

健康一日談主打耆英保健

12場講座加免費體檢 本那比本月20日舉辦

【明報專訊】一年一度的「健康一日談」將於本月20日（周日）在本那比Bonsor活動中心舉行。本年度活動的主題是「健康度晚年」，預計將吸引逾千人參與。

「健康一日談 2015」共同主席鄭建業表示，該活動通過國粵語免費健康講座，努力提升公眾健康意識，鼓勵人們了解更多的基本預防資訊，令本地華裔個人及家庭都能養成健康的生活及飲食習慣。

另一共同主席王心詠指出，加拿大人口老化日趨嚴重，很多在上世紀七、八十年代來到加國的華裔移民也逐漸步入老年。爲了令華裔老年人更好地預防相關疾病，提高生活質量，包括眼科、內科、肺科、腸胃科、口腔科、風濕科及老年科等8個專科的專業醫生將舉行共12場講座，現場還設有30個展覽攤位及一些免費健康檢查，包括血壓、血糖測量，眼壓檢



中僑互助會副主席陳慧姬、鄭建業、王心詠、溫建功希望「健康一日談」活動可以為華裔老年人搭建一個保健平台。

（王學文攝）

查，口腔檢查、丙肝及愛滋病篩查等。

加華醫學會溫建功認為，老年人的口腔護理及口腔疾病預防沒有得到足夠的重視，如果保養得當，可以大大提高老年人生活質量。

「健康一日談」由中僑互助會、加華醫學會（CCMS）及加華牙醫學會（CCDS）聯合舉

辦，市民皆可免費參加。自1991年開始舉辦以來，活動共組織340多場健康講座，吸引超過3.4萬人次參與。

本年度活動將於周日上午9時半至下午4時開放，講座內容包括「老年眼科疾病」、「心血管病的預防」、「認知更年期」等。

卑詩撤營火禁令

【明報專訊】卑詩山火服務處昨日將最後一個區域的營火禁令取消，這是自7月初以來首次全省境內都獲准點營火。

卑詩山火服務處公布，從昨日中午 12 時起，卡里埔（Cariboo）山火中心所屬地區獲准生營火。但當局提醒，營火不可大於半米高或半米闊，市民並需預備滅火工具以防萬一，例如至少 8 公升的水和一個鏟。

卑詩林木廳於今夏初開始，因天氣乾旱，將多個區域實施營火禁令，但已陸續將其他區域的營火禁令撤銷。

本省自4月起，錄得近2000宗山火，有近3000平方公里的樹林被山火燒毀。

大溫地區天氣預測

今天	9/12 (六)	9/13 (日)	9/14 (一)
			
晴	晴	晴	陰雨
15-22℃	13-19℃	12-20℃	10-16℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	11 – 26	晴
愛蒙頓	10 – 27	晴
溫尼辟	9 – 20	晴
多倫多	13 – 22	陣雨
渥太華	13 – 26	晴
滿地可	14 – 26	晴間雲
三藩市	15 – 24	晴
洛杉磯	23 – 33	晴
紐約	21 – 28	晴間雲
香港	26 – 31	陣雨
台北	22 – 30	晴
北京	11 – 25	晴
上海	19 – 25	陣雨
廣州	24 – 33	陣雨
新加坡	26 – 33	晴間雲
東京	22 – 28	晴
悉尼	12 – 25	晴
倫敦	15 – 22	晴

美高端百貨店進駐溫市 Nordstrom 下周五開業

【明報專訊】大型美國高端百貨公司Nordstrom於溫市中心的旗艦店下周五（14日）正式開幕。

該公司稱對加國市場有信心，已聘用94名本地員工，並特設包括中文在內的語文大使，為顧客提供協助，同時亦設酒店式的服務，代寄存行李等。

Nordstrom 百貨公司位於溫市太平洋中心（Pacific Centre），佔地4層。公司加拿大分部發言人貝利（John Bailey）表示，公司對加拿大的市場很有信心，亦很高興能坐落在溫市中心的核心地段，成為新地標。他透露，現時公司已招聘942名員工，預期稍後會繼續增聘人手。

公司昨日開放予傳媒參觀。貝利表示，百貨公司的設計，迎合本地顧客及海外旅

客的需要，讓一家老幼都能一站式找到所需。

除多個知名品牌的專櫃外，Nordstrom 並在百貨公司內開闢了私人貴賓室、設計新穎的年輕人士試身室，同時亦提供市內的送貨，以及酒店式的服務，如行李寄存、雨傘借用、擦鞋，電召的士等。而百貨公司內亦裝設免費的手機充電站及設有無線上網。

為配合來自各地的顧客，亦專門聘請語文大使，提供包括中文服務。貝利並介紹特設的24小時緊急購物服務，他說：「如顧客在晚上才發現急需購買一件重要貨品，又或者旅客突然遺失行李而急需購置衣服、物品時，可致電 604-699-2100，職員會提供特別服務。」



溫市中心 Nordstrom 將於下周正式開幕。
(鄭綺霞攝)



**Total
NATURAL**

www.totalnatural.com

豐參 健康食品

22年信譽保證 Since 1992

又**好**又**便宜**! 北美免費專線: 1-888-782-1266

本拿比麗晶廣場店: #2222-4500 kingsway (麗晶廣場二樓電動扶梯正面) TEL: 604-432-7769

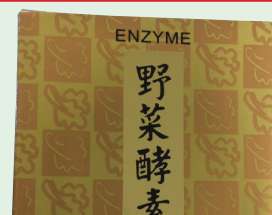
列治文公眾市場店: #1120-8260 Westminster Hwy. (公眾市場一樓轉角) TEL: 604-248-2268

22年一路走來始終如一
您的健康就是我們追求的目標

酵素排毒法

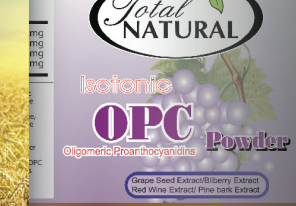
同時擁有GMP及加拿大政府認證之NPN保健食品公司

排毒酵素也称酵素排毒，是肠毒清酵素的简称，通过清理肠皱褶毒素的一种排毒养生方法。由于肠道皱褶状结构，大于15微米不能被毛细血管所吸收的食物，又没有及时排出体外的部分，囤积在6-8米长的肠皱褶中，过度腐败而形成毒素，简称肠毒。肠毒一方面阻挡了毛细血管对营养的吸收，导致早衰，另一方面通过血液循环，破坏八大系统60兆亿细胞的健康，因此肠毒是万病之源，经常清理肠毒是健康的基本保证。人们常认为“食物决定我们的健康状况”，其实准确的讲应该是“体内能够消化、分解和吸收的食物决定了我们的健康状况。”食物只有首先被长生酵素分解成为身体可以吸收的小分子才能为我们提供营养成分，野菜酵素正是为了改善人体吸收能力、强化排毒功效而研发出来的创世纪高效能的营养保健食品。



野菜酵素
YASAI KOU SO 400g
SOD高含有 植物性醱酵食品

從1992年到2015年，一路走來始終如一，22年來我們以戰戰兢兢的精神維護我們的品質與商譽，不隨波逐流，堅持只銷售最好的產品很多新移民不知道豐參健康食品的歷史背景，因此忽略了豐參在品管與品質上求好的用心，僅考慮價格便宜，要知道豐參健康食品不是“零售店”。
豐參健康食品是GMP工廠直營店。



葡萄籽 等滲壓沖劑
\$80.99

工廠直營，健康有保障

豐參產品的產品附加責任險高達200萬加幣，因為上下游是同一家公司，因此絕無推諉卸責之弊端，這是其它品牌比不上的。

買三送一 買12送5

因為有效，所以推薦

全球每年銷售超過數百萬的超級暢銷產品

*憑券報立減券上所示金額 *每人每次限用不超過兩張折價券

健康 生活

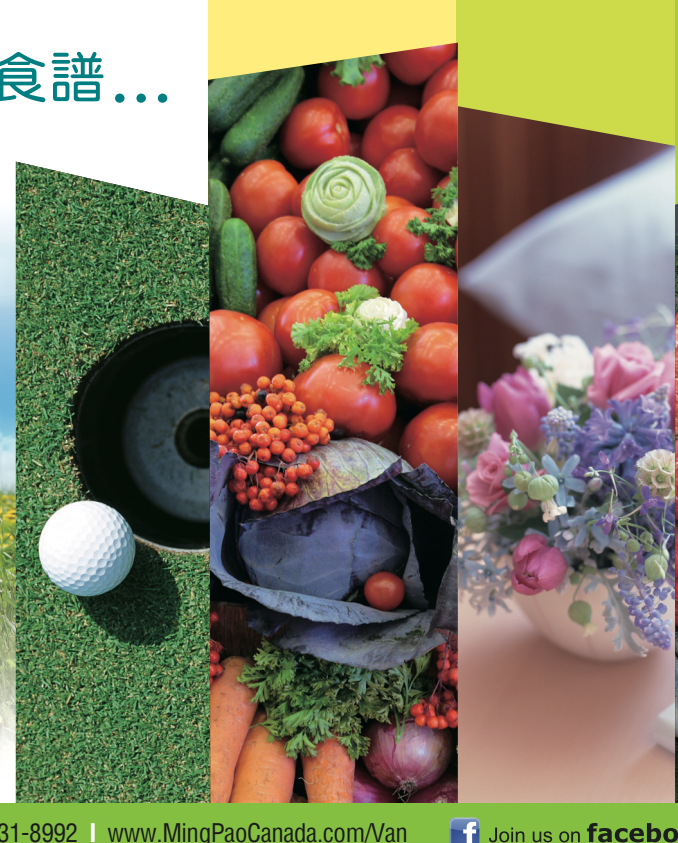
雙周刊

Healthy Living

您生活的一部分!

健康的身體，由健康的明報開始!

生活.健康.品味.食譜...



第116期 9月16日

星期三隨明報附送

主要內容

健康新聞網 • 健康話題
健康冷知識 • 合時進補
名人館 • 保健湯水
美容101
健康私房菜

健康生活 有獎遊戲
有機會贏取精美禮物

明報

列治文辦事處: 5368 Parkwood Place, Richmond, BC, V6V 2N1 | 電話: 604-231-8992 | www.MingPaoCanada.com/Van

Join us on facebook

Follow us on twitter

加入成為明報粉絲