



除了派錢，澳門政府亦會推出養老金、低收入補貼及書簿津貼等經濟補貼

澳門加碼派錢 永久居民每人10000元

【大公報訊】謝瑩瑩報道：澳門行政長官崔世安昨日發表2019年施政報告，宣布將繼續推出「現金分享計劃」，明年向每名澳門永久居民派發一萬元，每名非永久居民則獲派6000元。今次是澳門政府連續第12年派發現金分享津貼，永久居民所得亦創12年新高。由於派錢人人有份，且政府又將推出養老金、低收入補貼及書簿津貼等經濟補貼，預計將支出約187.47億元。

財政儲備總額料突破5500億

此次派發給澳門永久居民的現金補貼較過去五年的

9000元多1000元，崔世安形容澳門經濟「持續向好，失業率處於低水平，民生持續改善，社會總基調保持穩中求進。」他稱，澳門政府一直以來堅持量入為出的原則，實施量入為出的金融財政政策。他引述數據說，截至今年九月，政府財政儲備中的基本儲備為1,475億元，超額儲備為3,670億元。去年的財政年度預算結餘為404億元，預計超額儲備總額達4,074億元，即總儲備為5,549億元。

至於其他補貼，政府向每名合資格居民公積金帳戶派發一萬元，向居民公積金個人帳戶注入預算盈餘7000

元。另外，將繼續向每名澳門永久居民派發每月600元醫療券，給予每戶住宅單位電費補貼每月200元，將長者的養老金由明年起調升至3,630元。房屋方面，澳門居民若購買首付300萬的居住單位，可豁免不動產轉移印花稅及扣減首3,500元稅款。

崔世安在報告中指出，粵港澳大灣區建設是國家主席習近平「親自部署」，特區政府將全力配合，支持澳門本地企業的創新研發，企業首階段300萬元的合資格研發開支，可獲三倍所得補充稅可課稅收益扣減額度，餘額可獲兩倍扣減額度，最高為1,500萬元。

兩片方包含鈉勁過腸仔包

醫生：製三文治宜少配醃製餡料

麵包是普羅大眾常吃的食物，看似健康的麵包原來也是高鈉、高脂！消費者委員會聯同食物安全中心，測試市面10款常見麵包，發現芝麻包鈉含量最高。以含量最高樣本計，日食五個已相當於世衛建議每日攝取上限；看似淡而無味的白方包，製作三文治，兩片鈉含量已高達460毫克，醫生建議白方包製三文治時應盡量減少鈉含量較高的醃製餡料！至於牛角酥、雞尾包，總脂肪及反式脂肪含量高企，隨時成為消費者致肥「幫兇」。



消委會報告

大公報記者 謝進亨（文） 麥潤田（圖）

消委會聯同食物安全中心於今年二至三月，從麵包店、茶餐廳、超級市場和便利店，搜集十種常見麵包，包括白方包、牛角酥、雞尾包、腸仔包等，每種十個，共一百個樣本。

芝麻包最高鈉 牛角酥最肥

結果發現，十種麵包中，有「鹹卷」之稱的芝麻包平均鈉含量最高，平均每100克含480毫克鈉。當中，最「重口味」的上環「加利年餅屋」芝麻包，每100克已含630毫克鈉，已超出食物安全中心的「高鈉」食物定義（每100克含有600毫克鈉）。以該芝麻包每個約重64克計，一個麵包含400毫克鈉。日食五個已相等於世衛建議每日攝入量（2000毫克）。

緊隨其後鈉含量高的是腸仔包，而一向被視為較健康的白方包鈉含量竟與腸仔包並列，平均每100克含420毫克鈉。以白方包每片鈉含量為150至230毫克不等，連同配料製作三文治，隨時較芝麻包更「邪惡」。相反，甜餐包、提子麥包、菠蘿包，三款麵包鈉相對較低。

致肥麵包方面，消委會發現，牛角酥總脂肪及反式脂肪平均含量最高，平均總脂肪含量達27克，位列第二的雞尾包亦達19克。以進食一個73克重的「A-1 Bakery」牛角酥為例，已

攝取22克總脂肪，相等於世衛建議每日攝取限量的33%。

食安中心擬訂營養標準

食安中心首席醫生（風險評估及傳達）吳志翔建議，消費者食用白方包時，應減少搭配午餐肉、腸仔等鈉含量較高的醃製餡料，反而選擇蔬菜、番茄等新鮮食材。食安中心正與生產商商討改良麵包配方，並參考外國規管指標，訂立適用本港麵包的營養標準。

消委會總幹事黃鳳嫻指出，非預先包裝麵包並無營養標籤，建議業界在製作食品配方時，考慮消費者健康，而非只考慮食品的味道。



▲消委會總幹事黃鳳嫻（右）建議業界在製作食品配方時，考慮消費者健康

鈉超標或致心臟病腎衰竭

鹽是製作麵包的重要材料之一，作用是增味、穩定酵母於麵糰的發酵速度、增加麵糰強度及彈性。根據世衛建議，一般成年人每日鈉攝取量應少於2000毫克，即約5克鹽，略少於一平茶匙，否則可能增加患上高血壓

風險，引致心臟病、中風和腎衰竭等重疾。至於麵包的脂肪及反式脂肪，主要來自製作時使用的牛油、人造牛油及起酥油。世衛建議，成年人每日應攝取脂肪不應多於66克、少於2.2克反式脂肪。攝取過量，將增加肥胖症、高血壓、糖尿病及患癌風險。



\$20名創優品潔面乳媲美\$410 SK-II

【大公報訊】潔面產品價廉也可以物美！消委會測試市面60款潔面產品，發現價格懸殊下，約70%樣本總評獲最高五評分，售價僅20元的「Miniso」（名創優品）產品，足以媲美410元的名牌「SK-II」。然而，消委會指逾30%產品未有詳細列明成分，敦促廠商改善，同時呼籲政府立法保障消費者權益。

消委會是次測試產品，價格介乎20元至410元不等，以每毫升售價由0.15元至3.42元，相差逾21倍。結果發現，最便宜的「名創優品Rice Cleansing Foam」，僅售20元，即每毫升售價0.17元，與售410元的「SK-II Facial Treatment Gentle Cleanser」等41款產品，同獲最高5分。

促規定廠商詳列成分

此外，「Origins」、「多芬」、「Tesco」、「Clinique for Men」和「曼秀雷敦」均含有致敏物MIT，含量由0.000052%至0.0083%不等。當中，含量最高的「曼秀雷敦」，超出歐盟最新規定4.5倍。曼秀雷



▲名創優品與SK-II潔面產品，同獲最高5分

敦表示，已着手更新配方，新產品將盡快推出市場；「雪肌精」、「Simple」、「旁氏」和「Olay」四款產品則含有游離甲醛，皮膚有損傷、或皮膚易過敏人士使用，或導致皮膚變紅、變熱或痕癢等不適反應。

產品標籤方面，消委會發現19款樣本沒有詳列全部成分資料。消委會總幹事黃鳳嫻稱，儘管大部分檢驗的潔面產品是安全，但消費者在沒有足夠資訊下，或揀選不合適產品。她期望，個別廠商可以改善產品配方，又建議政府立法，規定廠商提供更多產品的基本資料。

Ikea易潔鑊較「港女鑊」抵用

【大公報訊】平價易潔鑊效能未必差！消委會測試市面25款產品發現，易潔鑊傳熱速度相差逾三倍之餘，售價、耐用及耐用程度亦有很大差別。整體而言，售價150元的宜家家居易潔鑊，和售2388元、「港女」鍾情的Le Creuset平底鑊看齊，呼籲消費者貨比三家。

消委會稱，是次測試的25款平底鑊，在相同爐具下加熱，傳熱速度相差逾三倍。例如在電磁爐上加熱至180℃，需時1分15秒至5分2秒；電陶爐則需時3分35秒至10分鐘不等。至於耐用方面，22款即近

90%產品，部分塗層被刮走，令內層金屬外露。塗層所用的化學物質或損害肝臟、生殖功能及致癌，但所有樣本釋出量，均低於海外風險評估建議上限，消費者毋須過慮。

宜海綿清潔 忌注凍水冷卻

消委會呼籲，消費者使用易潔鑊時，應以海綿或碗布清洗，切勿使用金屬刷或粗糙的百潔布洗擦，以免刮損塗層。同時，勿以大火或高溫乾燒易潔鑊，應先放食油或水，並以低至中火烹煮；避免使用尖



▲消委會呼籲勿用金屬刷或百潔布洗擦易潔鑊，以免刮損塗層

銳的金屬鑊鏟或叉，宜用木、塑膠或矽膠製用具攪拌食物；用後應讓易潔鑊自然冷卻，不應立即注入冷水，以免因溫度急劇變化而變形。易潔塗層一旦脫落，會逐漸失去抗黏功能，情況嚴重便應停用。

電器售後維修限制多效率慢

【大公報訊】今年首10個月，消委會接獲493宗電器用品維修及保養服務投訴，少於去年同期541宗，但不少個案仍令人「大跌眼鏡」。例如有維修公司指，電視出現「殘影」是由於長時間停留在同一畫面所致，非自然損壞拒絕維修；有洗衣機亦因缺乏零件令維修一拖再拖，擾攘近兩個月，反映現有售後保養服務，未符合消費者期望。

投訴人梁先生前年10月以近三萬元，

向A公司選購一台55吋電視，並享有三年保養。惟電視使用約半年，右下角即出現兩條垂直藍印及「殘影」，他要求維修員上門檢查，惟對方經判斷後稱，「殘影」是用家長時間把電視停留在同一畫面所致，並指產品說明書已列明情況。

梁先生認為自己一直妥善使用，質疑A公司說法及停留時間「過長」定義，認為保養期內理應盡維修之責。他入稟小額錢債審裁處追討下，A公司願意免費維修

電視，並延長保養三年。

另一投訴人方小姐，今年五月透過B代理商維修洗衣機，但由於所需零件暫時缺貨。方小姐自六月初多次追問維修進度，惟對方指零件將於六月下旬送到，拒絕退機或換貨。消委會建議，消費者選購家電時應詳細了解保養條款，及其豁免保養責任，以免爭拗。生產或代理商則應提升維修服務透明度、質素和效率，免卻消費者「久等」。