明報 2003年8月26日星期二

列市食品節25餐廳酒廠獻

【明報專訊】第12屆Nibbles & Bites食品節將於9月6日至7日，一連兩天假列治文的湯普森社區中心（Thompson Community Centre）舉行。今年將有23間列市餐廳參與，他們會將其拿手菜式，製成微型小點，供前來參加的民衆品嘗。另外，有兩間酒廠會在現場提供酒類飲品，供參加者試酒。

這個食品節將由早上11時開始，第一天會開至晚上7時，第二天則開至晚上8時。爲了讓這個食品節成爲家庭同樂日，主辦機構亦爲好動的年輕人和小童預備了豐富的節目助興。首先，花費55,000元建成的人造石牆，可以讓攀石好手一展身手。大會亦安排了一個兒童嘉年華、排球賽、無聲拍賣，以及手工藝展品。

據主辦機構稱，過去5年，每年有12,000至15,000人參加。

湯普森社區中心地址位於列治文格蘭護路（Granville Ave.）5151號。

讀者來鴻

賑濟同胞義不容

今年世界各地天災橫禍，數不勝數，尤以加拿大情況甚爲嚴重，有SARS、瘋牛症、西尼羅病毒、卑詩與阿省森林大火以及安省斷電等，接踵而來，遺害深遠。華人素來樂善好施，先後已發起對SARS區、非洲饑荒、森林火災等的援助，的確行善不後人。

七月廿二日，加拿大紅十字會呼籲民衆支持國際紅十字會募集八百一十萬加元，援助中國中、東兩部因洪水之患而喪失家園的四十四萬災民。全加華人聯會太平洋區分會，本着愛同胞的眞誠響應加拿大紅十字會之義舉，已於八月中組成大溫哥華僑團爲中國水災籌款委員會，並擬定籌款晚宴以及其他文娛活動。

當時，我應邀致辭，坦承本國加拿大紅十字會已自顧不暇，何來餘力爲中國災民伸出援手。但人有理智，加邦人士爲我同胞施愛心，我們豈可無動於衷而不盡綿力？

八月廿一日，國際紅十字會發出公告，簡譯如下：

「月前，中國的嚴重水災，連累廿六省，接近四百萬災民仍然無家可歸，現還過着危難的生活。有食品接濟的災民，百分之二十暫住防洪大堤上的帳幕，有的要分批輪班置身膠帳幕中；夏季也加強水中病菌（如瘧疾）的繁殖；災民無適當廁所和洗浴設備；國際紅十字會雖已發動籌款八百一十萬來援助被迫遷的四十四萬居民，但至今只籌得百分之十。」

八月廿三日晚的電視新聞報道，把卑詩省的火災與中國的水災相提並論，可知西方傳媒也開始對水災的重視。

八月廿四日的大溫華報，亦有淮河災區的報道，其中刊載一位十一歲女學生，在接受記者訪問時，體力不支而暈倒。

筆者看了以上報道，不禁同爲水火之災而嘆息！

捐善款不論多少，在乎個人的能力與誠心。

今次的籌委會，其特點是由三十多個新舊僑團聯合組成，此乃難能少見的創舉。期望朝向行善的目標而啓發華社的日漸團結，一舉兩得。善哉！西諺有謂：「好的開始，是成功的一半。」爲同胞，義不容辭，請大家多多捐助！

李松

中秋聯歡

全加開平總會館日前舉行預祝中秋佳節聯歡宴會，筵開四十多席，商界聞人方君學伉儷自多倫多趕回參加，並捐贈月餅。婦女組歌詠團歌唱《人月雙圓》、《彩雲追月》，並表演跳舞，另有功夫表演、卡拉OK歌唱。各人均盡興而歸。

卑輪晚上半價紓長周末人潮

須提早預訂 僅限部分航班

【明報專訊】卑詩渡輪服務公司（BC Ferry Services Inc.）將在8月28日至9月2日的長周末期間提供優惠船票，只要事先訂票，就能夠享受幾乎半價的優待，不過，只適用部分航線及航班。

卑詩渡輪服務公司昨日表示，適用優惠船票的航線及航班包括斯沃茨灣（Swartz Bay）至杜華遜（Tsawwassen）晚上9時和晚上10時；馬蹄灣（Horseshoe Bay）至納奈莫（Nanaimo）晚上9時，和杜華遜（Tsawwassen）至杜克角（Duke Point）晚上10時45分的船班。

卑詩渡輪服務公司表示，提供優惠的目的，是希望在周末期間能夠紓緩下午尖峰時間的搭船人潮。

在優惠船票下，只要預訂15元的船票，私家車只收10元的費用，合計25元，原價是49.75元，幾乎等於半價。訂票電話是1·888·724·5223，或上網www.bcferries.com瀏覽。

黃貴權影藝講座

中藝攝影學會日前舉行夏日郊遊，出席者極之踴躍。

【明報專訊】攝影家兼中藝攝影學會顧問黃貴權醫生，定於九月應美國攝影學會邀請，前往休士頓出席該會之年會，爲一年一度之盛會主講影藝學術。黃貴權更會順道來溫與數位影友遠征北疆。黃氏在溫停留期間，在此舉行講座，與攝影界同好分享心得。

中藝攝影學會爲表歡迎黃貴權到訪，定於九月五日（星期五）下午七時，假座東海海鮮酒家舉行歡迎宴會。參加費用每位廿五元，查詢六零四·二六七·二九九九馮順本。

黃貴權學術講座定九月六日（星期六）晚七時卅分在中央圖書館舉行。影友須向鄭銳鴻登記，電話六零四·三二二·零七二九。

薰風國樂團溫市首演 關迺忠張進獲邀指揮

【明報專訊】著名指揮家兼作曲家關迺忠，在移居溫哥華近十年後，將於九月首度踏上本地的指揮台，爲台大薰風國樂團擔任客席指揮，與大溫樂迷分享一場大型的中樂演奏會。

台大薰風國樂團此行首度踏足美加進行巡迴音樂會，在台大音樂研究所所長沈冬率領下，與卑詩大學進行學術交流，並假陳氏演藝中心公演。

推動台大薰風國樂團在溫市演出的林冠華表示，這場主題爲「燕子」的音樂會，除了取名自其中一首表演曲目外，更寓意樂團如一陣薰風抵達北美，從小社團轉變成展翅飛翔的燕子，用音樂架設起溝通的橋樑，並得到國樂大師關迺忠青睞，與另一名客席指揮張進、加上庇詩中樂團攜手合作，共同孕育這場百人演繹的音樂會。

關迺忠曾擔任中國東方歌舞團指揮及駐團作曲家、香港中樂團音樂總監及高雄市立國樂團指揮，將在音樂會中親自指揮他的創作《豐年祭》及《春思》。

今次演出曲目還有《管絃絲竹知多少》、《劍舞》、《誼之風一號》、《八千里路雲和月》、《燕子》及《瑤族舞曲》。演出時間爲9月6日晚上8時，門票分20元及25元兩種，查詢電話是604·338·5934，或在各TicketMaster售票處洽

關迺忠將首度在北美為「燕子」中樂音樂會擔任客席指揮，並會為他的創作《豐年祭》及《春思》擔任指揮。

活泉中文學校招生

【明報專訊】西北溫及列治文區活泉中心招收英文班及中文學校各級新生。

西北溫區活泉中文學校定九月十日(星期三)下午三時半在885−22nd St., West Van.上課。

列治文區開辦英文班ESL(初中高)各級。中文學校各級新生在九月五日(星期五)上午十時或下午七時開課，地址7260 St. Albans Road，所有報名及登記查詢請電：六零四·三零三·一九七六或七二九·一九三六。

新學期將於九月六日開課。即日起招收新生。請於星期一至星期五上午九時半至下午四時半致電六零四·四三一·六九六九或親臨上址查詢及報名。

社團活動

● 聖公會恩澤堂兒童合唱團現招收六歲至十一歲新團員，由經驗指揮以英語教授，質素與趣味並重，有意參加者須於九月九日前報名。查詢六零四·七三一·五五一零。

● 中信中心於九月繼續舉辦新一期課程。爲使家長進一步認識，特設珠心算簡介會，於八月三十日(星期六)中午十二時至一時三十分舉行。屆時導師會親自解釋課程及學員現場示範。另外舉辦免費精彩電影欣賞，時間爲八月廿七日(星期三)下午一時三十分，放映《嵩山逍遙谷》。查詢可電：六零四·八七七·八六零六。

其他各項秋季課程已開始接受報名，可親臨該中心或瀏覽該中心網頁：

「積極行動」證書課

「轉變」一詞往往令人望而生畏，有很多人都不喜愛轉變。轉變令人感到不安，失去安全感。過往有把握的一切，彷彿再無用武之地。中文「危機」一詞中寫得很好，意思包含了在危險的情況中，往往是契機的開始，問題是我們用什麼態度面對。事實上，在人生的歷程中要面對大大小小的轉變，大的如升學、結婚、移民等，小的如生活習慣、居住環境，甚至身材也在不斷轉變中，特別是對於打工一族，轉變是無可避免的。

在現在轉型的社會經濟下，一生人只打一份工已是十分罕見。根據統計顯示，加拿大人平均一生會轉換超過五份工作或以上。面對失業，自我形象受到衝擊，對不明朗的前景感到彷徨及恐懼。過往只要有大學學位便能一紙走天涯，但現在提倡的是終生學習，才能適應市場的需求。

怎樣才能更有效地面對轉變呢？讓我們試一下以下的練習：舉起雙手，左手舉起食指，右手舉起拇指，好！現在轉換手做動作，左手舉起拇指，右手舉起食指，繼續做這個轉換的動作，然後加快速度。你的感覺如何？感到困難嗎？是否經過訓練會感到容易一點呢？這個活動是透過身體動作來帶出轉變的觀念。有很多剛被解僱或尋找工作的人正處於一種迷惘的狀態中，要面對這種人生的轉變實在不容易。要是就業輔導員能把一些有趣的活動滲入輔導的過程中，定能幫助求職人士更容易掌握自己的感受，以致有能力達到找工作的目標。

面對加拿大這個多元文化的社會，求職人士帶着不同的背景、學歷及需要來尋找工作，就業輔導員實在有需要採用一種「積極行動」來幫助受導者。在輔導的過程中除了留心聆聽，與受導者找出問題的核心，建立信任的關係外，也需要嘗試一些嶄新的概念，如用圖書、遊戲、詩歌來幫助受導者明白自己的心路歷程，用比喻來引發受導者內在的潛能。

有見及此，一向致力於培育出色就業輔導員的中僑專業培訓學院，將聯同卑詩大學輔導心理學著名教授Dr. Norm Amundson，舉辦一門名爲「積極行動」證書課程（Active Career Engagement Certificate）。此課程將於九月份舉行，內容包括：事業手藝（Career Craft）、動態的自我評估、從遊戲中學習訂立計劃等。本課程將採用《Active Engagement》這本書，此書在加拿大及國際取得不少獎項及肯定，及已翻譯成各種語言。

對就業輔導有興趣者均可查詢及報讀此課程。詳情請致電604−431−6802或604−438−2100內線103。

中僑專業培訓學院　林文慧