

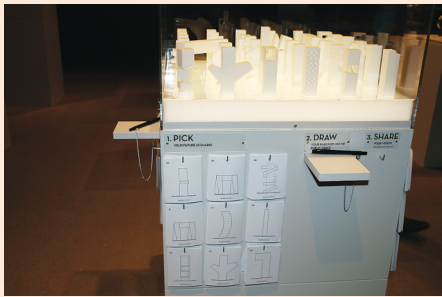
20 建築設計規劃師分享構想 溫哥華未來之家明日開展



▲展覽向人們展示溫哥華生活元素。(王學文攝)



▲展品希望勾起人們對於未來居住空間的設想。



▼參觀者可畫下自己理想建築形態，並通過網路分享。



▲一個年代悠久的紅色雙喜糕點漆盒，證明了華人在溫哥華居住的歷史。

【明報專訊】一個旨在啟發人們對未來城市生活空間進行思考和創新的「你未來的家：創建新的溫哥華」(Your Future Home: Creating the New Vancouver)展覽將於明日在溫哥華博物館(Museum of Vancouver)開幕，主辦方通過展示20位著名建築設計師及城市規劃師等的研究結果和設計，令人們更加了解溫哥華這個城市，並積極參與共同尋找未來解決方案。

溫哥華博物館策展與參與部主任德瑞塞(Gregory Dreicer)表示，可負擔房屋、交通、居住密度及公共空間等都是目前溫哥華最熱門的話題，展覽通過向人們展示這個城市的歷史、現在及未來，令人們更加了解這個城市，更重要的是令市民都參與進來，思考城市未來的解決方案，並分享各自不同的想法。另外，為了吸引更多華裔市民參加活動，博物館還首次為展覽設立中文網頁www.newvan.ca，希望所有市民都可以為溫哥華未來城市發展獻計獻策。

展覽共分兩間展廳，一間是通過多媒體地圖向觀眾展示較為抽象的數據及研究結果，包括溫市交通發展、房屋價格、公共空間分佈等情況，同時

展示溫哥華許多不同街道今昔對比照片以及3D模型，令人們了解城市的變遷。

另一間展廳共展出逾20件展品，包括規劃師及設計師構想的未來城市建築形式、公共空間解決方案，以及一些代表溫哥華城市生活元素的物品。其中不乏中國元素，一個年代悠久的紅色雙喜糕點漆盒，證明了華人在這個城市居住的歷史。另外，展覽還設置互動環節，觀眾可留下自己對未來城市發展的意見，亦可畫下自己理想建築形態，並通過網路分享。

展覽由溫哥華博物館及溫哥華城市協會(Vancouver Urbanarium Society)共同主辦，將於1月21日至3月15日在溫哥華博物館展出。

德公司欲開通 溫市維市直航渡輪

【明報專訊】以西雅圖為基地的Clipper剛獲德國著名渡輪服務公司FRS收購，並於昨日公布有計劃擴展在加拿大的航線，除原有的維多利亞至西雅圖一航線外，亦考慮利用溫哥華的新中心提供接駁溫市和維市中心的渡輪。

Clipper創辦人、行政總裁兼主席托爾(Merideth Tall)表示，與FRS結合可讓公司擴展旅遊產品，為顧客提供更多選擇，包括溫哥華和古巴。有關溫市新中心的詳情有待公布。Clipper公司有30年歷史，現有高速渡輪服務往來維市至西雅圖，以及由西雅圖至聖胡安群島(San Juan Islands)；而它是另一間擬提供來往溫市及維市渡輪服務的

公司。較早前，一間澳洲公司亦有計劃在今年內提供以遊客為主，同類航線的服務，票價估計需單程80元。

至於Clipper的計劃，票價暫未有詳情，而托爾指，開始時只會一日一班，並同樣以遊客為主。

卑詩運輸及基建廳長斯頓(Todd Stone)回應，去年10月省府宣布維修及改善維市Belleville碼頭，現已收到成效，並指上述公司擴充服務是本省一個好消息。他續指，兩間有意引入服務的公司，在渡輪服務方面均具經驗，「他們計劃提供的服務是以擴展遊客市場為目標，而旅遊業是本省創職計劃的重要類別，對全省很重要。」

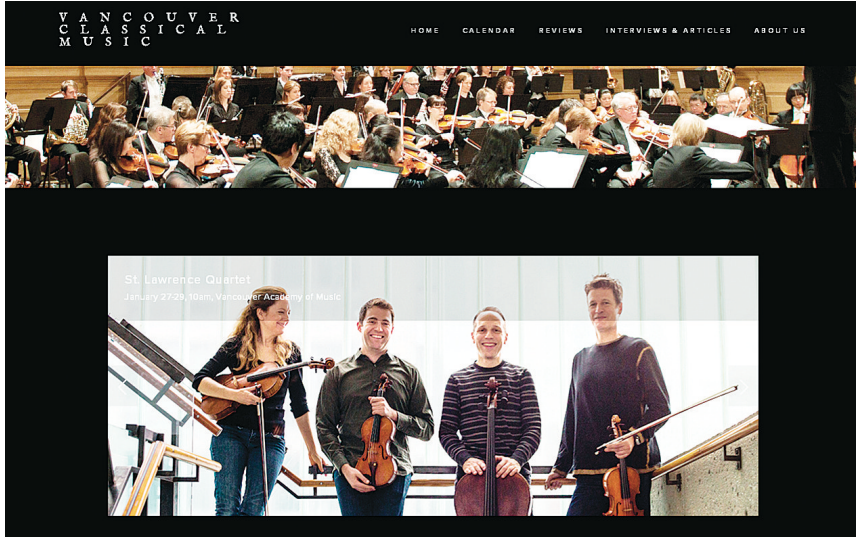
卑大樂迷教授 培養華生賞古典樂

特設古典音樂網 分享本地樂訊



▲卑大經濟系紐曼致力於推廣社區對古典音樂文化的認識。(張伶錄攝)

►紐曼設立的音樂網站。(網上截圖)



特稿

卑詩大學(UBC)經濟系教授紐曼(Geoffrey Newman)經常受邀評論匯率、中國經濟等重大財經議題，他不僅專精經濟，在課餘還是古典音樂樂評家，近幾年在華人學生的幫助下建立古典音樂網站，成為本地古典音樂會節目的重要參考指南。

紐曼為了帶動中國學生聽音樂會的風氣，曾一次利用主辦單位贈票的機會，帶著100名學生欣賞交響樂表演，後來還有來自上海的愛樂人士希望向他取經，盼能建立類似的古典音樂網站，在當地推廣古典音樂節目。

紐曼說自己的母親是聲樂家，父親則是音樂製作人，而自己從小拉小提琴，滔滔不絕說上幾個小時。

對他來說，經濟學是他的專長和謀生工具，而古典音樂則是一輩子陪伴他成長，與他形影不離的真正興趣。

紐曼收藏古典音樂的黑膠唱片及CD超過2萬張，有些經典曲目，同一支樂曲可能有20種不同樂器或不同音樂家的表演版本，以「古典音樂圖書館」形容他的收藏並不為過。

紐曼說，他在2013年設立www.vanclassicalmusic.com古典音樂網站，其實是無心插柳。他提到，他曾有11年時間在倫敦及紐約居住，那時他幾乎是Royal Festival及Wigmore Halls音樂廳的常客。2002年到卑大任教後，他注意到溫哥華有本地及自世界各地移民而來的音樂家，經常有大師級的表演，只是樂迷似乎不如大城市，且還呈現逐年減少，舞台下空座位愈來愈多，於是他開始思考是否能以一己之力，為推廣古典音樂文化做些什麼。紐曼在2013年時認識當時修課的華人學生萬誠，並在他的幫助下架設了音樂網站。

萬誠說，建立網站的目的是為了讓想聽古典音樂的本地人士，只需要在

一個網站上即可獲取這段時間所有音樂會的訊息，所以網站建立了音樂會月曆，只要打開本月月曆，即可看到本月大溫的古典音樂會訊息，並可連接到每個樂團及賣票網站。

除音樂會訊息外，紐曼課餘邀請音樂家進行訪問，讓樂迷可深入音樂家的學習及生活，成為網站受歡迎的另一原因。紐曼專訪過的華人音樂家包括李雲迪。

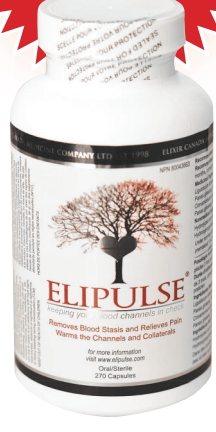
也是紐曼經濟學班學生的鮑凱麗在卑大主修科學及音樂，她學習鋼琴多年，她說自己是被紐曼想推廣古典音樂的執著信念打動，她還提到，紐曼特別希望推動中國留學生去聽音樂會，有一次主辦單位贈送他100張音樂會入場券，他帶了100名學生去聽音樂會，許多是中國學生。

提到網站未來的計劃，紐曼說，為了讓更多華人了解古典音樂，他希望能找到合適的人選，將他的音樂文章翻譯成中文。明報記者張伶錄報道

血管壽命影響生命長短 保護血管和微循環系統的天然保健品 ELIPULSE®一粒寶

人們都害怕癌症，其實血管疾病更可怕，以最常見的動脈硬化為例，它所引發的冠心病與腦中風在全世界每年要吞噬800-1000萬條生命，遠遠多於死於癌症的患者。其他症狀如：肢體麻木、視力下降、血管性頭痛、腎血管功能障礙、下肢浮腫和沉重感、四肢靜脈曲張發涼、或多或少也是血管及微循環障礙有關。血管和微循環堵塞，心臟泵血不足，會導致血管向全身主要臟器官運送營養物質與氧氣的能力下降，因此，重視血管保健刻不容緩。採用純植物原料的天然保健品ELIPULSE®一粒寶，作用於全身血管通道，具有去除血栓、緩解血管堵塞造成的疼痛、溫暖保養全身血管通道及脈絡，保護微循環，是中老年人疏通軟化血管、保養血管內皮、預防糖尿病血管併發症，養護心臟，改善心慌、胸悶、氣短、乏力症狀，從而提升心臟及各大主要臟器官活力，預防梗塞的安全有效產品。

BC DRUGS™ 卑詩藥房 獨家有售



送給中老年人最好的禮物
冬季養護血管正當時



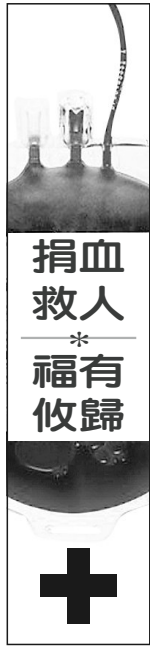
西醫診所提供
隨時看病服務
快速預約腦專科、
腎專科、心臟專科、
糖尿病專科
(需醫生轉診)

9618 Cameron St., Burnaby (本拿比 Lougheed Mall 沃爾瑪商場西側, Lougheed Plaza 1層和#282) 諮詢: 778-999-9966

禺山總公所通告

2016年1月17日第六十八屆新理事會就職典禮已順利完成，本屆理事會將秉承禺山傳統精神竭盡所能為鄉親服務。非本公所理事會發出的一切通告、言論及行為皆與本公所無關。

禺山總公所
2016年1月20日



【明報專訊】省衛生廳昨日宣布，將在3月31日之前，增聘1643名全職護士，估計大部分名額能夠從現有兼職護士中補上。

卑詩省衛生廳長萊克(Terry Lake)昨日連同卑詩護士工會(BCNU)總裁杜特爾(Gayle Duteil)一同作出上述宣布。除了省府與工會之外，省下屬各衛生局、卑詩醫療僱主聯會(Health Employers Association of BC)都有參與招聘。

杜特爾指出，本省護士短缺的情況十分嚴重，不少護士要輪班16個小時，急症室及手術室經常沒有足夠護士值班。杜特爾相信，在不到三個月的時間聘用1600多名護士，不會有太大困難。因為目前約有7000名護士以兼職的形式應聘，下班後又會從事護士以外的工作以維持生活，償還學生貸款，她有信心不會出現求過於供的現象。



萊特(左)與杜特爾宣布增聘1643名全職護士。(陳志強攝)

萊克指出，這次招聘行動將會優先考慮本省護士，然後才是外省護士，最後才會到國外招聘。

萊特未有透露招聘這批護士，究竟需要多少錢。他只是說，每一個衛生局在其3年預算之內，已經撥錢出來應對招聘，不需要額外撥款。而招聘行動本身

，大概需要50萬元。菲沙衛生局(Fraser Health)行政總裁馬卓拔(Michael Marchbank)則指出，每聘用一名全職護士，一年大概花費10萬元。萊特指出，每一個地區的招聘金額不一樣，內陸偏遠地區，薪金要更高。

他又指出，隨着人口老化，省府的財政壓力也愈來愈高。他說，醫療預算不可能每年都能維持4、5、6%的上調幅度，這並非可持續。

根據計劃，各衛生局增聘目標是：溫哥華沿岸衛生局(Vancouver Coastal)235人；菲沙衛生局(Fraser Health)400人；天佑醫療護理(Providence Health Care)80人；北部衛生局(Northern Health)100人；內陸衛生局(Interior Health)300人；島嶼衛生局(Island Health)290人；省醫療服務管理局(Provincial Health Services Authority)238人。

充公犯罪資財200萬 華裔探長獲表彰

【明報專訊】溫哥華市警昨日舉行頒獎典禮，嘉許好市民及表現英勇的公職人員。一名毒品調查組（drug unit）的華裔探長，因致力充公犯罪分子的非法所得超過200萬元，令不法之徒付出沉重代價，獲局長表揚。

典禮於昨日上午在市中心Roundhouse社區中心舉行，由溫市警方發言人芬徹姆（Randy Fincham）主持，且由溫市警「一哥」帕爾默（Adam Palmer）局長，以及代表市長出席的溫市警務委員副主席麥姬（Sherri Magee）頒獎。

效力溫市警25年的華裔馬姓探長Dwain Mah，自2009年起鑽研卑詩民事充公辦公室（Civil Forfeiture Office）的相關法規，將超過200萬元的罪犯不法所得充公，貢獻不限於溫市警轄區。他是卑詩省目前唯一專職處理此類業務的警務人員，這些資金都被用於各個地區的犯罪防範與受害人服務。

馬探長表示，他在加入毒品調查組後發現，很多疑犯雖然被起訴，但他們的非法所得資產卻毫髮未損，因此開始研究本省民事充公法規。他提到自己在香港出生，小時候跟隨家人移民加拿大，32歲時才加入警隊，曾在阿爾伯達大學（University of Alberta）取得商業學士學位，亦曾有會計方面的工作經驗，此背景對後來專注於民事充公項目有相當幫助。馬探長還說，雖然他很熱愛各類需要



馬探長的工作伙伴Mark Langham（左一）、Andrew Pope（右二）與范偉邦（右一）均稱，馬探長是在眾人說服下才願意前往領獎，否則他還有工作計劃。（陳威麟攝）

出勤的警察任務，但目前的工作內容亦讓他感覺非常滿足，因為民事充公不僅能減少犯罪組織的資金，更能讓各個社區因此獲益。他強調這類不法分子平時根本沒有繳稅，因此將他們的非法獲利充公，並無所謂不公平的問題。

與馬探長同組的警員則表示，他平時熱愛工作，昨日是在眾人說服下，才願意出席典禮，否則他原本還有另外的工作計劃。

今年除原有獎項外，還增設「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」（Jim and Vicki Chu

Community Safety Leader Award），溫哥華市長羅品信（Gregor Robertson）曾說，當局提議增設這個以朱小孫夫婦為名的獎項，便是要感謝兩人對本地的付出。

新增的「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」是為對社區有貢獻的一般民衆設置，首次得獎者為溫哥華南區社區警務中心（Community Policing Centre）的執行主席Adrien Balazs，她在當地擔任義工超過17年，在1998年接下執行主席職位，帶領超過150名義工投入治安防範工作。



馬探長因致力將犯罪分子的不法所得充公而獲局長表揚。（陳威麟攝）



首次獲得「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」的溫哥華南區社區警務中心執行主席Adrien Balazs。（陳威麟攝）

多族裔春節習俗分享

【明報專訊】溫哥華公共圖書館定於1月23日（星期六）下午2至4時，舉辦多族裔春節習俗分享活動，將以各族裔的母語和英語，用音樂、舞蹈、小品等形式，演示各自的春節傳統。地址：溫哥華中央圖書館（350 West Georgia St.），查詢請電604-331-3603。

大溫地區天氣預測

今天	1/21 (四)	1/22 (五)	1/23 (六)
陰雨 6-9℃	雨 7-11℃	陣雨 6-9℃	陰雨 3-8℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	-12 - -4	雪雨
愛蒙頓	-16 - -8	多雲
溫尼辟	-17 - -8	多雲
多倫多	-9 - -3	多雲
渥太華	-18 - -8	晴
滿地可	-17 - -8	晴
三藩市	9 - 15	晴間雲
洛杉磯	11 - 19	晴間雲
紐約	-3 - 3	晴間雲
香港	14 - 19	陣雨
台北	16 - 19	陣雨
北京	-11 - 0	多雲
上海	3 - 4	陣雨
廣州	11 - 14	小雨
新加坡	26 - 33	雷雨
東京	1 - 11	晴間雲
悉尼	23 - 34	晴
倫敦	-1 - 5	晴



多名CORD成員及支持者在市中心高舉標語遊行。（伍禮婷攝）

加國罕見病患者300萬 籲獲同等醫療服務

【明報專訊】本國團體「加拿大罕見疾病組織」（Canadian Organization for Rare Disorders，簡稱CORD）昨日在溫市中心舉行研討會，要求三級政府盡快落實由該組織提出的「罕見疾病策略」，讓全國近300萬名患有罕見疾病的病人，獲得與其他病人同等的醫療服務，並且要求政府撥款資助相關研究。

根據CORD的資料，醫療界已知罕有疾病超過7,000種，而在本國目前有近300萬名患者，即每12人便有1人患上罕見疾病。而這些病人當中，高達三分之二是兒童，其中三成病童在5歲前不敵病魔逝世。CORD指出，很多患者因為未能及時被確診或獲得治療，而失去康復機會，有部分病人因為目前的醫療系統未能提供協助，而感到被遺棄。

CORD昨日在溫市中心舉辦研討會，該組織

主席Durhane Wong-Rieger表示，本國在癌症、心臟病、糖尿病等較常見疾病擁有顯著的醫學成就，但是罕見疾病的支援卻明顯不足。Wong-Rieger表示，CORD去年5月發表的「罕見疾病策略」，是一個進取但可實行的計劃，她說本國擁有不乏醫療和研究人員，只要三級政府願意，便可立刻落實。

研討會結束後，多名CORD成員及支持者在市中心高舉標語遊行，沿途宣傳。

組織提出的「罕見疾病策略」分為5大目標，第一個是「改善嬰兒健康檢查及預防」，設立全國性檢查機制，及早發現疾病；第二個是「提供快速及同等醫療服務」，讓罕見疾病患者接受與其他病人一樣的醫療服務；第三是「加強社區支援」；第四是「提供長遠治療」；第五是「創新研究發展」。

卑詩糖尿病患者 料增至46.3萬

【明報專訊】加拿大糖尿病協會（Canadian Diabetes Association）發布最新數據顯示，卑詩省糖尿病患者今年預計將增至46.3萬人，佔本省人口的28.2%，比2000年時增加了一倍，預計到2025年糖尿病患者還將增加40%。

加拿大公眾衛生局（Public Health Agency of Canada）預計，報告公布的46.3萬糖尿病患者中，約有30%尚未確診。

報告強調說，必須採取行動應對糖尿病患者激增的問題。加拿大糖尿病協會卑詩及育空地區主任尼斯利（Julie Knisley）指出，糖尿病理應引起足夠重視，因為這不僅是糖尿病患者及其家庭的問題，亦是全省面臨的問題。她還表示，協會致力於糖尿病的教育、研究、宣傳、改善治療及合作預防等，以支持居民健康生活。

糖尿病是一種慢性疾病，患者喪失產生胰島素的能力或產生的胰島素無用，這將導致血糖高於標準值，如不進行治療，將會引發嚴重的併發症。

在糖尿病早期，患者血糖高於正常，但尚未到達確診為2型糖尿病的水平，不過其中一半未來會發展成2型糖尿病。糖尿病患者必須維持均衡飲食、規律運動、監控血糖水平，必要時使用藥物控制等。2型糖尿病與生活方式、種族背景、社會經濟狀況及環境等因素都有關。



12籃

網址: www.12baskets.com

總店: 6600 No. 3 Road, Richmond (Richmond Centre, Tim Hortons 正對面)
分店: #110-8231 Cambie Road, Richmond (T & T 大統華超市旁)
分店: #101-2048 West 41st., Ave. Vancouver (Kerrisdale)
分店: 4556 Kingsway, Burnaby (Willingdon & McKay 之間)

營業時間 列治文總店: 9:30AM-6:30PM (七天), 列治文分店: 10:00AM-6:00PM (七天), 溫哥華/本拿比分店: 10:00AM-6:00PM (週一至六, 週日公休)

604-270-7831, 604-270-7851
604-270-1838, 604-279-1864
604-261-7838, 604-261-7839
604-430-5520, 604-430-5590

本公司只售純天然產品 (最大 GMP 藥廠)
快速包裹, 代為裝箱服務,
中 / 港 / 台郵遞包裹免稅, 快捷又方便

大棗榮登水果類抗氧化之冠, 含豐富低聚糖和酸性多糖, 保護肝臟、抗過敏。

100% 有機大棗 (黑棗、西梅) 濃縮精口服液 Nu-Energy

100% Certified Organic Large Prune Extract Drink

大棗精最大的營養價值在於它含有豐富的膳食纖維與果膠, 可以幫助消化和軟便。含極高的維生素C、鈣、鐵質有很高的利用價值。多用於補中益氣和調理身體。故對貧血、血小板減少、肝炎、乏力、失眠有一定療效。

【功能】

增進體力、安神補血、明目活血、暖腸胃、利水解毒、美白潤膚、助消化、解便秘、美肌、減肥、糖尿病、癌症和化療患者的最佳營養補充品。

【作用機轉】

- 自然界食物中以黑色最好, 其營養成分排列以黑色最佳, 其次是紅色、橘色、黃色等。
- 大棗含豐富維生素C 有很強的抗氧化活性, 能促進膠原蛋白合成的作用, 充足的維生素C 能促進生長發育, 增強體力和減輕疲勞。
- 含補血因子: 鐵; 對貧血、血小板減少有效, 如: 病中病後、手術中、孕婦補血、產後調養。
- 含鈣、鎂、鉀對老人骨折、骨質疏鬆、心肌無力、腎炎、乏力、失眠、糖尿病患者有效。



來自加拿大北極圈~富含 Ω3 (Omega-3) 多種不飽和脂肪酸 EPA、DHA、DPA 海豹 (狗) 油 液態軟膠囊 Pure Harp Seal Oil Softgels

Extra Strength Source of Omega-3 Fatty Acids

海豹體內凝聚厚實的脂肪, 富含 Omega-3 不飽和脂肪酸、角鯊烯 (Squalene) 及維生素E。Omega-3 的功效已被醫學界肯定, 具有淨化血液、平衡血壓、血糖、增進腦、心血管健康等。海豹為哺乳動物, 體溫接近人類, 因此海豹油經人體服用後, 吸收力極好。

【功能】

降血脂、預防心腦血管硬化。促進大腦及神經系統發育。清除女性面斑、調節內分泌、降血糖。肌肉神經炎、改善關節筋骨活動和皮膚炎。

【作用機轉】

- 實驗證實 Ω3 在懷孕時可預防: 因懷孕引起的高血壓、延長懷孕期、增加體重和減少早產兒的發生率。
- 一份英國研究報告稱 80% 以上精神分裂症的患者都缺乏 Ω3, 沮喪和精神衰頹與 Ω3 的不足有關係。
- Ω3 油酸可以緩解過敏、氣喘症及自體免疫疾病 (紅斑性狼瘡、類風濕性關節炎、乾癬) 所引起的發炎症狀。
- 其他可改善的症狀: 經痛、阿茲海默症、過動症及精神不能集中 (ADHD)。

熱賣中!



NPN 80047344
250 Softgels / 1000mg
NPN 80023120
250 Softgels / 500mg

