中僑心理熱線 粵語求助倍逾國語

【明報專訊】中僑互助會心理熱線昨日發表一份統計報告，指大溫地區近年粵語求助個案大幅上升，當中情緒及心理困擾個案佔比例最大，相反國語求助個案較少，但個案的嚴重性較高。

國語求助 嚴重個案多

中僑心理熱線策劃人林顯秀表示，在遇到困擾時，粵語社區較爲傾向向外界尋求協助，相反講國語人士可能因爲文化傳統，不願向外界傾訴，直至問題惡化至頗爲嚴重的地步，才致電求助，如是者造成粵語求助個案比國語求助個案多逾一倍。

林顯秀鼓勵受困擾的人士應盡快致電求助，及早嘗試解決問題，因爲熱線的主要目的是提供即時性的情緒紓緩或幫助，一旦事情特別嚴重，熱線生會將個案轉交其他專業人士處理。

「太空家庭」親子關係問題多

另外，家庭問題僅次於情緒心理問題，爲第二多求助類別，當中求助者大部分來自「太空家庭」，因爲「太空家庭」在加國照顧子女的單一家長承擔異常沉重的責任，有見及此，中僑特意設立「留守爸媽」研討會，協助「太空家庭」的父母學習管教子女技巧，另外，中僑亦會在熱線中提供管教子女及自我照顧的資訊，爲「太空家庭」提供協助。

中僑互助會行政總裁周潘坤玲指，中僑心理熱線自2002起成立，如今已經十周年，熱線於過去10年曾培訓出過245名熱線義工，接聽超過2.5萬個粵語求助電話，1.2萬國語求助電話，爲大溫地區服務了超過5.7萬小時。

中僑心理熱線爲604-270-8222（國語）及604-270-8223（粵語），每周7天從上午10時至晚上10時，來電者可匿名。

本報喜慶19歲

【明報專訊】《明報》加西版昨日創刊19周年誌慶，假列治文一酒樓舉行晚宴，報業集團董事指在過去一年，本報上下發揮團隊精神取得豐碩成果，但競爭激烈的傳媒業需要不斷求變，員工須繼續努力，爭取讀者的支持。

《明報》報業集團（北美）董事廖張玉祥致賀辭感謝員工辛勤工作，公司不斷發展取得成果，而公司會繼續改進工作環境，加強與員工溝通。本報正踏入20周年，她勉勵員工繼續發揮團隊精神。

《明報》企業執行董事兼行政總裁張裘昌讚揚各部門員工通力合作，而傳媒行業發展一日千里，一方面趕上科技進步，另一方面有賴員工的努力，以積極爭取讀者及廣告商的支持。

晚宴上設有多項遊戲，並準備了多份禮物供員工作獎品。廖張玉祥並向三名服務逾十年的員工頒發嘉許狀。

《明報》報業集團（北美）董事廖張玉祥（右三）、《明報》行政總裁張裘昌（右二）、董事廖兆億（右四）、集團編務董事翁昌文（右五）、集團（北美）行政總裁呂家明（右一）與加西版總編輯林漢強（左一）同慶《明報》加西版19周年，一起切蛋糕。（李俊文攝）

秋冬養生雜談

【明報專訊】中信中心將於10月26日上午10時至12時舉辦「秋冬季養生雜談」講座，特別邀請宋淳中醫師主講。進入秋冬季，人們的生活起居也在發生和春夏不同的變化，在秋冬季節更要注重養生和保健，比如飲食、鍛煉等。宋醫生會爲大家詳細講解有關秋冬季節的相關養生細節，歡迎參加。

另外，11月2日上午10時至12時，中信中心將舉辦「融入加國多元社會衣食住行及實用禮儀（第一課）」講座，特別邀請詹益政教授主講。很多來到加拿大的新移民，甚至有些老移民對當地的文化了解不深，從而給生活的各方面都帶來困擾。今次講座着重對如何深入加國多元文化的衣食住行進行詳細講解，使大家更多地了解本地居民的生活習慣，更快適應本地文化。

查詢電話：604-877-8606。

獅子會敬老茶叙

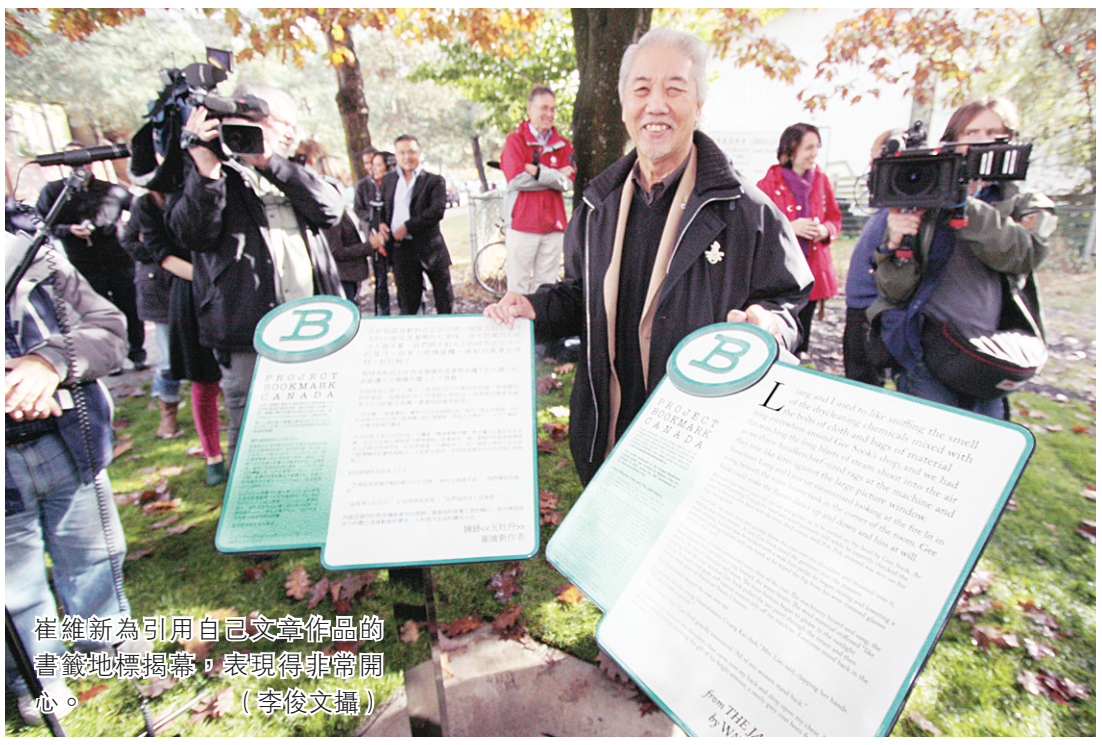
【明報專訊】溫哥華渥列治獅子會主辦敬老茶叙，定於11月9日（星期五）上午9時30分至11時30分在列治文金城海鮮酒家舉行，免費招待65歲或以上長者，請備身分證明（醫療金卡）於11月3日（星期六）下午2時至3時，到此酒家領取餐券，派完即止。地址：145-8360 Granville Ave., Richmond。

大溫地區天氣預測

今天	10/17 (三)	10/18 (四)	10/19 (五)
晴間雨 8-14℃	雨 8-13℃	雨 8-12℃	雨 10-11℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	3-14	雨
愛蒙頓	4-13	晴間雨
溫尼辟	10-15	晴間雲
多倫多	9-13	晴間雲
渥太華	1-8	晴間雲
滿地可	2-9	晴間雲
三藩市	15-25	晴間雲
洛杉磯	18-30	晴
紐約	8-17	晴間雲
香港	23-31	晴
台北	18-27	晴間雨
北京	5-18	晴
上海	12-23	晴間雲
廣州	17-30	晴間雲
新加坡	26-32	雷暴
東京	15-23	晴間雲
悉尼	14-24	晴間雲
倫敦	11-15	雨



崔維新為引用自己文章作品的書籤地標揭幕，表現得非常開心。（李俊文攝）

崔維新《玉牡丹》成華埠書籤地標

【明報專訊】加拿大書籤地標計劃（Project Bookmark Canada）昨日在溫哥華華埠設立首個書籤地標，書籤引用在溫哥華長大的華人作家崔維新的獲獎小說《玉牡丹》中一段描寫華埠景象的文字，分別以英文及繁體字翻譯列印於書籤上，供市民駐足閱讀，作者亦寄語新移民勇敢面對新環境，做個眞正的加拿大人。

加拿大書籤地標計劃是一個加國志願機構，專門採集加國各地文學作品，並在作品節錄中的背景實地原址設立書籤地標，藉以推廣閱讀，讓讀者在實地對作品有更深的體會。今次是該計劃於卑詩省首次設立地標，採用華人作家崔維新在其小說《玉牡丹》中對溫市華埠的一段描寫，選址在華埠片打街（Pender St.）及歌雅街（Gore Rd.）交界處樹立書籤地標，並由崔維新親自爲書籤揭幕及朗讀英文原文。

崔維新在溫哥華華埠長大，現居多倫多，其作品《玉牡丹》曾獲溫哥華圖書獎及安省延齡草文學獎，他於2005年獲加拿大勳章。

崔維新表示，他希望透過這個關於上世紀三、四十年代華人移民的辛酸故事，啓發新近移民加國的華人，鼓勵他們走出固有的生活圈子或模式，做個眞正的加拿大人。在被問及關於中國作家莫言得諾貝爾文學獎的看法，他稱自己很遲才開始寫作，無法與莫言相提並論，但他鼓勵本地作家將寫作的理念付諸實行。

卑詩腎病患者20萬 2組織籲關注護腎

【明報專訊】卑詩省現時有超過20萬人患有不同程度的腎病，其中大部分人仍未有患病意識，目前只有約3000人在進行離析洗腎療法，另外有395病人正在等候合適的腎臟去接受腎臟移植手術。卑詩器官移植協會（BC Transplant）及卑詩腎臟協會（BC Provincial Renal Agency）希望透過兩天會議，讓腎病更爲受到關注。

腎病的徵狀與糖尿病非常相似，但其受關注程度卻遠遠不及糖尿病，一名腎病病人Jared Provost表示，現時科技已經可以讓腎病病人獨立自行洗腎，透過新型血液離析機器，病人無須再依賴他人進行治療，若果腎病備受關注，有需要的人將可自行治療腎病，箇中的不安與焦慮都能一揮而去。

廣雅中學校友聚會

【明報專訊】廣東廣雅中學溫哥華校友會將於11月3日晚6時，舉辦慶祝母校成立124周年校慶聚會，歡迎各位老師、校友偕同家屬參加。活動地點：溫哥華紅日大酒家（地址：3489 Fraser Street, Vancouver）。聯繫請電趙小姐604-301-9391。爲便於安排席位等，請在10月31日前報名。

6/49 測彩

10月13日攪珠結果：0系開出6；1系開出14；2系開出26和27；3系開出34；4系開出46。特別號碼37。是期心水號碼貼中6、14和26。

是期頭獎兩票中，安省和魁省各一票，每票彩金一百七十九萬多元；二獎兩票中，安省和魁省各一票，每票彩金十二萬八千多元；三獎一百零九票中，每票彩金一千九百多元。下期彩金估計三百萬元。

是期0系、1系、3系和4系走勢平均；2系狀態不俗。

本期心水選擇

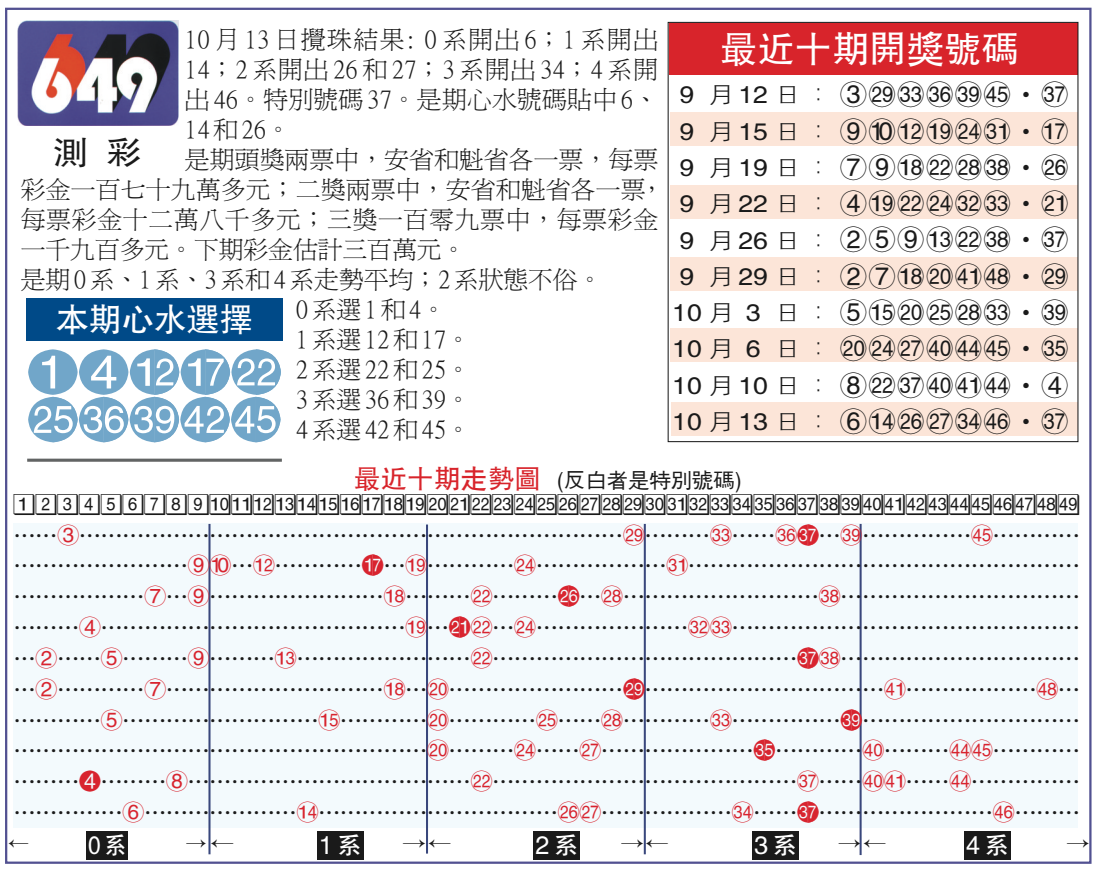
1 4 12 17 22
25 36 39 42 45

0系選1和4。
1系選12和17。
2系選22和25。
3系選36和39。
4系選42和45。

最近十期開獎號碼

9月12日	③ 29 33 36 39 45 • 37
9月15日	⑨ 10 12 19 24 31 • 17
9月19日	⑦ ⑨ 18 22 28 38 • 26
9月22日	④ 19 22 24 32 33 • 21
9月26日	② ⑤ ⑨ 13 22 38 • 37
9月29日	② ⑦ 18 20 41 48 • 29
10月3日	⑤ 15 20 25 28 33 • 39
10月6日	20 24 27 40 44 45 • 35
10月10日	⑧ 22 37 40 41 44 • ④
10月13日	⑥ 14 26 27 34 46 • 37

最近十期走勢圖 (反白者是特別號碼)



推介京交會

第二屆中國（北京）國際服務貿易交易會（簡稱京交會）溫哥華推介會昨天舉行，中國商務部處長王旭陽（左五）指出，今年第一屆京交會已在5月28日至6月1日舉行，總共吸引10萬人參加，總成交額達到601.1億美元，他邀請加拿大商界參加明年5月28日舉行的第二屆京交會，促進中加貿易，出席推介會的還包括中國駐溫哥華商務參贊苑占領（右五）。