

本那比校區披露秋季開學計劃

高中擬改4學期混合課堂

抗疫新階段

10周的學習階段，代替原來的上、下學期。

【明報專訊】本那比校區昨日向教育廳提交今年秋季開學計劃，重點包括在高中採用混合形式的課堂，以及改以4個為期

根據教育廳長范廉明（Rob Fleming）的要求，各校區需在8月26日前向家長公布最終的重新開學計劃，包括抗擊新冠病毒疫情的措施。本那比校區督學尼科里莫恩（Gina Niccoli-Moen）周四已通過郵件將該計劃發給校區家長預覽。

尼科里莫恩在家長信中表示，校區會繼續考慮各種選擇，但透露部分相信會保持不變的計劃。

根據本那比校區提交的計劃，小學生將每天上學。他們主要的學習環境是他們的教室，並將接受課堂老師的指導。

小學的學習小組將在「同年級」設立，每個小組由不超過兩班組成。

高中生的學習將分為4個為期10周的階段，每天都要上學。8、9年級學生要參加「初級項目」（junior program），並每天上課。

至於10至12年級學生則要參加「高級項目」（graduate program）。

在每個學習階段（即每10周），參加「高級項目」的學生將每天上午在教室上一節課，然後在下午上一節「混合形式」的課或網課。每周的下午課，有兩次為「混合」形式或在教室上課，其餘時間為網課。

學生將錯開上學和放學，錯開午餐和休息時間；公共區域將控制人流，並減少接觸和互動。

學校還將加強教學樓和高人流區域的清潔；禁止全校範圍的集會或其他大型集會；以及鼓勵戶外學習。所有教職員和學生都要定期洗手，所有出現病徵的人都要留在家中。

為了讓學生在這些應對疫情的變化中或者在家生病的情況下能夠繼續學習，所有的學生都將擁有一個網絡賬戶，並由老師安排一個網上對話軟件中互動。對於有特殊需要的孩子的家庭，工作人員將直接與他們聯繫。



今年秋季開課將會跟往年大大不同。（本那比校區推特）

尼科里莫恩建議家長在校區公布最終的開學計劃之後，再做孩子返校學習的決定。但她提醒家長，在家上學和在線學習，也是該校區今年秋季的可選擇方案。

溫哥華壁畫節展開 盼疫境中帶來正能量

【明報專訊】為期三周的第五屆溫哥華壁畫節（Vancouver Mural Festival, VMF）已經開始。有本地華裔藝術家表示，除了希望呈現社區特有的面貌，更希望在疫情期間為社區帶來正能量。



丁加生受到女兒啟發，壁畫採用鮮明的顏色。（受訪者提供）

本地華裔藝術家丁加生（Carson Ting）與陳佩宣（Annie Chen）目前仍在趕工製作壁畫。根據目前進度，應在未來數天完工。他們的壁畫以西端社區特色為主題，展示社區的多元化。

丁加生昨日表示，今年是第二年參加壁畫節。他在疫情期間，也為VMF製作了不少壁畫，包括在4、5月間，在店舖臨時圍起的木板上繪畫。他說受到女兒啟發，這次位於溫哥華西端尼古拉街（Nicola St.）996號的壁畫，選擇採用鮮明的黃色做底色，希望為社區帶來活力。

至於第一次參加壁畫節的陳佩宣則為此感到興奮。她說自己的壁畫構思來自於西端多元的社區；由不同族裔組成的多元社區、以至經常在社區街頭出現的小狗，都是她的靈感來源。

陳佩宣笑稱，他們每天要工作8至10個小時，期間多為站立在升降台上工作；這才發現原來繪製壁畫需強大體力，是一份體力工作。她說路過的人均對壁畫感到非常好奇，她亦希望自己的作

品可在疫情期間，為民眾帶來正能量。

第五屆溫哥華壁畫節在8月18日到9月7日期間舉行，為期三星期。今年邀請了50多位藝術家，創作60多幅壁畫，當中年齡最小的藝術家只有14歲。連同過往幾年製作、總數超過250幅的壁畫，會在9個不同的社區展示，分別是：快樂山、南格蘭護區、溫哥華市中心、洛遜街、西端、士達孔拿、煤氣鎮、河畔區和馬寶區。

民眾可下載溫哥華壁畫節的應用程式，在地圖查找250多個壁畫的位置、與未來的各項活動。

Lotto

MAX

8月21日 中獎號碼

1 2 5 11 20 30 39 27

幸運寶號碼 17 32 51 91

特別號碼

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.bclic.com

大溫地區天氣預測

今天

8/23 (日)

8/24 (一)

8/25 (二)

晴間雲

晴間雲

晴間雲

晴

13 - 21°C

14 - 21°C

13 - 21°C

13 - 21°C

世界部分城市天氣預測

溫度(°C)

概況

卡加利	9 - 25	晴
愛蒙頓	10 - 22	雨
溫尼辟	18 - 25	晴間雲
多倫多	21 - 26	晴間雲
渥太華	17 - 27	晴間雲
滿地可	17 - 26	晴間雲
三藩市	13 - 21	晴
洛杉磯	23 - 32	晴間雲
紐約	23 - 32	晴間雲
香港	27 - 31	晴
台北	28 - 33	雨
北京	21 - 29	雨
上海	26 - 34	晴
廣州	27 - 36	晴間雲
新加坡	27 - 31	雲
東京	24 - 29	雷
悉尼	8 - 16	風
倫敦	15 - 23	晴間雲

加拿大聯邦衛生部註冊批准文號 NPN 80055860
榮獲美國、加拿大及其他國家多項知識產權保護

Nature's Ace

Blood Wash

紐崔斯洗血軟膠囊

洗血

清洗血管除血垢

洗血排毒人長壽

華語專線: 604-773-1999

大溫地區免費送貨到門(五瓶起)

網址: www.naturesace.ca

• 綠極健康品旗艦店 (特約中文服務經銷商)

1115-4000 No. 3 Road, Richmond, BC 列治文時代廣場

(阿伯丁廣場, 天車阿伯丁站旁邊的商場) 一樓中間一行商舖 1115,

開車可停在阿伯丁免費停車場 P.3・P.4 右側, 有阿伯丁廣場入口

營業時間: 上午 12:00 - 下午 4:00 每周五休息

溫哥華西區的陳先生 65 歲, 移民前經常應酬較多, 天天煙不離手, 酒不離口, 頓頓高油高脂, 幾乎不做任何鍛鍊。十幾年下來, 他的血壓、血糖、高密度脂蛋白膽固醇水平均已超標, 是典型的“代謝綜合症”高危人群, 醫生建議他改善生活方式, 適度運動, 但由於身體沒有不適感, 他從沒在意過。

去年, 陳先生和幾個朋友去騎單車, 過了一半路程, 突然胸悶得不行, 繼而出現了心絞痛的情況, 朋友立即把他送到醫院。結合病史, 醫生建議他去做一個冠狀動脈造影。結果一出來, 醫生感嘆了一句: “這哪是 60 幾歲人的心臟, 完全是衰老到 80 歲人的心臟麼。”

陳先生的冠狀動脈出現了比較嚴重的血垢、粥樣硬化, 堵塞了 85%, 幸運的是沒有危

害到生命。回家後開始按照醫生的指導口服藥物治療, 幾個月過去了, 從沒間斷或輕或重的心絞痛, 陳先生開始感覺自己的心臟不是簡單之事, 聽朋友介紹自然洗血療法, 開始服用紐崔斯洗血軟膠囊, 僅僅是一個洗血階段的 32 天, 胸悶心絞痛的症狀就完全消失了, 之後遇到親朋好友就誇讚洗血療法, 移民加拿大沒有白白浪費, 挽回來了半條命, 重新獲得了健康。現在已經服用洗血軟膠囊兩個 100 天了, 前不久到醫院驗血, 血液已不是原來又黏又稠的暗褐色, 變成了鮮紅色, 而且取血的護士說: 很容易就抽出來血了, 像 18 歲人的血。見到原來接診的醫生說: 本以為你需要下個心臟血管支架才能緩解病情, 沒想到半年左右時間你已經康癒了。

血垢的人群不長壽

人的一生, 壽命的長短受到許多因素的影響, 而在威脅人類生命的所有因素中血質的惡化、血管的堵塞是最重要的因素。

血質的惡化, 觸目驚心! 環境的污染, 轉基因、農藥殘留的食品, 長期熬夜、不良情緒, 這些化學的、空氣的、水質的、人為的有害物質存留在人的體內, 加上“五高症”的高血脂、高血黏、高膽固醇、高血糖、高血壓, 還有人體代謝的廢物、腸毒、肝毒、藥物毒素 (醫用藥物的殘留) 等等都會使人的血液變得暗黑、渾濁、黏稠, 流暢性降低, 像爛泥、苔蘚一樣淤積在血管中, 附著在血管壁上, 令血管管壁受傷破損傷痕累累。

人的血管就像自來水水管一樣, 水裡邊的雜質會沉積在水管裡面形成水垢, 使水管的管腔變窄, 水流量減少, 不能滿足人們生活的需要。這個時候就要打開水管將它清洗、疏通, 使它恢復以往的供水量。而人的血管在 25 歲以後也像水管一樣, 逐漸會被體內的血毒以及血液中的垃圾沉積形成血垢, 堵塞血管。從而出現心臟、大腦、肝臟、腎臟等人體重要器官的供血不足。不僅如此, 這些髒兮兮的破壞性極大的“毒血”流向全身, 像硫酸一樣到處腐蝕著內臟器官, 全身被腐蝕得“鏽”跡斑斑, 怎能不出毛病?

一方面血毒隨著血液循環進入人體各個角落, 侵害人體。到達皮膚毛細血管時, 皮膚便發黃、長斑、起皺; 進入大腦後, 會攻擊神經系統, 就會出現失眠、多夢、頭暈、頭痛、心悸、煩躁、易怒、憂鬱等表現; 血毒過多, 血流遲緩, 機體嚴重缺氧缺血, 從而導致機能下降, 衰老速度加快。另一方面, 血垢越積越多, 越積越厚, 血管越來越狹窄, 令血管失去彈性, 變得又脆又硬從而出現頭痛頭昏、失眠健忘、記憶力減退、倦怠疲勞、心慌胸悶氣短、胸口疼痛、四肢麻木冰冷、性功能減退、血壓升高等等。一些脫落的脂肪顆粒、包裹著死亡的血細胞、黏附著血毒垃圾而形成了血栓, 在血管中游盪, 像定時炸彈一樣, 一旦遇上了有血垢狹窄的血管, 堵了就是大問題。

如果這些你還不在意, 或許是某一天一次貪杯、一次心情激動, 或者是遇到氣溫驟升驟降, 這些都可以引發血管的痙攣、堵塞、破裂, 出現心肌梗塞、腦梗塞、腦出血等等, 甚至發生猝死!

科學研究證實: 全球每年因心腦血管疾病而死亡的人數已達到幾千萬人, 堪稱人類第一殺手! 並且心腦血管疾病具有極強的隱匿性! 往往等到發現時已經晚了。大多數人因血毒、血垢的存在而少活 10 年以上!

洗血降五高 血好人不老

100 日洗血療法的科學服用方法

服用 32 天為一個洗血階段, 期間盡可能不要中途停止, 每個洗血階段完成後, 必須停服 2 天, 以便體內、血液裡的毒素、血垢有充足的時間通過糞便排出體外。一個完整的洗血療程包括三個洗血階段 96 天, 加上中間停的兩次 2 天, 整整 100 天, 這就是科學的百日洗血療法。每服用完一個療程, 身體便向健康年輕邁進一步, 長期服用可保持全身細胞年輕狀態, 達到健康長壽的目的。

提示: 為方便記憶, 每瓶裝 32 粒, 每天服一粒, 一瓶一個洗血階段, 服完一瓶後要停服 2 天。膠囊內富含紫蘇素及蝦青素, 見光易分解, 紐崔斯生物製藥公司已經將膠囊製成黑色, 但還需避光保存。洗血膠囊的外皮是由純植物提取製成, 外力下有可能破裂, 攜帶儲存時應防碰撞。

通過血管腔內纖維鏡可以看到以下圖像:

富含甘油三酯、膽固醇等血毒垃圾的血管

血垢(纖維帽)已經形成, 血管已經出現痙攣、硬化, 即將完全堵塞

服用洗血軟膠囊後, 看到健康的血液、光滑的血管管腔

北美特產 回國必備

健康大禮 禮上加禮

洗血排毒 洗上加喜

每瓶 \$119⁸⁰ 元

買二送一

榮譽出品: Nature's Ace Biopharmaceutical Inc. 加拿大紐崔斯生物製藥有限公司