

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

新鮮珍珠蜆

\$3<sup>19</sup>/磅

只限星期  
五、六、日

新鮮豬柳肉

\$4<sup>99</sup>/磅

只限星期  
五、六、日

新鮮  
牛仔骨 AAA

\$5<sup>79</sup>/磅

只限星期  
五、六、日

新鮮雞腿

\$1<sup>29</sup>/磅

紅蘿蔔

39¢/磅

日本南瓜

29¢/磅

小芥菜

89¢/磅

無核紅提

\$1<sup>99</sup>/磅

京蔥

39¢/扎

新鮮  
淮山/山藥

99¢/磅

日本  
抹茶奧利奧

142g \$3<sup>99</sup>/包

LOTTE  
朱古力餅

336g \$2<sup>69</sup>/盒

DAN-D-PAK  
原味杏仁

908g \$12<sup>99</sup>/罐

阿姐靚米

20lbs \$14<sup>99</sup>/包

長安刀削麵

900g \$3<sup>99</sup>/包

李錦記  
減鹽醇味  
鮮醬油

500ml \$4<sup>49</sup>/瓶

WATSON  
黃油生鹹蛋

360g \$2<sup>69</sup>/盒

六福烏冬

200g \$1<sup>99</sup>/包

金然棧  
白油腸

375g \$3<sup>99</sup>/包

UFC  
椰子水

1L \$2<sup>99</sup>/瓶

益力多  
乳酸飲料

400ml \$3<sup>99</sup>/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<sup>69</sup>/盒

康師傅  
冰紅茶

550ml 99¢/瓶

頂好有機  
硬豆腐

350g 99¢/包

日昇豆朴

100g \$1<sup>59</sup>/包

中華  
玉子豆腐

245g \$1<sup>49</sup>/條

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

超市 2000

超市 2000 將保留所有價格及優惠之最終決定，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，亦會為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。（伍熾婷攝）

今年活動的主題為「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% 為 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% 的人認為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】卑詩省青少年權益代表指出，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力，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。為保護私隱，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。這些服務機構多據山頭，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為問題；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製的糖尿病藥物（包括正在研發中的新藥）等。地點為列治文公共圖書館（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°C

11-19°C

11-19°C

11-22°C

世界部分城市天氣預測

溫度(°C)

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