2000 Supermarket 超級市場
蔬果肉類 游水海鮮 樣樣齊
本周特價精選由9月9日至9月15日止
特價貨品 售完即止

只限星期五、六、日
新鮮珍珠腩 $3.19/磅

只限星期五、六、日
新鮮豬柳肉 $4.99/磅

只限星期五、六、日
新鮮牛仔骨AAA $5.79/磅

只限星期五、六、日
新鮮雞腿 $1.29/磅

紅蘿蔔 39¢/磅

日本南瓜 29¢/磅

小芥菜 89¢/磅

無核紅提 $1.99/磅

京蔥 39¢/扎

新鮮淮山/山藥 99¢/磅

日本抹茶奧利奧 142g $3.99/包

LOTTE可可朱古力餅 336g $2.69/盒

DAN•D•PAK原味杏仁 908g $12.99/罐

阿姐靚米 20lbs $14.99/包

長安刀削麵 900g $3.99/包

李錦記減鹽醇味鮮醬油 500ml $4.49/瓶

WATSON黃油生鹹蛋 360g $2.69/盒

六福烏冬 200g $1.99/包

金然棧白油腸 375g $3.99/包

UFC椰子水 1L $2.99/瓶

益力多乳酸飲料 400ml $3.99/組

康師傅冰紅茶 550ml 99¢/瓶

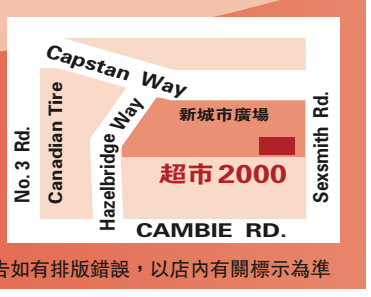
頂好有機硬豆腐 350g 99¢/包

頂好滑豆腐 680g $1.69/盒

日昇豆朴 100g $1.59/包

中華玉子豆腐 245g $1.49/條

1418–8388 Capstan Way, Richmond
列治文新城市廣場 1418室
604–232–1318



超市2000將保留所有價格及優惠之最終之決定，所有減價貨品，售完即止。本廣告如有排版錯誤，以店內有關標示為準

中僑健康一日談 宣傳保健新境界

本月18日舉辦13場講座

【明報專訊】中僑互助會與多個華人醫學團體將於本月18日舉行一年一度的「健康一日談」，向華人講解有關疾病和醫學科技的正確資訊，費用全免。當日除了會舉辦多場國、粵語講座外，亦會爲市民提供免費身體和口腔健康檢查。

活動的共同主席王心詠（左）和鄭建業（中）與中僑行政總裁周潘坤玲（右）希望活動能加強市民對健康的關注。（伍皚婷攝）

今年活動的主題爲「健康新境界」，由中僑、加華醫學會和加華牙醫學會聯合舉辦，活動的共同主席鄭建業醫生表示，當日會舉行多達13場國、粵語的講座，題目包括有心血管疾病、肝炎、糖尿病、營養知識、牙齒健康等。

一如往年，參加活動的市民可免費接受專業人士的血糖、血壓、丙型肝炎以及口腔健康檢查，讓市民對自己的身體狀況有更深入了解，而場內亦會設置多個由非牟利醫療組織的展覽攤位，向市民提供更多健康資訊。

另一位共同主席王心詠醫生表示，現在的人都非常注重養生，希望長壽，但更重要的是保持良好的生活質素，而該活動可以向市民提供一些正確的健康資訊，改變他們對健康的固有思維方式，進入「健康新境界」。

中僑行政總裁周潘坤玲表示，很多疾病其實都是「隱形殺手」，除非有明顯病徵，否則一般人不會察覺，希望活動可以提高市民對健康的警覺性。

活動今個月18日於本那比Bonsor康樂中心舉行，時間是上午9時半至下午4時15分，預計今年參加活動人數會超過1000人。

中僑表示，去年的活動共吸引了1100名市民參加，當中58%爲65歲以上長者。參加者當中66%是香港移民，而來自中國和台灣的則分別有21%和7%，調查結果亦顯示，有高達93%的人認爲提升了對身體健康的認識，滿意度更達95%。

醫療輪候太久 原住民抑鬱童自殺

兒童專員轟省府服務不足

【明報專訊】卑詩少年兒童權益代表指出，本省受到精神問題困擾的青少年，仍然需要輪候太長時間，才能夠獲得相關服務，未能及時挽救個別自殺的青少年。

卑詩兒童及青少年問題獨立監察員拉豐（Mary Ellen Turpel-Lafond）指出，2013年5月，一名討人喜愛的原住民少年步入樹林自殺，引來重大關注。

拉豐說，事過三年後，卑詩兒童廳對這一問題依舊應對無方，受到精神問題困擾的原住民青少年仍然需要輪候太過長久的時間，才能獲得援助。

爲保護私隱，當局以假名切斯特（Chester）稱呼這名自殺的原住民少年。拉豐說，在切斯特所居住的地區，原住民青少年平均要等候270天，才能獲得服務。這些服務機構各據山頭，互不合作，而且經費及人手嚴重不足。

但省兒童廳長卡杜（Stephanie Cadieux）則發表聲明反駁，說任何有自殺傾向的青少年都不需要輪候，便可獲得服務。她指，全省有78家毋需預約的精神問題診所，兒童及青少年可以作出檢查，並轉介其他服務。

但拉豐說兒童廳長的說辭不盡不實，她指，卑詩省只設有7個團隊，應對原住民青少年的精神問題，並稱她只根據原住民青少年在現實中所面對的問題作出評估。

她又說，在卑詩公校系統之內就讀的6.2萬名原住民兒童，約有20%被認定存在嚴重的行爲問題；他們很可能受到精神問題的困擾。她又指出，原住民青少年就算有自殺傾向，他們的問題也不一定被妥善識別出來，在各機構之間也沒有妥善的通報機制。

反對黨新民主黨則指摘省府漠視相關服務的重要性，並不把保護這群容易受到傷害的青少年列作首要任務，原住民青少年所獲得的服務水平更是差於其他人。

草藥治療糖尿病簡介

【明報專訊】加拿大健康促進會因應華人社區的需要，與列治文公共圖書館於9月21日（星期三）晚上7時半至9時，合辦「草藥治療糖尿病」粵語講座，邀請對糖尿病素有研究的劉全炳醫生主講，介紹西醫如何應用草藥治病及由草藥研制的糖尿病藥物（包括正在研發中的新藥）等。地點爲列治文公共圖書館（100-7700 Minoru Gate），報名查詢請致電604-231-6413。

飲食衛生初級證書課

【明報專訊】中僑社區培訓中心於9月22及26日下午5時半至晚上9時半，舉辦飲食衛生初級證書課，費用125元（含稅、中英文對照課本、證書），查詢報名請電604-638-9238。相同課程於9月27及28日下午5時半至晚上9時半，在溫哥華舉行（28 West Pender St.），報名請電604-684-1628。

聖約翰救傷會急救證書課

【明報專訊】卑詩省工作安全局一級證書課程WorkSafe BC Level-1，9月12日（星期一）舉行。報名或查詢請電604-321-7242。

大溫地區天氣預測

今天	9/10 (六)	9/11 (日)	9/12 (一)
晴間雲	晴間雲	晴	晴
13 – 20℃	11 – 19℃	11 – 19℃	11 – 22℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	8 – 19	晴
愛蒙頓	12 – 18	晴間雲
溫尼辟	10 – 18	雷暴
多倫多	21 – 27	晴
渥太華	14 – 26	晴間雲
滿地可	17 – 26	晴
三藩市	12 – 18	晴間雲
洛杉磯	17 – 24	晴間雲
紐 約	24 – 33	晴間雲
香 港	26 – 29	雷暴
台 北	26 – 31	雷暴
北 京	18 – 31	晴間雲
上 海	23 – 29	晴間雲
廣 州	25 – 31	雷暴
新加坡	26 – 31	雷暴
東 京	22 – 29	晴間雲
悉 尼	12 – 22	晴
倫 敦	11 – 21	雨