

天早黑路濕滑 警嚴打超速 踏入意外高峰期 勿開快車

【明報專訊】冬令時間將至，路面情況變壞。按過往經驗交通意外數字會大升，例如12月的交通意外數字會較10月增加近一倍。卑詩保險公司（ICBC）指車速太快是主要原因，呼籲駕車者要減慢車速，全省警方亦會配合加強檢控超速司機。

卑詩保險公司指出，車速過高，仍然是交通意外的最主要原因。而每年入秋以後，天氣變壞，多雨多雪多冰，車速過高可能是「催命符」。

卑保統計顯示，僅在低陸平原，每年10月，平均會發生61宗因為車速而引起傷亡的交通意外。到了12月，氣候進一步惡化，這種因為車速而引起傷亡的意外會增加至89宗。

省運輸及基建廳長蒲拉克（Mary Polak）昨日親自現身記者會，呼籲駕駛人士減慢車速。

她引述省府的統計數字，指出每年10月，全省平均發生149宗因車速而導致傷亡的意外。到了12月，數字差不多翻倍到289宗。

她指出，車速仍然是致命意外的最主要起因，每年平均有129人因為車速引起的意外而喪命。

有鑑於此，省府、卑保、全省警方將會聯手推

出車速警覺運動，提醒駕駛人士放慢車速，警方亦會加強查截超速車輛，希望通過高調的執法行動，將降低車速的信息在駕駛人士之間傳播開去。超速告票罰款金額由138元至483元不等。

卑詩保險公司呼籲駕駛人士出行前準備好充足時間。遲到可以找到很多藉口，但發生意外是沒有藉口的。趕時間往往分散了駕駛的專注力。

卑保也提醒駕駛人士有責任為自己的汽車造好過冬準備。有需要時應更換冬季輪胎，又或者更換老舊的水撥。



▲全省警方將加強打擊超速。

▼蒲拉克呼籲駕駛人士降低車速。

（陳志強攝）

首名原住民省督卸任 高唱自創曲贈省民

【明報專訊】卑詩第28任省督波因特（Steven Point，圖）昨日完成他五年任期，他是首名原住民省督，這亦使得到肯定的原住民引以為傲。

波因特昨日高調地為完成任期作結，大膽、不加掩飾地高唱他作的歌曲，他指這曲是他有一晚獨自坐在府內時，為卑詩省人民而作的。

除為人民作曲外，他亦在府內一車房裏親手製造了香柏獨木舟和將一圖騰豎在府中的花園內。

波因特是Skowkale原住民前酋長、省級法官和條約談判人，也是卑詩首名原住民省督。

他接受《加新社》訪問時指出，原來他最初不想出任省督，時任總理致電問他願否出任省督一職時，他說：「不，我想回家。」因他希望可以多花時間旅遊和與居住在菲沙河谷的家人一起，

但他妻子（Gwendolyn）則認為，族內能有人當上這個位置是好事。

他稱，「原住民對能見到他們族人能被如此肯定，他們引以為傲。」

他指，放於省議會內大樓內的獨木舟和府內的圖騰反映，他藉着這職位希望能帶出的價值，「製造獨木舟是關於和解，以及人民如何互相加深了解，並因此展開談話和打破障礙。」

上述圖騰是複製一西岸著名雕刻家Mungo Martin數十年前的一個設計，原件由加拿大海軍在1953年送給英國海軍。

省督一職將由來自本省內陸、農業及畜牧業表表者古喬恩（Judith Guichon）接任，上任儀式將在今日舉行。



Park-and-Ride 開徵停車費

【明報專訊】運輸聯線（TransLink）通過新政策，會向使用現時免費Park-and-Ride停車場的用戶收費，亦考慮增加費用，當局預計新政策可帶來額外220萬元和鼓勵車主改用公共交通工具。

運輸董事局主席Nancy Olewiler指出，收費仍未確定，但政策原則上容許可向每部車的車主每日收取最少2元，而確實數目將逐一釐訂。

她指，收費可有效反映在服務水平上，如北溫一停車場在開始收費後，便可改善照明和車位劃線。

她又指出，改為收費亦可確保在繁忙的停車場能找到位置，因為收費可鼓勵市民將汽車留在家裏，改用公共交通工具。

現時免費的停車場包括列治文的Sexsmith、蘭里的Walnut Grove和杜華遜等。

運輸預計，改為收費和增加現有收費停車場的價格後，可為當局帶來額外220萬元收入。



黃氏宗親總會 42周年慶

溫埠黃氏宗親總會日前隆重慶祝成立第42周年紀念暨溫哥華黃族機構開基99年慶典，當日中午在該會禮堂舉行祀祖典禮，晚上假座富大酒樓舉行聯歡宴會，政要、嘉賓友好，黃伍宗親等600餘人出席。

龍岡親義公所選職員

【明報專訊】龍岡親義公所選舉2013年度新職員，龍岡親義公所現屆職員任期將滿，依章遴選，定於本月4日（星期日）選舉2013年度新職員。投票時間由正午12時至下午3時截止，希會員依時前來投票選舉。

台山市謝佰欣書記訪溫

【明報專訊】台山市政府謝佰欣書記等一行6人將於本月21日到訪溫哥華各邑僑，屆時溫哥華台山會館聯合各邑僑設宴歡迎，查詢電話：604-681-7751。

華人協和教會堂慶音樂會

【明報專訊】慈恩紀念華人協和聯合教會，將於本月24日晚上7時，舉辦「20周年堂慶感恩音樂會」，地址：3519 Cambie Street，查詢及門票領取：604-876-7114。



新書發布會

加拿大華裔作家協會日前在溫哥華渥列治公共圖書館舉行新書發布會，五位加華作家推出新作。五位作家和他們的新書是：李亞晟的《鏡框：白色》；青洋的《黑月亮》；Serena Leung的《Rainbow over Gold Mountain》；陳孟玲的《一服心藥》；韓牧的《梅嫁給楓》。左起：（前排）韓牧、陳孟玲、Serena Leung、李亞晟、青洋。

中信中心園藝講座

【明報專訊】中信中心定於本月21日（周三）舉辦兩項園藝講座，由陳鈺祥導師主講。

當日上午10時30分至12時，將舉行「園藝療法與長者」講座，內容：通過栽種植物和園藝活動去恢復長者身體的活力及精神上的康復，將會介紹多種淨化空氣的室內植物。

下午2時至3時30分的講座為「肥料的應用」，內容：植物生長所需的13種元素的功能，缺乏或過量施肥的徵狀，有機及化學肥料，善用廚餘，自製堆肥。

歡迎參加，地址：本那比麗晶廣場二樓。查詢電話：604-877-8606。



12籃

總店: 6600 No. 3 Road, Richmond (Richmond Centre, Tim Hortons正對面)
分店: #110-8231 Cambie Road, Richmond (T & T大統華超市旁)
分店: #101-2048 West 41st, Vancouver (Kerrisdale) 現已開幕
分店: 4556 Kingsway, Burnaby (Willingdon & McKay之間) 現已開幕

網址: www.12baskets.com

營業時間 列治文總店: 9:30AM-6:30PM(七天) 列治文分店: 10:00AM-6:00PM(七天) 溫哥華、本拿比分店: 10:00AM-6:00PM(週一至六, 週日公休)

抗過敏、容易感冒、虛弱體質、面皰、青春痘
更年期不適、病中營養患者營養、化療輔助

複合蜂膠/蜂王乳素食膠囊

1000mg Bee Wise
120 Veggie Capsules
(Propolis blended with Poyal Jelly)

高科技乾燥凍晶粉末濃縮精(Extract)

口服蜂膠是最直接有效的用法，能促進血液循環，強化細胞功能，改善人體解毒速度，掃除「自由基」。改善皮膚代謝，延緩皮膚老化。蜂膠含有20多種類黃酮(Flavonoids)這類的天然化合物，就是蜂膠具有殺菌能力的主因。如：抗濾過性病毒；抗潰瘍作用；抗過敏作用；抗肝炎，亦非常有效。

【成份】每顆膠囊含有：
巴西蜂膠 (Brazil Propolis Dried) ... 800mg
蜂王乳 (Royal Jelly Dried) 200mg

【特點】蜂膠含有高量的類黃酮 (Flavonoids)、咖啡酸 (Caffeic acid) 及黃酮素可以降低脂質的氧化作用 (抗氧化，抗老化)，增強免疫機能。蜂王乳具有抗發炎，能促進糖尿病人傷口癒合速度的功能，對毛細孔易發炎，或細菌感染引起的面皰、青春痘，具明顯的改善效果。

～ 肝、膽疾病的救星 ～

清熱生津、解肝毒(解酒解渴)、
胃腸痙攣、脹氣、口臭、便秘、面皰、
黑斑、脂肪肝、肝炎、黃疸、膽結石、肝癌

百力肝精膠囊

750mg/120 Capsules
(LiverForce-Capsule)
(Cleansing & Detoxify)

【成份】含7種天然強肝利膽濃縮精(Extract)配方：
大薊(Milk Thistle)、蒲公英(Dandelion)、薑黃(Turmeric Root)、朝鮮薊(Artichoke)、牡蠣(蜆)精(Sea calm)、牛蒡(Burdock)、牛磺酸(Taurine)。大薊：含有對抗病毒性肝炎的特效成份，水飛蓟素具有促進肝細胞再生以及保護肝細胞，並能強化肝臟的解毒能力和分解血液中的毒素。牡蠣(蜆)精：含有豐富多元的必需氨基酸，有8種氨基酸不能在人體合成，完全仰賴食物攝取，在各種食物中，牡蠣的8種必需氨基酸組成比例平衡，消化吸收最好。牡蠣同時含有高量的牛磺酸，能協助修補受損的肝細胞。亦含有豐富的膽鹼，能預防肝硬化及肝癌。牛蒡：可以排除體內危險的毒素，是大自然中的最佳清血劑，並能排出體內多餘的水份。

【特點】本品配方能輔相成，功效宏偉。能增強肝臟的解毒代謝作用，並促進異物的排泄和循環作用等等。

全家人健康一日所需與活力的補給品
日服一粒，可充分且全面照顧您的健康

Natural Sources Formula
180 Caplets

綠源植物性素食綜合維他命腸溶錠

Mega Vege-Multiple Vitamins

【成份】複合(每顆含有高單位：
維他命A-Z (Vitamin A-Z) 及螯合礦物質 (chelated Minerals) 鈣、鎂、磷、鐵、鉀、銅、鋅、鎳、鎢等。以及
路丁 (Rutin)、槲黃素 (Quercetin)、螺旋藻 (Spirulina)、矽膠質 (Silica)、葉黃素 (Lutein)、木瓜酵素 (Papain)、甜菜酵素 (Betaine)、亞麻子 (Flax Seed)、葡萄子精 (Grape Seed) 等。

【特點】本品為螯合製劑 (chelated) 非常好吸收，效果明顯。每日服用可增加體內酵素的新陳代謝與吸收。讓身體的能量源源不絕，使您的精力充沛，體力旺盛。

