，他身后那只白毛狼王已经人立起来，这狼形体太大了，人立起来，竟比徐干事高出一大截。两只前爪，都搭在了他的肩上，狼牙一呲，从嘴角流出了一丝口水。

徐干事觉得猛然有东西扒住他的双肩，鼻中又闻到一股腥味，出于本能，向后扭头一看，顿时把脖颈暴露给了独眼狼王，锋利的狼牙立刻就扎进了血管动脉，大口大口的吸着他的鲜血。

人到了这个地步，即使手中有枪，也无法使用了，只见徐干事双脚

乱蹬，枪也掉在了地上，马上就会被饿狼饮尽了鲜血，皮肉也会吃个干净，仅剩一堆白骨。

我见机会来了，立刻从侧面蹿了出去，跑过徐干事身边的时候对他喊道：“狼搭肩你千万别回头，一量回头，神仙也救不到你了。”

白狼胸前的银色狼毛，都被鲜血染红了，它饿红了眼，根本顾不上别的，我夺路从墓中跑出，一出去最先看到的就是一轮圆月高悬在天空，有两只老狼，正围着格玛军医的尸体打转。

我见此情景，便觉得奇怪，这些狼眼睛都饿红了，格玛刚死不久，它们为什么不扑上去撕咬尸体，我知道狼生性多疑，一定是觉得有什么不对的地方，才犹豫着没有行动。

这两头衰老的老狼，大概是狼王的参谋人员，平时与狼王寸步不离，越是这种狼疑心越重，把肉送到嘴边，它反而不敢去吃，我想莫不是格玛还活着？不知道还有多少狼进入了古庙，喇嘛和大个子两人又怎么样了？

刚念及此，那两头老狼已经发现了我，低喉着朝我冲了过来，我抬手捡起先前掉在地上的步枪，开枪打翻了当先扑过来的一只。

※※※

但是另外一只与此同时将我扑倒，这头狼虽然年齿老了，但毕竟是野兽，而且经验油滑，知道这五六式半自动步枪的厉害。

狼口咬住枪身，两只爪子在我胸前乱抓，把棉衣撕破了好几条大口

子，寒冷的空气中，狼口和鼻子里都喷出一股股白色的哈气，鼻中所闻全是腥臭的狼臊。

我和那老狼滚成一团，一时相持不下，这时几声枪响，咬住步枪的狼口缓缓松开，只见对面是格玛在举着手枪，枪口上还冒着硝烟。

我又惊又喜，翻身从地上起来，问道：“杂红你还活着？你不是被特务打中了吗？”

格玛从军装的领子里掏出一个挂饰说：“从参军之后就没戴过嘎乌，今天出发前梦到了狼，所以就戴上了。”

格玛军医的头部先前就被撞在了石头上，刚无声手枪的小口径子弹恰好击在了“嘎乌”上，“嘎乌”被打碎了，虽然没被子弹射进身体，但是被冲击力一撞，又暂时昏迷了过去。

“嘎乌”是藏人的护身符，男女形式各异，女子带的又大又圆，外边是银制的，里面装着佛像，经咒，金钢结。

还有些别的僻邪之物，有的装有舍利，格玛的“嘎乌”里，装着九眼石、玛瑙，还有几百年前留下的狼牙，传说那是头人才可以使用的狼王之牙，那两头老狼一定是闻到了它们先王的气息，才犹豫着没有立刻下口。

我给半自动步枪装填弹药，然后带着格玛军医去找留在水塘边的喇嘛二人，那边一直没有动静，不知他们是否依然安全，四周的山脊上，星星点点的尽是绿色狼眼，数不清究竟有多少。

狂俠天驕魔女

梁羽生

闭关练功有两种情况，一种是练到紧要的关头，对外间的一切乃是视而不见、听而不闻的。一种是仍有知觉，但若在仓猝之间，来不及“散功”便和人动手，也有真气误走岔道“走火入魔”之险。

如今看公孙奇的情形，似是前一种情况，若然如此，他们只要一进去偷袭，立即便可以致公孙奇致命！

但他们虽是与公孙奇势不两立，却也不肯于这种偷袭的鬼祟勾当。于是蓬莱魔女先喝一声，划破了纱窗，这才把“战书”掷了进去。正是：用心良苦人难识，只见魔头苦练功。

欲知后事如何？请听下回分解。

第90章 宿怨难消迷不悟 重楼深锁意何居

公孙奇蓦地一声长啸，喝道：“你们又来了么？我恭候多时了！”

啸声中，只见蓬莱魔女掷进去的那封“战书”，未曾落地，就在半空中化成了片片蝴蝶！

一封书信份量极轻，蓬莱魔女能够把它当作暗器飞去，已经是足以惊世骇俗的功夫，哪知公孙奇更为厉害，一口气就把它吹得碎成片片，这分明是已练成了内功中最难练的“护身罡气”，比之蓬莱魔女的功力何止胜过一筹！

饶是蓬莱魔女技高胆大，也不禁大吃一惊。说时迟，那时快，就在这刹那之间，公孙奇盘膝而坐的姿势依然未改，人已离开了蒲团，“飞”了起来。

只听得“轰”的一声，劈空掌震破了纱窗，公孙奇破窗而出，半空中一个“鹞子翻身”，这才伸直了身子，脚未沾地，双掌就打两人！

蓬莱魔女不敢接他毒掌，百忙中来不及拔剑迎敌，只得挥袖遮拦。只听得“啞”的一声，公孙奇五指如钩，抓裂了蓬莱魔女的衣袖。

笑傲乾坤折扇一技，挡了公孙奇的一掌、蓬莱魔女禁不住掌力的激荡，倒退三步。笑傲乾坤使出“四两拨千斤”的上乘武学，但也只能化解对方的六七分掌力，禁不住身形一晃。

公孙奇追了上来，哈哈笑道：“既然来了，何必就走？嘿，嘿，你以为我不知道你们来么？我只是怕你们逃跑！”口中说话，掌底毫不放松，瞬息间已是连发三掌！

蓬莱魔女用拂尘护身，以青钢剑使出最上乘的刺穴功夫，一招之间，刺公孙奇的九道大穴。

公孙奇笑道：“小师妹，你这惊神剑法虽是天下第一的刺穴功夫，却也难不倒愚兄了！”说话之间，五指连弹，只听得“叮当”之声不绝于耳，每一下都是恰恰弹中剑脊，破解了蓬莱魔女一剑刺九穴的绝招。

而且在破解蓬莱魔女剑招的同时，左掌也以大擒拿手法拨开了笑傲乾坤的折扇，要不是笑傲乾坤变招得快，折扇都几乎被他撕破。

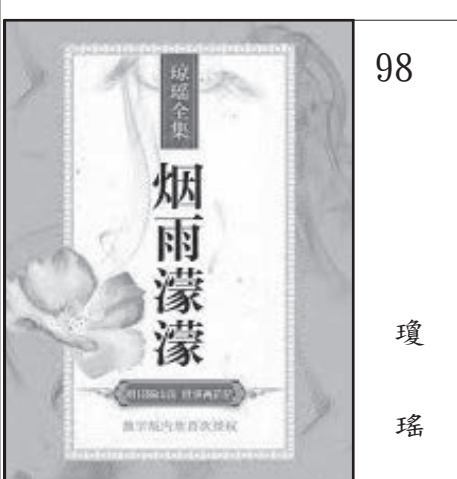
上一次笑傲乾坤与蓬莱魔女联手对付公孙奇还是他们颇占上风的，但这一次交手不到十招，却已是公孙奇大大占了他们的上风了！

蓬莱魔女这才恍然大悟，原来公孙奇已练成了绝顶的邪派毒功，这才有恃无恐的在他楼下毫不设防，有心诱他们上楼的。

蓬莱魔女也不禁疑心大起，想道：“公孙奇布局诱我，难道桑青虹也是有心帮他，诱我上当的吗？”

桑青虹那封信说得清清楚楚，她要华、柳二人一月之后再来，“便能如愿”，这分明是说，她有把握可以助他们遂了除奸之愿，但如今他们依约一月之后再来，桑青虹却是躲了起来，不见露面。而他们却恰好碰上了公孙奇练那两毒功正是“大功告成”之际。

公孙奇连环发掌，一掌紧过一掌，不但掌力有如排山倒海，所发出的毒气腥风，也令人有窒息之感。蓬莱魔女已无暇思量，只好凝神应敌。



98

瓊瑤

她的态度引起了爸爸的疑

心，他警觉的问：“依萍，你知道些什么事？”雪姨一震，顿时尖叫了起来：“她撒谎！她造谣！她胡说八道！她根本就是瞎说，我今天非和她拚命不可——”

看样子她又要对我冲了，事情已经弄到这样不可收拾的地步，我干脆一不做二不休，把心一横，报仇就报到吧！我一面举起手来准备招架她，一面竭尽所知的嚷了出来：

“爸爸！你不要再信任她！她把你的钱都养了别人，一个叫魏光雄的男人，尔杰根本不是你的儿子——”

第四二章

我的话还没有说完，雪姨就扑到了我的身上，她的手指对准我的眼睛抓了过来，我大吃一惊，偏开了头，同时，爸爸的手又落在雪姨的肩上，就那样一拉一扯，雪姨身不由主的松开了我，被爸爸捏得大叫，我就势向门口躲去，雪姨哭喊着说：

“她是造谣的呀！我偷人是她看到的吗？证据在哪里？老天在上，我雪琴要是有一分一厘的差错，就天打雷劈！要那个不要脸的拿出证据来！”

“证据？”我说：

“看看尔杰吧！他那副长相就是证据！你不满足的话，我还有更多的资料呢——”

雪姨大叫一声，退到了墙角，她那美丽的眼睛现在不美了，惊惧和惶惑使她的瞳孔张大，她定定的望着我，她怕我了！

我知道。我终于使她怕我了。张开嘴，我还预备说话，她立即神经质的喊：

“叫她停止！不要让她说下去！——”爸爸对雪姨走了过去，他的眼睛突了出来，然后他一跳就跳到雪姨的面前，身手之矫捷真活似他的外号——黑豹。接着，他的两只大手捏住了雪姨的脖子，他咬着牙，从齿缝里说：

“我早就知道你靠不住！你胆敢在我的眼前玩花样，我今天要你的命！”

尔豪冲上前去抢救他母亲了，我知道雪姨不会有生命危险的，因为爸爸到底是个老人，而尔豪正年轻力壮，我不想再看下去了，我已经留下太多起火燃料，不必看着它燃烧和爆炸了。

于是，趁他们乱成一团的时候，我悄悄的走出了这幢充满了污秽、罪恶和危机四伏的屋子。

回到了家里，何书桓果然还在家中等我，给我开了门，他笑着说：

“唔，很守信用，果然去了马上就回来了，离开了一个半小时，想过我几次？”我没有情绪和他开玩笑，走进玄关，我疲倦的坐在地板上，头倚着墙，闭上眼睛。

我已揭穿了雪姨的秘密，可是，奇怪，我并没有预期的那种报复后的快感，所有的，只是被雪姨一大堆脏话和这种肮脏事情所引起的恶心感和另一种空空洞洞的感觉。

何书桓摸摸我的面颊说：

“病刚好，就要晒着大太阳往外面跑，现在怎么样？又不舒服了？”

在韩留学人员传承“五四”精神主题座谈会 在首尔举办

座谈会现场。



为弘扬“五四”精神，激发广大在韩学子留学报国情怀，4月30日，中国驻韩国大使馆举办“以青春之奋斗，践报国之初心”主题座谈会。使馆公使衔参赞马贵生出席并讲话。来自韩国首尔大学、高丽大学、梨花女子大学等高校的30余名中国留学生代表参加座谈。

马贵生向同学们致以节日问候，向大家介绍国家“十五五”规划和教育强国建设规划作出的重大战略部署。希望大家积极回应时代召唤，将各自的成长发展与

国家的前途命运紧密联系在一起，坚定理想信念，厚植家国情怀，珍惜留学时光，努力学习，不负韶华，展现新时代中国青年学子朝气蓬勃的精神风貌。

与会同学踊跃发言，纷纷表示祖国的发展强大使自己无比自豪，又感到责任重大。同学们表示，爱国不是抽象的口号，要从点滴做起，以自己的一言一行塑造中国青年的良好形象，当好促进中韩友好的桥梁纽带；要理性应对网络上对中国的误解和偏见，积极介绍真实的中国，帮助韩国青年树立对中国的正确认知；要做到知行合一、踏实求学、理性沟通，展现新时代留学生积极健康的精神风貌，以青春之力助力中外友好与国家发展。(中新网)



座谈会合影。

“文化中国·水立方杯”中文歌曲大赛印尼总决赛举行

第十六届“文化中国·水立方杯”中文歌曲大赛印度尼西亚赛区总决赛9日在雅加达举行。经层层选拔，从100多名参赛者中脱颖而出34位选手齐聚决赛舞台，以歌会友、以声传情，为现场观众献上一场精彩演出。

本次活动由北京海外联谊会主办、印尼雅加达华文教育协调机构(简称“雅协”)承办。中国驻印尼使馆公参兼总领事郑杰、雅协辅导委员会主席胡素丹、印尼福建社团联谊总会主席俞雨龄、雅协执行主席蔡昌杰等出席活动，并为获奖选手颁奖。

郑杰表示，希望选手们通过这一平台充分展示音乐与演唱才华，并以中文歌曲大赛为桥梁，更好传承中华文化，促进两国文明交流互鉴。

蔡昌杰表示，“水立方杯”早

已超越一场普通歌唱比赛的意义。它以音乐为纽带，连接不同族群与文化背景的心灵；同时也是一个窗口，让更多印尼民众特别是年轻一代，通过学唱中文歌曲这一生动有趣的方式，深入感知中华文化的博大精深。

胡素丹表示，这项赛事不仅为青年搭建展示自我、交流切磋的平台，也在润物无声中传承中华文脉，让中华文化魅力跨越山海。希望广大印尼青年以语言为桥、以文化为媒，搭建中印尼青年友好交流的坚实桥梁。

俞雨龄表示，通过音乐与歌声，不仅让广大青少年学习中文、了解中华文化，也进一步促进印尼与中国民间文化交流与友谊。希望青年一代未来成为促进两国友好交流的新生力量。(中新网)



获得少年组和青年组一二三等奖的选手。

外国学员福建漳州研习中医 体验AI智能问诊



外国学员在体验和观摩拔罐等中国传统康复技术。

“福润岐黄 本草传情——第五届‘中文+’AI赋能中医研习系列活动”7日至11日在福建漳州卫生职业学院举行，来自泰国、马来西亚、印尼、柬埔寨、菲律宾等国家的数十位留学生与外国学员，在为期5天的活动中沉浸式体验中医适宜技术、AI智能诊疗等特色内容，感受中华传统医学的魅力。

“中医针灸、拔罐、刮痧等在泰国受到欢迎，此行很开心学到正确的中医按摩手法。”泰国学员王勇森10年前就与中国结缘，并曾赴长沙、杭州、成都、上海等地旅游，他点赞中国日新月异的变化，尤其在手机移动支付、交通、物流领域。“中泰一家亲”，作为一名泰国警察，王勇森希望借助此次活动精进中文、了解中医文化，未来更好地与在泰国的华侨华人交流。

“体验完刮痧，人很舒服很放松。”印尼学员李蒂娜首次体验刮痧之后便被中医文化圈粉。她说，刮痧后颈部紧绷感明显缓解，计划回国后将所学技术分享给亲朋。

此行还安排AI智能中医问诊体验，感受AI赋

能传统医学成果。外国学员们纷纷表示很开心了解人工智能在中医诊断及健康管理中的前沿应用，这将助力下一步更精准寻医问药，并期待推出多语言版本，便利海外民众智能诊疗。9日，外国学员们还就刮痧、推拿两个项目进行考核，主办方授予结业证书。

据主办方介绍，“中文+”系列活动已举办五届，吸引上百位外国学员参与，活动旨在传播中医药文化、搭建中外医药卫生领域交流合作平台。此次活动为历届规模最大，参与海外学员最多。

本次研习活动设置“寻福九味·探韵中医”定向打卡、智能中医问诊体验、中医适宜技术、视觉康复训练、八段锦养生操等课程，并组织学员赴漳州古城及片仔癀博物馆参访，感受中医药非遗技艺的传承与发展。活动由漳州卫生职业学院、华侨大学华文学院、闽南师范大学海外教育学院、漳州科技职业学院共同主办，漳州市人民政府外事办公室、漳州市卫生健康委员会、漳州台商投资区管理委员会协办。(中新网)



外国学员在体验AI智能中医问诊。

欧洲华侨华人青年联合总会第六届主席团就职典礼 在巴黎举行



欧洲华侨华人青年联合总会在巴黎举行第六届主席团就职典礼暨庆祝成立15周年活动。



与会代表前往法国蒙达尔纪参访。

欧洲华侨华人青年联合总会(简称欧华青联)当地时间3日晚在巴黎举行第六届主席团就职典礼暨成立15周年庆祝活动。刘甜就任新一届主席。

中国驻法使馆领侨处参赞万磊、中华全国青年联合会常委李涓、法国戈梅斯城市长约-马尔尚、巴黎市议员陈家辉、法国华侨华人会常务主席丁仕定等旅法侨界代表，欧洲时报文化传媒集团总裁、欧洲时报社长钟诚等媒体代表，欧华青联创会会长傅旭海等来自各国代表出席活动。

刘甜在致辞中表示，愿和新一届主席团同仁一道，在各界支持和帮助下，以团结为基，凝聚欧洲华裔青年合力，把欧华青联打造成欧洲华裔青年温暖可靠的青春家园；搭建交流联谊、资源共享、创新创业、互助成长的平台，让每一位身在欧洲的华裔青

年，都能在这里找到归属感、收获认同感，汇聚起同心同向、共赴未来的青春合力。

万磊参赞在致辞中表示，欧华青联自成立以来，始终坚守爱国爱乡，服务青年，联通中欧的初心使命，凝聚起广泛与欧华侨华人青年的磅礴力量。他希望广大旅欧华侨华人青年同胞坚守爱国初心，厚植家国情怀，勇担时代使命，助力中欧友好，凝聚青年力量，服务侨胞发展，在新一届主席团的带领下，继往开来，再创佳绩，为推动中欧交流贡献青春力量。

李涓代表中华全国青年联合会向刘甜主席及新一届主席团表示祝贺。约-马尔尚市长高度肯定刘甜在戈梅斯城所作贡献，期待她取得更大成绩。丁仕定代表旅法侨界、傅旭海代表欧华青联历届主席团表示相信在刘甜主席和新

一届主席团的带领下，欧华青联必将继往开来、再创辉煌。

来自各国的与会代表4日前往法国蒙达尔纪参访，参观中国旅法勤工俭学蒙达尔纪纪念馆，追寻先辈足迹，学习先辈精神，勇担时代责任。

2011年5月，在欧洲多国华人青年联合会的倡议下，欧华青联在比利时布鲁塞尔创立。15年来，欧华青不断凝聚欧洲华侨华人青年力量，推动中欧经贸、科技与人文交流合作，促进资源对接互利共赢；引导青年融入欧洲主流社会，推动多元文化背景下的协同发展，依法维护华侨华人青年合法权益，弘扬中华优秀传统文化，深化文化认同与文明互鉴，积极参与公益慈善事业，践行社会责任，展现侨界青年担当。(中国侨网)