



HOUSTON & KATY WEEKLY SALE DEC. 24th - DEC. 30th, 2021

CHRISTMAS

節日折扣來了! 和親朋好友一起享受H MART美食!
YOUR HOLIDAY FEAST SAVINGS ARE HERE

漢亞龍 顧客服務

CUSTOMER SERVICE

T. 877.427.7386 Customer care@hmart.com

TOLL FREE T. 877.427.7386 / 最新活動, 優惠券及折扣信息, 可關注www.hmart.com! 關注H Mart微信, 臉書, Twitter, Pinterest, Instagram官方帳號了解最新優惠!

您有美食餐館創意, 我們有黃金旺鋪出租! 有意者請聯係
JOIN MARKET EATERY FOOD HALL! CONTACT: me@hmart.com

Have a great idea for a restaurant, we have the perfect busy location for you.

Follow us @hmartofficial

打開微信APP 在公眾號搜索欄輸入 hmartofficial

詳細請關注 H MART 官方微信帳號及臉書粉絲頁

H Mart 積極倡導維持適當社交距離

保持距離, 共同防疫. 與他人至少保持6英尺的安全社交距離,

H Mart與您共同應對COVID-19傳播.



40 Years Celebrating H MART

Happy New Year

2022

新年快樂!

感謝您成為我們尊貴的顧客。
我們祝您新年快樂, 萬事如意.BETTER TOGETHER,
H MART SMART
PARTNERSHIP

H MART + YOUR BUSINESS



與我們一起共創未來! 邀請您成為 H Mart 的合作夥伴.

WHO CAN APPLY?

任何在美國境內的企業
(有關教育, 文化, 健康, 生活, 食品等) 均可申請

HOW TO APPLY?

有意者可發送郵電至
marketing@hmart.com
諮詢合作詳情.

M E A T at unbeatable low prices

Marinated Sliced Beef Short Rib U.S.D.A. CHOICE LA STYLE/LB \$11.99	Frozen Thinly Sliced Boneless Lamb for Shabu Shabu U.S.D.A. CHOICE LB \$10.99	Fresh Beef Top Blade Steak (Flat Iron) U.S.D.A. CHOICE LB \$9.99
Frozen Thinly Sliced Pork Single Rib Belly LB \$7.99	Fresh Bone-in Skin-on Pork Rib Belly Chunk LB \$5.99	Fresh Whole Chicken LB \$1.59

SMART CARD MEMBER ONLY

EDIYA 15 Multi Grains Mix Powder FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 1	EDIYA Special Blend Coffee Mix FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 4	EDIYA MOCHA/GOLD(RICH CREMA) 0.38-0.40 OZ X 100 STICKS/BOX
DAMTUH 15 Multi Grains Mix Powder FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 1	DAMTUH 15 Multi Grains Mix Powder FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 4	GREENATION Braised Burdock & Pickled Radish 0.66 LB
\$10.99	\$10.99	\$2.49

SEAFOOD at shockingly low prices

Frozen King Crab LB \$29.99	Live Lobster LB \$15.99	Wild Tiger Prawns LB \$12.99
Headless White Shrimp 26-30'S/LB \$6.99	SANFORD Frozen New Zealand Mussels on the Half Shell 2 LB/PKG \$10.99	Fresh Spanish Mackerel LB \$2.99

ORGANIC All natural certified delicious

ORGANIC FARM Organic 10 Mixed Grains USDA ORGANIC 3 LB \$9.99	ORGANIC LAND Organic Sugar USDA ORGANIC 2 LB \$4.99	TODAY'S FARM Organic Milk WHOLE/2%/1% - 64 FL OZ \$3.99
--	--	---

SUNLEE Buddha Jasmine Rice 50 LB \$54.99	HADAY Superior Dark Soy Sauce 16.9 FL OZ \$1.99	CHIN-SU Chili Sauce 8.82 FL OZ \$0.79	HON BAIU Cooking Wine MICHIU/750 mL \$4.49	SAUTAO Chinese Style Dried Noodles THIN/THICK - 5 LB \$6.99	TWIN MARQUIS Vegetable Wonton Wrapper 14 OZ \$1.99	EAGLE COIN Canned Fried Dace with Salted Black Beans in Oil WHOLE/SPICY - 6.5 OZ \$2.99	KOLOKO Peach Crackers EXTRME SPICY - 2.29 OZ \$1.49
YESHUA Coconut Juice 8.2 FL OZ X 6 EA/PKG \$6.99	GENKI FOREST Yuan Qi Sen Lin Sparkling Water CALAMANSI/PEACH - 16.2 FL OZ \$1.99	NATURE'S YOKE Free Range Grade A Extra Large Brown Eggs 2\$6 FOR 1 DOZ/PKG \$3.49	HORMEL FOODS Canned Spam CLASSIC/HICKORY SMOKE/BACON/LITE/25% LESS SODIUM/oven ROASTED TURKEY/HOT & SPICY - 12 OZ \$27.99	HELLO Stainless Steel Electric Multi Cooking Pot 1.2 L/EA \$14.99-\$24.99	KOTO Bamboo Steamer 21/24/27/30 CM \$10.99-\$19.99	HELLO HOME Aluminum Foil/Parchment Paper FOIL(25 CM X 60 M)/PAPER(30 CM X 75 M) \$9.99-\$14.99	MEDI FLOWER Shea Butter Handcream PERFUME BLOSSOM/BLUEBELL/ROSE VELVET - 80 mL \$4.99



During the editing process there may be mistypes or misprints. Each branch may be subject to limited availability, as well as their sale prices. Some products may be sold out. If the product is not listed as a boxed sale item, it cannot be purchased as a boxed unit. All H Marts accept every major credit card.

謹誠會計師事務所趙廣華會計師 專欄5

公司稅務狀況轉換----- C corporation 轉換成 S Corporation

上一期專欄我們做過 S corporation 和 C corporation 的比較。總的來說對於中小型、不尋求上市的企業，S corporation 因為只有一重稅，在省稅方面比較占優勢。以下三類人群可以考慮將 C corporation 轉變成 S corporation。

1. 剛剛拿到綠卡的企業主。拿到綠卡之前只能選擇 C corporation 或者 partnership 合夥人形式。拿到綠卡之後，出於省稅的考慮，會選擇 S corporation。

2. 原 C corporation 的外國人股東或公司股東退出，公司股東只剩有美國公民或綠卡持有者。

3. 個人通過股權合約買下 100% C corporation 的股權。

C corporation 轉換成 S corporation 可在一年中的任何時候提交申請並在下一年生效。如果您想要這種轉換在當年就生效，轉換申請的遞交必須在年初的 75 天之內。如果超過 75 天（超時遞交），必須要有充分的理由才可以仍然選擇當年生效。

轉換的過程很簡單。提交表格 2553 即可。超時遞交表格，需要在表

頭標註" FILED PURSUANT TO REV. PROC. 2013-30"。如果是在報稅的時候超時提交表格 2553，需要在稅表 1120S 上標註超時遞交。

由轉換而生的 S corporation 不是原生的 S corporation，是從 C corporation 轉換過來的。雖然轉換之後會比較省稅，但隱藏在 C corporation 時的沒有實現的許多非 S corporation 的稅上面的問題需要特別註意。

1. C corporation 的時候有沒有用完的公司虧損 (Net operating loss)。這種虧損在 c corporation 的形式下是可以抵消之後年份的盈利從而省稅的。但如果公司轉換成 S corporation，這些虧損就會丟失殆盡，不可抵消 S corporation 的盈利或者轉換個人虧損。所以在做轉換之前，請務必考慮這方面的損失。

2. 公司投資收入。一般情況下，轉換後的 S corporation 依然會涉及一種特殊形式的投資收入稅。投資收入包括利息、分紅、租金收入、股票盈利等。如果這種投資收入超過 S corporation 毛收入的 25%，且 S corporation 帶有 C corporation 盈余公積，這種特殊形式的投資稅就會被觸發。這種情況連續發生三年，S corpo-

ration 的資格就會被取消。避免這種情況的發生可以將這些投資收入直接轉換為個人投資收入。

3. 隱藏增值稅。正常情況下，S corporation 不會欠稅，因為所有的收入都轉移到業主個人稅表。但如果 S corporation 是從 C corporation 形式轉變過來的，而 C corporation 時的時候有增值的資產，如房地產，這些在 S corporation 之前增值的部分就會存在隱藏增值稅。這些資產在 S corporation 生效之後的五年之內賣掉，需要按照 C corporation 形式算稅。五年之後就不存在這個問題了。

4. 後進先出 (LIFO) 庫存隱藏稅。如果原 C corporation 的庫存是以後進先出的形式計算，在它轉換為 S corporation 的那一年的稅表上要體現這種庫存隱藏稅。這種庫存計算方式會隱藏庫存增值稅。試想庫存在增值情況下，c corporation 轉換成了 S corporation。S corporation 賣的貨一定是在 S corporation 的時候買的。在庫存不增加或增加的情況下不會觸及到原 C corporation 時時候買的庫存。而此時的原有庫存已增值，為了堵住這個缺口，國稅局製定了相應的法案。公司庫存要在轉換的當年重新以先

進先出 (FIFO) 形式及當時的市場價格。FIFO 計價高於 LIFO 計價部分需要隨同 C corporation 的最後一年稅表申報，所欠稅額可在四年内繳納。市值高於 FIFO 計價的部分記錄在 S corporation 的稅表內成為隱藏增值稅。

5. C corporation 形式下的累積盈余。由 C corporation 轉換成 S corporation 的最主要的原因是避免了 C corporation 的雙重稅：公司稅及股東分紅稅。在將公司轉換成 S corporation 後，很多人一定會竊喜，C Corporation 剩余的還沒有分紅給股東的累積盈余是不是就可以省掉股東的分紅稅了？No！根據稅法，這部分積累盈余要記錄在 S corporation 的稅表上，一旦公司的利潤分紅觸及到這部分累積盈余，股東在個人稅表上還是要以分紅 (dividend) 形式繳稅。

知己知彼，百戰不殆。要想合法合理避稅，必須要全面掌握稅法。希望我們的這些稅務小常識能夠幫助您理解並合理運用稅法。

趙廣華 (CPA 註冊會計師)
謹誠會計師事務所
電話：713-589-5875
地址：9889 Bellaire Blvd. Unit D249, Houston, TX 77036
網址：www.zhaocpapc.com。



完整修車廠 修車師姐徐雲經理 專欄 70 汽車維修大全 (九)



28. 曲軸箱上通氣孔堵塞。

故障判定：真故障。

原因分析：發動機工作時，總會有一部分可燃氣體和廢氣經活塞環和氣缸壁的間隙進入曲軸箱內。進入曲軸箱內的燃油蒸氣凝結後將稀釋機油，廢氣中的酸性物質和水蒸氣將侵蝕零件，使機油性能變化，使機油逐漸失去其功效。另外，進入曲軸箱內的氣體使曲軸箱內溫度和壓力均升高，造成機油從油封、封墊等處滲出。由於活塞的往復運動，曲軸箱內的氣體壓力忽高忽低，影響發動機的正常工作。嚴重時會曲軸箱內的機油上竄至燃燒室和氣缸蓋罩內，還會從加油口或機油尺的縫隙處漏油。為了避免出現上述條件現象，發動機上都設

有通風裝置，以平衡曲軸箱的內、外氣壓。使用中若出現燒機油、機油沿接合面外洩、機油過早變質和發動機怠速運轉不平穩等現象時，應檢查曲軸箱通風裝置是否有效，應保證通氣孔暢通。並且負壓閥片不能變形、粘連或裝錯，呼吸管不能彎折或堵塞，單向閥不能裝反向。

29. 發動機的節氣門體及怠速電動機臟。

故障判定：真故障。

原因分析：目前轎車的發動機怠速是靠裝在節氣門體怠速步進電動機控制。在發動機運行時，由於空氣質量及汽油品質的原因，會造成發動機節氣門體的節流閥和怠速閥積有許多汙垢，當

汙垢嚴重時，發動機將會出現怠速過低、穩定性差或無怠速，加油時節氣門有發卡現象。所以，轎車一般在每行駛 20000km 左右時，建議清洗節氣門體。清洗後應通過診斷儀設定發動機使之達到正常工作狀態。

30、車輛急加速時，車速提不起來。

故障判定：真故障。

原因分析：轎車行駛中，緩加速時汽車加速正常，急加速時車速不能立即提高，無法超車。可能的原因為發動機的燃油供給系統故障，油壓、噴油量、點火時間不符合規範，火花塞及高壓線故障。實際案例：有一輛轎車存在上述現象。對發動機做空轉急加還實驗，未

發現異常。檢查發動機的燃油供給系統，其油壓、噴油量等都很正常，讀數據流表明故障在點火系。檢查點火正時符合規範，更換火花塞後，故障依舊。最後檢查確認是高速時高壓火花不夠強。用萬用表高阻檔測量各缸高壓線的電阻值，均在 25Ω。由於高速、大負荷時發動機需很強的點火能量，而中央高壓線電阻值過大，造成點火能量衰減，高壓火弱，從而引起發動機加速無力。換一套新的高壓線後，故障排除。

(未完待續)

完整修車廠 Complete Auto Center
電話：281-564-6541
地 址：4605 Cook Road, Houston, TX77072

范振雄律師事務所精辦各類移民 全美移民法庭出庭 疑難移民案件免費評估



(本報休斯頓報導) 專精於各類移民案件，擁有多年經驗，范振雄律師事務所專為客戶解決法律與移民難題，其業務範圍，包括各類移民、車禍、人體傷害、商業糾紛、合同糾紛等。作為一家專注為華人提供移民、及訴訟服務的綜合性律師事務所，范振雄律師事務所堅持客人本位的原則，為客戶提供與衆不同的個性化服務和客戶體驗。

此外，如果您有任何關於投資移民的疑問，或者需要移民律師，也歡迎聯繫范振雄律師事務所。

范律師傑出優秀，在年僅二十三歲時便拿到法學博士，他畢業於常春藤名校康奈爾法學院。在康奈爾期間，他接受了系統且嚴苛的法律教學，並榮幸地為洛杉磯州法官擔任助理。在擔任法官助理期間，范律師全面深入地了解了法院的操作流程。

作為為數不多的華人訴訟及移民律師，范律師深刻理解華人面臨訴訟或移民問題時，所面對的法律和語言等多層面上的困境。因此，他不止步於滿足客戶單項案件的需求，更關注於以合理的成本，最高的效率，以及最適合客戶的個性化方案為客戶爭取案件的最優解。其卓越的專業知識，以及對於移民法的深刻了解，使得范律師在民事糾紛中能夠幫助客戶克服語言、法律、文化等諸多方面帶來的挑戰，並多次獲得超越

客戶預期的結果。

法律小常識分享

問：如果有人闖入你的院子裡，如果開槍將對方擊斃，會不會被指控過失殺人？

答：正當防衛的尺度取決於具體對方的位置和行為，如果只是在院子裡，然後沒有明確的舉動他能傷到你，加州法律雖然沒有規定你有撤退的義務，但是用致命武器就有可能會判為過失殺人，這時候可以用武力讓他離開，但是最好別用致命武器。

如果對方試圖進到房子裡面，或者已經進入，這時候用致命武器，法律上會假定你是正當防衛；檢控官需要提供證據證明你做得不對

，通常非常難證明。

范振雄律師事務所聯繫方式：

營業時間：週一至週五，9:00-5:00
電話：626-758-7538。微 信:peter-fan777。Email: peterfan7539@hotmail.com



呂汶錫醫師 專以非開刀方式治療骨科疾病 專精：骨科/關節炎/疼痛/運動醫學/五十肩等



(本報休斯頓報導) 運動鍛鍊身體對每個人來說都極為重要，不過，如果運動量過大、或是運動不小心，有可能會造成運動損傷。所以，在運動時要特別注意鍛鍊的強度及分寸，並且根據自己身體的狀況來調整運動量。萬一真的受到運動傷害，也應該找專門的運動醫學

醫師來診治。休斯頓有位華裔的運動醫學醫師，他是呂汶錫醫師 (Kevin Lyu, M.D.)，不僅專精運動損傷與疼痛，對於關節炎與骨科的治療也非常拿手。

曾擔任萊斯大學助理

呂汶錫醫師是 Fondren Orthopedic Group 的非手術骨科/運動醫學醫師，是休斯頓最大、最全方位的私人骨科集團之一。呂汶錫醫師擔任過萊斯大學 (Rice University) 助理隊醫，以及休斯頓 Chevron 馬拉松賽、休斯頓 PGA 高爾夫球賽等場邊醫生，並專門以非開刀的方式治療各類骨科疾病。

呂醫師待人親切和善，中英文流利，能以中文和病人溝通，不會有語言隔閡而產生溝通障礙。

無論是羽球愛好者、週末長跑健將、籃球迷、足球迷、運動員，還是平時有固定鍛鍊身體的人，遇到運動受傷都不可掉以輕心，應該及時尋找運動醫學醫師的診治，若是沒有好好處理，有可能造成病根，產生後遺症。此外，運動醫學醫生也治療退化性關節疾病，以及職業傷害方面的損傷。

呂醫師治療的項目包括：

- 退化性關節炎 (頸、手臂、手、脊椎、臀、膝、腳、腳)

- 骨折、扭傷、拉傷、肌腱炎、五十肩、網球肘、腕隧道症候群、媽媽手、板機指、背痛、坐骨神經痛、膝蓋痛、足底筋膜炎等。

- 玻尿酸、類固醇、血小板、幹細

胞等超音波針劑治療

- 職業傷害/勞工保險 (Worker's Compensation)

呂汶錫醫師在聖喬治大學醫學院獲得醫學博士學位，並在休斯頓 Houston Methodist Hospital 完成了家庭醫學住院醫師培訓，也在 Houston Methodist 完成運動醫學次專科訓練，他擅長以非開刀的方式治療各種骨科疾病。

呂醫生於 2020 年加入 Fondren Orthopedic Group。他是美國運動醫學會、和美家庭醫師學會的成員。

呂醫師電話：713-383-5390。可約視訊門診。接受多家保險。

Email: Drkevinlyu@fondren.com

網站: www.drkevinlyu.com



南部各州選區重畫地圖剝奪少數族裔社區權力

儘管維權人士大力倡導，國會和立法會選區重畫仍無視少數族裔的政治代表權，預計會有訴訟在2022年初選前提出。

Jenny Manrique 報導 / Ethnic Media Services

美國有20州已完成國會選區重畫，22州已完成地方立法會選區重畫。儘管南部多個州的少數族裔社區推動爭取更多平等的政治代表權，具政黨偏見的地圖制定者卻蓄意削弱他們的影響力，立法委員也通過了多項限制其投票權的法律。維權人士說，公眾對利害關係和需要採取哪些措施來保護民主進程的意識愈來愈高，是現在僅存的一線希望。

布瑞南中心 (Brennan Center) 民主計畫資深律師李之樸 (Michael Li) 在由少數族裔媒體服務中心 (Ethnic Media Services) 主辦、作家暨 Spotlight PR 創辦人法默 (Jennifer Farmer) 主持的記者會上說：「這次選區重畫的工作周期是有史以來最複雜的一次，部分原因是人口普查數據比預期晚出爐，而且我們是在疫情還未結束的情況下進行，因此，公眾參與的機會較少。」

在正常時期，人口普查數據通常會在2月份出爐，但今年等到8月才出爐，在候選人為2022年的初選做準備的同時，維權人士能對新選區地圖提起訴

訟的時間就更少。德州的郵寄選票將在40天內寄出，北卡羅萊納州的訴訟申請將於12月17日截止。

李之樸說：「訴訟可能讓初選產生變化。」他強調，繪製選區地圖仍是透過立法機構完成的政治過程，州長通常有否決權。

李之樸表示，和南部各州一樣由一黨控制全局的州，無論是民主黨還是共和黨，「就會出現濫權，畫出種族和政治歧視的地圖」。路易斯安那州和維吉尼亞州是兩個例外，因為路易斯安那州州長是民主黨人，立法會是共和黨多數，而維吉尼亞州的選區重畫委員會是兩黨組成。

儘管人口普查數據顯示，美國人口成長最大的是少數族裔社區（包括非裔、西語裔和亞裔），事實上，過去十年中，新增選民中十個有八個是少數族裔，而白人人口則首次下降。這正是為何在德州和喬治亞州這些人口多元化的州中，少數族裔社區在選區重畫過程中會被針對的理由。

李之樸解釋，在達拉斯福和市 (Dallas-Fort Worth) 地區，亞裔和西語裔選民分別從國會第四和第六選區被重畫到較鄉村的縣，不但造成社區的分裂，也為共和黨人帶來政治優勢。

李之樸說：「重畫選區是一種更為

有效的選民壓制形式，即使你有權投票，你的一票也不具任何意義，因為結果早已預定。受到這些選區地圖的影響，少數族裔民衆未來數十年將無法獲得權力。」

公民參與

維權人士強調，只有提供民衆參與這個過程的管道和教育機會，才可能產生以種族平等為重的公平選區地圖，但政府和立法機構對此似乎不太感興趣。

北卡統計聯盟 (NC Counts Coalition) 公民參與主任巴西 (Kyle Brazile) 表示，地方政府只有三個工作天的時間可以準備選區重畫公聽會，而公聽會又被安排在中午時段，只有少數人有時間出席。

巴西說：「在這個周期中，我們只能舉行13場公聽會，而十年前我們在整個北卡州舉行了超過60場公聽會。」在杜倫 (Durham) 舉行的最大一場公聽會中，地方組織必須提供個人防護用品和翻譯服務。儘管公聽會時間不長，但有約200人登記、150人到場，參與這些地圖的培訓課程。州議會成立的公衆意見網站也收到近4000條公衆意見。

巴西說：「我們對這些地圖不感興趣，在這個無黨籍、民主黨和共和黨三分天下的州裡，明顯存在著政治『傑利蝾螈』 (gerrymandering，美國政治術

語，指以不公平的選區畫分方法操縱選舉），14個選區中有11個傾向支持共和黨。」

新人口普查數據讓北卡州在國會中新增一個席次，代表擁有了更多的選舉人票。過去十年來，北卡州的西語裔人口增長了約40%，現在占北卡州總人口的10.7%，以麥克蘭柏格縣 (Mecklenburg)、維克縣 (Wake)、佛西斯縣 (Forsyth) 和吉爾福德縣 (Guilford) 增加得最多。

此外，北卡州「El Pueblo」執行董事桑提燕 (Iliana Santillán) 表示，西裔居民是最近不了解選區重畫過程的人口，他們不清楚公聽會在哪裡舉行，公聽會也沒有為他們準備翻譯服務。因此，「El Pueblo」成立了一個西班牙語網站提供說明資料，幫助西語裔選民了解選區重畫。

桑提燕說：「西語裔的民意代表在北卡州議會有一位胡塔多 (Ricky Hurtado) 議員，另外有兩位市議員和兩位學區委員。因此，我們並沒有政治代表性，而且，根據選區地圖繪製的方式，我們不可能擁有政治代表性。我們需要選出更多能代表我們的官員，而非能代表我們的官員愈來愈少。」

在阿拉巴馬州，一個由28個公民參與團體組成的聯盟，在人口普查數據出

爐前數個月就開始開會，以便參與阿拉巴馬州自2013年蕭比縣 (Shelby County) 判決以來的第一輪選區重畫工作。這項判決撤銷了《投票權法》(Voting Rights Act) 的V條款，賦予美國司法部權力，審查有歧視少數族裔歷史的州的任何法律變更提案。

「阿拉巴馬前進」(Alabama Forward) 執行主任密里根 (Evan Milligan) 說：「我們希望生活在這個州的少數族裔民衆有權參與公聽會，我們努力確保能提供所有關於選區重畫和選民登記的訊息給民衆，這不僅關乎公民社會機制，也關乎我們的價值觀和民主傳統的存續。」

目前還不清楚，《民享法案》(For the People Act, SI) 和《約翰路易斯投票權促進法案》(John L. Lewis Voting Rights Advancement Act) 是否能在國會通過，但維權人士相信，當地發生的事情沒有什麼是偶然的。

如果您希望了解更多關於選區重畫的過程，可前往以下網站查詢：

<https://www.lvv.org/voting-rights/redistricting> <https://www.commoncause.org/our-work/gerrymandering-and-representation/gerrymandering-redistricting/> <https://redistricting.lls.edu/>

野花牌綠蜂膠降血脂、膽固醇、血壓顯奇效，中老年保健佳品

高血脂症是指血漿中的脂質膽固醇及甘油三脂濃度超過正常範圍。脂類一般不溶于水，血漿中的脂類是與蛋白質載體一起運輸，故所謂的高血脂症實際上是高脂蛋白症。進食過多高脂肪、高蛋白、高糖的食物及缺乏運動，是造成高血脂症的重要原因。而高血脂又是誘發動脈粥樣硬化、腦血栓、冠心病的主要危險因素之一，也會影響血糖代謝和血液粘稠度。

動脈粥樣硬化的形成與高血脂脂蛋白密切相關，血液中長期過高的低密度脂蛋白、甘油三脂以及血管壁上過多的膽固醇容易被自由基氧化，形成脂質過氧化物質，在血管上沉積，從而導致動脈粥樣硬化。同時紅血球、血小板等在血管壁上聚集，也能導致血管壁增厚、

變硬、失去彈性。動脈粥樣硬化涉及到全身血管，可引起動脈粥樣硬化性冠心病；腦動脈缺血導致頭昏、頭痛、腦血栓等。

為什麼蜂膠能有效地降血脂呢？這完全是歸功于蜂膠中的富含的黃酮類化合物等多種天然活性成分。1975年，中國著名醫學專家房柱教授首先發現了蜂膠的降血脂功能，在國際蜂療及醫學界引起轟動。各國隨後開展的大規模研究與臨床證實，蜂膠對高血脂、高膽固醇、高血液粘稠度有明顯調節作用。能預防動脈血管內膠原纖維增加和肝內膽固醇堆積，對動脈粥樣硬化有防治作用，能有效清除血管內壁積存物，抗血栓形成，保護心腦血管，改善血液循環狀態及造血機能。由於蜂膠淨化血液有奇效，故

被稱為“血管清道夫”。而且蜂膠能使心臟收縮力增強，呼吸加深及調整血壓，淨化血液，調節血脂。

高血壓的病因目前仍不十分明確，但其中一個原因是平時攝入的脂肪過多，血液中膽固醇、甘油三酯過高，形成動脈粥樣硬化，使血管收縮和擴張功能產生障礙，這時就需要較高一些的血壓來促進血液循環，導致血壓增高。但是，如果血壓過高，而且長期居高不下，會進一步加快血管硬化，導致血栓、動脈血管破裂等危險性疾病。

蜂膠治療高血壓方面，前蘇聯尼柯洛夫醫生報告，對42例高血壓病患者進行了臨床觀察。患者年齡45-72歲，病史4-15年，均屬II期和III期高血壓病。服用蜂膠20天後，37例患者(88%)的主

觀症狀明顯改善，頭痛、頭暈、耳鳴消失，未見心前區疼痛，心悸和壓迫感減輕，體重也減輕。

「野花牌」Apriario Silvestre 極品綠蜂膠，健康養生極品，巴西第一名牌，無酒精，高濃度，超高純度。

專業醫學顧問免費諮詢熱線：



故事天地

Daily News

押花会



钱粮胡同有对夫妻，四十来岁，是旗人。爷们姓赫，成天不着家。媳妇娘家姓那，好吃懒做。俩人无儿无女，靠吃大兴乡下的十亩地租过活。

这年仲秋，赫爷说是要去求仙丹，一去就没了信儿。一天，赫氏到街坊钱王氏家串门，忽见有个娘们推门而入：“恭喜恭喜，您押中啦！”钱王氏急忙下炕相迎。

娘们拿出个小红包，倒出一堆大洋：“这是您押半圆赢的十八块钱。”钱王氏拿出五块，说了句“还押这花神”，娘们收了钱就匆匆走了。

赫氏好奇地问：“你押的是啥啊？”钱王氏小声回答：“花会。”说着，她轻声哼唱起来：“正月里来是新年，根玉打扮入花园。明珠头戴花一对，手牵荣生到门前……”哼完了，她才告

诉赫氏，花会会坛设在铁帽子胡同，唱词中的根玉、明珠和荣生是三十六个花神牌名，只要押中会坛藏在花筒里的花神，押一块赢三十六块，押不中，一块钱归会坛。

赫氏问怎么押，钱王氏说：“刚来的人就是专门给会坛跑封的，下次我让她去找你，押啥就告诉她，中不中都会有准信儿。”

第二天，跑封的就找上门来，给赫氏出主意说：“先押半圆钱，就押上六品的头牌花神。吉利！”赫氏答应了。

开封那天，跑封的喜滋滋地进门报喜，并送来了押赢的十八块大洋。赫氏倍儿高兴，赏了她一块，另拿出十块接着押，结果却输了。跑封的劝赫氏再押当玉镯子的钱：“全押根玉！”

赢来的钱输光不说，还倒贴了几十块。赫氏有些泄气了。

这天，跑封的来找赫氏，小声说：“东四九条有个老太太，初一早上去雍和宫烧完头炷香，回来借了一百块印子钱押花会，一把就赢了三千六百块大洋，发财了！”

赫氏一听，瞪圆了双眼。等跑封的走后，她便拎着稻香村的“京八件”，在东四九条寻摸到了老太太家，一问，这事儿竟是真的！

取得真经后，赫氏按照老太太的做法，吃了半月的素，焚香沐浴后，早早就来到雍和宫外，候了一整夜，初一早上终于抢到了头炷香。她前脚烧完香回家，跑封的后脚就进来了。赫氏拿出当玉镯子的钱：“全押根玉！”

第二天晌午，赫氏眼巴巴盼来了

跑封的，听到的却是：“姐姐，今儿开的是明珠，您就差了一点点，接着押，一准中！”

赫氏苦笑了一下，她已无钱可押了。

这天，赫氏到钱王氏家串门，钱王氏哪开不提哪壶：“大妹子啊，知道你为啥没押中吗？那个老太太家去晚啦。听说被个爷们抢了头筹，赢了整整七二百块大洋呐！”赫氏听后惊呆了。

钱王氏又神神道道地说：“我还听说，德外有个娘们，背着爷们押花会，输了二十块大洋，一时想不开吞鸦片死了。下葬后的头七晚上，她托梦给爷们，让他卖了房子去押明珠，一准会中。爷们醒来后半信半疑，上妙寺抽了个上上签，说他要交财运，于是一狠心，卖了房子拿钱去押明珠，还真押中了！”

赫氏“哦”了一声，没再言语。

钱王氏瞥了她一眼：“我说大妹子，你也去寻摸个和那娘们一样的死鬼，多烧点纸钱，好好祷告祷告，给你托个梦，押啥花神，把输的钱赢回来，不就成了吗？”

赫氏苦笑着说：“上哪儿去寻摸啊？”钱王氏压低声音说：“我娘家有个小媳妇，押花会输了钱，被爷们揍了一顿，赌气上了吊，今儿下葬，就在左家庄乱葬岗。等她头七那天……”

赫氏听后一脸惊愕：“啊！半夜三更的，乱葬岗那种地方……说了，左家庄那一带不是有好多强盗吗？我可不敢去，要去你去吧。”钱王氏却叹了口气：“我家那口子死活不准我再押了，不然，我费这口舌干吗啊？”

回家后，赫氏心里就惦上了，都说富貴险中求，干吗不试试呢？可是老头半个大儿子也没了，拿啥去押啊？睡觉时，她忽然想起，赫家在东坝河还有块坟地，不如卖了押这最后一回。要是输了也不会伤筋动骨，就算被爷们知道了，顶多挨一顿揍，真要押中了，那就能够使唤上丫头当主子啦！

第二天，赫氏找了个中人，很快就把坟地卖了。小媳妇头七这天的后晌，赫氏怀揣银票，寻摸到了左家庄乱葬岗。等她头七那天……

再说赫氏，过了仨月，他终于寻到了仙丹，兴冲冲地赶回了城里。

到了家门口，赫氏却发现院门紧锁，媳妇不知干啥去了，只好撬开了锁，进院后发现屋顶在冒丝丝青烟，不知是怎么回事。他刚一推开屋门，突然从屋内蹿出一股猛火，整个房子“砰”的一声就着了起来。街坊赶来救火，整个院子已是熊熊大火，没法近身了。

火灾后，街坊们细一琢磨，一准是赫氏出门后，家里的炕烧过火了，屋子里着起了闷火。赫氏一开门，闷火一下

子变成了明火，想救也来不及了。

瞅着一院房子说没就没了，赫爷欲哭无泪：“大伙儿谁知道这败家娘们去哪儿了，找到后我非揍死她不可！”街坊都说不知道。

第三天，赫爷坐在院里石凳上发愣时，忽然来了个巡警，说左家庄那边的乱葬岗上，发现了一具被杀害的女尸，让他去瞅瞅，是不是他媳妇赫氏。

赫爷失魂落魄地跟着巡警到了乱葬岗，只瞧了一眼，就一个屁墩儿跌坐在了地上。死者正是赫氏，被人用乱刀捅死了。

钱王氏听后，吓得脸色煞白，除了爷们钱王，对谁也没敢提是她给赫氏出了去乱葬岗的馊主意。

入殓时，赫爷发现了件怪事，赫氏的右手好像紧紧地攥着啥东西。他趁旁人不注意，使劲掰开一看，却是个草纸团儿，上面印着个人像……

赫爷说是在赫氏手中发现的。钱王氏心中一惊，忙说：“哎呀，人都死了，你拿她的东西干嘛啊，赶紧烧了吧。”

第二天早上，钱王氏就急匆匆地出门了。而赫爷呢，因无处落脚，想把坟地卖了，中人却告诉他，那地早就被他媳妇卖了。没辙，赫爷只好去了趟大兴，把那十亩地贱卖了，在院里搭了个窝棚，准备开春后盖房子。

过了几天，赫爷忽然听见隔壁传来一阵号哭声，他过去一瞧，见钱王蔫头耷脑地坐在门槛上，忙问：“这是怎么了啊！”

钱王回答说：“赫爷，你说我怎么这么倒霉啊。我那娘们背着我把房子当了，拿着钱去押花会，结果全赔进去了。她托人捎来口信儿，说没脸回来见我，带着孩子跑了！”

赫爷听后，大吃一惊：“押啥花会啊？”钱王拿出一沓子草纸：“就是这害人的玩意儿！”赫爷接过一看，竟和媳妇手中的草纸一模一样，只是人头像不一样，想到坟地的事儿，心中立马就明白了一大半。

钱王一脸愧色：“赫爷，我实话告诉你。你家里的就是听信了我家娘们的馊主意，半夜三更到乱葬岗，求一个因押花会输了钱的吊死鬼托梦，想扳回本钱，没想到遇上了歹人……”

赫爷长叹了一声，没再言语，转身就回家了。

转天晌午，赫爷突然听到一个惊人的信儿：钱王怀揣利斧找到了花会坛，刺死了一个跑封的娘们，最后被花会的打手活活打死了……



侯大任 面部整形 美容專科 醫學博士

Tang Ho, M.D., M.Sc., FACS

UT-Houston Facial Plastic & Reconstructive Surgery

新門診中心

請事先預約

MEMORIAL
PLASTIC SURGERY

約翰霍普金斯大學醫學院
醫學博士
貝勒醫院耳鼻喉頭頸部
外科專科醫師
約翰霍普金斯大學醫學院
臉部整容美容專科醫師

Email : utfacialplastics@uth.tmc.edu

電話 : (713) 633-4411

地址 : Memorial Plastic Surgery

8731 Katy Fwy, Suite 500, Houston, TX 77042

6400 Fannin St Suite 2080, Houston, TX 77030 (醫學中心內) 電話 : (713) 486-5019

www.ut-ent.org

1. 隆鼻、鼻中隔彎曲及鼻部疾病。
2. 去眼袋手術及淚溝填充注射。
3. 肉毒桿菌(Botox)去除臉部皺紋、瘦小腿、瘦臉、拉皮。
4. 玻尿酸(Restylane, Juvederm)、墊下巴、去法令紋。

主治

JY家庭全科及急症

主治

高 血 壓 婦 科 病
糖 尿 病 兒 科 病
高 血 脂 老 年 瘦 呆
常 見 皮 膚 病 骨 質 疏 鬆
皮 膚 活 檢 豐 鬱 症

急症

感 冒 尿 路 炎
咽 喉 痛 關 节 射
鼻 齒 炎 動 物 抓 傷
腹 濕 清 創 緁 合
皮 膚 活 檢 角 膜 异 物 清 除

移 民 體 檢

體檢特價 : 體檢+化驗
(1)+女科婦科、宮頸膜片
(2)+男性前列腺表面抗原
本診所自2014年起
週一、二、三、五、六 : 8:30am - 5pm
週四、週日公休

Tel : (832) 433-7159

顧瑛 醫學博士

美國家庭醫學會資格認可醫師

美國老年醫學會資歷任可醫師



D03FA_JY顧瑛567B_8



Southwest Kidney & Hypertension Specialists

腎臟與高血壓專家 謝春 醫師

Board Certified in Internal Medicine & Nephrology

專治 : 各種急慢性腎臟病、急慢性腎功能衰竭、糖尿病腎病、高血壓、高血壓腎病、狼瘡性腎炎、血尿、蛋白尿、水腫、電解質與酸鹼失衡、多囊腎、尿石症、尿道感染、腎臟活體檢查、血液透析和腹膜透析(洗腎)、腎臟移植術前後治療。

謝醫師通英、國、粵語、客家話

地址 : 9440 Bellaire Blvd. #218, Houston, TX 77036

Tel : (281) 501-9808 Fax : (281) 501-9789

中國城血液透析中心醫務主任

Chun Xie M.D.

二十多年臨床及科研經驗

醫 療 中 心

姚聖坤內科診所

姚聖坤

醫學博士
(BOARD Certified - ABIM)

服 务 : 各種內科
各種疾患 : 血尿化驗
項目 : 外傷與急診 : X-Ray
正規體檢 : 心電圖
隨到隨診

713-779-3355

9440 Bellaire Blvd. Ste 208, Houston, TX 77036 (選新址)

接受保險、Medicaid & Medicare

周一到周五8:30AM-5PM

高峰牙科診所

高峰

北京醫科大學口腔系畢業

上海復旦大學兒童牙科住院醫師畢業

Memorial Hospital Southwest 主治醫師

牙醫博士 : M.D. Anderson 口腔醫學專科畢業

M. Endodontics Certification

Orthodontics Certification

Adult Dentistry Certification

Pediatric Dentistry Certification

Orthodontics Certification

Dental Implants Certification

Dental Endodontics Certification

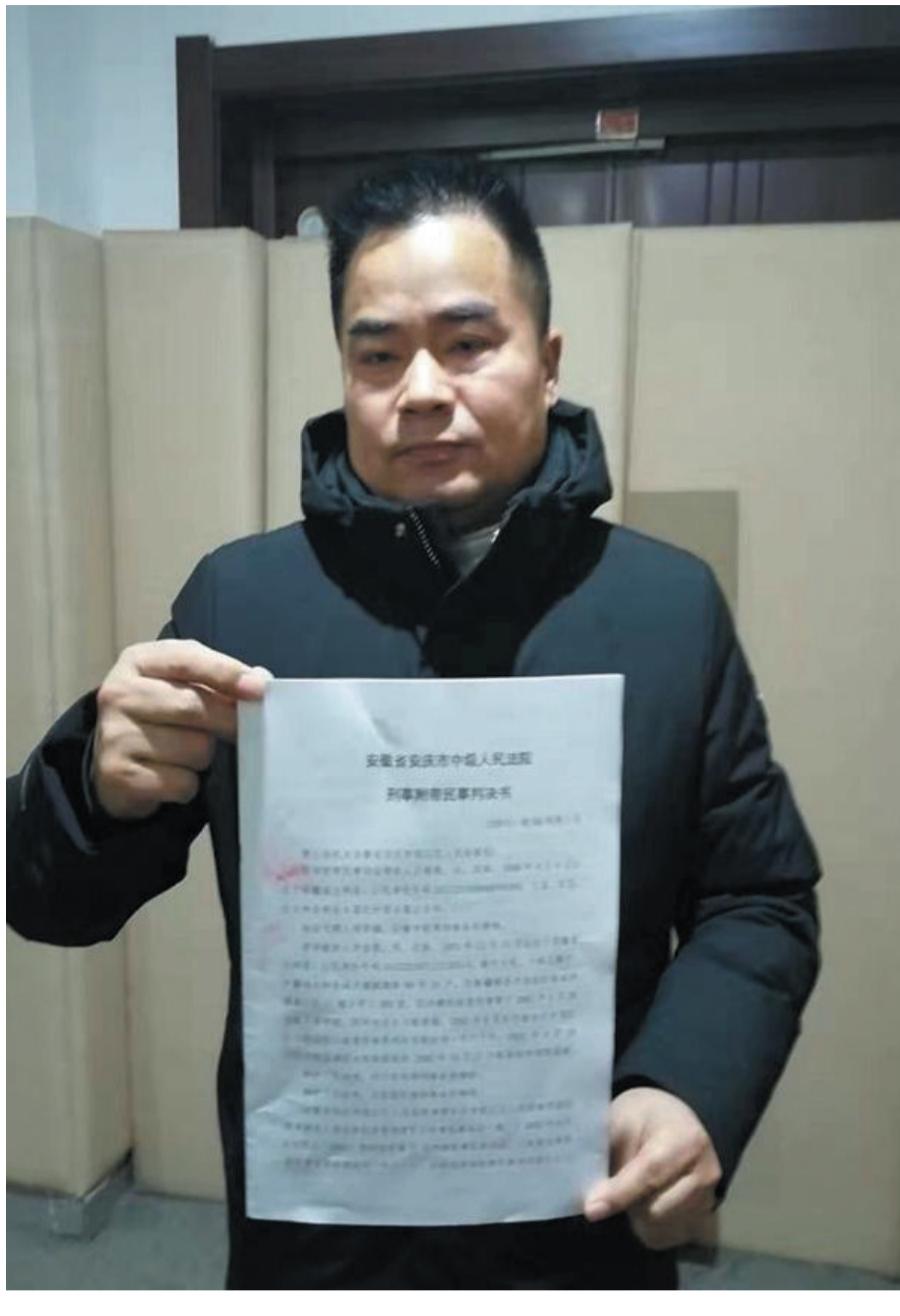
Dental Orthodontics Certification

Dental Prosthetics Certification

Dental Radiology Certification

Dental Surgery Certification

Dental Traumatology Certification



安徽18年前 伤人案再审宣判 县反贪局原副局长弟弟改判无罪

力保护伞，指使胞弟李金泉等人，在当年2月27日晚间潜入太和县公安医院，持刀和钢管砍伤了当时正在住院、与李家曾有过节的原胡总乡葛纪村村委委员刘侠义及其妻子。

当年办案警方的定案证据，主要来自被害人刘侠义夫妇的口供。澎湃新闻注意到，在事发当夜的笔录中，刘侠义和王莲英并未明确凶徒中有李家兄弟。

直到2001年3月1日，王莲英才在询问笔录中称：

“参加打我的人就有李金泉。”

李金奎对澎湃新闻称，虽然两家有积怨，但当夜真的没去打人。李家人找到当时跟两家都很熟悉的人大代表陶晓侠，希望她能将情况反映一下。时任阜阳市人大代表陶晓侠了解案情后，依法向上反映

相关问题，不久，她的丈夫也被划为同案犯拘禁。

此后，该案被升格为反黑专案后，涉案人数飙升至16人。

一审判庭前夜，21名证人被公安侦查人员带走问话，其中1人被公安机关以伪证罪刑事拘留。

2002年夏天，来自山东、湖北、河南等地的22位全国人大代表就此案联名上书，并于当年8月得到全国人大常委会批示。

此后，案件被移交至安庆市迎江区法院审理。当年8月8日

，这起轰动一时的反黑大案草草收场

：15名犯罪嫌疑人因“情节轻微，不予起诉”当庭释放；李金泉一人被判

故意伤害罪，获刑一年六个月。

督导组18年后重启调查找到真凶

判决之后，李金泉等人仍不断申诉，但均被驳回。

18年后，转机忽然出现。2019年4月，中央扫黑除恶第14督导组入驻安徽，依据李金奎等人提供的线索，督导组决定重启对此案的调查。

重启调查一个月后，疑似真凶浮出。

据犯罪嫌疑人肖某云供述，砍杀案系其出资指使他人雇凶所为，并在

当时治安大队一民警“帮助”下成功

嫁祸李金奎等人。

此前报道，现年59岁的肖某云系

胡总乡人，早年在太和县医药站工作

，后成立阜阳民生药业公司，“生意

做得挺大”，和李、刘两家都认识。

而在此前的2015年，肖家小弟找到李金奎，称因家庭矛盾与哥哥决裂，可

提供证据指认哥哥是砍杀案的幕后主

谋。

案卷材料显示，据肖某云供述，

他出资1万元，指使手下员工徐某来

雇人深夜潜入医院砍杀刘侠义夫妇，

正是利用刘、李两家产生矛盾之时下

手，借此避免嫌疑，同时将刘侠义两

口子教训一顿。后续警方调查时，肖

某云则谎称自己当时在上海办公，从

未回过阜阳。对于接受肖某云雇凶伤

人，同案的其余几名犯罪嫌疑人也在

接受讯问时供认不讳。

值得注意的是，在肖某云的供述

中，他称在决定暗夜砍人之前，曾经

向当时负责办理李刘两家矛盾事件的

治安大队民警肖某银打听案件进展和

刘侠义病房方位，并且在“成事”后

告知了肖某银当夜的行动。

一段知情人士和肖某银2015年7

月14日的对话录音显示，肖某银承认

其知道医院砍人的事系肖某云所为，

再审被宣判无罪。

“我就是知道不错，就是再过500年我也是这样说，事后和我说了。”肖某银还称，大不了就负个窝囊包庇的责任。

为防止事情败露，肖某云曾嘱托时任太和县县长肖军向时任太和县公安局副局长梁某卿“打招呼”，在查办中为他撇清关系，并在此后多次向梁输送利益。

肖某云落网后，有知情人士向澎湃新闻透露，在第14督导组入驻期间，梁某卿曾被短暂采取强制措施。

据新华社消息，肖军涉嫌为涉黑组织充当“保护伞”腐败等严重违法违纪行为已于5月13日接受纪律审查和监察调查。被查时，他已从阜阳市政协原副主席的位置上退休四年。该报道称，肖军的保护伞问题正是发生在其担任太和县县长、县委书记期间。

再审被宣判无罪

今年12月12日上午九点，尘封18年之久的医院伤人案在安庆中院再审开庭。澎湃新闻在庭审现场注意到，安庆市检察院出庭检察官认为，本案一、二审定罪量刑的证据不确实，定罪确有错误，建议撤销此前判决，宣告李金泉无罪。

12月12日下午，安徽省安庆市中级人民法院对一起18年前的故意伤人案作出再审宣判，安庆中院以“事实不清，证据不足”为由，改判李金泉无罪。

无罪判决书显示，安庆中院经审理查明，认定有新的证据证明伤人案可能系其他人所为，且李金泉等人有不在场证明。李金奎对澎湃新闻表示，鉴于疑似真凶已经落网，对目前的改判理由并不认可，他们将继续上诉。

毛伊島哈納馬里奧徒步旅行看野山羊



【美南新聞泉深】在夏威夷毛伊島首選看鯨魚，但是看野山羊也是錦上添花。

位於毛伊島基黑(Kihei)附近有一條通往哈納馬里奧(Hanamanio)西南角燈塔的霍皮里步行小徑(Hoapili Trail)，這裡有一條4英里長的熔岩石路和旁邊的熔岩海灘。這裡行走人量稀少，路面由大小不同的熔岩石頭鋪滿，極不平坦，儘管沒有爬山涉水，但步行也要謹慎小心，隨時有摔倒受傷的危險，要花很長時間行走，我們小心翼翼，來回4英里的路程花了3個多小時。

大自然無奇不有，竟然在火山的熔岩石里長出了一片森林。這些森林樹木枝繁葉茂，樹枝縱橫交錯、粗壯結實，千奇百怪。有的樹已經死了，有的樹又開始重生。

這個森林是野山羊林區，野山羊在這裡生長繁殖。走進森林

，我們看到大小不等的野山羊，三五成群，公山羊長著大角和長鬍鬚。看到了一些山羊媽媽和山羊寶寶，有的寶寶還處於嬰兒期正在吃奶，並呀呀地叫著“媽…媽…”，聽到小山羊叫聲有些憐憫。小山羊好可憐，森林裡缺少母愛，有些心疼。山羊體型不大，最大的長度不超過一米，體重大約在40公斤左右。這裡沒有其它野生動物威脅，因而野山羊反應有些遲鈍。野山羊在這裡生活艱苦，靠野生植物為生。好在這裡天天下雨，因而從不缺水份補充。看到野山羊在這裡勇敢頑強地生活，又是當地政的重點保護動物，我們給予尊敬。

這裡的熔岩海灘也非常美麗，海浪翻滾，波浪起伏。海灣里有很多大沙魚，在這裡游泳非常危險，因此沒有開發成游泳區，但沒有禁止游泳的標誌，因而並不能阻止某些勇敢者的下海慾望

，經常有人冒險下海。岸邊立有三個墓碑，他們勇敢地下海餵了沙魚，屍體永遠也找不到，家屬將他們的墓碑放在那裡，寫上他們的名字和死亡時間，警示後人，在這裡下海游泳有生命危險。

到了毛伊島，必須下海游泳，這裡的海灘很美。就在同一天下午，我們計劃去毛伊島的大海灘(Big Beach)游泳，這是毛伊島最大最美的金色沙灘，沙粒細軟細軟的，海水蔚藍蔚藍的，每年吸引無數的遊客。我們正準備下海，突然聽到救生員通過高音喇叭發出警告，“監視系統發現，一群大沙魚正向這裡游來，半個小時會到達泳場，游泳者必須緊急上岸，禁止下海”。工作人員在海灘上放置了警示標誌：“看到了沙魚，請離開”。

“不到大海灘游泳，未到毛伊島”，下海的時間要改在下一天了。



12月20日，在距離CBA聯賽常規賽第2階段開啓還有5天的時候，北京首鋼男籃進行公開訓練課，林書豪隨隊亮相。25日晚，他們將對陣遼寧男籃，而林書豪的CBA聯賽2年級生涯，也將在那時正式拉開帷幕。

北京近期室外溫度並不算冷，球場內更是這一派熱火朝天的景象。穿着厚外套的媒體記者們圍成一團，無論是面對北京隊主教練雅尼斯、球員李慕豪和范子銘，“林書豪”始終是探討的高頻詞。毫無疑問，時隔一年重返CBA，林書豪依舊是這支球隊的焦點。林書豪在採訪環節壓軸出場，他用略帶口音的中文回答着問題，一切都輕車熟路，沒有什麼陌生感，對於這片賽場，他再熟悉不過。上一次林書豪代表北京隊亮相CBA賽場的時候，李慕豪和范子銘這對雙塔組合還沒有加入球隊。從時間上來看，林書豪闖開CBA賽場不過一年半的時間，說起來不算長，但這段日子可以用“奇幻”兩個字來形容。

去年8月，林書豪在北京隊季後賽出局後回到美國，有些出人意料的是，他並沒有選擇和北京隊續約，而是想留在美國，再向NBA作衝擊。而後林書豪雖然加盟了NBA發展聯盟球隊，也有過亮眼表現，但始終沒能

獲得一份NBA的合同。今年6月，他宣布重回北京隊。

然而從7月底開始，林書豪似乎就進入了“倒霉模式”，用他自己的話來總結，就是“得了新冠，暈了兩次，腦震盪一次，闌尾炎，11周的隔離，和很多很多壓力。”在訓練課後的採訪中，雅尼斯也用“奇幻”來形容林書豪回歸的這段旅程。

對2年級生涯感樂觀

或許從旁觀者的角度來看，林書豪的嘗試並沒有收穫到好結果，卻給自己添了這些煩惱。但他在當初決定不與北京隊續約的時候就說過，自己還有NBA的夢想，只要還可以打球就必須要去追。看過林書豪比賽的人都知道，不管在CBA賽場、發展聯盟賽場、NBA賽場，他在場上的每分鐘都會全力以赴。在努力CBA的賽季，林書豪是對手的重點防守對象，高強度的對抗下，他甚至幾次血灑賽場。

這個賽季的北京隊，在常規賽第1階段的表現並不算太好，只以8勝5負的成績排在第9位，而連續兩個賽季季後賽遭到老對手廣東隊的淘汰，北京隊的陣容強度需要提升。而這也是林書豪被寄予厚望的原因。對於自己的二年級生涯，林書豪看起來比較樂觀。“我會比較知道在CBA會遇到什麼，有第一年的經驗會幫助我，大部分第一年遇到的東西（在第二年）都會遇到。”

實際上，林書豪在常規賽第1階段已經和球隊會合，但其身體狀態一直未到最佳。在公開訓練課上，北京隊僅展示了一些基本訓練內容，林書豪的狀態究竟如何，還未可知。不過他說，自己十分期待和遼寧隊的比賽。雅尼斯對林書豪的評價很高，他說林書豪在攻防兩端都控制着球隊的節奏。看起來，在第2階段的比賽中，他對林書豪寄予厚望。林書豪的CBA二年級生涯，是關於他故事的嶄新一章，誰也不知道劇情會走向何方，這或許就是他的魅力之一。 ●中新網



香港文匯報訊（記者 楊浩然）據內地傳媒報道，NBA勁旅洛杉磯湖人近日詢問了有關中國男籃主力周琦的情況，似有意邀請該名內線球員加盟。

報道指，由於主力安東尼戴維斯受傷要休戰4星期，並有球員因新冠疫情觸發健康安全協議，需要隔離至少10日並無法操練，故缺人的湖人近日詢問了有關周琦的情況。

現年25歲的周琦一度征戰NBA，這位身高2.16米的內線球員，於2016年NBA選秀大會中被火箭以次輪第43順位選中，並曾在2017年數次替火箭在常規賽上陣，但大部分時間均是待在發展聯盟（預備組）作賽，最終於2018年離開火箭。

周琦離開NBA後選擇回到國內比賽，直至今年9月，周琦宣布加盟澳洲球隊東南墨爾本鳳凰，並一直有出色的表現，而由於湖人看來只是想解決球隊短期內兵源短缺的問題，故周琦就算真的收到邀請，相信也不會貿然離開鳳凰隊。

●據報湖人對周琦感興趣。 新華社

港隊亞錦青少年賽屢獲殊榮 劉慕裳奪女子個人形銅牌

香港文匯報訊（記者 黎永鑑）於哈薩克上演的2021亞洲空手道錦標賽，東京奧運為香港歷史性贏得女子個人形銅牌的劉慕裳（Grace），於銅牌戰力克一眾對手，再次為港爭光。加上曾綺婷在女子50公斤



以下自由組手亦摘銅，港隊連獲兩面銅牌。劉慕裳目前在分組賽獲得24.4分（技術能力17.08分、運動能力7.32分），屈居日本勁敵小野光之後，以次名出線。到了第二圈賽事，劉慕裳獲得24.92分，惟仍然屈居在小野光之後，結果進入21日的銅牌戰，Grace順利獲得一面銅牌。

Grace在2015及2019年的亞錦賽都曾打入金牌戰，不過最終都是不敵日本名將清水希容只得銀牌，始終與金牌無緣。她在銅牌戰前在社交平台慨嘆，命運始終要跟日本對手正面交鋒：“條籤draw完再draw（抽完再抽），都係無同日本分開到。今日的表現對得住自己，對得住教練，對得住所有人，其餘的，老天自有安排。”Grace的胞兄劉知名今屆亦有參戰，但在男子個人形組賽止步，總成績排第9。

另一邊廂，香港代表隊在青年級別賽事亦獲殊榮。名將之後鄧宇軒創出歷史，在U21男子個人形勇奪金牌。空手道項目94年首次獲亞運會接納為比賽項目，當年鄧宇軒的父親鄧頌基正是其中一位香港代表，退役後轉任教練、並開設了空手道館的鄧頌基在社交平台發表感言：“要在頒獎台上聽國歌！”宇軒今日為爸爸實現了多年夢想，感謝多年一直支持宇軒及我們一家的朋友及同道。”

U21男子60公斤以下組手項目，鄭栩彬則贏得銀牌；羅心汶在女子個人形也獲銅牌；青年組賽事，郭灝謙獲男子個人形銅牌，蔣先怡獲女子個人形銅牌；曾柏賢及李藝怡在少年組個人形的男、女子組，也成功躋身三甲之末。總結亞錦標賽，港隊共創下1金1銀5銅佳績。

港隊短池世錦賽刷新多項港績

香港文匯報訊（記者 黎永鑑）在阿聯酋舉行的游泳短池世錦賽最後一日賽事，港隊男將在4×100米混合泳接力及200米背泳發威，今屆世錦賽已先後改寫了6個香港紀錄。

今屆短池世錦賽戰至第6日，已先後刷新4×100自由泳、4×50混合泳接力香港紀錄的男子接力隊，派出劉紹宇、吳宇軒、何天朗與卓銘浩出戰4×100混合泳接力初賽，4人合力游出3分36.93秒，比

2009年亞室運舊紀錄3分37.91秒快接近1秒，再次刷新港績，游第一棒的劉紹宇，在100米背泳亦以53.61秒時間，寫下個人最佳成績。不過港隊最後總排名第14位，未能殺入決賽。

伍棹然同日出戰男子200米背泳初賽，亦以1分56.93秒刷新了香港紀錄，將劉紹宇的舊紀錄推前0.59秒。

儘管伍棹然最終排第28名無緣晉級，但對他來

說已寫下不俗成績，亦帶領港隊在今屆世錦賽改寫了6個香港紀錄。

至於由歐鎧淳、施幸余、鄧采淋及鄭渝組成的女子4×200自由泳接力，日前已打破了香港紀錄，最終在決賽得第8名。歐鎧淳及施幸余21日改與陳健樂及譚凱琳出戰4×50米自由泳初賽，結果4人合力以1分40秒64完成，以第8名殺入晚上的決賽，最終以1分39秒35時間得第8名。

瑞士足球超級聯賽球隊草蜢20日宣布，中國國腳、北京國安左後衛李磊將於明年1月正式加盟該球隊，並在2021-2022賽季冬季轉會窗完成註冊。

“我小時候就有出國踢球的夢想。在這個年齡能得到這個機會，更是得來不易。而且我也想到另一個環境嘗試一下，看一下自己的能力在歐洲究竟是什麼水準。”李磊在採訪中表示。

現年29歲的李磊出生於山東青島，在當地接受青訓培養。自2010年完成中超首秀以來，李磊曾先後效力於南昌八一（上海申鑫）、河南建業、北京國安等球隊。2018年，李磊跟隨北京國安奪得足協盃冠軍。2019年3月，李磊首次代表中國國家隊出戰，迄今共代表國家隊出場5次，有2次助攻。

“很高興看到李磊加盟草蜢！他是名中國國腳，能給球隊帶來許多經驗。希望他能很好地適應瑞士足球和文化，並在下半賽季給球隊帶來幫助。”草蜢技術總監奧洛芬加納說。草蜢隊同時表示：“祝願李磊幫助北京國安在2021賽季中超剩餘比賽中收穫好成績，期待明年1月在瑞士蘇黎世相見！”

●新華社



●李磊(左)獲得留洋機會。 新華社

美南報業電視傳媒集團
SOUTHERN NEWS GROUP

SOUTHERN CHINESE DAILY NEWS

報業 黃頁 電視
印刷設計 國際貿易中心



WWW.SCDAILY.COM 281-498-4310
11122 BELLAIRE BLVD., HOUSTON, TX 77072

美南日報



为就业“镀金” 海外留学功效还剩几成？

“父母一致认为会计是份好职业，学成归来不愁没工作，但毕业回国至今一年多，我还是没有找到合适的工作。”年关将近，回顾这一年，24岁的曾可馨心情有些复杂，她从没想过，自己从英国留学回国后会陷入“毕业即失业”的窘境。在网络世界，曾可馨是豆瓣“海归废物回收互助协会”小组成员之一。这里有3万多人和她一样，在父母亲朋的殷殷期待中出国，在激烈残酷的就业竞争中发现，“海归”留学生的身份并未比国内高校毕业生更有竞争力。

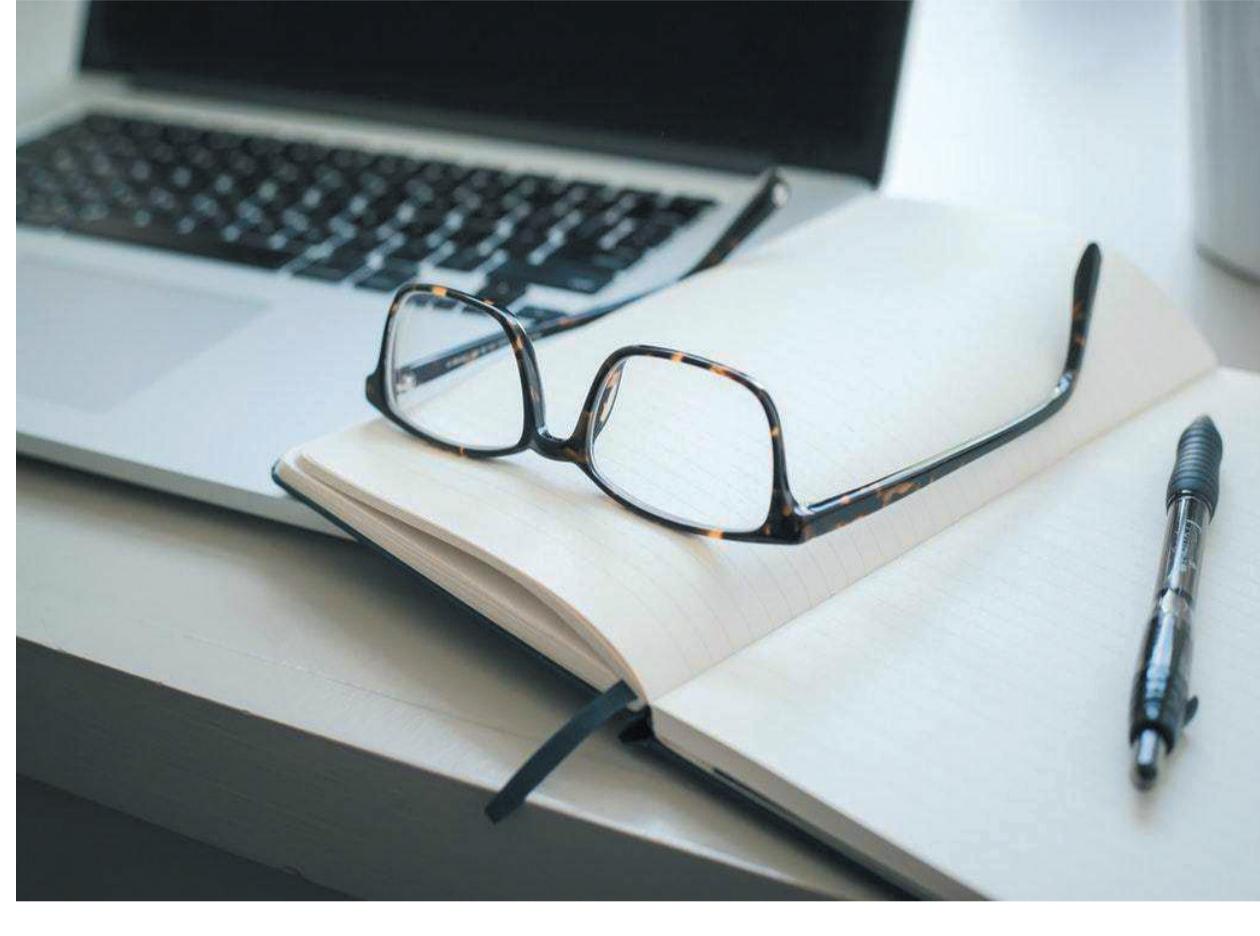
据统计，2021年海外留学生学成归国的人数将首超100万人，而受到全球新冠疫情冲击、国际关系变化等因素影响，归国学子的就业形势出现了诸多变化，甚至出现了“留学无用”的声音。如果以就业、收入等硬性指标来衡量，留学的价值真的没有了吗？

正在褪色的“海归”光环

今年10月，上海某单位发布的2022年度定向选调生和储备人才招录公告显示，其招录的45名青年储备人才要求颇为“严格”：国内高校须毕业于指定的30所“双一流”高校，如有留学经历，则需要是在QS、U.S.NEWS、ARWU、THE世界大学排名最新榜单前200名的国(境)外高校优秀海外留学归国人员。如报名选调生，其本科则需要是国内“双一流”高校，国外硕士研究生学制需2年及以上。

“截至目前，我参加的所有体制内单位招录都承认一年制海外硕士。”在英国留学一年的曾可馨告诉记者，虽然她没有遇到过人才招录过程中海外硕士学位不被认可的情况，但遇到过别的情况，让她感觉到“海归”光环正在褪色。

4年前，同样是留学归国，曾可馨的表姐通过人才引进的政策成功进入长沙某事业单位就职。学历是工作的“敲门砖”，在家人的支持鼓励下，彼时正在读大二的曾可馨便做好了出国留学的心理准备。去年开始，已经留学归来的她便在网上关注各地人才引进的政策，从简历筛选、到笔试面试各个环节努力通关，距离“上岸”她总差了一些。



“所有招聘都需要笔试、面试，我到现在只入围过一次终轮面试，到最后还是被刷了下来。”曾可馨失落地说，她还参加过几个银行校招，简历投进、参加了初轮笔试后便杳无音讯。

“在招聘公告上，我们是不会直接这样写的，但是在实际操作中，我们会有一定的‘标准’。”某国企人事负责人杜先生表示，他们现在在应届生校招方面，对于国外院校，会选择THE世界大学排名前50的学生，“这样做有利于我们更加快速地筛选到高素质的人才，节约招聘成本。”但他同时表示，目前对于国外硕士的选择，他们还没有非要比2年制的学生，1年制的硕士也是可以的。

迷茫 当收入高低成为衡量留学的价值

姚亮的父母都在国企工作，把所有的心血都倾注于儿子的教育中。高中毕业后，他便成功前往美国，修学国际经济专业——一个找工作很难的专业，但那个时候他并不了解。作为全家族上下第一个走出国门读书的孩子，毕业后的会如何选择？2019年，刚回国的姚亮满怀期待地开始规划自己的未来，薪酬却让他感受到了来自现实生活的沉重一击。

“我的专业不是技术岗位，海外留学经历的优势在海量的毕业生前并不算有优势。”姚亮说，随着国内大学生群体竞争力快速增强，国外留学经历在招聘中的优势差距逐渐在缩小。尽管他的毕业学校在国际排名中比国内南开大学靠前，但招聘企业会更青睐一名有过相关实习经历的“211”工程高校毕业生。

姚亮的落差感并非个例，《2020年海归就业力调查报告》显示，12.8%的海归认为自己应该拿到30万元以上年薪，而真正拿到这一数字的仅占5%；有接近四成海归的实际年薪不足10万元，这一比例相较前一年增加了足足一成。

上述《报告》还指出，对于海归来说，英语表达能力、宏观视野和适应能力，是其三大竞争力。然而随着中国经济发展和教育质量的不断提升，国内毕业生与海归的优势差距正在逐渐缩小；另一方面，相比海归，国内毕业生对于工作预期相对较低，更容易融入就业环境，对企业的具体要求接受度也更高。

“国外留学一年我花了大概40万元

，要挣回这笔钱不知道要几年。”在江西某三线城市党报工作的小徐表示，从英国QS前100的传媒专业毕业后，她最终还是在父母的助力下回到了家乡工作。她表示，如果用收入衡量出国留学的价值，这的确不算一笔“划算”的买卖。

突围 留学生仍有就业优势

《2020年中国海归就业创业调查报告》显示，随着海归求职这一领域竞争的愈发激烈，海归群体找到心仪工作的时间周期也变得更长，21%的受访者表示自己用了4至6个月的时间才找到合适的工作，6%的人表示自己用了7至12个月，而花费1年以上找工作的群体占据了约4%，总体要比2019年回国求职群体花费的时间更长。

“海归”真得不吃香了吗？实际上，一些专业性较强的行业公司，对候选人要求较高，甚至海外留学、海外工作经历是必须项。

“一开始我满心只想去大厂，在求职网站上投了简历后却只显示已查看。之后我开始不管公司大小，觉得合适就投，逐渐到连工资不足两千块的实习生都会去投。”如今在一家公司从事活动策划的李亚(化名)介绍，和许多留学生一样，她的求职历程也经历了一番“历练”。如今尽管不在她理想中的大公司，但因为“国际化”的思维，她的策划总能展现不同的亮点，1年不到，她便升职成为公司策划部门的小组长。

今年10月举行的第22届中国国际教育年会全体大会上，中国教育部部长怀进鹏在开幕词中表示，继续推进高水平教育对外开放，继续引进优质教育资源，继续支持出国留学，提升来华留学质量。

“社会逐渐认识到海归学历也有高低之分，并非所有海归都是人才。但目前来说海归的平均月薪还是远高于国内应届生水平。”启德留学机构叶嘉豪建议，除了毕业院校排名，专业吻合度、毕业成绩、本科硕士阶段的相关实习实践经历等都是海外留学生在就业市场提升竞争力的途径。

海归博士回国进211高校当老师 自曝月薪，没有想象中那么高

大学生的涨幅速度真的很快，预计2022届大学生的毕业规模将达到1076万，2021届大学生的909万就已经让大家感到很意外了。

没想到2022届大学生创下一个更高的记录，看到这100多万的涨幅，大家最直接的感受就是大学生的压力是越来越大了，大学生的工作变得越来越不好找了。

现在大学生的情况是，不光大学生的人数众多，海外留学归国的大学生也变得比之前更多了，为了可以提高学历的含金量。

选择出国读研和读博的大学生也是不在少数的，还掀起了出国热，出国读书，而选择回国就业的大学生被称为海归。

那有了国外留学经历和洋学历的加持，海归回国后是不是会更容易获得高薪的岗位呢？海归的薪资也不是如想象中那么高的。

海归博士回国进211高校当老师，自曝月薪情况，网友直呼确定没说谎？

在就业压力这么大的情况下，稳定的又体面的工作业变成海归的首选，要说体面的工作教师肯定在列的。

在我国的院校中要说起考取难度偏大的院校，那肯定就是985高校了，而仅次于985的就是211高校。

能进入211高校去当个老师对于大学生来说，也是一个不错的选择了，有一位海归博士回国就选择进211高校当老师去了。

海归博士进211高校当老师，在不少人看来薪资应该是可以过万的，但从海归博士自曝的月薪情况，远远是没有达到这一数字的。

这名海归博士一个月的工资情况是8000元不到，然后自己一个月花下来，基本是什么都不剩，存不下来什么钱的情况。

海归博士还列了一下自己一个月的基本花销，海归博士在大学当老师是租房住的情况，在教师公寓住，然后一个月的花销是2000元。

在工作的时间海归博士的三餐都

是在学校进行解决的，一天的花销是需要50元才可以吃得不错的，那一个月的花销就是需要1500元才能够用。

博士在回国之后，还改变了自己花钱大手大脚的习惯，在个人使用的用品上也不追求那么高端的档次了。

在回国前还出现了大面积囤货的情况，在衣服上也变得基本不买了，就算需要买的话，也会给自己一个大概的范围，不会超过500元。

看到海归博士自曝在211高校当老师的情况，是完全没有想象中那么高的，有不少网友直呼确定没说谎？

可能在不少人看来，一个拥有留学经历的博士回国后想要找一份薪资过万的工作是很容易的，看来海归所面临的就业环境也不是如想象中那么乐观的。

努力提升专业能力

用人单位在对大学生进行招录的

过程中，更看重的还是学生的专

业能力，对于大学生来说，专业能力突出才是最重要的。

如果大学生的专业能力和同类的大学生相比，一点也不突出，那就业竞争力肯定是会降低的，所以大学生在大学要努力提升专业能力才是最关键的。

积极参加竞赛活动

大学生大部分的知识学习都是来自于课本上的，但大学生是不能只停留在表面上进行学习的，大学生是不能不是实践的。

理论和实践相结合才是最正确的方式，大学生在大学还要积极参加竞赛活动，如果大学生在比赛中可以获奖，那就是一个最好的加分。

门槛类证书尽早考到手

大学生在就业期间，对于大学生的专业课成绩，以及所取得的证书情况，都是会看的，就业时能用到的门槛类证书大学生要尽早考到手，这会增加自身的竞争力。

高校老师的收入差别很大的，受多方面因素影响

大家不要以为高校的老师收入会有多高，高校老师的收入差别是很大的，是受多方面因素影响的。

高校老师的收入情况主要还是受职称高低的影响，教学类岗位和非教学类岗位的薪资标准肯定是不同的。

同时教授级别的老师，和普通职称的老师在薪资起步上也是明显不同的，老师的收入还会受地域和自身工作表现等因素的影响。

笔者总结：

博士肯定是高学历的人才，但不要以为有着海外留学的背景，在回国之后就会容易找到高薪的工作。

用人单位对于海归的光环是变得越来越淡了，高校内老师的薪资水平是有不同差别的，有能力发顶刊的教授应该是60万起步的，最差也是海外优青的学者。

如果是在中部省会高校当老师，打卡工资是5500元，公积金是1800元，一年加上绩效是12万左右。

十大日勉

肚量大一點，嘴巴甜一點，

行動快一點，效率高一點，

腦筋活一點，理由少一點，

做事多一點，脾氣小一點，

說話輕一點，微笑露一點。

合作金庫休士頓分行盛大開業

合作金庫商業銀行(合庫銀行)為掌握德州經濟復甦契機,在美成立的第四個營運據點—休士頓分行,於2021年12月21日正式開業。

合庫銀行總行位於台灣台北市,係一家由台灣政府部分持股投資的銀行,該行自1991年起陸續在美設立了三家分行,分別位於西雅圖、洛杉磯和紐約。由於觀察到德州的發展潛力和經濟增長,今年4月起該行開始進行於德州休士頓新分行的申請。得益於整個合庫集團的優異信用評等和正向的前景展望,加上現有三家美國分行在營運與法遵方面表現均優,僅經過八個月的美國在地籌備,合作金庫今時歡喜迎接休士頓分行的隆重開業。透過該分行之設立,合庫銀行有幸進入德州市場,將為美國中南部在地客群及台灣提供優質的金融服務。

休士頓分行是合庫銀行在台灣

境外設立的第25家海外據點。由於境外收入一直是台灣金融機構重要的獲利引擎,而合庫銀行近年來也不斷拓展海外市場,不僅在美國、歐洲、亞洲和澳洲擴充營運據點,更積極培訓國際金融人才,為合庫銀行注入更具前瞻性且創新的願景。

新成立的休士頓分行介於美國東西兩岸之間,位居優越之樞紐位置,有助於完善合庫銀行美國版圖之完整性與服務之連續性,更可增強該行拓展墨西哥灣區客群之便利性,未來將提供客戶零時差不中斷的金融服務,達成永續營運目標。

合作金庫商業銀行美國休士頓分行行址:

1200 Smith St, Suite 850, Houston, TX 77002, 服務電話: +1-713-258-2588。



「中美酒樓」美食佳餚陪你歡度感恩節 精美地道菜色讓您重拾「生」之樂趣



(本報記者秦鴻鈞)新冠疫情讓全世界的人度過了一個難忘的2020、2021年!

宅在家的日子,雖然可照常工作,開會,上課(網上進行),但失去了人與人之間的密切交流,總覺得日子缺少了「生」之樂趣,過得單調

乏味。而宅在家久了,卻也發覺了過去忙亂生活中忽略的美好~如「美食」的樂趣!

美食,除了自己親自下廚外,更愉快的是「外賣」的樂趣!同樣是花錢採購,為什麼不品嚐一些更專業的師傅的手藝?而在休士頓開業二十

年的「中美酒樓」雖然位於休市西南一隅,而不少的休市大老闆們,下班時寧可忍受塞車之不便,也要趕到「中美酒樓」買幾道李老闆的拿手菜,再趕回Sugar Landt的家,全家老小「大塊朵頤」一番,這是疫情期間最大的樂趣,「中美酒樓」憑其地道的粵菜絕活,讓這些宅在家悶壞了的人又重拾「生」之樂趣!

「中美酒樓」由李老闆親自主廚,所以他的成品,絕對是「真槍實彈」,絕不馬虎,著名的招牌菜如:北京鴨、鹹魚煎肉、南瓜芋頭炆臘味、芹菜什菇炒臘味、玉子豆腐、滑蛋蝦仁、菜膽靈芝菇、豉椒或白灼桂花腸、節瓜粉絲蝦米煲,以及特別推薦的菜色如:干逼軟殼蟹、金針雲耳蒸雞、釀三寶、西汁蝦球、羊腩煲等等,該餐館還全天供應新推出的超值特價菜,每道\$5.5元,歡迎品嚐,是闔家歡度感恩節的首選。

「中美酒樓」位於Bissonnet與Leawood (Boone Rd. 往西一條街) 交口,地址: 11317 Bissonnet, Houston, TX 77099, 電話: (281) 498-1280



恆豐銀行 American First National Bank

Available on the
App Store
Get it on
Google play



www.afnb.com

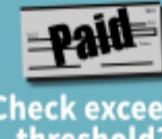
SecureAlerts



Purchase made?



Money withdrawn?



Check exceeds threshold?

快速
便捷
安全

隨時隨地
掌握您的帳戶



Houston Area:

Main Office Spring Branch Katy Branch Harwin Branch First Colony Branch Sugar Land Branch
713-596-2888 713-273-1838 281-762-6688 713-273-1888 713-596-2588 281-762-6699

Dallas Area:

Richardson Branch Harry-Hines Branch Legacy Branch Carrollton Branch Arlington Branch Garland Branch Plano Branch
972-348-3488 972-348-3433 972-348-3466 972-428-5088 817-261-5585 972-272-3375 469-429-2422

Nevada Area:

Las Vegas Branch Pahrump Branch Amargosa Branch Henderson Branch
702-777-9988 775-751-1773 775-372-1100 702-216-5500

California Area:

City of Industry Branch Alhambra Branch Arcadia Branch
626-667-3988 626-863-1980 626-321-4455



野花牌綠蜂膠™

BOXING
DAY
SALE

巴西唯一獲得
國際HACCP食品
安全認證的綠蜂膠

特價蜂暴

官網限時搶購享全網最低價

活動詳情請致電: 1-866-690-4888

