

擬明年育空地區出發 冀籌500萬

華漢環球長跑喚關注焦慮症

專訪

華裔移民曹渭聯為了喚起加國對焦慮症及憂慮症相關精神疾病的關注，於2008年展開橫跨加國的1年跑步長征。他在完成這項壯舉後，決定於明年展開更進一步的「環球之旅」，藉着跑步在全世界宣導關注該等疾病。

曹渭聯昨日接受本報訪問時表示，去年完成跑步橫跨加拿大東西岸的壯舉後，獲得社區極大迴響。他決定擴大目標，於明年展開「橫跨地球」的跑步計劃，將環繞地球一圈，喚起各國人民對焦慮症及憂慮症等相關精神疾病的關注。

曹渭聯透露，他計劃於明年5月由育空地區出發，一直向南跑至美國羅省，然後東行橫跨美國抵達紐約。完成北美的旅程後，他將會乘飛機前往歐洲繼續跑步長征，經過中東地區，跑至包括中國在內的亞洲，最後於2013年8月在澳洲完成長達2.6萬公里的環球之旅。

曹渭聯笑稱，自己因為有華裔背景，因此非常理解華人因為「怕醜」而不敢面對精神疾病的傳統。他認為自己抵達中國時，可能會在教育中國人關注精神疾病上遇到困難，但他有信

心能以「當地人可接受的方式」來進行宣導。

回想起2008年5月23日至2009年6月11日期間橫跨加拿大的經驗，曹渭聯指當時沒有人從旁支援，只能自己一個人孤獨的跑步，甚至獨自面對零下40度的嚴寒，讓他多次想放棄旅程。但也有當地市民請他吃飯，有陌生人義務開車80公里提供協助，甚至還有酒店東主免費讓他住宿，才支持他跑完長達8200公里的路程。

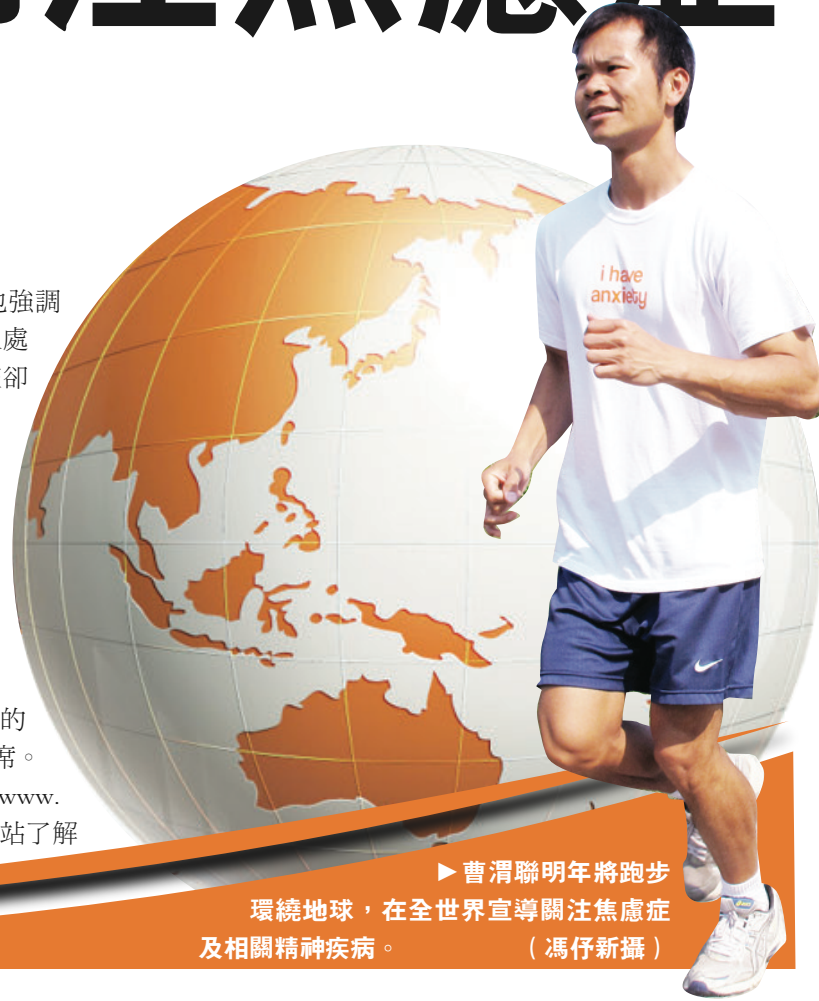
8歲患焦慮症 透運動紓緩

曹渭聯在8歲時便患上焦慮症，長期在精神緊張的壓力下生活。後來在30歲那年回到校園攻讀心理學，才理解焦慮症的真相，開始以運動來紓緩焦慮。曹渭聯透露，2008年他變賣財產決定跑步時，部分親友確實難以理解，

但現在已經轉為全力支持。他強調，橫跨加拿大時只有他一個人處理所有細節，但這次環球之旅卻有大批親友及社區人士提供協助，相信將會更為成功。

曹渭聯明年「橫跨地球」的計劃，除了呼籲大家重視焦慮症及憂慮症等精神疾病外，還希望能籌得500萬元的善款，用以改善精神疾病方面的服務。他也在本月20日晚上舉行一場「酒與芝士」的籌款晚宴，並邀請政府要員出席。

市民如有興趣，可上 <http://www.worldrunformentalhealth.com/> 網站了解詳情。



曹渭聯明年將跑步環繞地球，在全世界宣導關注焦慮症及相關精神疾病。(馮仔新攝)

機件脫落致無法減速 撼碼頭卑輪明復航

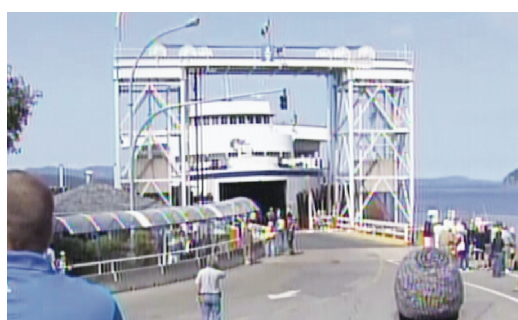
【明報專訊】卑詩渡輪納奈莫皇后號撞碼頭事故，調查報告，除發現左邊螺旋槳纏有50呎長繩外，亦發現分油器的兩鋼銷脫落，機件故障導致船長無法減速。

卑詩渡輪發言人(Deborah Marshall)指出，造成事故的原因是燃油分配閥箱(oil distribution box)機件故障，而左邊螺旋槳纏有50呎長繩是誘因之一。

她指，工程師在事後檢查船隻時發現，用作牢固分油器的兩鋼銷機件脫落，導致船長無法讓螺旋槳發揮作用使船隻減速，而繩有可能造成震盪，這可導致鋼銷鬆脫，渡輪公司仍會繼續調查事件。

渡輪公司指出，納奈莫皇后號昨日下午已進行試航，預計維修工作今晚完成，並預期在8

月6日(周五)恢復服務；為應付納奈莫皇后號已預訂留位乘客，會安排Bowen Queen特別加開10時20分一班，由杜華遜(Tsawwassen)出發，前往Galiano島和Mayne島。



納奈莫皇后號周二撞碼頭後，預期明日重投服務。(電視圖片)



來自日本江東區的一群學生，前日下午抵達結為「姐妹市」素里市的皇家騎警總部參觀。學生們與交通警察交流，並開心地撫摸警犬，更與素里警方的「騎警熊」吉祥物公仔玩得不亦樂乎。(皇家騎警提供)

「長者安全知識」講座

【明報專訊】中僑支援新移民耆英外展計劃定於本月20日下午1時至2時半，舉辦「長者安全知識」華人警訊國語講座。地點：中僑菲沙服務中心多用途教室(5834 Fraser Street, Vancouver)。新移民長者及中僑會員免費，報名及查詢請電：604-408-7260 李小姐

「男人之苦」講座

【明報專訊】中信中心新近成立「男士的天空」互助支持小組，定每月第二個星期二晚上7時30分至9時30分，在本那比麗晶廣場二樓中信中心舉辦活動，透過活動互相認識，彼此關懷，讓男士們發揮互助精神。該小組於本月10日，特邀溫哥華浸信會鄭彼得牧師主持「男人之苦，苦在……」講座。男人的壓力是隨着人生的各階段而有所變化，可能是因家人及朋友的要求、理解和期望，而產生「理想與偏差」的感受，因而苦上加苦，男士的出路可以是怎樣呢？有成功的例子可以學習嗎？查詢請電：604-877-8606。

大溫地區天氣預測

今天	8/6 (五)	8/7 (六)	8/8 (日)
晴間雲 19-25°C	晴 16-22°C	陰間雨 15-18°C	晴間雲 15-18°C

世界部分城市天氣預測

城市	溫度(°C)	概況
卡加利	11-24	晴
愛蒙頓	10-26	晴間雲
溫尼辟	12-24	晴間雲
多倫多	17-31	晴間雨
渥太華	16-28	陰間雨
滿地可	17-28	陰間雨
三藩市	10-13	晴間雲
洛杉磯	14-23	晴間雲
紐約	23-33	陰間雨
香港	27-31	雨
台北	27-35	雷暴
北京	18-32	晴間雲
上海	23-37	晴
廣州	25-37	雷暴
新加坡	23-32	晴間雨
東加坡	28-33	晴間雲
悉尼	8-16	晴
倫敦	13-19	晴間雨

恭賀

黃渭聯傳

「情繫梨園八十秋」

從藝回顧大匯演兼出版

特刊及舉行講座

圓滿成功

授學半世紀桃李滿天下



從藝八十年樂韻傳四海

北京參茸行	劉思明	楊枝源	黃楊燕霞	萬煥揚
楓葉旅行社	楊國榮	林植生	吳志光	葉鑑謙
黎時媛夫婦	李淑霞	袁善定	黎沃文	黃景洋
霍宗傑夫婦	陳橋	鄭明	麥冬青	譚景才
陳建章	邱國材	曾祥文	越棠	梁文健
杜樹德	蘇家翹	黃志剛	韋漢民	余基樑
安鑑良				林家達

同敬賀

明報

四字真言

公信第一

★郊遊野餐：八月十五日於本那比中央公園舉行野餐同樂日。售票日期七月三十日至八月十三日。會員每位收費二元，非會員四元。

★參加宴會辦法：會員，配偶及子女，席金一律收15元，非會員25元，售票由八月二十日(星期五)起，每天中午12:00pm至3:00pm，九月六日截止。

★免費餐券優待辦法：今年之新辦法已獲執委會通過在案，凡在重建公所新址時，捐助伍百元以下者，可享受免費餐券一張(如果捐款者經已仙逝，其配偶可享受其免費餐券)。捐助伍百元以上者，夫婦可獲免費餐券每人一張，但必須要到公所登記領券，以便安排席位。

★申請獎學金辦法：凡會員子女屬應屆中學或大學畢業而又繼續升學或深造者，由即日起至每日中午12:00pm至3:00pm請到公所領取申請表格，填妥後於八月二十日前送回公所，以應評審，逾期恕不接納。

★申請獎學金辦法：凡會員子女屬應屆中學或大學畢業而又繼續升學或深造者，由即日起至每日中午12:00pm至3:00pm請到公所領取申請表格，填妥後於八月二十日前送回公所，以應評審，逾期恕不接納。

溫哥華至孝篤親公所通告

逕啟者：時值桂蕊飄香，秋高氣爽，欣逢我太祖舜帝舜誕之良辰，本公所謹訂於二零一零年九月十二日(星期日)中午十二時，在公所禮堂舉行慶祝典禮，暨頒發第8屆會員子弟獎學金，禮成設午餐招待，晚上六時三十分，假座華埠富大海鮮酒家設聯歡宴會，屆時有幸運抽獎及卡拉OK助慶，敬請全體男女宗親踴躍參加。

★申請獎學金辦法：凡會員子女屬應屆中學或大學畢業而又繼續升學或深造者，由即日起至每日中午12:00pm至3:00pm請到公所領取申請表格，填妥後於八月二十日前送回公所，以應評審，逾期恕不接納。

★參加宴會辦法：會員，配偶及子女，席金一律收15元，非會員25元，售票由八月二十日(星期五)起，每天中午12:00pm至3:00pm，九月六日截止。

★免費餐券優待辦法：今年之新辦法已獲執委會通過在案，凡在重建公所新址時，捐助伍百元以下者，可享受免費餐券一張(如果捐款者經已仙逝，其配偶可享受其免費餐券)。捐助伍百元以上者，夫婦可獲免費餐券每人一張，但必須要到公所登記領券，以便安排席位。

★郊遊野餐：八月十五日於本那比中央公園舉行野餐同樂日。售票日期七月三十日至八月十三日。會員每位收費二元，非會員四元。

溫哥華至孝篤親公所敬啟

二零一零年八月五日