



普悠瑪未達標 消基會：應全面停駛
行政院將在下週公布事故調查結果，但消基會認為在尚未釐清普悠瑪列車確實能安全運行前，應全面停駛。



美教堂槍擊 11 死 槍管成輿論焦點
川普認為，若教堂當時有武裝警衛，就可能避免這個慘劇的發生；但前總統歐巴馬認為，應該加強槍枝管制。



玉兔大鬧馬里亞納 將掃菲國、台灣
玉兔將於 30 日登陸擁有 5400 萬人的呂宋島。到時玉兔預估會略為減弱，但至少是 4 級風暴。



我看電視劇 如懿傳的愛情與人生
如懿雖然有智慧，卻不願意為保全自己犧牲別人。她相信有一種情愛可以超越生死，她信賴的愛卻帶她走向死亡。



今天天氣

北部	18°-28°	晴時多雲
中部	16°-30°	晴時多雲
南部	19°-31°	多雲時晴
東部	17°-28°	多雲時晴

普悠瑪事故乘客 消基會：可提賠償

消基會呼籲政府及台鐵部門應主動提供補償金；同時也呼籲受驚嚇的乘客，必須維護自己的權益，向台鐵求償。



▲ 針對普悠瑪事故，消基會呼籲受傷乘客可向台鐵賠償金；未受傷的民眾，則可求償「精神慰撫金」及財產損失。（中央社）

【本報記者鄭吉峻台北報導】針對台鐵普悠瑪列車高速翻覆，釀 18 死、190 人輕重傷，消基會 28 日表達嚴厲譴責，呼籲受傷乘客可向台鐵請求 3 倍以下「懲罰性賠償金」；未受傷的民眾，則可根據《鐵路法》第 62 條規定，向台鐵求償「精神慰撫金」及財產損失。

行政院日前公布將賠償死亡乘客 540 萬元、受傷乘客 240 萬元補償金，但卻未對其餘 156 位受驚嚇乘客提出補償。消基會認為政府未善盡關懷責任，只看到死傷者，呼籲自行就醫、返家的乘客應站出來主張自己的權益。

消基會董事雷立芬表示，政府及台鐵部門應主動提供補償金，不要只看到眼前受傷死亡的乘客；同時她也呼籲 158 位

受驚嚇的乘客，必須維護自己的權益，向台鐵求償。

雷立芬認為，台鐵明知這部車有問題，卻未負起維修責任，「明顯是故意犯錯。」依《消防法》規定，因企業經營者重大過失導致損害，得請求最高三倍懲罰性賠償金，對於過失所致的損害，也得請求最高一倍懲罰性賠償金，消基會不排除會協助旅客提出團體訴訟求償。

消費者文教基金會董事長游開雄強調，行政院所提出的救助賠償為「補償金」，而非「賠償金」；未受傷的民眾，可根據《鐵路法》第 62 條規定，向台鐵求償「精神慰撫金」及財產損失。

該條例指出「鐵路機構因行車及其他事故致人死亡、傷害或財務毀損喪失時，負損害賠

償責任。」此外，消費者也可透過《消費者保護法》第 51 條規定，向台鐵請求 3 倍以下「懲罰性賠償金」。

消基會在調查報告出爐後，將替消費者做仔細評估，若賠償不合法，不排除替消費者提出團體訴訟。游開雄表示，普悠瑪事件顯示台鐵行車保安委員會是一個「球員兼裁判」的機構，無法對行車事故產生監督、改善作用，呼籲主管機關應設立公正客觀獨立的「運輸安全委員會」，為全體消費者把關。

針對行政院將於下周公布普悠瑪出軌調查報告，消基會呼籲政府不要因選舉在即，而倉促提出報告，只有還諸真相才能夠讓消費者感受到行政機關的誠意。

（相關新聞請見 2 版）

研討健康復原力 國健署現身說法

為快速因應突來的狀況，必須在事前做好準備，讓民眾平常就能觸及所需的資源，以因應各種衛生健康系統的挑戰。

【本報記者許嘉琪台北報導】34 國貴賓和健康醫療專家，跟著主辦單位左扭右扭，大跳台灣健康操。恢復疲勞的健康操呼應 2018 台灣全球健康論壇的「韌力」和「復原力」主題，各國齊聚探討在天然災害、人為災害、文明病盛行的今日，如何發揮彈性，因應各種衛生健康系統的挑戰。衛生福利部國民健康署署長王英偉則分享打造「健康平權」社會的經驗。

王英偉表示，雖然台灣的健保覆蓋率達 99.6%，但根據病歷分析，每個人所能觸及的醫療資源仍有顯著差異。例如居住縣市、教育程度、族群身分，這些都影響個人的預期壽命長短、心血管疾病機率、甚至健康習慣（如吸菸、吃檳榔）的

養成，凸顯出台灣健康網絡中某些區塊的脆弱。

為快速因應突來的狀況，必須在事前做好準備，讓民眾平常就能觸及所需的資源。王英偉強調，政府從「個人、社區、社會」三個層次著手。個人部分，由政府 and 民間團隊針對某些特別需求的群體，給予特定的資源。

另外為因應流感，衛生署提供免費疫苗接種，以及健康宣導。或是，針對罕見疾病患者，將 202 種罕見疾病納入健保範圍，同時提供藥物和營養品的補助。

社區部分，利用整個地方力量，提供更好的居住生活環境。例如打造高齡友善社區。王英偉表示，再過 9 年，老年人口將佔台灣總人口的 20%，

年長者的生理功能開始衰退，對醫療資源會有更頻繁的需求，社區應增設足夠的醫院、健康中心，政府也從 2012 年開始推動「活躍老化計畫」，結合社區關懷據點，推動多元老人健康促進活動。

社會力量部分，包括提高醫學系和護理系的原住民學生比例、推廣 CPR 等醫學常識教育宣導、建立山區救護交通系統、完整臨床資訊系統，追蹤疾病比率和藥品擴及率等等，讓醫療資源確實進入山區。

王英偉表示，當有幾個人掉進洞裡，我們要有跳進洞和他們同落困境的同理心，用這種思維，去制定因應的政策，才能進一步達到平權，最終拆除所有的藩籬。



醒報請訂戶看電影！

《鬥牛犬：米其林帝國》

電影特映場

2018 年 11 月 6 日（二）

晚上 9：00 真善美戲院

醒報訂戶寄 anntw.ad@gmail.com
註明手機、訂報地址即贈送 2 張

▼ 消基會認為普悠瑪事件透露出台鐵的便宜行事，呼籲應全面停駛普悠瑪列車。(中央社)



普悠瑪未達標

消基會：應全面停駛

【本報記者鄭吉峻台北報導】針對台鐵普悠瑪列車高速翻覆，釀18死、190人輕重傷，消基會認為普悠瑪事件透露出台鐵的便宜行事，呼籲應全面停駛普悠瑪列車。

行政院將在下週內公布普悠瑪事故調查結果，但消基會認為在尚未釐清普悠瑪列車確實能安全運行，及各項行車控制裝置均達

行政院將在下週公布事故調查結果，但消基會認為在尚未釐清普悠瑪列車確實能安全運行前，應全面停駛。

原廠設計標準前，應全面停駛普悠瑪列車。

消基會召集人表示許永發表示，台鐵在普悠瑪行駛前一天就發現故障，且列車在發車前已顯

示控制及監視裝置警示燈異常，駕駛員與調度員的對話也顯示6432車次普悠瑪列車已是實質故障，卻沒有任何一位主管下達停駛令。

普悠瑪發生事故前，曾停靠新馬等三個站，被視為救援最佳時刻，不過台鐵卻未出面調度，加上該部列車的自動防護系統(ATP)已被關閉，以致車速過快，造成翻車意外。

消基會交通委員會副召集人王中允認為，普悠瑪事件透露出台鐵的便宜行事。他表示，國內應在行車事故、通報、管理等方面，積極建立管理機制，讓消費者能在安全無虞、資訊透明的情況下享受服務。

針對台鐵內部沒有能力針對ATP(自動防護系統)做必要調整，必須找原車廠才能做修復，消基會召集人盧信昌認為台鐵應在管理上更加精進；而台鐵過去4年間已補足大量人力，在訓練方面實有待加強，希望能藉此次的「體檢」，再把優秀退休員工找回來。

▶ 消基會認為在尚未釐清普悠瑪列車確實能安全運行前，應全面停駛普悠瑪列車。(photo by 鄭吉峻/台灣醒報)



殺馬、賣馬缺電力 馬批能源政策



▲ 前總統馬英九(左3)與新北市長朱立倫(左)28日參加國民黨新北市議員參選人陳鴻源(左2)競選總部成立大會，馬英九呼籲大家支持「以核養綠」公投案。(中央社)

【本報記者劉哲岳台北報導】「騎驢找馬？根本騙人！」前總統馬英九28日在新北市長候選人侯友宜、新北市議員陳鴻源聯合競選總部再次表示，民眾找新工作都會騎驢找馬，但台灣在缺乏能源的情況下竟叫停核電廠，根本是殺馬賣馬，讓電力無以為繼，使「姓馬的情何以堪啊」他笑說。馬英九也批評政府對深澳電廠缺電說詞反覆、又說煤有乾淨煤，根本騙人。

馬英九強調「以核養綠」中的核四電廠能使用40年，並在山坳內可儲存兩萬桶高階核廢料，批評民進黨政府治國無能，能源政策荒腔走板；他並舉法國核廢料再利用為例，指出核電技術將會越來越成熟。

馬痛批執政黨表現讓人失望，

自稱經濟是這20年來最好的，但人民卻唉聲嘆氣、痛苦不堪，韓國瑜能在高雄的崛起，就是人民受不了執政黨的謊言。執政黨說，去年台灣經濟成長2.85%並沾沾自喜，但全球平均成長達3.7%，亞洲四小龍成長都超過3%以上，台灣排名最後的情況下，這根本是自我安慰。

新北市長朱立倫也表示，民進黨上台後不斷的清算與政治鬥爭，對新北的建設，不論是捷運環狀線年底完工、已啟用的國民運動中心、公共托老中心、公共投影中心、污水地下道完工，都裝作沒看到，尤其是連續3屆中央招商比賽，冠軍都是新北市。呼籲選民，台灣要的是經濟成長，而不是政治鬥爭。

追思高雄法官林紀元 典範常在人間



▲ 高雄第一名的法官林紀元是謙謙君子，不但工作盡責，也很會照顧同事。(林紀元親人提供)

【本報記者章文報導】在許多法官、律師、當事人心中第一名的優質法官、高雄高分院民庭法官林紀元59歲因肝癌辭世，在27日的追思禮拜中，高分院團契同事們為他獻唱詩歌，紀念他如一粒麥子，埋下美好的法官典範。認識他的律師都追憶說：「他是高雄評價最好的法官，即使被他判敗訴，也心服口服。」

工作的熱情與樂趣

「從他身上我完全感覺到做為法官從事審判工作的熱情與樂趣。」曾與林紀元在高雄法院同事、現任律師的陳業鑫說，每年律師公會對高雄地區各審級法官評鑑，林紀元在各項指標都是獨占鰲頭，不過他並不會在意這些事情，只覺得這是他應做的本分。

林紀元法官是司法官訓練所第22期結業，曾任高雄地院法官、律師、高雄地院庭長、高雄高分院法官，專長為民事審判實務。由於他辦案認真、樂於助人、為人風趣，他的過世引發許多法界人士痛悼。陳業鑫回憶今年六月曾到高分院宿舍看他，他在宿舍裡放著輕輕柔柔的巴哈，桌上放著一本黑皮燙金字封面的聖經，陳問說：「您也受洗了嗎？」他點點頭。

親密的家人

也喜愛古典音樂的高分院刑庭法官邱明弘說，林紀元法官可謂謙謙君子，不但工作盡責，

也很會照顧同事；前年五月，林紀元檢查發現2公分的肝腫瘤，做了栓塞手術後，以為沒事，不料後來復發，便不可收拾。10月17日上午他病逝消息傳出後，中華民國法官學會在粉絲專頁發文指：「對我們來說，失去的不只是一位好法官、好朋友，更像是對一位親密的家人道別！」

在追思禮拜中，牧師誦讀聖經說：「我實實在在地告訴你們，一粒麥子不落在地裡死了，仍舊是一粒，若是死了，就結出許多子粒來。」(約翰福音十二章24節)分享林紀元法官的風範贏得許多律師、法官學習效法，如同結實纍纍。

清風明月

「是甚麼樣的父母、甚麼樣的父母可以教養出這麼優雅的人？是甚麼樣的力量可以讓他如此莊重又如此恬淡？是甚麼樣的修養可以讓他如此高貴溫暖、不急不躁？」陳樹村律師在紀念文上如此寫著。

曾在高分院近距離觀察林紀元審理風格，進行深度細緻的法律問題討論的律師陳業鑫，回想起來仍然覺得很幸福，因為林紀元不只在專業上不吝指導後進，在生活、休閒等各方面也很樂意分享他的心得。為人風趣又溫暖，長官、同事甚至律師、當事人，從未對他有過任何惡評。而今，哲人已去，陳業鑫只能嘆道：「明月清風，紀元庭長，主裡再見。」



▲ 林紀元法官為人風趣又溫暖，長官、同事甚至律師、當事人，從未對他有過任何惡評。圖後方由左至右為：黃悅璇法官、林紀元法官、陳業鑫法官。(林紀元親人提供)

美教堂槍擊 11 死 槍管又成輿論焦點

川普認為，若教堂當時有武裝警衛，就可能避免這個慘劇的發生；但前總統歐巴馬認為，應該加強槍枝管制，避免想傷害無辜的人輕易取得槍枝。

【本報記者王慶宇綜合報導】針對一名反猶太的激進份子鮑爾斯 27 日闖入美國匹茲堡的猶太教堂掃射造成 11 死一案，美國總統川普表示，若當時教堂有武裝警衛的保護，恐怕就不會發生悲劇，此事再度引發國內對槍枝管制輿論的新辯論。鮑爾斯在警方進行攻堅後即被活捉，全案進入偵辦階段。聯調局分析，鮑爾斯只是一名反猶太的激進右派份子，並不屬於任何組織。

根據英國《衛報》報導，發生槍擊案的猶太教堂坐落在匹茲堡最大的猶太社區中，槍擊案發生當下，教堂內正在進行嬰兒的命名儀式。據了解，鮑爾斯當時衝進教堂內，在大喊「所有猶太人都該死」後，持突擊步槍對教堂內的群眾掃射。

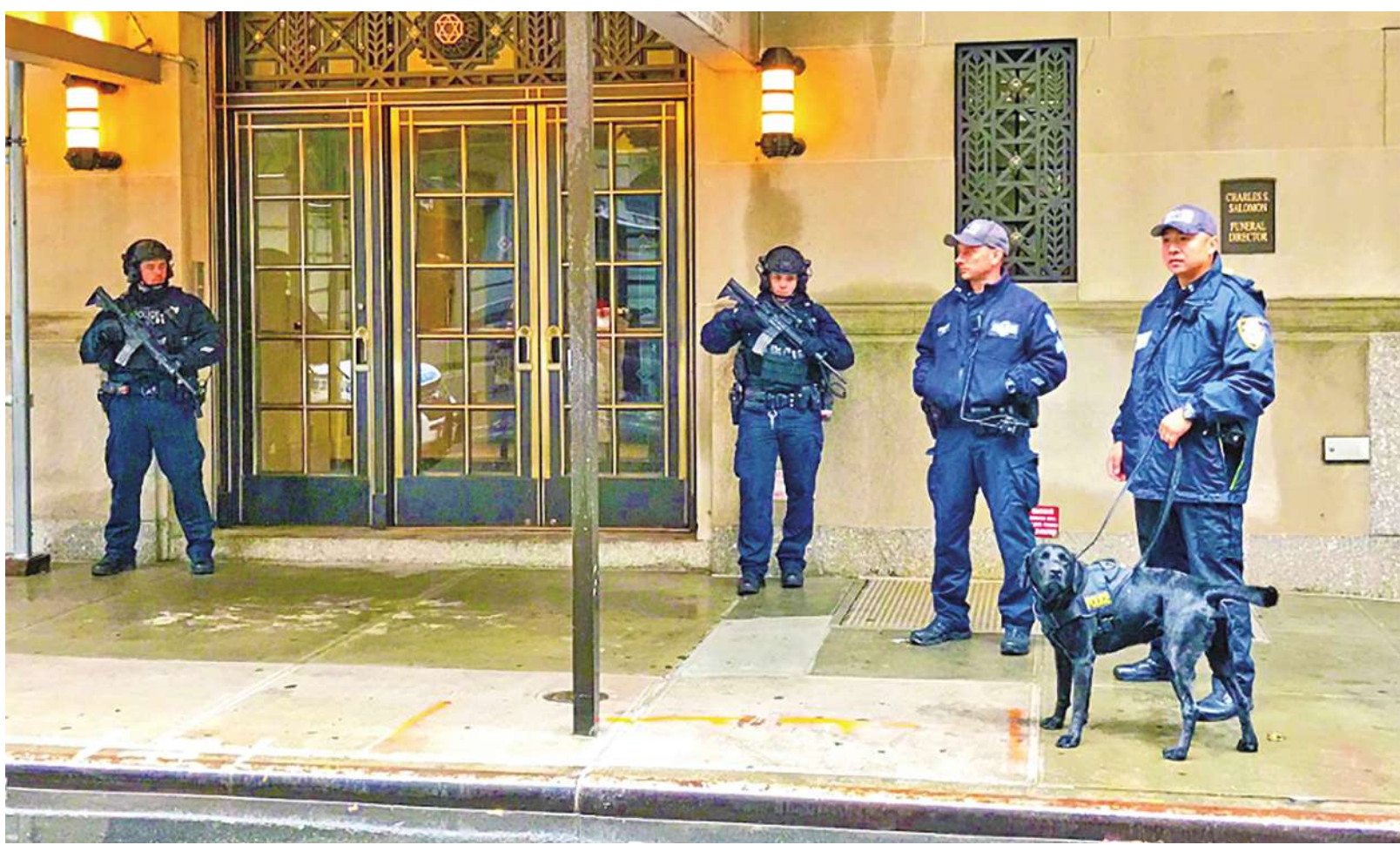
鮑爾斯在掃射完畢後，本來打算逃逸，但遭迅速趕到的大批警力與特警隊逼回教堂內。警方也在隨後進行攻堅，並成功活捉鮑爾斯，雖有 4 名警員在駁火過程中受傷，但

都無大礙。儘管警方與聯調局不願公布死傷名單，不過亦有向外界表示，並沒有幼童在此次案件中受到波及。

《匹茲堡郵報》指出，美國總統川普在槍擊案發生過後也迅速譴責該槍手的行為，並表示會在競選行程告一段落後，至匹茲堡拜訪傷者與死者的家屬。他更認為，若教堂當時有武裝警衛，就可能避免這個慘劇的發生，引發國內對於槍枝管制的辯論。

美國前總統歐巴馬認為，應該加強槍枝管制，「避免那些想傷害無辜的人可以輕易地取得槍枝」。而針對這起槍擊案，其他各國領袖也紛紛表達哀悼與譴責。德國總理梅克爾表示，所有人都應該挺身對抗反猶太主義。以色列總理內坦雅胡則表示，以色列與受到反猶太主義暴力威脅的美國人同在。

為了避免其他激進份子有樣學樣，紐約警方也於今日在所有轄區內的宗教機構部署警力。



▲美國匹茲堡猶太教堂 27 日發生槍擊案，造成 11 死 6 傷的悲劇。(photo by MPD Twitter)

愛爾蘭大選綁修憲 總統獲連任修憲

【本報記者王慶宇綜合報導】愛爾蘭選民投票下，讓總統希金斯成功連任，也同意修改憲法中的瀆神罪。愛爾蘭總統大選暨修憲公投 27 日公布結果，總統希金斯以 56% 的高支持率成功連任，憲法也將瀆神罪除罪化。儘管最初民調預估希金斯能以 2/3 的高支持率輕鬆過關，但希金斯最後還是有驚無險地以 56% 支持率勝利，將在未來 7 年繼續領導愛爾蘭。

根據英國《獨立報》報導，愛爾蘭總統為虛位元首，僅僅是國家的精神象徵，並無法插手每日的政治事務，只能在重要議題或場合上代表國家發言，也因此享有一任 7 年的超長任期。

希金斯是愛爾蘭政壇上極少



數廣受各界各派愛戴的政客，並以調和愛爾蘭社會各階層聞名，也因此才能在總統這個理應超越黨派政治的職位上獲得

未來 7 年內繼續領導愛爾蘭。(photo by The Irish Labour Party via flickr, used under CC License)

行改革，以滿足選民的期待。

《英國廣播公司》指出，這次除了總統大選外，愛爾蘭也進行了修憲公投的複決。根據現有的 1937 年愛爾蘭憲法第 40 條，與 2009 年的修正條款，對任何宗教的褻瀆與不敬都屬於犯法行為。但此條款與言論自由和宗教自由的精神相違背，因此政府承諾推動修憲。

據了解，多數的國民其實不知道此條款的存在，直到演員暨作家弗萊在節目上暢談他對「上帝的殘忍」的看法。而警方最後因為弗萊並沒有冒犯特定人士或宗教，決定不予起訴，但也讓大眾意識到此一憲法上的缺陷，並讓修憲公投以 64.85% 的支持率通過。

全球各大週刊頭條新聞

邱慕天 / 輯

New Scientist 《新科學人》

我「憶」故我在

記憶形成自我，但每個人能對自己的過去形成多少連貫的記憶，似乎取決於大腦的構造。有的人對過去的記憶完全斷裂，也有的人能回憶數十年前事件，並精確描述細節。

失憶者不論是社交或自理生活都有困難。目前「深層腦部刺激（DBS）」是醫學主要解方之一。但有一種更精密的方式是用人工方式重建腦部記憶形成時的電子活動，然後為腦細胞電子活動失常的失憶者植入模擬這種刺激的「記憶假體（memory prosthesis）」，使記憶可以寫入大腦中。

《新科學人》指出，每晚在我們的睡眠中，一天發生的事會被整理篩選，寫入長期記憶的資料庫中，而清醒時經歷的喜怒哀樂情感則降溫下來。或許是基於求生本能，帶出負面情緒的經驗比較容易被長期存儲。如果你希望把不久前經歷的難過場景忘掉，小技巧是馬上去打電動。專注在類似俄羅斯方塊一類有動態畫面的遊戲，能夠幫助大腦「洗掉」先前令人不快的畫面。

要注意的是，人的記憶形成過程往往受到許多潛意識的指令指揮。一個明顯的例子是「信息科技」：使用衛星導航會讓人比較不認得路；為旅行拍了大量照片的



人，反而一段時間後很難不看照片說出玩了哪些景點。因為潛意識中，大腦知道「不必跟電腦搶工作做」。

「去蕪存菁」是件好事。保存少卻有用的記憶能提升人的大局觀，對重大變局做出更明智的決策。

大多數人一天之中約有 20 次機會被隨機觸動起過去的記憶。「回憶」終究是一件有趣的事。人只有在嘗試喚醒一段回憶，大腦才會開工進行檢索與重組（想像「5 年前我的生日派對出現了哪些人？」得從那場派對的場景開始聯想起。）記憶是破碎的、記憶是可塑的，但每一次喚醒它，都是一次重建自我認同的契機——讓「你」成為「你自己」。

總統對上總理！斯里蘭卡政治大地震

【本報記者李牧權綜合報導】總統一聲令下，總理被解職！斯里蘭卡政府日前發生政治大地震，總統席瑞塞納 27 日突然宣布撤換現任總理韋克瑞米辛，並任命前強人總統拉賈帕克薩出任新總理。韋克瑞米辛表明不會離職，並強調自己是國會多數支持的合法總理，賈帕克薩則呼籲韋克瑞米辛的支持者，尊重民主和法治。外界擔心，斯里蘭卡憲政危機恐一觸即發。

總統決定屬違憲

作為聯合國國家黨（UNP）黨魁的韋克瑞米辛，與席瑞塞納所屬的統一人民自由聯盟（UPFA）於 2015 年籌組聯合政府，由前者出任總理，後者出任總統。據《衛報》報導，由於兩人在經濟政策和治理理念等

方面經常意見不合，兩人日前曾就借港印貨口印度作貿易之用，產生嚴重分歧，成為這次總統強行撤換總理的導火線。事件發生後，統一人民自由聯盟隨即宣布退出執政聯盟，斯國恐陷憲政危機。

「我擁有多數的支持，我仍然是總理，我將繼續擔任總理。」支持改革開放與經濟自由化的韋克瑞米辛不服席瑞塞納的片面決定，他強調，只有國會才能取消他的任命，席瑞塞納的行為嚴重違反憲法，他揚言，將採取法律行動，禁止席瑞塞納組建新內閣，與拉賈帕克薩之任命。

新舊總理鬧雙胞

據《路透社》報導，由於拉賈帕克薩已在總統辦公室宣誓就職總理，而韋克瑞米辛亦宣布自己



▲斯里蘭卡總統席瑞塞納（右）突然宣布取消總理的政治任命，並委任前總統拉賈帕克薩（左）出任新總理。(photo by Mahinda Rajapaksa twitter)

仍然是合法總理，在總理鬧雙胞的情況下，外界擔心，斯里蘭卡將陷入混亂。英國亞洲及太平洋地區國務部長馬克菲爾德呼籲，各方應確保憲法得到尊重；美國駐斯里蘭卡大使館亦呼籲，所有人不要採取暴力行動，並應遵循正當程序解決紛爭。

「這是一場反民主的政變！」斯國財政部長薩馬拉維拉表示，任命拉賈帕克薩為總理是違反憲法的。斯里蘭卡的憲法是以法國政府體制為藍本，總統擁有行政

權力，而總理則領導議會。斯國憲法曾於 2015 年進行修訂，以削弱總統的權力。其中規定，只有在總理失去國會議員資格，或遭到國會彈劾之情況下，才能被撤換。

拉賈帕克薩在任時強勢打壓新聞自由與政治異議者，被批評為獨裁者。席瑞塞納任命前強人總統拉賈帕克薩之舉引發外界關注，斯里蘭卡是否將會出現民主倒退現象。

醒報廣告、訂報專線：



0800-011961

看完醒報，轉贈鄰居信箱



▼ 巴基斯坦最高法院於 28 日宣布，將重啟禁令，明令境內不得播放印度影視節目。(photo by Wikimedia)



巴國啟影視禁令 報復印度限縮水源

【本報記者宋秉謙綜合報導】巴基斯坦要重啟影視禁令，被認為是報復印度近期的限縮水源！自兩國分治後，印、巴連發生 3 次大衝突而成世仇，2 國長期衝突不斷，包含宗教、影視文化與資源衝突。而近期印度在德里北方蓋大壩，以免水源流入巴國，巴國媒體監管局 28 日決定採報復性手段，重啟 2016 年的印度影視禁令，目前該國最高法院已經通過此項禁令，即將實施。

報復水源爭議

根據《海灣時報》報導，近年來隨著印度藝文發展



最高法院首席官尼薩怒說：「若他們影響我們的大壩與水資源，我們就祭出影視禁令，全面封鎖印度頻道在境內播放。」

進步，寶萊塢影視影響鄰近國家深遠，但其中不少影視作品的內容帶入對巴國的刻板印象，加上克什米爾抗爭議題，使巴國媒體監管局於 2016 年下達印度影藝禁令，不過，2017 年該國在聯邦政府沒有異議的情況下，拉哈爾高等法院取消影藝禁令。

然而，據《New18 網》報導，由於近期印度當局決定在 2 國邊境蓋水壩，恐限縮巴基斯坦的水資源，惹



惱巴國政府。巴國最高法院首席官尼薩怒說：「若他們打算影響我們的大壩與水資源，我們就敢祭出嚴苛的影視禁令，全面封鎖印度頻道在境內播放。」日前最高法院已批准此項禁令，近期將執行。

反對禁印度影視

不過，巴國有部分聲音不認同這樣的報復性手段。根據《歐洲自由電台》報導，



巴基斯坦有線電視運營商協會主席阿蘭反對這項禁令，他批評說，將影視禁令作為政治衝突的報復手段，只會讓巴國的影視發展趨緩，「我們應該思考如何提升國內影視的品質，而非閉門造車。」阿蘭認為，巴國影視發展必然要透過向印度蓬勃的寶萊塢學習。

據了解，自 1965 年印巴戰爭以來，巴基斯坦原則上禁止境內播放印度電影和電視內容，雖然該禁令曾被解除過，但在 2016 年爭議地區克什米爾的抗爭活動遭到印度鎮壓後，巴基斯坦同年一度明令禁止所有印度廣播和電視內容。

羅馬女市長惡評不斷 民粹治理引抗爭

【本報記者宋秉謙綜合報導】「我們受夠這樣的羅馬了！」羅馬人集體向女市長拉吉發出怒吼，直指羅馬的各項建設殘破問題。反建制派的五星運動黨籍拉吉自從贏得 2016 年選舉、成為羅馬首位女市長後，因用人唯親迭起爭議，近期再因政策毫無建樹而飽受批評。羅馬人於 27 日上街抗爭，怒指拉吉在公共建設方面過「菜」，批拉吉的民粹主義不適合執政羅馬這樣的永恆古都。



▲ 羅馬女市長拉吉近期負面消息不斷，不只因用人問題遭到調查，更被人民批評施政太菜。(photo by Wikimedia)

長拉吉該為此負上最大責任。《CNN》報導，首先，曾被讚為美麗城市的羅馬如今的大街小巷充斥著不少垃圾，而當局卻沒有提出相關的衛環政策應對；其次，羅馬目前約有 42% 的公共交通停止服務，市民因為公交不便，更不願意搭乘而成惡性循環，不少司機因此



罷工，行政管理的缺乏讓問題更趨嚴重。這次示威遊行的導火線正是因基礎建設老舊，日前 24 名俄羅斯球迷到羅馬觀看足球賽，因進入中央地鐵站的自動扶梯倒塌受傷，當時負責的交通公司 ATAC 解釋說，所有扶梯的維護調查都有接受定期檢查，完全符合規範，這樣的話語引來人民不滿，

「從去年特雷維公車大夥事件到現在扶梯崩塌，說明基礎建設問題不小。」

拉吉蠟燭多頭燒

根據《亞洲新聞頻道》報導，五星運動黨 (M5S) 於 2016 年的市長選舉推出女候選人拉吉，拉吉當年大打民粹主義的反建制立場，在傳統的左派與右派夾殺下，成功獲得 67% 票選而殺出一條血路，不過她當上羅馬市長後，卻因缺乏施政經驗而引眾怒。



拉吉更於日前涉及理事會任命的撒謊案，被任命為市府旅遊部主管的雷納托·馬拉遭質疑是靠關係上位的，因檢調發現馬拉的兄弟、拉菲爾是拉吉的左右手，若拉吉在 11 月的判決是有罪的，極可能被議會與輿論要求下台，《亞洲新聞頻道》認為極右派有較高機率獲得市長位子。

巴西大選左派急追 總統大位仍無望

【本報記者王慶宇綜合報導】巴西總統左派候選人哈達德的支持率在投票前急起直追，但民調顯示總統大位應屬右派候選人波索納洛。儘管哈達德趕在投票前主打反貪牌，並獲得多位反貪法政界人士的支持，但哈達德終究沒獲得極具影響力的前州長戈邁茲的支持，因此仍落後 8% 的票數，恐與總統大位擦肩而過。

根據英國《衛報》報導，巴西總統大選進入短兵相接的 2 輪投票，由左派的哈達德對決迅速竄起的右派波索納洛。由於左派在 1 輪投票時分裂，導致哈達德僅獲得 29% 的票數，遠遠落後波索納洛的 46%。

在進入二輪投票後，不甘落後的哈達德也開始主打反貪牌，並成功獲得多位法政界人士支持。包含因起訴多名貪污政要而威望極高的前檢察總長雅諾特、反貪污且定罪多名政要的法官巴博薩都在投票前宣布支持哈達德，讓哈達德在短短幾天內從落後 12%，變成只落後 8%。

《路透社》指出，儘管哈達德的政黨正是巴西過去幾年貪污不斷的主要原因，但更多巴西人擔心波索納洛推崇過去軍事



▲ 投票前民調顯示，巴西總統大選的右派候選人波索納洛將以 54% 的支持率，成為下一任巴西總統。(photo by Wikimedia)

獨裁的價值觀，會讓巴西的人權、公民自由、言論自由等，在未來受到侵害，才會繼續選擇哈達德。

但另一方面，波索納洛的首席經濟顧問葛德是芝加哥大學出身的經濟學家，讓商界對波索納洛的期望值非常高，再加上哈達德並沒有順利獲得極具影響力的前州長戈邁茲的支持，因此仍無法成功拉下波索納洛，據投票前的最後民調顯示，哈達德將以 46% 的支持率輸給 54% 的波索納洛，與總統大位擦肩而過。

世界主教會議達共識 教宗：與年輕人同行

【本報記者李牧權綜合報導】「全世界的主教必須更努力，投入青年牧靈工作！」為期一個月的 2018 年世界主教會議 28 日圓滿結束，教宗方濟各選定「青年」作為本屆會議焦點主題，來自世界各地的主教共聚討論，並表決通過落實「與年輕人同行」的具體行動方針，以扭轉教內接二連三爆出主教性侵兒童醜聞之負面形象。

在多樣性中團結

據《天主教新聞通訊社》報導，一份由 3 部分、12 章、167 段和 60 頁組成的「最終文件」（final document），於 27 日經會議中三分之二多數成員逐項表決通過。教廷隨即發表聲明表示，天主教會必須把會議的概念與教會的普遍性和教規結合，成為「基督的奧體」（Mystical Body of Chris），並把此目標視為彼此的共同責任。

該宗教會議文件指出，在這世代中，教會需扮演專注於傾聽、歡迎對話，以及洞察時代、幫助人類生活變得更美好的共同角色，繼而透過這樣的關係來表達信仰的傳播。

「我們要走向一個充滿豐富多樣性和共同負責的教會。」文件強調，在確保教會內部的多樣性同時，亦要體現教會



合一的目標。這份文件特別要求各教會，要把青年人納入教會各級的「共同責任」，包括教區，主教會議和普世教會，並呼籲神甫在教會的各個層面，都要增加他們的協作與努力。

會議三大共識

據《梵蒂岡新聞網》報導，這次世界主教會議達成了三個共識：與年輕人同行、打開年輕人的眼界、從「我」轉向「我們」。未來一年，天主教會將以發展青年使命、更新年輕人在精神上追求忠誠與聖潔的熱情與活力、締造文化的多樣性、回應年輕人的需要等為共同的目標。

據《澳洲廣播公司》報導，天主教會早前爆發的戀童癖醜聞，嚴重影響天主教的形象。本屆主教會議希望透過「關心青年」，重新聯結教會與年輕人的關係。會議更特別邀請世界各地的年輕人代表參與，將年輕人在現今時代面對挑戰的聲音帶進會議中，讓天主教的領導們聽見他們的心聲。

樞機諮議會協調人、洪都拉斯德古西加巴教區總主教馬拉迪亞加樞機表示，對本屆世界主教會議的進展感到非常高興。他期待天主教會能加倍努力，結出更多果實。



▲ 2018 年世界主教會議在梵蒂岡舉行，主題為「青年、信德與聖召分辨」，自世界各地的 249 位主教參加會議，定未來方向。(photo by 梵蒂岡官網)

▼強颱玉兔已在馬里亞納群島造成大型破壞，被預估將於 30 日登陸菲國呂宋島。(photo by 網路截圖)



玉兔大鬧馬里亞納 將掃菲國、台灣

【本報記者宋秉謙綜合報導】今年第 26 號強颱玉兔在影響台灣前，已在馬里亞納群島造成大破壞！被預估幾天後將引發共伴效應、影響北台灣與東半部的玉兔強颱，在 25 日掃過馬里亞納群島，導致當地渡輪與航班取消。南韓政府於 27 日以軍機運送物資給受困於塞班島的國民，氣象專家理查指出，玉兔肆虐完群島後，將在 30 日登陸菲律賓呂宋島。

據日本氣象廳宣布，玉兔於 22 日升格為熱帶風暴，並在 24 日被檢測出中心風速高達每小時 215 公里，超越「山

玉兔將於 30 日登陸擁有 5400 萬人的呂宋島。到時玉兔預估會略為減弱，但仍至少是 4 級風暴。

竹強颱」所創下的今年最強風暴。玉兔 25 日以時速 20 公里往西北西移動，掃過馬里亞納群島，儘管它在關島以西的海域出現雙重眼壁，中心風速稍微下降，仍然對各島嶼的交通造成強大影響。最新消息是玉兔完成置換眼牆，重新打開「針眼」，風速上升，被中央氣象局重新升格為強颱。

根據《英國廣播公司》報

導，玉兔席捲馬里亞納群島時，以旅遊勝地塞班島、天寧島與關島受災最為嚴重，當地所有政府辦公室及學校都臨時停班、課。在風暴期間，各島群的通訊部分中止，渡輪與航班都取消。

由於當時有 1800 名南韓旅客被困於塞班島上，南韓政府 27 日派出軍用飛機運送物

資進行救援，該國於 27 日晚間證實，雖然對外航班不通，但第一批遊客已送返國內。而根據新華社報導，塞班島上還有 1500 名中國遊客受困。

根據《彭博社》報導，氣象專家理查指出，玉兔強颱可說是 1950 年來，影響馬里亞納群島最強的風暴，而玉兔將於 30 日登陸擁有 5400 萬人的呂宋島。到時玉兔預估會略為減弱，但仍至少是 4 級風暴，理查呼籲說：「最好的方式就是撤離，避免 9 月多山竹強颱事件重演。」



颶風有多強？過境後小島不見了

【本報記者王慶宇綜合報導】科學家透過衛星圖片證實，瓦拉卡颶風將夏威夷的一座小島完全消滅！佔地 11 公頃的東島，位於夏威夷帕帕哈瑙莫夸基亞國家海洋保護區內，是瀕臨滅絕的夏威夷綠蠵龜與夏威夷僧海豹的重要棲地。但科學家日前證實，東島在五級的瓦拉卡颶風過境後，已經被完全冲刷殆盡，也讓這些瀕危物種少了一個重要棲地。

根據《CNN》報導，夏威夷的東島基底是一座不再噴發的海底死火山所組成，海平面以上多為沙和礫石。夏威夷大學的地球科學教授佛萊契表示，他們今年 7 月至島上調查時，曾發現到處都有綠蠵龜孵蛋的痕跡，也有很多僧海豹在上頭曬太陽，證實該島確實為此兩個瀕危物種的重要棲地。

他指出，颶風來臨時，大多數的綠蠵龜應都已經孵化且入海，僧海豹一般來說也懂得在颶風來臨時找掩護，因此他們有理由認為瓦拉卡颶風並沒有對這兩個物種帶來毀滅性的打擊。而這兩個物種在颶風過境後的確切數量則有待生物學家做進一步



▲ 夏威夷的東島在瓦拉卡颶風過境後遭到完全抹去，使得瀕臨絕種的夏威夷綠蠵龜與僧海豹失去重要棲地。(photo by Wikimedia)

的追蹤與確認。

英國《衛報》指出，颶風過境前的東島，佔地約 11 公頃，是所屬法國軍艦環教的第二大島。至 1952 年為止，也是美國巡防署的雷達站部署點之一。科學家指出，東島的消失更證實了氣候變遷對島嶼所帶來的毀滅性影響。

氣候暖化使得颶風變得更加強烈，移動範圍也比以往更加北擴，置某些島嶼於非常危險的處境之中。而逐漸上升的海平面也讓許多海拔較低的小島隨時有淹沒的危險。美國國家海洋大氣管理

局的夏威夷保護區資深官員柯薩基就表示，「這證明了

氣候變遷是真的，而且是進行式。」



▲ 曾有綠蠵龜(左)曬太陽。(photo by 網路截圖)



▲ 受玉兔颱風外圍環流影響，台東離島地區船班綠島航線 28 日 10 時以後船班全部停駛；蘭嶼航線 29 日停駛。圖為台東富岡風浪漸強。(中央社)

倫敦地鐵沒空調 乘客待遇不如動物

【本報記者王慶宇綜合報導】氣候暖化讓倫敦地鐵乘客也中標！根據統計顯示，倫敦地鐵因為氣候暖化與缺乏空調，車廂溫度時常在尖峰時刻超過 35 度，比歐盟運送動物的最高溫度還高。當局表示，目前僅有 40% 的車輛設有空調，且最快要在 2030 年才有辦法引進更多備有

空調的車輛。根據網路新聞《Quartz》報導，因為氣候暖化的緣故，倫敦地鐵乘客暈倒的事件有大幅增加的趨勢。根據統計，2016 年 1 月至 2018 年 5 月就有約 3,600 起的案例，主要發生在早上 8-9 點的通勤尖峰。

當人站立時，因為需對抗重力，不易將血液送到腦部，再加上車廂高溫且擁擠，乘客的大腦非常容易缺氧。在達到耐受極限後，人們會透過暈倒、失去意識等方式，強制

人體從垂直站立改為水平躺下的狀態，來讓腦部獲得更多的氧氣。

《英國廣播公司》指出，在近兩年的夏天，地鐵車廂內的溫度有時會高達 35 度，比歐盟規定運輸動物時不得超過 30 度的規範還要高出 5 度，可謂「豬狗不如」。全國鐵路、海運與交通工會執行長凱許就表示，過於擁擠的車廂已經成為數以千計通勤族的每日噩夢。在如此高溫下，越來越多人暈倒並不稀奇。

倫敦運輸當局表示，他們已經規劃要引進配有空調的列車來解決問題，但最快仍得等到 2030 年。不滿的網友則在推特上以挖苦的方式批評慢半拍的政策。@TweetsByBilal 的用戶就表示，「2030 年夏天時，我尚未出生的小孩就會在過暑假，而我可能也會開飛行車了。多謝你們的改善計畫。」



▲ 倫敦地鐵因為沒有空調，再加上越來越熱的天氣，導致乘客暈倒事件頻傳。(photo by Wikimedia)

圖文選粹

圖文 / 中央社

德駐台代表表達對台灣支持



▲ 德國新任駐台代表王子陶受訪表示，德國支持台灣參與世界衛生大會、國際刑警組織，以及其他類似的國際場域。並表示，德國盡可能在中政策架構下，表達對台灣的支持。

▼台北市長柯文哲 28 日出席「2018 城市風格日」。(photo by 鄭吉峻 / 台灣醒報)



為選票挺婦聯會？ 柯：強調處理順序

【本報記者鄭吉峻台北報導】台北市長柯文哲 27 日嗆黨產會「管婦聯會的過去幹什麼？」被外界解讀為搶攻藍營選票。柯文哲 28 日受訪時解釋說，他的意思是強調政府應做好處理國民黨黨產的順序，先解決目前問題，再談追究責任與預防未來。

柯文哲 28 日出席「2018 城市風格日」，現場民眾絡繹不絕都想與柯 P 握手拍照；台北市

柯文哲解釋說，他的意思是強調政府應做好處理國民黨黨產的順序，先解決目前問題，再談追究責任與預防未來。

吉祥物「熊讚」也出席擔任記者會嘉賓，與柯 P 親近互動。不過外界均把焦點放在柯文哲嗆黨產會一事。

柯文哲 27 日與婦聯會主委雷倩出席「眷村文化座談會」，會中柯曾指責黨產會，表示「婦聯會現在運作都好好的，你（黨

產會）管它過去在幹什麼？」被外界解讀為公開聲援婦聯會，為要搶攻藍營選票。

面對外界質疑，柯文哲表示，他只是在強調應做好處理國民黨黨產的順序；應該先解決目前的黨產問題，再預防以後勿發生，最後才是追究責任歸屬；

對於自己的話在選前容易被過度解讀，表示遺憾。

柯文哲表示，目前處在藍綠對抗的社會，加上適逢選舉前，所有人的情緒都會比較激動，較容易過度解讀或過度反應。對於被外界解讀為搶攻藍營選票，柯文哲表示，這就是這個社會為難的地方，畢竟搶藍營的票就會丟掉綠營的票，「何必呢？」，照想法去做就好了。

移工再請願 廠住分離才安全

【本報記者許嘉琪台北報導】「我們只能每個禮拜到教堂禱告，希望下次死掉的，不會是我們之中任何一個。」蘆竹矽卡和桃園敬鵬，半年來兩場工廠宿舍大火已造成 8 位外籍勞工葬生火窟。移工聯盟於 28 日再度聚集於勞動部前，訴求「廠住分離」的法令修訂，以及友善「移工資訊的查詢空間」。

「我住的方 1 樓是工廠，堆滿了機台和材料，2 樓宿舍共住了 20 個人，但只有一個樓梯可以進出。」一位印尼籍勞工舉著牌子，訴說自己的居住處境。部分移工來台後被雇主安置在鄰近工廠或鍋爐機具的宿舍，白天在高風險機台旁工作，下班後仍要住在危險的工作環境。

消防員工作權益促進協會幹部表示，工廠內部堆滿材料和半成品，加上逃生路線不暢通，是不適合居住的高危險區。

每當工廠起火，消防隊會依照這

個印象判斷，預設內部沒有住人，無搶救緊急性，而採取較保守的救火策略。

移工若住在工廠裡，只有兩個結果，一個是消防人員沒能及時發現，錯失搶救機會；另一個則是消防人員必須衝進危機重重的工廠，把命拋出去救人。廠住若不分離，就是同時把移工和消防員的生命推到斷崖邊。

「半年來的兩場大火讓我很擔心，我想查查住宿的相關規定，卻怎麼樣都找不到。」移工表示，勞動部雖已將移工相關法規公布於網路上，但卻藏在勞動力發展署網站的某個角落，用中文都檢索不易，何況用自己的語言呢？

環境保障基金會呼籲，勞動部應將移工相關規定翻譯成各國母語，並擺置在容易查詢的位置或設計成 app，讓移工們能更便利地了解自己的權利。



▲移工聯盟於勞動部前抗議，訴求「廠住分離」和「資訊友善」。 (photo by 許嘉琪 / 台灣醒報)

修復普悠瑪創傷 台東家扶提撇步

【本報記者許嘉琪台北報導】「不必勉強自己，難過的話一起談談。」普悠瑪列車翻覆後，許多人承受著龐大的心理壓力和創傷。台東家扶中心 28 日起啟動「安心療育服務」，提供諮詢及免費諮商，協助台東有需要的民眾取得專業服務，早日恢復日常生活和心理上的平安。

台東家扶中心強調，許多孩子還無法理解和消化這個意外事件，無論是直接目睹整個經過，或是間接從電視或大人談話中感受到震驚或憤怒的情緒，都可能產生害怕、驚恐的後續反應。提醒家長此時別跟孩子說「不要哭」、「不要難過」或是「別想這件事了」。

家長應該扮演傾聽者的角色，如果孩子願意說出來，就可能了解孩子處在什麼狀態。更重要的是，允許他們表達「生氣、害怕、怕黑、

想要有人陪」等情緒，並告訴他們這些都是正常反應。多陪伴他們從事，紓壓的共同活動，也和孩子討論「我們可以一起做些什麼」，安頓孩子的不確定感。

台東家扶中心主任陳乘斌說，普悠瑪列車翻覆事件屬於集體災難和重大壓力事件，除了身體的傷亡，對於共同生活著的人及社區心理狀態也會有所影響；此外，投入救助及到傷亡家庭服務的工作人員也易產生替代性創傷，或直接承受較高的心理壓力。

目前除了家扶中心，台東縣政府也已召集多位心裡諮商師於成功鎮和台東市卑南里，提供免費諮商資源；學諮中心和台東心衛中心也已提供立即性的服務。呼籲有需要的民眾，或者身邊有承受高度壓力或傷痛的親友，可以前往尋求專業協助。



▲台東家扶中心 28 日起啟動「安心療育服務」，協助台東有需要的民眾取得專業服務，早日恢復日常生活和心理上的平安。(台東家扶提供)

改造罐頭公園 顏若芳推親子音樂劇

【本報記者劉哲岳台北報導】「罐頭公園大轉型 北市營造共融生活！」民進黨台北市議員顏若芳 28 日下午一席森林精靈的裝扮現身，表示未來將持續推動台北市共融公園，讓傳統罐頭公園轉型成特色公園。

共融公園是將過去塑膠的「罐頭式」遊具汰換，換上與

過往保守設計不同的新遊具，希望增加小朋友的想像空間，並增設無障礙設計，讓身障的孩子也能使用。而共融公園內的遊具不僅僅是為小朋友設計，在不同公園中都有不同的創意主題，能讓老人、大人、小孩，甚至身障兒童一起同樂。

此次音樂劇邀請《如果劇團》於花博舞蝶館旁廣場上演「流

浪狗之歌」，戲中的流浪狗都有著各自的故事，想法也分為希望重回主人身邊及對人類沒有信心兩派。兩派因想法不同起了爭執，最終，大多數的狗狗決定重回主人身邊，只有一隻最強壯、倔強的狗，拒絕跟大家走，繼續流浪的旅程。

透過音樂劇的渲染，與表演者和台下大、小朋友的互動，

使現場氣氛歡樂融洽，給予近百位親子一場增進感情的歡樂時光。顏若芳表示，未來還會有三場音樂劇，希望透過有趣、活潑的音樂劇，讓小朋友能夠從小養成尊重生命、拒絕暴力等觀念，並呼籲以領養代替購買。

► 影片連結



▲顏若芳 (圖左) 一席森林精靈的裝扮現身親子音樂劇，呼籲以領養代替購買。(photo by 劉哲岳 / 台灣醒報)

▼道奇主帥羅伯茲出現調度問題，提前上陣的終結者簡森救援失敗，遭紅襪隊皮爾斯（左）追平，最終以 6:9 落敗。(photo by RedSox twitter)



《美職季後賽
專題之十四》

錯失優勢瀕淘汰 道奇主帥調度惹議

道奇雖然先於 6 局下靠著普伊格的三分砲，將紅襪先發投手 E 羅打退場，但主帥羅伯茲出現調度問題，讓道奇以 6:9 落敗。

【本報記者宋秉謙綜合報導】道奇牛棚崩盤花光領先優勢，陷入 1 勝 3 敗絕境！美職世界大賽 28 日迎來第 4 戰，道奇雖然先於 6 局下靠著普伊格的三分砲，將紅襪先發投手 E 羅打退場，但主帥羅伯茲出現調度問題，提前上陣的終結者簡森 8 局救援失敗，遭皮爾斯炮擊追平，第 9 局牛棚更無法止血，道奇狂失 5 分，最

終追分未果，以 6:9 落敗，陷入 1 勝 3 敗的淘汰邊緣。

道奇守不住 4 分優勢

根據《MLB 官網》報導，雙方歷經 G3 的 18 局大戰不到 1 天，就於 28 日迎來 G4，道奇推上老將希爾先發，全力避免陷入 3 敗的絕境。希爾開場表現精彩，主

投 6.1 局，狂飆 7K，僅挨 1 安、失一分，隊友則在 6 局下給他分數支援，而普伊格於 2 人在壘時，咬住 92 英哩的失投球，砸出左外野三分砲，單局團隊攻下 4 分，打下紅襪先發投手 E·羅德里茲。

然而，道奇主帥羅伯茲卻在 7 局上做出令人匪夷所思的調度，雖然希爾開局保送了波加特，但

很快回神 K 掉努涅茲，羅伯茲卻決定換下神勇的希爾，用同為左投的亞歷山德面對霍特，沒想到他又投出保送，讓羅伯茲再度於壘上有人時，換上狀況不比前 2 人還好的麥德森，結果麥德森慘遭代打的莫蘭德炸出三分砲。

接著，在牛棚還有其他投手的情況下，羅伯茲在第 8 局提前推出終結者簡森，不論他是否想讓



◀道奇因調度問題與牛棚崩盤，燒光 4 分優勢，陷入 1 勝 3 敗的大劣勢。(photo by 網路截圖)

簡森「多倫局數」或僅是想讓他穩住局勢，反而使簡森被皮爾斯擊出陽春砲。陷入平手局面的道奇牛棚於 9 局全面崩盤，佛拉洛、伍德及前田都無法止血，共丟掉 5 分，導致埃南德茲雖在 9 下開轟，卻還是回天乏術，道奇以 6:9 輸掉關鍵的 G4，陷入 1 勝 3 敗的淘汰邊緣。

根據《CBS 運動網》報導，羅伯茲在關鍵時刻調度再度惹議。專家阿西森指出，麥德森在世界大賽的前 2 戰登板時，都無法解決壘上跑者，但主帥卻一直推上他，此役再受懲罰，「麥德森在世界大賽中，總共讓 7 名壘上跑者回壘，誇張的是他只出賽 3 場！」說明麥德森無力解決高強度的局面。



利物浦再贏平紀錄 英超前 10 輪暫居首

【本報記者宋秉謙綜合報導】英超「紅軍」利物浦再贏球，前 10 輪拿 26 積分、平隊史紀錄！利物浦 28 日凌晨於主場迎戰「藍鳥」卡地夫城，團隊以碾壓般實力，繳出高達 8 成的控球率，終場以 4:1 勝出。紅軍贏球後戰績是 8 勝 2 平、共 26 積分，寫下平 08-09 賽季的隊史紀錄，不過，紅軍因第 77 分鐘的丟球，無緣達到主場 1000 分鐘不失球的里程碑。

紅軍控制整場

根據《衛報》報導，利物浦上半場就將節奏牢牢掌握腳下，第 9 分鐘團隊創造良機，儘管藍鳥後衛連續擋出馬內與威爾杜姆的射門，仍無法守下「法老王」薩拉赫的小角度精準抽射。紅軍領先後，不疾不徐大打傳控，讓卡地夫城球員幾乎碰不到球，半場居然連一次射門或角球都沒有。

下半場邊鋒馬內憑著高超技術進球，將紅軍的領先拉大到 2:0，而卡地夫城終於在 77 分鐘利用邊線開球，邊鋒霍伊萊特趁著紅軍邊衛莫雷諾與隊友溝通失誤，一路推進並傳中，讓前鋒帕特森插上補門得手，助藍鳥打破鴨蛋。紅軍很快拉大領先優勢，84 分鐘由瑞士球星沙基里破門，打入個人本季加盟的首球，86 分鐘馬內利用快速反擊，精彩的挑過守門員得分，最終紅軍 3 球之差血洗客隊。

根據《進球網》報導，利物浦主帥克洛普賽後受訪時表示滿意，他認為球隊的表現很沉穩，「賽前我們



▲紅軍靠著「法老王」薩拉赫首開紀錄，而「瑞士梅西」沙基里也打進個人本季首球，最終以 4 比 1 大勝。(photo by Liverpool FC Facebook)

就知道對手會很退縮，我們將不容易找到空間攻門，但還好球員很有耐心。」克洛普稱讚說，最後 2 顆拉開比分的入球就是對方開始想攻擊，而露出破綻被子弟兵逮住。

無緣 1000 分鐘零封

克洛普指出，球隊能平 08-09 賽季的前 10 輪 26 分紀錄是重要一步，因為自己最大的願望就是無時無刻都穩坐榜首，而不像現在只是暫居榜首（若曼城本輪也贏球，雙方將並列榜首）。

不過，利物浦本役的丟球代表無緣挑戰主場 1000 分鐘「零封」的紀錄。根據《都會報》報導，眾多紅軍球迷對後衛莫雷諾表示不滿，認為這名邊衛因溝通失誤而被霍伊萊特過掉是丟球的最大戰犯，更有球迷在推特發文說：「當莫雷諾與洛夫倫共同上場，儘管紅軍在安菲爾德還是得丟球。」顯然，紅軍主場不失球紀錄在 918 分鐘被斷，對球迷而言是充滿遺憾的結果。



小球暴龍與團隊公鹿 NBA 不敗金身

【本報記者宋秉謙綜合報導】NBA 首週賽事打完，僅有補進「可愛」的暴龍與「字母哥」領軍的公鹿維持不敗金身！季前預測沒有多少人看好暴龍與公鹿雙雙以 6 連勝開局，比下同聯盟強隊綠衫軍、76 人等。專家羅威指出，暴龍補進「可愛」里歐納德後，團隊無球跑動順暢，打出令人印象深刻的「小球」；公鹿則是力行「團隊」籃球，在中生代好手字母哥帶領下，更趨成熟。

無所不在的暴龍們

根據《ESPN》報導，暴龍休賽期最大引援就是補進前馬刺巨星里歐納德，並同時在交易案送走過去總被詬病為「垃圾兄弟」之一的德羅臣，而里歐納德加盟暴龍前 5 場比賽，就做到高層想看到的穩定得分，前 5 戰均上場 34.8 分鐘，平均貢獻生涯最高的 26.6 分，外帶 8 籃板、3 助攻。CBS 專家羅威認為暴龍本季最大優勢就是「小球」，由於勇士隊的崛起，讓三分投射與小球陣容「死亡五小」在 NBA 刮起一陣炫風，且暴龍本季最常用的先發五人羅瑞、格林、可愛、西亞科及伊巴卡，幾乎都能防守多個位置，就算是相較之下的大個子西



◀聯盟僅存 2 隊保持不敗金身，分別是「可愛」里歐納德領軍的暴龍與「字母哥」安泰托昆波領軍的公鹿。(photo by 網路截圖)

亞科也有不差的速度。

羅威指出，雖然這樣的陣容讓暴龍在禁區肉搏與籃板球保護較有劣勢，但團隊的無球跑動與外線能力突出，能靠著迅速的傳導流動，找到大量的空檔出手，盡可能提高命中率之餘，減少進攻籃板的壓力，讓小球陣容的火力達到最大化。防守層面來看，暴龍團隊防守走位體系佳，換位不慢都是優點，「暴龍不會是下一個勇士隊，但他們會創造出獨樹一格的打法。」羅威看好暴龍將是季後賽的一支勁旅。

團隊第一的鹿群

公鹿 28 日在主場以 113:91 轟垮魔術後，確立了他們與暴龍並列東區龍頭的地位，更在中央組領先群雄。據資料顯示，公鹿的團隊攻守數據都是聯盟頂尖，他們的平均得分 (5)、平均助攻 (5)、平均籃板 (1)、平均失分 (4) 都排在聯盟前 5 名，可說是沒有明顯弱點。

再分析陣中球員，除了毫無疑問的靈魂人物、「字母哥」安泰托昆波場均得分高達 25 分以外，其他球員表現都很平均，較常用的五人陣型是經驗豐富的中生代好手前鋒組合字母哥與米道頓、

新人王布洛格頓與砍將布萊德索、中鋒羅培茲，但板凳群也是公鹿攻城掠地的一大利器，包含外線好手康諾頓、射手迪文森佐及潛力新秀杜佛都能在主力休息時，補上火力。

公鹿的團隊球風能從 28 日血洗魔術的比賽中看出端倪，全場最高得分是先發前鋒二人組字母哥 (21) 與米道頓 (18)，都低於各自的場均得分，但團隊總計有 6 人得分上雙，說明公鹿能靠著多點開花，輕鬆寫意拿下比賽。

專家的戰力排名

根據《體育星網》報導，專欄依據首週的表現，評選出 NBA 的戰力排名，這 2 支不敗勁旅被排在西區衛冕軍勇士之後，分別為第 2 名（暴龍）與第 3 名（公鹿）。

專家對破隊史開季紀錄的暴龍隊評語是「有資格叫版勇士隊」，除了可愛依然保持火燙以外，格林防守能力進步，加上主控羅瑞破壞力更加犀利，都是暴龍挑戰勇士的利器；專家則稱公鹿找到「全新的使用說明書」，只要團隊隨時都能人能分攤字母哥的進攻重任，鹿群能站穩東區前三。



我看電視劇

如懿傳的愛情與人生

如懿雖有智慧，卻不願意為了保全自己、犧牲別人。她相信世間有種情愛超越生死，卻沒料到，她信賴的愛情卻帶她走向死亡。

■溫小平

(作家)

兩齣火紅的大陸電視劇《延禧攻略》和《如懿傳》，說的都是乾隆皇帝的後宮故事，但後播的《如懿傳》引起極多的負評，像《如懿傳》是從男女主角少男少女時開始演起，觀眾一致認為霍建華和周迅年齡過大，演不出青春味兒，同時，周迅低沉的聲調、緩慢的劇情節奏、誇飾的服裝，都被嫌棄。

但隨著如懿進宮，遭遇種種逼迫後，周迅的演技開始被大家看到，戲中人物也符合了她的年齡。即使每集結束，如懿的命運更悲慘，可是卻讓觀眾忍不住想知道，如懿是否可以反敗為勝？

後來，《如懿傳》的點閱率逐漸超過《延禧攻略》，討論該劇的網路聲量也逐漸加大。的確《延禧攻略》讓人受到激勵鼓舞，看了歡喜，但《如懿傳》的悲苦與冤屈，卻似乎更貼近人生，尤其是周迅洋蔥式的演技，每剝一層，更見辛辣，淚水愈來愈多。

我們可以在《如懿傳》中看到甚麼樣的愛情與人生問題，值得我們思考的？

宮裡宮外兩個世界

如懿和乾隆是青梅竹馬，原本如懿不想入宮，只想做尋常百姓家的妻子，可是，終究敵不過自己對乾隆的喜愛，以及乾隆的海誓山盟，成為側福晉後，在乾隆登基後再成了嬪妃與繼后。

旁人進宮是渴望榮華富貴，如懿只想跟自己所愛相守，但她卻忘了，乾隆是皇帝，他的後宮有無數嬪妃，他必須雨露均霑。同時，這些嬪妃不斷施展渾身解數，就想把乾隆從她身邊搶走，她卻不懂得保護自己，以為只要息事寧人，不與人鬥，就可以明哲保身，哪知前朝後宮都是危機重重，稍不小心，就會粉身碎骨。



◀《如懿傳》的周迅雖未得獎，但許多人還是認為周迅的演技內斂有深度，深深打動人心。（製作單位提供）



◀旁人進宮是渴望榮華富貴，如懿只想跟自己所愛相守，但她卻忘了，乾隆是皇帝，他的後宮有無數嬪妃。（製作單位提供）

對愛情太執著

如懿相信世間有一種情愛可以超越生死，卻沒料到，她所信賴的愛情卻帶她走向死亡。

《如懿傳》的劇情發展分為兩段，前段的如懿是爛妃，受到富察皇后、兩位貴妃一連串奸計所害，被打入冷宮，但她依然懷著希望，有機會走出冷宮，跟乾隆相伴終生，所以再苦，她都拼命忍，想方設法讓自己活下來。果然她走出冷宮後，過幾年成為繼任的皇后，跟乾隆恢復過往情誼。

進入後段的繼后時光，前三位逼迫者先後過世，原以為可以過太平日子，卻出現另一位奸佞小人—玲妃，她的陰險遠勝前人，幾回過招，就讓乾隆對如懿充滿疑心，讓如懿幾番受傷受辱，最後，如懿覺得心中的少年郎已經消失，活下去只是延續痛苦，於是，她放棄努力，也不再爭取。

不懂得識時務

很多人都說，如懿太過執著於自己營造的愛情國度裡，忘了乾隆不只是男人，也是帝王，他的愛與寵，不可能只給一個女人，所以，如懿應該睜一隻

眼閉一隻眼，不要癡心妄想乾隆的心裡只有她，這樣才不會痛苦。

如懿應該學習另兩位妃子愉妃和婉嬪。雖極少寵幸，卻安之如飴於自己的世界，愉妃從事倚靠如懿的可憐蟲，變為獨立思考、臨危不亂的人，甚至幫如懿揭穿大反派玲妃的真面目，享壽78歲；婉嬪一生不爭不搶，只求能遠遠看著乾隆，天天畫乾隆自娛，嘉慶帝封她為婉貴太妃，甚至活到90歲，是乾隆后妃中活得最久的。

其說乾隆是個大渣男，不懂得善待如懿，還不如說，如懿太不懂得識時務，沒有及早在宮門中脫身，讓自己既可擁有愛情，又能快樂度日，實現她想要跟乾隆白首到老的心願。結果非但無法長相守，尊貴如皇后的她，最後還不能跟乾隆葬在一起。

從史實中發揮想像

《延禧攻略》和《如懿傳》都考證過歷史，只是因為有些資料並不完全，尤其是關於繼后的記載大都遭到銷毀，只知道她因為斷髮，被乾隆廢后，身後淒涼。但是到底發生了甚

麼事情？讓乾隆如此憤怒，接連奪去如懿的皇后、皇貴妃、貴妃及妃子的誥命金冊，為她講話的大臣，不是被革職就是被殺。甚至堂堂皇后草草下葬不說，還被塞在純貴妃的陵墓中。

不同編劇的想像力，發展就不同，為彌補這段歷史的空白，《延禧攻略》比較照著一般人的思維去走，認為乾隆喜愛令妃，跟她生下許多孩子，其中一位阿哥還成為嘉慶皇帝。《如懿傳》卻是反其道而行，認為乾隆和繼后如懿彼此相愛，只是因為疑心和誤會，以致兩人漸行漸遠。

魏璁珞與如懿

戲劇最後，編劇為乾隆的渣男腳色給了一個說辭，說是乾隆自幼受到宮廷裡各種束縛，想要爭取自由，又說他是更年期作祟，所以渴望從年輕嬪妃身上找回青春。當他逐漸老去，他開始陷入深深的回憶中，當許多嬪妃一一離開他（因為乾隆活得太長壽了），他才明白自己深愛著如懿，可是，一切都晚了。

中國大陸電視劇華鼎獎最近

宣布入圍名單，在《延禧攻略》中飾演魏璁珞的吳謹言入圍了，而《如懿傳》的周迅卻沒有，但許多人還是認為周迅的演技內斂有深度，雖不是那麼討喜，卻深深打動人心。

兩位女主角都很有個性，同樣重感情，但是魏璁珞拿得起放得下，聰明有機智，她懂得因勢制宜，不輕易涉險。如懿善良浪漫，無法割捨起初的愛情，雖然有智慧，卻不願意為了保全自己、犧牲別人。既知得不到初戀，就另尋依靠，從乾隆身上得到感情寄託。

善待其他嬪妃和婢女太監的如懿，明明只愛乾隆一人，卻為了護衛救命恩人凌雲徹跟乾隆槓上，哪知乾隆眼裡揉不進沙子，豈能容許自己的女人關切其他男人，在彼此間種下禍根。

與人為善或處處心機？

魏璁珞可以跟不是自己最愛男人過日子、生孩子；如懿卻不願意委屈求全、隨波逐流，選擇忠於自己，讓她一次次被傷、一次次被哄。

如懿的美好德行吸引其他同樣耿直、善良的嬪妃，甚至認

為如懿是後宮唯一可以交心的朋友。連原本對她不假顏色的太后也對她改觀。她熱愛生命，也尊重其他生命，即使是卑微的宮女和太監，她待他們也像對待家人一般，所以，太監和宮女對她誓死效忠，以愛來服侍她。雖然乾隆誤會她，但她卻贏得很多友誼，即使她離開世界，她卻深深影響著這些人。

箴言11:3「正直人的純正必引導自己，奸詐人的乖僻必毀滅自己。」

反觀《如懿傳》中的玲妃，讓人恨之入骨，玲妃為了脫離貧困，得到權勢，可以犧牲初戀情人，甚至自己的母親。為了保全自己，心狠手辣到隨時可以除掉為她賣命的嬪妃、婢女和太監。更糟的是，她並不愛乾隆，只是藉著乾隆得到她要的權力地位與榮華富貴。最後，她卻甚麼也沒得到，孑然一身、兩手空空悽慘離世。

人生在世，所處的環境總在變化中，我們無法預期會遇到甚麼人甚麼事，但別忘了要忠於自己的良心，一生行在正直的道路上，這齣戲已經給了我們答案。



▶儀貴人「意外」小產，也將全劇推向首個最大的高潮點，反轉劇情受網友熱議不斷。（製作單位提供）



▲乾隆不只是男人，也是帝王，他的愛與寵，不可能只給一個女人。（製作單位提供）



◀辛芷蕾飾演的「嘉嬪」金玉妍外貌艷麗，她善於挑撥離間，讓皇后、貴妃做盡壞事，自己卻滴血不沾。（製作單位提供）

營養只有為身心?

2012年9月1日創刊 深度報導、極簡樂讀 發行人/林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站: www.anntw.com 發行所/台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北聞字第38號執照登記為新聞紙交寄 定價10元
訂閱專線/02-23581961 訂戶客服專線/02-23581806 郵政劃撥帳戶: 50216232 投稿信箱/ anntw.ad@gmail.com 其他服務/ ceo@anntw.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址/(10054)台北市中正區杭州南路一段27號11樓



▲別以為植物看起來很「靜態」，它們必須不斷藉由「光合作用」、「蒸散作用」、「吸附作用」等種種過程來獲取養分、進行呼吸，這些作用能夠有效淨化空氣。(photo by photoAC)

■ 陳柏銓

很多人在辦公室、教室，甚至是自己家中，只要是密閉空間，就會開始「哈啾」打噴嚏、鼻涕流不停，或是頭痛、眼睛癢……。然而，一離開這個環境，症狀就會改善——其實，這就是典型因為「空氣髒」而引起的「病態建築症候群」。

病態建築症候群

「病態建築物症候群」這個名詞是世界衛生組織（WHO）在1984年所提出，它並不單指某種特定疾病，而是指「在特定建築內生活或工作的一些人，因為空氣品質不良而引發的種種身心反應」；屬於慢性、非特異性、不舒服的症候群。

那是因為除了無所不在的「灰塵」、人體呼出的「二氧化碳」之外，空氣中還夾雜大量從建材、家具、電器、清潔劑……等散發出來的「揮發性有機化合物」（VOCs, Volatile Organic Compounds），包括甲醛、甲苯、三氯乙烯…等。

這些物質在室溫下會變成氣體，且多具有毒性，對皮膚、眼睛、呼吸道都會造成刺激，久而久之，還會影響生育力，乃至於引發癌症（鼻咽癌、腦瘤）！

我們每天都在「吸毒」

俗語說：「病從口入」，所以大家都很注意「吃下肚的東西」必須乾淨。但最新統計數據顯示，「肺癌」已躍居「台灣十大死因」的第一名，無疑證實了「病從鼻入」的可怕！也因此，我們不難理解，如果每天「吸進肺裡的空氣」都很髒，那麼，儼然就跟「吸毒」一樣，時間久了當然會生病！

問題是，很多人根本不知道自己置身於室內環境「空氣有多髒」！就以每天我們所得時間最長的「居家空間」為例，你知道你家房子究竟夠「健康」嗎？……

「病從鼻入」非常可怕。我們不難理解，如果每天「吸進肺裡的空氣」都很髒，那麼，儼然就跟「吸毒」一樣，時間久了當然會生病！

至於媽媽們最常待的廚房，懸浮微粒汙染則最嚴重——這也印證了家庭主婦、職業廚師之所以較常罹患肺病的現象。

空氣汙染 3 大元兇

想要「淨化空氣」，就必須先了解「導致空氣品質不良」的原因何在——簡單



▲室內每9平方公尺（約3坪），擺設1棵至少6寸盆栽大小的植物，就能有效改善室內空氣品質。(photo by photoAC)

室內要有好空氣 盆栽不能少

一棵小小的植栽，從葉片、花朵、植株到土壤，通通都有不同的淨化力。本書介紹40種室內「造氧盆栽」，兼具有觀賞、裝飾的美化環境效益。



▼蝴蝶蘭對於排除事務機、影印機所產出的二甲苯，相當有效。(photo by photoAC)

▼蘆薈最適合放在通風不良但有光線的會議室。(photo by photoAC)



▲非洲堇淨化室內空氣的能力相當強，可有效吸附懸浮微粒、塵埃，幫助降低室內的落塵量。(photo by ptery)



▲石斛蘭能在夜晚吸收二氧化碳，製造氧氣及負離子，因此很適合放在臥房。(photo by photoAC)



▲只要在角落擺上小小一棵盆栽，就能產生療癒的力量。(photo by photoAC)

說來，造成室內空氣汙染的物質大概可以分為三大類，就是：「灰塵」、「二氧化碳」，以及「揮發性有機化合物」（VOCs）。

只要能對於它們的成因及來源有初步的認知，就比較能夠防範於未然，避免對身體造成危害。

植物能造氧、除灰塵

在這個過程中，植物內部的「葉綠體」扮演關鍵角色，因為在陽光的作用下，葉綠體能把經由「葉面氣孔」進入內部的「二氧化碳」，以及由「根部」吸收的「水分」，轉變成「葡萄糖」，並釋放出「氧氣」——這正是植物的「造氧」過程，也因為需要光才能進行，所以大部份植物都在白天進行光合作用。

水分從植物葉片蒸發的過程稱為「蒸散作用」。水氣蒸散時，和氧氣、二氧化碳等氣體一樣，都是藉由「氣孔」排出，而這些微小的開口，則大多位於葉子的下表面。

當葉片表面與空氣溫差顯著時，就會產生對流，即使是在空氣不流通的情況下，也會使空氣流動。而這種讓空氣流動的能力，正是植物之所以能夠移除室內環境毒素的原因。因為蒸散作用旺盛時，空氣中的濕度增加，相對也會變重。因此，含有毒素的空氣便會往植物根部移動，並由根部的微生物將氣體分解為養分與能量來源。若植物根部水分不足，衛衛細胞就會關閉氣孔，避免水分散失；一旦蒸散的水分比根部所能吸收的水分多，那麼，植物就會枯萎。

在我們的居住環境或工作場所擺放盆栽，不僅能讓生活空間增添一點綠意，還能因為特定植物的「造氧」功能，而讓整個室內空氣的品質獲得提升——不需花大錢、不必耗電力，照顧起來又不困難，何樂而不為？

根據環保署所公佈的研究資料及相關建議顯示：室內每9平方公尺（約3坪）的地板面積，應擺設1棵至少6寸盆栽

大小的植物，並放置在通風、日照合適的地方，就能有效改善室內空氣品質，進而維持在最佳狀況。

換句話說，不管是在家中還是辦公室，基本上，只要在每個房間放上1～2盆的造氧盆栽，就能大幅降低落塵、二氧化碳、揮發性有機化合物等的濃度，讓空氣常保清新自然。許多人之所以喜歡花花草草，就是因為被各種植物的千姿百態所吸引。只要擺上一盆，似乎這個地方就活了起來，視覺上也備感柔和；而植物擺得愈多，整個空間的生命力也愈旺盛、愈讓人心曠神怡——哪怕是1張書桌、餐檯，甚至是洗手間的角落，只要小小1棵盆栽，就能產生療癒的力量，撫慰我們疲憊、緊繃的身心。

善用盆栽淨化空氣

早在1980年代，美國太空總署（NASA）就已發現「植物可以去除封閉實驗艙內的揮發性有機化合物」，並證實「在密閉空間中，植物對於甲醛、苯類、三氯乙烯的排除能力」；而植物行光合作用必須吸收二氧化碳、行蒸散作用可以幫助吸附落塵的特性，更為眾人週知。

也因此，儘管30多年來，隨著科技的進步，我們在市面上可以買到各式各樣標榜不同功能、不同作用的空氣清淨機，但事實上，只要願意花點心思「拈花惹草」，那麼，「植物就是最天然的空氣清淨機！」不但必不插電，一盆也只要新台幣50～500元，比起一台動輒數千元，而且還要花電費的電動空氣清淨機來說，是不是更經濟、更環保，也更健康？

造氧盆栽舉例

1. 蘆薈〔會議室〕
～1盆就可以除90％的甲醛及灰

塵！～

「蘆薈」針葉型、肉厚、葉中含黏狀液是它的特徵之一，屬多肉植物。一盆蘆薈可吸收甲醛，二氧化碳，二氧化硫，一氧化碳等有害物質，尤其對甲醛吸收特別強，在4小時光照條件下，可消除3坪空氣中90％的甲醛，還能殺滅空氣中的有害微生物，並能吸附灰塵，對淨化居家環境有很大作用，最適合放在通風不良但有光線的會議室。此外，當室內有害空氣過高時，蘆薈的葉片就會出現斑點，這就是求救信號。

購買蘆薈時，要選擇葉片厚實，邊緣有刺，葉片長漸尖，才是健康的植栽。新手照顧時，要注意日照足，經常澆水，排水性好，並不需經常施肥，就可以養活。

蘆薈為什麼可以淨化空氣？

（1）葉片：因蘆薈葉面有黏性物質，可黏著塵埃。
（2）氣孔：晚上呼出氧氣，吸入二氧化碳，使室內負離子濃度增加。
（3）植株：蘆薈從葉片、莖到土壤都可以吸收有害氣體，淨化空氣。

養護技巧
放置場所：適合擺放採光好的窗邊或陽台。

濕度：春夏季1個禮拜澆水1次；冬季減少澆水。

肥料：春夏季1個月施肥1次；秋冬季不要施肥。

常見蟲害：鮮少病蟲害。
栽種介質：具排水性的市售一般盆土。

參考市價：中型盆栽，約500元。
栽種QA
Q：我養了蘆薈好一陣子，都沒有開花，請問這是什麼原因呢？

A：日照及土壤養分是關鍵。

使蘆薈開花，有兩大重點：（1）是要將蘆薈放在有日照的地方，在夏季時，要讓它充分接受日曬，冬季因溫度較低，可外套一層透明塑膠帶，移至戶外曬太陽；（2）是土壤養份要足夠，

定期施肥能讓蘆薈生長得更健康。

2. 蝴蝶蘭〔事務室〕
～葉寬大可吸附事務機、影印機的廢氣！～

「蝴蝶蘭」是草莖型植物，也就是從底部的葉片中抽出一枝長長的花梗。通常從冬天到春天都是它的花期，花寬約5～7.6公分，有白、黃、粉紅、紅、紫、棕等顏色。而葉片肥厚寬大、光亮如皮革。對於排除事務機、影印機所產出的二甲苯，相當有效，很適合放在這些機器的周邊。

蝴蝶蘭是最好的入門花種，因為它對熱帶室內環境的容忍度比其他種類來得高。挑選時，要選擇花型好看、植株挺直，且植株健康無病害者，照顧起來才不會困難。注意觀察葉面上有無黑點，這可能是有蟲害；此外，葉片上有白粉是噴灑農藥的痕跡，若不小心摸到要記得沖水清洗。

藉由「光合作用」、「蒸散作用」、「吸附作用」等種種過程來獲取養分、進行呼吸，同時，也要達到抑制有害微生物、積極自我保護的目的。

蝴蝶蘭為什麼可以淨化空氣？

（1）花朵：吸附二甲苯，並經代謝作用，可減少75％濃度。

（2）葉片：葉面大而平滑，可附著落塵。

養護技巧
放置場所：要放置在通風處，不要直接曝曬於大太陽光。

濕度：夏天7～12天；冬天10～15天，澆水1次，澆其根部後，置於通風處約3～4小時風乾後，置回原處。

肥料：每2週施以稀釋液態肥料。
常見蟲害：澆水過度會滋生黴菌；太乾燥的空氣則會出現介殼蟲及葉蟬。

栽種介質：使用一般市售蘭花專用培養土。

參考市價：3吋高盆栽，約250元。

栽種QA

Q：如何將蝴蝶蘭養護得美麗盛開？
A：日照與溫度是2大關鍵。

蝴蝶蘭是最普遍也最便宜的蘭花，台灣南部開花期約在2月開花，北台灣約在3～4月開花。蘭花開花機制是受「日照」及「溫度」2因素影響；蘭花是需要半日照，一般室內溫度皆可適應，應保持空氣流通。

若土壤肥料養份不足，開花後花梗上的花朵數目少，以及花朵品質都會受影響；若養份供應充足，蘭花花梗品質就佳，花朵數會成串生長。

3. 非洲堇〔玄關〕

～葉片絨毛吸附灰塵力超強！～
「非洲堇」原產於東非森林，極少人知道它，直到西元1892年，被德國的

花的，花色越多越好。

非洲堇為什麼可以淨化空氣？
葉片絨毛：非洲堇的葉片粗糙、有絨毛，可有效吸附懸浮微粒、塵埃，幫助降低室內的落塵量。

栽種QA

Q：要怎麼做才能增加開花數目呢？
A：建議買植物燈來照射。

蝴蝶蘭的揮發性有機溶劑，如丙酮、甲醛、三氯甲烷等物質，經體內酵素代謝作用，儲存於莖或根部。

栽種QA

Q：為什麼我種的石斛蘭遲遲不開花呢？
A：必須適度日照與更換介質。

石斛蘭喜好日照，若長時間待在陰暗的室內，會不利於植株的生長。建議盡量擺放窗邊或有陽光透進來的空間，讓它接受適度的日照，便可開出漂亮的花朵。另外，大部分的石斛蘭會在冬落葉，若已經種超過兩年，建議可在春天換新的介質，避免介質過久產生腐敗酸臭。

（余柏青／輯）

《淨化空氣的造氧盆栽》簡介

曾因為吸進太多髒空氣而罹患過敏性鼻炎和氣喘，這些經歷讓陳柏銓了解到：「好空氣」對身體健康有多麼重要。

一棵小小的植栽，竟然從葉片、花朵、植株到土壤，通通都有不同的淨化力！

本書中所介紹的40種「造氧盆栽」，不僅有嬌小的桌上植物如：中斑吊蘭、蝴蝶蘭，還有漂亮的開花植物如：鬱金香、蝴蝶蘭，甚至是大型美觀的小樹植栽如：蔓綠絨、黛粉葉等。

可依照空間大小及個人喜好來做選擇，不但可以製造新鮮空氣，還兼具有觀賞、裝飾的美化環境景觀功能。



作者：陳柏銓
出版社：義興屋
出版日期：2018/10/12

新北溫泉節起跑 15 家業者參與

■ 余柏青 / 輯

【新北訊】新北市溫泉節正式起跑！新北市政府與 15 家溫泉業者聯手推出超值專案，包括結合餐飲、景點門票、按摩等多項優惠組合。

新北市得天獨厚擁有許多溫泉泉種，包括烏來的美人湯，金山萬里的鐵泉、海底溫泉…等，堪稱全台泉種最多元最豐富！為了讓民眾感受新北市豐富多元的溫泉種類，特別結合星座運勢推出「新北好運溫泉」，想要提升戀愛運、錢財運、職場運等等的遊客，今年秋冬不能錯過。

今年新北市政府特別邀請入圍第 29 屆金曲獎最佳國語男歌手許書豪，與粉絲及喜愛泡湯的朋友以留言寫歌即時創作方式，完成全台首支溫泉主題曲「泉因為你」，MV 及歌詞中充滿烏來的森林氣息、金山萬里的瑰麗海景，搭配上輕快新潮的曲風，讓人耳目一新。

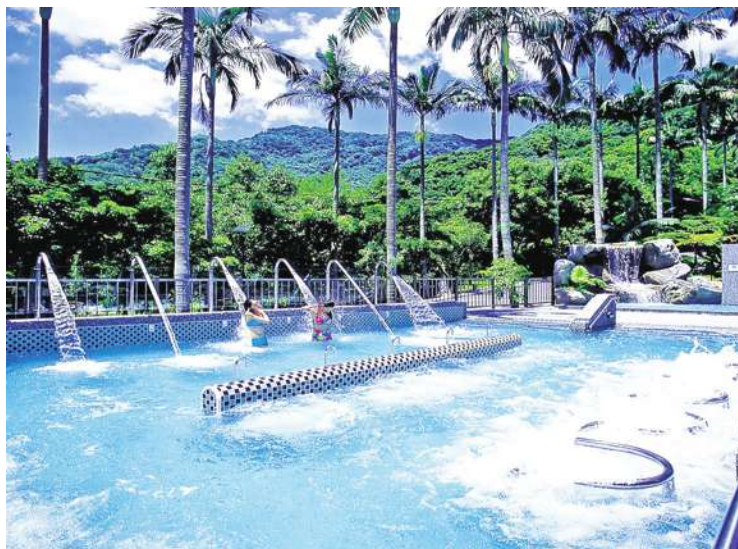
創作者許書豪表示，泡湯時，雲霧繚繞，清新自然的感受，是個沉澱自己的好方法，心情遼闊，創作就沒有界線，所以我很喜歡去泡溫泉，經由這次發表的新北溫泉主題曲，熱情邀請大家一起感受新北溫泉魅力！

活動並聯合轄內 50 多家旅宿業者共同推出「多一晚多好康」優惠方案，其中更有續住多一晚



享 5 折優惠、三天兩夜最高優惠 3 折現省 18,500 元、海景豪華家庭客房 4 天 3 夜原價 5 萬元，續住方案特惠價每晚 5,000 元有找現省 3.5 萬元等好康。

此外，新北市政府更加碼祭出總價 20 萬元的泡湯及住宿券抽獎活動，即日起至 11 月 30 日止，憑活動期間於新北市合法旅宿或溫泉業者泡湯或住宿之消費憑據，即有機會抽到萬元住宿券等。



▲▲ 新北市溫泉節正式起跑，市府與 15 家溫泉業者聯手推出多項超值專案。（新北市政府提供）

報馬仔

鹿谷銀杏森林換妝 如奇幻世界

【南投訊】秋天是適合外出走走的好季節，目前南投縣鹿谷鄉的銀杏森林，已經悄悄的褪去夏季青綠的外衣，換上秋季金黃色的衣裳，這樣的景色除了浪漫之外，也讓人彷彿置身在童話的奇幻世界。

銀杏大約一億多年前，就廣泛的分佈於地球上，因此也有人稱銀杏為「活化石」，鹿谷種植銀杏面積約 100 公頃，從海拔約 800 公尺的小

半天，到海拔 1500 公尺的大崙山，沿途都可以看見銀杏和茶樹交織的景觀，十分美麗。

目前銀杏森林已有六成的銀杏樹轉為金黃色，從即日起至 11 月中，這段期間都會是欣賞銀杏樹的最佳時期，園區人員表示，金黃色的銀杏樹葉將會在 11 月底慢慢凋零，想一探銀杏樹美景的你，千萬要把握時間前往欣賞。



▲銀杏森林換上秋季金黃色的衣裳，讓人彷彿置身在童話的奇幻世界。（南投縣政府提供）

6 尺長鍋爐罕見 岡山羊肉飄香

【高雄訊】「2018 岡山羊肉節」日前在高雄岡山公園盛大展開。主辦單位特別端出 2,000 份「墨西哥風味羊肉湯」，邀請主廚現場料理，要讓遊客品嚐不同風味的羊肉美食。

岡山區公所所長林文祺表示，主廚吳秉承使用岡山三寶「蜂蜜、羊肉、豆瓣醬」，現場做出「南洋風味拌羊腩」、「花雕醬爆羊肋排」、「泰式打拋羊肉」三道羊肉

美饌。這次岡山區公所以圍爐為主題，打造了直徑 6 尺的「羊角造型復古炭燒羊肉爐鍋具」，進行開鍋涮羊肉儀式；而現場更準備 2,000 份風味羊肉湯供民眾試吃，免費體驗岡山羊肉好味道。

除了美食外，還有「領頭羊總鋪師創意羊肉料理競賽」、「羊寶寶選拔大賽」、「造型羊藝舞蹈大賽」三大比賽，創造岡山獨特性。



▲「2018 岡山羊肉節」在高雄岡山公園盛大展開，這次以圍爐為主題。（主辦單位提供）

西拉雅玩水酷登場 共創騎跡

【台南訊】南臺灣下半年度最大自行車盛事「西拉雅玩水酷—水庫騎跡」活動在烏山頭水庫熱鬧登場，交通部觀光局西拉雅國家風景區管理處今年與法國極限運動俱樂部自行車聯合會及台灣超級鐵人三項協會合作，推出 200、300 公里長途騎乘國際認證活動，吸引九國近五百名專業車友來共創「騎」跡。

水庫騎跡活動吸引日、馬、泰、韓、加、中、澳、香港港及臺灣等九國專業車友參與。為讓國際車友有不同騎乘體驗，路線結合挑戰度與湖光山色美景，沿途並嚴選七處人工檢查暨補給站，提供白河蓮藕茶、大埔竹炭花生、

新化冰烤地瓜、南化黑糖茶等在地農特產作為補給品，讓車友有

滿滿元氣及體力，也看到西拉雅之美與認識在地農特產品。



▲▲ 南臺灣下半年度最大自行車盛事「西拉雅玩水酷—水庫騎跡」活動在烏山頭水庫熱鬧登場。（主辦單位提供）

西拉雅風管處長張隆城說，西拉雅是全臺水庫最密集的國家風景區，為推廣水庫觀光及在地產業，特舉辦「水庫騎跡」自行車活動，串連轄內六座水庫推出兩條路線，總爬升高度分別達到 2000 及 3000 公尺以上，挑戰度高。

完成車友可取得明年 8 月法國 1200 公里 90 小時 PBP 極限挑戰預報資格，還可累積法國每年 5000 及 1 萬公里 PBP 極限挑戰里程數。

除專業級極限單車活動，西拉雅管理處也推出老少咸宜的 28 公里親子樂逍遙騎乘活動，結合烏山頭水庫與東山古貝要部落，規劃部落導覽及體驗、繽紛拍立貼、筒仔雞美食及摸彩，讓非專業的親子車友也能享受騎車樂趣，留下美好西拉雅回憶。

在媒體集體碎片化、八卦化的今天，

台灣居然有一份乾淨有益的報紙

不黨、不賈、不言、不私，
不口水、不八卦、不煽色腥，
一心傳播真善美、信望愛。

台灣醒報走過十年風雨飄搖的日子，
感謝有你，感謝仍存在，
要一起撐到社會翻轉的那天。

臺灣醒報

報紙 | 網路 | 行動 | 電視 | 廣播 |

請上官網刷卡訂報或撥打訂報電話 0800-011961

歡迎介紹訂報，請打 02-23581806 客服專線