



「果凍」新書發表 郭董先嘗
郭台銘在新書發表會上，與網紅「閃亮胖時代」合做果凍，重申他發展新創的理念，並提加徵「富人稅」構想。



委國政變陷僵局 人民深感絕望
委內瑞拉政爭逐漸淡出國際強權關心範圍，反對派瓜伊多與原政權馬杜羅仍陷入僵局，當地越來越多民眾等不下去。



留學完全攻略 申請學校學 CV
每個人心中都有一個留學夢，勇於接受自我挑戰，沒有補習，不找代辦，也能一手搞定出國留學申請。



美校園引入治癒犬 助學生減壓
研究顯示，撫摸狗能減少壓力的荷爾蒙水平，對壓力高危險群的學生治癒效果更為佳。



今日天氣

北部	26°-33°	多雲短陣雨
中部	26°-33°	多雲短陣雨
南部	26°-31°	多雲陰陣雨
東部	26°-32°	多雲短陣雨

無障礙診所推廣 衛福部：先獎勵

為何政府遲遲不開放診所設置無障礙設施？衛福部表示，希望先透過獎勵的方式，逐步增加普及率，再開始立法規範。



▲醫改會董事長劉淑瓊(右下)呼籲政府加速推動「無障礙診所」。(Photo by 中央社、呂翔禾/台灣醒報)。

【本報記者呂翔禾綜合報導】「政府要設置更多無障礙友善就醫環境！」台灣醫療改革基金會董事長劉淑瓊在2日的「無障礙診所」公聽會指出，超商、學校等地方都可以設置無障礙設施，為何政府遲遲不開放診所？另外，有社福團體希望能夠強制立法將診所都轉為「無障礙診所」。不過衛福部回應，希望先透過獎勵提高誘因，再逐步推動立法。

就醫仍充滿障礙

劉淑瓊表示，政府現在推動「分級醫療」，意即小病去診所看，大病才去醫學中心看的政策，反而對身心障礙患者不利，患者會因為大醫院無障礙設施多，而且附近診所對身心障礙、視障等殘障患者設計不

友善，較想去大醫院看診，可是這又會衍伸看診通勤不便的問題。

她呼籲，衛福部要盡快推動「無障礙診所」設置，並希望主管建築的內政部營建署基於《身心障礙者權利公約施行法》第9條與25條規定，確保身心障礙患者可以無障礙進出物理環境，並享有各項設施服務，尤其是醫療設施等場所。現場還有社服團體希望將「無障礙」強制立法，規範所有診所。

另外她也提到，除了硬體的無障礙設計外，軟體也需要更多無障礙的設置。例如視障人士的叫號系統需要增加有聲音的語音服務、外籍看護或移工看診，或是帶爺爺奶奶看診時，需要有翻譯的APP或是多語言的文宣等設置。

以獎勵先行

對此，衛福部醫事司簡任技正呂念慈表示，由於現階段不適合強迫每個診所都要在硬體上改成「無障礙」，因此還是希望透過獎勵的方式，逐步增加普及率後，再開始立法規範，而且在獎勵過程中還可以尋找優良典範推廣，讓各地可以依據不同狀況設立「無障礙診所」。

另外，針對診所開放設置無障礙設施，內政部營建署建築管理組組長高文婷表示，內政部在105年推動相關方案失敗後，現在仍繼續研擬相關建築技術規則，與無障礙替代改善計畫作業程序，目前已經進入草擬法案階段。

申奧新模式出爐 吳經國：多城市辦

申奧模式的改革案獲得無異議通過，我國能不能藉此機會申奧？國際奧會委員吳經國表示：「不該被政治綁架。」

【本報記者張元融台北報導】未來的奧運會不再限定於單一城市舉辦了！日前於洛桑的國際奧會第134次全會上，申奧模式的改革案獲得無異議通過。至於我國能不能藉此機會申奧？參與此會的國際奧會委員吳經國表示，政治本身就是協商的藝術，「未來的種種都不該被政治綁架。」(下圖東京奧運場館，中央社)

申奧新模式

吳經國2日於媒體座談會分享此次重要變革，他說，目前的「評估委員會」將會被「夏季奧運舉辦地委員會」和「冬季奧運舉辦地委員會」取代，分別由相對固定的10位與8位委員組成，協助與潛在舉辦國密切溝通對話，並協助評估舉辦奧運對當地發展的效應。

國際奧會主席巴赫曾說，過去的申奧過程「製造了太多失敗者」，如今新改革上路後，申奧流程更顯靈活。吳經國也說，過往申請奧運的城市，許



▲剛參加完國際奧會大會的國際奧會委員吳經國，於媒體座談會分享國際奧會的重要變革。(Photo by 張元融/台灣醒報)

多都是貿然提出申請，在半途中卻被國內民眾反對。未來，申奧城市想獲得奧運舉辦地委員會的青睞，必須舉行全民投票，優先獲得國內民眾的支持。

不該被政治綁住

未來奧運也將不侷限於單一城市，可以由多個城市甚至國家聯合舉辦，這種趨勢也早已體現。2022年北京冬奧會分佈在3個賽區，而2026冬奧會也將在義大利的米蘭與柯爾蒂納丹佩佐兩座城市舉辦。吳經國舉例，廣州、香港、深圳、澳

門四座城市組成的大灣區，中間有完善交通系統串連各大場館，較為適合奧運會新模式。

至於將來台灣可跟哪些城市合辦？吳經國表示，首先當然是我們內部對於「要不要辦奧運」得先有共識，再者，政治本身就是協商的藝術，「未來的種種可能不該被政治綁住」。他感慨說，「思想打開後就可以開始討論、協商，也未必一定是中國，菲律賓也行，也許在沒辦法合辦，對話的門打開後，將來總有機會。」



▼國民黨總統初選參選人郭台銘（左）2日在台北發表新書「從郭董到果凍」，與網紅「閃亮胖時代」蕭佳沁（右）一起做果凍。（中央社）



「果凍」新書發表 郭董籲年輕人要堅持

【本報記者呂翔禾台北報導】「希望年輕人可以像我一樣堅持、努力！」國民黨總統初選參選人郭台銘2日出席自己的新書發表會，跟網紅「閃亮胖時代」合做果凍，他希望年輕人在創業、奮鬥時可以像他一樣專心致志，堅持到最後一定會成功。談到國民黨總統初選，郭台銘也重申他發展新創的理念，並拋出加徵「富人稅」的構想。

努力、堅持、專心

出版郭台銘新書的天下文化創辦人高希均表示，郭台銘雖然什麼都有，但先前他還缺一本自己的著作。天下文化之前已經出版東、西方科技巨擘賈伯斯、貝佐斯和

郭台銘在新書發表會上，與網紅「閃亮胖時代」合做果凍，重申發展新創的理念，並提出加徵「富人稅」構想。

馬雲的書，能看到郭董將自己多年白手起家的經驗分享给大眾，他非常感謝郭董願意分享自己成長的心路歷程，也肯定郭董出來參選，為民服務的精神。

「計利當計天下利，求名應求萬世名。」郭台銘說，會寫這本書就是希望年輕人可以學習他堅持到底、永不放棄的奮鬥過程，並用創新的方式發展自己的事業。他舉例，雲林西螺的醬油如果加入AI，可以生產的更好、更安全，只要打破傳統產業跟新科技格格不入的偏見，

兩者是可以共存的。

「粉一吹就散，不像果凍可以凝固，團結在一起。」現場他也跟網紅「閃亮胖時代」一起動手做果凍，除了妙語如珠炒熱現場氣氛外，閃亮胖時代也在郭董做果凍時問郭董問題，但郭董馬上說，他做事都是專心做一件事，請閃亮胖時代陪他做完果凍，他再一起回答，讓現場民眾都非常佩服。

加徵富人稅

針對書中提到，台灣要用科技在美、中貿易戰獲利的

論述，郭台銘表示，現在G20峰會剛開完，美國總統川普、中國國家主席習近平發表的演說內容都是利用科技創新帶動國家發展，他也希望台灣在坐擁優質半導體技術、高素質人才下，可以朝這樣的發展方向邁進，成為「亞洲新創中心」，在大國科技冷戰中得利。

另外，針對外界質疑的「0-6歲國家養」育兒政策，郭台銘強調，自籌款只是其中一個籌錢的形式，他也希望國家可以徵收「富人稅」，其他稅制要如何調整他們還會再討論。他說，現在年輕人不願意生小孩，希望能用盡各種力量幫助年輕人生更多，台灣未來才有充足勞動力，國家發展才有希望。

朱立倫專訪侯友宜 前後任市長一條心

【本報記者吳婉瑜台北報導】前任市長專訪現任市長！國民黨總統初選參選人朱立倫2日專訪新北市長侯友宜，兩人暢談新北市政。針對黨內初選，侯友宜表態力挺朱立倫的中道理性路線，兩人更齊聲反對郭台銘提出「0到6歲國家養」政策。

「破除坊間謠言，我要澄清我怎麼認識侯友宜。」朱立倫說，在他任立委最後一年，侯友宜分發到桃園擔任警察局長，他選上縣長後兩人才當同事，朱立倫說，兩人共同面對最大的事情是劉邦友血案，當時市府沒人敢碰，他們一起將它拆除蓋警察局，也因兩人都崇敬關公，他們將刑案中心點擺放關公像。

朱立倫透露，他與侯友宜同一天生日，因此個性也很像，兩人面對選舉都走理性



▲國民黨總統初選參選人朱立倫2日專訪新北市長侯友宜，兩人暢談市政與選舉。（POP radio提供）

中道路線，侯友宜說，政治人物應找回台灣的本質與人基本的善良，更應著重檢視政見有無履行，激情的口號聽聽就好。

朱立倫說，面對總統初選，有的參選人拚造勢、有的大

打廣告、扮網紅，但他秉持中道之路。侯友宜回應，個性不是如此就不要勉強自己，他說，中道理性、有理想的人才人民所需要的。

針對郭台銘日前提出0到6歲國家養政策，朱立倫直言：

不可能，侯友宜也質疑，錢從哪裡來？朱立倫認為，國家應幫助弱勢，但要創造好的環境，協助個人發揮潛力，他說，你家付得起，為何國家要幫你養？侯友宜也說，政府應擔任輔助的角色。

楊世光拋三大政見 代表新黨選總統

【本報記者吳婉瑜台北報導】新黨青年團長楊世光將出征2020總統大選！楊世光2日提出三大政見，若他當選，會將總統蔡英文任內所做違憲違法之事繩之以法；第二要出售台灣居住權；第三他將和美國談判，把蔡英文的軍購報價以8折價格購買。

財經媒體人背景

楊世光畢業於台大管理學院進修商學碩士，曾擔任財經台節目主持人，2017年赴上海主持財經節目，同時也是新黨青年團團長、新黨全委會委員、新黨前秘書長。楊世光1992年曾加入國民黨，2014年被新黨提名競選松山信義區市議員，因而遭國民黨開除黨籍，後來以11639票落選。

重申統一保台

楊世光表示，台灣最真實的問題是政黨與政客不敢講實話，想統的不敢統、想獨的不敢獨，只有選票沒有立

場，他將代表統一保台的立場參與明年總統大選；他提到，我國的困境不只民生和外交，最重要的是兩岸問題，導致對外發展困難、國內產生同胞的心結、矛盾和衝突。

「台灣社會很老但不窮！」楊世光提到，國家資源分配問題造成城鄉差距和階級矛盾，未來將陸續公布房屋政策建言。談到台灣少子化問題，他認為根本問題不是尿布、奶粉和托兒，而是因為巢很貴沒能力下蛋，他表示，政治人物除了注重SOP還要有SIP。

三大政策

楊世光提出抓蔡英文、賣居住權、軍購打8折3大政策，他說若他當選，首要將執政違法違憲的蔡英文繩之以法；楊世光提到，要效法沙國的新移民政策，賣我國的居住權，以每年1萬個名額、每人1年8百萬，讓中國人移入居住；他認為，我國對美軍購價格偏高，他將以蔡政府報價的8折向美國購買。



▲楊世光拋三大政見，派談到青年學貸與房貸問題。（Photo by 吳婉瑜/台灣醒報）

時力提名3區域立委 不排除自提總統

【本報記者吳婉瑜台北報導】時代力量2日舉行決策委員會，時代力量發言人陳志明表示，會中決定由林昶佐、洪慈庸、陳惠敏代表時代力量參選2020區域立委，針對提名正、副總統人選提案，陳志明說，考量整體選務，仍不排除自提人選。

時代力量決策委員會表決通過，由現任時代力量立委林昶佐、洪慈庸爭取連任，分別參選台北第五選區（中正、萬華）及台中第三選區（后里、神岡、大雅、潭子），高雄則由陳惠敏參選第七選區（鳳山）。

針對時代力量立委徐永明提案，應自提正、副總統人選，陳志明表示，決

策會討論結果，應就區域立委、不分區立委、正、副總統的整體選務考量，因此提案暫時繼續留決策會議，他提到，時代力量考量選情進展和局勢，仍不排除自提正、副總統人選。

談到區域立委是否與民進黨合作？陳志明回應，近期針對實價登錄2.0曾邀民進黨對談，但沒獲得回應，他透露雙方還沒正式進行協調工作，希望在談合作之前先確定合作價值、是否有相同目標。

針對新黨2日推出楊世光代表參選總統，陳志明表示，各政黨都應爭取選民支持，肯定並認同多元價值參與競選。



▲時代力量發言人陳志明表示，時代力量2日舉行決策委員會，由林昶佐、洪慈庸、陳惠敏參選區域立委，不排除提名正、副總統人選。（時代力量提供）

▼台灣陪審團協會致力推動陪審團制度在台灣施行，對陪審團公投經公聽會後，中選會委員駁回表達不滿，並表示準備提起行政訴訟。(中央社)



陪審公投案遭駁 提案人不服要訴訟

【本報記者張元融台北報導】中選會於18日召開聽證會後，以不符公投法「一案一事項」、語意不明「內容不能瞭解其真意」為由，將「陪審團制度公投案」駁回。對此，陪審公投案領銜人張靜於2日於記者會表示，中選會在雞蛋裡挑骨頭，公投不是政治的武器，將提起行政訴訟力爭。

中選會駁回

陪審團制度公投案主文為：「您是否同意有關司法改革人民參與刑事審判制度，應該採取以美式陪審團審判為藍本的陪審制，作為我國未來刑事訴訟立法原則之創制？」駁回理由有二：一、「美式

陪審公投案領銜人張靜於記者會表示，中選會是在雞蛋裡挑骨頭，公投不該被當成政治的武器，將會提起行政訴訟力爭。

陪審團審判制度雖可大略識別，但立法原則需採行諸多「制度」、「主義」，過於寬、配套龐雜，制度下仍有制度，不符合公投法「一案一事項。」二、此案涉及刑事訴訟法，但主張另立專法，是創制或複決或要求何機關為何作為？內容不能瞭解其真意；「藍本」二字語意也不明。

立法原則非條文

張靜表示，中選會認為引入陪審制度後，所牽動的現有法律更改過於龐雜，故不符合「一案一

事項」之規定。然而他認為，法律結構裡大制度之下本就會有小制度，對於法律的創制案，本就只能針對大原則為公投提案。

他認為，「主義」與「制度」本就是「美式陪審團審判制度」此大制度下的小制度；他在理由書中提到的起訴狀一本主義、當事人進行主義等，本就是陪審制度的一環。至於此案究竟是創制或複決？他說：「若是陪審公投通過，將來會立一部陪審法。」法案從無到有，當然是創制。

準確用詞為繼受

針對「藍本」二字語意不明，張靜指出，字典中，藍本是寫文章或繪圖時依據的底本，在國中二年級課本裡已有註釋。他解釋，準確的法律用詞應為「繼受」，意思是參考他國法律制度為本國法，但考慮到一般民眾會看不懂，所以將之改為比較淺顯的「藍本」一詞。且在公聽會與去年司改國是會議中，也都未見有歧異。

張靜說，中選會連「藍本」兩個字也挑揚，是雞蛋裡挑骨頭，根本擺明了不願讓他們提案通過。律師鄭文龍砲轟，中選會背後的主子是蔡英文，而民進黨黨綱28條主張陪審團制度，她已背離民進黨創黨精神。

盧秀燕：抬頭看天空 中火減煤剋日達標

【本報記者特派員劉東泉台中報導】「請市民隨時抬頭看看天空」，台中市長盧秀燕在市政會議很有信心的說，環保局近年來的空污治理成效已確實顯現，但空污治理除了顯現在數字上，最重要是讓市民有感。市民有沒有感，則是看天空最直接。環保局長吳志超也表示，今年底前將要求中火實際燃煤量降至1104萬公噸。

吳志超2日在市政會議上提出空污治理專案報告，說明近年來空污PM10、PM2.5及硫化物等，雖有逐年改善，但PM2.5仍未能達到國家標準。另依據今年1至6月統計，PM2.5降至18.7微克（每立方米），已比去年同期減少2.2微克。為進一步改善空污，環保局將以台中火力發電廠下半年申請燃煤機組展延為政策手段，要求減煤。

減煤量的計算方式，將採實際用煤量為標準，而非核可量。吳志超說，中火在103年的實際用煤量為1839萬公噸，是近年來用煤量的最高峰。以此為基準減煤4成，明年用煤量最高上限即為1104萬公噸，以落實台中市

生煤管制自治條例、要求中火減煤4成的規定。

另外，因台灣受季風影響，有空污季與非空污季之分。每年10月至次年4月為空污季，環保局將要求中火的10部燃煤機組，只能啟用5部機組、減少用煤量；在非空污季，則可調配使用較高的燃煤量，但一年總燃煤量不能超過最高上限。

吳志超透露，他剛上任時，盧秀燕就請他找出讓中火10部機組除役一部的辦法。他當時就提出要讓最老舊的4號機組除役；第二、則是運用燃煤機組提出展延申請時，要求於明年起，實際達到減煤4成的目標，並在空污季時減少5部機組的使用。

經過詳細計算與空污季用電量使用情形，吳志超表示，如此要求，並不會造成供電的緊張；而能實際達到減少空污的目的。

盧秀燕進行結論時說，這份報告「非常非常」重要；她除嘉勉環保局這半年的努力之外，也希望市民時時抬頭看天空，因為市民實際的感受最重要。且市民日日看天空，「可以給市府壓力」，讓市府持續不斷的改善空污。



▲盧秀燕請市民看天空 中火減煤剋日達標 (photo by 劉東泉/台灣醒報)

圖文選粹

圖 / 中央社

中國鐵殼船闖蘭嶼綠島海域 海巡驅離監控



▲一艘中國鐵殼船1日上午穿越綠島、蘭嶼海域，海巡署巡防艇趕往警戒、驅離。(海巡提供)

台灣與貝里斯簽署廉政合作協定



▲貝里斯檢察總長兼法務部長裴瑞斐(前左)與法務部長蔡清祥(前右)2日在總統府簽署「中華民國(台灣)政府與貝里斯政府廉政合作協定」，由總統蔡英文(後右)與貝里斯總督楊可為(後左)見證。

藉台商回流 陳美伶：促產業升級

【本報記者吳婉瑜台北報導】化中美貿易危機為台灣的轉機！由台灣金融研訓院主辦「回流資金，再造產業成長契機」研討會，國發會主委陳美伶指出，去年投資率為20.93%，今年預估將增加到21.47%，中美貿易戰促使台商回流，應引導台商投入智慧化、高附加價值的生產內容。

改善投資環境

金融研訓院董事長吳中書表示，台商回台投資設廠，不只是資金挹注，台商作為產業先進，也將對產業營運帶來正面回饋。他強調，政府應思考如何迎合台商回流趨勢，讓具有能量與經驗的企業家融入台灣經濟發展。

國發會主委陳美伶指出，2018年投資率為20.93%，今年預估將持續增加到21.47%，顯示台灣投資率改善。她也提到，近3年政府陸續協助企業解決五缺，

陳美伶指出，今年預估將持續增加到21.47%，顯示台灣投資率改善。(Photo by 吳婉瑜/台灣醒報)



包括水、電、土地、人力與人才，並藉由鬆綁行政命令鬆綁、修正公司法、產業創新條例及外國人投資條例等，改善投資環境。

貿易戰升級產業

陳美伶也以未來發展A到G為例，A為AI、B為區塊鏈、C為雲端運算、D為大數據、E為建立生態系，將產業鏈與國際連結等願景。陳美伶提到，國發會6

月帶領中央部會與歐盟建立數位經濟機制，希望台灣數位經濟於國際扮演重要角色。

「美中貿易目前為止仍是現在進行式，且沒有結束的跡象。」陳美伶認為，危機就是轉機，雖然台灣今年出口持續衰弱，但對美國出口卻持續成長，可利用機會引進台商回台，並引導台商，由人工密集型的企業轉為智慧化、高附加價值的生產，藉由貿

易戰升級產業，奠定台灣未來20年經濟發展的重要基礎。

資金回台三箭

財政部政務次長吳自心表示，2014年以來國際興起反避稅潮，OECD發布檢視標準，在CRS法令之下截至去年底為止，共有108國承諾實施，全球資金移動潮興起，藏富於外國際反避稅以後越來越難，加上美中貿易衝突，台商在台灣接單、中國生產、美國銷售的模式面臨調整。

他提到，財政部協助資金回台三支箭，首先提供稅務專屬服務，國稅局提供平台讓台商獲得客製化服務，台商諮詢稅務時不必顧慮有查稅情況；第二為發布解釋令，由於資金回台涉及不同所得，針對應提出何種憑證，藉由解釋令讓台商更了解憑證問題。第三為研訂境外資金會同管理運用及課稅條例草案。

▼委內瑞拉政爭陷入僵局，民眾等不到經濟恢復，紛紛逃離祖國。(Photo on Wikimedia Commons)



委國政變陷僵局 人民深感絕望

委內瑞拉政爭逐漸淡出國際強權關心範圍，反對派瓜伊多與原政權馬杜羅仍陷入僵局，當地越來越多民眾等不下去，逃往其它國家。

【本報記者呂翔禾綜合報導】委國政變僵持不下，經濟依舊萎靡讓人民絕望！委內瑞拉政爭逐漸淡出國際強權關心範圍，反對派瓜伊多與原政權馬杜羅陷入僵局：馬杜羅坐擁軍方、媒體等國家機器，瓜伊多雖獲多數人民支持，不過他的支持率也逐漸下滑。另外，民眾希望美軍介入的比例也逐漸上升，越來越多人等不下去，逃到其它國家。

民意 vs. 軍隊

根據《歐洲新聞



網》報導，對於許多委內瑞拉人來說，他們希望有快速的變革讓他們安穩生活，不然該國社會自馬杜羅上台，無法控制通貨膨脹後，經濟發展一瀉千里，許多基礎設施也陷入停擺，連馬杜羅的親戚都傳出對外國求援的新聞，瓜伊多雖坐擁民意，卻沒有辦法讓馬杜羅下台。

在去年委國普選時，反對派瓜伊多宣稱馬杜羅選舉非法，另立政府與馬杜羅對抗至今。瓜伊多背後主要是美國、歐盟等西方國家支持，而馬杜羅背後則是中

國、俄國撐腰。目前民調顯示，瓜伊多整體民意雖下降但仍佔該國多數（61.2%到56.7%），馬杜羅的支持度只剩10%。

經濟陷入困頓

但瓜伊多沒有軍隊，即使他多次呼籲軍方要向民意靠攏，叛逃馬杜羅的軍人仍屬少數，馬杜羅還掌握大多數的國家資源，加上川普現在正忙著對付伊朗，連俄國增派軍隊至委國都沒啥反應，也讓委國政爭陷入僵局，在國外多次談判也沒有共識，但該國崩潰的經濟已經讓人

民等不下去了。

《衛報》提到，在委內瑞拉強人查維茲 2013 年過世後，馬杜羅便繼承查維茲的意志，持續用社會主義補助委內瑞拉許多社會政策，但後來遭逢低油價，石油出口佔全國財政收入極重的委國隨即陷入衰退，並開啟通貨膨脹、基礎物資缺乏的惡性循環。

許多民眾生活陷入困頓，紛紛開始逃出委國，他們也是中美洲難民潮的主要來源之一。



北極狐跋涉千里 凸顯氣候變遷嚴重

【本報記者呂翔禾綜合報導】「完全沒想到狐狸可以移動這麼遠的距離！」挪威北極部的研究員近日觀察到去年在當地裝定位器的北極狐，在 76 天內居然移動了 3506 公里（從挪威到格陵蘭再到加拿大），是有史以來移動最長距離的狐狸。科學家推測，北極狐為了食物遷徙很正常，但近年來北極冰層變薄，讓牠們更難找到食物與棲身之地，才會如此長途跋涉。

狐狸遷徙新紀錄

根據《英國廣播公司》報導，研究員在挪威最北境的斯瓦爾巴半島（緯度介於 74 至 81 度）東側海岸抓到這隻當時不滿 1 歲的母狐，將 GPS 裝在牠身上後就把牠釋放進行追蹤，後來母狐跑到西岸，然後再 21 天後便抵達 1512 公里遠的格陵蘭島，然後又再花了 50 幾天時間跑到加拿大。

「從來沒有狐狸可以遷移這麼遠的距離。」科學家除了驚異牠遷徙的長度外，更驚訝的是牠的遷徙速率。這隻母

狐平均每天的速率是 46 公里，甚至在紀錄中有一天疾行 155 公里的紀錄。科學家原本以為牠被射殺，用船運送才會這麼快，但牠移動範圍附近都沒有什麼船的蹤跡。

融冰增加導致長途跋涉

挪威北極部研究員富格勒表示，北極狐為了找食物遷徙很正常，不過這次的移動距離超乎想像，北極融冰增加，造成棲地減少也是主要原因之一。他也提到，GPS 後來就失去訊號，不過母狐遷徙到加拿大會面對獵食習性轉換的挑戰：在斯瓦爾巴半島是以海鮮為主，在加拿大則是以旅鼠類居大宗。

《紐約每日新聞》提到，科學家早已預告，北極融冰近年來逐漸變少、變薄，讓北極許多生物都面臨生存的威脅。以北極熊為例，由於融冰減少，會鑽出冰層換氣的海豹也減少，讓北極熊、狐等生物需要長途跋涉才能找到食物，甚至還會闖進人類村莊跟人類發生衝突，北極融冰減少是氣候變遷惡化下，最血淋淋的證據之一。



▲科學家發現北極狐遷徙紀錄創新猷，但原因是因為北極融冰增加，牠被迫不斷尋找更適合的家。(Photo on wikipedia)

港七一遊行兼反送中 各國挺示威

【本報記者宋秉謙綜合報導】針對香港在七二週年紀念日所爆發的七一遊行，示威者佔領議會，該國特首林鄭月娥與中國媒體皆予以痛批。但香港自 1997 年起便有七一民主遊行，而本次更因反送中爭議更顯浩大，昨夜示威者先封鎖升旗儀式再佔領議會，其後並不懸旗就退走，表態立場非常堅定。對此，包含川普與英國外長都聲援香港對自由的追求。

各國挺示威

根據《英國廣播公司》報導，香港七一遊行已行之有年，而本次更攤上反送中爭議，示威聲浪更升級，群眾 1 日先封鎖特首林鄭的升旗儀式的外街道，隨後直闖議會佔領，將「反對通過送中條例」的立場表達得淋漓盡致，在警方宣告午夜清場後，並不懸旗的撤離。

對於一連串的示威行動，特首林鄭表示對衝擊議會感到憤慨與痛心，她強力譴責這些違法行為，並會對破壞議會標誌、噴漆、書寫「林鄭下台」及揮舞舊式港英旗等行為作出懲罰。北京當局也督促林鄭儘快進行徹查，聲稱破壞香港議會是相當於「踐踏法治」的違法行為。

對此，各界看法不少都是站在香港示威者背後，剛返回白宮的美國總統川

普表態對示威的支持，他說，示威者的作為說明著尋求民主，而不幸的是有些政府強行反對民主。

而英國外交大臣亨特則表示「堅定支持香港及其自由」，但示威者必須克制其抗議行為，注意是否越線，亨特語帶深意的說：「現在的香港權利正與以往英國統治時期相同，時至今日正與簽署時一樣有效。」意即提醒中國遵守香港權利仍是一向具有法律約束力的條約。

抗爭行動恐再上演

至於過往習於和中國站在同一陣線的俄羅斯，據權威媒體《俄羅斯通訊社》之前的報導，俄國早在反送中抗爭時就表態過，香港局勢為中國國內事務，克里姆林當局沒有干預的道理，因此對於相關議題，發言人佩斯科夫聲稱俄羅斯不會進行表態，基本上端看中國當局自行處置。

然而，據《衛報》報導，過去一個月內林鄭不斷抗衡著民意，「送中條例」尚未被保證撤除，在這個節骨眼上，要港人相信香港權利依然有法律約束力恐怕不易，後續抗爭行動應該會再上演。

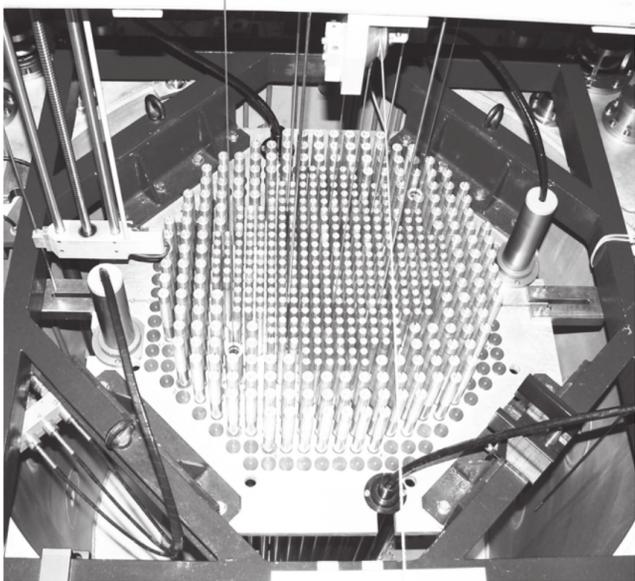
伊朗撕毀核協議 其他國家無法制約

【本報記者呂翔禾綜合報導】伊朗濃縮鈾存量正式超越協議限制。聯合國的國際原子能總署 (IAEA) 1 日正式宣布，伊朗境內可製造核彈的濃縮鈾存量已經突破 2015 年核協議設下的 300 公斤限制。外媒分析，整個伊朗核協議早已變成美、伊的舞台，其他簽署國，如中、俄，特別是歐盟，根本無法維持協議。

有沒有違反協議？

根據《半島電視台》報導，IAEA 發言人表示，經過調查員進入伊朗調查，確認伊朗的濃縮鈾貯存量，已經突破當初 2015 年核協議設下的限制 300 公斤。不過伊朗外長扎里夫隨後推文反駁，稱他們是因為美國退出協議才增產濃縮鈾，協議裡面也有相關程序，他們的增產並沒有違反協議。

美國跟伊朗從油輪攻擊、擊毀無人機等事件以來持續



▲伊朗 1 日正式突破 300 公斤濃縮鈾限制產量，引發國際動盪。(Photo on Wikimedia Commons)

爭吵不休。美國政府 1 日表示，伊朗絕對不能發展核武，如果伊朗領袖不再克制自己行為，美國跟他的盟友（沙烏地、以色列等）就會毫不猶豫攻擊伊朗。

伊朗政府近日也加緊增產濃縮鈾，並抱怨協議的其它

簽署國，如中、俄、德、歐盟都無力讓伊朗擺脫美國的經濟制裁。其中，法、德等國居中為伊朗協調很多次，但每次談完幾乎都是空手而歸，顯示這些國家在核協議中根本只是來湊數的配角，沒有辦法解決美、伊之間的

矛盾。

勸架、喊打局勢亂

英國首相熱門人選、外相亨特對伊朗增產的行為表示擔憂，並表示英國願意做任何可行的外交行為，以緩解伊朗附近的外交緊張局勢，但伊朗要先遵守協議。俄國外相表示，現在要做的是避免衝突升級，伊朗在美國的高壓經濟制裁下，違反核協議情有可原，大家不要衝動。

《雅虎新聞網》則提到，美國總統川普怒斥伊朗在「玩火自焚」，以色列總理納坦雅胡也斷言伊朗增產濃縮鈾就是要發展核武，呼籲歐盟加入制裁伊朗的行列。

在區域國家跟國際大國都開始緊張下，美、伊之間的衝突山雨欲來，甚至可能波及到其他國家，中東的局勢變得更加詭譎。



NBA 湖人放掉備案 就等可愛組三巨頭

湖人隊幾乎是放棄備案，任由其他球星一一被買光，若最終未爭取到可愛的加盟，代表湖人會有大筆薪資沒用到，團隊陣容將「頭重腳輕」。

【本報記者宋秉謙綜合報導】NBA 湖人正在玩一場贏者全拿的豪賭！經過交易市場首日的腥風血雨後，眾家媒體都緊盯著FMVP「可愛」李納德的決定，雖然外媒都認為他需要一些時間考慮洛城的2支球隊，但也不排除其他可能。而湖人隊幾乎是放棄備案，任由市場上其他球星一一被買光，若最終爭取到可愛的加盟倒還好，若失敗，則代表湖人會有大筆薪資沒用到，團隊陣容顯得單薄。

湖人賭很大

根據《TheBigLead》報導，隨著市場上大名鼎鼎（Big Name，意指球星）不斷減少，湖人隊選擇也越趨有



限，連原本計劃中搶不到可愛，先買點人墊墊胃的備案都一一選定下家，例如小柯瑞德、「天空貝佛利」、「DLo」羅素及波拉克等人。

等同湖人若最終沒爭取到可愛，將會呈現「頭重腳輕」的陣容，目前陣中有 NBA 等級薪資的僅有雙王牌詹皇、戴維斯，以及小將庫茲馬與剛簽下的丹尼爾斯，當然他們還有一些限制自由球員如塔克、卡魯索及強納森·威廉姆斯等，和一些老將；但基本上，湖人今夏的目標就是把剩餘的 3200 萬美元薪資空間都用光，最好是用在頂級球星如可愛的

身上。在湖人慢慢等待，與可愛的團隊談判時期，他們依然有強力的

競爭對手，據《華郵》報導，這些對手包含同城的快艇隊與可愛的東家暴龍隊。



快艇、暴龍也在等

首先，快艇隊今夏原本也想下一盤大棋，他們騰出不少薪資空間，盼能用家鄉作為對可愛的吸引力，再透過可愛的號召，爭取巴特勒等 A 級球星的加盟，但這個如意算盤在籃網迅雷不及掩耳的「速簽」下宣告破局，快艇到目前為止僅招募到防守型悍將天空貝；但即便如此，快艇隊陣容組成本就健全，去年能打進季後賽，更在「魯長老」盧·威廉姆斯領軍下差點亂棒打死宇宙勇，一旦盼來可愛，快艇將搖身一變

成西區新霸主。

至於暴龍隊，他們今夏在自由市場動作較為保守，考慮到奪冠陣容的合約年份都差不多，暴龍也明白這些已經配合良好的球員無需再更動。因此，暴龍等於是「以靜制動」，等著洛杉磯雙雄出招，再等可愛做決定，畢竟，暴龍有整個加拿大的球迷呼喊，等待著可愛繼續擔任北境之王，暴龍更是唯一一支能掏出 5 年 1.9 億美元合約的球隊。

▶ 幾乎被認定是現役聯盟第一人的「可愛」李納德成為市場上強隊抱團的最後一張王牌，湖人隊、快艇隊及暴龍隊仍殷殷期盼著他的加盟。(photo by Raptors Fanpage via Facebook)



溫網首日就猛爆冷門 15 歲高芙成名

【本報記者宋秉謙綜合報導】本屆溫網頗傳冷門，15 歲超級新星高芙直落二拍下前世界第一的大威廉絲！美國超新星高芙是溫網突圍賽的最大黑馬，她以三連勝殺進正賽，改寫溫網突圍到正賽成功選手的最低年齡。2 日她首輪面對名將大威廉絲卻絲毫不怯場，以 2 個 6:4 粉碎大威爭第六冠之夢，大威廉絲也寫下恥辱性的 7 年來，首度倒在溫網的首輪。

早在溫網女單開戰前，眾家球評就表示，要猜女單封后遠比猜男單還難，只能說「這屆又有哪個女將會在溫網成名」。而根據《CNN》報導，溫網正賽才拉開序幕，就有女將真的一戰成名，她正是前幾天在突圍賽表現火燙的超新星、綽號「可可」的高芙。

15 歲的高芙在突圍賽面對種子選手伯爾索娃等人，以不失一盤的完美戰績奪下三連勝，彷彿說明自己不是突圍賽等級的球員，殺入正賽的高芙也確定刷

新溫網成功突圍的最年輕選手，2 日她續寫自己夢幻的溫網之路，首輪面對魔王等級的大威廉絲，高芙總在對手眼看要追上時，冷靜回穩，最終以兩個 6:4 直落二擊敗曾五度奪溫網的大威，也讓大威 7 年來首倒在溫網首輪。

《ESPN》報導，在高芙突破大威之後，下一戰依舊是硬戰，她得對上前溫網四強萊娃，萊娃首輪也展現強大宰制力，她已 6:2、6:4 完勝第十種子薩巴倫卡。

除了大威爆冷敗走之外，女單第二種子、前陣子才拱手讓出球后位置的大坂直美，也以直落二



▲美國 15 歲超級新星高芙以直落二拍落名將大威，幾乎鎖定溫網一戰成名的新聞焦點。(photo by 網路截圖 of Youtube)

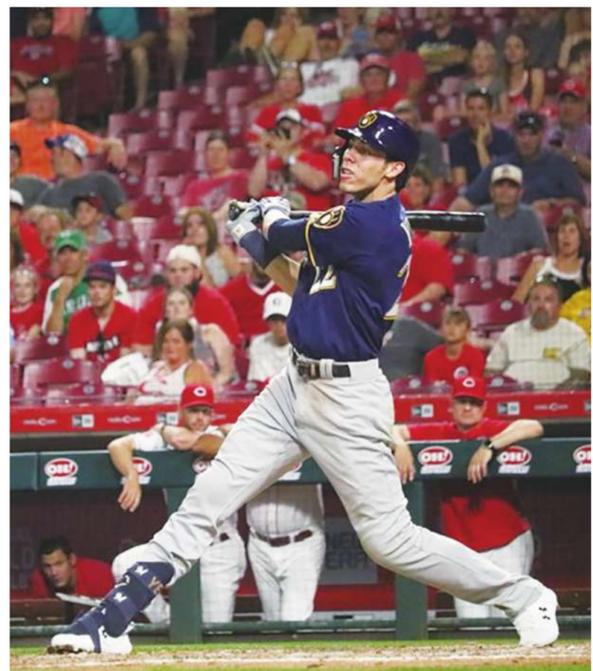
被實力平平的普丁薩娃拍落，大坂連續在兩個大滿貫級賽事首輪就出局，確定退出本期的球后之爭，只能守住目前的第二，但第

三到第五名的普娃、姬姬與科娃若在本屆溫網打到很前面，積分都有望超過大坂。

圖文選粹

圖文 / 中央社

葉立奇第 30 轟出爐 釀酒人 8 比 6 擒紅人



▲MLB 全聯盟全壘打王葉立奇敲出本季第 30 號全壘打，幫助密爾瓦基釀酒人力壓辛辛那提紅人。(photo by twitter)

勇奪荷蘭國際影展 最佳演技大獎

“全片高潮迭起！”

改寫歷史！打破紀錄！

柏林愛樂首位女指揮家真實故事改編

The Conductor

首席指揮家

荷蘭女導演 瑪利亞彼得斯 驚天執導

7.19 揮灑夢想

舒伯特、巴哈、莫札特，從她指尖復活

CHRISTANNE DE BRUIJN - BENJAMIN WAINWRIGHT - SCOTT TURNER SCHOFIELD



▲在美國當交換學生，讓我覺得自己的視野開闊許多。(photo by pixabay)

■曾文哲

我萌生出國念書的想法是在大學六年級(醫學系七年制,現已改為六年)時,那時候通過學校的英文面試,獲得去美國交換一個學期的機會。

在美國當交換學生,讓我覺得自己的視野開闊許多,與來自全世界的醫學生交流、在門診看當地各種族群的病人,獨自在異鄉生活,都是難得的經驗。因此,我心中慢慢萌生了「出國留學」的想法。

在搜尋美國大學網站後,恰好發現自己喜歡的碩士課程,接著就開始計畫各項申請流程:預計哪一年出去念書?要用哪段時間來準備留學考試?經濟上可以負擔嗎?有哪些資源可以運用?接著,我利用當兵這一年考完托福跟GRE,然後邊工作邊處理出國的申請。

努力就能成功

由於當兵時無法去補習,因此準備托福與GRE時都完全沒有補習,從頭到尾都靠自己找教材念,第一次考試就拿到還不錯的成績(GRE 328、TOEFL 104),因此在準備過程中累積了不少心得。

等到退伍開始當住院醫師時,開始處理出國申請的文件,CV、SOP、找老師寫推薦信等都是「一邊工作一邊親自處理文件、跟國外學校聯繫,沒有找代辦業者,最後也幸運的申請上自己的夢想學校。

即使身為住院醫師,每週工時高達80、90小時(醫師沒納入勞基法所以沒有一例一休的工時限制),我還是能順利完成申請流程,因此我相信,看了這本書的你也絕對可以自己一手搞出出國留學申請。

留學是自我的挑戰

「出國留學」聽起來充滿美好想像但又虛無縹緲,很多人的腦海中曾經閃過這樣的想法,卻不知道如何進行。有些人一想到自己是差點被當掉的大學生,或者是職場上的「月光族」,認為自己沒本錢出國與全世界優秀的菁英競爭,於是就默默放棄了。其實,出國念書沒有想像中的難,不管你成績好不好、有沒有錢,只要願意努力,一定可以找到方法出國留學。

在留學申請跟國外念書的過程中,一定會遭遇到各種困難,例如聽不懂老師上課說的英文、生活費不夠、跟租房子室友不合、辦信用卡被銀行拒絕、家



人或男女朋友希望你回臺灣等。但克服這些挑戰後,你會發現自己成長了許多,面對無常的人生更能從容以對。

一個人在海外默默打拚,才有機會坐下來仔細聆聽心中的聲音,思考想追求的人生,了解真正的自己。因此,出國留學不只是念書,更是一種自我探索與挑戰。

臺灣的留學熱潮

美國一直是臺灣學生海外留學首選,因為高等教育水準高、名校多且生活經濟發展好,工作機會也多。臺灣學生赴美留學的熱潮大約在30年前達到高峰,當時每年赴美人數高達5萬人,高居美國國際學生人數第1名。近十幾年來則大多維持在2萬多人,目前居美國國際學生人數第7名。

但最近臺灣學生在美國已經有被中國與印度學生淹沒的趨勢,中國在美留學生人數已是臺灣的十幾倍。我進哈佛大學念書那年,臺灣新生有25人,已是歷史新高,中國新生卻高達400人,是臺灣學生的十幾倍。

在美國念書時,發現很多美國民眾都知道臺灣,但主要不是從新聞媒體上認識,而是因為「有臺灣朋友」或「遇過來自臺灣的學生」,國民外交的重要性可見一斑。

現今許多國家的國際留學生人數不斷增加,臺灣留學生的數量卻不增反降,這是值得深思的現象。希望大家有出國念書的想法就勇往直前,除了帶回最新的研究與技術,讓世界更多人看見臺灣之外,同時也為自己的人生創造更多可能性。更重要的是,人生只有一回,千萬不要因為一時的猶豫而錯失大好機



▲美國一直是臺灣學生海外留學首選,因為高等教育水準高、名校多且生活經濟發展好,工作機會也多。(photo by pixabay)

留學完全攻略 申請學校學寫 CV

每個人心中都有一個留學夢,勇於接受自我挑戰,沒有補習,不找代辦,也能一手搞定出國留學申請。



▲美國留學攻略,哈佛畢業生教你寫CV & SOP!(photo by Flickr)

會。

留學該考慮的是?

很多人到了國外,錢都花了、原本的工作也辭了,才發現出國念書完全不是自己想要的,這樣真的很冤枉。因此,

費用可能會上看250萬臺幣。

很多人到了國外,錢都花了、原本的工作也辭了,才發現出國念書完全不是自己想要的,這樣真的很冤枉。

我們要做的第一個決定就是——我該不該出國念書?

這是一項重大的決定,一來留學需要花費大量時間跟金錢,二來需要準備留學考試(例如托福、雅思或GRE),不管時間、金錢的成本都很高昂。因此出國前一定要好好想一想:「我,為什麼要出國?」,是為名(學歷好看)?為利(留在國外工作或回國可以加薪)?還是單純為了實現人生的夢想?

計算時間成本

出國留學除了經濟,時間成本也很可觀,尤其是攻讀博士學位,通常4年絕對跑不掉;碩士學位花費時間較短,英、

美甚至有許多1年就可以拿到的碩士學位,但如果目標是回臺灣找教職的話,那麼在國外念博士的意義會遠高於念碩士,畢竟找教職還是需要博士學歷。國外的碩士生大部分畢業都會投入職場,不會繼續從事學術研究。

而「準備留學考試」的時間也算在時間成本裡。最理想的狀況是利用大三、大四必修學分較少時準備,如果已經過了這個階段,可能就要空下一整年的時間,或找一份比較輕鬆的工作長期抗戰。總而言之,一定要先估算好自己的準備時間。

至於留學考試要準備多久因人而異。

托福每個人的語文程度落差大,準備時間所需也不同;GRE則不管你英文好不好,都要準備一段時間。因為GRE考的是「邏輯思考與批判性思考能力」,針對的對象是「美國大學畢業生」,因此它已經假定英語是你的「母語」,不管你之前高中英文多厲害,就算指考英文考100分,還是得背許多艱澀的單字。

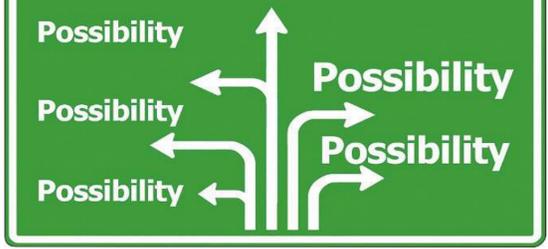
一般而言,如果你是全職考生,至少需完整的準備3到4個月,如果你是上班族或正在念書,那準備時間就要再拉長。預備一天念2到3小時的話,至少要預留半年的時間。

如果發現來不及準備所有考試,那會

蓄,或是在職場上獲得升遷的機會,這些都算是犧牲掉的東西,因此也要納入考量。

當然最理想的情況是拿到全額獎學金,這樣不僅沒有金錢的煩惱,同時也很有面子,代表你是國外學校認可的「優秀人才」,面子裡子雙贏。至於留學經費的來源有很多,包括獎學金、工讀、自身積蓄、親友協助或者是貸款。

現今臺灣學生出國念書最常見的原因就是想留在當地工作,因為歐美待遇普遍比臺灣好。如果你從事的行業在國外發展機會比較好,這就構成了出國念書的充分理由。如果沒有美國大學或研究所學歷,是幾乎不可能在美國找到工作的(拿英國或澳洲的學歷也沒用,除非你念牛津、劍橋等世界名校)。



▲人生只有一回,千萬不要因為一時的猶豫而錯失大好機會。(photo by pixabay)



建議直接延後一年出國。千萬不要為了省這一年的時間,勉強自己去沒興趣的學位或不喜歡的學校。人生根本不差這一年,何況這一年在臺灣還是可以做很多事,例如工作存學費、拼學術論文發表、把GRE托福分數衝高等。

獲得親友支持

出國前最好先取得家人的支持,才能無後顧之憂的攻讀學位。在國外除了經濟上可能需要家裡支援,一個人在異國念書是很寂寞的,更需要家人當情感上的後盾。

如果家人反對,擔心一個人在國外不安全(尤其是女生),倒是不用這麼擔心。雖然某些地區的確治安不好,但大學多半在文教區裡,學生又多,只要平常不要半夜在外遊蕩,不太會有安全上的問題。

通常學校也會有保護學生的措施,例如提供「免費護送學生從圖書館去搭地鐵或公車」的服務,校園的街道上也會設緊急鈴讓學生通報緊急事件。當然「家家都有本難念的經」,每個人碰到的困難都不一樣,但是我們必須捫心自問:「如果不出國念書,等到二、三十年後再回頭看,你會不會後悔?」。

鼓起勇氣衝吧!

如果答案是「可能會」、「或許會」的話,那還是鼓起勇氣衝吧,畢竟人生無法重來,很多事情現在不做,以後可能就沒機會了。而留學生最常碰到的另一個問題就是:「我與男/女朋友或另一半分隔兩地怎麼辦?」

「與伴侶分開」也是出國留學的無形成本之一。一般來說會變成幾種情形:遠距離戀愛、一起申請學校出國留學或另一半陪你出國生活(拿F2留學生眷屬簽證,但要先結婚才行)。

尤其是攻讀博士學位,真的要好好想清楚。通常博士畢業後還會繼續待在國外做「博士後研究」或找教職,因此時間動輒5、6年起跳,這麼長時間的遠

距離不是一般情侶受得了的。

比較常見的是先在臺灣結婚然後再帶著小孩(如果有的話)一起過去,不過前提是一定要有獎學金,而且最好是全額,否則很難養得起一整個家庭。

代辦是必須的?

很多人在申請學校時第一個問題就是:「到底要自己弄還是找代辦?」這得視你自己準備的過程而定。如果你是學生,那我建議自己好好研究,雖然很花時間,但會學到比較多東西,對自己

壇,例如PTT的留學版,也有一些有用資訊,在上面提問都會有熱心版友回答。

如果你是上班族,平常上班就夠累了,放假還要準備留學考試,實在沒有多餘心力去查留學相關的資料,那麼找代辦會是很好的選擇。他們可以提供留學方面的諮詢、幫忙處理留學申請的文件、與國外學校溝通等。

留學資訊公開透明

但代辦業者知道的東西,你自己也

知道。代辦雖然事前幫你跟學校溝通,但到了當地,碰到問題還是得自己解決。對學校的課程及教授的研究內容也應該比代辦業者更熟,才代表你了解這個學位對你的意義何在。

應該知道。代辦雖然事前幫你跟學校溝通,但到了當地,碰到問題還是得自己解決。對學校的課程及教授的研究內容也應該比代辦業者更熟,才代表你了解這個學位對你的意義何在。

申請的學校也會有更多了解。而現在網路資訊發達,各個學校也已經將申請所需資料,還有各項審核條件都公告在學校網頁上,要弄清楚其實並不困難,也可以善用網路上的交流論壇。

應該知道。代辦雖然事前幫你跟學校溝通,但到了當地,碰到問題還是得自己解決。對學校的課程及教授的研究內容也應該比代辦業者更熟,才代表你了解這個學位對你的意義何在。

應該知道。代辦雖然事前幫你跟學校溝通,但到了當地,碰到問題還是得自己解決。對學校的課程及教授的研究內容也應該比代辦業者更熟,才代表你了解這個學位對你的意義何在。

隔行如隔山,出國留學領域非常多,如果代辦諮詢人員對你攻讀的領域沒經驗,光預估學校落點就不準。

申請的學校也會有更多了解。而現在網路資訊發達,各個學校也已經將申請所需資料,還有各項審核條件都公告在學校網頁上,要弄清楚其實並不困難,也可以善用網路上的交流論壇。

申請的學校也會有更多了解。而現在網路資訊發達,各個學校也已經將申請所需資料,還有各項審核條件都公告在學校網頁上,要弄清楚其實並不困難,也可以善用網路上的交流論壇。

申請的學校也會有更多了解。而現在網路資訊發達,各個學校也已經將申請所需資料,還有各項審核條件都公告在學校網頁上,要弄清楚其實並不困難,也可以善用網路上的交流論壇。



▲在留學申請跟國外念書的過程中,一定會遭遇到各種困難,但克服挑戰後,你會發現自己面對無常的人生更能從容以對。(photo by pixabay)



▲與來自全世界的醫學生交流、在門診看當地各種族群的病人,獨自在異鄉生活,都是難得的經驗。(photo by pixabay)

「出國留學聽起來充滿美好又虛無縹緲,很多人的腦海中曾經閃過這樣的想法,卻不知道如何進行。」

我們這一代好處在於現在的留學資訊相當公開透明,幾乎所有需要的資訊能在國外學校網站上找到。國內各大留學教育展、各大學辦的留學心得分享講座更是不計其數,連各校的世界排名都可以輕易的在網路上查詢到。

因此,除非代辦業者在當地排校有特殊人脈,或者可以幫忙弄到一些重量級人士寫的推薦信,才有特別的價值。能不能進好學校還是取決於你本身的條件,代辦可以幫忙省一些時間,也可以幫你解決一些疑問,但對於申請的結果好壞,其實影響不大。

更重要的是,不管代辦業者厲不厲害,都應該自己去了解申請的細節,因為沒有人有義務為你的人生負責。出國留學是很重要的人生決定,不應該把自己的命運完全託付在別人手上。說直白一點,如果你自己對細節完全不了解,就算代辦業者做得不好,你也不知道。

更重要的是,不管代辦業者厲不厲害,都應該自己去了解申請的細節,因為沒有人有義務為你的人生負責。出國留學是很重要的人生決定,不應該把自己的命運完全託付在別人手上。說直白一點,如果你自己對細節完全不了解,就算代辦業者做得不好,你也不知道。

更重要的是,不管代辦業者厲不厲害,都應該自己去了解申請的細節,因為沒有人有義務為你的人生負責。出國留學是很重要的人生決定,不應該把自己的命運完全託付在別人手上。說直白一點,如果你自己對細節完全不了解,就算代辦業者做得不好,你也不知道。

更重要的是,不管代辦業者厲不厲害,都應該自己去了解申請的細節,因為沒有人有義務為你的人生負責。出國留學是很重要的人生決定,不應該把自己的命運完全託付在別人手上。說直白一點,如果你自己對細節完全不了解,就算代辦業者做得不好,你也不知道。

如何挑選代辦

找代辦最重要的當然就是「專業度」,一個專業的代辦有下列幾項條件:一、代辦業者是否熟悉你的領域,如果你申請的領域是比較冷門(較少人申請)的,就要特別注意。

隔行如隔山,出國留學的領域非常多,如果代辦諮詢人員對你攻讀的領域沒經驗,那幫助其實不大,光預估學校落點就可能不準。如果你的領域是熱門領域,例如MBA、電機資工(EE/CS/化工、機械等等,代辦業者的經驗一般較豐富,因此可以提供你更多的幫

助。二、代辦業者的規模與名氣,除非是個人工作室,不然挑有一定規模的會比較保險。雖然規模大不代表品質就好,但是一般來說,這樣的業者較有標準流程,內部的資料也較齊全。

更重要的是,不管代辦業者厲不厲害,都應該自己去了解申請的細節,因為沒有人有義務為你的人生負責。出國留學是很重要的人生決定,不應該把自己的命運完全託付在別人手上。說直白一點,如果你自己對細節完全不了解,就算代辦業者做得不好,你也不知道。

盡其所能提升自己

三、參考前人心得,更直接的方法是參考身邊親朋好友或是網路上的心得,同領域的更佳。很多人都會在網路上分享自己找代辦的經驗,當中有正面也有負面的案例,非常具有參考價值,大家不妨先打聽或搜尋一下,貨比三家不吃虧。

四、自己要追蹤申請進度,現在留學申請大多採線上申請,帳號密碼都在你自己手中,因此不要偷懶,一定要定時登入系統檢查申請進度。一方面避免遺漏學校的重要資訊,另一方面也掌握代辦業者的進度。

但請注意,能不能順利被心目中的學校錄取,關鍵還是在你自己的條件,代辦業者只是提供一些選校建議、協助處理申請流程,並確保你能夠充分運用自己的條件優勢。

因此,盡其所能的提升自己的條件才最重要,拉GPA可能來不及(如果已經畢業或快畢業),至少托福、GRE成績是掌握在自己手中的,研究經驗、競賽成果、publication等也是隨時可以加強的部分。

(廖彥雅/輯)

▲人生只有一回,千萬不要因為一時的猶豫而錯失大好機會。(photo by pixabay)

▲人生只有一回,千萬不要因為一時的猶豫而錯失大好機會。(photo by pixabay)

▲人生只有一回,千萬不要因為一時的猶豫而錯失大好機會。(photo by pixabay)

《美國留學攻略:哈佛畢業生教你寫CV & SOP》簡介

美國留學攻—略

哈佛畢業生教你寫CV&SOP、考試秘笈、融入校園

★★★★★

每個人心中都有一個留學夢? 想要申請留學,沒有經驗,不找代辦,也是一手搞定出國留學申請!

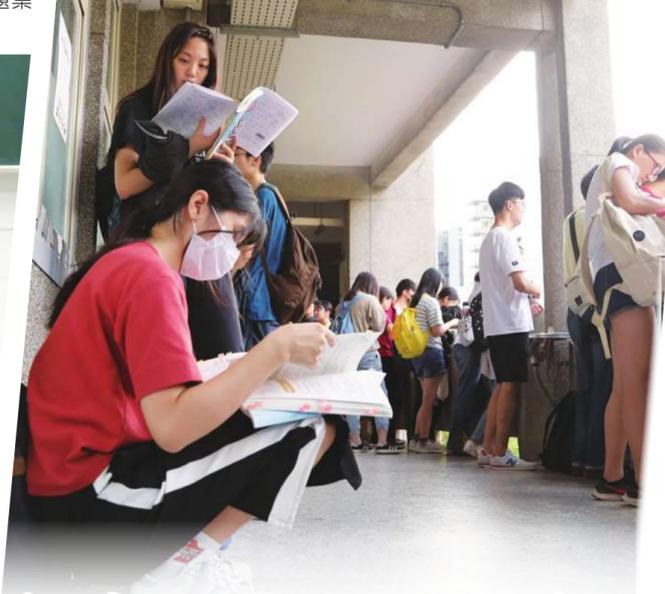
留學考試完全攻略,私藏讀書法大公開!同時準備GRE和托福的步驟step by step,詳細解說GRE和托福的個別準備重點、題型解題與應試技巧。放榜後,勇敢抉擇未來之路!評估「夢幻」與「保底」學校清單,分析研究領域與排名;全部落榜別灰心,向學校諮詢原因,重新擬定留學計畫。

作者: 曾文哲
出版社: 時報出版
出版日期: 2018/11/20

▼ 台北市補教協會解題團隊、補教老師張揚分析 108 年指考數乙試題表示，今年數乙整體難度較去年簡單一些，單選、選填拿分容易，難題集中在多選題。(中央社)



▼ 108 學年度大學指考登場，考生在試場外認真複習。(中央社)



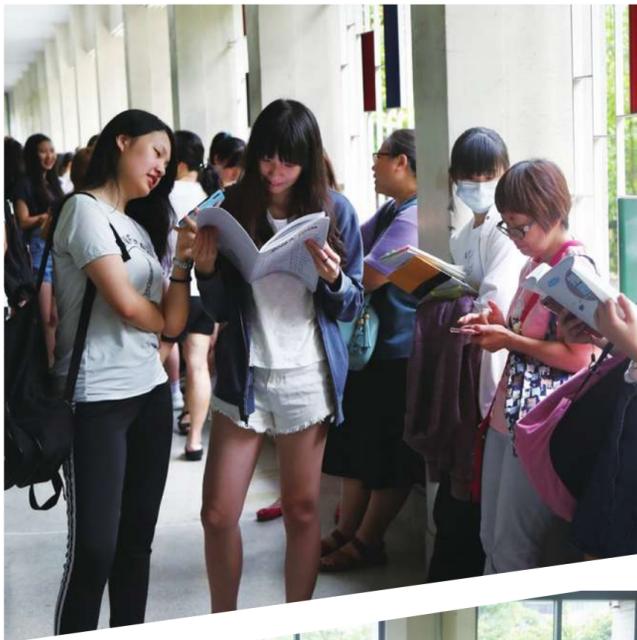
▼ 全國教師會邀集高中教師，分析 108 年指考生物科考題。(photo by 全教會)



大學指考開跑 圈圈叉叉也入題？

數學乙科的多選題，第 5 題考的是圈圈叉叉遊戲，補教老師張揚表示，考題讓考生思考「和局」的狀況。

▼ 108 學年度指定科目考試 1 日至 3 日舉行，約 4.9 萬人報考，考生在試場外把握時間複習，做最後衝刺。(中央社)



▲ 108 學年度指定科目考試，許多家長和學生一早就前往試場，做好應考的萬全準備。(中央社)

圖：中央社 文：亭雅

2 日下午的數甲科，中部考生指出，比去年略難一些。中一中林姓考生說，今年數甲比去年難很多，計算不難，難的是觀念，乍看題目，一時會不知道要用什麼公式來解題，但只要想對了，計算並不難。

有趣的是，數學乙科的多選題，第 5 題考的是九宮格的狀況，也就是兒時常見的圈圈叉叉遊戲。台北市補教協會解題團隊、補教老師張揚表示，一般獲勝是要連成一線，但考題卻是讓考生思考「和局」的狀況。

► 大學指考國文科考試後考生反映，題目難易度適中，偏向閱讀和理解，文言文熟讀古文 30 篇，答題會順手。(中央社)

◀ 考生把握考前的時間努力複習，加強記憶。(中央社)

▼ 補教老師楊墨、潘華分析，今年指考國文雖然涉略範圍廣，但是題目與選項的連接性高，考卷的難度也較低。(中央社)



▲ 大考中心提醒，應考時務必攜帶有效身分證件，以免因違規而被扣分。(中央社)

補教老師楊墨、潘華分析 108 年指考國文科試題表示，今年指考國文雖然涉略範圍廣，但是題目與選項的連接性高，且題目長度適中，所以考卷的難度也比較低；英文科今年則是增加了文字到圖像的轉譯，不同於以往從題目中選答案的方式，除了看懂文章，還要知道文章觀點和背後延伸的意義。

除了家長學生一早就到試場準備，更有高中家長會精心準備紅布條，就是要為在場的考生加油打氣，應考學生也利用中間空檔，考生在試場外認真複習，做考前最後衝刺。

▼ 大考中心提醒，指考已取消製發准考證，考生須攜帶有效身分證件入場應試。(中央社)



▲ 大學入學考試中心主辦的 108 學年度指定科目考試登場，許多高中家長會師長在考場為考生加油打氣。(中央社)

美校園引入治癒犬 可助學生減壓

研究顯示，撫摸狗能減少壓力的荷爾蒙水平，對壓力高危險群的學生治癒效果更為佳。在美國已有多達千所校園將治療犬引入校園。



寵物的陪伴對人類有很大影響，日前美國研究替校園引入治癒犬背書，確定學生觸碰治癒犬能減低壓力荷爾蒙水平。(photo by Joint Base Elmendorf-Richardson-Under CC licensed)

【本報記者宋秉謙綜合報導】美國新研究指出，狗狗的陪伴可以讓學生減輕壓力！美國多達千所校園已把治療犬引入校園，專家潘德莉表示，他們的研究顯示，撫摸狗能減少壓力的荷爾蒙水平，對壓力高危險群的學生治癒效果更為佳。而這項研究不約而同也在英國得到證實，《商業機密網》就報導，專家安德絲研究了辦公室養寵物的員工，能透過觸碰寵物增加催產素，讓人得到快樂！

犬助教紓解壓力

美國目前是校園引入治療犬制度最為普及的幾個國家之一，目前估計超過千所學校有「犬助教」，過往只能憑印象表示，學生觸碰狗得到撫慰是因他們對可愛動物有好感，但根據《英國廣播公司》報導，其

實這是有科學根據。

依照學者潘德莉提出的實驗，她們讓高壓力學生族群（如背著學貸或是學習狀況不理想）透過每週一小時的會議，與狗和專業輔助人員共處，最終發現他們記憶力與心態都有所改善，潘德莉表示，越是高危險的學生獲得的幫助越大。

觸碰寵物讓人放鬆

潘德莉分析實驗結果，發現與狗互動能減低壓力荷爾蒙水平，而學者吉爾說，雖然還不能仔細量化這種治癒型機制，但我們能確定效果是顯著的，甚至僅僅是看著動物（意即不

互動）也能舒緩情緒壓力，讓這種治癒方式能普及給所有學生（即便怕接觸狗的學生也能獲益）。

而遠在英國的實驗恰好也能背書，據《英國鏡報》引用《商業機密網》的報導，學者安德絲針對辦公室養寵物的員工做測試，她發現當員工觸碰寵物時，皮質醇水平會下降，更會產生催產素，讓人感到放鬆、幸福之感；但她補充說，基本上只有貓、狗及魚等寵物，若像倉鼠等寵物則較不明顯，至於原因仍需後續實驗證明。



吸菸不只傷肺 視力也受損傷

【本報記者宋秉謙綜合報導】吸菸不只影響到肺部，連視力都會受害！英國視力專家引用數據指出，吸菸者失明可能是非吸菸者的兩倍，原因與菸草產生的煙霧會惡化眼部疾病有關，其中吸菸者罹患老年性黃斑的可能性更達一般人的三倍。然而，儘管專家提出數據佐證，據 AOP（驗光師協會）的民意調查，僅 2 成的人意識到吸菸會惡化視力，專家呼籲此常識需更為普及。



▲ 研究指出，吸菸不只影響到肺部，連產生的煙霧都是對吸菸者的視力造成一大危害，但可惜的是多半人都不了解。(photo by Wikimedia)

視網膜的血管受損，使視力更加惡化。總計吸菸者罹患老年性黃斑的機率為一般人的三倍，視神經引起病變的突然失明機率高出 16 倍，多半都與眼睛的血液供給受阻有關。

人們多半不了解

然而，儘管 AOP 多次呼籲避免吸菸是保護視力的最佳方式，民意調查卻顯示僅 2 成人民了解吸菸與視力惡化的相關性，專家呼籲，英國有 17% 的男性與 13% 的女性使用紙煙，他們都應該明白對視力的危害，而非僅注意他們的肺功能受害。



此外，據《印度快報》報導，近期研究員還發現吸菸對家庭成員的影響深遠，過往我們都知道二手菸的危害，但此研究提出二手菸對家庭成員也有害，二手菸會存在於衣服或頭髮上，只要家庭成員長時間暴露在 THS 下，長期也會改變其表皮基因變化、而造成致癌風險。

圖文選粹 / 圖文 / 中央社

男子手部抖不停 神波刀治療成果顯著

▲ 溫姓男子因手部無法控制地抖動嚴重影響生活，雙和醫院採用磁振導航聚焦超音波的「神波刀」非侵入性無創治療方法，有效改善病癥解。(photo by 雙和醫院)

首見無人機進行高空登革熱防疫作業

▲ 高雄登革熱疫情延燒，與國衛院蚊媒中心產學合作的業者 2 日出動空中無人機，進行屋簷天溝積水噴藥作業，協助防疫。

TTL 台酒生技 BIO-TECH

易洗樂 環保愛地球

- 啤酒花專利配方
- 不含有害化學物質
- 95% 可生物分解
- 溫和 不傷手
- 雙重國家級品質認證

5大安心

PCHome 24h 購物 | 台豐量販 Taisuco | 全聯福利中心 | Carrefour | 愛買 a.mart

話說 STEAM

反思畢業生嗆韓事件

在學校作弊只會被記過，出社會作弊則有可能會坐牢，社會遠比同學們想像的還要複雜，過早的社會化是有害無益的。



▲社會遠比同學們想像的要複雜。學生要盡學生的本分，過早的社會化是有害無益的。(photo by google)

■張瑞雄
(國立臺北商業大學校長)

高雄市教育局年年都會舉辦市長與優秀畢業生合影，今年首度因學生「嗆韓」插曲成外界焦點，我們無法猜測學生的動機是甚麼，但至少從教育的觀點來看，這是個失禮的動作，我們難道要教育出這些不懂做人基本禮貌的孩子？

韓國瑜心裡苦

韓市長大度地說，年輕人勇於表達意見，很可愛。市府團隊也表示，不會因為這樣就在合影活動限制學生或檢查學生包包，對於學生表達意見都是開放態度，都予尊重。

但我們瞭解韓市長是「市長

心裡苦，但市長不說」，因為一旦指責學生一定又被韓黑大作文。但對於學生的錯誤態度，在教育的立場難道不要給予勸導，而讓學生為所欲為嗎？

優秀畢業生合影是一個莊重的場合，不是一個表達你對韓市長不贊成的作秀地方。如果你討厭韓市長，你可以選擇拒絕出席，不是更可以凸顯你的立場，但學生真的有立場嗎？還是只是背後大人們的立場。

錯誤示範接二連三

不思拒絕出席而選擇出席合照但用羞辱市長的方式，除了達到宣傳或想變網紅的目的，對於千千萬萬的學子又起了什麼樣的錯誤示範？這就是為什麼這種類似事件一就有二，接二連三出現的原因。

教育部大費周章地修訂完以素養為主的十二年國教的課程綱要，雖然大家還搞不懂何謂素養，教育部的說法是「素養的目標是培養學生具備適應現代生活與面對未來挑戰的知識、態度和能力」，注意其中有個「態度」的關鍵字。學生這種不尊重頒獎人的態度，顯然在禮貌方面的素養是需要再加強的。

但不管素養不素養，一些做人的基本禮節才是最重要的，例如不隨地吐痰扔垃圾、走路手不要插在口袋裡、吃東西不要出聲音、碰到師長要問好、不要探聽別人的隱私、不要刺探別人的傷口、不要跟同事議論上司或其他同事的是非等等。如果我們連這些基本的禮節都做不到，功課再好以後也是不會成功的。

待人處事待加強

學海無涯，學無止境。學生不僅僅是學書本知識，更要學會怎麼待人處事。學生上課遲到老師會原諒你，出社會上班遲到是會被開除的。學校作弊只會被記過，出社會作弊是要坐牢的，所以社會遠比同學們想像的要複雜。學生要盡學生的本分，過早的社會化是有害無益的。

我們多麼希望學校的校長、老師、和家長能夠陪同學生出來為不恰當的行為道歉，但在現今的社會和政治環境下，我們知道這只是奢想和夢想。「禮失而求諸野」，現在連「野」也無禮，真讓人對國家的未來擔心呀！

長榮事件 政府是第三者還是小三？

■陳敦源
(政大公共行政系教授)

據媒體投書，針對長榮罷工事件，蔡政府並未如同前華航空服員、華航機師罷工般積極介入，除了呼籲兩方需理性解決，並對勞工表達基本關懷外，幾乎是站在局外者的立場，為何同是罷工，卻有兩樣情？

其實政府不介入是對的。這本

來就是民間社會自己要處理好的爭議，政府要注意別介入勞資爭議上，不論哪一方的談判技巧是好是壞、哪一邊的資源勝過另外一邊、哪一邊看似弱者，甚至民眾受到影響，都是民間社會解決爭端要學習的協商精神，除非違法才由司法體制處理，不需行政部門太多介入。

每次談到這個，我就喜歡提到

在美國唸書的時候，1994-1995年美國有史以來第一次職棒大聯盟勞資談判破裂而罷工，美國人的past time沒有了，當時社會壓力很大，總統克林頓最後不得不請雙方到白宮餐敘，但是，他仍然沒有積極介入勞資糾紛的問題，雖然他後來還是希望國會能夠出面調解。

克林頓總統認為大聯盟罷

工是社會處理爭議的一個過程，因此表示「最好的解決方案是(雙方)自願的方案!(The best solution is still voluntary.)」這應該就是社會自治的最好表現。

當然，後來這個事件的發展仍然是由政府司法機關介入，才打開了僵局，因為球團眼見1995年的球季可能也要報銷，就想要找「替代選手」(replacement players)上場打球，最後被勞方告上法院，法院裁決資方違法，最後很快雙方達成協議，球賽開打。

最後，華人文化(包括台灣)從「家父長」制的前提出發，不論是保守或是自由派，事實上都是「媽寶派」，希望政府站在我這一邊，嘴巴上愛講審議、協商、與社會力覺醒，私底下的手段都是在搞政治力，想用民主多數通過法律強制對方依我的意志而行，公權力成了社會工具，毫無自主性！

這次罷工，政府是不相關的第三者，而不是小三，甚慶甚慶！



▲韓市長大度地說，年輕人勇於表達意見，很可愛。(photo by google)

我見我思稿約



歡迎來稿增篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：anntw.ad@gmail.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。請勿一稿多投，查獲者永不刊用。



▼長榮航空向工會討取委託人3證件未果。(中央社)

OBSCENE
IGNORANT
ODIOUS
OLD
SORDID
CRUDE
ABOMINABLE
FETID
LAMENTABLE
REPUGNANT
DETESTABLE
IDIOTIC

SAID BEN SAID by MICHEL MERKT

勇奪2019柏林影展金熊獎
榮獲國際影評人費比西獎

SYNONYMS

出走巴黎

金熊獎導演 那達夫拉匹 最爭議電影

湯姆梅西 / 昆汀多馬爾 / 露易絲謝維洛特 三角戀演出

7 / 26
追尋完美世界

▶ 他犧牲自己形象、隱私，赤裸入戲，真實與超現實感，受到矚目。（簡秀枝提供）

▼ 不斷累加的廢紙箱，束接出長龍的身型，倍添無奈與孤寂。（簡秀枝提供）



戲劇、悲劇一線間 超寫實藝術家入戲

在大環境的巨變中，失去工作與生活，逼得自己睡在橋下、地下道或空曠街頭紙板箱，那種焦慮、恐懼，是椎心刺骨的。



▲他在訪談時，靜坐紙箱上，呈現一對一演員的互動與對話。（簡秀枝提供）



▲作品呈現出的荒謬性與黑暗幽默。（簡秀枝提供）



▲超現實的絕望場景，讓人鼻酸。（簡秀枝提供）

▶「有點像排練死亡，看到自己躺在作品中，感同身受。」（簡秀枝提供）

簡秀枝

（典藏藝術家庭雜誌社社長）

無家可歸、夜宿紙箱，是什麼滋味？經歷 2008 年金融風暴，許多職場人結局悲慘，甚至淪為街頭流浪客。這是現實世界的真實情況，不是故事而已。

超現實絕望場景

6 月 28 日在中正紀念堂「幾可亂真—超寫實人體雕塑展」，丹麥藝術家彼得蘭德的作品《無家可歸 Homeless》，道盡其中的淒楚，超現實的絕望場景，讓人鼻酸。

尤其藝術家彼得蘭德以自畫像的創作心情，親自入戲，創作出自己絕望疲憊的臉譜，在路邊撿拾的廢棄紙箱內，沈沈入睡。藝術家以誇張的手法，拉長身體，讓不斷累加的廢紙箱，束接出長龍的身型，倍添無奈與孤寂。

53 歲的丹麥籍藝術家彼得蘭德，在哥本哈根、倫敦完成學業後，投身創作，以視頻、攝影、表演藝術、錄像藝術、雕塑、裝置創作為主，他把犧牲自己形象、隱私，赤裸入戲，真實與超現實感，受到矚目，

早在 1990 年代就名噪一時。

藝術家親自入戲

「任何有趣的藝術作品，都存在許多不明確因素。」「有點像排練死亡，看到自己躺在作品中，感同身受。」以這回參展作品《無家可歸》，是件予人強大超現實主義真實感的作品。

作品中，他呈現自己的樣貌、身型、穿著自己衣服，成為無家可歸的流浪漢，栩栩如生的樣子，令人動容，而他在訪談時，靜坐紙箱上，呈現一對一演員的互動與對話。

在大環境的巨變中，工作生活都丟掉，社交網路崩潰，突然逼得自己睡在橋下、地下道或空曠街頭紙板箱，那種焦慮、恐懼，是椎心刺骨的。

審視人類的現實苦難

彼得蘭德近年創作，持續自我披露，讓作品中呈現出的荒謬性與黑暗幽默，讓觀者耳目一新，但有一種被戲謔下的刺痛感，往往是笑裡帶淚，悲苦汨汨而出。

審視人類現實苦難，拉下自尊，承認自己也是人的弱點，透過作品，訴說著一折又一折的黑色故事，社會弱勢者、邊緣人的滄桑，盡在不言中！



▲藝術家彼得蘭德。（簡秀枝提供）



▲藝術家彼得蘭德以自畫像的創作心情，親自入戲，創作出自己絕望疲憊的臉譜。（簡秀枝提供）



桃園金三角商圈 異域風情魅力十足

金三角商圈人文歷史豐富，異域孤軍撤退來台後，被安置於忠貞市場，成為後來特色商圈發展的根源。

【桃園訊】金三角魅力無法擋！桃園市金三角商圈，是一處與眾不同的商圈，這裡不僅具有眷村特色，還展現了滇緬邊境的異域風情，而這篇異國風情，也成為桃園米干節慶典的活動特色。

龍岡忠貞地區位於桃園市中壢、平鎮、八德三區接壤處，主要以中壢龍東路、龍南路與平鎮中山路、八德龍江路街道範圍為核心區域，其中忠貞傳統市場、國旗屋米干、阿美米干、龍岡清真寺、雲南文化公園、傳統眷村新住民聚落等，都別具民族風情。

金三角商圈人文歷史豐富，主要商業發展於40年代起，流落在滇緬邊境打游擊的異域孤軍，撤退來台後，被安置於此區域內的忠貞市場，成為後來特色商圈發展的根源。

大量雲南傣族為主的滇緬裔移民聚集，其中也包含了為數不少的雲滇少數民族以及伊斯蘭教徒。

而且陸軍六軍團長年駐防於此，陸續興建十數座眷村，居住著大江南北軍眷及其後代。

除此之外，還加入了上世紀70



▲金三角的商圈有滇緬泰口味為主的各族裔特色餐廳、異國風味飲食店、特殊食品加工業者，以及地區農場食材供應者，共計60多家。（桃園市政府提供）

年代起，附近興建許多工業區引進的大量外籍移工、加上90年代因婚配嫁娶來台的新住民，使得此地形成一股跨族裔、以滇緬為主的的生活餐飲消費型態與店家飲食文化特色。

為了當地發展，相關單位組合了飲食業者，涵蓋餐飲業、食品加工業、以及在地食材供應農場業者等，共同於2015年成功的組織了「桃園市魅力金三角地方特

色產業展協會」，推展共同品牌，擦亮地區商圈特色共同來發展

例如：滇緬泰口味為主的各族裔特色餐廳、異國風味飲食店、特殊食品加工業者，以及地區農場食材供應者，共計60多家。

商團最大的不同，除了以滇緬泰融合眷村料理為主的飲食多元特色。如：以雲滇、中南半島菜系為主，結合特殊少數族裔文化，並深根在地農場之在地食

材，造就了「食當地、吃在地、產地到餐桌、產地可溯源」等特殊跨族裔飲食特色，來創造出魅力金三角的商圈觀光風情與發展。

除了會不定期舉辦「魅力金三角商圈輕體驗」活動外，每一年十月十日商團亦會舉辦升旗及盛大的深度體驗。民眾均可以藉機來探訪這一處不同於台灣風情的異域風情。



集鐵小鎮瘋鐵馬 分漫遊親子兩路線

【南投訊】眾所矚目的「集鐵小鎮·瘋鐵馬」活動，將於10月6日（星期日）從車埕集結出發，分為「36公里小鎮漫遊組」與「8公里親子悠活組」兩條路線，沿途可欣賞鐵道木業文化山城、清澈宜人的水里溪、以及充滿林蔭綠意的集集綠色隧道等著名景點。

交通部觀光局訂「2019為小鎮漫遊年」，並從全台灣選出30經典小鎮，其中位於日月潭國家風景區的南投縣集集鎮，更以馳聘鐵馬、漫遊鐵道及綠色隧道為主要特色。

日月潭國家風景區管理處為配合「小鎮」，首次規劃舉辦鐵道集集線的自行車活動，鼓勵民眾輕踩踏板，騎著鐵馬漫遊於車埕、水里與集集地區，一同窺探未曾發現的小鎮之美。

參賽者除了可獲得物超所值的



▲▲為鼓勵民眾至車埕、水里、集集地區遊玩，推出「單車騎乘輕認證」活動。（南投縣政府提供）

活動紀念衣、飛狼微旅肩背包，以及自行車造型完賽獎牌之外，更有「超潑潑補給品」例如烤雞、各式冰飲品與滷味小點，讓參賽選手享受美景的同時，也可享用豐富「美食」。

活動募集追「瘋」騎士800名，有興趣的民眾，不妨計劃一場鐵道集集線「一騎追火車」，享受

快意「單車食光」。

本活動有別於一般競賽型挑戰路線，而是推出較適合一般大眾騎乘的「36公里小鎮漫遊組」，以及「8公里親子悠活組」兩條路線。

小鎮漫遊組路線自車埕鐵道觀光小學堂出發，行經民權路、金城路、金龍路至152縣道集集線

色隧道，並於隘寮停車場折返回車埕鐵道觀光小學堂，來回36公里，高度爬升約400公尺，全線坡度高低起伏，時而下坡再上坡，稍具挑戰。

親子悠活組路線則是騎乘日管處所興建的水里溪水岸自行車道，沿途可欣賞水里溪清澈溪流宜人景緻，並於水雲橋前折返回活動會場。

另外，為鼓勵民眾至車埕、水里、集集地區遊玩並延續去年「勇闖日月潭三大運動認證」挑戰精神，推出「單車騎乘輕認證」活動。

凡於8月1日起至10月5日期間，自行完成「集鐵小鎮·瘋鐵馬」活動36公里路線，並上傳完成路徑軌跡紀錄及與地標合影照片，經審核通過即可於車埕遊客中心兌換限量「鐵道城鎮紀念懷錶」1份。

報馬仔

余柏青 / 輯

新月廣場 變身極速滑水樂園

【新北訊】「2019新月水道節」開鑼！新北市高管理表示，今年夏天「2019新月水道節」，將再度把新月廣場變身滑水樂園，活動自即日起至7月28日連續30日，每日下午3點至晚上9點，邀民眾全家大小一同歡樂，享受清涼暑期。

為讓民眾不再受限報名困擾，今年活動免報名，於每日下午3點及6點共二場次入園，每場次體驗150分鐘，玩水時全程穿著泳裝，另為維持孩童安全，家長需入園陪同。

今年持續創新突破，特別打造6米高、17米長全透明管水滑梯，讓民眾感受自新月橋牽引道上以「5秒極速快感」的極速水滑梯滑入水樂園，另水樂園特打大小小朋友的恐龍窟初體驗。

友都愛的「恐龍」做為視覺設計，並依照不同類型的恐龍造型打造出多樣化戲水池。

高管理表示，新月水道節現場規劃有六大主題遊樂區，分別有極速水滑梯、雨林區、翻越恐龍谷、侏羅紀叢林、勇闖恐龍窟、寶寶恐龍池等。

「極速水滑梯」：體驗高6米、長17米全透明地心引力的極速快感。「雨林區」：彷彿進入森林瀑布，享受如同森林浴的體驗。「翻越恐龍谷」：挑戰翻越恐龍骨頭的刺激感。「侏羅紀叢林」：探索最原始的叢林障礙。「勇闖恐龍窟」：暴龍、三角龍、迅猛龍的大型氣墊溜滑梯，以及大型玩水池，讓大朋友小朋友能玩得盡興。「寶寶恐龍池」：提供5歲以下小朋友的恐龍窟初體驗。



▲藉打造6米高、17米長全透明管水滑梯，讓民眾以「5秒極速快感」的極速水滑梯滑入水樂園。（新北市政府提供）

西濱快線啟動 漫遊嘉南沿海

【台南訊】為讓民眾更便利參觀西濱景點，漫遊品嚐在地美食，由雲嘉南風景區管理處推動的台灣好行西濱快線正式啟動，台灣好行西濱快線串連13個觀光景點，可為台南溪北地區帶來旅遊人潮。

台南市府表示，台灣好行西濱快線串連13個觀光景點，走過鹽水、北門、七股等小鎮，路線應會替台南溪北地區帶來人潮，歡迎民眾來台南體驗風景及美食，搭乘西濱快線，深入台17線周邊景點旅遊。

雲管處指出，西濱快線星期五至星期一採固定班次，星期二至星期四採需求反應式運輸服務，12至14人團體預約即可成行，從新營營運

總站出發，途經嘉義及台南沿線，沿線設13個站點，包括台南鹽水、布袋遊客中心、布袋商港、高跟鞋教堂、南鯤鯓代天府、水晶教堂、東隆宮文物館、井仔腳鹽田、將軍漁港、馬沙溝彩繪村、七股鹽山及台灣鹽博物館等。

台灣好行西濱快線推出1日券100元、2日券200元，也結合七股鹽山及台灣鹽博物館的1日鹽城套票。

雙日悠遊套票，分別與布袋文創HOTEL和鹽鄉民宿合作。

鼓勵民眾使用電子票證搭乘公共運輸，希望藉由相關優惠措施，拉抬公共運輸運量，進一步帶動在地觀光產業發展。



▲台灣好行西濱快線串連13個觀光景點，走過鹽水、北門、七股等小鎮，路線可為台南溪北地區帶來人潮。（台南市政府提供）