被批冗員1200人
卑詩水電加幅減半

【明報專訊】檢討卑詩水電公司（BC Hydro）運作的報告昨日出爐，狠批公司冗員衆多可裁1200人，亦有員工超時補水達13萬元；公司較早前提申請3年要加逾3成電費，加幅現減半。

卑詩水電公司曾指出，爲了改善基建設施和維持現有服務，一度提出未來3年要每年加電費9.73%，換言之，3年電費加幅高達31%。不過，檢討報告昨日出爐後，公司同意加幅減近半，明年加8%，往後兩年各加3.9%，增幅降至約16.6%。

檢討委員會昨日發表長達130頁的報告，雖然未有建議卑詩水電公司該擱置哪一個基建項目，但指這個現有6000名員工的公營機構，該瘦身削支。

報告建議，公司員工數目該減至4800人，換言之可削減1200人，而最少也可減600人。報告未有指明哪些部門該瘦身，但卻列出有冗員的部門，指職位職責重覆，如在資訊管理、傳訊部、人力資源和工程部等。

卑詩水電公司現有650名工程師，是運輸及基建廳的6倍；公司的內外傳訊工作由142名員工負責，比例較省府多，擁2.8萬名員工的整個省政府，傳訊部僅有187人。

除被指冗員多外，按表現而獲發花紅員工的數目也特別多，報告指，有99%員工獲得獎勵花紅；此外，有5名員工獲逾10萬元的超時補水，亦有員工得到13萬元，這些補水是正常工資額外金錢。

公司行政總裁科布（Dave Cobb）昨日未有承諾會跟隨報告裁逾1000人建議，但同意會在未來3年削支8億元，方法包括延後部分項目和改變如何外判合約等。

市民憂高位回落趕快套現
趁高價賣金生意旺

【明報專訊】國際黃金價格昨日稍微回落，卻沒有澆熄出售金器金飾套現民衆的熱情，昨日多間現貨黃金交易店仍滿是來賣金的人龍，不少人是擔心金價會從此回落，所以急急趁價格仍高企，趕快將家中金器「脫手」。


溫哥華黃金交易店昨日有不少等着買賣黃金的客人。（王俞欣攝）

黃金價格從前日（8月10日）每盎司逾1800元下跌至昨日1750元左右。溫哥華黃金交易店（Vancouver Gold）經理波拉克（Sam Pollock）表示，昨日來變賣黃金的客人明顯增多。一些原本抱着觀望態度的顧客，害怕金價已達到最高點之後會持續下降，趁價錢尚未跌太多前將金飾拿來變賣。昨日早上來變賣黃金的顧客約佔三分二。

波拉克又稱，另外三分一的顧客則是到店裏買黃金，金價下跌未爲店裏帶來更多買黃金的顧客，人數大概與這兩星期的平均差不多。但是能確定的是顧客對一點點的漲跌非常敏感，一早有顧客看到金價下跌立刻打電話洽購，晚一點來付錢取黃金。

位於溫東的J&M珠寶交易店店主約里歐（Joseph Iorio）表示，近兩星期生意量明顯增加。昨日明顯賣黃金的顧客比買黃金的顧客多，他認爲活躍的交易市場將會持續一段時間。

昨日在交易店裏的越南華裔顧客Ann Nguyen，她有點擔心錯過賣黃金的最佳時機，昨日特地帶着金項鏈到交易店裏估價，但目前尚未決定是否要變賣。



麥德莊（左）和霍斯金斯（右）共同合作，成立健康便利店，望省民吃得健康，預防慢性疾病。圖中為北本那比省議員李燦明（Richard Lee）。（姜蘋容攝）

列食品營養資料 便利店推廣健康飲食

【明報專訊】衛生廳長麥德莊（Michael de Jong）昨日宣布，卑詩省各大連鎖便利店及油站聯合起來與省政府衛生局合作，成立「健康便利店」，共同推廣食得健康，幫助省民在購買食品時，作出更方便、健康的選擇。

麥德莊表示，「健康便利店」（Healthy Convenience Store）是由西部便利店協會（WCSA）與省府間的合作計劃，計劃採自願制，參與的連鎖店包括Mac's、7-Elevens、PetroCanada、Husky等，及部分獨立店舖。

這些商家，會將店內出售的現食（ready-to-eat）、沒有包裝食品，例如比薩、玉米片或三文治等的營養資料表明出來，並在店內增闢售賣健康食品的貨架，達到這些要求的商店，會獲得協會發出商標。

麥德莊昨日在一間便利店中作出宣布時指出，省府致力於推動健康家庭計劃，推出不同活動，像日前的「快樂心臟」（Happy Hearts）和步行挑戰賽，目的是希望市民利用不同途徑，養成健康生活習慣，達到預防疾病的作用。

他希望透過這次與西部便利店協會推出的健康便利店，能讓市民在購買食品時作出更健康、聰明的選擇。

西岸便利店協會主席霍斯金斯（Wayne Hoskins）則稱，這項行動與他們是否賺錢無關，重要的是能幫助省府共同提倡健康宣傳計劃。根據統計，卑詩省約有一半的市民體重過重或肥胖，一半則是沒有適量運動，15%的省民有吸煙。市民可上網瀏覽www.healthyfamiliesbc.ca獲更多詳情。

大同中學校友聯歡

【明報專訊】香港大同中學北美加西校友，將於本月13日（星期六）於紅日大酒家舉行夏日聯歡餐會，下午6時恭候，7時聚餐。席間有遊戲及抽獎助興，歡迎各校友攜帶家眷出席。查詢可聯絡：戴淑仁604-253-4013，楊月珠604-325-0329，梁麗珠604-231-8984。

腦部營養座談會

【明報專訊】本那比多元文化協會健康關懷小組將於本月15日（星期一），上午10時30分舉辦營養座談會，內容爲頭腦的營養，講述提供腦部的營養元素，了解血腦屏障等。查詢或登記請致電；604-431-4131轉分機29。

伊中舊生會中秋聯歡

【明報專訊】香港伊利沙伯中學舊生會卑詩省分會將於9月9日舉辦中秋聯歡聚餐，歡迎各屆校友參加。報名請電：604-544-3331 Heidi；604-261-2375 Miranda；604-298-6384 Wendy。

大溫地區天氣預測

今天	8/13 (六)	8/14 (日)	8/15 (一)
晴 12 – 24℃	晴 14 – 24℃	天陰有雨 14 – 21℃	天陰有雨 14 – 21℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	11 – 23	晴間雲
愛蒙頓	12 – 24	晴間雲
溫尼辟	12 – 27	晴間雲
多倫多	19 – 27	天陰有雨
渥太華	15 – 29	晴間雲
滿地可	17 – 25	晴間雨
三藩市	12 – 18	晴
洛杉磯	17 – 25	晴
紐約	18 – 27	晴
香港	27 – 30	晴間雨
台北	26 – 30	雷雨
北京	25 – 32	晴間雲
上海	26 – 31	晴間雨
廣州	27 – 33	晴間雨
新加坡	26 – 30	晴間雲
東京	27 – 32	晴間雲
悉尼	10 – 17	晴間雲
倫敦	15 – 21	多雲

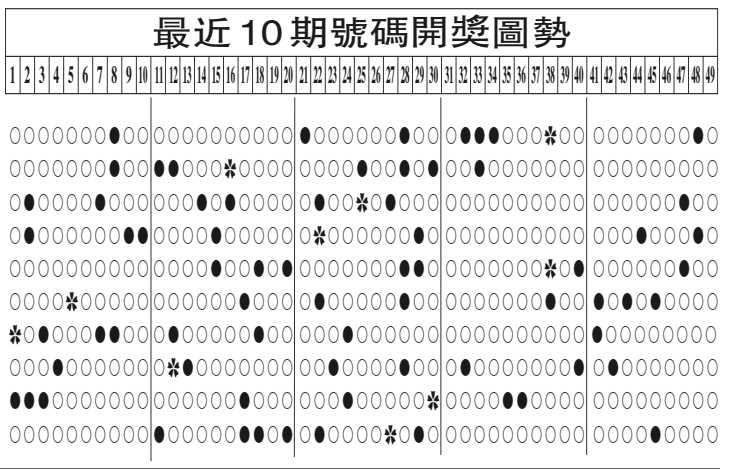
Lotto MAX 上期派彩

頭獎	20,000,000.00	（0注中）
2獎	337,361.80	（0注中）
3獎	8,434.00	（40注中）

最近10期開獎紀錄

3 Jun 11:	8,21,28,32,33,34,48	38
10 Jun 11:	8,11,12,25,28,30,33	16
17 Jun 11:	2,7,14,16,22,27,47	25
24 Jun 11:	2,9,10,15,29,44,48	22
01 Jul 11:	15,18,20,28,29,40,47	38
08 Jul 11:	17,22,28,38,41,43,45	05
15 Jul 11:	3,7,8,12,18,24,41	01
22 July 11:	4,13,23,28,32,40,42	12
29 July 11:	1,2,3,17,24,35,36	30
05 Aug 11:	11,17,18,20,22,29,45	27

最近10期號碼開獎圖勢



熱門號碼	冷門號碼	對子號碼
8 12 22 28 29	9 16 23 29 49	8-9 12-16 21-23 41-49

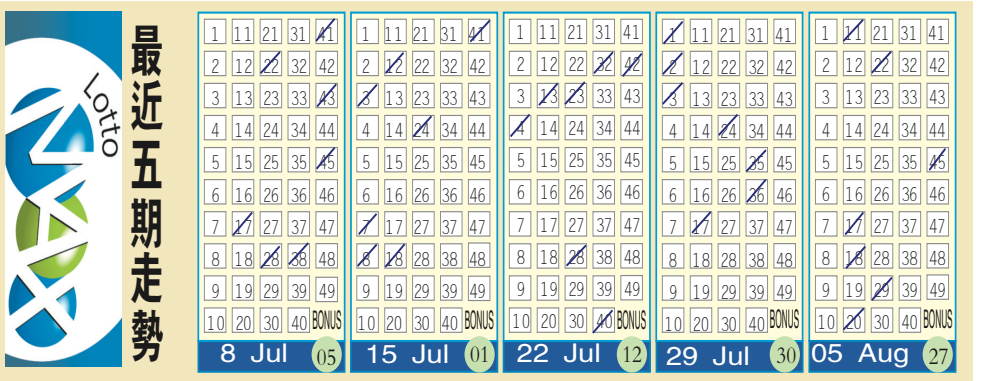
本期形勢

8月12日Lotto Max預測如下：1至9之間前一次三個號碼出線現在卻淪落到輪空，走勢有變，從原來看好前面號碼1、2、3連庄調整至后面8、9；10至19之間17連庄和11、18一起出線，上期就判斷它能帶動邊上的16和18，這次有利於12和16；20至29之間20、22、27、29四個號碼出線，上期推薦的是23、旺門28和29，結果只有29說中，還有兩個號碼雖不中亦不遠矣，這次就等21、23和28；30至39之間和第一區的號碼一樣出線前一次三個號碼出線現在卻淪落到輪空，與上期相同看看區內兩個盲門31、37能不能得天時地利破空摘帽；40之后45破空，區內沒有突出表現號碼，倒是有兩個盲門46、49，走勢顯來倒去目標可以由中間而偏向兩邊，41、49邊門可以得益。

旺門號碼
28

盲門號碼
6 19 26 31 37 39 46 49

最近五期走勢



649 測彩

8月10日攪珠結果，0系開出9（再翻冧）；1系開出18；2系開出24、27和29；3系交白卷；4系開出43。特別號碼5。是期頭獎安省一票中；彩金約七百萬元；二獎四票中，網上和安省各一票，以及魁省兩票，每票彩金六萬二千多元；三獎一百二十四票中，每票彩金一千六百多元。下期彩金約三百五十萬元。是期2系仍狀態不俗；3系走勢下滑；其他系走勢平均。

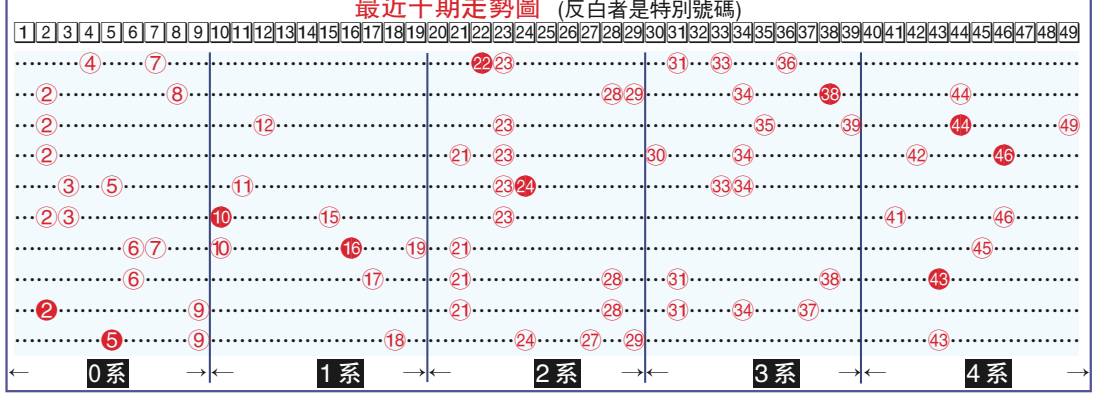
本期心水選擇
2 5 10 13 20
23 32 37 44 47

0系選2和5。
1系選10和13。
2系熱選20和23。
3系冷選32和37。
4系選44和47。

最近十期開獎號碼

07月09日：	④⑦23 31 33 36・22
07月13日：	②⑧28 29 34 44・38
07月16日：	②12 23 35 39 49・44
07月20日：	②21 23 30 34 42・46
07月23日：	③⑤11 23 33 34・24
07月27日：	②③15 23 41 46・10
07月30日：	⑥⑦10 19 21 45・16
08月03日：	⑥17 21 28 31 38・43
08月06日：	⑨21 28 31 34 37・②
08月10日：	⑨18 24 27 29 43・⑤

最近十期走勢圖（反白者是特別號碼）



訃告

先嚴夫 **曹公紹松** 廣東番禺人不幸痛於二零一一年八月九日下午二時三十七分病逝於溫哥華中央醫院積閏享壽九十有二歲不孝等隨侍在側親視含殮遵禮成服謹擇於八月十四日（星期日）上午九時假座列治文殯儀館(8420 Cambie Road, Richmond, B.C.)舉行喪禮出殯歸土卜葬於海景墓園 恭屬宗親戚友鄉世誼 哀此訃

未亡人 曹金碧萊
孝子 曹永昌 媳 王婉嫻
孝子 曹永耀 媳 劉蒞沁
孝女 曹淑芬
孝女 曹淑慧
孫男 曹保榮
孫女 曹嘉欣
孫女 曹寶恩
外孫女 凌嘉慧
誼孫女 劉可兒

同泣告

鼎惠懇辭 如蒙賜賻請折現金轉捐
溫哥華中央醫院基金
治喪處電話：604-273-3748

溫市試引進橡膠行人道

圖延道路壽命減維修費

【明報專訊】溫市政府昨日公布，新增一段道路進行鋪設橡膠行人道試驗計劃，稱相信橡膠材料可延長行人道壽命及減低維修費用。若在五年的觀察期內確定效果良好，將在市內廣泛使用，包括在醫院或耆英機構附近的路段鋪設。


路過該路段的市民羅伯特認為橡膠路面走起來有一點彈性，樂見更多橡膠行人道。（王俞欣攝）

溫市府街道設計經理威廉斯（Rhys Williams，圓圖）昨日公布，該項新的試驗計劃早在2008年已在西8街（W.8 th Ave.）進行，最新一段橡膠行人道選擇在東17街（E.17th Ave.）從聖喬治街（St. George St.）至卡羅萊娜街（Carolina St.）一段的行人道，約一年前左右已鋪設。

他昨日介紹該項新計劃時表示，選擇這個路段來進行試驗，是因爲這裡土質偏軟，以前的舊水泥路面時常出現龜裂，需要不斷修補。橡膠材料有防龜裂的設計，沒有水泥地硬，稍帶彈性，理論上是很好的替代品。市府會花五年時間觀察橡膠路面的使用情形，若確定良好，未來橡膠行人道將可用於醫院或耆英機構附近的行人道。

橡膠路面的材料是由舊輪胎回收製成，每平方米造價200元，價格比水泥行人道貴三成，但橡膠的使用比較環保，長期下來保養維修花費也會比水泥路面便宜，亦可延長道路壽命。


途經的市民羅伯特（Sean Roberts）表示，他有注意到這一段行人道路面的材料不一樣，走起來有一點彈性，未來樂見更多像這樣的橡膠行人道。

爛船灣裸跑周日開賽

天體愛好者熱身宣傳


十餘位天體愛好者為禮拜日即將到來的「爛船灣裸跑比賽」舉行預跑宣傳。（姜蘋容攝）

【明報專訊】第15屆「爛船灣裸跑比賽」（Wreck Beach Bare Buns Run）將於本周日舉行，昨早十餘位天體愛好者一絲不掛爲比賽進行預跑宣傳，推廣自由無拘束的生活，與大自然融合一體，亦是讓爛船灣盡可能保持自然本色的一項籌款活動。

主辦方保護爛船灣協會（WBPS）主席威廉姆斯（Judy Williams）表示，目前網路報名的人數已近200人，若比賽當天天氣晴朗，估計屆時會有更多人參加。

這項裸跑比賽與美國另外舉行的兩項比賽，結盟成「跨越邊境裸跑」（Buns-Across-The-Border），連續參加3場比賽的選手，將可得到一個以三角形爲圖案的獎狀。另外，比賽當天人人有獎，跑完全程的選手，將會得到一張裸跑活動證明，並從中選出最高的三個名次頒發獎牌。

除了過去的傳統之外，今年還爲懷孕的婦女或是行動不便的長者，提供slowpokes項目，選手可依自己的行動能力，放慢速度，不需快跑也可以享受天體的自由奔放。

威廉姆斯說，過去參與活動者以白人居多，華裔較少。她鼓勵華裔一同加入，同時也歡迎家庭、公司組團挑戰。

她提醒，如果一般民衆進入該海灘，可裸體加入他們的行列，但若攜帶照相機、攝影機等器材，需尊重他人隱私，需經當事人同意才可拍攝。她還表示，不論參加與否，都歡迎大家來海邊漫步，感受夏季的海風。

裸跑比賽將於8月11日早上10時開始，按照年齡及性別分成多個組別，門票每人25元，16歲以下青少年及60歲以上長者收取20元，民衆亦可以於9時親臨現場購票參加。參加民衆可獲得紀念衫或背心一件。詳情請瀏覽www.barebuns.ca。

菲沙河三文魚 明起可試釣3日

【明報專訊】今年回游菲沙河的Sockeye三文魚數目預計有150萬至700萬條，昨日商業漁民可首次試捕，一般消閒式釣魚的民衆亦可自明日起3天內試釣。

漁業及海洋部（DFO）昨日開放菲沙河部分水域讓商業漁民捕捉Sockeye三文魚3小時，部門區域總監羅森堡（Barry Rosenberg）指，預計漁民可捕約3萬條三文魚。他稱，昨日約有200至300艘漁船出海，但有不少漁船到Skeena及Johnston海峽區域，因此難以計算確切數字。

今年三文魚回游的數目遜於去年，估計只有150萬至700萬條，去年有約3500萬條，是近百年最多一次。

當局亦公布，8月13日（本周六）日出前1小時至8月15日（下周一）日落後1小時內，民衆可持牌到菲沙河指定區域釣Sockeye三文魚，限量每天兩條。

菲沙河委員會今日將再次開會研討三文魚回游最新數量，而會否再有消閒釣魚機會將在下周一公布。

有關消閒式釣三文魚的規定，可查閱DFO太平洋區網站www.pac.dfo-mpo.gc.ca。


民衆可在本周末釣Sockeye三文魚。（資料圖片）

溫市6成半孕婦 維他命D攝取不足

【明報專訊】一項研究醫學報告指，大部分溫哥華孕婦的維他命D量都低於醫學會所建議的水平，但他們9成都有進食補充劑。

一份昨日刊於《加拿大公共醫療期刊》（Canadian Journal of Public Health）的研究報告指，336名溫哥華懷孕20至35周的婦女中，有65%攝取維他命D的分量都較加拿大兒科協會所建議的爲低，而他們9成都有服食維他命補充劑。

負責這項研究的卑詩大學科學家格雷（Timothy Green）指，大部分孕婦未有仔細考慮維他命D攝取量，只服用多種維他命。他認爲，每日攝取量該達到1000個國際單位（IU），而一般產前多種維他命補充劑的維他命D含量，只有400IU。

他指，懷孕期間維他命D不足，會增加嬰兒低重量和患軟骨病的風險，亦會使孕婦患上先兆子癇症風險增加，這病使婦女血壓突然飆升。

健步 HAPPY FEET 矯形鞋墊
註冊商標 PED-TECH 嚴防假冒
獨家代理具有三十二年歷史的Ped-Tech矯形鞋墊
Custom Orthotics 百分百加拿大產品
獲 Health Canada 認可
高踝足 腳底起繭 腳踝劇痛 扁平足
專門對付：
腳部疼痛、腰背酸痛、膝頭痛、長短腳
腳趾彎曲起雞眼 腳骨腫炎 內外八字足、長短腳
根據醫學統計，4至12歲是小童矯正足部問題最佳時候，同時對小童的身體及腦部發育有極好的輔助作用。
★免費檢查，專業人員詳細解答，度腳訂製，十年保養。
★如果您日日企，行超過三個小時，雙腳感到酸痛、疲勞請來健步HAPPY FEET。
★小童、耆英有特價優惠。
★最好的品質，最好的服務，最好的信譽，最公道價錢。
三個月滿意保證，如無效果，原銀奉還(不需任何理由)
列治文 105-4651 No.3 Road (Super Store樓下) Tel:604-270-1686 七天營業 11:00am-6:00pm
溫哥華 103-2828 E Hastings Street (近Renfrew及PNE) Tel:604-569-3422 逢週日及週一休息 11:00am-6:00pm
接受各種額外醫療保險 (Extended Health Plan)

加拿大東蓮覺苑 (地址：2495 Victoria Drive 電話：604-255-6337)
電腦網址 website：www.buddhistdoor.com 電子郵件 email：tlky@axionet.com
孟蘭盆超薦法會
啓建 孟蘭盆超薦法會
誦念《華嚴經起止儀行願品》、
頂禮《華嚴懺》、唱誦《華嚴字母》
本苑定於八月廿日(星期六)早上9時至11時45分由苑長上僧下徹法師暨同眾法師一同主禮，設「孟蘭盆供」供佛及僧。本苑設有功德主及各項功德登記，以此功德迴向現在父母，福增無量，過去六親眷屬，超昇出離三塗苦境。
八月廿一日(星期日)至八月廿七日(星期六)
啟建「孟蘭盆超薦法會」，
上午誦念「華嚴經起止儀行願品」，
下午頂禮「華嚴懺」及唱誦「華嚴字母」。
八月廿一日(星期日)下午四時至八時，施放
瑜伽燄口一堂
以此功德迴向世界和平，人民安樂，現在者增福延壽、過去者往生淨土。現已開始接受各類附薦蓮位申請，請撥電 604-255-6337 或親臨本苑查詢詳情。亦可將資料傳真至 604-255-0836 代為辦理。

血糖·血壓·花粉·痛風
台灣原生種芭樂葉心茶 • 野生山茶
◉ 保健效果 • 立竿見影 ◉
減肥 茶 消肚腩
高山茶
• 梨山
• 杉林溪
• 福壽山
• 阿里山太興
• 大禹嶺120k(有機)、105k、97k
特價
四季春烏龍茶
$20/磅
◉ 通過國際SGS農藥檢測◉ 符合日本、台灣國家標準
新址 8279 Saba Rd., Richmond (天車最後一站)
松青茶行 604-8160009



社團活動

青島同鄉會夏日燒烤

【明報專訊】青島同鄉會年度燒烤活動定於8月14日（周日）中午12時，在溫哥華Spanish Bank Beach舉行，歡迎會員與親朋好友參加。活動內容包括：沙灘排球、沙灘足球、棋牌、日光浴、沙灘燒烤等。成人每位15元， 會員10元，6歲（含6歲以下）免費。

報名請聯絡778-388-6749（李智涵）或電郵dejay.citistar@gmail.com。

開平總會館迎月聯歡

【明報專訊】全加開平總會館爲慶祝2011年中秋佳節，定於9月3日（星期六）下午6時，假座華埠富大酒家舉行迎月聯歡宴會，敬請各會員踴躍參加，共度佳節。餐券：會員每位收20元；非會員每位收30元。售票日期由8月20日起至8月27日止，每日下午1時至4時。

另外，爲愼終追遠，全加開平總會館定於9月25日（星期日）舉行秋祭，是日中午12時在會館集合出發，前往山景墓園拜祭先僑鄉親，完畢後返回會館，共進午餐，敬請各會員踴躍參加。

查詢電話：604-669-1042。