



# 可利得建材公司

## 家居建材總匯

高品質 價錢平!

www.qualitygranitecabinets.com

數萬呎廠房陳列 存貨充足 服務廣大客戶

### 專業安裝 免費上門設計估價



各種不銹鋼盆 陶瓷盆



實木廚櫃



花崗岩 石英石 大理石 玉石



實木地板

有大量不同款式的現貨：

- 石英石 · 花崗岩石 · 大理石 · 實木櫥櫃 · 浴室櫃 · 實木硬地板 · 防水地板 · 複合地板 · 玻璃馬賽克 · 各種地磚 · 不銹鋼盆 · 石盆 · 陶瓷盆 · 玻璃盆 · 各種水龍頭

10760 SW Beaverton Hillsdale, Beaverton OR 97005

電話：503-372-9511/ 503-550-7618

# 魚樂軒



# EXCELLENT CUISINE

Open Hour 7 Days a Week 9:30 am - 9:00pm

Scan Code for Digital Menu 掃一掃掌上菜單



8733 SE Division St #101, Portland, OR 97266

湘川、粵名菜 游水海鮮 新派點心

## 503-946-8830

### 特價菜式 (只限外賣)

# \$12.99



- 乾炒牛河 · 洋蔥豬扒 · 麻辣豬耳 · 腩仔四季豆 · 醬香茄子 · 星洲炒米粉 · 揚州炒飯 · 芋頭炆鴨煲 · 辣子雞丁 · 鹹魚雞粒炒飯 · 滑蛋蝦仁 · 虎皮尖椒牛肉 · 肉片白菜心 · 肉末茄子 · 紅燒豆腐 · 手撕雞 · 鴨絲雪菜炆米 · 麻婆豆腐 · 支竹鴨掌翅煲

# OUR WEEKLY DEALS ONLY TIGARD STORE.

# H MART SALE 2024

Apr 19 - Apr 25

<p>家庭裝 牛仔骨 <b>9.98</b> lb</p> <p>家庭裝 新鮮牛尾 <b>9.98</b> lb</p> <p>韓燒 牛肉片 <b>7.98</b> lb</p> <p>帶皮 五花肉 <b>5.98</b> lb</p> <p>五花肉塊 <b>5.98</b> lb</p>	<p>家庭裝 新鮮牛尾 <b>9.98</b> lb</p> <p>火鍋 五花肉 <b>9.98</b> lb</p> <p>切片 豬臀肉 <b>3.98</b> lb</p> <p>煲湯 牛排骨 <b>3.98</b> lb</p> <p>鮑魚 <b>4.98</b> pk</p> <p>鱸魚 <b>5.48</b> lb</p>	<p>香米 <b>38.98</b> bag</p> <p>龍口粉絲 <b>2.28</b> ea</p> <p>米粉 <b>2.98</b> ea</p> <p>米紙 <b>1.78</b> ea</p> <p>米粉 <b>1.28</b> ea</p> <p>湯圓 <b>2.48</b> ea</p> <p>越南粉 湯料 <b>1.28</b> ea</p> <p>椎茸 <b>3.48</b> ea</p> <p>叉燒 醃料 <b>1.28</b> ea</p> <p>豬皮 小吃 <b>2.28</b> ea</p> <p>油條 <b>3.28</b> ea</p> <p>蠔油 <b>3.28</b> ea</p> <p>素食 蠔油 <b>1.78</b> ea</p> <p>魚露 <b>7.48</b> ea</p> <p>芝麻球 <b>2.98</b> ea</p> <p>煉奶 <b>3.48</b> ea</p> <p>魷魚 鮮 <b>2.98</b> ea</p>	<p>橘子 <b>3.98</b> bag</p> <p>柑橘 <b>2.28</b> lb</p> <p>柿餅 <b>6.48</b> box</p> <p>香橙 <b>0.78</b> lb</p> <p>蘋果 <b>7.98</b> pk</p> <p>番茄 <b>1.68</b> lb</p> <p>南瓜 <b>0.98</b> lb</p> <p>黃瓜 <b>0.98</b> lb</p> <p>茄子 <b>1.18</b> lb</p> <p>椰菜 <b>0.68</b> lb</p> <p>紅/綠葉 生菜 <b>1.28</b> ea</p> <p>迷你 蠔菇 <b>2.48</b> pk</p>
---	---	--	---

Open 365 days

PORTLAND INTERNATIONAL SUPERMARKET

TIGARD STORE

13600 SW Pacific Hwy, Tigard OR SUN-THU: 9AM - 9:30PM FRI-SAT: 9AM-10PM

Integrated Point Service WA+OR

所有由本報設計的廣告版權全屬波特蘭新聞擁有，不能作任何形式轉載或刊登。

# 美國航司要求拜登 停止批准中美新航班

(綜合報道)4月11日星期四，美航空業遊說組織美國航空運輸協會(Airlines for America)和航空工會聯名致函拜登政府，要求其暫停新增中國航司申請的兩國往返航班。

信中寫道：「如果任由中國航空市場的成長繼續不受限制並且不考慮市場准入的平等性航班將繼續被讓給中國的航空公司，美國工人和企業將為此付出代價」。這份請求書寫道，中國的航空公司繼續使用俄羅斯領空飛行，而自2022年初俄羅斯入侵烏克蘭以來，美國的航空公司一直被禁止使用俄羅斯領空，不能飛越俄羅斯增加了美國航班的成本和時間。

眾議院中國問題特別委員會的領導人也在另一封信中敦促官員們，謹慎批准兩國間的新航班。信中稱，任何增加都必須確保禁止中國的航空公司使用俄羅斯領空。

美國和中國一直在緩慢恢復兩國間的航班數量，2

月26日，美國交通部宣佈，從3月31日開始，將允許中國航司執飛的中美往返航班數量從每週35個班次增加到每週50個班次，恢復至疫情前約1/3的水準。命令中要求國航、首都航、東航、南航、海航、川航、廈航提交航班申請。但目前，仍遠低於疫情前每週340班的平均值。



# 特斯拉計劃 全球裁員超10%

(本報綜述)根據馬斯克發送給員工的備忘錄，特斯拉公司計劃裁員超過全球員工的10%。消息一出，4月15日週一特斯拉股價下跌超過5%。

馬斯克在備忘錄中表示，隨著公司準備迎接下一個成長階段，審視公司各個方面以降低成本和提高生產效率至關重要。作為這項努力的一部分，公司已經對組織進行了全面審查，並做出了裁員超過10%的艱難決定。

截至2023年12月，特斯拉全球員工總數為140,473人。如果以10%計算，那麼至少要裁掉1萬4千多名員工。

特斯拉股票近幾個月來表現疲軟，全年下跌了31%。特斯拉最近報告稱，自2020年以來首次年度車輛交付量下降，第一季交付量年減8.5%。儘管向客戶提供了折扣和激勵措施，產量年減1.7%，環比下降12.5%。

特斯拉警告投資者，今年車輛銷售成長可能明顯低於2023年。該公司的營運利潤率在去年第四季為8.2%，較一年前的16%大幅下降。

2023年底，中國比亞迪暫時取代特斯拉成為全球最大的電動車製造商。此外，中國智慧型手機公司小米計劃推出的首款電動車售價將遠低於特斯拉的Model 3。

儘管全球電動車銷售仍在成長，但特斯拉的銷售成長速度放緩，面臨比以往更激烈的競爭。馬斯克先前承認，中國可能是特斯拉面臨的最強大競爭對手之一，他表示，有些人認為未來前十大汽車公司可能會是特斯拉，加上九家中國汽車公司。

# 全美零售業一年關閉門市 近5,000家 電商衝擊成主因



(綜合報道)根據最新的報告和諮詢數據，2023年是美國零售業關店潮的一年，共有近5500家門市關閉，涉及到眾多知名零售品牌，包括Bed Bath & Beyond、沃爾瑪、Walgreens和Rite Aid等。

根據Coresight Research顧問公司的估計，去年，美國零售商共關閉了5,463家門市，較前一年成長了30%。這一關店潮波及服飾店、折扣店和藥局等各零售領域，主要原因是消費者日益傾向線上購物。

家居和辦公用品零售業受到的衝擊尤為嚴重，佔據所有商店總數的30%以上，是2022年的兩倍多。其中，Bed Bath & Beyond公司宣佈關閉了866家門市，是所有零售商中關閉數量最多的。該公司在2023年4月申

請破產，並在幾個月內清算了所有門市。

沃爾瑪緊隨其後，關閉了約505家門市，使其門市總數降至8,880家。去年6月份，這家零售巨頭因消費者支出減少和新冠疫苗收入下降而報告了業績不佳。沃爾瑪執行長Rosalind Brewer表示，公司將優化美國醫療保健部門的獲利能力，包括關閉門市。

Rite Aid去年關閉了470家門市，而CVS也關閉了279家門市，使其門市總數降至7,501家。其他關閉商店的主要零售商包括7-Eleven、Foot Locker、Signet Jewelers、Christmas Tree Shops、Party City、Office Depot、Big Lots、Bath & Body Works、Sally Beauty、Save A Lot、Petco和Shoe City等。

值得注意的是，儘管2023年的關店數量達到了疫情以來的最高水平，但也有大量新店開幕。去年零售商共開設了5,837家門市，超過了關店總數。

零售業的變革和電商的崛起對傳統零售模式帶來了巨大挑戰。隨著消費者購物習慣的轉變，越來越多的零售商被迫調整策略，加強線上通路，並優化實體店的佈局和營運。這些變化預示著零售業未來的發展將更加依賴數位化和多通路行銷。



# 聯邦政府每年因詐欺 損失高達5000多億

(綜合報道)4月16日，聯邦跨黨派政府稽核處(Government Accountability Office)在一份新報告中指出，美國政府每年因詐欺而損失高達2330億至5210億美元。

跨黨派政府稽核處的調查跨越了兩屆總統任期，包括了疫情期間聯邦政府大規模發放紓困金的時期。根據2018年至2022財政年度的聯邦預算推估，詐欺行為占聯邦支出的比重可能高達7%，並且詐欺行為在疫情紓困金發放期間達到了高峰。

報告強調，雖然無法準確預測未來的損失，但對於華府當前已高達34.5萬億美元的聯邦債務，該機構對政府提出了嚴重警告，呼籲進行重大改革以減少資金損失，改善聯邦財政前景。

然而，白宮行政管理和預算辦公室對該報告的方法表達了嚴重擔憂，認為其缺乏可靠的數據和可能誤導性。

新冠疫情期間，身份盜竊和詐欺活動成為政府的一大挑戰，許多詐騙者竊取個人信息，詐騙政府的援助資金。司法部最近宣佈，已對3500多名被告提出指控，扣押和沒收了逾14億美元，他們涉嫌非法獲得新冠救助金。



# 錯過報稅截止日期後該如何應對？

(綜合報道)美國國稅局(IRS)公佈的數據顯示，近四分之一的美國人會在報稅截止日期前的最後兩週準備報稅，但也有一些人錯過了報稅截止日期。對於錯過4月15日截止日期的納稅人，他們可以採取以下措施：

那些錯過報稅截止日期但希望收到國稅局退稅的納稅人，情況並不那麼嚴峻，只要盡快報稅即可。根據報稅軟體公司的數據顯示，四分之三的納稅人從IRS獲得退款，去年的平均退款金額為2,782美元。該公司指出，即使不要求延期，也不會因未在截止日期前提交報稅表而受到處罰。

納稅人可以在截止日期之後透過IRS.gov或其他稅務項目在線提交納稅申報表，或在11月之前透過郵寄方式提交。11月之後，美國國稅局將不再接受線上提交的報稅表，必須透過郵寄方式提交。

對於那些因未繳稅款而欠國稅局錢的人，情況則稍微複雜一些。在這種情況下，需支付逾期付款罰金，同時支付未繳稅的應計利息。

因此，任何欠稅的納稅人，即使不能立即支付全部稅款，也應盡快提交申報表。提交後，可以訂訂付款計劃，逐步償還欠款。據報道，約有250萬納稅人正在透



過付款計劃償還稅款。任何人在無法一次性支付欠款的情況下，都應該報稅，以避免隨時間推移而增加的額外罰款。納稅人可以透過IRS線上付款協議在線申請付款計劃，或在郵寄申報表時附上分期付款協議申請表9465。

無論今年報稅是否順利，及時報稅或延遲報稅，提前考慮明年的報稅將有助於避免最後一刻的匆忙。在一年中，掌握個人開支情況或定期與會計師會面，有助於確保明年的報稅順利進行。

**RIVERVIEW CEMETERY FUNERAL HOME**

## 紀念墓園

### 福澤延綿之地

位處優越，飽覽Mt Hood四季景緻

我們專業誠懇的團隊，會細心地講解所需服務，設有中西式傳統土葬，全套殯儀服務，並有多種花園，陵墓及骨灰位可供選擇。

8421 SW Macadam Ave., Portland, OR 97219  
Tel: (503) 246-6488

**Dignity MEMORIAL**

## 林肯紀念墓園·殯儀館

Lincoln Memorial Park & Funeral Home  
11801 SE Mt. Scott Blvd. Portland OR 97266

**張思思 Sisi Zhang**

誠心講解 誠懇服務

辦公室: 971-407-3244  
手機: 415-290-9812

- 傳統土葬
- 私家花園、陵墓、室內外骨灰位
- 中西式全套殯儀服務
- 先人骨灰出入境安葬
- 預購福地及各項預先籌辦殯儀服務
- 本公司有多處墓園，可供選擇

特別介紹：專為亞洲人建造之福地 福蔭園 Imperial Garden

**Dignity MEMORIAL**

## 林肯紀念墓園·殯儀館

Lincoln Memorial Park & Funeral Home  
11801 SE Mt. Scott Blvd. Portland OR 97266

**Sunny Sam 岑麗娟**

手機: 503.701.4745

超過二十八年的經驗 真摯為社區服務

- 傳統土葬
- 私家花園、陵墓、室內外骨灰位
- 中西式全套殯儀服務
- 先人骨灰出入境安葬
- 預購福地及各項預先籌辦殯儀服務
- 本公司有多處墓園，可供選擇

Finley-Sunset Hills Mortuary and Cemetery  
6801 SW Sunset Hwy Portland, OR 97225 503-292-6654

Skyline Memorial Gardens & Funeral Home  
4801 NW Skyline Blvd., Portland, OR 97229 503-292-6611

特別介紹：專為亞洲人建造之福地 福蔭園 Imperial Garden

# 李顯龍將卸任新加坡總理 黃循財將接任

(綜合報導)新加坡將迎來新的政治風貌。據新加坡總理公署消息，現年72歲的李顯龍將在5月15日辭去總理一職，51歲的黃循財將在同日晚上宣誓就職，成為新加坡第4任總理。

黃循財先生在社交媒體上發佈了一段影片，呼籲全國人民給予他信任與支持。他表示，將怀着謙卑與責任感接受新職務，並在未來全力以赴。

黃循財畢業於美國密西根大學安娜堡分校經濟學碩士，之後在新加坡展開政治生涯。他曾在公務員階段服務，並在2011年進入政壇。他在政治生涯中曾出任過國家發展部長、教育部長等職務，並擔任李顯龍總理的秘書。他在2021年成為新加坡的財政部長，同時兼任跨部

門抗疫小組聯合主席。

黃循財近年來被視為李顯龍的接班人。他在2022年4月被選為執政人民行動黨(PAP)第四代團隊領袖，並在2023年11月被宣佈將接任黨秘書長職位。

除了政治上的成就，黃循財也是多才多藝的人士，擅長彈結他，並於念書時在街頭表演賣藝。他近年來積極學習中文，以便更好地與華人社群交流。

黃循財的父親來自中國海南島，他在馬來西亞出生長大，後來移居新加坡。他曾透露在家中主要使用英文和馬來文，學習中文並不容易。然而，他在過去兩年中在公開場合展現了流利的中文能力，給人留下了深刻的印象。



# 印度總理莫迪：2047年印度成為發達國家

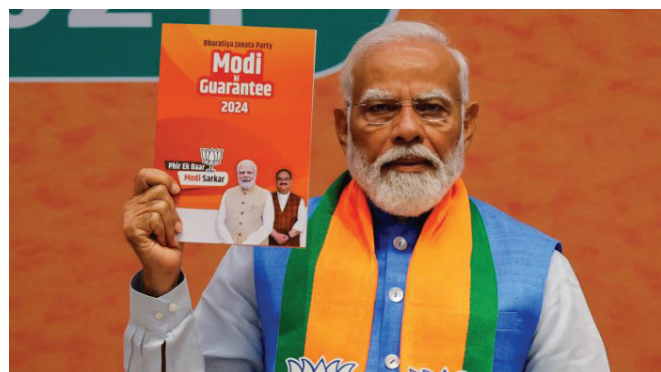
(綜合報導)根據印度媒體報導，當地時間4月14日，印度總理莫迪發表了名為「莫迪的承諾」的競選宣言。莫迪在宣言發佈會上提出，他希望在2047年使印度成為一個「發達國家」，並承諾加大社會支出、發展基礎設施，將印度建設成全球製造中心等。

莫迪表示，印度需要一個穩定而強大的政府，以推動國家在這個動盪的時代向前發展。「今天，不確定的陰雲籠罩着世界，到處都有衝突，在這樣一個危急時刻，保障在海外的印度人的安全是我們的首要任務。在這一時期，建立一個強大、穩定的政府顯得格外重要。」莫迪如此強調。

他指出，宣言的核心是「四大支柱」，即青年、婦女、窮人和農民，旨在通過基礎設施建設創造就業機會，同時促進初創企業和全球高價值服務中心的發展。

此外，印度「發展中社會研究中心」最近對1萬名選民進行調查，發現高失業率和通貨膨脹是印度選民當前最關心的問題。

根據國際貨幣基金組織(IMF)的報告，截至2023年



12月4日，世界經濟總量前四分別是美國(26.95萬億美元)、中國(17.79萬億美元)、德國(4.44萬億美元)、日本(4.23萬億美元)。印度自1947年8月15日獨立以來，經濟增長迅速，目前國內生產總值(GDP)達3.73萬億美元，排名世界第五。IMF預測，印度將在2026年成為世界第四大經濟體。

印度人民選舉定於4月19日開始分階段投票，持續至6月1日，選舉結果預計將於6月4日公佈。

印度於1947年8月15日擺脫英國殖民統治，取得獨立。莫迪誓言，在印度獨立100周年之際，即2047年，印度將成為發達國家。

# 阿聯酋罕見暴雨 沙漠變汪洋！1天下完1年的雨

阿拉伯聯合大公國16日遭遇雷雨。在杜拜，這一天的降雨量相當於當地平均一年半到兩年的雨量，導致杜拜國際機場停機坪被淹，暫停航班降落兩個多小時。

根據美聯社報導，這場雷暴雨當地時間15日深夜開始，16日9時左右雨勢變大，持續一整天，杜拜24小時降雨量超過142毫米。另根據《華盛頓郵報》報導，官方數據顯示，自15日深夜至16日結束，杜拜降雨量至少約160毫米。

氣象學家娜哈勒·貝勒格爾澤在社群媒體X上解釋：「作為參照，杜拜市區大部分地區正常年份的平均降雨量是3.5英寸(約89毫米)。對這一地區而言，這確實是個歷史性事件。」

在全球最繁忙機場之一的杜拜國際機場，停機坪積水，飛機「蹣跚」滑行。通往機場的道路積水，搭飛機的旅客艱難抵達機場。據法新社報導，機場16日19時26分起暫停飛機降落，兩個多小時後宣佈「逐步恢復」接待進港航班。離港航班維持運行，但不少航班取消或延誤。機場當天下午還因暴雨造成混亂而短暫停留約25分鐘。

杜拜空中不時出現閃電，偶爾擊中世界最高建築哈利法塔的頂部。部分購物中心、居民區和地鐵站被淹，一些道路塌陷，許多居民報告雨水從屋頂、門窗滲漏進屋。

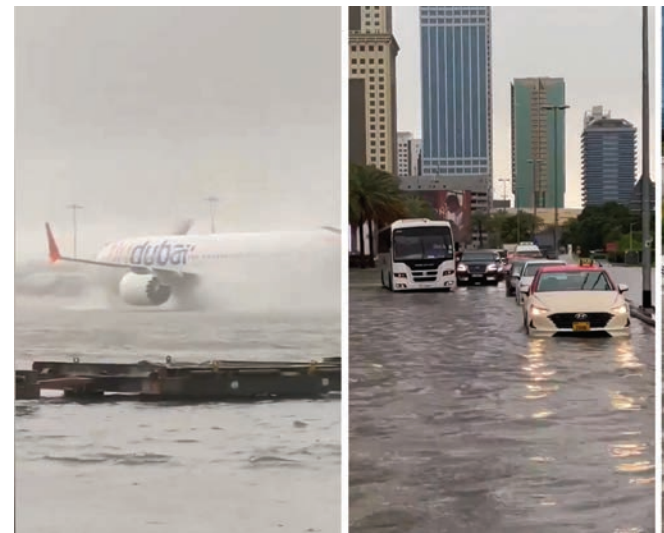
阿聯酋大部分學校在暴雨來臨前已經停課，許多政府部門工作人員在家遠距辦公，這項措施將持續到17日。阿聯酋城市艾因將舉行的一場亞洲足球冠軍聯賽半決賽也因天氣而推遲24小時。

阿聯酋國家氣象中心在社群媒體上呼籲民眾「採取所有預防措施...遠離積水區域」。

位於阿拉伯半島的阿聯酋氣候乾旱，只有在相對涼爽的季节時會有降雨。因降雨較少，一些道路和設施缺乏排水系統。為應付這波暴雨，政府派出儲罐車到街道和公路上抽水。

根據美聯社報導，在阿聯酋最北部的哈伊馬角酋長國，一名70歲男子因所乘車輛被洪水沖走而身亡；東海岸的富查伊拉酋長國16日降雨量最大，達145毫米。

巴林、卡達和沙烏地阿拉伯等海灣國家16日也有降雨。阿曼國家緊急管理委員會16日說，近日的降雨已經導致阿曼全國至少18人死亡，包括9名學生。



# 伊朗對以色列發動空襲

(綜合報導)當地時間4月13日晚，伊朗正式對以色列本土發起大規模轟炸，其中包括150枚導彈、500架無人機和36枚巡航導彈。

伊朗發起的本輪軍事打擊行動，是為了報復以色列。此前，以色列襲擊伊朗駐敘利亞大使館領事部門建築，伊朗伊斯蘭「革命衛隊」的多名高層身亡，使本就脆弱和緊張的中東局勢進一步升級。

就在伊朗發射導彈的消息傳出前不久，以色列總理內塔尼亞胡表示，以色列的「防禦系統」已經部署完畢。

以色列各地響起警報聲，耶路撒冷上空傳來巨大的爆炸聲，防空系統擊落了城市上空的飛行物。以色列國防軍發言人哈加里少將說，一些伊朗導彈擊中了以色列境內目標，對一個軍事基地造成輕微破壞，但沒有人員傷亡。他在另一份簡報中說，伊朗一夜之間向以色列發射了300多枚射彈，其中99%被擊落。他補充說，其中一些來自伊拉克和也門。以色列救護車部門表示，南部阿拉伯地區，一名七歲的貝都因女孩被墜落的碎片擊傷。

以色列國防部長加蘭特(Yoav Gallant)說，「造成的損失很小」，但他警告說，「戰役還沒有結束」，以



色列必須「保持警惕」。

伊朗國家電視台稱，至少有約一半的導彈命中了目標。伊朗常駐聯合國代表團在社交媒體上發文：如果以色列再犯「錯誤」，伊朗的反應將會更加嚴厲。

另一方面，以色列大批戰機正在集結，準備反擊伊朗的襲擊。以色列總理內塔尼亞胡強調：誰傷害了我們，我們就會回敬他們。中東戰爭正在螺旋式升級，美國不會捲入其中是各方關注的焦點。

聯合國秘書長古特雷斯發表聲明說，他「強烈譴責」伊朗「對以色列發動的大規模襲擊所代表的嚴重升級。」他呼籲「立即停止這些敵對行動」，並敦促各方保持最大限度的克制。

# 烏幹達一牧師號召信徒 每人捐款300美元為其購買豪車

(綜合報導)近日，烏幹達牧師薩繆爾·卡坎德(Samual Kakande)發佈視頻，號召其教會成員為他購買夢想座駕，價值3.5億奈拉(約合7萬美元)的雷克薩斯SUV捐款。影片一經發出，立即引發網路熱議。

據悉，卡坎德在一段發佈於教會YouTube頻道的影片中宣佈，他希望每位信徒捐款300美元以幫助實現購買豪車的夢想。卡坎德在影片中說道：「所有愛先知卡坎德的人，請聽好。他想要一輛新車。我們都同意購買這輛

新車。它是一輛雷克薩斯。這只是一輛簡單的車，你們都看到了。」他也預言，凡是捐款幫助他購車的信徒，在2024年也將買到新車。

雖然不知道卡坎德所在的教會有多少信徒，但新款雷克薩斯售價至少為2萬6千美元。這意味著，牧師需要至少866名成員的捐款來購買這款SUV。

對於牧師的行為，有人對此表示質疑，認為牧師的要求過於奢侈。

## 波特蘭地區首家華人高端養老護理院 新開業

可供獨立生活的老人以及需要不同程度照護服務的老人居住

歡迎您和您的家人親臨參觀!

預約電話: 503-421-1257

12972 SW Wilmington Ln., Tigard, OR 97224

不同房型可供選擇，無障礙輪椅通道直達停車場。

提供適合老人胃口的中西餐，豐富的娛樂空間，

內設有小電影廳，卡拉OK歌吧，棋牌室桑拿房，

還可以打台球，乒乓球，健身。

每週一次免費教授太極拳氣功，

也可在露台放鬆身心，欣賞山林景色。

# 北京馬拉松3黑人「保送」中國選手奪冠

(綜合報道)當地時間4月14日,2024年北京國際長跑節-北京半程馬拉松賽事舉行。中國男子馬拉松紀錄保持者何傑以1小時03分44秒的成績奪冠。然而,這場原本競爭激烈的比賽,在終點線前發生的一幕卻引發廣泛質疑,有網友認為三名非洲籍選手有意讓何傑奪冠。

現場影片顯示,包括何傑在內的四位領先選手,都穿著「特步」品牌運動服飾。在最後幾百公尺衝刺時,何傑原本落後。然而,在此緊要關頭,三名非洲選手看上去不僅沒有全力以赴,反而頻頻做出回頭看、擺手等動作,更一度伸出手疑似要攔住隊友,還疑似伸出手為何指引方向,讓其盡快轉換到衝刺跑道,最終何傑率先衝過終點線。

最後何傑率先衝過終點線,但此時已經累得彎下腰來,而3位非洲跑手則並排同行,不快不慢地緊隨他身後衝線,三人均神色輕鬆、滿面笑容地向何傑道賀,幾乎沒有氣喘。

這次比賽的結果是,三名非洲選手則以僅1秒之差,即1小時03分45秒的成績緊隨其後,分列第二至第四名。

事後,肯亞選手向媒體承認,自己讓了何傑奪冠,指「因為他是我朋友」。

何傑是運動品牌「特步」的簽約運動員。面對網友質疑,工作人員表示,目前情況仍在確認與多方調查核實中,後續有進一步的資訊會第一時間進行溝通。

報導稱,「為何此次北京半馬出現質疑聲?只因何傑

與3位外籍運動員均穿著同一品牌的參賽服和跑鞋,還是因為3位外籍運動員在比賽中的動作可疑?也許只有當事人或相關方才能答疑解惑」。

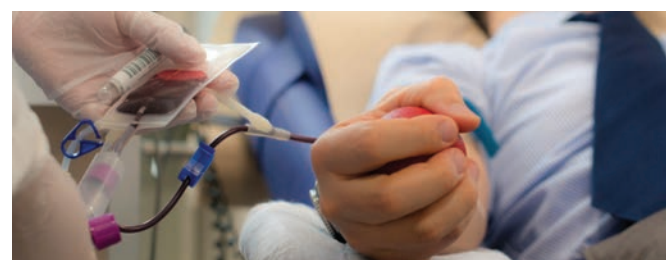


## 山東男獻血13次 妻子手術需用血卻遇阻

(綜合報道)4月12日,山東省日照市的鐵先生在社交媒體上披露,他無償獻血13次,共計4900毫升,卻在其妻子在山東省濟南市做手術備血時遭遇異地被拒的情況。此事引起網民關注,掀起對現行政策是否合理的討論。

鐵先生自稱是山東省日照市莒縣人,是一名多次無償獻血的資深獻血者,曾獲得國家級銅獎。4月10日,其妻子因病在濟南一家醫院接受手術,手術前需要備血,但鐵先生獻的血液是在日照獻的,濟南的醫院要求他再次在當地獻血才能提供給妻子使用。

鐵先生將自己的獻血紀錄出示給醫護人員,但仍被告知無法使用。他向日照血站求助,但聯繫多次都未獲回應,直到手術結束仍未收到任何通知。鐵先生對此表示質疑,認為同屬山東省,卻無法協調共用血液,令人感到困惑。



日照市中心血站證實,山東省衛健委已介入調查此事,並協調將備用血送達濟南醫院,但因手術順利未用上。血站工作人員表示,目前全國血液緊缺,雖然曾遇到異地使用血液的情況,但需要根據血液供應情況進行協調。至於獻血者省內異地優先使用血液的問題,他們會向省衛健委反饋,強調需要全省聯動。

此事引起網友熱議,有人指出醫院在需要獻血時宣傳積極,但在獻血者需要時卻遇到困難。也有人批評醫院和紅十字會的態度,認為獻血者只是被視為移動的血庫,產生了許多例子說明自己獻的血液無法用於自己或親屬。

## 又一地產巨頭「資金困難」傳高層官員出逃

(綜合報道)近日,中國地產巨頭萬科集團在投資者關係活動上承認,公司正面臨階段性經營困難和流動性壓力,但已制定一系列措施應對當前局面。

此前,萬科地產山東煙台分公司就曾遭到合作方舉報,稱存在挪用資金的情況。稅務機關也對煙台萬科進行稽查,萬科不存在拒不交帳的情況,目前稅務機關也沒有認定煙台萬科存在偷逃稅款之主觀故意。此外,濟南萬科總一位高官還被公安機關帶走調查。

另據報道,萬科有多位高層出國不回、集團副總裁及以上級別目前都被邊控的傳聞。萬科表示,實際情況是華中區域前蔡姓高層,孩子在美國出生,現在到了接受教育階段,需要家庭陪伴,其於2023年提出辭職並獲得公司同意。

近年來,尤其是自疫情爆發以來,中國房市持續低迷,除了恆大、碧桂園等出現債務爆雷,被視為「模範生」的萬科也陷入危機。

國際信評機構穆迪於3月將萬科評等降至「垃圾債」外,另一家信評機構標普全球評級也宣佈,因為銷售和融資狀況惡化,把萬科列入負面信用觀察名單。



## 上海百年洋房4300萬美元成交 破市場紀錄



(綜合報道)近日,上海市一處位於靜安區的近百年歷史的老洋房以3.1億元人民幣(約合4300萬美元)的總價成交,刷新了豪華房地產市場的紀錄。

據報導,這套洋房建於1930年,產權面積約為307平

方米(約3000平方英尺),佔地面積約為557平方米,平均單價約為每平方米100.9萬元人民幣(約合每平方英尺14萬美元),成交光仲介佣金就高達900萬元人民幣。

報導稱,先前鉅鹿路老洋房並無交易紀錄,消息稱,這筆交易的中介佣金高達900萬元。業內人士表示,這類老洋房產品供給稀少,且多為超大宗交易,由於其地段、品相、花園、歷史背景、文化底蘊、稀缺性和收藏價值等因素,通常採取一房一價的交易方式,整體而言,可比性和參考性較弱。



## 都會局Metro 期待聽到您的聲音。

都會局正計劃在“浪花”墓園(Lone Fir Cemetery)原華人墓區新建一座紀念園。

誠邀您參加以下會議,提供您的寶貴意見:

- 線上參會: 4月23日, 6:00pm-7:30pm
- 線下參會: 4月27日, 11:00am-1:00pm

欲瞭解如何參會,請訪問:  
[oregonmetro.gov/lonefirgarden](http://oregonmetro.gov/lonefirgarden)



Arts and events  
Garbage and recycling  
Housing  
Land and transportation  
Parks and nature  
Oregon Zoo

### AJ 汽車維修

AJ AUTO COLLISION LLC

代辦保險報賠 及 協助保險支付費

- 專業修理
- 噴漆
- 定期保養
- 玻璃報賠
- 剎車系統

- 引擎維修
- 換機油
- 冷氣
- 換輪胎
- 電路系統檢查

(503) 841.6826

(粵語、國語、英文)

經驗豐富 服務迅速

設備先進 一流技術

價格公道 免費估價

5315 NE 105th Ave, Portland, OR 97220

## 少花钱, 多乘车

使用我们的折扣票价 Hop 卡, 每月只需 28 美元, 随意乘坐任何车辆。

立即在 [trimet.org/save](http://trimet.org/save) 上申请

TRI MET

# 睡前顺手做2件小事，从头补脑！肝肾全养好、湿气咩啦排，会养生的人都悄悄做

懂養生的朋友都知道，睡前是一天中絕佳的養生時刻。可惜，很多人都把它用在了打遊戲、刷影片、看小說等娛樂項目。

如果大家能在睡前順手做以下2件養生事，便可養肝護腎、排出濕氣，讓你從頭養到腳，大家不妨試試！

## 泡脚

中國民間自古就有「春天泡脚，升陽固脫；夏天泡脚，暑濕可祛；秋天泡脚，肺潤腸滯；冬天泡脚，丹田溫灼」的說法。

眼下是春季，「升陽固脫」指的就是提升陽氣。



中醫認為，人體的五臟六腑能正常運作，靠的是陽氣在支撐維持。陽氣具有溫養全身組織、維護臟腑功能的作用，陽氣虛則百病生，陽氣旺盛就可以抵禦外來疾病的侵襲。

春天萬物升發，陽氣上升，是一個推陳出新的節令，人體的陽氣也要升發出來。而泡脚正能夠升發陽氣，為一年的健康打下堅實基礎。

春季泡脚，還有獨特功效：去風散寒除濕。

春季多風，天氣變化無常，時暖時寒，有時還會有「倒春寒」現象。南方地區，更是春雨綿綿。

此時，寒濕易入侵體內，不少人會感冒、春困，有關節疾病的人，關節疼痛容易加重。

中醫常說，“正氣存內，邪不可乾”，體外的寒、濕之邪氣，可透過泡脚至微微發汗而排出體外，可預防感冒，舒筋活血，緩解疼痛症狀。

如果泡脚時加點“料”，祛濕助眠效果更好——

加點花椒：花椒水泡腳可以溫經通絡、去除濕氣。



使用時將50克花椒放入棉布袋中，用繩子繫緊，放入洗腳盆即可。花椒包可以反覆利用，用一個星期左右再換新的就可以了。

加點醋：可調節和鬆弛原本緊張的神經，為身體減壓，有利於睡眠。

加點薑或辣椒：用薑或辣椒煎水洗腳，可以去除寒氣，還能安神去煩，讓人睡得更香甜。



不過，泡脚雖好，也要注意以下幾點：  
水量：水要淹過腳踝，到小腿下三分之一處為最佳。  
水溫：水溫比體溫略高一點，40度左右為宜。  
時間：一般泡15~20分鐘，人微微出汗即可。



## 按揉耳穴

耳朵是我們聆聽世界的媒介，但它的作用絕非這麼簡單。

中醫典籍《養生方》有記載：“以手摩耳輪，不拘遍數，所謂修其城郭以補腎氣，以防聾聵也。”

在中醫理論裡，耳朵是全身經絡匯集的地方，臟腑透過經絡與耳相連，人體各部位在耳朵上都有相對應的穴位。透過拉伸按壓耳部各部位，可以調整五臟的功能。

再者，腎開竅於耳，耳朵的聽覺是否靈敏，與腎精、腎氣的盛衰有密切關係。

因此，如果在耳朵上選取一些與腎臟相關的穴位，對

其實施適度的按摩或按壓，可起到助睡眠、補腎氣、健腦補虛等作用。

一般來說，這套按壓耳部補腎法主要有4種具體做法：搓揉耳輪、單指按壓、按摩耳廓、雙指對捏揪耳朵等。

### 1. 揉搓耳輪

用拇指和食指指腹捏住耳輪，沿著耳輪上下來回搓揉。

建議：每天2~3次，每次20次。



### 2. 單指按壓

用食指指腹按壓外耳道開口上邊凹陷處，此處有腎臟的反射區，來回摩擦按壓至感覺發熱、發紅為止。

建議：每日按壓4次，每次100次。



### 3. 按摩耳廓

將雙手掌心對稱地壓在兩耳耳屏處，慢慢朝上下前後四個方向慢慢推動。一輪完成後再回到耳屏位置，新一輪開始，如此反覆。

建議：不計次數，輕輕按摩至兩耳廓潮紅發熱為度。



### 4. 雙指對捏揪耳朵

雙手拇指和食指指腹對捏雙耳上部。吸氣時，上提耳朵。呼氣時放開。然後，用同樣手法捏住雙耳下部。吸氣時下拉耳朵，呼氣時鬆開。

建議：如此循環，連續做6次。



除了上述按摩法，其實平時按摩耳朵時，也可對心、肝、脾、肺、腎等多個臟器對應的穴位進行按壓刺激，這樣可起到寧心安神、疏肝理氣、健脾補腎之功效。



**Gresham-5房4.1浴 6,411 平方英尺** 3層住宅帶2個大decks, 俯瞰Persimmon 高爾夫球場。豪華主浴室配有噴射浴缸、步入式淋浴間和2個壁櫥。寬敞的日光地下室設有設備齊全的家庭影院和吧臺。



**Happy Valley-3房2.1浴**



**Seattle-2房2浴**



**NE-Portland-3房1.1浴**



**Gresham-5房2.1浴, 2,998 平方英尺。** 華麗的住宅, 占地 9,583 平方英尺, 背靠寧靜的綠地。2017年升級改造木地板、全新地毯、室內油漆、花崗岩臺面和電器。位於一個安靜的社區, 沒有 HOA。



**Happy Valley-4房3浴**



**Battle Ground - 3房2.1浴, 3,327 平方英尺。** 這個美麗的家位於占地 2.26 英畝, 風景如畫, 設有三間臥室和兩間臥室半浴室, 主套房位於主層。美食廚房配有不銹鋼器具和便利的島嶼。該物業還包括有頂房車停車場和 2,000 平方英尺的工具房。

Powered in Washington by **KELLY RIGHT** real estate.

**Li Huong Lanz**  
Real Estate Broker  
503-936-4154  
Li@LiLanzProperties.com

**Li Lanz PROPERTIES**  
Li Lanz Properties, LLC  
10121 SE Sunnyside Rd, Suite 300  
Clackamas, OR 97015  
Licensed in Oregon



## 失去 OREGON HEALTH PLAN 而需要健保計劃

您與家人或許能符合資格在 [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov) 找到低價、優質的健保計劃。基於新的法例，每5位客戶就有4位能藉助財務補助，找到每月\$10或更低收費的健保計劃。

今天就投保，以便於下個月一日起獲得承保。

**HealthCare.gov**



**1-800-318-2596**

由美國衛生及公眾服務部資助

# 王亦熊律師

不获赔偿  
绝不收费

车祸·单车意外·行人事故·滑倒跌伤



VAMES WANG & SOSA

Emery Wang, Attorney

503-669-3426

Licensed in Oregon and Washington



VW5039127236

邮件: emery@vameswang.com  
网站: www.vameswang.com  
东区: 600 NW Fariss Rd., Gresham, OR 97030  
西区: 5920 NE Ray Circle, Hillsboro, OR 97124

## Law Office of Li Wei

### 魏力律師事務所

俄州、華州注册律師  
英語、國語  
歡迎來電預約



公司成立 經濟交易 人身傷害  
交通意外 各類移民 民事糾紛  
分居離婚 子女撫養 遺囑信託

受理俄州、華州各類案件

2102 E McLoughin Blvd., #300  
Vancouver, WA 98661  
電話: 360-433-9017  
手機: 503-871-9533  
電子郵件: lilwei@hotmail.com

## 平安保險公司

### Pinon Insurance Agency

5821 SE 82nd Ave  
Portland, OR 97266

為信用佳之顧客

節省高達30%汽車保險

電話: (503) 262.8600

傳真: (503) 262.8668

汽車·房屋·醫療·商業  
餐館及勞工保險

為你提供保險及財務服務

陳新錦  
Jody Chan

保險經紀  
pinonins@gmail.com



## 房屋買賣 地產投資

### 陳承立 房地產經紀

Abraham Chan, MBA  
(503) 310-1234

郵箱: momoproperties@q.com  
英、粵、國、潮語  
專業經驗 誠實負責

網址: www.abrahamchan.oregonfirst.com

NEW PENDING  
\$348,888-4房2浴  
屋1975建 1,392SF  
雙車房530SF 地6,969SF  
2個街區到147/Division  
Fred Meyer

SOLD  
\$499,950-4房2浴  
特大雙車房 全新裝修  
1711SF 0.31 acres  
Troutdale 社區好  
Mt Hood View!

SOLD  
\$804,000  
5房4.5浴, 雙廚房,  
3,620SF  
Salem

Abraham Chan  
Owner  
Call or text (503)234-MOMO (6666)  
www.momo-construction.com  
ccb# 211167

## KELLY·RIGHT REAL ESTATE

持俄勒岡州及華盛頓州牌照

聯繫電話:  
503-544-6728  
carol-zjh@hotmail.com



趙錦慧 Carol Zhao  
房地產經紀

請掃描微信二維碼  
獲取更多資訊  
●房屋, 土地買賣 ●地產, 生意投資  
專業, 真誠為你服務

New Listing  
卡拉OK酒吧出售  
每週末可設樂隊表演, 東主退休  
位於Longview, WA, 旺區  
售價: \$786,000, \$90,000

餐館物業出售, 現經營中餐  
租客按月租, 新業主可以自己  
經營餐館, 位於Tillamook OR  
旅遊景區, 售價: \$690,000

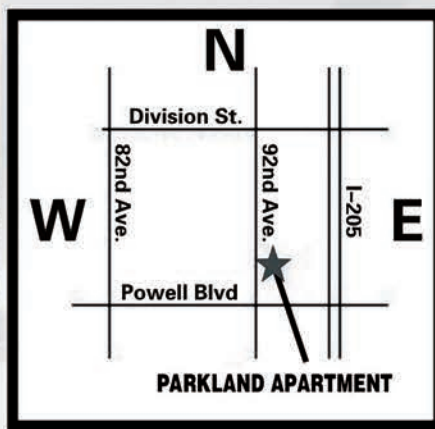
餐館物業+生意出售  
老字號雜碎中餐館, 生意火旺  
位於Longview WA  
售價: \$1,300,000  
可以單買生意, 售價: \$300,000

SE Portland-Multi-family  
3間獨立房屋,  
2間3房1.5衛, 1320 sqft,  
1間2房+2 bonus房1衛,  
1652 sqft 售價: \$995,000

10700 SW Beaverton-Hillsdale Hwy #357 Beaverton, OR 97005

# 柏寧柏文 PARKLAND APARTMENT

## 2房2浴室單位



- ★全新瓷磚地板, 包括客房廚房浴室及走廊
- ★私家平台, 額外儲物室
- ★業主支付水、溝渠和垃圾費
- ★鄰近購物中心、學校、銀行及餐館
- ★近9號巴士站和綠線輕鐵(MAX)

電話: 503.771.6848 (辦公室)

地址: 3202 SE 92nd Ave, Portland, OR 97266 (92街夾Powell 街向北一個街口)

## MORE REALTY 房屋買賣 地產投資 餐館商店 溫馨家庭

黃紹文 Simon Wong  
Realtor, Broker  
(503)804.2480  
E-mail: Simon97006@aol.com

### 生意轉讓/出租



SE 82nd 飲品店  
PCC大學對面小型商場內  
大型停車場, 簡單廚房  
生意連設備  
售 \$275,000  
\$239,000



Lloyd District  
約5,000呎餐館, 28停車位  
獨立停車場, 約168座位  
party room  
三台賭博機, 月入\$2,400  
生意 & 設備售 \$250,000  
\$189,000



Sutherland 埠仔餐館  
離波特蘭三小時車程 2,625呎  
約90座位, 28停車位  
walk-in cooler, 設備齊全  
可安裝賭博機, \$3,300月租  
租客付地稅和保險, 買家要簽新租約  
賣家可接受供款 生意售 \$160,000



SE Division-酒吧/中餐館  
80-100座位, 6台賭博機  
Walk-in Cooler & Freezer  
停車場, 室外吸煙區  
生意轉讓  
售 \$195,000



Newberg-小型餐廳  
約2,000英尺, 40座位  
近大學和主要交通幹道  
廚房適宜做 Teriyaki  
或簡單餐, 沒有裝洗碗機  
所有設備屬於房東/賣家  
不可擅自搬走或出售。  
售價 \$88,000

### 生意轉讓/出租



華州溫哥華  
二十多年中餐館  
商場內有大型停車場  
約3,600呎  
120座位, 租金便宜  
生意售 \$220,000



離Portland  
一小時車程, 中餐館  
約6,000呎, 93座位  
大型停車場, 6部賭博機  
生意穩定, 東主退休  
生意售 \$350,000



Bethany區-日式拉麵店  
1,620呎, 約46座位  
近學校, 購物中心,  
租約長, 可達20年  
租金+NNN, 約\$4,000/月  
售 \$215,000



Corvallis  
中式餐館+樓上住宅  
3,228呎+2,007呎  
約100座位, 25停車位  
有賭博機, 近大學  
生意穩定, 賣家退休  
生意出讓  
售 \$260,000



PSU校園區, 小型中餐館  
約1,505呎, 30座位  
3個停車位, 設備齊全  
有房間可以申請賭博機  
生意及設備  
售 \$118,000

## MORE REALTY Licensed in the State of OR

Simon Wong Principal Broker  
503.804.2480

### 地產投資



Beaverton - 商業用途獨立建築, 單邊位置,  
有停車場, 約1,983 呎, 近Hwy26, 商場,  
餐廳和住宅區 物業售 \$1,300,000  
\$1,250,000

### 地產投資



Eugene - 商用獨立物業, 約2,000呎  
有鐵閘和停車場, 15車位  
廚房有 hood & walk-in cooler  
可作餐館或其他零售用途  
物業售 \$680,000