

69名媽媽挑戰母乳餵哺

華婦奶水不足尋求幫助解困

【明報專訊】第14屆溫哥華全球餵哺母乳大挑戰（Global Breastfeeding Challenge）昨日舉行，69名來自不同族裔的母親同時哺乳，當中不乏華裔。有華裔母親公開個人哺乳經驗時說，一開始哺乳時也曾奶水不足，直到求醫後才逐漸改善，最終克服問題。

華裔母親吳凱文帶着5個月的女兒芷菁參加。吳凱文說，其實她在開始哺乳時並不順利，由於奶水不足，前一個月必須同時餵給女兒配方奶粉。後來看醫生，吃了醫生開的藥，經過反覆努力才克服哺乳困難，而女兒可以不再依靠奶粉。

她表示，現在希望能夠繼續餵母乳至女兒一歲，那時她應已結束產假返回工作。她建議餵哺乳母親應多尋求各方支持，例如除了求醫，她也參加一個餵母乳小組，媽媽之間彼此交流哺乳經驗，令她不再感覺無助。

該餵母乳活動是由溫哥華沿岸衛生局主辦，每



年均有50至60位母親參加，全球大城市的哺乳挑戰志在創下世界紀錄，但溫市的活動則走溫馨輕鬆路線，主要為公眾推廣哺乳好處。主辦單位



▲69名媽媽帶着嬰兒參加溫哥華餵母乳大挑戰。
▲吳凱文是少數參加餵母乳挑戰的華裔母親。

（張鈴銖攝）

準備豐富點心為媽媽補充營養，並安排抽獎活動，也有孩子的父親陪伴到場，或是幫忙照顧較大孩子，以行動表達對餵母乳的支持。

衛生局指出，餵母乳不僅可提高孩子的腦部發展及免疫力，對母親本身防癌及恢復懷孕前體能也有好處，母親應盡量自行哺育嬰兒。

大溫地區天氣預測

今天	10/5 (一)	10/6 (二)	10/7 (三)
晴	晴	晴	陰天有雨
9-17℃	9-19℃	10-18℃	12-16℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	0 - 5	晴
愛蒙頓	1 - 9	晴
溫尼辟	5 - 14	晴間雲
多倫多	8 - 15	多雲
渥太華	5 - 15	晴間雲
滿地可	4 - 14	晴
三藩市	15 - 24	晴
洛杉磯	19 - 22	驟雨
紐約	10 - 16	雨
香港	24 - 28	雷雨
台北	26 - 32	雨
北京	12 - 25	晴
上海	20 - 25	驟雨
廣州	24 - 27	雨
新加坡	26 - 33	晴間雲
東京	17 - 27	晴間雲
悉尼	17 - 35	晴
倫敦	10 - 18	晴

649 10月3日 星期六 中獎號碼

1	3	15	27	31	36	33
---	---	----	----	----	----	----

百萬大獎號碼 **16562536-01** 特別號碼

幸運寶號碼 **3 29 60 69**

BC-49 特別號碼

6	7	12	17	19	22	48
---	---	----	----	----	----	----

中獎號碼以彩票局正式紀錄為準
查詢可瀏覽彩票局網頁：www.bclc.com

屋內財物價值高 戶主須購附加險

【明報專訊】有資深保險經紀透露，本地房價雖然不斷上升，但不少「豪客」屋內擺設很多貴重財物，價格比豪宅價值還貴的情況日趨普遍，甚至財物比房價貴幾倍，因此愈來愈多人需要額外為屋內珠寶首飾、字畫藏品、名貴藏酒等購買附加險。部分「豪客」是「太空人」，豪宅長時間空置，房屋受損風險增大，保費亦會更高。

一名有三十多年從業經驗的資深華裔保險經紀透露，近年來隨着愈來愈多豪客湧入本地房地產市場，房屋保險金額也水漲船高，愈來愈貴，有些房屋重建費估價達到七、八百萬。

他解釋說，房屋重建費不同於房價，因為房屋總價中一部分是地價。房屋保險主要是根據房屋面積大小及建築材料等因素，來評估房屋的重建價值，並以此為根據確定保險金額。而房屋內的

財產，如家電、家具、個人物品等，不同的保險公司通常會以50%至80%等不同的比例自動計算至保險總金額內。

不過，該經紀稱，近年愈來愈多的「豪客」不適用於這個自動財產計算方式，需要額外購附加險，為屋內貴重物品買保險。這名經紀說，他曾遇到一個客戶，其房屋重建費用100多萬元，但屋內財產卻逾千萬，達到屋價的七倍有多。其中僅其酒窖中收藏的紅酒就價值一、兩百萬。

不過，他亦指出，這些客戶中不少都是「太空人」，大部分時間都不在加國居住，有時在環球旅行，有時居住在世界其他國家的物業中，本地豪宅時常空置。該經紀表示，房屋長時間無人居住，缺乏保養，容易出現很多問題，比如水管漏水等不易被發現，令房屋受損風險更大。保險公

司通常會根據不同情況，對空置房屋收取更高保險費。

壓重建費減保費 難獲全額賠償

「豪客」湧入房地產市場，亦帶旺保險業生意。有華裔保險經紀表示，部分客人投保時喜歡「討價還價」，甚至故意將重建費估價「調低」，但若果不遵照實際重建費用購買房屋保險，一旦發生意外，亦不能獲得全額賠付。

這名不願透露姓名的經紀指出，有些客人對本地保險行業缺乏了解，亦不願意聽從專業人士建議，在購買房屋保險時為了省錢，與經紀討價還價。比如有些客人的房屋重建費用評估為100萬元，客人卻要求經紀按50萬來計算保金。

這名經紀指出，保額不可由經紀隨意填寫，如果費用不屬實，有些保險公司不會通過保單。即使僥倖獲得批准，當房屋意外受損時，即使重修費用不超過50萬，客戶也不會獲得全額賠償。

國際攝影節植物公園舉行 粵女攝影家「展覽」奪金

【明報專訊】2015年溫哥華國際攝影節（VIPF）昨日在范度森植物公園（VanDusen Botanical Garden）舉行，廣東省的女攝影家劉紅麗以攝影作品「展覽」奪下「人像組」的金牌，她還遠道自廣州前來領獎，對於作品能在溫哥華獲獎感到興奮，並期待廣東省和溫哥華的攝影師今後有更多交流活動。

劉紅麗同時為廣東省女攝影協會副主席，她說，「展覽」這幅作品是她的一次觀看展覽的場合無意中攝得。當時，她看到朋友站在一排畫之前，這排畫恰巧都是女子的背影，朋友的背景剛好融入其中的一張畫，於是用相機拍下。

攝影節籌委會主席高俊傑表示，今年攝影節得獎作品同時可獲得VIPF和加拿大攝影藝術協會

（CAPA）各自頒發的獎項。此外，今年得獎作品從去年的12幅減至6幅，得獎作品水準很高。

他說，VIPF近期將申請美國攝影學會（PSA）認證，認證通過後，未來VIPF攝影比賽的得獎者也將加上PSA的評分，如此可增加參賽者的攝影履歷，未來藉由邀請全球各地攝影作品參賽，令VIPF的國際知名度得以提升。

今年是VIPF第四屆舉辦攝影節，昨日和今日兩天的主要活動在范度森植物公園舉行，門票為5元，內容包括攝影專題講座及工作坊，並邀請多位本地名家分享攝影心得，並展出得獎及優秀作品。

有關VIPF相關資訊可至www.vipf.ca查詢，或到中文網站vipfn.com瀏覽。



劉紅麗以「展覽」奪得VIPF「人像組」金牌。
（張鈴銖攝）

明鏡框



主辦

「齊心就事成，
爸爸努力，加油！」

攝影者：
Suzy Fung

拍攝器材：
Pentax K3 F8,
50-300mm



明鏡頭 每兩月均設有不同主題，部分優秀作品將會定期在《明鏡框》刊登。九月及十月份主題：我愛旅遊

明鏡頭 競觀相
PHOTO GALLERY

紀念亞洲太平洋戰爭結束70周年 學者來溫講日軍暴行

【明報專訊】卑詩省舉辦紀念亞洲太平洋戰爭結束70周年活動，「紀念亞洲太平洋戰爭70周年溫哥華委員會」（下稱溫哥華委員會）蒙日本琉球大學名譽教授、教材編寫者高嶋伸欣（圖，Nobuyoshi Takashima）教授應允為特別嘉賓出席。高嶋教授將講述他四十年來從事日軍在馬來西亞和新加坡屠殺華人的歷史（1941-1945）研究、教育及出版工作。他亦曾在1993-2005年期間控告日本政府篡改他所編寫的教科書。

該會又得溫哥華市前議員、婦女改造城市會主席伍愛鄰（Ellen Woodsworth）擔任是次講座的主持，西大地理學榮譽教授黃樹德及維多利亞大學歷史教授John Price擔任評論員。屆時亦有唱詩班為是次活動作演唱，會後有小型的茶話會，以便公眾直接與各位講者交流。

活動定於10月17日（星期六）下午2時至5時在The Unitarian Church of Vancouver（949 W49th Ave.）舉行。網上詳情，請參閱：<http://peacephilosophy.blogspot.ca/2015/09/towards-reconciliation-professor.html>

10月12日至18日高嶋教授將攜夫人高嶋道（Michi Takashima）訪問溫哥華，高嶋教授會在卑大發表演講。高嶋道女士為前日本高校社會學教師、教材編寫者，她也會在10月16日（星期五）晚上的聚會發表演講。查詢電話：604-619-5627。