

Western-Eastern Realty  
WE R, Trusted Realtors

**美華誠信地產**  
**張炳湖 Ben Zhang**  
Broker-Associate 新州金牌地產經紀

**201-887-1318 (C)**  
微信: b Zhang90  
BenZhangRealty@gmail.com

專業誠信  
唯您獨尊

華夏李文斯頓前校長 高盛投行副總裁  
2019, 2017年獲新州地產協會銷售金牌獎  
社區地產專家, 買賣, 出租, 管理  
Short Hills, Millburn, Livingston, Warren,  
Chatham, Madison, Parsippany, Summit

343 Millburn Ave, Suite 206, Millburn, NJ 07041

# 新州週報

Global Chinese Times

新州歷史最久中文週報, 1991年創刊, 發行最廣  
chiweekly@gmail.com • www.GCTimes.net  
Tel: 732-650-9888 Fax: 732-650-9889

June 25, 2026 第1821期 2026年6月25日

**司徒百良 律師**  
Law Office of Paul Szeto LLC

• 工作簽證(H1, LC, 綠卡)  
• 特殊人才(EB1, NIW)  
• 親屬移民(未婚來美)  
• 入籍(老人, 病患者)  
• 遞解出境, 保釋出庭  
• 簽證轉換延期

**前紐約移民局檢察官**  
**732-632-9888**  
190 Route 27, Ste. 204, Edison, NJ 08820  
(離Rt. 27 Metro Park 火車站半哩)  
www.SZETOLAW.com

## 入籍申請費擬暴漲取消減免

【本報綜合報導】美國國土安全部(DHS)於6月22日, 正式發布擬議新規, 提議將公民入籍申請費用大幅調漲, 並計畫取消針對低收入人群的大多數費用豁免與減免政策, 該提案目前正處於60天公眾意見徵集期。

根據美國公民暨移民服務局(USCIS)公布的草案, 紙本入籍申請(N-400表格)費用將從現行的760美元調高至1330美元, 漲幅達75%; 線上申請費用也由710美元提高到1280美元, 漲幅高達80%。此外, 若入籍申請遭到拒絕而需要提出上訴(N-336表格), 紙本費用將由830美元飆升至1475美元

(漲幅78%), 線上上訴費則從780美元暴增至1425美元(漲幅83%)。

此外, 現行法規為減輕基層移民負擔, 允許經濟困難或公共福利領取者申請費用全額豁免, 且家庭收入在聯邦貧窮線400%以下的申請人, 也能享有380美元的半價優惠費率。然而新政實施後, 未來僅有現役軍人及退伍軍人能繼續享有免繳費待遇。

國土安全部稱, 新舉措將提高效率並減少系統濫用, 並表示低費用或免費申請選項可能會鼓勵不符合條件的申請人提交申請。

國土安全部官方強調, 美國公民暨移民服務局九成以上的經費仰賴申請費自給自足, 現行費率早已無法轉嫁龐大的案件處理成本, 調整費用純屬定期的商業行政修訂。官員更直言, 取得美國公民身份是移民所能獲得「最重要且最高榮譽」的福利, 理應由申請者本人全額承擔審查的成本。

這項提案目前以「擬議規則通知」形式刊登於聯邦公報, 尚未正式生效; 公眾可在刊登後60天內提出意見, DHS將審閱各方回饋後決定是否修訂, 再發布最終規則。



**新州千萬房產經紀**  
United Real Estate  
新澤西州地產協會  
卓越銷售獎得主  
2018-2025

優質學區房買賣和租賃 | Winnie 王芳 手機 551-580-4856  
商業樓宇投資, 物業管理等 | 18-19 River Rd. Fair Lawn, NJ 07410

Jersey City Bayonne  
獨家代理  
3個商業店舖, 6個住宅公寓和  
一塊空地, 可建12層公寓  
售價 \$9,999,999  
3房浴室公寓, 1350呎, 新裝修廚房, 租 \$2100/月

**上海小籠**  
\$5.00 美金  
开业同庆, 兩店通用

1581 RT-27, Edison, 08817, NJ  
885 US-1, North Brunswick, 08902, NJ  
出示此代金券, 消費滿40可用 (Cash Only 只限現金)

484-838-9291  
**专业屋检**  
倪魯肅 土木工程博士

最专业的技術 最耐心的服務

Home Inspector license (24GI00176800)  
Radon license (MET13979)  
interNACHI (NACHI18122601)

info@LSHouses.com  
www.LShouses.com  
HOME INSPECTION

**幸運 LUCKY 石材 STONE**

品質石材, 實在價格, 性價比之選  
新澤西優質建築石材與家居配件供應商

- 廚房檯面, 背景牆, 地面裝飾材料
- 廚房配件: 水槽, 水龍頭, 櫥櫃檯面, 五金等
- 衛浴配件: 洗手臺, 鏡櫃, 浴室水龍頭, 淋浴花灑
- 各類天然石英石, 瓷磚全系列

908-245-8383 luckystone205@gmail.com  
LUCKY STONE USA LLC 205E. Highland Parkway, Roselle, NJ 07203

**MC AIR**  
Heating Air Conditioning & Refrigeration  
www.mcairllc.com

**LENNOX Premier Dealer**  
4266 US Highway 1  
Monmouth Junction NJ 08852  
mcairllc@gmail.com  
NJ 732-599-9407  
Office 732-336-9000

**84 MONTHS NO INTEREST**  
Call us now! For more details

**Now Hiring**

<b>LENNOX Gold Package</b> 3 Ton A/C & 90,000 BTU Furnace With WiFi Thermostat <b>\$16,399</b> 3 year labor + 10 years parts Warranty. Call for the detail	<b>LENNOX Silver Package</b> 2.5 Ton A/C & 70,000 BTU Furnace With WiFi Thermostat <b>\$11,999</b> 3 Ton A/C & 90,000 BTU Furnace With WiFi Thermostat <b>\$12,599</b> 3 year labor + 10 years parts Warranty. Call for the detail	<b>LENNOX Bronze Package</b> 2.5 Ton A/C & 70,000 BTU Furnace With WiFi Thermostat <b>\$9,399</b> 3 Ton A/C & 90,000 BTU Furnace With WiFi Thermostat <b>\$9,799</b> 3 year labor + 10 years parts Warranty. Call for the detail
--	---	---

**BERGEN FOOT ANKLE 博根大都會脚科**  
www.bergenfootgroup.com

**王辰安醫師 Dr. Chen-An Wang**  
• NJ & NY執照 • 腳科特考文憑  
• 加州腳科醫學院畢業  
(California School of Podiatric Medicine)  
• South Nassau Communities Hospital 住院醫師畢業  
**Dr. Jimmy Seese-Kim 醫師**  
新陳代謝治療 腳部X光電療 血液循環檢查

主治: 腳科手術、足跟扭傷、拇指外翻、扁平足、灰指甲、指甲向內生長、腳氣、抽筋、小孩走路內八字、痛風、腳畸形、骨折、腳底疼痛、運動傷害、糖尿病腳部檢查

201-944-4477 (接受多種保險/通曉國粵英語)  
2175 Lemoine Ave, Suite 302, Fort Lee, NJ 07024  
718-321-3335 (Fort Lee High School 對面)  
144-31 41st Ave, #L-2, Flushing, NY 11355

**紐澤西房屋檢驗公司**  
www.inspectnjhomes.com

美國ASHI會員  
註冊房屋檢驗師(GI890)  
電器工程師、環保專家  
保險齊全

- 氬氣(Radon)測試(MET12602)
- 白蟻(Termite)及殺蟲(Lic#51451B)

**李家榮**  
Ronald Lee  
經驗豐富, 檢查認真負責  
報告隔天email

電話: 732-887-1077  
手機: 732-850-6388  
Email: inspectnjhomes@comcast.net

**愛迪生脚科專科中心**  
EDISON FOOT CARE 732-744-0003

**楊子傑醫生 DR. Raphael Yeung, DR. Danny Phan**  
Jersey Shore, Raritan Bay Old Bridge/ Perth Amboy, RWJ Monmouth South 主治醫師  
紐約St. Barnabas醫院及創傷中心院士

專治: 糖尿病足部保健, 兒科八字腳、畸形、扁平足, 弓型足, 成人灰甲, 腳癬, 指甲內生  
運動創傷, 足跟扭傷、拉傷, 腳指外翻  
筋膜炎, 肌腱炎, 骨刺

接受多種保險

www.EdisonFootDoctor.com  
231 Bridge St., Bldg F, 1st Floor, Metuchen, NJ 08840  
1672 State Route 27, 1st Floor, Edison, NJ 08817

本報1991年創刊, 發行新澤西、紐約及賓州。

新州: 1945 Lincoln Hwy. (Rt. 27), Suite 5, Edison, NJ 08817 Tel: 732-650-9888 Fax: 732-650-9889  
紐約: 37-11 #D, Prince Street, Flushing, NY 11354 Tel: 718-359-4128 Fax: 718-939-8068 E-mail: chiweekly@gmail.com

**雲吞佳**  
Wonton Guy

懷舊 | 港風 | 經典  
HK STYLE WONTON NOODLE

老時光 新滋味

最熟悉的港式味道

1803 Rt 27, Edison, NJ 08817 電話: 732-202-8225

**全美亞裔住宅 地產銷售冠軍**  
超越**30**億美金  
NJ, NY, CT  
300名經紀

**JACK YAO** 888-362-6543 x1088  
President/CEO Jack@Realmart.com  
27 Bleeker St., Millburn, NJ 07041

**地產經紀 立即加盟** 買房賣房, 佣金還可以**這樣省**

賣房	↔	\$395 to 1% on MLS
買房	↔	最高2%返現
經紀	↔	100%佣金

佣金翻倍無需分成, 月費\$100  
推薦1名地產經紀加盟, 獎金**\$700**  
詳情查看 [Realtor.Realmart.com](http://Realtor.Realmart.com)

**100%佣金!** Realmart 锐马地产

**Realmart Realty**

服務華人社區13年 誠信、可靠!  
團隊覆蓋區域: 全新澤西及紐約

買房賣房 佣金2%  
歡迎諮詢 免費估價

**蔣鳳麗** Feng "Fanny" Jiang  
地產經紀  
FannyLJiang@gmail.com  
Cell: 862-579-5580  
Office: 732-727-2285x1025

**WOODLAND CABINET & CO** 竹匯櫥櫃  
WOODLAND CABINET

免費設計/靈活預約  
全場優惠/團隊服務  
永久櫥櫃售後

**竹匯櫥櫃開業啦!**

超10萬平方呎大型倉庫  
海量庫存, 隨時滿足您的採購需求

我們主售

- ★ 定製尺寸/顏色櫥櫃
- ★ 牆板, 岩板, 地板
- ★ 油漆用美國百年品牌 Sherwin-Williams
- ★ 瓷磚, 檯面, 櫥櫃

超過30+款式  
裝修師傅專享優惠福利, 穩定貨源, 裝修更高效!  
下單一套櫥櫃+檯面送免費五金配件+免費檯面加工

營業時間: 週一至週五 9:30am-5pm 週六 10am-5pm 電話: 732-387-7462  
地址: 252 Plainfield Ave, Edison, NJ 08817 (Burger King旁) Text: 929-800-7018

**宏恩冷暖**  
Dong AC Refrigeration LLC

\* 凡安裝Lennox或York品牌的冷暖設備, 最高可省**\$2100**元  
Some restrictions apply. Call for detail.

執照: Master License HVAC Contractor  
享受全額保險  
可幫助客戶申請Permit

電話: **732-543-5799** 董師傅  
電郵: [dongacrefrigerationllc@hotmail.com](mailto:dongacrefrigerationllc@hotmail.com)

**88 Appliances & AC** 家電空調

銷售批發安裝  
分體空調, 中央空調, 全新家電, 方太抽油煙機以及開箱電器  
UP to 50% off

732-732-8899 admin@88appliancesac.com  
732-732-8866 705 Raritan Ave, Highland Park, NJ 08904

**NJ MASTER Heating and Cooling LLC 大師冷暖公司**

\*執照保險 \*政府註冊 \*代申請Permit

安裝 維修  
各式家庭冷暖系統  
熱水爐等

品牌代理  
• Lennox  
• Carrier  
• Goodman  
• Certified-Mitsubishi

服務新州, 每週7天24小時  
電話: **908-787-7222** 陳先生

HIC # 13VH08855100  
NJ HVACR Lic#19HC00371600  
lchenlc79@gmail.com  
[www.NJMasterHVAC.com](http://www.NJMasterHVAC.com)

# 高老師畫室學生畫展圓滿舉行

【本報新州訊】六月，是屬於孩子們的季節，而繪畫則是孩子們最喜愛的表達方式之一。孩子們通過畫筆，記錄快樂、悲傷、憤怒與幸福，也表達著他們對生活的理解，以及對家人與朋友真摯而純粹的愛。

今年的學生畫展共展出約66幅作品。即便是年僅五歲多的小朋友，也都以極大的熱情與豐富的想像力投入創作。隨著年齡與學習經驗的增長，年長一些的學生在創作中則表現出更加成熟與自信的藝術語言。從兒童插畫、線描作品，到動漫角色創作、植物寫生、人物素描與靜物繪畫，學生們的藝術探索

不斷拓展。他們的作品不僅體現出逐漸提升的繪畫技巧，也融合了豐富的創造力與個人表達。即使技法日益成熟，作品中依然保留著童年的天真與靈動。

高老師表示：“藝術不僅僅是技巧的學習，更是孩子表達內心、觀察世界的一種方式。每個孩子都有自己獨特的想法與情感，而繪畫能夠幫助

他們建立自信，學會表達，也學會感受生活中的美。”

通過持續的學習與練習，學生們不斷提升繪畫技巧，豐富藝術表現力，並從日常生活中汲取靈感，將生活體驗轉化為富有意義的視覺表達。希望孩子們能夠繼續在藝術的世界中發現快樂、表達自我，讓創作成為陪伴他們成長的重要力量。

# 新蕊畫會師生畫展深受好評

【本報新州訊】

新蕊畫會在新州Chatham圖書館舉辦師生聯合畫展，於6月13日(星期六)下午以茶會招待各界，當日來參觀的人絡繹不絕，獲得中外人士一致好評和讚賞。

這次參展除指導老師畫家于兆漪外，還有他的弟子：傅家瓊、黃春美、陶立筠、黃月娥、劉榕、王葆苓、羅瑞丹、劉蘭茜、楊琳琳、陳汝錦及梁黛妮等十三人。共展出作品六十多幅，包括傳統工筆和寫意不同風格的山水、花鳥、人物水墨畫及融合中西的油畫等。並且特別展出謝絹代



老師遺作數幅，紀念及表揚她為發揚中華藝術及培育後進，所作的貢獻。

畫展將於6月30日結束，歡迎大家前往參觀指教。

Chatham圖書館地址：214 Main Street, Chatham, NJ 07928

電話：973-635-0603

## 蔡律師

Attorney at Law  
持 NJ, NY, PA, DC 執照  
精通中英文，可預約上門  
Law Office of Peng Cai, Attorney at Law, LLC

- 公司成立註冊解散
- 合約起草審閱
- 房產過戶買賣租賃
- 遺產遺囑 信託基金
- 知識產權 商標註冊 移民諮詢

電話：732-887-2338 傳真：908-617-9903

Email: pengcai@comcast.net

54 Old Highway 22, Suite 220, Clinton, NJ 08809

## 鍾律師

Eric Chung, Attorney at Law,  
Law Offices of Eric Chung, LLC  
持 NJ, NY 執照

English、廣東話、週末或晚上可特別預約

- ★ 各類移民 ★ 房客糾紛
- ★ 知識產權 ★ 公司註冊
- ★ 商標版權 ★ 合約起草審閱

電話：732-317-3533

Info@echung.attorney http://echung.attorney  
100 Plainfield Ave, Suite 3D, Edison, NJ 08817  
(Across from 99 Ranch Market)

**UNIMED CENTER**  
**劉浩怡**  
醫學博士·營養碩士  
二十多年臨床經驗  
RWJUH 主治醫生

曾為美國聯邦榮軍醫院自然療法醫學會理事，醫學研究員，美國內科學院院士，內科特考文憑，註冊營養師，美國減肥醫學專家特考文憑

主治：糖尿病、高血壓、心肺疾病、胃腸疾病、肝病、腎病、風濕關節炎、過敏、哮喘、皮膚病、性病、疑難雜症

營養與減肥：營養諮詢、食療、減肥、降脂  
醫學減肥中心：每星期可減肥3至10磅

有夜間週末門診，接受大部分醫療保險  
Tel 732-828-9988 Fax 732-828-1010  
513 Warrenville Rd., Warren, NJ 07059  
190 Rt.18, Ste. 202, E. Brunswick, NJ 08816

**Plainsboro 兒科青少年科診所**  
**佟士偉** 醫學博士  
Shiwei Tong, M.D., FAAP

原紐約NYP康奈爾醫學院等三家醫院主治醫生  
現SPUH主治醫生，美國兒科科學院院士  
Board Certified Pediatrician，自1999年起  
任臨床主診醫師，二十六年臨床經驗

主治：新生兒至青年各種常見病，疑難病，皮膚病；預防保健體檢，生長發育行為評估，疫苗注射，驗血驗尿；附設聽力測試，心電圖等。

可預約早上、下午、晚上或週末就診，  
每週七天網上會診及電話服務，  
接收多種保險，自費優惠

歡迎電話預約 609-275-6810  
666 Plainsboro Rd, Building 1000, Ste 1005,  
Plainsboro, NJ 08536

**周韜** 醫師  
Zhou Ren MD  
內科特考文憑三十年臨床經驗  
上海第一醫科大學優秀畢業生  
\*原上海醫科大學中山醫院  
心血管研究所心內科主治醫生

主治：心臟病、高血壓、高血脂、高膽固醇、糖尿病；慢性鼻炎、慢性咳嗽、氣喘；各種皮膚病、青春痘、過敏；胃腸功能紊亂、慢性肝炎、各種肝功能異常；甲狀腺疾病、貧血、月經紊亂；痛風、關節炎、鬱慮、焦慮症；老年病、骨質疏鬆、各年齡組婦檢及更年期保健、體檢、癌症篩選。

附設：心電圖、Holter、診所內抽血、疫苗注射及結核測試

移民局指定移民體檢診所  
電話：732-906-8662 傳真：732-906-8602  
Email: ayluenguo@gmail.com  
地址：Bridge Pointe RT.27, 233 Bridge St.  
Metuchen, NJ 08840(Rt.287的Costco出口)

**HW HILL WALLACK LLP**  
IMPACT WHERE IT MATTERS MOST

Henry T. Chou, Esq. 周恒律師  
hchou@hillwallack.com 609.734.4447

Quinn Zhao, Esq. 趙銀律師  
qzhao@hillwallack.com 609.734.6328

執業範圍  
• 成立清算 • 地產開發  
• 企業治理 • 土地使用  
• 知識產權 • 環境合規  
• 商業訴訟 • 勞動僱傭  
• 貸款融資 • 移民簽證  
• 收購重組 • 政府合同

精專行業  
• 生物制藥 • 外國投資  
• 政府合規 • 保險金融  
• 銀行借貸 • 再生能源  
• 地產建築 • 物業管理  
• 債權處置 • 教育諮詢  
• 旅館餐飲 • 私募融資

21 Roszel Road, Princeton, NJ 08540  
240 Cedar Knolls Road, Suite 400, Cedar Knolls, NJ 07927

CALIFORNIA | FLORIDA | ILLINOIS | NEW JERSEY | NEW YORK | PENNSYLVANIA HILLWALLACK.COM 609.924.0808

**Hands On NJ Physical Therapy**  
**頸腰椎痛症復健中心**

**陳偉剛** Philip Chan, DPT  
物理治療博士  
美國St. Augustine 大學物理治療博士

30年專業經驗  
結合中西治療手法  
脊椎矯正推拿針灸

療效可靠 天然無副作用  
讓50歲以上的族群不需服用止痛藥或打止痛針  
甚至免於開刀，就能再次熱衷於您的愛好與活動

專治 各種急慢性痛症 脊椎傷痛 頭頸肩背腰腿痛 神經痛  
風濕關節痛 四肢麻痺 工作運動及車禍傷痛  
骨科手術前後 中風後復健 脊柱側彎 腕管綜合症

提供免費諮詢

電話：732-548-8068 www.HandsOnNJ-PT.com  
210 Bridge St., Bridge Pointe, Bldg. D, Metuchen, NJ (乘電梯上二樓210室)

**HJG Law Office of Harold J. Gerr**  
hjpg@haroldgerlaw.com | www.haroldgerlaw.com

• 人身傷害 • 滑倒摔跤 • 狗咬受傷 • 普通車禍意外  
• 工傷索賠 • 施工意外 • 產品責任 • 卡車巴士事故

■ 首次諮詢免費 ■ 接受晚上/週末預約 ■ 可到府或醫院洽談 ■ 獲賠償方付費

Tel: 732-249-4600 | 877-249-4600  
47 Raritan Ave, 2 FL, Highland Park, NJ 08904 我們說中文

# Stathis & Leonardis Law Offices

傷害索賠律師 40年以上豐富經驗

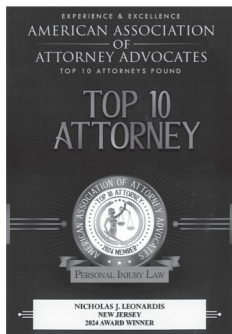
- 個人意外受傷滑倒、跌傷索賠
- 交通案件索賠 · 工傷意外索賠



Nicholas J. Leonardis

新澤西州

最高法院認可  
民事訴訟律師



- ★ Nicholas Leonardis 2014 - 2026 Super Lawyer
- ★ Nicholas Leonardis Top 10 Lawyer 2024

### 成功索賠案例

- 醫 誤 - \$10.5 Million
- 性虐待 - \$9.5 Million
- 滑 倒 - \$7.6 Million
- 滑 倒 - \$7 Million
- 車 禍 - \$5.5 Million
- 工 傷 - \$5.25 Million
- 車 禍 - \$5 Million
- 車 禍 - \$4 Million
- 被車撞 - \$3.25 Million
- 虐 待 - \$1 Million
- 總共成功索賠 - \$600 Million

**732-494-0600** 免費諮詢，可到醫院洽談  
32 South Main St., Edison, NJ 08837 | [www.stathisleonardis.com](http://www.stathisleonardis.com)

## 紐約台灣商會 50 週年音樂會 紀念創會會長蔡仁泰



商會會員與經文處李志強處長

【本報紐約訊】紐約台灣商會(TCCNY) 16日假曼哈頓考夫曼音樂廳(Merkin Hall at Kaufman Music Center)舉行「跨越世代」高水準音樂會，以慶祝「紐約台灣商會五十周年」以及紀念去年辭世的德高望重的創會會長蔡仁泰先生，「兒童管絃樂協會」在「紐約台灣商會」的紀念音樂會上演奏樂曲。

駐紐約台北經文處處長李志強、僑教中心主任王怡如以及TCCNY眾理事、與蔡仁泰先生的生前好友等逾百名嘉賓參加了VIP招待會和音樂會。

音樂會以介紹蔡仁泰先生的生平短片開頭，商會以「泰山其頽、哲人其萎」來盛讚和謳歌蔡先生的傑出而精彩的人生。

蔡仁泰先生為紐約台灣商會與世界台灣商會聯合總會的創辦人。他1933年出生；1956年台大畢業；1960年赴日本留學；1968年來到紐約大學進修

國際金融博士學位；後與日裔妻子創辦食品公司；1984年成立亞細亞銀行，並擔任董事長直到2015年；蔡創會會長在2000年擔任國策顧問並2017年榮獲僑務委員會「一等華光專業獎章」；他畢生致

力於美台雙邊關係的發展；因其貢獻卓著，曾受中華民國總統賴清德任命為總統府資政。蔡仁泰先生一生心繫台商團結，致力於回饋社區與扶持後輩，精神感召無數同仁，成為台裔美國社群共同的典範。

紐約台灣商會現任會長張育誠表示，「他在精神上領導了整個台灣商會的團結，他的高度和他對國家社會的貢獻創造了商會輝煌的歷史。」他深情地回顧了在蔡會長生命最後一段日子中與其的相處時光。

小提琴演奏家馬友乘(Yeou-Cheng Ma)和古典吉他手、指揮家達達普(Michael Dadap)率領的紐約青少年交響樂團(Children's Orchestra Society)在內的音樂家們演奏了從菲律賓、日本、美國和台灣等多國代表歌曲。最後，紀念音樂會以兩首美國的愛國歌曲和觀眾的掌聲歡呼聲中圓滿結束。



# 柯奇律師事務所 Colucci Law Firm, P.C.

### Joseph C. Colucci, Esq.

法學博士，持有紐約和新澤西州律師執照，在新澤西州Edison和Toms River都設有辦公室。作為華人社區信賴的律師，他精通解決各類疑難案件！致力於服務華人社區超過二十多年，他憑藉豐富的法律實戰經驗、耐心和高度責任感，幫助了無數華人客戶解決法律難題，贏得了廣大客戶的信任和讚譽！

### 專業服務領域

#### 訴訟辯護

- 民事糾紛
- 刑事辯護
- 交通違規
- 酒駕案件

#### 家庭事務

- 離婚訴訟
- 子女監護
- 家暴限制令
- 遺產繼承

#### 房產事務

- 住宅買賣
- 商業地產
- 地契更名
- 租賃糾紛

#### 商業事務

- 租約合同
- 生意轉讓
- 商業糾紛
- 商業註冊

#### 移民服務

- 遞解令/保釋
- 婚姻綠卡
- 親屬移民
- 公民入籍

#### 傷害索賠

- 意外傷害 (滑倒/車禍 工地事故 醫療事故)
- 工傷索賠



重要聲明:本律師廣告僅供參考信息使用，不構成法律建議。除非簽署書面委託協定，否則不形成律師-客戶關係。每個案件均基於具體事實，結果可能因情況而異。本所提供的有限範圍代理服務，遵循《新澤西州職業行為規則》第1.2(c)條的規定。

### 新澤西協議離婚

- 固定費用 | 流程簡明 | 多數無需出庭
- 雙方已達成一致？離婚，也可以安靜、清楚、體面地完成
- 僅限協議離婚 (無爭議) ● 固定費用 · 無隱藏收費 ● 多數情況無需出庭
  - 注重隱私 · 低調專業處理 ● 文件準備規範清晰完整 ● 流程高效 · 節省時間

### 協議離婚辦理類別

- 基礎無爭議離婚: 無子女, 簡單財產分配, 起草並提交法院文件
- 涉及子女的離婚: 未成年子女撫養安排及計算, 起草並提交法院文件
- 資產複雜的離婚: 房產、退休帳戶、商業權益等分配, 定制婚姻財產協議
- 優先加急處理: 加快起草提交法院文件準備, 優先溝通及安排日程

**848-266-5888**

\*固定費用將在諮詢後根據具體案件事實及複雜程度確定



中文服務熱線：尤女士 848-266-5888 (普通話) 黃先生 732-325-7898 (福州話/粵語)

電話：848-280-7888 傳真：732-862-8888 郵箱：Clients@coluccilawfirm.com 網址：www.coluccilawfirm.com

辦公室地址：Edison Office: 1967 Route 27, Suite 26, Edison, NJ 08817 Toms River Office: 1 Hadley Ave, Toms River, NJ 08753

# 孟昭文競選連任國會議員 獲多數州市民代背書

【本報紐約訊】國會議員孟昭文(Grace Meng)日前宣布，獲紐約州總檢察長詹樂霞(Letitia James)及皇后區多位政治領袖聯合背書，包括州參議員艾達博(Joseph Addabbo Jr.)、州眾議員李羅莎(Nily Rozic)、市議員黃敏儀(Sandra Ung)及前市議員莫亞(Francisco Moya)等11位現任及前任民選官員。



孟昭文

先前已公開支持孟昭文連任的民選官員還包括國會議員維樂貴茲(Nydia Velazquez)、州參議員劉醇逸(John Liu)、州參議員吉納瑞斯(Mike Gianaris)、州眾議員金兌錫(Ron Kim)、州眾議員克魯茲(Catalina Cruz)及多位市級民代。

孟昭文表示，這些支持，反映各族裔和社區領袖對其工作的肯定。她指出，過去多年來，她與地方民代攜手推動可負擔住房、醫療保健、公共安全及生活品質等議題，未來也將持續為選區居民爭取更多資源。目前，為孟昭文連任背書者已經形成橫跨聯邦、州及市級的廣泛支持聯盟。

# 人力中心免費協助 紐約小企業申請補助

【本報紐約訊】CMP人力中心宣布，屬下商業輔助中心正提供免費申請協助服務，幫助紐約市符合資格的小型企業申請由CitizensNYC推出的「鄰里小企業補助金計劃」(Neighborhood Business Grant Program)。獲選企業最高可獲5,000美元補助以支持業務發展及持續服務社區，7月27日截止申請。

CMP人力中心表示，該補助計劃旨在協助長期扎根社區、並對社區發展帶來正面影響的小型企業提升營運能力，擴大業務發展與社區影響力。由於部分企業主受語言障礙或不熟悉申請程序影響，往往錯失申請資助機會，CMP商業顧問團隊將提供資格評估、申請資訊及填表指導等服務，協助企業順利完成申請。所有申請將由CitizensNYC負責審核，並決定最終獲獎名單。申請截止日期為2026年7月27日。申請企業需符合以下條件：企業設立於紐約市五大行政區之一；屬營利性企業且已營運至少兩年；員工人數不超過10人；非連鎖企業或特許經營(Franchise)企業；並需提供銀行對帳單、報稅文件或財務報表等營業證明文件。

助企業順利完成申請。所有申請將由CitizensNYC負責審核，並決定最終獲獎名單。申請截止日期為2026年7月27日。申請企業需符合以下條件：企業設立於紐約市五大行政區之一；屬營利性企業且已營運至少兩年；員工人數不超過10人；非連鎖企業或特許經營(Franchise)企業；並需提供銀行對帳單、報稅文件或財務報表等營業證明文件。

CMP人力中心呼籲符合資格的企業把握機會，及早準備申請資料。如需申請協助或查詢詳情，可聯繫商業顧問Janice Zhu(646-603-7172, janiczhu@cmpny.org)或Judy Zhang(646-410-3394, judyzhang@cmpny.org)。

# 美國護照辦理中國簽證更複雜了？華僑華人看過來！

【本報新州訊】近年來，中國簽證申請流程不斷更新。對於持美國護照申請中國簽證的人來說，現在已不再是簡單填寫表格、郵寄材料那麼方便。

### 申請人需要：

- 線上填寫簽證申請表
- 上傳照片及相關證明材料
- 等待系統預審
- 預審通過後提交護照和申請材料
- 前往中國駐紐約總領館辦理手續
- 再次前往領館領取護照和簽證

對於居住在紐約州外或長島、新州、賓州等地區的申請人，往返紐約不僅耗時費力，還要面對交通擁堵、停車困難及現場排隊等問題。整個過程往往需專門請假，來回奔波兩次。

### 華夏旅遊提供一條龍服務

為了幫助廣大華人朋友省時、省心、省力，華夏旅遊推出中國簽證全程代辦服務。我們為您提供：

- 專業簽證照片拍攝
- 網上申請表填寫指導及代填

- 材料整理與審核
- 遞交簽證申請
- 代取護照和簽證
- 全程跟蹤辦理進度

您無需研究複雜的申請系統，無需反覆修改資料，更無需親自往返紐約領館排隊等候。專業團隊為您處理各項手續，讓簽證辦理更加輕鬆快捷。

### 省時間、省精力、更安心

無論您是回國探親、商務出行、旅遊觀光，還是首次申請中國簽證，華

夏旅遊都能為您提供專業、高效的服務。把繁瑣的手續交給我們，把寶貴的時間留給自己。

華夏旅遊(Land & Sea Systems LLC)

地址：1799 Route 27, Edison, NJ 08817

電話：732-777-6888

聯絡人：Allen Lu

郵箱：huaxiat@yahoo.com

中國簽證辦理，一站式服務，全程無憂！華夏旅遊- 您身邊值得信賴的簽證與旅遊專家。

## 新澤西楊氏聯合律師樓

地址：1672 State Route 27, 2FL Edison, NJ 08817 電話：(732) 543-1888  
 傳真：(732) 543-1898 郵電：njlaw888@gmail.com 微信：njlaw888

**Brian Yang**  
主管律師

**新澤西紐約專業聯合訴訟律師樓**

可與主流律師媲美和相抗衡的華人律師團隊 專精各類疑難案件

刑事部	民商訴訟部	移民部	家事部	地產/公司/生意買賣
精辦全美50州及聯邦刑事案件 24小時刑事熱線 212-608-3888 含夜間, 假日保釋	各類訴訟仲裁 合同糾紛 股東糾紛 商業糾紛 地產糾紛 定金糾紛 債務糾紛 勞資糾紛 遺產糾紛 知識產權糾紛 損害名譽糾紛 房東房客糾紛 意外傷害 誤醫誤診	結婚綠卡 親屬移民 職業移民 勞工移民 投資移民 傑出人才/NIW 各類證件 綠卡申請 臨時綠卡轉正 入籍申請 庇護上庭/601豁免 上訴及聯邦上訴 重新開案/取消遞解 十年綠卡/家暴綠卡	和平離婚 有爭議離婚 跨國離婚 失蹤/單方面離婚 婚前協議 婚後協議 分居協議 家庭暴力 爭婚姻財產 爭撫養權/撫養費 爭探視權 爭贍養費 遺產遺囑 信託計劃	1-4家庭房子 4家庭以上 Condo/condo 企劃書/Co-op 商業樓宇 1031交換 生意買賣 租約談判 短售拍賣 成立公司 股東協議 公司法律顧問 公司事物 國際商務 牌照申請 商標註冊

同時在曼哈頓, 法拉盛, 布魯倫, 長島設有辦公室

- 曼哈頓: 9 East Broadway, Suite 302, New York, NY 10038 (212)608-3888
- 法拉盛: 38-08 Union Street, Unit 4G, Flushing, NY 11354 (718)939-6066
- 布魯倫: 720 55th Street, FL 1, Brooklyn, NY 11220 (347)889-6368
- 長島: 45 N Station Plaza, Suite 310, Great Neck, NY 11021 (516)396-6688

## 王恒 ★ 高粹菲

★ 美國法學博士, 法學院院長榮譽生 ★ 新澤西, 紐約, 聯邦執照  
★ 新澤西律師公會商業法律部成員 ★ 新澤西律師公會商業訴訟委員會委員

### 聯合律師事務所

新澤西華人最強的訴訟律師事務所

王恒律師

高粹菲律師

雅各布·泰拜萊律師

傑瑞·傑克遜律師

會曉雯律師

### 諸多精彩案例 運作精湛 勝案無數

<ul style="list-style-type: none"> <li>· 商業糾紛</li> <li>· 商業欺詐</li> <li>· 股東糾紛</li> <li>· 勞資糾紛</li> <li>· 違反合同</li> <li>· 公司商務</li> <li>· 跨國追債</li> <li>· 職場歧視</li> <li>· 非法解雇</li> <li>· 產品責任</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 聯邦訴訟</li> <li>· 跨州訴訟</li> <li>· 建築糾紛</li> <li>· 專利商標版權註冊及訴訟</li> <li>· 意外傷害</li> <li>· 誤醫誤診</li> <li>· 侵犯名譽</li> <li>· 房東房客</li> <li>· 遺囑信託</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 離婚訴訟</li> <li>· 協議離婚</li> <li>· 家事法庭</li> <li>· 家庭暴力</li> <li>· 遺產爭議</li> <li>· 遺產規劃</li> <li>· 強力刑事辯護</li> <li>· 消除刑事案底</li> <li>· 監獄保釋</li> <li>· 聯邦重案</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 各類上訴</li> <li>· 重新開案</li> <li>· 房產交易</li> <li>· 合法財產保護</li> <li>· 貨運海關罰沒</li> <li>· 快速破產免債</li> <li>· 公司債務重組</li> <li>· 公司法律顧問</li> <li>· 各類移民案件</li> </ul>
--	---	--	--

NJ Office: 36 Bridge St., Metuchen, NJ 08840 (Bridge Pointe, Building B, 2樓, 近27號路Costco) Tel: 732-767-3020  
 NY Office: 305 Broadway, Ste. 1000, New York, NY 10007 Tel: 212-513-1183  
 網址: www.wanggaolaw.com 法律諮詢請來電, 或電郵至: info@wanggaolaw.com



# FIFA 主席回應補水暫停新規 未因此增加額外收入

24日，國際足聯(FIFA)主席因凡蒂諾(Gianni Infantino)在接受採訪時回應了本屆世界盃備受爭議的“強制補水新規”，他稱設置補水暫停“純粹出於賽事競技層面考量”，國際足聯並不會從中獲得任何額外收入，並稱世界盃擴軍至48隊是正確的。

本屆世界盃上下半場各設置了1次3分鐘的補水休息，通常在第22分鐘、第67分鐘的自然死球時段觸發，無論比賽場地氣溫高低、是否配備空調頂棚，所有場次統一執行，休息時長全部計入對應半場的傷停補時。

該規則在開賽後引發兩大層面的質疑：競技層面上，傳統連貫的上下半場被分割為類似“四節制”的結構，打斷比賽節奏，遭到圖赫爾等多位主帥的公開批評。商業層面上，則有大量球迷與媒體質疑，一刀切的補水暫停本質是為轉播商創造固定廣告視窗，國際足聯借此獲取額外收益。

因凡蒂諾稱所有與全球轉播商、官方贊助商的商業合作協定，均在補水暫停規則正式落地前就已完成簽署。補水時段內播放的廣告屬於原有合同權益的一部分，國際足聯不會因此獲得任何增量收入，不存在借新規增收的商業操作。

因凡蒂諾稱：“設置補水暫停首要原因是高溫天氣，但我們也要清楚，世界盃賽程長達39天，部分球隊最

要在39天內踢滿8場比賽，短暫休息對球員而言至關重要。而對我們來說更重要的一點，是保證所有球隊、每一場比賽都擁有完全一致的競賽條件。如果僅僅因為某場比賽氣溫更高，一方教練就能借補水調整戰術左右戰局；而氣溫稍低的另一場比賽裡，同一位教練卻沒有同等調整機會，這種情況是很難讓人接受的。”

此外，因凡蒂諾還談到了世界盃擴軍問題，他表示本屆賽事開賽以來的實際表現，充分證明將世界盃擴軍至48支球隊是完全正確的決策：在104場比賽中的前44場比賽，現場觀眾人數總計已達2851010人，上座率達到總容量的99.6%。不僅明星球員都有出色表現，也催生了新的英雄，例如佛得角門將沃齊尼亞和庫拉索門將魯姆。比賽結果和表現充分證明了擴軍是正確的，弱隊並未出現一邊倒的潰敗，小組賽整體懸念充足。



## 活石園基督教生命堂 Christian Evangelical Church in Livingston 2026年兒童夏令營(Vacation Bible School)

費用全免  
FREE TO JOIN



- |                        |                           |                         |
|------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 聽聖經故事<br>Bible Stories | 美妙的音樂<br>Incredible Music | 可口的點心<br>Tasty Snacks   |
| 結交新朋友<br>New Friends   | 精彩的遊戲<br>Creative Games   | 有趣的手工<br>Amazing Crafts |

歡迎(Ages)5-11歲的小朋友報名加入

營會日期(Date): August 3-7, 2026 Monday-Friday

營會時間(Time): 8:45 am-Noon

地址(Place): Christian Evangelical Church in Livingston  
71 Old Road Livingston, NJ 07039

網站地址(Registration): <https://go.ceclivingston.org/vbs>

營會聯絡:(Contact) Berlinda Yap (973) 687-5064



### 紐約 紐澤西 康州 賓州 商業保險專家

團體健康★商業樓房  
合作公寓★共有公寓

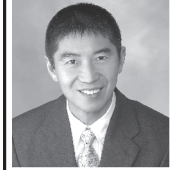


房旅建貿餐  
屋館築易館  
·髮·勞·工·倉·商  
甲工程庫店

GIRAFFE PROFESSIONAL INSURANCE AGENCY INC. 37-20 Prince Street, PH-E Flushing, NY 11354

楊再勵 電話: 718-886-5678 傳真: 718-762-5608  
www.gpia.us 電話: 866-363-4226 傳真: 866-464-8145

### 全美保險 汽車 房屋



著名保險公司  
價格優惠  
服務專業熱忱  
732-287-0767

Hua Yang (Henry) (中文按1)

汽車保險 車房合保大折扣, 立即生效  
房屋保險 自住房, 投資房, 租房均保

人壽保險+年金 商業保險+勞工險  
保費低, 產品多樣 餐館、辦公樓、倉庫、商用汽車

1967 Rt. 27, Suite 28, Edison, NJ 08817(麥當勞對面)

### 買保險找韓博士



Jun Han Ph.D Broker  
Cell: 908-672-1414  
Office: 908-287-2080  
Fax: 908-450-6154  
Email: insurance@ts-insurance.com

醫療保險  
代理多家保險公司  
★開放中央數據庫檢索  
★所有選項透明公開

商業保險  
各行各業各類險種  
★責任(Liability)  
★財產(Property)  
★勞工(Workers Compensation)  
★商業車輛(Commercial Auto)

房屋、車輛保險  
電話、傳真、郵件—速度快捷  
簡單、快捷—價格好



991 Rt.22 Ste.200,Bridgewater,NJ 08807

### 吳氏稅務公司 Woo Tax Services Inc.

- 公司及個人所得稅申報(全美50州)
- 公司設立及解散
- 會計簿記、零售、薪資及年終稅
- 經驗豐富、認真負責、收費合理

精通廣東話、國話、福州話、英語

電話: 212-244-1988  
傳真: 718-374-5367  
Email: wootax608@gmail.com  
Florham Park, New Jersey

## 保險及財富金融管理



鄭月婷 Kathy Zheng  
市場總監  
732-723-8228 手機 732-421-3919

Email: usnational8228@gmail.com  
我們與會計師、精算師、律師合作  
代理多家頂尖保險公司, 提供最合適產品和服務  
辦公地址: Edison; Redbank; Parsippany

★長期護理★壽險★年金★商業★旅遊險

年金-只升不降(Annuity) 適合IRA,401K Rollover, 稅後養老金  
六合一全球疾病、退休、生前保險(Life Insurance)  
高額保險貸款  
公司退休計劃(Retirement Planning)

- IRA Roth IRA SEPIRA SIMPLE IRA 401K
- Defined Benefit Plan (可抵十幾萬稅)
- 遺產規劃(Estate Planning)
- 如何做到去世後無稅
- 最大限度轉移財產給子女

特別介紹  
你知道每月長期護理  
需要多少錢嗎?

誠聘保險金融業務代表



## 斯塔默宣佈辭職 潛在接班人出身劍橋英文系

22日，英國首相斯塔默(Keir Starmer)在唐寧街10號發表聲明，宣佈辭職。目前，大曼徹斯特市長、被稱為英國“北境之王”的安迪·伯納姆(Chris Mason)已被外界視為接任首相職位的潛在競爭者。

56歲的安迪·伯納姆是一位有“挑戰者”形象的英國政客。他擅長塑造親民形象，將自己定位為“北方普通人”：比起西裝領帶更常穿T恤，閒置時間踢足球，或在DJ對戰中播放上世紀90年代的音樂。他被外界視為其深耕地方政治與全國性政治野心的雙重象徵。

伯納姆出生並成長於英格蘭西北部利物浦與曼徹斯特之間的一個地區，父親是英國電信公司的工程師，母親是一名前臺接待員。他青少年時期加入工黨，後進入劍橋大學學習英語，並於2001年首次當選英國國會議員。

進入議會後，他在托尼·布萊爾政府時期逐步上升，並在戈登·布朗執政期間進入內閣，先後出任財政部首



席秘書、文化、媒體與體育大臣以及衛生大臣。在議會任職約15年後，他曾兩次競選工黨黨首，但均以明顯劣勢落敗，隨後離開英國議會，轉而競選曼徹斯特市長。

在地方執政期間，他逐漸被稱為“北境之王”。這一稱號源自《權力的遊戲》，既肯定他推動北方地區發展的成果，也被視為其政治抱負的外化表達。

在政治立場上，伯納姆被認為比現任工黨領袖斯塔默更偏左，這一特點在黨內基層具有一定吸引力，同時他也被視為工黨內最具溝通能力的政治人物之一。他早年競選黨魁時風格略顯生硬，如今則更趨鬆弛，常以牛仔褲和敞領襯衫形象出現在公眾場合。

伯納姆在劍橋大學期間結識了出生于荷蘭的瑪麗·弗朗斯·範·希爾，二人後來結婚並育有三個孩子。

## 美國參議院通過決議 要求川普停止對伊軍事行動

美國國會參議院通過決議，要求總統川普停止對伊朗的軍事行動，反映國會對這場持續近四個月衝突的不滿情緒正在升溫。

據悉，參議院以50票贊成、48票反對，通過《戰爭權力決議》。

除了絕大多數民主黨議員投下贊成票外，還有4名共和黨參議員倒戈支

持；另有兩名共和黨議員缺席投票。

眾議院本月初也已通過相同決議。這是美國1973年《戰爭權力法》生效以來，首次由參眾兩院同時通過要求總統撤回美軍參與敵對行動的決議。

不過，這項決議不會送交白宮供川普簽署。白宮堅持認為，有關決議違反憲法，因此不具法律約束力。

## 美四星上將被迫離職

美國陸軍23日證實，美國駐歐洲與非洲陸軍司令、四星上將克里斯多夫·多納休(Gen.Christopher Donahue)在上任僅18個月後，將被美國防部長赫格塞思提前解除職務。

據悉，多納休曾在伊拉克、敘利亞等地區服役，在美國前總統拜登2021年下令美軍撤離阿富汗後，多納休成為最後一名離開阿富汗的美軍人員。

在赫格塞思解雇美國四星上將、陸軍參謀長蘭迪·喬治僅兩個月後，多納休就被迫離職，此舉在美軍軍官中引發不滿。據悉，多納休是在赫格塞思的“迫使”下離職的，此次解職將在美軍內部引發又一次震動。

赫格塞思一直公開批評拜登政府處理撤軍的方式，並已下令對撤軍背後的情況進行調查。

多納休的離職正值美國陸軍討論將

美駐歐洲與非洲陸軍司令部從“四星”作戰司令部降級為“三星”作戰司令部之際，也正值赫格塞思持續批評歐洲盟友之際。

自去年1月以來，川普政府已解職多名軍隊高級將領和官員。赫格塞思就任防長後，推動國防部大規模改革，要求裁減現役美軍至少20%的四星上將。



## 嘉年華遊輪爆發大鬥毆 16人禁搭旗下遊輪

美國嘉年華遊輪(Carnival Cruise Line)一艘遊輪靠岸後爆發乘客大鬥毆，16人被列入永久禁搭名單。

23日早上，“嘉年華征服號”遊輪(Carnival Conquest ship)從巴哈馬返航後，停靠邁阿密港。

當時，兩名女子率先引發鬥毆事件。其中一名女子鑽過排隊隔欄，揮拳攻擊一名身穿波點睡衣的女子。

隨後，另一名身穿黃白色長裙的女子也加入混戰，揪住對方的頭髮。

後來，多名男女也捲入混戰，美國海關與邊境保護局(US Customs and Border Protection)人員則試圖制止這場騷亂。過程中，行李箱及個人物品被四處拋擲。

數分鐘後，這場鬥毆獲得平息。

隨後，乘客繼續辦理通關手續。

據悉，這場暴力衝突發生在兩個家庭之間。

警方表示，由於雙方都未對對方提出指控，所以無人被逮捕。

嘉年華遊輪集團發言人表示，鬥毆事件發生後，共有16人被列入該集團的“禁止登船名單”(Do Not Sail List)，未來不得搭乘該集團遊輪。



## 離婚案件中的主要法律問題



王恒 & 高粹菲  
聯合律師事務所  
(732)767-3020

一個離婚案件也會涉及複雜的法律問題，也許您不清楚如何分析自己的案子。如果您把離婚案件所涉及的主要

法律問題逐個分離出來就比較容易分析清楚了。一個離婚案件，涉及的主要法律問題包括財產分割、孩子撫養權、孩子撫養費、配偶的贍養費、律師費等問題。

首先一個問題是公平分割財產(equitable distribution)的問題。根據法律，equitable distribution只應用於婚後獲得的財產，婚前每一方所獲得的財產仍歸個人所有。那麼法庭怎樣實現婚後共同財產的公平分割呢？法庭會考慮若干個因素，比如婚姻的長短，雙方的實際收入，每一方賺取收入的能力(即earning capacity，這包括教育背景，工作經驗，所擔負的照

顧家庭的責任等)，財產的價值及雙方債務額，雙方年齡及身體和健康的健康，婚姻期間建立的生活標準，雙方之前關於離婚時財產分割的協定，對配偶的教育和就業訓練所付出的幫助和支持，等等。

孩子撫養權也是一個重要的問題(child custody)。法庭裁決撫養權問題的時候，主要不是考慮夫妻某一方的利益，而是主要考慮怎樣最好地實現孩子的權益(best interests of the child)以保護孩子的安全和身心健康等。撫養權可以是單方面撫養權，也可以是夫妻共同撫養權。法庭考慮的因素包括離婚雙方的意願，孩子意願和生活需要，孩子的教育，孩子和父母及有關親屬的互動，孩子對家庭的適應性，家庭暴力的歷史，父母對撫養權是否勝任，父母的居住地的距離等。

撫養權的問題一旦確定，孩子撫養費的問題隨之而來。在有些離婚案件中，離婚雙方爭奪撫養權，一定程度

也是跟撫養費有關。那麼法庭怎樣裁決孩子撫養費呢？新澤西法庭有關於計算撫養費的詳細準則(child support guidelines)，根據該準則即可計算出孩子撫養費。但是每個家庭的具體情況有所不同，因此律師也可以向法庭提出其它考慮的因素。

另外，配偶的贍養費問題(alimony)往往也是一個爭執不下的問題。贍養費包括多種，有開放性的(open durational alimony)，時限性的(limited duration alimony)，補償性的(reimbursement alimony)，甚至在離婚案進行時也可以申請臨時性的贍養費(alimony pendente lite)。新澤西州以前允許永久性的贍養費(permanent alimony)，但永久性贍養費已經被新的法規廢除。在贍養費的時間長短和數額上，律師應該根據一系列的因素為自己客戶據理力爭。

最後，律師費的處理也是一個問題。在民事訴訟中，通常情況下雙方

各自負擔各自的律師費。但是律師費的處理在離婚案件中有所不同，尤其是雙方經濟情況相差比較懸殊的情況下。如果一方的經濟能力很強，而另一方很弱，法庭可能會命令經濟能力強的一方要承擔另一方的全部或部分律師費。法庭認為付律師費的錢都屬於雙方共同財產，因此不允許經濟能力強的一方因此在法庭上佔據優勢。

王恒高粹菲聯合律師事務所  
擅長各類訴訟。本所律師精通  
中英雙語。如您有法律問題，  
歡迎諮詢：

\* 聯繫電話：  
(732)767-3020

\* 電子郵件：  
info@wanggaolaw.com

# 85歲男子被判入獄30年 原來是搶劫銀行的慣犯

近日，在芝加哥郊區搶劫多家銀行的85歲男子唐納德·本奈特(Donald Bennett)被判刑30年，原來他是一位搶銀行的慣犯，不過這次恐怕要“把牢底坐穿”了。

本奈特在2024年、2025年分別在芝加哥郊區搶劫七家銀行。去年2月陪審團裁定多項指控有罪，聯邦法庭上周宣佈判刑30年。

值得指出的是，本奈特在1980年代也曾在芝加哥地區搶劫多家銀行，服刑31年後於2020年被釋放。

本奈特是肯塔基州居民，1967年曾因使用致命性武器被捕入獄，1989年在芝加哥地區搶劫多家銀行後被判入獄50年，因為服刑期間表現良好提前出獄。

然而本奈特不思悔改，他聯繫在聯邦監獄服刑時的獄友愛德華·畢勒特(Edward Binert)，一起策劃了2024年2月14日西郊Hickory Hills市的銀行搶劫案，共搶走大約7,000美元現金。

此後，這位本奈特一發不可收拾，接連在搶劫了芝加哥郊區6家銀行，包括2024年6月27日、8月27日搶劫南郊奧克朗(Oak Lawn)市的兩家銀行，分別搶走大約1萬多現金、3萬現金，當年11月1日、11月29日又先後搶劫了西郊Lombard、Willowbrook市的兩家銀行。當年12月1日搶劫南郊Tinley



Park市的一家銀行，2025年1月搶劫北郊Glen Ellyn市的一家銀行。

本奈特作案非常注意隱蔽身份，戴假髮、口罩，持槍要求銀行職員拿出現金。導致他落網的，是2024年情人節的銀行搶劫案，他與同夥租車以供逃跑時使用。由於二人在租車時使用的真名，這讓FBI得以順藤摸瓜，最終將本奈特及其同夥捉拿歸案。

# S Corporation 最大稅務地雷 薪資領太低的代價

不少小企業主成立S公司，都聽過以少領薪水，把利潤做成公司盈餘來降低薪資稅負擔，及避免C公司的雙層稅。然而，近年來IRS對於「合理薪資」的審查大幅提升，許多企業主因為支付給自己的薪資過低，而面臨補稅、罰款及利息的風險。

問題的核心在於：S公司股東如果同時在公司工作，必須先透過W-2薪資領取合理報酬，之後才能提取股東分配。由於股東分配通常不需繳納Social Security Tax與Medicare Tax，因此部分企業主選擇刻意壓低薪資，而以公司盈利方式來省稅。

例如，某公司獲利20萬美元，老闆只支付自己3萬美元薪資，其餘全部以股東分配盈利方式做稅領取。這種做法雖然短期節稅，但卻可能成為IRS稽查的重點目標，切莫短視近利，因小失大。

更值得注意的是，許多人誤以為「薪資50%、盈利分配50%」就是安全做法。事實上，IRS並沒有固定比例規定。合理薪資必須根據職務內容、工作時數、專業資格、產業標準、公司規模以及所在地區市場行情來決定，而不是套用以訛傳訛的公式。

目前IRS已經運用專業薪資資料庫及地理分析系統，比對相同職業在特定郵遞區號的市場薪資水準。例如，

同樣是會計師、保險經紀人或顧問，在不同城市與地區的合理薪資可能相差數萬美元。如果申報薪資明顯低於市場行情，系統很容易自動標示為高風險案件。

企業應檢查自己的薪資配置，如果目前薪資設定偏低，現在調整並仍有機會在年底前補足合理薪資要求，降低未來被稽核時薪資重新分類的風險。這類預防性規劃往往比事後面對國稅局查稅更有效更省錢，也更省人力時間成本。

隨著聯邦政府持續增加稅務執法預算，小企業主更應主動定期與公司稅經驗豐富的CPA合作，切勿依賴網路傳聞或朋友口述，以免得不償失。

張紀會計師聯絡方式：

\* 電話：973-884-2441

\*Email: jimzhangcpa@aol.com



張紀會計師專欄  
973-884-2441



**武會計師事務所**  
Jia Wu, CPA, MBA  
誠信，務實，耐心  
希望成為您專屬的會計師

**專業服務項目**

- ★ 公司成立、解散及相關諮詢服務
- ★ 公司和個人稅務申報及諮詢服務
- ★ 公司會計帳本記錄及諮詢服務
- ★ 薪資核算及申報服務
- ★ 公司和個人節稅及稅務規劃

Tel: 848-200-7361  
Fax: 888-502-6066  
Email: k.wu@jwcpallc.com  
254 Bridge St., Bldg G, Metuchen, NJ 08840

**真誠 貼心 合理 合法**  
**毛 註冊會計師**  
Matt Mao  
CPA, MBA

- 全美稅務申報稅局勞工審查
- 公司及跨國公司成立變更
- 公司與業務流程稅務優化
- 薪資銷售稅務審核
- 企業儘調財務審計

\* 30年應對IRS州稅局與勞工部門審查經驗  
\* 擅長LLC, S-Corp, C-Corp, Partnership, Not-for-Profit Org 及美中港、美日歐等業務往來公司及個人稅務申報

201-687-0380 / 732-906-8888  
Email: maonewjersey@gmail.com  
4 Browning Ct, West Windsor, NJ 08550  
21 Bridge St., Metuchen, NJ 08840(Near Edison Costco)

**H & L TAX LLC**  
惠麗專業會計事務所

專業會計師 多年經驗 收費合理

- 公司及個人稅申報
- 國外資產收入申報
- 公司設立 ● 會計簿記
- 財務報表 ● 薪資處理

**林麗 EA** 註冊稅務師  
Tel: 201-585-0345/0289  
Fax: 201-585-1117  
Email: hltaxus@gmail.com  
185 Bridge Plaza N., Ste.308, Fort Lee, NJ 07024

**張紀** 美國中國會計師  
JIM ZHANG CPA

以專業的精神，熱忱的態度為您服務  
申報全美50州個人及公司所得稅

公司成立註銷 簿記會計審計  
文件快服務好 辦國稅局查帳

Specialized in:  
Section 1031 Exchange  
Securities Day Trading  
IRS Tax Audit

**973-884-2441**  
11 Lana Dr., Parsippany, NJ 07054

**林會計師事務所** 針對需求 量身訂做  
JL CPA & ASSOCIATES LLC

**Joseph Lin, CPA** 您專屬的會計師 多年經驗

**專業服務項目**

- ◆ 公司帳務/會計服務
- ◆ 公司設立/諮詢服務
- ◆ 公司/個人稅務服務
- ◆ 薪資核算/申報服務
- ◆ 審計/財務簽證服務

732-762-0288 josephlin123@gmail.com  
Central Jersey: 1981 Rt. 27 Edison NJ 08817 (皇都對面)  
大普林斯頓地區: 225 Washington Rd, Princeton, NJ 08540

**The Lieb Group, LLP**  
六十多年歷史 會計師事務所  
美國主流社會

**林斌** 註冊會計師 Henry Lin, CPA  
Email: info@liebgroup.com

- 30多年豐富的實踐經驗，唯一華人合夥人
- 曾分別擔任全美知名會計師事務所審計部及稅務部經理
- 精通各類商業企業和非營利機構的審計、會計、簿記及相關業務和法規
- 審核簽發各類財務報表，提供財務規劃和財會制度的諮詢及設立
- 擅長公司、個人、遺產、信託的稅務申報及規劃，和稅務局查帳、調解及申辯

NYC office: 358 Fifth Ave., Ste.305 New York, NY 10001  
Tel: 212-213-9501  
Fax: 848-229-2390

NJ office: 14 Bridge Street Building C Metuchen, NJ 08840  
Tel: 732-578-8225

**MS 集團專業註冊會計師事務所**  
MS Group CPA LLC (a PCAOB, NY, and NJ registered CPA firm)

**沈美苓** CPA, MS, 資深會計師合夥人

多年上市公司審計及稅務經驗

- 各類稅務申報
- 各類薪資申報
- 上市公司審計
- 財務報表編寫
- 國際商務稅務
- 公司設立變更
- 帳務處理調整
- 遺產轉讓規劃
- 退休延稅計劃
- 各類保險代理

Tel: 732-885-1555  
Fax: 855-322-0899  
Website: www.msccpa.com  
Email: mshen@msgroupcpa.com

總部 672 US Highway 202/206 North, Building #3 Bridgewater NJ 08807  
分部 6 Center Street, Edison, NJ 08817

# 川普怒：倒影池疑現反川暗語「8647」

近日，華府林肯紀念堂前的倒影池(Reflecting Pool)傳嚴重損壞問題。地標倒影池旁的草地上遺現神祕反川暗語“8647”，且耗資千萬美元翻修的池底更驚現350英尺長的割裂痕跡。距離250週年美國國慶僅剩不到10天，此事讓川普總統非常震怒，22日在社群媒體譴責這是反對派的蓄意惡意破壞，並公開放話破壞或企圖破壞國家財產者，將面臨最高10年的聯邦監禁。

在俚語中，“86”有除掉、淘汰之意，而“47”則代表第47任總統川普。除了草地遭殃，川普隨後更透露倒影池底部出現一條長達350英尺的裂縫，聲稱是被人用刀「暴力切割」。目前大批國民警衛隊、公園員警已全面進駐，並調來監視器拖車對整個區域進行24小時監控。

內政部證實已有5人因破壞公物被捕、5人收到聯邦傳票。雖然最初公園警察列舉的僅是擾亂秩序、汙損財產等當地輕罪，但哥倫比亞特區聯邦檢察官皮羅(Jeanine Pirro)暗示，若損失金額龐大或涉及投放特定物質造成藻類大爆發，不排除以「聯邦重罪」起訴，涉案者恐面臨最高25萬美元罰款與10年有期徒刑。

這起事件已演變成社會嚴重的政治撕裂。支持者堅信從神祕代碼到割裂池底，都是反對派為了抹黑川普「美化首都」政績的手段。然而，批評者則痛批，在當前戰爭陰影、國內汽油與食品價格高企的民生危機下，川普仍執著於翻修工程。此外，更有非營利組織提告，批評政府盲目推進未成熟設計，才導致如今底部剝落與藻類大爆發的工程瑕疵。

倒影池始建於1922年，位於林肯紀念堂和華盛頓紀念碑之間。1963年，民權領袖馬丁·路德·金在倒影池前發表了著名演說《我有一個夢想》。

今年4月，川普下令把倒影池底部從“深灰色”變成“美國國旗藍”，稱改造工程耗資150萬至200萬美元。但據悉，相關合同總計至少1480萬美元。



# 雲端運算巨頭甲骨文大裁員

22日，雲端運算巨頭甲骨文(Oracle)表示，公司持續進行業務重組，加上內部營運導入人工智慧(AI)，2026財年縮編13%，相當於約2.1萬名員工。為了裁員重組，甲骨文支出18.4億美元資遣費。

甲骨文22日公佈年度報告，截至今年5月31日，總員工數為141,000人，去年同期為162,000。報告指出，人員調整是應對各種因素的結果，包括管理和產品變化、績效問題、策略轉變和收購。

此外，AI崛起被導入許多企業的內部管理，甲骨

文同樣如此。追蹤產業裁員情況的網站「Layoffs.fyi」顯示，今年迄今為止，已有196家科技公司裁員超過119,800名員工。

裁員重組的背後，代表高昂的天價資遣費，財報顯示，甲骨文在2026財年支付約18.4億美元的資遣費與其他退職相關費用。相比上個財年的3.74億美元，一口氣倍增許多，雪上加霜的是，甲骨文並未像其他科技巨頭擁有龐大的現金流，必須仰賴燒錢和發行債券。

# 入籍申請費將提至1330美元

22日，川普政府公佈新規提案，計畫上調入籍美國的申請費用，並取消低收入申請者的費用減免和優惠政策。

川普政府計畫提高合法移民申請美國公民身份的費用，申請費將從目前的760美元提高到1330美元，漲幅為570美元。

此外，移民局重新審查入籍申請者被拒決定的費用，也將上調645美元。

這項提案還將取消入籍申請者中的費用豁免，以及針對低收入申請人的費用減免選項。按照現行規定，家庭收入不高於聯邦貧困線400%的申請人，都可以申請減免費用。

國土安全部表示，提高費用是為了讓入籍申請的審理成本，能夠由申請費用完全覆蓋，在川普政府加強對申請人審查的背景下，相關處理成本也有所上升。

這項新規目前還不會立即生效，仍需經過聯邦政府正式規則制定程序。按照安排，公眾將有60天時間就這份提案提交意見。

分析認為，如果新規最終落地，入籍成本將明顯上升，低收入合法移民申請美國公民身份的門檻也可能進一步提高。



## 常春藤教育服務

### Ivy League Education Service(Charles Education)

我們的目標:幫助你進入高排名大學(High Ranking Universities),助你夢想成真!

#### 考試衝刺高分培訓課程

SAT/PSAT數學高分保證課程:(為準備8月份考試課程的報名正在進行中)

1. Transition from Algebra I to Algebra II for Math Study at High Schools (專為將在下一學年學習代數II的學生設計).
2. Geometry, Algebra I and II, Pre-calculus, Physics, and Calculus

課程特色: 1)注重概念教學,教授學生解題的基本方法和基本技巧  
2)全面掌握考試大綱並為考生大學學習做好準備,一舉兩得  
3)專門醫治考試粗心大意  
4)學生可以學到真正的物理和數學,不僅僅是考試內容

我們的格言:你給我一個信任,我給你豐富的收穫和滿意的分數

Phone: (732)983-6113, (732)983-6110; Address: North Edison, NJ 08820

## RE/MAX COMPETITIVE EDGE

251 Main St, Metuchen, NJ 08840. O:732-548-5555



**Simon Tsai**  
732-485-7877  
Seventsai@hotmail.com

**精誠所至 金石為開**

**買賣地產經紀人**

十八年豐富買賣經驗  
看房七千成交數百棟

SRS: 專業賣方經紀人    ABR: 專業買方經紀人  
SFR: 專業法拍屋經紀人    ACP: 商業地產經紀人

服務郡縣: Middlesex, Somerset, Morris, Essex, Hudson, Union and Monmouth Counties.  
服務城市: Edison, Metuchen, Piscataway, Bridgewater, E/N/No/So Brunswicks, Franklin, Basking Ridge, Livingston, Secaucus, Westfield, Holmdel, Marlboro及週邊各城市.



**張清田** Louis Chang

732-675-6920 (英文) 732-762-4340 (手機)

Email: RealtorLouis@gmail.com  
127 Fieldcrest Ave, Edison, NJ 08837

新州中部 Edison, Woodbridge, E.S.N. Brunswick, Piscataway, Bridgewater, Somerset, Union County 房屋買賣, 商業投資, 免費提供房屋估價和市場分析

**資深 全職 專業**

**Plainfield**



投資好機會!兩家庭出租屋,有7%淨收入。  
全部翻新:全新水電 瓦斯 管線,全新牆 屋頂 地板 廚房 衛浴,8房4衛2廚房,一套洗衣設施  
售價:\$62萬9千

**Plainfield**



商住兩用商業樓,使用面積18,000平方英尺,樓下商店二,三,四樓住家  
售價:\$140萬

**Edison**



地點特佳.近27號公路H-mart & 火車站,1162平方呎,3臥1浴,精緻小木屋,舊式廚房,較新浴室,需裝修...

**售\$48.9萬 \$47.4**

**Edison**



H-Mart對面兩條街巷內,2024加建,超大2502呎,5臥3浴1車房+完成地下室.一樓有套房+衛浴,全屋新地板,白色櫥櫃配大理石檯面,不鏽鋼廚具.

**僅售\$85萬**

**Plainsboro**



新州前五名學區公寓房,2臥2浴,兩個套房,vu兩個套房,新合成地板,精緻櫥櫃雲石檯面,挑高天花板加天窗.

**售\$38萬**

**Edison**



1794呎,3臥3浴1車房, Menlo Park 百貨城對面,全屋古典色彩,硬木地板新修廚房,花崗石檯面不鏽鋼廚具...

**售\$69.9萬**

大陸

李強會見韓國總理金民錫

23日，國務院總理李強會見出席夏季達沃斯論壇的韓國總理金民錫。李強表示，中方願同韓方遵循兩國元首戰略引領，共促兩國和地區的繁榮。

中國將10間美國實體列管制名單

22日，商務部宣佈將艾維奧克斯公司等10間美國涉軍實體，列入出口管制管控名單，禁止對其出口兩用物項，不得採購46間美國企業的產品。

全球首架CBJ公務機在上海運營

22日，海航集團旗下上海金鹿在上海虹橋機場舉行全球首架CBJ公務機正式投入商業運營首航儀式，金鹿成為全球首家運營國產公務機運營商。

端午期間666.7萬人次出入境

2026年端午節假期全國邊檢機關共計666.7萬人次中外人員出入境，日均222.2萬人次，同比增長12.9%。單日出入境通關最高峰出現在6月20日，達230.8萬人次。

中菲合作遣返涉綁架犯罪嫌疑人

19日，中國和菲律賓兩國執法部門合作抓獲遣返2名在菲從事博彩業並實施綁架犯罪的嫌疑人。22日，中菲雙方再次合作遣返2名參與2023年10月薄荷島綁架案的嫌疑人。

夏季達沃斯論壇舉行

第十七屆夏季達沃斯論壇23日起在遼寧大連舉行，來自90多個國家和地區的1700余名各界代表齊聚大連，共同探尋全球經濟復蘇與高品質發展新路徑。

台灣

陳以信接文傳會主委

國民黨22日宣佈，文傳會主委尹乃菁因個人生涯規劃請辭獲准，遺缺由政策會副執行長陳以信接任。陳以信具備深厚國際事務、政策研究與媒體溝通歷練。

台灣競爭力奪全球第4

瑞士洛桑管理學院(IMD)2026年世界競爭力年報出爐，台灣在70個受評比經濟體中勇奪第4名，刷新1997年納入評比以來最佳紀錄。

華沙台灣形象展開幕

經濟部所主辦的「2026年歐洲台灣形象展」22日於波蘭華沙展開，這次邀請上百家台灣企業來參展，安排上千場洽商會，預估展覽所創造的商機將超越過往的5000萬美元紀錄。

兼職求職人數五年增長21%

2025年全台灣兼職求職人數達72.7萬人，較2021年增長21%。分析指，該資料反映台灣生活成本上升，民眾通過兼職補充收入的現象更加普遍。

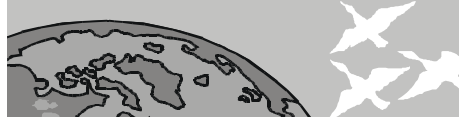
台大醫學院長吳明賢送醫

台大醫學院院長、腸胃科權威醫師吳明賢23日心肺功能停止(OHCA)送醫，裝葉克膜搶救。吳明賢目前已由北醫附醫轉回台大醫院搶救。

愛爾麗總裁常如山遭求重刑

台北地檢署24日表示，愛爾麗醫美集團總裁常如山涉嫌強制性交未遂，依強制性交未遂罪、違反犯罪被害人保護命令罪提起公訴，並請求法院從重量刑。

全球掃描



港澳

李家超率團出席閩港合作會議

香港行政長官李家超22日率政府代表團到福建訪問，出席閩港高層會晤暨閩港合作會議，見證兩地官員及機構簽署合作備忘錄，深化金融、經貿、旅遊等多方面合作。

機場劫金條案再多6人落網

香港機場三號停車場18日發生持刀行劫案，一名男子被搶去約值700萬元的6公斤金條。警方近日再拘捕多6人，被捕總人數增至13人。

港中大發現治療青光眼新方向

香港中文大學研究發現，透過抑制眼部組織中、一種神經內分泌生長激素的蛋白，可提升視網膜神經細胞存活率，抑制青光眼導致的視神經退化及死亡，恢復七成視覺功能。

深圳灣公路大橋四車交通意外

深圳灣公路大橋21日發生交通意外。三輛的士與一輛私家車相撞，私家車翻側，至少四人受傷。

國泰下月起下調燃油附加費

國泰航空宣佈下調燃油附加費，7月1日起，長途航班減至1164元，短途航班減至290元。來往香港與內地航班不變，香港往內地維持165元，內地往香港為人民幣135元。

美國和國際

美國暫時解除對伊朗石油制裁

美國財政部長貝森特22日表示，財政部已經發出一份為期60天的一般許可，批准生產、交付和銷售伊朗原油及石化和石油產品，稱措施是美國與伊朗談判框架的一部分。

聯儲局前主席格林斯潘離世

美國聯儲局前主席格林斯潘22日離世，享年100歲。格林斯潘為第十三任聯儲局主席，自1987年起出任，連任五屆，直到2006年卸任。聯儲局在他帶領下，多年來應對多場經濟危機。

美國油價連跌六周

在美國與伊朗簽署初步和平協定後，美國汽油價格連續第六周下跌，較5月份高點回落約14%，23日全美普通汽油平均價格降至每加侖3.93美元。

梅西成爲世界盃足球賽最佳射手

阿根廷足球隊的萊昂內爾·梅西在22日對陣奧地利隊的比賽上半場進球後，成爲國際足聯(FIFA)男子世界盃歷史上進球最多的球員。

斯塔默辭任英國首相及工黨領袖

英國首相、工黨領袖基爾·斯塔默22日宣佈辭職，將卸任首相與工黨首職。斯塔默表示，將履職至新任首相就任，全力保障權力平穩過渡，並承諾將毫無保留地支持繼任者。

加拿大蒙特利爾發生槍擊事件

22日，加拿大魁北克省蒙特利爾市發生一起槍擊事件，一名平民和一名警員在槍擊事件中死亡，另有一名警員受傷，嫌疑人已被擊斃。

HomeSmart Real Estate advertisement for Wendy Dobrek, covering NJ, Bucks County, and Montgomery County.

NJ Home Inspector LLC advertisement for Patrick Tan, offering home inspection and radon/termite testing services.

Real estate advertisement for Adam Chu, highlighting his 27 years of experience and listing various properties.

Real estate advertisement for ROSA AGENCY, featuring Aina Lin-Hsieh and listing properties in Hudson, Bergen, Union, Morris, and Essex counties.

Real estate advertisement listing properties in Branchburg, Hillsborough, Raritan Boro, North Edison, Millburn, and Edison.



房貸顧問張兆蘭  
917-580-0767

## 房市有所反彈，美國東北部買家重新看房

美國東部：如紐約/新州/康州/賓州/波士頓等(特別是東北部地區)的房價目前持續走高且漲幅居全美前列，因房屋庫存處於歷史低位，許多都會區的房價呈上升趨勢。大紐約都會區內因房型與地段不同，市場呈兩極分化。

美國房市5月 pending home sales 上漲3.8% 創6個月高點，東北部漲幅8.7%。和前幾個月買家觀望不同，部分家庭已開始重新看房。因30年房貸利率仍在6%以上，雖然新州房源有增加，對買家來說是好事，但利率的高企對月供的壓力還沒真正下來。因現在的通貨膨脹很高，我認為如果買自住或投資的剛需房還是不需猶豫的，如明年能降利率的話，可再作重新貸款以降低供房成本。

### 美國區域與市場概況

**東北部領漲：**美國房地產經紀人協會(NAR)資料顯示，受庫存短缺影響，東北部地區房價中位數同比上漲約4.9%，達到\$506,500美元。**紐約都會區表現：**紐約大都會區全物業中位成交價約在\$660,000美元左右。整體處於“價格堅挺、庫存緊缺”階段。**兩極分化：**曼哈頓等核心區受國際買家回流影響，高端豪宅競爭激烈；而部分非核心地段(如紐約Condo 房型或部分老化房源)價格有所回調，買家有更多的議價空間。

### 貸款與房產稅因素

貸款利率：抵押貸款利率維持在6.5%

到6.75%左右的高位，這在一定程度上抑制了流動性。**隱形成本：**美東部分郊區縣(如新澤西的Bergen County等)的生活成本雖相對曼哈頓較低，但房產稅率較高，買家需將此納入長期持有成本的考量。

### 市場有風險，投資需謹慎！

如有朋友購買1-4家庭和5-8家庭的投資物業，只用租金收入滿足貸款，不需看個人報稅收入。請電話諮詢，我們現在有很好的貸款項目，有只付利息的項目，貸款金額至75%。還有一些純住宅投資項目的貸款甚至可做到85%的貸款。另外還有Mixed-use的商業貸款，如業主是在這個物業內經營生意，佔用面積達到51%，還可借到90%的貸款，但對收入有一定的要求。歡迎來電諮詢。自住房重新貸款可完全不看個人或家庭收入也可以做到貸款，利率也可以做到6.5%視乎信用分數及貸款比例。

不要輕信比市場超低的貸款利息，找一些靠譜有口碑的貸款專員及貸款銀行，以免遇到不良人士影響你的買賣過戶及洩露自己的隱私資訊。

作者為新美貸款銀行的持牌貸款專員。現在銀行推出有查與不查收入的貸款各種項目，有商業貸款。

做投資出租房的貸款則可完全不看個人收入，可用公司名義購買或重新貸款(LLC或INC)，住宅貸款不查收入自住房最低20%首付而投資房則是25%首付。歡迎查詢：917-580-0767 張兆蘭(Helen)。NMLS ID#: 1887879，微信ID: Helen9175800767

## 新州房市熱度攀升！ 房市進入黃金期

六月中旬，新澤西房地產市場逐步進入一年中最關鍵的夏季視窗期。根據新澤西房地產經紀人協會(NJ Realtors)最新資料顯示，2026年5月至6月初，全州新掛牌房源數量同比增長約12%-15%，市場庫存開始明顯回升。與春季的“搶房熱”相比，當前市場正從情緒驅動轉向理性博弈，買賣雙方的策略更加謹慎。

### 庫存回升，選擇增加

進入六月後，新房源數量明顯增加，尤其是在學區較好的郡，如Bergen、Morris等地區，這些區域的活躍掛牌量較4月高點增加約18%。庫存回升緩解了春季供不應求的局面，買家擁有更多選擇空間，也不再盲目加價競標。對於買家而言，這意味著可以更從容地比較房源、進行房屋檢查並提出附帶條件的報價；而對於賣家來說，競爭加劇，房屋定價和上市時機變得更加關鍵，過高定價可能導致掛牌時間延長。

### 利率壓力下的觀望情緒

儘管市場活躍，但30年期固定房貸利率仍維持在6.5%-7%區間，使部分首次購房者持觀望態度。資料顯示，首次購房者占比從春季的約32%下降至當前的28%左右。一些賣家也開始調整預期價格，以吸引更多理性的買家群體。

王芳(Winnie)新州千萬房產經紀，新州地產協會卓越銷售獎得主2018-2024。新州資深房地產投資顧問，10年以上從事房地產優質學區房買賣和租賃，商業樓宇投資，物業管理等經驗。主做新州北部和中部。歡迎隨時諮詢，多一份建議多一份保障。電話：551-580-4856，微信:wschreck1，Email:f.winnie.s@gmail.com



資深房產顧問王芳  
551-580-4856

成交週期相比春季略有拉長，平均上市天數從4月的18天上升至目前的24天，議價空間有所出現。對於買家來說，這是爭取價格讓步或賣方補貼(如closing cost credit)的機會；而賣家則需要接受市場回歸理性，靈活應對報價談判。

### 優質房源仍具競爭力

值得注意的是，地段優越、學區優秀且維護良好的房源，依然具備較強競爭力。例如，在Bergen County部分優質學區，約35%-40%的房源仍能在兩週內收到多重報價，成交價平均高於掛牌價3%-5%。這表明市場並未降溫，而是分化更加明顯。

總體來看，2026年夏季的新澤西房地產市場正邁入“結構性平衡”階段。庫存回升與利率壓力共同作用，使市場從極端賣方市場逐步過渡到更均衡的狀態。對於買家而言，這是更具策略性的入市時機，可以利用市場分化尋找價值；而賣家則需要通過合理定價、專業行銷和房屋呈現來贏得市場，從而在競爭中脫穎而出。

### 新美貸款銀行

Summit Mortgage Bankers, Inc  
Mortgage Banker NYDFS.NJDOBI.PADOBS  
Established in 1992 NMLS#36653

**專業誠信 優質服務**

- 利率優，審批快
- 費用低，選擇多
- 免費預貸款批准證明
- 我們自己是銀行可自批自貸
- 買投資房做不查收入貸款可完全不查報稅收入

**張兆蘭**  
Zhao Lan Zhang  
執照貸款顧問  
電話: zhaolan.zhang@smb-mortgage.com  
NMLS ID: 1887879  
有新澤西、紐約及賓州三州的貸款執照  
Cell: 917-580-0767  
(精通英、國、粵、客家話)

### 新美貸款銀行

Summit Mortgage Bankers, Inc

**Yuqing Chen, MBA (Shirley)**  
NJ等多州貸款逾億  
Shirleyyc18@gmail.com  
732-853-3542  
認真負責 誠信專業

NMLS ID: 262276 Company NMLS ID: 36653

- 免費預批准Pre-approval, 買房貸款
- Refinance, 免查收入貸款, 利率優
- 重新貸款, 優惠貸款計畫

Licensed Mortgage Lender  
1876 Route 27, #206, Edison, NJ 08817  
\*Loan may be arranged through third party providers

## 新美貸款銀行

SUMMIT MORTGAGE BANKERS, INC. NMLS #36653

- Licensed Mortgage Lender by NJ Department of Banking and Insurance
- Licensed Mortgage Banker by NYS Department of Financial Services

截至 6/30/2026，購買房屋的查收入貸款  
Lender fee \$1468 降為 \$1168

**好消息**

提供 無銀行費用的 重新貸款

借款人需符合條件 詳情請電話諮詢

費用低·利率好  
審批快·服務佳

- 符合條件的首次購房者 利率或費用優惠貸款
- 自雇者免報稅文件貸款
- 免收入文件投資房貸款
- 無美國信用和身份的 海外人士貸款
- 公司LLC貸款， mixed used樓宇貸款

網址: http://www.smb-mortgage.com  
新澤西: 1876 Rt. 27, Edison, NJ 08817  
電話: 732-650-1863  
紐約: 136-20 38th Ave., Ste 11i., Flushing, NY 11354  
電話: 718-888-0358  
Loan may be arranged through third party providers

**Hongmiao (Joey) Zhou**  
(O) 732-650-1863 x103  
(C) 646-207-7929  
VP, Branch Manager  
NMLS # 22748

**Yan (Ann) Meng**  
Loan Officer  
NMLS #245358

**Liqiang (Kelvin) He**  
(C) 201-647-1002  
Loan Officer  
NMLS # 1735960

Licensed mortgage banker established in 1992 成立於1992年的華人貸款銀行

## 瑞聯房屋貸款

RELIANCE CAPITAL INC  
Company NMLS# 218653

**專業·誠信**

**利率低 審批快**

- ★ 利率降低，購房者好消息
- ★ Mortgage Broker 為您選擇最好利率
- ★ 首次購房優惠貸款
- ★ 各種重新貸款 [No closing cost option available]
- ★ 低利率大額貸款[Jumbo Loans]
- ★ 國外匯款Gifted Money不需等,即可使用

**Jordan X. Zhou**  
貸款經理  
NMLS#: 218383  
公司電話: 732-287-8183  
手機(夜): 732-910-2676  
Jordan.zhou@rci-mortgage.com  
3840 Park Ave. Unit D107, Edison, NJ 08820  
Licensed Mortgage Broker - N. J. Dept. of Banking & Insurance  
The rate and APR are as of 01/06/23, subject to change without any notice. Mortgage broker does not make any mortgage loan commitments or fund any mortgage loans. Loans are arranged with third-party providers.



### 2026年7月簽證公告：中國EB-3前進，印度EB-2名額不可用

七月簽證公告已公布，親屬及職業移民個別類別排期均有所推進。其中，中國出生職業移民EB-1前進兩個月，EB-3前進近三個月。

“無可用名額”。國務院表示，中國EB-2亦不排除出現同樣狀況，我們將持續追蹤。

此外，移民局七月將對親屬移民採取遞表日期受理身份調整申請，而職業移民則採取最終發卡日期受理。

值得注意的是，受簽證需求高漲影響，印度EB-2及EB-5排期本月轉為

AD：最終頒發綠卡排期 FD：遞交綠卡申請表排期

家屬移民	全球/其他	中國	印度	墨西哥	菲律賓
第一優先	A:02/01/18	A:02/01/18	A:02/01/18	A:11/08/07	A:05/01/13
	F:01/01/19	F:01/01/19	F:01/01/19	F:10/01/08	F:04/22/15
第二優先A	A:01/01/25	A:01/01/25	A:01/01/25	A:01/01/24	A:01/01/25
	F:有名額	F:有名額	F:有名額	F:有名額	F:有名額
第二優先B	A:11/22/17	A:11/22/17	A:11/22/17	A:02/15/09	A:05/15/13
	F:06/08/18	F:06/08/18	F:06/08/18	F:05/15/10	F:10/01/13
第三優先	A:04/15/12	A:04/15/12	A:04/15/12	A:06/01/01	A:02/22/06
	F:12/08/12	F:12/08/12	F:12/08/12	F:07/15/01	F:08/08/06
第四優先	A:01/01/09	A:01/01/09	A:11/01/06	A:04/08/01	A:08/01/07
	F:03/01/10	F:03/01/10	F:12/15/06	F:04/30/01	F:03/22/08

第一優先：公民之未婚子女(每年大約23,000名額)；第二優先A：永久居民之配偶和未成年子女(21歲以下並未婚)；第二優先B：永久居民之未婚子女(21歲以上)；第三優先：公民已婚的子女(每年大約23,000名額)；第四優先：成年公民的兄弟姐妹(每年大約65,000名額)

就業移民	全球/其他	中國	印度	墨西哥	菲律賓
第一優先	A:有名額	A:06/01/23	A:10/15/22	A:有名額	A:有名額
	F:有名額	F:12/01/23	F:12/01/23	F:有名額	F:有名額
第二優先	A:有名額	A:09/01/21	A:無名額	A:有名額	A:有名額
	F:有名額	F:01/01/22	F:01/15/15	F:有名額	F:有名額
第三優先	A:08/01/24	A:12/22/21	A:01/01/14	A:08/01/24	A:08/01/23
	F:有名額	F:01/01/22	F:01/15/15	F:有名額	F:01/01/24
其他工人	A:03/01/22	A:04/01/19	A:01/01/14	A:03/01/22	A:12/01/21
	F:08/01/22	F:10/01/19	F:01/15/15	F:08/01/22	F:08/01/22
第四優先	A:09/15/22	A:09/15/22	A:09/15/22	A:09/15/22	A:09/15/22
	F:01/01/23	F:01/01/23	F:01/01/23	F:01/01/23	F:01/01/23
第五優先	A:有名額	A:12/01/16	A:無名額	A:有名額	A:有名額
	F:有名額	F:03/01/17	F:05/01/24	F:有名額	F:有名額

第一優先：優先勞工(特殊人才，跨國公司主管/經理，傑出教授/研究人員)；第二優先：具有碩士及以上學歷的專業人士或出眾人才；第三優先：技術工人，職業人員和其他工人(非技術勞工)；第四優先：特殊移民；第五優先：創造就業人士(工作投資移民)，\* 第五優先除非預留(unreserved)類別外全球均有名額。(移民法律和政策瞬息萬變，如有需求，請致電本所：732-632-9888；網址：www.lvisa1.com 安排正式預約法律諮詢。)

范琦勇專欄 908-240-4029

作者網站：www.fanqiyong.com  
微信號：qyfusa2000

### 埃及土耳其行(之四)

3/29 上文說過以弗所地區所在的迦南美地被聖經譽為“流著奶和蜜”，但迦南美地的大部分地區，如巴勒斯坦、約旦和以色列多半是都是乾旱、沙漠、半沙漠地區，不適合農耕，唯獨土耳其西部土地肥沃，雨量充沛，自古以來就是富饒的農耕地區，盛產農作物和水果。今天的土耳其是歐盟最大的農產品和水果進口地，農業是其第一大產業。土耳其是北約成員國，也一直想加入歐盟，現在是歐盟候選國，與歐盟締結了關稅同盟。土耳其進出口到歐盟的產品大都免關稅，或關稅很低。可以說土耳其一隻腳進了歐盟，一隻腳還懸在外面，與土耳其的地理也很吻合，一半歐洲，一半亞洲。

在希城內有一個著名遺址，古希臘人稱為冥王之門(Pluto's Gate)，又叫地獄之門，是進入地下世界的入口。由於地熱運動，洞穴中不斷向外釋放高濃度二氧化硫，人、畜、鳥獸靠近都會窒息而死。

榮譽歸於希臘，偉大屬於羅馬。羅馬人對後世世界的影響是全方位的。但從建築學上講，古羅馬人發明了拱門(arch)和穹頂(dome)，使得屋頂的壓力分散兩側而不容易斷裂。古羅馬那些宏偉的建築如鬥獸場、萬神殿以及後來的大教堂，不論是基督教、猶太教、東正教還是伊斯蘭教，都離不開拱門和穹頂。遊覽歐洲的教堂、王宮和古建築，很少看到中國建築中粗大的柱子，室內空間宏大高聳，這就要拜拱門和穹頂之功，最著名的就是羅馬的萬神殿。從地面到屋頂43.3米，穹頂直徑也是43.3米，殿內沒有一根柱子，殿內可容納上千人，這座萬神殿屹立2000年不倒。此外，古羅馬人在沒有鋼筋的情況下發明了古代混凝土，使得建築和道路堅固耐用，萬神殿的建設就是使用了大量的混凝土。

3/30 今天到達土國西部著名景點“棉花堡”(Pamukkale)，Pamukkale在土耳其語中就是棉花的城堡的意思。棉花堡連同背後的希拉波利斯(Hierapolis)古城成為世界級的自然和歷史景觀，被BBC評為人生必去的50大景點之一，也是聯合國教科文組織認證的世界遺產。該地出溫泉，泉水富含碳酸鈣，水流出後逐漸乘積成白色石灰岩，經數千年堆積形成層層臺階和淺藍色的水池，看起來就像棉花山一樣，潔白如棉。水池中的水在陽光的照射下映出白、藍兩色，很是夢幻。與四川黃龍、九寨溝相比，棉花堡水的顏色沒有那麼多彩，也沒有那麼靈秀，但勝在惟妙惟肖的棉花形狀和世所罕見的階梯景觀。棉花堡水池可以拖鞋入內，水池中的水有冷有熱，冷水冰寒刺骨，溫泉冷熱適中，在不同的水池可以體驗冰火兩重天的滋味。

感恩有你，信任同行晚宴 party。光陰荏苒，歲月如梭，自本人投身保險理財行業以來已走過了28個春秋，感恩你的信任和支持！因為有你，我們的事業才更有意義！為表達誠摯感謝，我們將在7月25日(星期六)在Edison舉辦晚宴，招待客戶。只要你是我們的客人，不論是20多年前買過保險，還是最近幾年買過年金，或其它理財產品，都熱誠歡迎帶配偶或伴侶參加。

晚會內容：歡迎晚宴，才藝表演，幸運抽獎，交流互動。我們邀請了專業演員表演川劇變臉和魔術，也歡迎客戶登臺獻藝，共度美好時光。

晚宴地址：Golden Seafood Restaurant(金喜海鮮酒樓)，518 Old Post Rd., Edison, NJ.

由於很多老客戶不用電子郵件以前也沒有手機，有些客戶中途又搬家，電話變換，有些客戶無法收到晚宴信息，所以特在此通知一下，請大家與我們聯繫報名。聯繫電話：908-240-4029 或電子郵件 qiyongfan@yahoo.com，或微信：qyfusa2000

因座位有限，請大家儘快與我們聯繫報名，報名截止日期7月5日。期待與您相見！

**GREENWAY MORTGAGE**

量身訂製貸款方案，滿足您的需求

- 傳統貸款 · FHA · 大額貸款 (Jumbo)
- VA 與 USDA 貸款
- 首次購房者貸款計劃
- 首付援助計劃
- 免收入文件投資房貸
- 建築與裝修貸款
- 再融資與房屋淨值貸款
- 反向抵押貸款

**Jenny Wang**  
貸款顧問, NMLS#280478  
(908) 432-9557  
jwang@greenwaypcg.com

Greenway Mortgage Funding Corp. NMLS#374480, 107 Tindall Rd., Middletown, NJ 07748. Licensed by the N.J. Department of Banking and Insurance. Licensed Mortgage Banker NYS LENDER. Dept. of Financial Services. For complete licensing info go to nmlsconsumeraccess.org.

**AmerElite Financial Group**

專業服務 誠信可靠

**范琦勇** 北大碩士, 美國MBA, 資深理財代理, 專欄撰稿人  
百萬圓桌頂尖會員 (MDRT TOT)

人壽保險和長期護理保險：  
代理十幾家A級公司，為你挑選合適的產品

退休計劃：各種抵稅延稅計劃，Rollover  
大學獎助學金規劃：如何爭取大學資助  
遺產規劃：如何放大你的財產，少付遺產稅  
資產保障：如何保障財產不受官司追討

誠招理財專員

a) 全職半職均可，收入無上限  
b) 提供全面培訓，20年經驗傾囊以授  
c) 頂級佣金，團隊合作  
d) 歡迎有執照的Agent加盟

查詢請電：908-240-4029 Email: qiyongfan@yahoo.com 地址：390 Amwell Rd, #508, Hillsborough, NJ 08844  
Web: www.AmerEliteFinancial.com 561 US HWY 1, Unit #C-4, Edison, NJ 08817 (大華超市隔壁)

# 等著老了

李語

伴隨哭腔的聲調，哀哀叫嚷著～「你可以講電話，要我小聲？我幹嘛要小聲，我又沒在說話。睡什麼覺？要睡你睡，我又不想睡。天又沒有黑，什麼要我睡覺啦？噓…那就不跟你說了，天還沒有亮！你不理我，我才不理你呢！」

反覆想起唸叨…

「我媽死了，我媽不要我，把我送人。」

「妳不養我，妳怎麼不用枕頭把我悶死算了呢？」

「字寫不好不能吃飯，那我不寫了。」

「睡覺打呼聲，就被打嘴巴，那就不要睡覺？」

「煮了不吃就甩筷子？那你不要吃啊！」

最常振奮地吶喊著：「你好我好大家好，你好世界都好我不好！」

糾結七八十年前的「曾經」，而這些曾經，那些無解的人事物，當下沒有機會回嘴，成了一輩子的隱痛？家人說：你討厭、你氣的人都死了，你還要念什麼？老人說：「我念我的不行嗎？」家人只能理解：這時你最大，不說還待何時？

家人對老人不受控的自言自語，有了共識：有聲音比沒聲音好。畢竟能說出口的字句，能記住，總比忘記的好。自言自語，前後沒有順序，又有何妨？不經意在說什麼？又是說給誰聽？不必對號入座。

日常，隨時高分貝聲調發聲。會唱歌，歌詞沒記錯：「我沒忘記你忘記我，連名字你都說錯」；會唱名：「趙樹海、王滿嬌、歸亞蕾」，照順序唱

名，每天複誦。有對話般的嘻笑聲：「你是你啊，我是我啊，你喜歡我的，我也不喜歡你的，哈哈。」

有時不受控制，連續的喊叫家人時，循聲去理會後的答覆，往往是：「我沒叫你啊！我沒叫啊！」隨口還說了一句 sorry！這或許能理解是：因為耳朵聽不見，發聲自然大聲。但老外朋友來家做客時，竟問人家「你家有養動物嗎？」

九十幾歲高齡退化下，不存在原有的形象。老人原有的愛清潔愛收拾，不見了。老人隨手脫了尿布，隨手拋丟尿布、紙屑、甚至果皮汽水罐，就算垃圾桶擺在床邊，也是能丟多遠就多遠。

習慣蒙著被子沉睡在滲尿的床褥中。甚至手上不經意摸過了便便，也看不見。遭詢問：你聞不到尿味嗎？你手上有大便，沒感覺嗎？你把大便踩在地上走，沒看到嗎？你不穿衣服褲子，還坐在床上玩紙牌，你不冷嗎？你為什麼要脫呢？所有的疑問句，老人時而沉默（也許沒聽見），時而反擊怒斥著說：「你兇什麼兇啊！」而事實上就像其他人聽到的感覺是，無解、無奈、無所謂了。

也許老人退化的行為，沒有依據，

沒有行為模式，而這些行為，對不是照顧者的旁觀者而言，都稱之為「正常現象」。而主要照顧者，也會日漸習慣了。但既認知這都是正常現象，那有什麼理由說：我沒辦法照顧！

子女照顧老人，也會隨口氣上、態度上憑心情去處理應對。自我解嘲的說：自家人不必來這套輕聲細語。對這些不見得是不耐煩，當下也只能吼一吼，發洩一下；是啊！老人失控不是最糟的狀態，而家人失控，更是自然心情，就當轉個念，互相體諒吧。

自家老人，在哪個子女家待著，都會有一樣的狀況。子女有的說老人是故意出狀況整人。有的說老人是被外靈干擾。更有的認為隨心自在就好。但給老人有個房有張床，有個安身的地方，很難做到嗎？實質上都說：你們辛苦了！重點就是：待你家最好。

有的家人，承受在整日互綁的情勒中。不能釋懷老人的改變，不能接受不配合的老人行為，終日無法喘息。當然，勞心勞力照顧老父老母的，大有人在。得知已近七十歲的兒子，將九十幾歲不能自理的老父，送往於 Nursing Home，自責不已，日日奔波探望。兒子看起來比老父還要蒼老。老人照顧老人，是何等的為難。各家

難念的經，各不同版本，感同身受也只是一種嘆息。

有位家醫說：很多老人不是生病，是太久沒被陪伴。很多老人看似老化，其實是孤單。父母不說，但其實他們是在默默「生病」。

失智老人與老人退化，會是殊途同歸？「起點」難以追究。「認知點」難以招架。「過程點」又因人而異。但終歸學習理解與接受，別無他法可改變事實。

有人堅持，不想像戲劇演的，老人由子女輪流照顧。但試問哪個子女家不能是老人的家？共同照顧老人，很難嗎？還是情何以堪？在意的就去顧，不在意的呢？說得合情合理，下的指導棋比做的快又多。

理性安排，讓彼此好過點。不為了讓別人理解做得夠不夠，更不惶恐人言可畏，只是自家人即便瞭解實況，又如何？家人關係，能計較多少？

面對「老了」這件事衍生的各種情況，即使停個幾秒，也能提醒自己，讓思緒穩定些再處理，緩口氣。當然也有朋友說：遇到事情就是正面迎上，先做再說，要被抱怨、要被批評或是找情緒出口，都不擺在處理事情的前面。畢竟這就是家人。

不記得誰說的 - 月過十五光陰少，人到暮年萬事休。這是要勸說處之泰然？豁達些？還是去做就對了？

別再數落家中老人，總有等到老的自己。等你老了，別莫名的嘆息。照顧好自己，等著那不知何等模樣的自己。步入一甲子，慢慢變老的自己想，心有戚戚焉。這老了的練習題，想一想吧。（寄自紐約法拉盛）

## 王室繼子淪階下囚，被判坐牢四年（上）

他雖無王子頭銜，卻始終被外界視作「挪威王室的一部分」。

15日，挪威王儲妃的長子馬留斯·柏格·霍伊比(Marius Borg Hoiby)性侵和家暴罪成，被判坐牢四年。

霍伊比被控四項強姦罪名，其中兩項罪名成立，另外兩項罪名不成立。

另外，他在親密關係中施暴罪成，除了被判監禁，被勒令向受害者支付賠償金。

霍伊比因健康原因沒有在判刑時出現在法庭上，通過視訊方式聆訊。

霍伊比，是挪威王儲哈康的繼子，系挪威王儲妃梅特·瑪麗特婚前所生。他雖無王子頭銜，卻始終被外界視作「挪威王室的一部分」。

### 履歷寫滿荒唐

霍伊比雖是挪威王室的「編外成員」，卻從小在王儲的偏愛中長大。

1997年，霍伊比出生在奧斯陸，生父因毒品與暴力犯罪入獄，母親梅特是一名在生活泥淖中掙扎的單親媽媽。梅特的前半生同樣充滿動盪 - 父親酗酒，父母離異，年少時一度叛逆，經常出入夜店。

1999年，霍伊比兩歲時，梅特在音樂節當服務員，遇到了改變她一生的人 - 挪威王儲哈康。兩人一見鍾情，

迅速墜入愛河，並於次年公開戀情。

消息傳出後，挪威社會一片譁然。國王哈拉爾五世曾對哈康擱下狠話：「如果你非要跟她在一起，我就不認你這個兒子！」但哈康對繁文縟節向來反感。遇到梅特後，那份叛逆徹底燃了起來。哪怕父親以王位繼承權相逼，哈康也沒有放棄。最終，王室妥協，接納了梅特。

面對質疑，梅特也主動做出了回應。2001年，她召開直播記者會，為自己過去的生活方式道歉，試圖與那段不堪歲月做切割。這場公開表態逐漸扭轉了部分民眾對梅特的印象。同年，王室舉辦了一場盛大婚禮，王儲和「灰姑娘」的愛情故事，最終被塑造為當代王室打破階級、親近平民的典範。

4歲的霍伊比也被王室溫柔地接納了。霍伊比雖無王室頭銜，不在王位繼承序列中，但國王與王儲給予他的資源、庇護和體面，並不比其他王室子女少。或許是愛屋及烏，哈康對霍伊比尤其上心，盡可能讓他在公眾面前以「家庭成員」的姿態出現，努力為他鋪就一條足夠穩妥的人生路。

哈康與梅特婚後生下一兒一女。挪威王室自1990年起實行長子女繼承制，哈康與梅特的長女英格麗德公主

順理成章成了挪威的未來女君主。梅特由此完成了從單親媽媽到準王后的身份躍遷。被一併帶入王室生活的霍伊比，也在光環下漸漸長大。

然而，儘管被王室傾盡資源培養，霍伊比成年後的履歷仍荒誕不堪：從美國商學院輟學，從知名設計公司辭職，幹啥啥不行。他還曾因攜帶可卡因被罰款，帶黑幫成員在王宮開派對，任由損友順手牽羊偷走王室貴重物品。終於，霍伊比釀成大禍，被送上了被告席。

### 在庭審中掩面痛哭

霍伊比首次被捕是在2024年8月。那日夜晚，警方接到報警，趕往奧斯陸郊區的一間高檔公寓。現場一片狼藉：吊燈碎了，手機壞了，還有一把刀插在牆上。報警人是霍伊比的前女友，她的頭部也受了傷。幾個小時後，霍伊比被警方逮捕。10天後，他發表聲明，承認對女性實施暴力行為並為此道歉，同時表示自己因為「壓力太大」，長期存在藥物濫用問題。

但這僅僅是倒下的第一塊多米諾骨牌。隨著調查推進，越來越多證據和證人出現，霍伊比所涉案件數量不斷增加。2025年8月，檢方對霍伊比提起正式起訴，指控其涉嫌包括4項性



馬留斯·柏格·霍伊比

侵在內的32項刑事罪名。今年1月，檢方又追加了新指控，包括持有和運送大麻等。對此，霍伊比承認了暴力襲擊和毒品濫用等較輕罪名，卻對涉及重刑的強姦指控全盤否認。

其中最令人震驚的一項指控可追溯至2018年。檢方在霍伊比手機中發現了一段視頻：一名女子躺在一張白色沙發上休息，一隻帶有紋身的手正在女子身體上「遊走」。檢方認定，這隻手屬於霍伊比，並據此認為，該行為構成在受害者失去意識狀態下實施性

（王碩涵、楚佳晴）（待續）

## 愛迪生華人療養院

### At Edison Nursing and Rehabilitation

10 Brunswick Avenue, Edison, NJ 08817

**新裝潢**  
隆重擴展規模  
和增添床位  
和我家一樣舒適  
像家人一樣珍惜

歡迎來參觀這  
符合華裔情懷的療養院

在這個舒適的居住空間裡  
我們提供個性化短期護理、長期護理、  
復健治療等計劃

華裔員工  
專業復健治療師  
中式文娛活動  
報紙和雜誌

專業醫護人員  
家常中式菜餚  
中文電視  
中式傳統遊戲·麻將

華語專線：  
**732-835-6461**  
WelcomeEN@aristacare.com  
接受各式保險 (詳情歡迎電詢)





## ANN MEI KITCHEN

### Chinese Restaurant

# 合耀滇 湘菜館

正宗湘味 名師主持 原老湖南風味



6月25日  
隆重新張  
Grand Opening

908-300-8091/8092

www.annmei.fronteats.com

41 Old York Rd., Bridgewater, NJ 08807

7天營業

週一: 4pm-9pm  
週二至四: 11am-9pm  
週五至六: 11am-10pm  
週日: 12pm-9pm

合耀滇 湘菜館

憑本券消費  
10% off (限現金)  
Exp. 7/31/2026  
新州週報





# 最!最!!最優惠定期存款利率!!

3個月CD定存利率

## 4.25%

APY\*

6個月CD定存利率

## 4.25%

APY\*


12個月CD定存利率

## 4.25%

APY\*

Iselin: 1585 Oak Tree Rd. NJ 732-205-1777

\*A minimum of \$5,000 is required. Brokered deposits are not accepted. Early withdrawals are subject to a penalty. The Annual Percentage Yield (APY) displayed is effective as of 6/1/2026 and is subject to change. This offer may be withdrawn at any time and is subject to additional terms and conditions. Available to consumers and small business customers. Online bank accounts are not applicable for business accounts. A qualifying business checking account is required for business CDs. HAB Bank is a service mark of Habib American Bank



www.habbank.com

1983年以來，建起交流的橋樑

HAB 銀行是一家私人銀行，總部設在紐約州紐約市。該銀行成立於 1983 年，是紐約州的特許銀行，也是聯邦存款保險公司(FDIC)的成員。該行在紐約、新澤西、加州三個州設有七個分行。

HAB 銀行專門從事商業房地產貸款、資產貸款、專業貸款、國際貿易融資、金融機構服務和存款服務，即消費者銀行業務以及各種儲蓄、貨幣市場、存款證和支票帳戶。

## 老人中心端午節暨慶生會

【本報紐約訊】台灣會館老人中心日前舉辦端午節暨六月份壽星慶生會，由陳蘭英女士主持，州參議員劉醇逸、市議員黃敏儀及壽星、耆老等100多人參加，分享切蛋糕、送肉粽、紅包、演唱等精彩節目。會長陳奕明感謝國泰銀行與第一銀行長期以來的支持。

州參議員劉醇逸百忙中趕來為他母親尤瑞美祝壽，感謝中心鄉親們的熱心照顧，市議員黃敏儀致詞說她在八歲自台灣移民美國，一直在法拉盛居住，受教育成長服務，受到大家的厚愛當選市議員，看到大家像家人一樣相處和融與共，感到高興，祝大家平安喜樂、健康快樂。



六月份壽星名單：楊榮、廖秀英、邱月梅、尤瑞美、沈政行、潘仙丹、徐秀媚、王旭昭、簡茂順、陳月華、彭瑞英、鍾小玲、劉仲喜等人。

節目有陳金英手語表演「祝你幸福-愛拚才會贏」、莊富美老師椅上瑜珈與現代舞、周秀消養生氣功及王惠津快樂合唱團演唱、及劉醇逸助理盧美華客串兩首歌等，氣氛熱鬧溫馨。

## 麻將賽 98 歲婆婆勇奪雙獎

【本報紐約訊】華策會人瑞老人中心18日舉辦「慶祝雙親節暨端午節、第30屆麻將友誼大賽頒獎典禮」，吸引500多位會員歡聚一堂。活動中最受矚目的，莫過於98歲的阮梅秋珍婆婆一舉奪得麻將友誼大賽季軍及優勝獎，成為全場焦點；而本屆賽事冠軍、亞軍、季軍、殿軍及優勝獎五大獎項更全數由女性會員包辦，展現銀髮女性長者的活力與風采。

活動現場除安排麻將比賽頒獎外，還有文藝表演、幸運抽獎及節日聚餐，洋溢濃厚節慶氣氛。今年麻將友誼大賽中，98歲的阮梅秋珍不僅勇奪季軍，更以全場最高分摘下優勝獎，贏得現場熱烈掌聲。

阮婆婆表示，退休後幾乎每天都



到老人中心與朋友見面聊天、打麻將。「老人中心就是我的家。」她說，參加比賽最重要是開心，與老朋友相聚交流，讓退休生活更加充實愉快。

主辦方表示，舉辦雙親節及端午節慶祝活動，旨在弘揚敬老愛親精神及中華傳統文化，同時鼓勵長者積極參與社區活動、拓展社交圈，豐富退休生活。活動在歡樂溫馨的氣氛中留下美好回憶。

## 李霞老師初夏沙龍音樂會溫馨舉行

【本報新州訊】6月6日（星期六）下午，李霞老師的初夏沙龍音樂會在新州Titusville溫馨舉行。恰逢“6666”這一寓意美好的日子，來自李霞老師聲樂班的學員們歡聚一堂，以歌會友、以樂傳情，共同度過了一段充滿藝術氣息與溫暖情誼的美好時光。

音樂會由Fancy Shen主持。她從容大方的主持風格為整場活動增添了溫馨氛圍，使演出過程流暢有序。

音樂會上半場分為兩個組別進行。

第一組演出中，首先是Linda Huang演唱《帕米爾，我的家鄉多麼美》，她的歌聲悠揚遼闊；劉于剛帶來《絨花》，情感真摯細膩；偉紅的《我變了，我沒變》，自然流暢的表達贏得現場掌聲。

第二組演出，林琳《夜來香》，情感細膩真摯；曹陽的《花又落》感染力十足；Mason Yu的演唱《親吻祖國》，表達了對祖國的熱愛之情。

每組演唱結束後，李霞老師對學員們的演唱進行現場點評。她從發聲技巧、氣息運用、咬字吐字、情感表達以及舞臺表現包括服裝搭配等方面都給予了細緻耐心的指導，令大家受益匪淺。

中場休息期間，黃曉彥先生獻唱陝北民歌《夢中的蘭花花》。他將陝北民歌獨有的藝術魅力展現得淋漓盡致。

下半場演出繼續上演。第三組中，張煦演唱《南屏晚鐘》，歌聲悠揚婉轉；桂潔演唱《這世界有那麼多人》，溫



暖動人；吳昊《成都》，自然質樸；Tina Fu演唱《千古絕唱》，舞臺表現力十足。

第四組中，Rona Yang演唱《那就是我》，真摯感人；Michelle Vong演唱《血染的風采》，氣勢恢宏；最後，由Mason Yu和Linda Huang共同演唱《兩地曲》，夫妻搭檔配合默契，獲現場熱烈掌聲。

在點評環節結束後，李霞老師應大家邀請，即興獻唱歌曲《報答》，將音樂會氣氛推向高潮。她以深厚的藝術修養和嫺熟的演唱技巧，準確把握作品情感脈絡，歌聲時而深沉厚重，時而激昂高亢，將歌曲蘊含的真摯情感和恢宏氣勢展現得淋漓盡致。精彩的演繹贏得現場陣陣掌聲，也讓學員們近距離領略到專業聲樂藝術的魅力。許多學員表示，老師的示範演唱不僅是一場高水平的藝術享受，更是一堂生動而寶貴的聲樂實踐課，使大家受益匪淺，也為整場音樂會畫上圓滿句號。

本次音樂會的成功舉辦，離不開同學們的熱心支持與

無私奉獻。有人專程帶來專業音響設備，為演出提供優質的聲音保障；有人全程承擔攝影攝像工作，用鏡頭記錄下一個個精彩瞬間；有人協助佈置場地、協調流程；還有同學精心準備茶點和餐食。大家分工合作、默默付出，充分體現了團結互助、樂於奉獻的精神風貌。

音樂會結束後，大家共同分享美食，交流學習心得。晚餐過後，意猶未盡的師生們又唱起卡拉OK，在歌聲與歡笑中繼續分享對音樂的熱愛，也讓這場初夏相聚留下了更多溫暖而美好的回憶。

此次李霞老師學生沙龍音樂會不僅展示了學員們階段性的學習成果，也為大家提供了一個相互學習、共同提高的平臺。活動充分展現了李霞老師嚴謹認真的教學精神和學員們積極向上的學習風貌，更體現了團隊之間互幫互助、攜手成長的可貴情誼。大家紛紛表示，期待下一次相聚，用歌聲傳遞美好，用藝術豐富生活。

（文：林隱）

## 海外青年英語營行前培訓

【本報紐約訊】為擴大海外青年英語服務營活動成效，並正確培養學員「服務學習」觀念與加強志工服務精神，紐約華僑文教服務中心

於6月16日及6月19日舉辦兩場線上培訓，緊接著於6月21日在中心辦理全天實體培訓與共識建立活動。本次培訓共吸引高達70人次的志工與專家熱情參與，現場學習與互動氣氛熱烈，為即將啟程的青年志工們注入滿滿的教學與服務能量，僑務委員褚月梅及僑務促進委員樓麗莎等貴賓前來送上祝福。

今年大紐約地區將有49位優秀的青年志工返回臺灣進行英語教學服務。

紐約文教中心主任王怡如表示，透過精心規劃的行前培訓課程，期盼能讓青年志工們在出發前提前相互認識、建立共同情感與團隊默契，這不僅是奠定在地青少年社群凝聚力的基礎工作，更能大幅深化返回臺灣後的服務學習成效。

本次培訓內容兼具專業深度與實務應用，課程涵蓋青年志工團隊運作機制、與臺灣學生搭建溝通橋樑、在地文化認識與尊重、臺灣學校教室管理、專業青少年心理諮詢講座及學童溝通會話



等。活動特別邀請王理仁老師擔任行政總協調，並由資深專業教師林美華與馮淑雲規劃課程並親自授課；此外，FASCA諮詢老師翁雅琳也從旁協助提供豐富經驗。

值得一提的是，面對跨文化教學環境的挑戰，本次培訓特別邀請劉靜蓉帶來「美籍亞裔青少年心理韌性與跨文化適應」專業講座，協助學員調適台美文化差異並建立強健的心理素質。

課程中亦邀請過往曾跨海參加英語服務營的學長姐，包含陳若依及白朗現身說法，無私分享寶貴的教學第一線實務經驗，並協助案例研討及實際演練，讓與會人員受益匪淺。

紐約僑教中心作為海外全球首個辦理「定點對接」的中心，今年結合「亞裔未來基金會」，推動紐約華裔青年與臺灣學校的長期合作。透過「定點對接」深耕模式，紐約的海外青年不僅擔任語文與文化的橋樑，更能在深入的志工服務中，真正認識臺灣的土地與人文，並與臺灣在地學生建立深厚的跨國友誼。

# 三州新聞

Global Chinese Times

新州最久中文週報，1991年創刊，發行最廣

nyweekly1@yahoo.com • www.GCTimes.net

Tel: 732-650-9888 Fax: 732-650-9889

June 25, 2026

第 1821 期

2026年6月25日

## 周興立博士領銜「六月風華」音樂會精彩演出

【本報紐約訊】為慶祝亞裔傳統月，由知名音樂教育家、歌唱家周興立博士(Dr. Hsing-Lih Chou)領銜「六月風華-風雅頌」音樂會，14日下午1時30分在法拉盛圖書館精彩演出，滿場座無虛席，吸引了200多觀眾高聲喝彩，前眾議員楊愛倫擔任司儀，兩人搭檔演出，默契十足，掌聲不停。

周興立博士表示「風雅頌·歌」系列的使命，是要引起關注，本次演唱集結了校園風格的曲調與內涵，希望永續傳承下去。他強調，民謠承載著

民族的歷史記憶與情感傳承，是文化的重要載體。此次演出通過多首具代表性的亞洲民謠及藝術歌曲，帶領觀眾感受不同地域文化的特色與魅力。

從1970年代初開始，校園民歌輝煌二十多年，人們陶醉於旋律多元、詞藻動人的溫柔歌聲中；這個引領風騷、值得驕傲的「校園民歌」的熱潮在1990年代晚期驟然消逝，但它開山立派，留下燦爛的成果，然而在多年後再回首，只剩下懷舊的演唱會。

被公認為大紐約區「民歌教父」的

## 國慶籌備會王金智連任主委

【本報紐約訊】皇后區中華民國115年國慶籌備會17日假華僑文教中心舉行籌備主委選舉，王金智連任主任委員。大紐約區僑學界代表數十位出席，華僑文教中心王怡如主任及王鈺淇副主任主持選舉活動，與會人士全體通過由王金智續任主任委員重任。

選舉活動進行順利，僑務委員褚月梅、美東華人學術聯誼會、大紐約客家會、銘傳校友會、大紐約區急難救助協會、美東空小聯誼會、美東環境

保護協會、台灣同鄉聯誼會、陸軍官校校友聯誼會等均派代表參加，眾多貴賓們出席盛會。

王怡如主任表示，去年六月剛上任第一件主要工作就是舉辦了雙十籌備委員會，由王金智當選114年籌備慶祝會主委，王主委及其團隊辦得有聲有色並積極爭取各界對台灣雙十的支持。今年王金智連任國慶主委，持續帶領僑界，延續優良傳統攜手各界共同慶祝中華民國115年雙十國慶！



**Smile Dental Care**  
Plainsboro, NJ  
**甘露牙醫**

Dr. Lu Gan  
Dr. Chi Fung Ip  
Dr. Christine Ragheb  
Dr. Jean Bichara(植牙專家)  
Dr. Pin Wen Lai

★ 25年經驗 ★ 前廣州中山醫大主治醫師  
★ 美國牙醫學會會員 ★ 賓州大學牙醫博士

**預約電話：609-799-8879 天天開診**  
**www.smiledentalcarenj.com 接受保險**

地址：Princeton Meadows Office Center  
666 Plainsboro Rd., Building 1300, Suite 1320, Plainsboro, NJ 08536

• 成人兒童 • 各種牙患  
• 漂白美容 • 急性牙痛  
• 根管治療 • 烤瓷貼面  
• 牙周防治 • 人工植牙



周興立博士(中)、楊愛倫(左三)、沈秀月(右一)與獲表揚義工(明義攝)

周興立博士，是最早期校園民歌的詞曲先鋒，擁有哥倫比亞大學雙碩士及教育博士，多年來孜孜不倦推廣台灣的民歌，促進華人和其他族裔的交流，致力確立校園民歌的歷史定位，被紐約州眾議會議表為法拉盛市政廳的「文化大使」。

演唱會帶來了校園民歌《我願意》《忘了我是誰》及新創作校園民歌《花想容》的首演；還有各國民歌，包括：台灣原住民歌《送漁郎》、哈薩克《在那遙遠的地方》、韓國民歌《阿



周興立(右)與楊愛倫(明義攝)

里郎》、日本民謠《荒城之夜》、印尼民謠《梭羅河畔》、台灣民歌《四季紅》、維吾爾《青春舞曲》等等，總共大約20首歌。

本次活動獲得多個社團共同協辦，包括美華藝術協會、美國華裔婦女協進會、美東茗茶品酒公益協會、夢想協會及紐約立人學苑等。會中並表揚六位義工蔡啟南、錢宇恆、沈秀月、謝宏胤、林勝恆、鄒建斌等人。



**京文口腔**  
JINGWEN DENTAL

預約熱線  
0750-5512511  
0750-5512512  
0750-5512513  
微信號 jingwendental5512512

京文口腔創始人張曉峰及陳京文伉儷，1992年於中山醫科大學口腔醫學專業六年制本科畢業。深耕口腔臨床診療領域數十年，臨床積澱深厚，診療技藝精湛。主攻各類口腔疑難病症，核心擅長複雜口腔修復與口腔種植技術，善於攻克常規診療難題，秉持嚴謹行醫理念，為眾多患者量身定製個性化診療方案，用心守護口腔健康。

開診時間  
週一至五：08:00-12:00  
                  14:00-18:00  
週六：08:30-12:00  
                  14:00-17:30  
週日休息 公眾假期：特別預約

秀荷店：廣東台山市河濱東路8號秀荷花城  
盛世華府店：廣東台山市陳宜禧路南263號盛世華府

京致生活，從齒開始



**NEW JERSEY DIGESTIVE DISEASE ASSOCIATES**  
新澤西消化內科中心

胃、腸、肝、膽、胰、痔瘡、體重管理全方位診療

**謝冰如** 醫學博士, Bingru Xie, M.D.  
Board Certified in Gastroenterology, Internal medicine, Obesity medicine  
接受各種保險，無保險者優惠，輕症遠程醫療，晚間週末門診，敬請來電預約

• 北京醫科大學畢業  
• 新澤西醫學院(UMDNJ)胃腸消化、肝臟移植專科培訓  
• 美國胃腸肝膽專科，減肥及內科特考文憑  
• 美國胃腸專科學會，美國肝病學會，美國胃腸內鏡協會，美國減肥學會會員  
• 臨床經驗豐富，原新澤西醫學院(UMDNJ)，德克薩斯西南醫學中心主治臨床副教授，現任主治醫師於Robert Wood Johnson University Hospital at Rahway, Hackensack Meridian Health Bayshore Medical Center  
• 曾任職於大型肝臟移植中心，對各型肝炎有豐富的臨床經驗

服務範圍  
• 各型內窺鏡診療：胃鏡，腸鏡，內鏡超聲，逆行胰膽管造影  
• 全新無痛痔瘡治療  
• 減肥，體重管理  
• 主治各類消化系統疾病：食道反流，胃病，腸炎，膽石，肝炎，胰腺炎  
• 食管癌，胃癌，腸癌，肝癌的篩查防治

Website: www.njdda.com Email: njddageneral@gmail.com Tel: 732-662-5115 Fax: 732-362-4619  
• Metuchen診所(Bridge Pointe 近Costco): 247 Bridge St., Building G, Metuchen, NJ 08840 訂1-25-24起運至新址  
• Florham Park 診所: 29 Columbia Turnpike, Suite 202, Florham Park, NJ, 07932

# 脊椎病治療中心



**劉凱旋**  
醫學博士  
Kaixuan Liu MD. PH.D

**ATLANTIC SPINE CENTER**  
Less Invasive. Better Results.

• 原北京大學北大醫學院外科醫師  
• 美國哥倫比亞大學住院醫師畢業  
• 微創脊柱外科專家  
• 麻醉癱瘓治療專家

**副作用小，恢復快，療效可靠**

• 主治頸腰背及四肢疼痛、神經痛、麻木、無力、骨刺增生、椎管狹窄、神經受壓及手術失敗後患者。  
• 多位脊椎科專家組成的團隊提供理療、痛症、微創及手術等獨特療法。

電話：**973-324-0500** www.atlanticspinecenter.com  
地址：NJ: West Orange / Edison; NY: Manhattan

本報1991年創刊，發行新澤西、紐約及賓州。

新州：1945 Lincoln Hwy. (Rt. 27), Suite 5, Edison, NJ 08817 Tel: 732-650-9888 Fax: 732-650-9889

紐約：37-11 #D, Prince Street, Flushing, NY 11354 Tel: 718-359-4128 Fax: 732-650-9889 E-mail: chiweekly@gmail.com

## 迷悟之間

文：星雲大師

## 人生如球

人生，給它取一個比喻「如什麼？」有人說「人生如夢」，有人說「人生如戲」，有人說「人生如露」；也有人說：人生如「苦聚」、人生如「過客」、人生如「浮雲」！如果人生真的就只是像這許多的譬喻，那人生也就太可悲了！

其實真正說來，人生確實是「無常」、「無我」；人生數十寒暑，生不帶來，死不帶去。人世間，如果沒有立功、立德、立言，如果沒有把人生的意義留一些在人間，確實是「空空的來，又空空的去」啊！

人生如什麼？不要把它說得那麼悲觀；用一個比較中道的比喻：「人生如球！」

人，從小讀書求學，奮鬥創業，直到成家做了父母，這時父母在小兒女的心目中就如「籃球」。因為，我們看比賽打籃球的時候，兩隊球員莫不紛紛爭著搶球，大家都說那是「my ball」（我的球）。

但是，隨著父母年齡漸漸老了，兒女開始為了孝養父母的責任而推卸，二哥說應該是大哥的責任，大哥說應該由小弟奉養，小弟說應該平均分擔，於是在兒女的安排下，父母只好這裡住一個月，那邊停兩個月，可憐的父母這時就像「排球」一樣，被兒女們推過來，又推過去。

甚至到了父母老病的時候，父母就像一個「足球」，兒女們忙著事業，忙著賺錢，覺得年老的父母實在是一個拖累，恨不得一腳把球踢得遠遠的。

其實，父母也不一定是排球、是足球，只要父母自己本身有道德、有學問、有儲蓄，那個時候父母就像「鉛球」一樣，任你要推也推不遠，甚至兒女還會把你當「橄欖球」一樣，緊緊的抱著，不肯放鬆呢！

人生「如什麼」？你如果把自己的人生活得「如佛菩薩」一樣，自然萬人都會崇拜你；如果你把自己變得「如魔鬼」，當然萬人就會遺棄你！

所以，我們可以把自己的人生規劃成「如地」，普載萬物；「如天」，覆蓋大眾；如「福田」，給人耕種；如「智庫」，給人取用不盡。何必要把人生說得那麼樣的不堪呢？

人生如什麼？人生不也是可以如春風，如冬陽嗎？



佛光山紐約道場

電話：(718) 939-8318 網址：FGSNY.ORG  
地址：15437 Barclay Ave Flushing NY 11355

## 台灣會館重要紀事與社區活動

紐約台灣會館為政府批准的非營利事業機構，歡迎報名參加系列課程。會館場地及高級音響，歡迎洽詢使用，聯絡：台灣會館辦公室  
營業時間：星期二、三、四 上午10點至下午4點  
電話：718-445-7007 Email: info@nytaiwancenter.org  
地址：137-44 Northern Blvd., Flushing, NY 11354

## 台灣會館老人中心6月份課程時間

### 兒童音樂劇舞蹈班

歡迎5歲以上女孩報名參加，無舞蹈學習經驗也可報名參加。本課程將教授舞蹈的基礎技巧及戲劇活動，並學習排舞組合。透過舞蹈肢體開發，及角色詮釋，最後一堂課將有成果呈現，讓孩子不只學習舞蹈技巧，更有自信地展現自己。

### 華語文學習中心 - 成人華語班

招收18歲以上成人，一期12週，每週三小時。教師們教學經驗豐富，教授繁體中文，培養華語文的聽、說、讀、寫全方位能力；輔以文化課程，介紹臺灣風土民情及認識臺灣歷史。

### 台灣會館老人中心

週一到週二：上午10點 - 下午4點  
週三到週四：上午10點 - 下午5點  
會費：60歲以上，一年\$150 / 59歲以下，一年\$190

台灣會館老人中心提供的服務包括體能健康活動、才藝與休閒課程、社會福利介紹、以及健康講座等，讓退休生活不無聊。

### 台灣人基督徒長輩會

每週五上午10:30 - 下午4:00  
由不同牧師傳講基督真道及專題演講，其主題包括信仰見證、養生之道。此外，下午還有韻律操及賓果等活動。



## 孟昭文為皇后區爭取逾600萬

【本報紐約訊】國會議員孟昭文(Grace Meng) 11日宣布，她近期成功為皇后區多個社區機構爭取到數百萬美元聯邦資金，並親自前往相關單位頒發支票，了解資金未來的使用計劃。

獲得資助的機構包括皇后學院、紐約科學館、萬王之王基金會、新移民社區賦權組織以及法拉盛波莫諾克公屋。

孟昭文表示很榮幸能夠在國會爭取到這些關鍵資金，協助機構進一步提升服務品質，讓學生、移民、青年及公共住宅居民受益。

在此次撥款中，皇后學院獲得超過310萬美元，用於擴展科技孵化器、成立數位鑑識工作小組，以及建設先進奈米製造研究潔淨室。

位於可樂娜的紐約科學館則獲得超過100萬美元，用於開發與推動一系列教育研究及公眾活動，配合美國國家航空暨太空總署(NASA)預計於2027年底執行的「阿提米絲三號」(Artemis III)登月任務，吸引兒童及成人參與科學教育。

總部設於皇后區的「萬王之王基金會」獲得超過100萬美元，將在波莫諾



孟昭文(2排左4)為皇后學院爭取到310萬元撥款

克公屋推動犯罪預防及社區建設計劃，服務青少年、長者及家庭。

位於傑克森高地的新移民社區賦權組織(NICE)獲得85萬美元，用於建立勞工服務中心，提供職業培訓、技能認證等項目，協助移民勞工提升就業能力。

此外，公共住宅社區基金獲得55萬美元，用於翻新波莫諾克公屋遊樂場，增設噴水遊樂設施。孟昭文參加了該工程的動土儀式。

上述經費，只是孟昭文在最近由眾議院和參議院通過、並已生效成為法律的政府支出法案中，為皇后區爭取到的數千萬美元撥款中的一部分，支持教育、科技、住房、移民服務及社區發展等多個領域。

## 台灣同鄉聯誼會8/14舉行年會

【本報紐約訊】紐約台灣同鄉聯誼會宣布，全美台灣同鄉聯誼會第48屆年會，將於8月14日至16日在紐約地標、由外型宛如展翅飛鳥的航廈改建的甘迺迪國際機場(JFK)TWA Hotel舉行。

籌備會主委黎潔瑋表示，創會55年的紐約台灣同鄉聯誼會，今年第四度爭取到年會主辦權，預計將有來自全美各地的台灣鄉親、社團領袖及嘉賓齊聚紐約，共襄盛舉。本屆年會以「團結自強、擴展視野、永續中華」為主題。

年會籌備秘書長黎潔滢指出，年會將安排開幕典禮、專題演講、鄉情座談、草根外交論壇、會務交流以及文化聯誼活動，希望藉由多元議程，促進各地同鄉會經驗分享。

根據規劃，8月14日(週五)報到，下午3點為講座，彭文正教授主講。

主要活動集中在8月15日(週六)，上午將舉行開幕典禮及專題演講；下午安排鄉情座談(2:30PM-3:45PM)及草根外交論壇(4PM-5:15PM)，邀請來自不同領域的專家學者與社區領袖共同探討海外華人社團發展及國際局勢議題。當晚重頭戲則是會長交接典禮暨「寶島之夜」晚宴(6:30PM-11PM)。屆時，全美台灣同鄉聯誼會第47屆會長張錦娟將完成任期，並由來自舊金山分會的劉寶剛接任第48屆會長。

晚宴上，海峽兩岸經貿文化交流協會會長夏立言將發表專題演講，就兩



左起：黎潔滢、林映君、黎潔瑋、李素芬(明義攝)

岸關係、國際局勢以及海外華人社群角色等議題分享看法，預料將成為本屆年會的重要焦點之一。

今年年會選在具有歷史意義的TWA Hotel舉行。該酒店前身為著名的TWA Flight Center，由芬蘭裔美國建築大師Eero Saarinen設計，於1962年啟用，被譽為20世紀最具代表性的航空建築之一。這座外型宛如展翅飛鳥的航廈，曾是環球航空(TWA)的主要樞紐，見證美國民航業黃金時代輝煌歷史。

在歷經多年保存與修復後，原航廈於2019年改建為TWA Hotel重新開幕，成為JFK機場範圍內唯一營運中的酒店。館內保留大量1960年代的建築風格與歷史文物，包括經典的紅色地毯、復古候機大廳及航空展品，兼具歷史文化價值與現代住宿功能，現已成為紐約知名地標之一。

歡迎全美各地台灣同鄉及關心社區發展人士踴躍參與。「寶島之夜」晚宴餐費160美元，請預先報名。聯繫人：籌備主任委員黎潔瑋(646-610-3190; jasweili34@gmail.com)



## 眼睛流淚：(三) 為什麼乾眼症反而會流淚？

很多患者來到眼科門診時都會感到困惑：「醫生，我明明一直流眼淚，為什麼您卻說我是乾眼症？」聽起來似乎有些矛盾，但事實上，流淚恰恰可能是乾眼症最常見的表現之一。

不少人對乾眼症存在一個誤解，認為只要眼睛會流淚，就一定不可能是乾眼。實際上，許多乾眼症患者並不是眼淚太少，而是眼淚的品質出了問題。正因為眼睛表面長期處於乾燥和刺激狀態，才會不斷誘發流淚反應。

正常情況下，眼球表面覆蓋著一層穩定的淚膜。它不僅提供潤滑，還能保持視覺清晰和眼表健康。雖然我們平時感覺不到它的存在，但這層薄薄的淚膜實際上承擔著保護角膜、維持舒適度和確保視覺品質的重要任務。當淚膜品質下降或淚液分泌不足時，眼表便會變得乾燥，出現刺痛、異物感、灼熱感、眼睛疲勞等症狀。有些患者形容像是「眼睛裡進了沙子」，還有些人總覺得眼睛發澀、不舒服，卻找不到明顯原因。

當眼睛感受到這種乾燥刺激後，會立即向大腦發出「求救訊號」。作為補償機制，淚腺會迅速分泌大量淚液，希望緩解眼表不適。這種突然增加的淚液被稱為「反射性流淚」。然而，這些緊急產生的淚液主要成分是水，缺乏維持淚膜穩定所需的油脂和黏蛋白，因此雖然看起來眼淚很多，卻無法真正解決乾眼問題。結果就是眼睛一邊乾澀，一邊不停流淚。

這也是為什麼有些患者會抱怨：「眼淚一直流，可眼睛還是覺得乾。」從醫學角度來說，這並不矛盾，因為問題並不在於眼淚數量，而在於淚膜的品質和穩定性。現代人的生活方式也讓乾眼症變得越來越常見。長時間看電腦、使用手機、閱讀或開車時，人們往往會不自覺地減少眨眼次數。正常情況下，每分鐘大約眨眼十五至二十次，而專注看螢幕時可能減少一半以上。眨眼次數減少會加快淚液蒸發，使眼表更容易變乾。

此外，空調環境、暖氣、風吹、煙霧、配戴隱形眼鏡以及年齡增長等因素，也都可能加重乾眼症狀。有些患者在超市冷氣較強的區域、飛機機艙內或長途駕駛後出現明顯流淚，其實都是乾眼導致的反射性流淚。

除了流淚之外，乾眼症還可能引起視力忽好忽壞、閱讀容易疲勞、畏光、眼紅等表現。有些患者甚至以為自己近視度數加深了，檢查後才發現問題出在眼表。因此，如果經常出現流淚、眼乾、異物感、視力時好時壞等症狀，不應簡單認為是「淚水太多」。透過專業檢查評估淚膜和眼表狀態，往往能夠發現真正的問題。

乾眼症的治療包括人工淚液、熱敷、臉緣清潔以及改善用眼習慣等。只有恢復淚膜穩定性，才能從根本上

## 體脂率偏高如何降？

### 學會這些方法，減掉腰腹贅肉 (上)

體重相同的兩個人，胖瘦可能完全不同，經常擡鐵訓練，並且自律飲食的人，身材顯瘦，而平時胡吃海喝，缺乏鍛煉的人，體脂率會超標，身材會顯胖。

體脂率超標的人怎麼才能瘦下來？學會日常這4招，堅持2個月就能將體脂率下降5%，減掉腰腹贅肉，身材暴瘦一圈。

#### 第一招：調整你的飲食內容

不要再吃各種高脂肪、高糖分的加工食品以及重口味的菜式了，我們要吃得健康才能穩定血糖，控制熱量攝入。

當然了，這不是讓你選擇極端節食，低熱量飲食模式是不可持續的，反而會讓你食欲變得旺盛，更容易暴

飲暴食。

我們需要做到的是戒掉各種加工零食、甜食、外賣、宵夜，規律吃三餐，三餐自己做飯，每餐飯用餐盤定量裝好食物，保證每餐飯有1/2的食物為蔬菜，蔬菜的熱量低，膳食纖維豐富，足量的蔬菜攝入量可以促進腸道蠕動，促進廢物排出，還能減少對高熱量食物的攝入。

若你能調整飲食搭配，一天下來就能創造400-600大卡的熱量缺口，不餓肚子就能讓身體消耗儲備脂肪。

#### 第二招：更換主食

想要控制體脂率，我們還需要聰明的吃主食，將平時的麵條、包子、米飯、餃子、饅頭換成全穀物粗糧，比如燕麥、藜麥、糙米飯、薯類、雜豆、薏米之類的低GI值主食，這些主食膳食纖維豐富，升糖慢，飽腹時間更久，可以降低體內炎症水準，有助於改善健康、抑制脂肪堆積。



(健身塑形號)(待續)

減少這種「越乾越流淚」的現象。當眼睛不停流淚時，問題未必是眼淚太多。有時候，流淚反而是眼睛在向我們發出求救訊號，提醒我們它其實已經「渴了」。

(湯景宜醫生供稿)

如果您有任何有關的問題，請與陳瓊醫生或湯景宜醫生聯系或上網查詢資料、預約門診，聯繫方式如下：

\* 電話：732-247-2847

\* 網址：www.seesawvisioneb.com

**Seesaw 眼科中心**

Dr. Changmin Duan · Dr. Qiong Chen · Dr. Jingyi Tang

陳瓊醫生  
Qiong Chen  
OD MS IACMM

段昌敏醫生  
Changmin Duan  
OD MS FOAA

· 紐約州立大學眼視光學院博士  
· 美國OK鏡近視防控學會會員  
· 國際近視防控學會認證專家

· 紐約州立大學眼科學院臨床副教授  
· 紐約州立大學眼科中心小兒眼科部臨床導師  
· 紐英崙眼科學院博士  
· 紐約州立大學眼科學院碩士  
· 浙江大學二附院眼科特聘OK鏡專家  
· 美國OK鏡學會院士

**OK鏡** \* 最高OK鏡學術職稱,所有FDA批准鏡片特考文憑  
**矯正近視** \* 十年經驗,千餘例成功驗配,國內外學術界知名專家

眼睛檢查、近視眼防治、精配眼鏡、隱形眼鏡  
眼病診治: 結膜炎,乾眼,青光眼,白內障,糖尿病眼疾,視網膜病變  
門診時間: 週一二三五: 9AM-5PM 週四: 9AM-7PM 週六: 9AM-3PM

**732-247-2847** 190 State Route 18, Suite 302, East Brunswick, NJ 08816  
診所網站: www.seesawvisioneb.com (NJ TPK Exit 9, 近美東超市)

Edison Eyecare & Vision Center

# 雅視眼鏡

眼科醫生 夏靜文 DR. ESTHER HA 主理

全面眼科視光服務包括：

- 近視、遠視、散光及老花驗配
- 常備多種隱形眼鏡，包括最新最舒適的高透氣軟鏡
- 眼睛內外健康(白內障、眼內壓、青光眼檢驗、瞳孔放大及視網膜檢查)

門診時間：  
Mon ~ Tue: 10am - 5pm  
Thur ~ Fri: 10am - 5pm  
Sat: 10am - 3pm  
Wed & Sun: Close

請預約門診：  
**732-543-0706**  
接受多種保險·無保險者優惠

**新到** 名牌太陽鏡，  
時尚Titanium鈦、  
義大利、日本鏡架，  
選擇繁多

凡購買太陽眼鏡或  
新配鏡架鏡片  
可享8折優惠  
(限現金且不得與保險或  
其他優惠同時使用)

License# 605000

**1945 Route 27 Suite 2, Edison, NJ 08817** (新州週報隔鄰)

**自然保健中心**  
Natural Wellness Center  
www.naturalwellnesslife.com

\* 吳映華醫生主理: 全科針灸, 中藥房, 疑難雜症, 食療諮詢 電話: 732-632-9500

\* 附設中醫理療中心: 艾灸, 推拿, 足療, 經絡指壓, 淋巴疏通, 減肥, 針灸美容及相關美容服務 電話: 908-251-5150, 917-207-5637

\* Matawan分診所: 123C Main St., Matawan, NJ 電話: 732-696-2166

**27 Mountain Blvd Unit 1 & Unit 7, Warren, NJ 07059**

**Homewatch CareGivers**  
愛心 耐心 放心

## 安康 家庭護理公司

- 提供短期或長期的家庭護理
- 幫助客戶申請免費家護服務
- 接受Medicaid卡和私人支付
- 定製私人7D/24H無間斷服務

公司現**誠招**有執照的護理人員,提供**401K**,  
雙週薪和帶薪假期,靈活時間表和醫療保險。  
歡迎來公司諮詢和註冊

地址: 1578 US-130, North Brunswick, NJ 08902  
網址: homewatchcaregivers.com/bridgewater  
電話: 732-496-4198 傳真: 877-560-6873  
郵箱: nturner@HWCG.com

## 神經內科 郭輝 醫學博士

Howard Kuo, MD, PhD  
北京醫科大學畢業

**主治** 頭痛頸痛、肩痛背痛、腰痛腿痛、坐骨神經痛、肌肉疼痛、手脚麻木、椎間盤脫出、運動障礙、四肢無力、面癱、癱瘓、震顫抖動、中風、眩暈、老年癡呆、失眠健忘

**特設**: 執照針灸 肌電圖(EMG) 腦電圖(EEG)

車禍、工傷、意外傷害評估鑑定  
門診時間: 一週六天 接受晚間門診  
接受多種保險

**Edison Office** 505 Plainfield Rd. Edison, NJ 08820  
Tel: 732-452-1188

**Irvington Office** 50 Union Ave. Ste 506 Irvington, NJ 07111  
Tel: 973-351-8600

## 仁仁痛症康復中心

**鄭玫 醫生** MIMI CHANG, MD  
紐約州立大學醫學院復健痛症專科

**江晟 醫生** TONY JIANG, MD  
前新澤西州PASSAIC總醫院主治醫師

中西醫術 綜合理療 精通: 國、粵、福、越、英語

**主治** 一切慢性痛症、頸椎肩背腰腿痛、肌肉神經痛、風濕關節痛、椎盤突出、四肢麻痺、肩周炎、網球肘痛、骨折復健、中風後或手術復健, 以及工作運動車禍傷痛。

工作、車禍、意外傷殘鑑定

接受各種醫療保險, 老人卡(包括工傷, 車禍, 意外保險)

電話: 973-822-3338 252 Columbia Tpke, Florham Park, NJ 07932  
電話: 732-287-9988 1999-2001 Rt 27, Edison, NJ 08817

## 裕隆藥房 YFCC Pharmacy

藥劑師頓穎博士, 新澤西, 紐約州, 康乃狄克州及賓州註冊藥劑師, 擁有多年的美國藥房工作經驗, 豐富的專業知識, 專業的服務技能, 及服務大眾的熱情。歡迎各位加入我們的藥房, 體驗我們的服務。

藥物來源: CARDINAL HEALTH, 美國第二大藥品經銷商, 品質可靠, 供藥及時!

**服務項目**

1. 根據醫生處方配置各種處方藥 (prescription), 接受各種醫療保險
2. 提供醫療保險覆蓋的醫療保健用品 (DME), 如糖尿病鞋, 保健鞋, 護膝, 護腰, 輪椅, 助步車, 拐杖, 成人尿墊, 紙尿褲及術後醫療用品等
3. 美國常用非處方藥 (OTC), 優質
4. 中藥 (Herbs) 及維生素 (Vitamin) 等保健藥品
5. 接種各種疫苗, 如流感, 肺炎及帶狀皰疹疫苗等
6. 免費送藥上門 Free delivery

誠徵全/半職員工

網站: www.yfccpharm.com 歡迎各位加入我們的藥房, 體驗我們的服務。  
地址: 2124A Rt. 27, Edison, NJ 08817 (近Costco) 郵箱: yfccpharm@gmail.com  
24小時熱線: 732-248-9322 / 732-896-1200 傳真: 732-248-9323

New Jersey: 732-650-9888 / 732-650-9898  
Fax: 732-650-9889

# 手心濕漉漉是體虛? 手汗症瞭解一下 (下)

手汗症人群可以每日用溫水搭配弱酸性溫和清潔產品清洗手足, 避免使用強力去脂的皂類;

正確進行皮膚乾燥, 清洗後用乾淨、柔軟的毛巾輕輕拍乾, 尤其是褶皺部位, 切忌用力擦拭, 避免角質層損傷;

針對性保濕與止汗也很重要, 可在皮膚完全乾燥後(尤其睡前), 立即塗抹含有皮膚屏障修復成分的潤膚霜。除了普通護手霜, 市面上還有一些專門針對多汗症設計的止汗護手產品。這些產品中通常含有鋁鹽等成分, 能夠暫時阻塞汗腺, 減少手部出汗。

情緒調節與生活方式優化打破“焦慮-出汗”循環, 可以嘗試腹式深呼吸、漸進式肌肉放鬆、正念冥想這些簡單的壓力管理技巧;

當感到緊張出汗時, 有意識地進行幾次深長呼吸, 能幫助調節自主神經反應。每日進行10分鐘的正念呼吸訓練, 有助於阻斷焦慮循環。

記錄並留意哪些食物(如辛辣香料、咖啡因、熱飲)可能加劇你的症狀, 並適當調整。

保持均衡營養, 充足飲水。維生素B族對神經系統的正常運作

有著重要作用, 適當多吃一些富含維生素B族的食物能夠幫助調節神經系統功能, 在一定程度上緩解多汗症狀;

規律作息, 充足的睡眠有助於穩定自主神經系統功能。

合理使用輔助醫療產品醫用止汗劑的使用方法是睡前將產品塗抹於完全乾燥的皮膚上, 次日早晨洗淨。初期可能略有刺激, 需從小面積開始, 並堅持使用數晚才能見效。

此外, 還有其他產品如吸汗粉、某些草本配方可對部分人提供臨時緩解, 但效果因人而異, 建議謹慎選擇並觀察反應。

### 出現這些困擾需看醫生

出汗本身不直接損害健康, 但當症狀影響生活品質時, 便是尋求專業幫助的明確信號。在此之前您可以認真問自己幾個問題:

日常行為是否受干擾工作學習時會不會因為手滑, 刻意避開那些需要精細操作的活兒?

用公共設備時, 會不會擔心留下尷尬的痕跡?

手機螢幕、鍵盤是不是特別容易“遭殃”?

甚至連擰個瓶蓋、轉個旋鈕, 都因

為手滑而費勁?

社交是否受影響是不是開始本能地回避握手, 聊天時總忍不住擦手, 或者習慣性地把手藏進口袋、背在身後; 買衣服時, 會不會優先挑深色、看不出汗漬的料子, 而放棄自己喜歡的顏色?

是否形成持續性心理負擔出門準備時是不是總要隨身多帶幾條手帕、幾雙襪子才安心; 會不會因為擔心手汗, 還沒到某個場合就開始緊張?

種種揮之不去的尷尬, 有沒有讓你感到焦慮、想逃離, 甚至慢慢影響了自信?

如果您在以上問題中看到了自己的影子, 尤其是當症狀已經對生活持續產生負面影響, 就要考慮諮詢專業人士。

首診可選擇皮膚科(非手術治療與皮膚護理)或胸外科(手術治療)。就醫時, 詳細描述您的症狀、誘因、困擾程度及家族史, 為醫生提供寶貴的診斷依據。

(劉越: 北京大學人民醫院) 全文完

## 朱琳 新世紀牙科 Lin Zhu DDS, FAGD

愛迪生 牙科 美國全科牙醫院士

- 原哥倫比亞大學牙醫學院/紐約長老醫院住院牙醫
- 廿多年北美診所全科牙醫 ● 多倫多大學牙醫博士

**全新診所 先進技術 精心治療 嚴格消毒**

**主治** 牙齒酸痛 根管治療 兒童牙科 人工植牙  
牙齒缺失 牙冠牙橋 補牙洗牙 拔牙假牙  
牙齒鬆動 牙周治療 牙齒美白 高級瓷貼

各類保險 自費優惠 週末開診 908-279-7310/7311  
2163 Oak Tree Rd., Ste 106, Edison, NJ 08820  
北愛迪生與CHASE銀行同樓

## 牙科 EDISON DENTAL 27

享受最全面最優質牙科服務  
成人、兒童牙齒矯正、  
隱形牙齒矯正

**人工植牙項目 特價優惠 歡迎免費諮詢**  
精通國、粵、英語

**主治** 一般牙科 • 兒童牙科 • 美容漂白  
根管治療 • 牙周防治 • 牙冠牙橋

**馬炎 DDS** 紐約大學牙醫博士  
北京大學口腔醫學院七年制  
三十年以上臨床經驗

**Michael J. Chung DDS MS** 矯正牙醫博士  
哥倫比亞大學牙醫博士  
聖路易大學牙醫矯正專業

**Yingying Duan R.D.H.** 有執照, 經驗豐富  
新州註冊專業潔牙員

請電: 732-906-8883 請瀏覽網頁: www.edisondental27.com  
2 Lincoln Highway(Levinson Plaza), Suite 400, Edison, NJ 08820

New York: 718-359-4128 / 718-939-4967  
Fax: 732-650-9889

## 誠信牙科

### LC QUALITY DENTAL

#### 陳利 牙醫博士

D. M. D., Ph. D. FICOI

- 賓州大學牙醫博士
- 原北京醫科大學冠橋齒修復專業臨床型博士
- 原北京醫科大學修復科種植科住院醫師

自1997年開始行醫 自費病人特別計畫

**尤擅**

- 隱形矯正
- 牙周病治療
- 植牙
- 各類複雜牙科修復

**Somerset**  
1553 Rt.27, Ste. 2000.  
Somerset, NJ 08873  
732-398-8800

**Princeton**  
4499 NJ-27.  
Princeton, NJ 08540  
609-688-8899

lcqualitydental.com 歡迎網上預約

## WANG DENTAL CARE 牙科診所

### 王愛紅

牙醫博士  
D.M.D. Ph.D.

Rutgers School of Dental Medicine 牙醫博士  
曾任 Jersey City Medical Center 牙醫  
美國牙醫協會及新州牙醫協會會員

**主治**

- 一般牙科
- 根管治療
- 牙橋牙冠
- 全口假牙
- 兒童牙科
- 急性牙病
- 清潔牙齒
- 人工植牙

接受多種保險 無保險者有優惠  
週末、夜間均有門診

732-257-1555/732-710-2773 (中文)  
1 Brunswick Woods Dr., East Brunswick, NJ 08816



## 陳婉玲 牙醫博士

Alison Chan D.D.S, M.P.H

- 哥倫比亞大學牙醫博士
- 曾任 NYU 牙科大學臨床教授

★接受各種保險  
★無保險者優惠  
★精通國粵英語

**973-941-4334**  
歡迎預約 週一至週五、週六 (9-4pm)

**主治 各種兒童與成人牙齒保健**

急性牙痛、假牙、植牙 最好的服務  
www.dralisonchan.com  
地址: 2 Bonnyview Dr., Livingston, NJ 07039 (10號公路旁)

病人安全最重要  
UV器消毒  
空氣清潔器  
消毒工具

### 陳文忠 牙醫

Winston W. Chen D.D.S., PH.D  
明尼蘇達大學牙醫博士  
哥倫比亞大學牙根管專科

### 陳肯 牙醫

Kenneth Chen D.D.S.  
TUFTS 大學牙醫博士  
哥倫比亞大學牙根管專科

### 陳曦 牙醫

Andrew Chen D.D.S.  
RPI 大學學士  
Buffalo 大學牙醫博士

**• 牙根管治療 • 牙周病 • 植牙 專家門診**

★有週末晚間門診  
★有經驗豐富各科專門醫生  
★無保險者優惠  
★是主要保險公司的網內醫生

郵箱: wchendental@gmail.com **高溫高壓消毒**

**Edison診所: 732-452-0788**  
29 Bridge St., Bldg B, Metuchen, NJ 08840

**Fort Lee診所: 201-947-6060**  
131 Broad Ave., Palisades Park, NJ 07650

## 齒列矯正專科 田璽權

TONY S. TYAN D.M.D.  
Practice limited to Orthodontics  
www.sweetsmilortho.com

牙醫博士  
Specialty Permit #5638

- 紐約 St. Barnabas 醫院齒顎矯正專科畢業
- 賓州大學牙醫博士
- 前 West Jersey 醫院駐院牙醫師
- 前紐約華埠王嘉廉社區醫療中心牙醫師

專精成人及孩童牙齒矯正 · 使用最新低輻射數位X光  
全新設備 · 提供各式隱形及透明矯正器  
接受多種保險 · 提供免息分期付款

666 Plainsboro Rd., Suite 1181, Plainsboro, NJ 08536 (Princeton Meadow Shopping Center後面)  
歡迎預約 Tel: 609-750-9500 Fax: 609-750-9501

## For You Dentistry 福佑齒科

### 丁銘 牙醫博士

DMD. Ph.D

- 伊利諾大學芝加哥分校(UIC)牙科博士
- 南京醫大口腔醫學院畢業

十多年牙科學校執教 全科牙醫  
臨床經驗豐富 提供最優質服務

保健預防 兒童牙科 成人牙科 根管治療 牙冠牙橋  
牙齒矯正 拔牙鑲牙 人工植牙 牙周治療 牙齒美白

橋水地區全新診所設備先進、消毒嚴格、接受多種保險、無保險者有優惠、週末開診  
地址: 477 E Union Ave., Bridgewater, NJ 08807 電話 908-627-6498  
詳情請瀏覽網站 www.foryoudentistry.net 網上預約開放 電話 908-704-7242

## BestCare DENTAL

佳健 牙科

Bestcaredentalservices.com

### 黃啓年 牙醫博士

- 15年豐富經驗
- 全方位牙科服務
- 植牙
- 根管治療
- 智齒
- 隱形矯正
- 牙齒美白
- 兒童牙科
- 全口植牙
- 傳統植牙
- 微創植牙
- 全新引進數碼科技  
Trios 內掃描儀
- 2D全景掃描或3D CT  
提供更快捷、簡便、精確的印模  
低輻射數碼X光片

健康人生從齒開始  
CREATE SMILES, CHANGE LIVES  
我們的宗旨是為您和您的家人  
提供安全、舒適、高質量的牙科服務

**新澤西診所**  
174 E Mt Pleasant Ave  
Livingston, NJ 07039  
973-992-1329

**紐約診所**  
70W 36th St #10A  
New York, NY 10018  
212-684-2868

## 頂尖牙科 APEX DENTAL

732-553-1313

**簡世鴻 Alan Chien, DDS**  
牙醫博士  
哥倫比亞大學牙醫博士  
哥倫比亞大學駐院醫師

**葉明璋 Vivian Yeh DDS.MS.**  
牙醫博士  
哥倫比亞大學牙醫博士  
哥倫比亞大學復牙專科  
SPECIALTY PERMIT #5733

**葉明琦 Mitchell Yeh, DMD**  
牙醫博士  
波士頓大學牙醫博士  
紐約聖保納醫院駐院醫師

**DR. Michael Liu**  
UMDNJ牙醫博士

**DR. Kexin Zhang**  
哥倫比亞大學牙醫博士

**DR. Herbert Li**  
紐約大學牙醫博士

**消毒完善 服務親切**  
精國、台、英語 接受PPO保險

- 人工植牙
- 隱形矯正
- 一般牙科
- 牙套假牙
- 發炎敏感
- 急診止痛
- 拔牙
- 根管治療
- 牙週病治療

3D 斷層掃描 全口數位掃描  
週一至週六 10am-6pm  
238 Ernston Rd., Parlin, NJ 08859

紐約診所: 明星牙科 Brilliant Dental  
837 58th St., 6th Fl., Brooklyn, NY 11220 電話: 718-686-9888  
39-16 Prince St., Unit M52, Flushing, NY 11354 電話: 929-266-9888

# 成年人世界虛假的孤獨

## 消失的歸屬感

你是否有這樣的感受：離家一段時間後再回到家中，卻沒有了回家的感覺？就像電影《畢業生》的主人公本傑明一樣，他從大學回到老家，感覺父母和他們的社交圈彷彿是來自另一個世界。這很奇怪，明明是回到從小長大的房子裡，人是同樣的人，物理環境也沒什麼變化，可你就是沒了家的感覺。我想我們都有過類似的經歷，這說明，“家”是一種心理體驗：不僅僅是一個物理場所，更是這個場所帶給我們的感受。不僅家是如此，任何社交情境都是如此。研究一再表明，情境對我們產生的影響，很大程度上取決於我們對這些情境的主觀體驗，而不是取決於情境本身的客觀現實。也許你有很多朋友在身邊，但你仍會感到孤獨。與此相反，即使你與所愛之人相隔萬里，也會感覺從未分開。

研究表明，人們會習慣性地把過往的生活體驗帶入當下，從而影響他們看待不同情境的態度，以及在這種情境下的行為方式。個體的生活經驗往往不為他人所知，像一股無形的力量，左右人們對客觀現實的看法。比如，家庭氛圍緊張的學生很可能會將家裡的體驗帶到課堂上。除此之外，少數族裔學生可能會受過往種族歧視經歷的影響，從而對相同的課堂有不同的感受。

我們的記憶和期待塑造著我們對新情境的判斷方式。例如，離婚的人可能因為過往的痛苦經歷而變得很敏感，即便他們現在已經擁有新的親密關係，也很容易被曾經遭受的背叛折磨。此外，那些在童年因過於肥胖而受到羞辱的人，很可能在成年後仍然被羞恥感籠罩。我們所有人都會受到生活經歷的掣肘，這些經歷可以塑造我們看待情境的方式，即使是對生活中最司空見慣的情境，不同的人也會有不同的感受。

但歸屬感不太像是一種堅定的信仰，而更像是一種會在不同情境下被不斷重塑的感知。我之所以對歸屬感研究產生興趣，部分原因是我強烈地感受到我的歸屬感在某一天意外地消失了。正如許多研究顯示的那樣，即使是我們這些已經形成強烈歸屬感的人，也可能突然在一個新環境中迷失。

某些時候，我們會覺得自己是個局外人。無論是大學校園中的少數族裔或第一代學生、高科技社會中的傳統工薪階層、外國人、酷兒、老人陪伴的年輕人、周圍都是年輕人的老人，還是富裕群體中更富有的那些人，無一例外，大家都能感受到缺少歸屬感的切膚之痛。

如果我們習慣於躺在自己的舒適圈裡，我們的生活就會時刻被與歸屬感相關的問題困擾。學校可能會成為欺

凌的溫床，並滋生侮辱、排擠他人等不健康的文化，即使是低年級學生也不例外。對於那些進入大學的人來說，新的環境又可能會讓他們感到疏離。而人們如何在社會中安身立命著實是一個漫長而痛苦的過程。

此外，職場中也充斥著歧視、騷擾和專制，其中，對歸屬感的威脅並不一定公開的。哪怕是生活中小小的忽視 - 比如沒有對你做出的貢獻有所覺察或表達謝意 - 也會日積月累成一種“我根本不屬於這裡”的似有若無的失落感。

## 社交媒體對歸屬感的影響

研究表明，傳媒和社交媒體對人們日常生活的安全基礎造成了毀滅性的打擊。一方面，社交媒體可以提供信息、娛樂和溝通的管道；但另一方面，它們是社會恐怖統治的工具。出於對心理學知識的瞭解，媒體大亨們深知“好事不出門，壞事傳千里”的道理，他們明白：與那些容易讓人感到積極或沒有情緒的故事相比，令人恐懼、厭惡和憤怒的故事更能吸引人們的注意力。事實上，他們已經在利用這些情緒內容偏好刻意調整報導內容的傾向，並從中獲取暴利。

與此同時，不斷優化線上新聞推送演算法的目的不是讓人們得知事實，而是為了創造那些有爭議的和令人驚掉下巴的故事以博人眼球。只要讓人們感到不安，目的便可達成。媒體也就成了黨派鬥爭的喉舌，從而喪失了本來的公允 - 這進一步加深了傳媒信息和公眾觀點之間的鴻溝。

社交媒體可以作為連接彼此的工具，但其中也充斥著有誤導傾向的信息，這為傳播仇恨和排斥異己提供了便捷的管道。它們讓這個世界變得越來越像一個高中食堂。許多人從小就感受到被很多目光注視的壓力，這使得他們很難建立一個強大的、真實的自我。一項涉及數千名臉書用戶的隨機調研發現，與沒有被要求關閉臉書帳戶的參與者相比，被要求關閉臉書帳戶一個月的參與者有更多的時間與家人和朋友待在一起。離開臉書的那部分參與者在新聞閱讀內容的選擇上更加中立，政治觀點也不再那麼極端，當別人表達與他們不同的觀點時，他們也更不容易感到憤怒。總之，他們對自己的生活感覺更好，抑鬱情緒更少。

## 歸屬感不確定性的危害

在任何時刻，我們都可能很容易就對自己的歸屬感產生懷疑，這取決於我們所處的情境以及我們如何解釋這些情境。葛列格·沃爾頓創造了“歸屬感不確定性”這個術語，它指的是一種懷疑自己在某個特定環境中是否被完全接納或能否被完全接納的心態。

歸屬感不確定性會產生一些不良的影響。當我們意識到歸屬感受到威脅

時，會更容易用消極的視角看待事物，因此會以一種防禦和自我保護的方式來解釋自己、他人和情境。同時，我們也會更容易推斷自己在這樣的氛圍中無能為力，或者我們自己就不應該在那個地方，以至於我們既不能接納環境，又不能被環境接納。當我們的觀點與他人有所不同時，我們也很難正確地表達自己的觀點，同時，我們也變得對感知到的批評更加敏感。簡而言之，我們不願意接受有可能導致失敗的一切挑戰。

儘管馬斯洛將歸屬感需求放在需求層次結構的中間位置，但過去幾十年的研究表明，歸屬感需求作為一個幾乎與衣食住行一樣重要的基礎需求，應該被放在金字塔的底部。更重要的是，這不僅適用於嬰兒期，而且會貫穿我們整个人生。

如果我們的歸屬感長期受到威脅，那麼這對身體的影響會日積月累。研究表明，歸屬感持續受到威脅（如長時間遭受歧視）會引起累積性健康損害，刺激身體發炎的基因很大程度上會被啟動。這是一種對逆境的生物性反應，一旦它變得長期化，對人們來說就像“揠苗助長”一樣危險。史蒂夫·科爾是將社會環境與基因表達聯繫起來研究的一位先驅，他說，當中心樞神經系統“感知到”我們陷入孤獨時，它會啟動身體內的威脅反應模式，這種生存機制使得我們的心跳加快、血壓升高、應激激素增加等。人體內威脅反應的長期活躍可以解釋為什麼那些因各種情況感到被冷落或被拒絕的人的心血管疾病、癌症等疾病的發病率會更高。儘管這部分人感到絕望的原因各不相同，但他們受到的傷害是通過相同的心理和生理機制產生的。

## 我們如何創造歸屬感？

### 1. 消除基本歸因錯誤

為了更好地促成改變，我們需要看清一個情境的本質。牢記“基本歸因錯誤”的威力有助於減少一種衝動傾向，即認為別人在故意冒犯或威脅我們。我們還要牢記，他人的行為可能是情境因素引起的，並且他人所理解的情境很可能跟我們理解的並不一致。如此，我們才能促進有效的行為改變。

### 2. 理解他人，培養同理心

我們可以通過主動詢問（而不是憑直覺臆測）和認真傾聽來避免“理所當然” - 即我們認為能準確感知他人對他們自己、他們自身的處境和對我們的想法和感受。在試圖瞭解冒犯過我們的人時，可以詢問他們的感受，然後試著回憶自己生活中觸發類似感受或反應的情境，而不是想像自己在他們的處境中會怎麼做。

大家都不願意承認的是，在生活中我們都有可能成為獨裁者，即認為

“我們的方式”就是“正確的方式”，不認同我們的人必須被改變、詆毀或排斥。即便我們有理，獨裁專制的方式也很難贏得人心。提醒自己，試圖強迫人們改變觀點幾乎總是會適得其反，要像深度遊說者那樣行事，才能有效地走進別人的心。

這並不意味著我們不應該堅持自己的觀點，也不是說我們應該始終避免衝突。在某些情況下，我們應該有力地駁斥別人的觀點或冒犯行為。如果有人做出種族歧視的行為，我們通常應該毫不含糊地告訴他們這種行為是錯誤的。如果遇到我們的同學或同事被斥責或欺凌，最好的做法可能就是直接指出這種行為是不對的。這種抵抗行為可以促進行為規範的建立，成為規範行為的強大力量。但即便是在這種糟糕的情況下，我們在表達自己觀點的同時應儘量減少對他人歸屬感的傷害。如此，我們才能最大限度地讓對方接受我們的觀點。

### 3. 不要輕信腦中的每一個想法

我們眼見的都不一定為實，更不要說心之所想。我們過分相信自己的想法、感受和理解，把它們看作真知灼見，卻沒有意識到它們往往只是我們頭腦中的主觀建構，是不可靠的。當我們試圖讀懂別人時，我們往往讀懂的是自己內心的刻板印象。當我們妄加批判時，我們往往過於相信自己頭腦中的情緒和衝動。當我們爭論時，我們往往看不到自己的觀點如何在無形中受到外界強有力的影響（比如規範和順從的壓力）。避免這些偏見的方法之一就是意識到我們可能會有這些偏見。

### “為什麼做”與“做什麼”同樣重要

任何明智干預的措施是否有效都取決於人們如何理解實施這些措施的原因。如果學生或員工認為“我相信你有能力達到更高的標準”只是口頭說說 - 是為了操縱他們，而不是源自對他們的信任 - 那麼這種干預就不會奏效。研究表明，當我們感到被真實地看到和回應，是最能讓我們覺得與他人產生連結的時候。明智的干預是表達真實的信念、觀點或願望的工具，而不是操縱的伎倆。

### 4. 考慮時機

批評、肯定、建議和提供保證都有各自的作用，但是在什麼時候做這些事和是否選擇做這些事同樣重要。

我們要牢記，無論我們的初衷有多好，都有可能引發社交事故。影響社交事故的因素往往是看不見的，這讓我們的日常生活充滿了因歸屬感而發生意外衝突的可能。我們不可能避免所有衝突，甚至做不到避免大部分衝突。但我們越是能保持警惕，就越能成為更好的“司機”，也越能成為更優秀的情境創造者。

## 吃不回本的自助餐？

### 躲開了“飽腹劑”，卻沒躲開“算計”

如果自助餐廳一門心思地只想著如何用炒飯、碳酸飲料等快速填飽顧客的肚子，使顧客每次離開餐廳時都有種“吃虧”的感覺的話，從長遠來看，這樣的做法是危險的。

現在跟你談談，為什麼自助餐總讓你感覺吃不回本。

前段時間，社交平臺上流傳著一種說法，自助餐廳會把壓縮餅乾混入麻醬蘸料裡，把桃酥碎混入燒烤幹碟裡，加入一種叫作“飽腹劑”的物質，商家只要在菜品或者調料裡撒上一點這種粉末，顧客吃了幾口之後，胃就會迅速脹大，食欲也會立刻消失，再也吃不回本了。

近有幾家媒體做了調查，結論也很清楚：所謂的“飽腹劑”在我國食品添加劑標準裡根本不存在。而被懷疑的麻醬蘸料的主要原料仍然是芝麻、花生、大豆等常規食材，只有極少數燒烤蘸料的配料表裡有“桃酥”這一成分，所有的抽檢樣品都沒有檢測到壓縮餅乾或者不明化學添加劑。

這個闢謠來得及時，但是很多人仍然不解：即使沒有所謂的“飽腹劑”，為什麼人們走進自助餐廳之後，吃了幾口就感覺撐了，怎麼也吃不回本呢？

#### 沒有飽腹劑，但有飽腹感

很多人在進入自助餐廳之前都會這樣計算：算一下三文魚每片多少錢、牛排每塊多少錢，然後給自己定一個“回本”的及格線，希望自己能本錢吃回來。

結果常常是坐下吃一會兒，就感覺肚子已經飽了，真正值錢的菜還沒碰幾樣呢。這種體驗反復出現之後，人們就會產生疑問，是不是因為自助餐廳在菜品或者調料中添加了某種“飽腹劑”？

其實，自助餐廳能讓你快速吃飽，不是因為違規添加了什麼東西，而是精心進行商業設計的結果。

一般而言，自助餐廳進門處最容易

被看到、伸手可及的地方，擺放的都是成本很低但是飽腹效果很好的食物，例如炒飯、炒麵、披薩、炸薯條、炸春捲等等。

甜品區一般也設在入口處，鮮豔的顏色、誘人的味道很容易吸引人的注意力，特別是孩子通常會先提出吃甜食的要求。

有些餐廳還會安排廚師在現場翻鍋炒麵，熱油在鐵板上發出滋滋的聲音，“鍋氣”夾帶著濃烈的油脂香味撲鼻而來，視覺和嗅覺的雙重刺激使人很難不帶走一份。

於是，很多客人一進門就會順手拿起一個盤子，在裡面盛上一勺揚州炒飯、夾上兩塊煎餃、取一片薄底披薩，然後又來到甜品區，放上一個小蛋糕或者一碟慕斯。

除了主食，還有飲品。

自助餐廳的飲品區，幾乎是全場最慷慨、最方便取用的區域，一般位於入口或者餐廳中間最顯眼的位置。

碳酸飲料中的二氧化碳進入胃部之後會迅速釋放出氣體，在胃裡產生物理性的膨脹效果，使人很快就會感覺到脹氣；果汁類飲料大多數不是新鮮榨取的，而是用濃縮果汁、香精和白砂糖調製而成的含糖飲料，糖分含量極高，但由於液體的性質，人們往往在不知不覺中喝了很多。

真正的貴重食材，三文魚、現切牛排等等，常常被放在餐廳的深處或者角落裡，有的還要繞過幾個彎才能找到。等你繞完一整個U形動線、終於發現海鮮台的時候，手裡拿著已經裝滿了沿途的便宜菜肴，胃裡也已經被碳水打了一層厚實的底。

這便是自助餐取餐動線的設計邏輯：通過順序效應，使得低價格、高飽腹感的食物先佔據消費者的胃部空間，讓食客面對高價食材“有心無力”。

而且，自助餐廳的低價主食可以無限量供應，貴價菜一般是用少量多次的方式補貨。

三文魚每次只切薄薄一盤，一上架就被顧客搶光，下一次要等上十來分鐘甚至更長的時間。有的牛排檔口要現場煎制，每次只能限量發放一份，一份要煎五到六分鐘，很多人沒有耐心排隊，乾脆就不取了。

當你主動或者被動地把大部分胃容量分給了那些成本低、飽腹快的食物，自然很難吃回本。

#### 餐廳不怕“大胃王”，就怕顧客少

即使如此，自助餐廳的設計可以成功賺到大多數消費者的錢，但它畢竟是面向所有消費者，總會遇到懂得吃的食客，或者食量大得驚人的“大胃王”。

這些人目標很明確——只吃貴的東西，而且吃得很快、吃得很多，難道餐廳不擔心被他們吃垮嗎？

答案是不怕。自助餐生意的底層邏輯，是一樁“食量保險”的生意，商家所關注的並不是張三或者李四吃多了，而是整個客群的平均食量處在哪個水準。

可以將自助餐的顧客分為三種類型：

胃口很小的“小鳥胃”人群、胃口一般的普通食客人群和胃口很大的“大胃王”人群，他們的分佈形成一個橄欖形的結構。胃口一般的人占大多數，他們吃的東西大體上都有一個平均值左右上下浮動，所消耗的食材少於票價，因此餐廳處於盈利的狀態。

從個案的角度來看，“大胃王”可以吃回本，比如說一個人吃掉了十盤以上的三文魚，但是把這個人超出的部分攤到同一時間內的幾十個或者上百個食量較小的顧客身上，餐廳的原材料總成本並不會因此而有很大的變化。

自助餐廳之所以能賺錢，並不是將“大胃王”拒之門外（這也不現實），而是依靠一個足夠大的客流量基數，使得少數人的超量消費被大多數人的

正常或者不足消費所抵消。

這種抵消在多層面同時進行。

第一層就是橫向抵消，也就是人群內部的自然互補。比如說一個四口之家，青壯年吃得多，小孩子吃不了多少，老人胃口也一般；一群人聚餐的時候，有人很會吃，也有人在控制體重，只吃清淡的食物。

第二層是縱向抵消，也就是同一個顧客在不同的時間段裡吃自助餐時的食量變化。即使是自認為戰鬥力很強的食客，也不可能餐餐吃回本。這一次有備而來，可能會吃掉三盤海鮮；下次再來的時候，由於身體狀況、心情以及同伴的不同，食量可能就小很多。

第三個層面是交叉抵消，即不同顧客之間的錯位消耗。自助餐廳的菜品種類很多，有人喜歡海鮮、刺身，有人喜歡烤肉、牛排，有人在甜品區與飲料區之間來回走動，互相抵消掉一部分需求，保持一個大致的平衡。

所以，自助餐廳害怕的不是少數“大胃王”，而是基數不夠大，也就是客流量不足。

如果當天的人流量足夠多，總的收入可以覆蓋掉當天的固定成本和所有的原材料費用，那麼個別“大胃王”的超額表現，很輕鬆就被其他顧客正常的消費所抵消。

一旦客流量跌到某個臨界點以下，情況就徹底逆轉了——租金照樣要交，員工工資照樣要發，設備折舊照樣在跑，但已經入不敷出了。此時即使當天來吃飯的人個個都是吃得非常少的“優質顧客”，餐廳也一定會出現虧損。

可見，如果自助餐廳一門心思地只想著如何用炒飯、碳酸飲料等快速填飽顧客的肚子，使顧客每次離開餐廳時都有種“吃虧”的感覺的話，從長遠來看，這樣的做法是危險的。

當“吃虧”的印象積累到一定程度時候，消費者就不會再選擇這家自助餐廳。

近幾年倒下的自助餐品牌，幾乎都是死於客源枯竭導致的現金流崩盤。

真正能活下來的自助餐品牌，無一不是在精細化運營上下功夫，用更好的食材品質、更合理的動線設計以及更真誠的服務來吸引顧客再次光顧。

只有讓大部分消費者覺得物超所值，客流這條生命線才不會停止跳動。

“知道”(nz\_zhidao)



# 空調怎麼用既省電又舒服？



不要關閉空調，把空調溫度調高1°C-2°C即可。

此外，頻繁開關空調還可能給壓縮機造成較大壓力，導致其使用壽命縮短。

### 空調的風口儘量朝上吹

開空調製冷時，最好把空調風向調為朝上。冷空氣一般會向下走，熱空氣向上走，這樣利用冷熱空氣自身的物理特性，會達到均勻舒適的室溫。

### “空調+風扇”組合省電又涼快

空調+風扇的組合方式可以讓屋內空氣流動起來，促進冷氣迴圈，讓體感溫度降2°C-3°C。比如：空調設28°C+風扇可達到體感26°C效果。專家建議，可以把風扇擺放於空調下方，選擇柔風或自然風。

### 空調的出風口附近放盆水

長時間開空調，空氣會變乾燥。尤其是相對乾燥的地方，人長時間待在空調屋裡，口鼻、眼睛很容易變得乾澀、酸脹。不妨在空調的出風口附近放盆水，能有效緩解乾眼症狀。

### 合理利用除濕模式

如果比較熱和潮濕，室內初始溫度

較高，可以先開製冷模式，待房間溫度下降後，再改為除濕模式，這樣既能省電又能達到除濕製冷的效果。如果比較乾燥，則不建議使用除濕模式，避免呼吸道太乾不適。

### 及時開窗通風

從健康角度來說在使用空調時，開窗通風很有必要。可以在開了2-3小時空調後，打開窗戶通風換氣10-15分鐘，其間不用關閉空調，也可以長時間給窗戶開個縫兒，隨時換氣。

### 夜晚調成睡眠模式

睡覺時可以將空調設定為睡眠模式。睡眠模式會在睡眠期間逐步調高溫度，既能避免睡眠時人體著涼感冒，又可節省電能。

再搭配定時關機，如早上7點起床，則6點左右即可關機，既利用了室內余溫保持涼爽，還能節省不少的電費支出。

### 如何預防“空調病”？

“空調病”並非醫學術語，而是指長時間處於空調環境中出現的一系列不適症狀的統稱。常見症狀包括頭暈、乏力、嗜睡、注意力不集中、鼻塞流涕、喉嚨乾癢、咳嗽、眼睛乾澀、皮膚乾燥，甚至可能誘發呼吸道感染或加重原有不適。

**定期清洗：**建議每半月清理一次空調機的濾網。

**注意保濕：**可以適當飲水補充水分，也可以在空調出風口下方放置一盆水來改善濕度。

**溫度不宜設置太低：**一般最適宜溫度為26°C-28°C。

**定時開窗通風：**建議2-3小時左右開一次窗，每次通風約10-15分鐘，保證室內空氣新鮮。

**避免直吹身體：**避免冷風直吹身體，尤其是頭面部、膝蓋、小腹、腰部等對溫度比較敏感的部位。

### 老人夏天更應該及時開空調

原因有兩個：

1. 可能在“不覺得熱”的情況下出現“隱性中暑”。

隨著年齡升高，老年人的皮膚溫度感受器敏感性下調，對外界的溫度、濕度的體感變得不明顯。所以即便室溫偏高，他們可能感覺不到很熱，也就無法及時降溫補水。

2. 如果老年人本身患有其他慢性疾病，一方面會把中暑初期出現的頭痛、頭暈、心悸等症狀誤當成其他疾病，無法得到及時救治。更嚴重的，可能會發展為熱射病。

熱射病是一種重型中暑，病死率介於20%-70%，其中老年患者可高達80%。

《CCTV 生活圈》

炎熱的夏季裡，空調成了不少家庭的消暑“剛需”。空調怎麼用既省電又舒服？如果只是短暫出門，要不要關空調？

### 空調黃金溫度：26°C

從省電角度看，其實空調溫度設置的越高越省電。之所以我們一直說設置26°C最省電，是因為26°C是人比較能接受的穩態的熱舒適溫度。

剛剛回家打開空調，可先開23°C快速降溫，30分鐘後調回26°C，避免長時間低溫運行。而夜間睡眠時，可升至27°C-28°C，避免後半夜過冷。

### 外出少於1小時建議不要關

有的人在短暫出門的時候會關上空調，過了一會兒回家再繼續開。這樣的方式能省電嗎？專家介紹，重啟空調的耗電，相當於持續運行二十至三十分鐘。外出如果少於一小時，建議

**嘉興庭院**  
www.uanddpaving.com  
執照號: 13VH07541600  
26年經驗，全套精良設備  
732-688-8771  
專業車道露台  
免費估價 專業設計 質優價廉  
協助申請任何Permit

**屋頂·庭院·砍樹**  
屋頂修漏 尖頂平頂  
瓦片翻新 庭院改造  
水泥車道 砍樹修枝  
拆除清理垃圾  
政府註冊 百萬保險  
請電: 347-530-2417

**瑞峰陽光房** 政府註冊 百萬保險  
sunroom  
服務項目:  
● 玻璃陽光房: 定製設計,採光充足,冬暖夏涼,多種玻璃選擇,滿足不同需求。  
● 雨棚: 遮陽擋雨,美觀實用,鋁合金框架,多種款式可選。  
● 涼亭: 戶外休閒空間,增添庭院魅力,可定製尺寸風格,打造理想花園。  
● 維修服務: 專業維修團隊,快速響應,提供玻璃更換、密封處理等各類維修服務。  
專業品質,貼心服務,價格合理透明  
免費上門測量估價,專業團隊安裝  
聯繫方式: 908-346-5588, 917-699-5561  
網址: www.ruifengsunroom.com  
4 Bernard Rd., East Brunswick, NJ 08816

**AERO TECH Heating and Cooling**  
政府註冊 百萬保險 執照技師二十年經驗  
專精  
商業住宅·中央空調  
暖氣·熱水爐等  
安裝維修各種品牌冷暖系統  
代理品牌: LENNOX YORK Coleman Carrier  
代申請 Permit  
201-638-3730 Joe  
732-770-9433

**群星冷暖** 維修安裝  
★ 精修各種 ★  
● 中央空調冷暖  
● 熱水爐 ● 暖氣爐  
● 抓碼櫃 ● 商用馬達  
● 商用(家用)冰箱  
● 熱水爐安裝  
● 分體冷暖  
● 換暖氣爐/熱水爐  
電話: 732-800-8168

**快樂冷暖**  
/////// 新州北部 ////  
住家冷暖氣  
餐館冷暖氣  
菜房碼櫃抽風  
973-600-8766  
翁先生

**SUPERIOR DECORATING LLC**  
建華裝飾工程公司  
NJ #13VH04031500全套投保,責任及勞工  
花崗岩、大理石、石英石  
廚房、浴室及一切室內裝修工程  
設計、供貨、拆裝、一條龍服務  
高質、價優、信譽卓著  
www.superiordecoratingLLC.com  
電話: 732-698-9988  
手機: 732-986-0088

## 聯合建築事務所

建築師 結構 電機 土地測量工程師

- 住宅 · 餐館 · 辦公室
- 商店/購物中心 · 實驗室
- 診所 · 貨倉 · 佛堂 · 教堂
- 新建/增建 · 違規更正

執照 紐約、新澤西、賓州、德拉瓦、麻州、馬利蘭、維州、康州、俄州、德州、佛州、明州、華州、伊州、科州、密州

Email: sheanwangarchitect@gmail.com  
 電話: 732-715-9896  
 地址: 168 Rt.1, Edison, NJ 08817  
 郵件: P.O. BOX 313, Princeton Junction, NJ 08550

## 德昌裝修

電子工程學士, 土木工程碩士

理論知識與經驗完美結合  
承接各種大小工程

- ★ 水電急修
- ★ 門窗地板
- ★ 內外油漆
- ★ 廚浴翻新
- ★ 屋頂外牆
- ★ 車道地庫

政府註冊 百萬保險

免費估價 免費諮詢

732-762-3750  
Michael

## 一財精工裝修公司

— One Cai Quality Construction Inc —

本公司100%正規政府註冊, 正規裝修執照, 30年裝修經驗, 兩百萬以上保險

免費估價 質量第一 信用第一

新建房子 加建房子 翻新室內室外  
 畫圖設計 水工 電工 全部一條龍服務  
 各式特製中高檔廚房櫥櫃 櫥櫃台面  
 外牆Siding 屋頂瓦片 車道 地下室防水  
 廚房翻新 浴室翻新 安裝地板 打磨地板  
 房屋油漆 精裝樓梯 門窗更換 冷暖空調  
 公司網址: www.onecaiqualityconstruction.com

中文電話: 201-988-1788 201-832-2293 聯繫人: 陳先生  
 English: 201-538-0380 201-315-3355

## 裝修 邢師傅

水、電、木、泥 樣樣行

專精廚房、浴室、地下室

您給我一分信任 · · ·  
 · · · 我還您十分滿意

請電 646-498-1160

## 華新裝修

執照保險 免費估價

- 廚房浴室
- 水電木工
- 內外油漆
- 換門換窗
- 大小工程
- 磁磚地板
- 餐館指甲
- 圍欄庭院
- 屋頂外牆
- 質量保證

請電: 929-300-6609 魏先生

## 完美裝修

十幾年裝修經驗 質優價廉

- 冷暖空調
- 水電急修
- 廚房浴室
- 內外油漆
- 房屋翻新
- 餐館設施
- 地板瓷磚
- 樓梯門窗
- 圍牆陽臺
- 地室車庫

安 洗衣烘乾機 車庫門 抽油煙機 家用電器

908-652-3888/732-659-9888

## 鑫藝 精品裝修

政府註冊 執照保險 工薪價位 質量一流

- ★ 住宅餐館
- ★ 甲店按摩
- ★ 加建改建
- ★ 土木水電
- ★ 廚房浴室
- ★ 地板磁磚
- ★ 土庫翻新
- ★ 庭院車道
- ★ 繪圖申請

646-238-1815  
848-319-3688

## 華仁裝修

裝修找華仁

專業水、電、土、木  
 土庫改建、廚衛翻新  
 地板、磁磚、油漆門窗  
 應急維修, 保您滿意

電話 718-313-8438  
732-887-8976

## 美好裝修

政府註冊 百萬保險  
 30年經驗 質優價廉  
 曾在國內做過大型酒店裝修

- 廚房浴室
- 地板瓷磚
- 內外油漆
- 地室裝潢
- 水電木工
- 門窗更換
- 樓梯陽臺
- 餐館維修

908-947-8998

## 興達裝修

政府註冊 百萬保險

- 住家改建、加建、擴建
- 精裝廚房、衛生間、地下室
- 樓梯、地板、油漆大小工程
- 水電疑難雜症 人到病除

732-325-7255 Elaine  
732-986-7288 李師傅

## 華利裝修

Weng Construction  
 新澤西老牌公司 30年裝修經驗

精緻奢華裝修  
 餐館裝修  
 新蓋+加建房  
 水電土木  
 圖紙設計

百萬保險 政府註冊

電話: 646-884-3816  
(Tony翁先生)

## 家鑫裝修

82年畢業於建築工程學校  
 三十八年工作經驗  
 政府註冊 百萬保險

- 廚房·浴室
- 陽臺·樓梯
- 油漆·改建
- 鍋爐·水電
- 土庫·木工
- 瓷磚·防水

誠信可靠 保證質量

732-789-8886 洽李師傅

## 家宜門窗

安裝公司 政府註冊 ★ 百萬保險

為增加節能, 保溫, 隔熱, 隔音綜合指標, 提供加厚雙層玻璃, 價格不變

最精技術 最優價格 最好誠信  
 本公司具有雄厚的技術專業安裝及改造、維修門窗; 提供質優價廉的退稅窗。根據房屋朝向, 選擇不同的阻光量玻璃。

732-910-2166  
詳情請洽李師傅

## 好師傅裝修

室內裝潢規劃  
 住宅 加建  
 商業 餐館  
 繪圖申請 permit

二十多年經驗

百萬保險 政府註冊

電話: 908-346-5588  
MasterRemodelingDeng@yahoo.com

## 信譽第一 大明裝修 質量第一

本公司服務宗旨是讓客戶  
 得到實惠滿意、質優、價廉

- ★ 精裝樓梯
- ★ 廚浴翻新
- ★ 細木水電
- ★ 大小工程
- ★ 地板油漆
- ★ 圍欄Deck
- ★ 換熱水爐
- ★ 經驗豐富

信譽至上 精工價廉

請洽方師傅 732-581-3500

## 去別人家做客之道

人際交往中，做客是常見的場景，也是展現情商的好機會。一個高情商的人懂得在做客時，通過細微的舉動和周到的表現，讓主人感到舒服、自在，甚至拉近彼此的關係。特別是那些喜歡做以下幾件事的人，往往能給人留下深刻印象，不僅顯得有教養，還讓人感受到滿滿的溫暖和尊重。

### 1. 主動觀察，適時幫忙

高情商的人在做客時，不會只是坐等被服務，而是懂得觀察主人的需求，是你的用心。特別是在一些家庭聚會或節日場合，主人可能忙得不可開交，而你的主動幫忙能讓他們感受到支持和關懷。高情商的人知道，這種舉手之勞往往能起到意想不到的效果。

### 2. 懂得適度誇讚主人和環境

高情商的人明白，每個人都喜歡被認可和肯定。當他們去別人家做客時，會適度地誇讚主人的用心，比如稱讚房間的佈置、食物的美味，或者孩子的懂事。這種真誠的誇讚，不僅能讓主人感到被尊重，還能營造輕鬆愉快的氛圍。

需要注意的是，誇讚一定要真誠且得體，切忌過於浮誇或虛偽，否則會讓人覺得你別有用心。例如“你家佈置得很有品味，感覺特別溫馨”，這樣具體而貼近生活的誇獎，往往更容易打動人心。

### 3. 入鄉隨俗尊重主人的習慣

每個家庭都有自己的生活習慣和規則，高情商的人在做客時，特別注重尊重主人的家規。他們會注意觀察提前溝通，既體貼地為主人著想，也能避免讓場面變得尷尬。這樣的細膩和體諒，是高情商的體現，也是對主人的最大尊重。

### 4. 適時互動，不冷場也不喧賓奪主

高情商的人在做客時，總能巧妙地把握交談的節奏，讓氛圍既熱絡又自然。他們懂得適時提問或回應，比如談

一些主人的興趣愛好、孩子的成長話題，或者分享一些趣事，讓交流變得輕鬆愉快。

同時，他們不會喧賓奪主，過度炫耀自己或強行主導話題。高情商的人善於傾聽，懂得關注別人的感受，特別是在家庭聚會中，他們會照顧到每個人的情緒，讓每位參與者都感受到被尊重和重視。

### 5. 離開前表達感謝和留意細節

高情商的人在做客結束時，總會主動向主人表示感謝，無論是言語上的感激，還是簡單的動作，比如主動收拾碗筷或幫忙整理餐桌。他們深知，感謝不僅是一種禮貌，更是一種對主人的辛勤付出的認可。

另外，他們還會注意細節，比如離開時詢問是否需要帶走垃圾，或者適時送上一些小禮物作為回訪禮。這些細微之處的表現，能讓主人感受到你的真誠和周全，為下一次的相處留下良好的印象。

### 6. 高情商的做客之道

去別人家做客，其實是一次展示個人修養和情商的機會。從主動幫忙到適度誇讚，從尊重主人習慣到表達感謝，高情商的人用細節贏得了主人的好感。他們不僅讓自己顯得體貼懂事，還讓對方感受到舒適與愉悅。

做客之道並不難掌握，只要多一些觀察和用心，就能讓你的舉止更得體。情商高的人總能讓人與他們相處時感到如沐春風，這種暖心和智慧的結合，正是人際交往中最迷人的魅力。



## 奇聞趣事一籬筐

### 最近出門要少穿黃，綠，銀灰色衣服

一種和芝麻差不多大的小飛蟲叫薊馬，靠吸食植株的幼嫩組織汁液為生，分佈範圍廣、南北方都有，春夏季節尤為多見。薊馬和其他昆蟲一樣，都有趨光性，喜歡黃色、綠色、銀灰色等亮色，最愛黃色。一旦扒拉在你衣服上，要是不慎捏死，還會發出一股很大的臭味。



(点击查看详细科普 🌱)

### 為什麼古建築屋簷下掛一條木頭魚？

這條“魚”對古人來說，有多重用途。

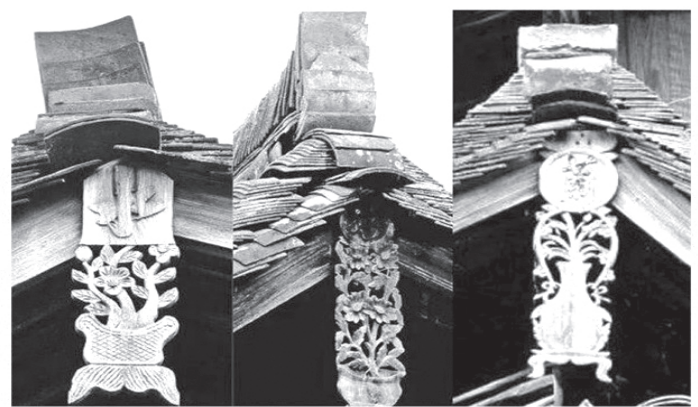
**引水** - 懸魚是安裝在山牆博風板中間的裝飾。在一些多雨的地區，懸魚能夠引導雨水，避免雨水順著博風板頂端滲進屋簷，侵蝕檁頭。

**防火** - 古人認為魚屬水，依據五行相生相剋的原理，水能剋火。於是古人在屋上掛“魚”，祈求房屋免遭火災。

**象徵** - 東漢有“羊續懸魚拒禮”的典故。

府丞嘗獻其生魚，續受而懸於庭；丞後又進之，續乃出前所懸者以杜其意。

翻譯：府丞曾向他獻魚，羊續收下卻懸掛在庭院中；府丞後來又獻魚，羊續便把先前懸掛的魚拿給他看，來杜絕他再獻的念頭。雖然它叫懸魚，但也並不都是魚形的。



## 幽默



### 看足球

老公在看足球。  
老婆問：哪隊跟哪隊踢？  
老公：法國對葡萄牙。  
老婆：亞洲盃嗎？

老公：世足賽。  
老婆：台灣隊在哪裡？  
老公：跟你一樣，在看電視。  
老婆：台灣隊為什麼不上去踢？  
老公：國際足總不讓去。  
老婆：怕我們是詐騙集團嗎？  
老公：不是，是因為水準太差。  
老婆：我們不是有林書豪嗎？  
老公：妳不要再問了，好不好？  
老婆：你是說我什麼足球都不懂囉？  
老公：好，那我問妳，C 羅是那裡人？

老婆：當然是雲林人啦，還用問…

### 我發誓

有一個貴族老爺的馬被盜了。第二天他在所有的報紙上都刊登了這樣一個聲明：“如果不把馬還給我，那麼我就要採取我父親在這種情況下採取過的非常措施。”

威脅生效了。小偷不知道會產生什麼嚴重後果，不過他想著可能是某種特別可怕的懲罰，很害怕，於是偷偷地把馬送還了。

能有這樣的結局，貴族老爺很高興。他向朋友們說，他很幸運，因為不需要步父親的後塵了。“可是，請問你父親是怎麼做的？”朋友們問他。

“你們想知道我父親是怎麼做的嗎？好吧，我告訴你們……”

有一次他住旅店時，馬被偷走，他就把馬肚帶套在脖子上，背著馬鞍走回家了。如果小偷不是這樣善良和客氣的話，我發誓，我一定要照父親那種做法去做！”

# 百首經典之 - 舒伯特《鱒魚五重奏》 (中)

作為一生喜愛浪漫主義詩歌的作曲家，舒伯特的氣質、個性不同於貝多芬，沒有他的前輩那種強烈的時代感情和深邃的哲理思想。

舒伯特採取兼收並蓄的藝術態度，從來沒有摒棄古典傳統。

舒伯特採用的器樂體裁形式多種多樣，共同的特點是將古典形式與民間音樂因素有機地結合在一起，突出歌曲性的主導地位，用歌曲性的旋律表現器樂詩的意境和抒情的音樂形象，甚至直接運用他的歌曲的音樂主題，

突出他所要表現的標題性的音樂內容。無論是音樂陳述方式、形式結構均具有明顯的歌曲性的特點。

舒伯特是一位天生的旋律作曲家，他善於把詩歌變成音樂，如莫札特一樣，旋律像泉水不斷地湧瀉出來，激起感情的漣漪。

他堅持古典傳統嚴謹的音樂結構原則，又不拘於形式的固定模式，力求通過調性、音區、和聲色彩等手法變化，多方面地表現複雜的心理狀態的活動和發展，而且通過“自我感受”的方式，用抒情的格調充滿詩意地表現或描繪出來。

歌曲《鱒魚》創作於1817年，當時舒伯特只有20歲。《鱒魚》原本是由18世紀德國詩人舒伯特所作的一首詩。舒伯特因政治因素而遭囚禁，在牢獄生活中對自由的渴望，而作了《鱒魚》這首詩。舒伯特將這首詩譜成了歌曲“鱒魚”。1819年舒伯特與好友、男中音歌唱家佛格爾在北奧地利旅行時，受到博文加納熱情款待，並受博文加納委託而作《A大調鋼琴五重奏》，首演於

博文加納府邸。這首樂曲的第四樂章即是根據歌曲《鱒魚》寫成的變奏曲，故此又被稱為《鱒魚五重奏》，編號D667。

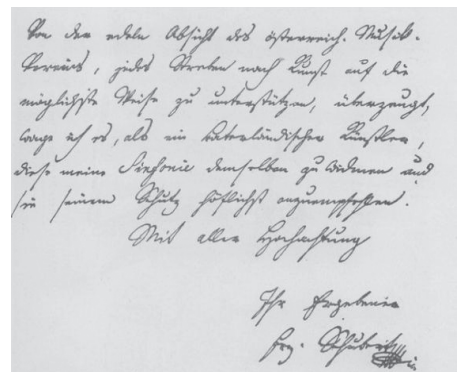
《鱒魚》以其簡潔的旋律和生動的描繪而聞名。這首曲目描繪了鱒魚在水中遊動的自然畫面，旋律明快，節奏輕盈自由，表達了輕鬆、愉悅和自由的情感。

從旋律上看，《鱒魚》採用了簡潔明快的主題旋律，這種旋律使得人們能夠輕鬆地跟隨著音樂節奏，感受音樂所帶來的愉悅和放鬆。同時，舒伯特巧妙地運用了各種樂器，使得整個曲目更加豐富和多彩。

在曲目的節奏方面，《鱒魚》採用了輕快的節奏，這種節奏使得人們能夠感受到鱒魚在水中遊動時的輕盈和自由。同時，舒伯特還巧妙地運用了各種樂器，使得整個曲目更加生動和有趣。

從情感上看，《鱒魚》所表達的是一種輕鬆、愉悅和自由的情感。這種情感使得人們能夠在忙碌的生活中找到片刻的寧靜和放鬆，感受音樂所帶來的美好和感動。

在演奏技巧方面，《鱒魚》要求演



舒伯特手跡

奏者具備高超的演奏技巧和敏銳的聽覺能力。

演奏者需要準確地把握曲目的節奏和旋律，同時還需要運用各種樂器來表現出曲目的豐富和多彩。演奏者需要高超的技巧和敏銳的聽覺能力來表現曲目的豐富和多彩。

《鱒魚五重奏》與一般的五重奏不同，不是那種鋼琴加絃樂四重奏的標準形式，而是鋼琴與小提琴、中提琴、大提琴和低音提琴這樣四件絃樂器的組合，亦即比標準形式少了第二小提琴，而以低音提琴取代。

(林聲)(待續)



舒伯特故居

**新澤西華人聯合衛理公會**  
New Jersey Chinese United Methodist Church  
1171 Terrill Rd., Scotch Plains, NJ 07076 Tel: 732-648-5673 (陳姐妹)

**歡迎參加中文主日崇拜** 星期日上午09:30-11:00

- 凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息 (馬太福音11:28)。
- 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告，祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念 (腓立比書4: 6-7)。
- 神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不至滅亡，反得永生 (約翰福音3: 16)。

憑剪報獲每週四成人免費針灸 (請短信預約: 732-259-2039 范先生)

**新澤西華安殯儀館**  
WAH ON FUNERAL HOME

**持牌人: 陳德昌**  
Roger A. Chin Manager, N.J. LIC. NO. 4562  
**551-997-8400** ENGLISH/中文/廣東話

網址: www.wahonfuneralhome.com  
Email: wahonfuneralhome@gmail.com  
地址: 17 S Adelaide Ave, Highland Park, NJ 08904

**聖恩長老教會**  
Grace Taiwanese Presbyterian Church  
教會位於Princeton附近，歡迎參加崇拜

2020 Brunswick Ave., Lawrenceville, NJ 08648  
(Slackwood Presbyterian Church裡) www.grace-tpc.org  
Tel: 609-851-0789 孫靈播牧師 609-915-5975

主日崇拜: (敬拜、讚美) 華語講道 2:00pm  
青少年崇拜 英語 2:00pm

福音團契的活動包括郊遊、插花工作坊、音樂欣賞、讀書心得分享  
每週五晚上線上查經, 7:30pm  
中文學校, 小班教學

**新澤西華人天主教會** New Jersey Chinese Catholic Apostolate

<b>北區 Harrison</b> Holy Cross Church 16 Church Sq, Harrison NJ	<b>中區 Middlesex</b> Our Lady of Mount Virgin Church 600 Harris Ave, Middlesex NJ
每月第 1、3、4、5 主日 下午 2 時 彌撒	每月第 2 主日 下午 3:30 彌撒

免費汽車接送:  
古煒玲 (Angel)  
862-686-1170

資訊關注我們  
www.njcca.net

# 分類廣告

八元小廣告 · 經濟又實惠  
及時網上見 · 效果快又廣

## 免費上 www.888ads.net

惠賜廣告，請電話、傳真、電郵或郵寄  
電話：732-650-9888  
傳真：732-650-9889  
電郵：chiweekly9@yahoo.com  
紐約：37-11 #D Prince St., Flushing, NY 11354  
新州：1945 Route 27, Ste 5, Edison, NJ 08817

## 八元分類小廣告

1.廣告每單位中文6個大字，50個小字(英文、數字、標點或空位兩個算一字)。  
2.每單位每期\$8，至少須刊登2期(\$16)。連登3個月或以上另有折扣。廣告一旦刊出，恕不退款，亦不保留餘款。  
3.刊登廣告可用電話、傳真、電郵或郵寄方式，來稿請用正楷填寫。印刷版每週三下午3:00截稿。網絡版無截稿時間。  
4.請預付支票或信用卡(Master、Visa、AmEx)。支票抬頭請寫：Global Chinese Times，並請於支票上寫上廣告的電話號碼。信用卡請寫上卡號、到期日期及信用卡地址。

## NJ(新澤西)裝修團隊 招聘

現招50歲左右熟手師傅和雜工各數名。  
要求為人踏實、幹活利索。  
住新澤西為佳。長期有活，待遇從優。  
電話：347-369-6057 / 347-300-7379  
(電話沒接請發短信)

## 傢具公司誠請

1. 倉庫經理: 有經驗和責任心, 能獨立安排工作。  
2. 倉庫員工: 貼標掃碼、協助出貨、基本英文。  
3. 叉車手: 叉車技術熟練、工作認真負責。  
4. 銷售員: 有團隊精神, 有經驗優先錄用, 佣金高。  
以上職位需中英文, 合法工作身份, 公司薪優。  
請發簡歷: starhome08831@gmail.com  
電話: 848-213-5633 地址: 新澤西中部 Monroe

## 國際物流 公司 (Edison附近)

**誠聘 財務專員:**  
歡迎有相關經驗的優秀人才加入我們!  
崗位要求: 中英文流利, 具備良好的溝通能力; 熟悉應收、應付、銷帳等財務工作; 工作認真負責, 具備團隊合作精神; 有物流、貨代或供應鏈行業財務經驗者優先。  
薪資福利: 具有競爭力的薪資待遇; 提供醫療、牙科及眼科保險; 帶薪年假及法定假期; 年度旅遊及團隊活動。  
有意者請聯繫: jen@cityocean.net

## 貨運代理物流公司誠請

Logistics Company 擴展徵才, 誠徵下列職位:  
\*Import Specialist: 進出口貨務文件處理, 無經驗可  
\*Accounting/Bookkeeping: 需有簡易基礎會計經驗  
全職, 有醫療, 牙科, 眼科保險, 需通英文, 諳電腦, 良好溝通能力。  
公司位於 Secaucus, NJ  
意者請寄履歷表至: hiring\_kfny@hotmail.com

## Edison 08817 冰箱公司 招司機和辦公室(報W2)

物流 需熟練使用電腦及辦公軟件, 會講英文, 之前做過類似的職位更佳。薪資面議。  
司機 要求熟悉紐約道路, 有26呎卡車經驗, 會開叉車, 會簡單英文。  
工作時間 週一到週五  
福利: 醫療保險, 養老金計畫, 視力和牙科保險, 帶薪休假等  
聯繫電話: 短信 917-722-0866 (張女士)  
或者直接發 resume to Liwen@dukersusa.com

## 汽車維修保養

U.S.Rt.1(1號路)華人修車行, NAPA Auto Repair, 汽車故障, 碰撞修復, 油水養護, 電機水泵, 底盤懸掛, 剎車皮帶, 車窗玻璃, 換胎補胎, 保險對接。1184F Cozzens Ln, North Brunswick, NJ 08902, Tel: 732-889-8299/908-416-6132

## 誠聘長途司機

長期聘請 CA-NJ, CA-GA 往返拼車或自主 team, 同時招聘副駕多名, 可新手, 貨源穩定 保證趟數, 支票規範不拖欠。我們在 GA、PA、NJ 都有我們自己倉庫, 不過夜 100% 保證當天有回貨回洛杉磯。請電: 626-558-3777

## 誠徵生產和倉庫包裝工

新州中部 Edison 食品公司誠徵生產和倉庫包裝工多名。全職和兼職(PT /FT), 彈性工作時間, 男女不限, 細心負責, 無需經驗。8:30-5:00, 週一到五。  
聯繫: (908) 280-1171 或 nchao.ibis@gmail.com

## 誠徵服務人員

成人日間照護中心徵: 熱誠耐心服務人員。  
位於新澤西州 EWING 地區。  
有意者請電: 609-712-0715

## 理容推拿

## 管家保姆

## NJ 按摩新張

East Brunswick 新近開張, 環境優雅, 舒適潔淨。請電: 609-474-4966



## 交友徵婚

## 兩房一廳出租

愛迪生, 步行樂天超市十多分鐘, 姐妹樓, 兩房一廳。歡迎看房, 價格面議, NO 寵物! 電話: 732-703-3398

## 套房出租

新州北部一房一廳, 交通生活方便, 包水電, 獨立衛浴和小廚房(用電), 即可入住。尋正職不煙無寵物單身人士, 價格面議。電: 201-655-5422

## 餐館請人

## 餐館請人

新州 Freehold 07728, 中餐館誠請熟手接外賣和廚房師傅, 薪優。有意者請發短信: 917-567-9608

## 新張按摩

Somerville, NJ, 環境優雅, 舒適整潔, Table Shower。請電: 908-300-8454

## 機場接送

世界單身聯誼會  
專職介紹優秀白領成婚 數千華裔精英供您挑選 面對面的服務直到成功  
732-331-6189/732-666-2066  
www.gsg365.com

## 3房2廳出租

新州 Parsippany 3房2廳雅房出租, 全新裝修廚房, 走路到鑫鑫超市, Shoprite。有停車場, 後院。獨立進出。\$2200/月。黃太太: 862-579-5582

## 職位招聘

## 最大家護公司

新州最大的講中文家護培訓公司, 提供晚班/日班護理培訓, 幫您獲取證書, 半/全職, 有假期醫保。另聘有證護理員。電: 848-391-8547

## Dumolings2go

餃子館誠請會包餃子和包子的師傅, 同時也需要前臺客服員工, 全職或兼職。新澤西 Pier Village, Long Branch 請電或微信 (609) 902-5188

## 溫柔舒緩身心

久坐疲憊身心緊繃, 私密潔淨空間輕柔解壓, 純休閒放鬆非醫療理療, 時段靈活可預約。預約電話: 718-905-5050

## 機場接送

提供24小時機場接送服務, 備有多臺車可供選擇, 紐約3大機場最低收費, 歡迎來電查詢。電話: 732-789-3168

## 房屋租賃

## 靚單房出租

在愛迪生只合女性, 有私用廁所, 租\$690。另在Highland Park, 多間單房只合男性租\$580起。電或短信: 908-930-4016

## 牙醫助理

新州中部 Hillsborough 誠請前檯一名, 有工卡, 懂說中英文, 會簡單電腦, 細心負責, 可培訓, 有經驗者佳。請電: 908-392-8812

## 餐館請人

新州中部外賣店請前臺, Part Time, 5pm-8pm, \$20/小時。詳情請電: 908-531-1155

## 機場接送

誠信熱情, 價格合理, 各機場接送, 旅遊包車, 遠近接送。Morris County 附近優惠。請電: 862-226-3579  
Tony 張先生

## 雅房廉租

位於 Bayonne, 環境幽靜, 交通方便, 有 Bus 直達紐約。近中西超市, 新廚房, 新裝修, 適學生或正職人士。電: 973-405-1186 看房

## 雅房出租

South Brunswick 單房出租, 近1號130公路 Costco。安全舒適寧靜, 適單身正職愛乾淨人士, 732-485-2132 留言必覆。

## 誠徵裝修工

新澤西裝修公司誠徵裝修工。詳情請電: 908-861-2916

## 專業服務

## 才藝傳授

## 雅房出租

Edison 北面區 House 中央冷暖, 包水電煤上網, 有床桌椅車位。近 Rutgers 大學中韓超市。適愛清潔女士。電: 917-679-0298

## 雅房廉租

Highland Park, 單房, 環境優雅, 獨立衛廚, 獨立進出, 近中西超市。全租, 詳情請電: 973-718-1917

## 診所請人

Warren NJ 診所請前臺和助理, 半/全工, 需中英文流利, 熱情有禮, 會電腦, 無經驗亦可。寄簡歷 JLiou 89@Hotmail.com 或電 732-599-7691

## 長者殘障人佳音

如您持有白卡(Medicaid)醫療保險我們可免費提供中文家庭護理服務, 包括個人護理, 簡單家務, 做飯等。請電: 848-391-8547

## 小提琴教學

新州 Edison 小提琴教學, 銷售, 維修。培訓青少年進入 NJ Youth 樂團, 226 Rt1 North, Suite M, Edison, NJ 08817, 電話: 908-525-2998

## 機場接送

JFK, 紐瓦克, 拉瓜迪亞機場接送, Parsippany 周邊優惠。接送小孩, 老人和各種用車。聯繫蔣先生: 862-579-5581

診所誠聘

Metuchen、Florham Park胃腸科新增診所, 擴大團隊, 誠招: 1.全職或半職醫生助理, 可培訓, 2.診所前臺, 需流利中英文, 熟悉電腦操作. 以上職位工作時間靈活, 可以做週六班, 薪資從優. 請電: 732-662-5115, 傳簡歷至 njddainfo@gmail.com

診所請文員

新州中部 EB 眼科診所徵全職 / 半職文員, 流利中英文, 會用電腦, 能合法工作。有意者請傳真簡歷至: 732-246-2650 或 Email: seesawvisioneb@gmail.com

愛迪生華人療養院誠徵

- 1) 全職、半職、代職有執照護士和助理護士, 福利和待遇從優
2) 半職、代職中國廚師
請聯繫朱小姐 732-835-6461

永和 石材櫥櫃公司

北美實木櫥櫃 / 現代平板櫃
精選人造石英石檯面

別等了! 同樣品質, 我們價格全城最狠。帶上尺寸直接來, 現貨供應, 現場報價, 絕無套路!
地址: 1980 Route 27, Edison, NJ 08817
搶購專線: 347-495-8913



裝修 · 誠信品質

裝修工程: 住宅、餐館及辦公室翻新。精裝廚房浴室等。經驗豐富, 手工精細, 價格公道, 免費估價
公司電話: 732-707-0227
蔡師傅: 347-300-7379; 文師傅: 347-369-6057

宏恩冷暖

凡安裝Lennox或York品牌的冷暖設備, 最高可省\$2100元。執照保險, 可幫助客戶申請Permit。電話: 732-543-5799 董師傅

大師冷暖公司

執照保險, 政府註冊, 代申請Permit, 安裝、維修各式家庭冷暖系統, 熱水爐等。服務新州, 每週7天, 24小時。請電: 908-787-7222 陳先生

邢師傅裝修

水、電、木、泥樣樣行
專精廚房浴室地下室
您給我一分信任
我還您十分滿意
請電: 646-498-1160

華利裝修

新澤西老牌公司, 精緻奢華裝修, 餐館裝修, 新蓋+加建房, 30年裝修經驗, 水電土木, 圖紙設計, 百萬保險, 政府註冊。Tony 翁先生 646-884-3816

幸運裝修公司

執照保險, 質高價優, 建築繪圖, 申請施工, 加建改建, 水電維修, 舊屋翻新, 廚房浴室, 公寓民宅, 屋頂土庫, 商業店面, 車道庭園。201-920-9393

群星冷暖維修安裝

中央空調冷暖, 熱水爐, 暖氣爐, 抓碼櫃, 商用馬達, 商用(家用)冰箱, 熱水爐安裝, 分體冷暖, 換暖氣爐 / 熱水爐。有EPA執照。電話: 732-800-8168

華仁裝修

專業水、電、土、木、土庫改建, 廚衛翻新, 地板磁磚, 油漆門窗, 應急維修, 包您滿意。
電話: 718-313-8438
732-887-8976

建華裝飾工程

廚房、浴室及一切室內裝修工程; 設計, 供貨, 拆裝, 一條龍服務。高質, 價優, 信譽卓著。
電話: 732-698-9988
手機: 732-986-0088

華新裝修

執照保險, 免費估價。廚房浴室, 磁磚地板, 水電木工, 餐館指甲, 內外油漆, 圍欄庭園, 換門換窗, 屋頂外牆, 大小工程, 品質保證。929-300-6609 魏

快樂冷暖

新州北部
住家冷暖氣
餐館冷暖氣
菜房碼櫃抽風
973-600-8766 翁先生

家宜門窗

專業安裝及改造、維修門窗, 提供質優價廉的退稅窗, 根據房屋朝向選擇不同阻光量玻璃, 提供加厚雙層玻璃價格不變。洽李師傅: 732-910-2166

新州建築裝修

商業·住家·新建·增建
室內裝修, 地庫改建, 地板瓷磚, 廚浴改造, 水電門窗, 內外油漆, 執照保險, 經驗豐富, 免費估價。646-226-9603 楊先生

迅美裝修

固定裝修團隊22年, 擅長實體設計, 精細裝修。多年提供客戶優質價廉的櫥櫃檯面等。歡迎諮詢, 請電郭大偉: 732-910-6785

好師傅裝修

室內裝潢規劃, 住宅 加建, 商業 餐館, 繪圖申請permit, 百萬保險, 政府註冊, 20多年經驗。電話: 908-346-5588

聯合建築

建築師, 結構, 電機, 土地測量工程師。住宅, 餐館, 商店/購物中心, 診所, 辦公室, 集會場地, 新建, 增建, 違規更正, 美國多州執照。電732-715-9896

興達裝修

住家改建, 加建, 擴建, 精裝廚房, 衛生間, 地下室, 樓梯, 地板, 油漆大小工程。水電疑難雜症人到病除。732-325-7255 Elaine, 732-986-7288 李師傅

家鑫裝修

38年經驗, 政府註冊, 百萬保險。廚房浴室, 鍋爐水電, 陽臺樓梯, 土庫木工, 油漆改建, 瓷磚防水。誠信可靠, 保證質量。電: 732-789-8886 李師傅

旅遊機票

代理全球各地, 各大遊輪線路, 美國境內, 加拿大, 歐洲及中國遊。電 732-777-9888。領館業務: 中國簽證, 中國護照換新, 公證。電 732-777-6888

瑞峰陽光房

專業定製玻璃陽光房, 雨棚, 涼亭, 提供各類維修服務。政府註冊, 百萬保險。請電: 908-346-5588, 917-699-5561
www.ruifengsunroom.com

華夏旅遊

包車訂製, 領館服務。Bus 遊, 歐洲精華遊, 亞洲超值遊, 豪華遊輪。代辦簽證, 代理機票。電: 973-722-7164, 973-664-7282。微信號: Skytravel68

大展裝修

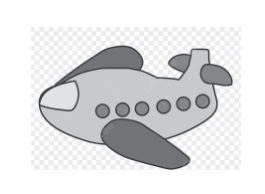
25年經驗, 質優價廉。大小工程, 室內裝修, 門窗圍欄, 水電急修, 磁磚地板, 內外油漆, 燈飾安裝熱水器維護。服務新州。電917-863-9339 歐陽先生

完美裝修

十幾年經驗, 冷暖空調餐館設施, 水電急修地板瓷磚, 廚房浴室樓梯門窗, 內外油漆圍牆陽臺, 房屋翻新地庫車庫。電: 908-652-3888, 732-659-9888

藍天旅遊

包車訂製, 領館服務。Bus 遊, 歐洲精華遊, 亞洲超值遊, 豪華遊輪。代辦簽證, 代理機票。電: 973-722-7164, 973-664-7282。微信號: Skytravel68



好美專業油漆

專業油漆, 大小工程, 室內外牆油漆, 牆紙處理, 外牆沖洗, 水電門窗, 廚房浴室, 地板安裝, 更換門窗, 土庫改建, 質優價廉, 保證質量。電: 908-458-5346 劉

陈师傅

電話: 732-895-6100
家庭各種小裝修, 鋸獨立屋小樹、地面清潔, 疏通各種下水道。服務於新州愛迪生周邊一個小時的車程。

家旺裝修

大小工程, 土木水電, 廚房浴室, 內外油漆, 地板安裝, 更換門窗, 土庫改建, 質優價廉。
電: 609-815-9847 劉

家庭裝修

電話: 929-357-9388 莫師傅
各種家庭室內外小裝修, 水電衛生間改造, 廚房, 油漆, 地板翻新, 兼通下水道, 服務愛迪生周邊一小時車程地區。

專一小修

屋頂漏水, 水喉漏水, 換門換鎖, 電路維修, 換馬桶, 換熱水爐, 安裝各種吊燈, 專業通下水。請電: 732-642-0531, 917-251-0514

水電暖氣

電動車、暖氣、熱水器
安裝維修
政府註冊 執照保險
代申請電工Permit
201-881-9000

大小裝修

工廠大廈 SUPERVISOR 承接, 廁浴梯臺, 門窗水電, 間隔油漆, 屋頂外牆, 水泥磚道, 圍欄地板, 土木工程。電: 201-887-7688, 646-881-8227

專業維修服務

管道電路維修, 更換門窗, 換熱水爐、馬桶, 各種燈具, 油煙機等廚衛設備, 屋頂漏水, 通下水道。請電: 732-688-7481/917-818-6242

東方裝修

住家公寓, 內外油漆, 地板, 磁磚, 門窗, 水電安裝, 廚房浴室翻新。30年經驗, 免費估價。服務新州中部。請電卓先生: 732-588-6128 EVE or TEXT

安裝油煙機

家庭用, 中式或美國名牌: 神氣、颱風, 出口6吋, 7吋, 8吋, 費用90元起。方太、老闆專門安裝。請電: 862-926-7550

小陳大小裝修

時價\$35, 日價\$280, 房子油漆, 精修門窗土木結構電路水管水泥地板。電諮詢、估價與預約。電話: 917-963-2023 (Tony Chen)

冷暖氣熱水爐

30年經驗, 執照保險, 家庭冷暖氣熱水爐, 商業冰箱抽風, 維修換新。
電話/Text: 908-531-3091

德昌裝修

水電急修 門窗地板
內外油漆 廚浴翻新
屋頂外牆 車道地庫
政府註冊 百萬保險
電: 732-762-3750

飛翔冷暖

服務新州中北部及 Staten Island, 專業安裝維修中央冷暖, 分體空調, 熱水爐, 餐館冷凍設備, 電燈電路, 水電管道。請致電: 917-655-8016 張先生

美好裝修

政府註冊, 百萬保險, 20年經驗, 質優價廉, 廚房浴室, 水電木工, 地板瓷磚, 門窗更換, 內外油漆, 樓梯陽臺, 地室裝潢, 緊急維修。電: 908-947-8998

景峰裝修

25年經驗, 全屋裝修, 磁磚地板, 水電木工, 內外油漆, 免費報價。
李師傅 347-241-8739

鑫藝精品裝修

住宅餐館, 甲店按摩, 加建改建, 土木水電, 廚房浴室, 地板瓷磚, 土庫翻新, 庭院車道, 繪圖申請, 政府註冊, 執照保險。請電: 646-238-1815

鴻運裝修

商舖 & 民宅
水電瓷磚 地板油漆
庭院圍欄 大修小補
Jack: 646-683-2538

一財精工裝修

政府註冊, 執照保險。新建加建, 室內外翻新, 各式特製中檔櫥櫃檯面, 外牆屋頂, 車道地室, 廚浴地板油漆, 樓梯門窗, 水電暖。201-988-1788

信譽油漆

內外油漆, 外牆沖洗。車道維護, 雜工小工。信譽第一, 價錢實惠。電話: 732-983-8357 梁師傅

車庫門充電樁

專業承接各類家用商用車庫門及配遙控自動開門器, 安裝, 更換, 維修, 安裝維修汽車充電樁, 保證通過市政 inspection。提供一年保修。電: 646-425-7499

中信包通水管

專業包通各種下水管道, 包通, 不通不收錢。專修補屋頂, 各種漏水, 地下室排水, 修換水喉, 換熱水爐, 價平可靠。請電: 732-310-8868 陳師傅 Mr. Chen

空調水電冷暖

安裝維修, 中央空調, 分體空調, 冷暖設備, 舊機換新, 補漏加氣, 通風馬達, 水電煤氣, 暖氣系統, 電燈電器, 內外電路。請電: 718-216-0256

新州冷暖

冷暖氣, 風管, 煤氣管, 熱水爐。水電維修。中北部地方, 隨叫隨到。929-990-8545 黃生。

恒達水管包通

二十幾年經驗各類水管包通, 精修各類水管漏水, 不通不收費。專業 Roofing。
電: 732-763-7473
732-762-7737

吉慶裝修

專業木地板安裝, 水電維修改造, 地磚廚衛改造室內外油漆免費估價信譽第一
908-787-7577/732-688-7958/ 北部: 201-328-5678

誠信專業油漆

專業內外油漆, 高壓清洗外牆, Deck, 修補屋頂, 各種漏水, 修換水喉, 馬桶, 水泵, 各種急修。誠信價平。請電: 732-310-8868 陳師傅

幸福裝修公司

30年經驗專業房屋內外油漆, 改門換窗, 廚房浴室, 瓷磚地板, 土庫改建, 急修水電, 大小工程, 價錢合理, 質量保證。電陳師傅: 732-705-0417 (國粵語)

Aero Tech 冷暖

政府註冊 EPA 執照技師, 多年經驗, 專精商業住家暖氣、熱水爐、中央空調雪櫃等安裝及維修服務新州中、北部。請電: 201-638-3730, 732-770-9433

信誠專業斬樹

專業修斬樹枝, 修剪庭院枝葉, 植樹, 種花, 填泥。修理 Drive way, 換熱水爐。價平, 可靠。請電: 732-310-8868 陳師傅 MR. Chen

汽車修購

宏橋修理收購

執照 02281A NJ 華人設備最齊, 40年經驗專業修理碰撞鍍金噴漆。接受所有保險修高難度問題, 732-570-1107, 7天, bridgeautopiscataway.com

修車收車

新州近30年華人執照經營大型車身碰撞修復公司承擔保險公司和個人的鍍金噴漆業務, 另收購病車, 廢車和碰撞車。電 973-509-0707, 732-447-8762

水電裝修

家美專業油漆

內外油漆, 牆面修補, 外牆沖洗, Deck 保養, 質量保證, 價格實惠。
電話 732-668-9828
何師傅

新美裝修

專業油漆、廚房、廁所翻新、水電安裝。
請電: 908-930-6097
Fax 732-410-4831

吉美裝修

李師傅又回來了, 歡迎新老客戶來電為您服務。十多年經驗, 信譽可靠, 室內外, 廚房, 浴室, 地下室裝修等。電話: 732-310-0385/732-983-1523

主內弟兄裝修

大修小補, 廚衛翻新, 內外裝修, 水電安裝, 價格合理, 質量保證, 服務三州, 耶穌愛您。電話: 732-343-5127 (阮弟兄)

嘉業裝修

住家公寓, 家居內外油漆, 磁磚, 地板, 門窗, 水電安裝, 廚浴土庫翻新, 多年經驗, 接大小工程, 價錢合理, 免費估價。電: 黃生 732-318-7690/732-407-8909

專業通下水

專通商業家庭各種管道, 專業維修各種管道漏水, 不通不收費, 24小時服務。電話: 732-642-0531, 917-251-0514

### 幸福搬家運輸公司

精搬鋼琴·大小搬家  
Houses整棟·免費估價  
預約特價·精心包裝  
公司店舖·倉庫搬運  
精通傢俱拆裝

500萬保險 並清理舊傢俱  
18、20、24、26呎卡車  
備有升降機

**646-678-8880**  
www.happymovingny.com

### 幸運搬家

電話：646-525-2775  
政府註冊 百萬保險

- 大小搬家 整棟屋子
- 精搬各式鋼琴
- 代客清理廢舊傢俱
- 卡車多部備有升降

免費估價

### 藍天旅遊

973-722-7164  
973-664-7282  
包車訂製 領館業務

**BUS旅遊** 紐約, 費城, 華盛頓, 大瀑布, 波士頓, 田納西, 加拿大 2-9 日遊; 邁阿密 4-7 日遊; 洛杉磯, 拉斯維加斯, 大峽谷, 舊金山, 聖地亞哥 6-12 日遊; 黃石公園 7-14 日遊; 夏威夷, 奧蘭多 6-7 日遊; 西點軍校, 熊山一日遊, 新澤西出發 更多行程...

**亞洲超值遊**  
● 西歐 7-9 日遊  
● 西班牙 葡萄牙 7-9 日遊  
● 土耳其 12 日遊  
● 東歐 10 日遊  
● 北歐 10-12 日遊  
● 摩洛哥 10 日遊  
● 坎昆頂級度假村全包, \$1500 買二送一  
● 日本, 加拿大, 希臘, 韓國... 更多

**代辦簽證**  
● 中國簽證 ● 歐盟簽證  
● 海牙認證 ● 綠卡更新

**豪華遊輪**  
(紐約、新澤西出發)  
加拿大 加勒比海  
巴哈馬 百慕達  
阿拉斯加

代理機票  
● 各大公司全年廉價機票  
● 美國-中國-歐洲-東南亞  
● 中國-美國

34 Robinhood Dr., Mountain Lakes, NJ 07046 E-mail: info@bskytravel.com

### 好運搬家

信譽第一 客戶至上  
誠信服務 價格公道

- 大小搬家
- 貨物運輸
- 安裝傢具
- 清理舊傢具

百萬保險 免費上門估價

**646-508-8780**  
goodluckymovinginc.com

花小錢 賺大錢  
廣告效益 益宏大

### 新州搬家公司

1841  
專業搬家, 註冊保險, 本州外州, 大中小遠近, 一律歡迎, 精搬鋼琴, 拆裝傢具, 17 年經驗。請電: 917-388-0039

### 順豐速運搬家公司

1850  
大中小、市內外州搬家, 專業搬家團隊, 公司商舖倉庫搬遷, 精搬各式鋼琴, 合法搬家執照, 500萬保險, 勞工保險。免費到府估價, 清理傢俱電器等。16/18/20/22/24/26 呎卡車, 備有升降機。請電: 718-570-5998, www.NYSFmoving.com

### 冰冰兒童繪畫班

畫家嚴偉綱用中美美術教育結合的方法, 教 6-12 歲兒童畫圖, 有素描, 水彩, 動漫等, 生動活潑有趣。地點在 Livingston, NJ, 請短信: 973-885-5408 (Text Only)

### 旺發搬家

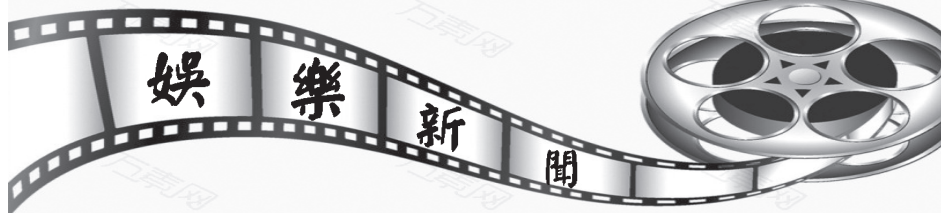
1862  
專業搬家, 政府註冊, 百萬保險, 精搬鋼琴, 裝卸傢具, 長途優惠。  
732-882-9162 (國粵語) 718-666-0181 (英)

### 長城貨運搬家公司

1825  
大小搬家, 誠信至上。政府註冊, 百萬保險。專業家庭辦公室保潔。高價回收二手鋼琴。  
917-650-5917 高先生

### 誠誠搬家公司

1829  
政府註冊 大小搬家  
專業服務 價格最低  
電話: 347-542-0008 (金)  
646-371-6199  
jinruilin2014@gmail.com



## 梁洛施認愛內地導演馬浴柯



38 歲梁洛施 23 日生日, 她在社交平臺分享慶生短片, 更首度公開與大 9 歲內地導演男友馬浴柯的親密合照。相片中可見兩人愛得非常高調, 除女方親暱地搭住男友大腿外, 二人又在車廂內「十指緊扣」手拖手, 甜蜜滿瀉! 心情大靚的梁洛施在帖文中寫道: 「忙忙碌碌的六月, 感謝我的夥伴們給我的驚喜, 辛苦你們了。咱們繼續幹, 愛你們啲」

梁洛施昔日為超級富豪李澤楷生下 3 子, 可惜兩人於 2011 年宣告分手, 始終無緣踏入豪門。雖然已為三子之母, 但梁洛施仍保養得宜, 還不時復出工作。

梁洛施與馬浴柯於 2023 年底傳出緋聞, 並於 2025 年中被拍到在北京十指緊扣逛街, 戀情正式曝光。梁洛施近

年亦將生活重心逐漸移至北京, 陪伴男友。早前男方更攜同她一起亮相上海電影節為電影《重生 2》走紅氈, 梁洛施全程挽著男友手臂大曬恩愛。

據悉, 馬浴柯出身藝術世家, 但早年經歷相當坎坷, 中學畢業後隻身赴北京投考中央戲劇學院落榜, 隨後展開北漂生活。他曾做過洗車工人、送報員、酒吧侍應等, 最差的時候甚至住過酒吧店主人家的衣櫃。如今事業有成兼奪得美人歸, 而梁洛施亦正如她早年在《魯豫有約》受訪時所言, 雖然曾嚮往嫁給李澤楷, 但接受不了對方太受女人歡迎, 如今終於活出了屬於自己的底氣與幸福。



## 田曦薇獲國際電影節人氣獎

6 月 20 日, 韓國釜山國際電影節亞洲內容大賞頒獎典禮現場。田曦薇憑藉作品《逐玉》中「樊長玉」一角, 以總計 706 萬票 (清票後) 的斷層優勢, 斬獲本屆亞洲內容大賞人氣獎, 並同時提名最佳女主角。

領獎時, 田曦薇換上了一身 Zuhair Murad 2026 早春系列的立體珍珠鏈飾黑色掛脖長裙, 造型優雅大氣, 被不少觀眾評價為「閃亮釜山」的高光時刻之一。田曦薇發表感言時流暢切換英語、中文、韓語三種語言, 被網友廣泛稱讚為「國際范兒十足」的跨文化互動典範。

在同一頒獎禮上, 演員宋威龍憑藉《驕陽似我》中「林嶼森」一角, 以 782 萬票同樣斬獲人氣獎, 並與田曦薇同台領獎。

宋威龍亦用多種語言發表了感言, 兩人同框被部分媒體稱為「華流出海」的高光時刻, 引發了關於演員國際化表現的熱議。



## 母子破冰! 向太給向佑送生日祝福

近日, 向太拉黑向佑後首次公開聯繫對方, 她在小兒子生日動態下送了生日祝福, 不少網友看到後直呼「母子關係破冰」。

向太發文稱: 「生日快樂, 希望你奔 4 的大人了, 長點心吧! 鍛煉運氣的方法, 就是翻轉過去生命歷程中的負面經驗, 進而消除無意識世界裡的負面想法。這個建議並不是要你責備自己, 而是為了幫助自己找出原因, 以便獲得進一步的成長。換句話說就是, 接受原因出在自己身上, 才能覺察自己在成長中遇到怎樣的問題, 也才能夠成為更好的自己。做父母的都想兒子踏踏實實的做個正能量的健康



好人夠了! 共勉之.....」  
向佑看到母親留言後回覆道: 「想你愛你。」

# 每天服用健康補充劑？結果可能弊大於利

我原本不認為自己是狂熱的補充劑(supplements)服用者，但當我好好檢查櫥櫃時，才發現自己不知不覺累積了好幾包肌酸、維生素D、鎂、膠原蛋白、全方位綠色補充劑，以及一些專為更年期前後起伏設計的藥片。

我以為自己能免疫於社群媒體上的不斷廣告，但結果顯然並非如此。

那些像是“我無法相信這些補充劑讓我感覺有多好！”的評論，已經滲透進我那(半信半疑)被膠原蛋白強化過的肌膚。

事實上，根據消費者權益團體“Which?”最近的一項調查，76%的受訪者定期服用至少一種補充劑 - 包括維生素、礦物質、Omega-3、益生菌和草本補充劑 - 而近五分之一的人每天服用四種或更多。

雖然補充劑在必要時能對提升我們的健康發揮重要作用，但有些專家警告，我們過度渴望優化健康，如今卻

可能危及自身健康。

專家說，現在看到越來越多患者和客戶出現肝臟、腎臟和腸胃問題，他們認為這些問題是由人們服用越來越多、越來越廣泛的補充劑所引起。譬如，一位營養師告訴我，人們使用的補充劑數量多到“瘋狂”的地步。她說，“有些人開始認為，吃藥丸比吃食物更好，但，事實並非如此。”

三年前，史密斯小姐開始服用補充劑時，以為自己在提升健康。身為品牌影響者，各種免費產品盒子經常送到她在美國西雅圖的家門口。

這位30歲的女性會服用這些藥丸、粉末和凝膠，然後在網路上讚揚它們的好處：“我當時服用高劑量的維生素C或D、薑黃、一種特殊的消脹氣補充劑，並且經常喝加了電解質的水。”

她告訴記者，有兩年的時間，她感覺健康又充滿活力。殊不知，她正讓自己的腎臟承受巨大壓力。

在出現劇烈的下背痛後，她去看醫生，醫生做了幾項血液檢查。幾天內，她被告知需要做超音波檢查：“我有點擔心，但沒想到醫生告訴我，我有一顆巨大的腎結石。大到他們說必須動手術移除。”

那顆腎結石直徑介於2到3公分，她被醫生告知這是因為她每天服用的各種補充劑混合物所引起：“我從沒想

過，為了改善健康，我竟然會落到這種下場，幸好我有保險。”

“手術還是花了我6000美元(4.06萬元人民幣；18.98萬元新臺幣) - 否則可能要3.5萬美元。”

西班牙馬德里拉巴斯大學醫院的腸胃科醫師Pedro de Maria Pallares說，越來越多患者因服用好幾種不同的補充劑導致肝臟問題前來求診。

根據美國的研究顯示，20%的肝損傷病例是由草本和飲食補充劑的混合物引起。高劑量服用時特別對肝臟有毒的包括維生素A、麩醯胺酸(Glutamine)、南非醉茄(ashwagandha)和綠茶萃取物。肝臟可以恢復，但長期使用可能導致慢性疾病。

全科醫生現在經常遇到服用多種補充劑的患者前來詢問該服用哪些。

“患者可能沒有意識到他們在重複成分、超過建議用量，或服用可能與處方藥交互作用的產品，”英國皇家全科醫學院院長布朗教授(Prof Victoria Tzortziou Brown)說。

她補充說“多並不總是更好。”例如，同時服用綜合維生素和額外的維生素B6補充劑，可能導致雙倍劑量 - 長期過量維生素B6可能造成神經損傷。一起服用鐵、鈣和鎂的組合，可能降低吸收率。

而某些維生素如A、D、E和K是

脂溶性的，身體會儲存較久，因此不一定需要每天服用。

“社群媒體正在說服人們，他們需要這些補充劑才能獲得健康，”英國營養師Kristen Stavridis表示，她覺得自己正在打一場輸掉的戰爭，“但大多數情況下，這根本不是真的。”

對於沒有潛在健康問題的成人，她推薦均衡飲食、在冬季補充維生素D，如果需要，也可考慮綜合維生素和魚油。

對某些女性來說(她們較容易缺鐵)，補充劑可能有幫助，但應僅在短期內服用，直到鐵質水準恢復正常。Stavridis的主要訊息是優先選擇食物，如果你認為自己缺乏某種營養素，請諮詢醫生，不要假設補充劑就能解決問題。她還補充說，務必查看標籤上的建議每日攝取量(RDA)，並檢查補充劑是否與任何處方藥衝突。

回到史密斯女士，她可是花了好幾個月才從移除腎結石的手術中恢復。她現在感覺健康，已經回去工作了。

“有趣的是，我現在感覺和以前服用所有那些不同補充劑時一樣有活力、健康。”她說。

“現在我一天只吃一顆綜合維生素 - 希望這樣就夠了。”

(Ruth Clegg, BBC)



## RWJBarnabas Health Chinese Navigation Program 羅伯森巴拿巴斯 華人醫療服務部

- 庫珀曼巴拿巴斯醫院
- 美門醫院
- 美門南部分院
- 羅伯屋強生大學醫院
- 漢密爾頓醫院
- 桑莫塞醫院

- Cooperman Barnabas Medical Center, Livingston
- Monmouth Medical Center, Long Branch
- Monmouth Medical Center Southern Campus, Lakewood
- Robert Wood Johnson University Hospital, New Brunswick
- Robert Wood Johnson University Hospital Hamilton, Hamilton
- Robert Wood Johnson University Hospital Somerset, Somerville

- 862-240-3589
- 732-923-5057
- 732-923-5057
- 732-372-8550
- 609-495-7634
- 908-675-6081

- 篩檢服務**
- 乳房篩檢
  - 血管影像
  - 心肺研究
  - 睡眠研究
  - 肺癌篩檢
  - 腸癌篩檢
  - 微創手術
  - 腹腔鏡篩檢
  - 機器人手術
- 各種專科**
- 骨科
  - 婦科
  - 兒科
  - 肺科
  - 心臟專科
  - 腸胃專科
  - 老年專科
  - 血液專科
  - 感染專科
  - 痛症專科
  - 放射專科
  - 癌症專科
  - 神經專科
  - 手術專科
  - 泌尿專科
  - 家庭醫學科
  - 耳鼻喉專科
  - 內分泌專科

### 華人醫療服務部各醫院病患協調專員

美門醫院, 美南分院 羅伯屋強生大學醫院 庫珀曼巴拿巴斯醫院	美門醫院 美南分院	美門醫院, 美南分院 漢密爾頓醫院	羅伯屋強生大學醫院 漢密爾頓醫院	羅伯屋 強生大學醫院	羅伯屋 強生大學醫院	桑莫塞醫院	庫珀曼 巴拿巴斯醫院	庫珀曼 巴拿巴斯醫院

### 一站式醫療服務

作為羅伯森巴拿巴斯醫院直屬部門，華人醫療服務部可以為您安排一站式醫療服務，包括各科約診，即時翻譯，各項檢查及交通接送等。詳情請致電，各醫院因服務地區有所不同，我們會根據需要就近為您安排醫療所需。



華人醫療服務部專線：732-923-5057  
傳真：732-728-5042 電郵：CMP@rwjbh.org

## 華夏旅遊 · 電訊 · 門窗

有空位  
出租

全美最優惠電話計劃: \$10/起 (含打中國長途) **732-777-6888**  
Huaxiat@yahoo.com

★提供Verizon, AT&T, T-Mobile, Ultra Mobile, H2O 優惠預付卡計劃服務  
★平均每月\$10/起 (全球80 國家無限打 · 無限短信+250M 4G/5G 流量 · 含中港臺等)

**華夏旅遊**

**旅遊行程預訂** 聯繫Annie Wu 732-777-9888

回饋特價團推薦 (所有價格不包機票):  
 江南奢華8日(入住深坑洲際/和平飯店) \$99/人;  
 成都九寨溝8日\$0; 張家界7日\$299;  
 北京, 西安, 雲南大理, 桂林, 廈門, 重慶, 三峽等地;  
 西藏拉薩, 南疆, 北疆, 絲綢之路

2025年黃石系列: 覆蓋洛杉磯, 三藩市, 拉斯維加斯, 鹽湖城  
 丹佛, 西雅圖和溫哥華七大出發城市, 提前預訂黃石小木屋

美東產品買二送一: 紐約, 華盛頓, 大瀑布, 波斯頓

郵輪精選: 巴哈馬, 百慕大, 阿拉斯加, 東, 西加勒比海  
 歐洲地中海, 西班牙, 葡萄牙, 希臘, 北歐, 南美洲, 南極等

**領館業務**

聯繫Allen 732-777-6888

- 中國十年多次探親, 商務, 旅遊簽證
- 中國護照換新業務
- 海牙認證 (中國認可)

房產買賣委託書, 各類委託書聲明書, 出生認證, 改名認證結婚認證, 離婚認證, 死亡證明, 放棄遺產財產認證, 同一人聲明認證, 寄養委託等相關認證

地址: 1799 Route 27, Edison, NJ 08817 (H-mart超市往北50米)

## CABINET & FLOOR DIRECT

# 富林地板櫥櫃

### 品質服務享有盛譽

23年專業經驗 工廠批發直銷

**庫存清倉**

**Up to 70% Off**

**獨家代理**

美加名牌地板: Bruce, FER MA, Mirage  
 美加名牌櫥櫃: KraftMaid, Kemper, Waypoint & Hanssem

★ 全木櫥櫃30"H **\$1,799** (10'X10'廚房為限)




**歡慶馬年新春**

**櫥櫃 35% off 特價酬賓**

**防水地板每平方呎 \$1.69 起**



電話: **732-248-9923** www.cabinetfloor.com  
 地址: 1627 Lincoln Hwy (Rt.27) Edison, NJ 08817



**Cindy Li**  
 Financial Consultant  
 Agency Director  
 資深財務顧問、公司主管  
 Transpacific Financial Inc.  
 www.Transpacificagency.com  
 Cell: 732-861-8006  
 E-mail: licindy204@gmail.com

- 百萬圓桌頂尖會員MDRT TOT
- 多家保險公司Top Producer、金獎會員、白金獎、總統成就獎
- ★ 代理多種年金, 人壽保險及長期護理保險
- ★ 非美國居民購美國人壽保險
- ★ 現有保單免費分析, 全面規劃
- ★ 同時代理多家全美頂尖保險理財公司, 幫您比較及挑選合適的計畫

歡迎有志金融保險業者加盟  
 全職兼職, 專業培訓, 無需費用



添加微信請掃碼

# 11 個月定期存款

# 4.00% APY\*

**鎖定利率, 多一分安心**

**今天就打電話! 1-888-423-8555**



\*此優惠僅限於在分行開戶。優惠利率 (Annual Percentage Yield, APY) 自2026年6月9日起有效。11個月定期存款4.00% APY最低開戶金額為\$150,000, 需為新資金。新客戶與現有CTBC客戶開戶全新定期存款帳戶; 開戶金額100%需為新資金。既有CTBC客戶選擇存入既有自動續存定期存款; 開戶金額至少\$25,000需為新資金。新資金後指非目前存放於本行之資金, 且須自外部帳戶於2026年6月1日當日起存入本行。提前關閉帳戶將會有罰款, 帳戶手續費可能會減少利息收入。銀行保留終止此優惠利率的權利, 恕不另行通知。詳情請參閱帳戶披露的更多細節、條款及細則約束。

www.ctcbankusa.com Member FDIC



**CTBC BANK**  
中國信託銀行