

明報

加西版

26周年

報慶大抽獎

答案日日睇

問題 5.

哪一本周刊逢星期五隨《明報》附送?

答案:《樂在明廚》

溫哥華錄得2度以下
破10月9日低溫紀錄

【明報專訊】加拿大環境部資料顯示，溫哥華在昨日早上錄得2度以下，打破有紀錄以來的10月9日最低氣溫紀錄，較寒冷情況今日持續；天氣預測感恩節長周末回升至歷來平均溫度。

據加拿大環境部的初步數據顯示，溫哥華國際機場（YVR）的氣象監測站於昨日早上8時，錄得僅攝氏1.8度，刷新歷來10月9日的最低溫紀錄。

昨早特別冷，較10月9日的舊低溫紀錄2.8度，還要低1度，該舊紀錄是在59年前（1960年）創下；而10月9日歷來平均最低溫紀錄也有7.4度，最高溫為14.7度。

環境部預測，今日（10日）天晴，早上有霧，但最低有1度，有結霜可能。

若只有1度或更冷，便會再打破低溫紀錄，因10月10日現存紀錄為1965年的1.1度。

感恩節長周末氣溫回升，當局預測周五（11日）繼續天晴，而最低溫料有7度，最高可達13度。周六至周日多雲有雨，但最低溫度料有6度至9度，最高氣溫會有12度至13度。下周一（14日）天晴，間中有雲，最低7度，最高14度。

「紙板警員」素里值班
期阻嚇危駕司機

【明報專訊】素里市皇家騎警維護道路交通安全推出新利器。警方放置真人大小的紙板警員（下圖）在街頭，阻嚇違規司機，希望可減少危險駕駛。

這些紙板警員將設置在素里市區內發生交通事故和違規駕駛最嚴重的路口和街段，目的在於增加警方的曝光率，以警示司機遵守交通規則。

素里市騎警交通服務指揮官麥克里蘭（Ian MacLellan）表示，雖然這些紙板警察是二維（2D）效果，但會有真警員在附近。警方的目的，是藉由教育和執法，來降低道路上發生的嚴重傷亡數字。

警方也與卑詩保險公司（ICBC）和素里交通安全推廣計劃「Vision Zero Surrey」合作，由「Vision Zero Surrey」在各交通黑點區以儀器記錄交通流量和違規行為等資料，並將數據提供給警方和ICBC，再由警方加強道路執法，以增進道路安全，減少車禍的發生。

巫菟菁到訪本報談經貿推廣
加港中長期貿易仍穩
籲商家勿輕信假消息

【明報專訊】香港駐多倫多經濟貿易辦事處處長巫菟菁稱，最近在推介香港經貿機遇時，做多了澄清的工作，指出香港的營商與投資環境並未有想像中那麼差。她又說香港「反修例」風波未有對中長期的加港雙邊貿易與投資造成太大影響，並表示感謝香港背景的加人對香港局勢的高度關注。

巫菟菁（左）昨來訪《明報》，與加西版總編輯林漢強（右）談及在推廣香港經濟貿易工作上的改變。（李安迪攝）

巫菟菁昨日來訪《明報》，期間談及香港經貿處因應香港目前局勢，在推廣香港經濟貿易工作上的改變。她指，經貿處目前的工作包括工商推廣、文化推廣和人才招攬。

巫表示，在工商推廣的時候，需要向有意在香港投資的本地商家解釋香港目前的情況。

她說，雖然香港經濟目前給商界的印象可能不太正面，但在本國經常往返香港的商家有向經貿處反映，香港目前的情況比想像中好，而這些商家的經歷有助推廣香港經濟貿易，畢竟只從官方口中聽到的消息不夠說服力。

她也提到，虛假的消息和新聞對他們在推廣香港經貿有不少的影響，並指出不少跟經貿處有來往的商家都收到很多虛假的消息，她也經常提醒商家們還是閱覽一些有信譽媒體，以免受虛假消息的影響。

她補充，香港經濟多少會受風波所影響，個別商家暫緩考慮中期或長期的投資貿易或在部署投資時更為謹慎，並未完全放棄在香港投資。

巫亦指，在本國舉行在香港就職的講座時，發現不少在本地長大的「港人二代」其實對在香港就職的興趣還是很強。而在加生活的父母亦支持他們回流，但從香港來讀書的學生就比較不想考慮回香港發展，可能是因為受在港父母或同輩的影響。

巫提到，在本國多處舉行講座都非常順利，並未受到抗議示威的影響。她本人表示感謝在本國參與和平示威的人，不論是公開支持還是反對的聲音，她認為只有真心愛港的人才會出來為香港發聲。

感恩節廚房火災多 宜訂逃生計劃

【明報專訊】感恩節臨近，家庭聚餐增多，省府趁機提醒民眾，烹調是卑詩房屋失火的主要原因。

過去五年，卑詩省有近100人於建築物火災喪生。感恩節即將到來，省府發出警示指出，秋季假期是發生烹飪設備火災的高峰期。

省府列出失火的最主要原因：烹飪設備、無人值守的烹飪、火柴和打火機、加熱設備（包括暖爐）、吸煙。

緊急應變省務秘書萊真斐（Jennifer Rice）昨日召開記者會表示，在一年一度的消防周主題活動期間（本月6號至12號），省府列舉本省房屋失火主要原因，提醒居民積極採取防火逃生計劃。

此次宣布也希望提醒居民，在家中安裝有效的煙霧報警器。據本省數據，43%的致命火災中，沒有裝設有效的煙霧報警器。

今年的消防周活動主題集中於民眾在防火安全上所作的傑出努力。另外，該主題意識活動也鼓勵居民規劃和練習火災逃生路線。此外，卑詩省防火意識宣傳活動幫助兒童、成人和教師學習如何在發生火災時保證安全，全省各地的小學生都可以看到防燒傷的海報和視頻內容。

FortisBC天然氣公司突發事件管理和項目經理T.M. Sandulak表示，他們為客戶提供防火培訓，幫助他們在遇到涉及天然氣或電力消防隱患時保護自身安全。

萊真斐說，應急準備從家裏開始，為防止家中火災危險，卑詩省民眾準備一個防火逃生計劃至關重要。

她還說，卑詩省一年一度的防火周是一個絕佳機會，讓每個人都能畫一張自家的地圖，找出每個房間的兩條出口，不論是門是窗；並提前演練他們的逃生計劃。這是民眾改善自身安全環境、應對突發事件的方式之一。

萊真斐發佈有關消防周消息。（省政府圖片）

大溫地區天氣預測

今天	10/11 (五)	10/12 (六)	10/13 (日)
晴 1-12℃	晴 7-13℃	天陰有雨 9-12℃	多雲 6-13℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	-6 - 6	晴
愛蒙頓	-6 - 6	晴
溫尼辟	-1 - 1	雪雨
多倫多	8 - 16	晴
渥太華	4 - 17	晴
滿地可	11 - 16	晴間雲
三藩市	14 - 21	晴
洛杉磯	15 - 27	晴
紐約	12 - 19	陣雨
香港	27 - 32	晴
台北	22 - 30	晴
北京	15 - 19	晴間雲
上海	20 - 25	晴間雲
廣州	26 - 33	晴
新加坡	25 - 28	雷雨
東京	21 - 23	天陰有雨
悉尼	13 - 17	陣雨
倫敦	16 - 17	晴間雲

12籃

總店：現已開幕 #128-8180 No. 2 Road, Richmond (Blundell Centre)
分店：#110-8231 Cambie Road, Richmond (Aberdeen 時代坊商場對面)
分店：現已開幕 5405 West Blvd., Vancouver (Point Grey Secondary 對面)
分店：5276 Grimmer St., Burnaby (Royal Oak & Grimmer 交接處)
營業時間 列治文總店：9:30AM-6:30PM(七天)，分店：10AM-6PM(七天) 溫哥華/本拿比分店：10AM-6PM(週一至六，週日公休)

604-270-7831
604-270-1838
604-261-7838
604-430-5520

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

最新 高纖美 便利 去脂 素食膠囊
Aloe Cleanse 60 Vegetarian Capsules
Vegetarian Capsules (Original formula)
減肥去脂、消除便秘、腸胃不適、消化不良、脹氣、胃炎、胃潰瘍、胃痛、大腸癌、直腸癌、粉刺、痤瘡、面皰
【概述】
蘆薈膠囊是從新鮮的蘆薈中提取它有效物質，去蕪純菁提純制作而成，主要成份是蘆薈素。利用生物科技製成的一種活性凍乾粉末物質。蘆薈膠囊對於臉上油脂溢出和粉刺暗瘡特別有效，以及皮膚缺少彈性和長皺紋的女性、肥胖和便秘的患者，同樣可以服用蘆薈膠囊來進行身體的調理。
蘆薈含有蘆薈素以及豐富的營養物質。具有殺菌抗炎、美容護膚、強心活血、抗衰老等功效。蘆薈是古今中外治療便秘最有效的良藥。即使便秘痼疾者，服用後，也能在8-12小時內通便。
本品為蘆薈複方膠囊，除了能清熱通便外，還可防治胃炎、胃潰瘍、結腸炎、美容養顏、加強頭髮光澤、抑制頭皮屑的形成，起到良好的效果。
【成份】每顆濃縮精 Extract：
蘆薈 (Aloe Vera)、柑橘皮 (Orange Peel)、小茴香 (Fennel Seed)、藥蜀葵 (Marshmallow)、西梅 (Pitted Prune)、薑 (Ginger Root)、洋車前子 (Psyllium Husk)。
【優點】本品為天然製劑，無添加瀉藥，無任何副作用，可長期服用。

腎病的救星
腎泌健 藥用植物濃縮精素食膠囊
Kidney-Force Herb Extract 120 Vegetarian Capsules

慢性腎炎、腎衰竭、尿毒症、腎功能不全、高血壓、浮腫、蛋白尿、血尿、排尿困難、腹瀉、乏力、失眠

草本植物（中藥方）治療腎衰竭、腎功能不全，可以有有效的降低肌酐指數，對於提高患者機體素質，治療比率很理想。

【概述】
腎病臨床表現全身怕寒、無力、浮腫、思睡、四肢冰冷、痰多、噁心嘔吐、尿少、口鼻異味等等。本品的藥理作用機轉為「活血化瘀」和「運化脾胃」等路徑的配方。
首先是將患者機體內的毒素完全清除乾淨，然後再對其進行體質調整，以達到內外兼治的療效。通過調理和改善患者的脾胃，可以有效緩解患者出現的失眠、厭食、噁心嘔吐以及便秘等症狀，並能增強體質，最重要是能恢復因腎病出現的內分泌失調和代謝功能紊亂等多重病症。既不會破壞患者的食慾，亦無副作用，而且還可以根本治療腎病，尤其是免疫力較低和體質虛弱的患者。總之：中藥方治腎病效果好，並能固本調和陰陽虧虛。
【成份】每顆濃縮精 Extract (4:1), (5:1), (10:1)
葛麻根、熊果葉、牛蒡、蓮子、黃柏、玉米鬚、水芝仙、丹參、山藥。
【優點】本品為天然濃縮精製劑，藥性溫和，無任何副作用，可長期服用。