愛德華王子頒獎 讚行公益樹榜樣

華裔奪過半愛丁堡公爵金章

【明報專訊】愛德華王子（Prince Edward）昨日親自向逾100名卑詩青少年頒發愛丁堡公爵獎勵計劃（The Duke of Edinburgh's Award）金章，其中過半數是優秀華裔青少年，他們均表示得獎會激勵自己更加發掘出自身潛力。



愛德華王子（左1）祝賀華裔女學生（左2起）Alice Yu、Daphne Cheung、Christine Cheung獲得金章。（熊澤廷攝）



▶代表獲獎青年發言的畢天蔚（中）稱「盡全力做自己喜歡做的事情」，不讓青春留下遺憾。（熊澤廷攝）

愛德華王子盛讚得獎青少年將自己的生活熱情、社會公益心以及個人特點融合一起，也爲其他同齡青年樹立了良好的榜樣，努力提高自身素質，服務社會。

代表獲獎青年發言的12年級華裔學生畢天蔚表示，9年級時和朋友一起抱着嘗試的態度參加這項計劃，慢慢地發現它與自己各方面的興趣很契合，特別是在體育、音樂和做義工方面，能夠充分展現出自己的特點和潛力。

他強調，3年來最重要的是進一步堅定「盡全力做自己喜歡做的事情」的信念，讓年輕歲月不留遺憾。

父親對畢天蔚取得的成績感到十分欣慰和驕傲，並表示兒子培養各方面的興趣，雖然有一定的投入，但只要計劃好亦不需要花很多錢，最重要的是鼓勵孩子能做出自己的選擇，堅持不懈地做下去。

3位獲得金章的華裔女學生Christine Cheung、Daphne Cheung和Alice Yu齊呼今天的頒獎禮給自己無與倫比的成就感，並表示回想2、3年前剛參加計劃的各項活動時，大家多少都有點力不從心，特別是參加在溫哥華島舉行的野外夏令營時，不僅有高強度的訓練要完成，更要忍受刮風下雨和蚊蟲叮咬，這些都一度讓她們想要放棄。

她們稱，只要堅持下來，卻發現收穫很大，比如學會了做飯、掌握野外生存的基本常識、鍛煉出堅強樂觀的性格等，這些學校以外的事情不僅讓自己眼界打開，也活躍了思維，將一直激勵自己繼續發掘各方面的潛力。

愛丁堡公爵獎勵計劃分金、銀、銅三級，要在最少12個月時間內完成指定的作業，包括服務社會、興趣培養、體育，並包括最少兩次4日3夜的遠足活動，以及離開家人，參加爲期5天的領袖會議或是活動項目等。

大溫地區天氣預測

今天	3/21 (日)	3/22 (一)	3/23 (二)
晴間雲 5 – 14℃	小雨 6 – 9℃	小雨 5 – 7℃	陰間雨 3 – 8℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	-2 – 12	晴間雲
愛蒙頓	-7 – 7	晴間雲
溫尼辟	-2 – 5	晴間雲
多倫多	1 – 8	晴間雨
渥太華	-2 – 8	雨
滿地可	-2 – 8	雨
三藩市	9 – 19	晴間雲
洛杉磯	12 – 26	晴間雲
紐 約	9 – 23	晴間雲
香 港	20 – 26	晴間雲
台 北	17 – 23	雨
北 京	2 – 12	晴間雲
上 海	8 – 12	晴
廣 州	20 – 27	陰間雨
新加坡	25 – 33	雨
東 京	7 – 21	晴間雨
悉 尼	19 – 29	晴間雲
倫 敦	6 – 12	晴間雨

Lotto MAX 3月19日 中獎號碼

1 3 6 34 37 42 45 27 特別號碼

幸運寶號碼 2 24 65 73

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

睡眠失調健康講座

【明報專訊】本那比多元文化協會致力提供各種新移民及社區服務。除提供諮詢服務、英語課，並舉行不同講座及小組。

該會將於4月14日（星期三）下午3時15分至4時45分舉行健康教育講座—睡眠失調，由註冊中醫師講解。歡迎鼓勵家人一同參加。

另外，健康關懷小組將於3、4月份特別安排實用英語會話交流練習，充實自己及獲得健康信息，歡迎耆英或新移民人士參加。

登記或查詢請致電：604-431-4131轉分機29，或親臨該會6255 Nelson Avenue, Burnaby。

雀鳥攝影座談會

【明報專訊】北美攝影會舉辦「雀鳥攝影座談會」，定於本月27日（星期六）下午2時，在2155-4871 Shell Road, Richmond舉行。

座談會邀請著名攝影師James Yip與各會員討論雀鳥攝影之心得。有興趣參加人士，或想查詢更多資料，歡迎與該會聯絡。

查詢電話：604-288-8234或電郵：info@apsna.net。



圖片展籌委會成員集體呼籲公眾積極參與，以實際行動支持上海世博會。（熊澤廷攝）

上海世博圖展周一揭幕

80美圖文化中心免費賞

【明報專訊】由溫哥華中華會館和上海世博會宣傳組委會聯合主辦、加拿大中國文化促進會承辦的「城市，讓生活更美好」上海世博會圖片展，將於本月22日（周一）至29日在大溫哥華中華文化中心免費向公衆展出80幅精美圖片。籌委會昨日呼籲各界積極參與此次活動，以實際行動展現海外僑胞們「心繫祖國、支持世博」的熱情。

籌委會執行主席、加拿大中國文化促進會會長李琦表示，此次上海世博圖片來溫哥華巡展，將爲本地各族裔朋友帶來了解世博、認識上海的全新視野，也會大大增進加拿大人民對中國的理解和信任，更有助於推動世界和諧與經濟發展。

他相信，全世界的華人華僑與全中國人民一樣，爲上海能舉辦世博盛會而感到驕傲和自豪，也會盡自己的一分力，爲此次盛會能取得圓滿成功而加油喝彩。

籌委會副主席、中華會館副理事長麥伯強表示，溫哥華是一個多元化城市，而華人扮演着舉足輕重的作用。此次展出一方面是爲上海世博會做一點有益的宣傳工作，更重要的是激起大家對建設美好城市的熱情和信心，不僅要大力支持家鄉祖國的城市建設，也要爲本地社會的發展盡一分心力。

本次免費活動將於3月22日至29日在大溫哥華中華文化中心舉行，共有80幅精美圖片展出，其中20幅是關於世博會吉祥物、口號以及歷史，另60幅則將集中展示40餘個參展國家場館的獨特造型和設計，歡迎民衆積極參與。

光亮. 溫暖. 慳錢.

如果你是BC HYDRO用戶，而你的預算又有限，你可能有資格免費獲得Power Smart的一套節約能源用品包 – 同時在你的電費單內慳回$60以上*。

你可免費得到這套價值$75的產品，同時這些容易安裝的配件，可以減少你賬單上的銀碼，減低能源消耗和令你住得更舒適。

節省電力
- 慳電燈膽
- 雪櫃節能溫度計
- 高效能夜明燈

節約熱能
- 門框防風條
- 玻璃窗隔熱膜
- 電插座和開關封板

節省用水
- 熱水節能溫度計
- 廚房和浴室水龍頭慳水裝置
- 慳水花灑頭
- 絕緣膠帶



無論你是擁有還是租住居所，無論你是住在獨立屋還是柏文，
只須致電Power Smart:1–877–431–9463或登入：**bchydro.com/powersmart**，便可以找到更多資料。



BC hydro powersmart

*每年所慳的金額，以安裝上述所有產品計算，實際能節省是受很多因素影響，包括供熱系統類型、房屋的結構和原有的能源消耗。

防癌會「勇闖明天」籌款

今明義賣水仙花及襟針

【明報專訊】華人社區年度支持加拿大防癌協會的「勇闖明天」籌款活動，將在今日揭開序幕，華裔義工們將在今、明兩天，於溫哥華華埠廣場、列治文的百家店、統一廣場及時代坊，義賣水仙花及水仙襟針，歡迎市民共襄盛舉，以行動支持及幫助癌症病人「勇闖明天」。

加拿大防癌協會大溫區主席斯蒂芬森（Justin Stephenson），昨日在記者會上感謝華人社區鼎力支持防癌協會籌款活動。他表示，癌症研究爲癌症病人帶來新希望，癌症已不再是絕症，防癌協會70多年致力籌款，支持癌症研究計劃，善心人士所捐的一分錢，均爲癌症病人帶來一分希望。

防癌協會籌款委員歐陽亦芃呼籲市民今天及明天兩日，購買水仙花及水仙襟針。他說，溫哥華市政府更把4月9日命名爲「水仙花日」，希望市民從現在至4月期間，均能戴上水仙襟針，支持「勇闖明天」籌款活動。

溫哥華甘比獅子會也在最近推出「智勇虎」的公仔作義賣，每隻20元，今年配合溫哥華舉辦冬奧，「智勇虎」也踩上滑雪板，充滿活力，本周末在麗晶廣場將設「智勇虎」的義賣攤位，歡迎市民前往選購。

「勇闖明天」的電話電視籌款，將在4月17日舉行，有關「勇闖明天」的詳情及捐款，可致電604-708-8818查詢。「勇闖明天」今年的籌款目標爲35萬元。



「勇闖明天」籌款活動記者會昨日舉行，主辦單位與贊助機構合照。 （張伶鉢攝）



►《明報》市場推廣主任陳宜煒（中），接受加拿大防癌會華人籌款委員方君學（左）及防癌協會大溫主席斯蒂芬森（右）頒獎狀表揚。 （張伶鉢攝）

退休金及福利開支大

多個地區被逼關校裁教師

【明報專訊】雖然省府本周宣布增撥逾億元給各教育局支付教師的加薪，以及在部分地區推行全日幼稚園，但多個教育局表示撥款不足以支付上升的教師退休金及福利等，因此多個校區出現財赤，可能要關閉學校及裁減教師。

省府在周一宣布撥出5800萬元應付教師加薪，另外又撥出5800萬元支持全日幼稚園計劃，但許多教育局仍表示無法應付教師退休金及福利的上升幅度。

溫哥華教育局較早前透露，該校區經費出現1810萬元的短缺，教育局助理財務秘書Rick Krowchuck表示，「由於我們最大的開支是薪水及福利，因此主要的降低開支的方法，相信是裁減人手。」在本年1月，校區共有800名年資少過5年的教師已收到通知，說可能會被辭退，而校區被逼削減活動，整個學年的編排需要改寫。

素里教育局預計短缺經費1200萬元，而素里是省內少有學生人數增加的校區。素里教育局主席麥克納利（Laurae McNally）要求公衆看清楚教育的眞正形勢，不少開支需要削減。

她指出，素里校區本年度預算會有1100名新學生就讀，明年數字一樣。但省府未有撥款在該校區建設新學校。素里教育局被逼動用200萬元安裝20個流動教室。但這些流動教室並不符合節能規定，故此要繳交60萬元的罰款。

中信「話劇演員訓練班」招生

【明報專訊】中信中心爲培養話劇人材、和匯聚對演出藝術有興趣的人士，特意邀請來自「泉源劇社」的兩位話劇資深導師主持「話劇演員訓練班」。課程內容包括：身體語言、聲調處理、角色揣摩、劇本分析、對手交流和表演體系理論的探究等。上課日期及時間是：4月8日至5月13日（逢星期四）晚上7時30分至9時15分；並於5月22日下午舉行學員觀摩演出。

查詢及報名：中信中心604-877-8606。

「遵循自然平衡之道」講座

【明報專訊】中僑中華婦女會和中僑合家歡聯誼會，將於3月24日（星期三）上午10時至12時，舉辦「遵循自然平衡之道」講座，邀嚴昭祥醫師主講。歡迎參加，報名電話：604-323-0901，地點：溫哥華格蘭湖街8268號。

「BC省地產行業概述」講座

【明報專訊】中僑菲沙服務中心（溫哥華菲沙街5834號），將於3月24日（星期三）上午10時至12時，舉辦「BC省地產行業概述」講座，提供全方位了解BC地產經紀行業的資訊，歡迎參加。查詢：604-324-1900。

世界佛教會舉辦清明節超薦法會

日期：世界佛教會定期舉辦一年一度清明超薦法會。二零一零年四月二號至四號（星期五、六、日）即農曆二月十八、十九、二十日。

開門時間：每天上午九時至下午四時。

法事程序：九時卅分開始，恭請度明法師、恒泉法師、自妙法師、理靖法師及諸位法師，領導全體經生虔誠誦經禮懺，超薦先人離苦得樂，往生淨土；並於四號（星期日）晚上六時施放「大蒙山」一堂，超度所有無主孤魂，以此功德回向各界善信吉祥如意，健康長壽，冥陽兩利。

報名日期：即日開始。各界善信如欲超薦先親及先友，請於每天上午九時至下午四時駕臨本會登記。

地址：溫哥華市東四十九街五二五號

電話：六零四—三二五—六九一二

岡州總會館代柬

謹定於二零一零年四月十日（星期六）下午一時在會館禮堂舉行第八十五周年紀念慶典，同日下午六時假座華埠富大海鮮酒家舉行晚宴，敬請會員鄉親友好，踴躍參加，共申慶祝。

席金：成人每位二十元，小童及耆英入會滿三年每位十五元。

餐券於即日起出售，每日由中午十二時至下午三時止。

查詢電話：六零四·六八一·八五七八

加拿大岡州總會館敬約

二零一零年三月三日

慳電燈膽照明家居



賀明禹
卑詩水電公司
醒目節能隊成員

早前閱讀過一篇文章，文章內容指家居的光線是否充足會直接影響家中成員的情緒。

好明顯，一間缺乏光線的住屋容易令屋內的居民感到情緒低落。但近日百物騰貴，如果屋主依然依賴傳統燈膽照明住屋，長期開着屋內電燈，月尾的電費單一定不菲。照BC Hydro Power Smart卑詩司水電公司提議一個兩全其美的方法，就是為家中添置Compact Fluorescent Lamps(CFL)慳電燈膽。

CFL慳電燈膽比傳統燈膽節省75%的用電量。但CFL燈不單散發同等光度，更加有不同size，不同光度和不同顏色。由於慳電燈膽用電量和普通燈膽不同，如果屋主有意以CFL慳電燈膽來代替60 watt電的普通燈膽，屋主應該購買13 watt電的CFL慳電燈膽。

如果一間普通獨立屋完全改用CFL慳電燈膽，屋主可以達到每年830 kilowatt鐘頭的節能目標。而830 kilowatt鐘頭的用電量就等於你收看4100集一小時劇集或者等於用洗衣機洗1250次衫。換句話講，如果BC Hydro用户有意控制或者甚至減低每月的電費開支，採用CFL慳電燈膽是一個非常可行之法。

無可否認，CFL慳電燈膽的零售價可能比傳統燈膽昂貴，價錢大約是$3至$7分別。BC Hydro Power Smart提醒屋主，由於CFL慳電燈膽的長處是耐用以及能夠有效為家居節能，屋主在月尾收到電費單時便會發現明顯分別。照統計顯示，每一個CFL慳電燈膽比一個傳統燈膽更加耐用10倍。換句話講，一個CFL慳電燈膽有10,000個鐘頭的壽命，而傳統燈膽卻只有1,000個鐘頭的生命。而把這個分別計算為實際開支，一個慳電燈膽可為屋主每年節省$37(包括燈膽和用電節能。)如果以整間屋計算，為家居更換CFL燈膽的好處是有目共睹。

很多朋友可能會同我一樣，對於新概念，新產品存在一定的抗拒。記得當BC Hydro Power Smart第一次向我介紹CFL慳電燈膽，我對這些樣子似足Spiral意大利粉的電燈膽充滿疑問。例如我家有不少dimmer電掣，CFL慳電燈膽是否適用於慢減電掣(dimmer)呢? 答案是可以。不過屋主到家居用品店時最好向店員查詢有關特別為dimmer電掣而設的CFL慳電燈膽，因為普通CFL於dimmer會令CFL燈膽的壽命縮短。

如果屋主決定改用CFL慳電燈膽，以下的資料對你會有大幫助。CFL慳電燈膽存有4 mg的水銀，佔一般手錶電芯的水銀成份五份一。而且現時在家居用品市場已經推出低水銀CFL燈膽。最新的CFL慳電燈膽只有1.4 mg至2.5 mg的水銀成份。

屋主對於用過的CFL燈膽不能棄置在一般垃圾之中，因為慳電燈膽內的水銀如果洩漏，對於人體健康和環境衛生都有問題。另外，如果你不小心打破了CFL燈膽，正確做法是立刻把家中的門窗打開，然後儘快離開住屋，等起碼15分鐘後才進入屋內。



如果CFL慳電燈膽碎片掉在地毯上，記得用膠紙把碎片拾起，之後用濕布把碎片包住，放入可封口的膠袋或玻璃樽，然後再把膠袋或玻璃樽放入等二個封口膠袋，之後自行洗手，然後聯絡鄰近的recycling center回收中心到家中收取燈膽碎片。屋主亦可致電1-800-667-4321 Recycling Council of BC卑詩循環再用回收議會查詢詳情。屋主亦可到bchydro.com查詢更多安全資料。

BC Hydro Power Smart提醒屋主如果購買CFL慳電燈膽時，記得購買有Energy Star節能之星標籤的CFL燈膽。如果你想認識更多CFL慳電燈膽的資料，亦可到BC Hydro網站，到Power Smart瀏覽Brent Billey的資訊錄影片段。

讀者如果想認識更多慳電貼士，可瀏覽bchydro.com/powersmart網站。

在結束本星期的節能貼士之前，再次提醒大家記得參加醒目節能隊Team Power Smart成為醒目成員，與其他成員一起致力減低家居用電10%，即百份之十。讀者想成為Team Power Smart成員可以直接上bchydro.com/mingpao參加。

成為Team Power Smart的成員，你不但可以享受Team Power Smart會員優惠，例如有資格參加有獎比賽及特別優惠、會員月刊、節能貼士及網上資訊，更加有機會認識更多最新節能資訊。

卑詩水電公司的醒目節能隊目前已經有超過207,500名成員。BC Hydro希望能夠達到210,000名成員的目標人數。

BC hydro powersmart

A10-085