

粵語教授親子溝通 專意育兒法 列市下月開課

【明報專訊】列治文衛生署將於2月至4月間推出今年首個「專意育兒法入門」家長研習課程，以粵語教授華裔家長與孩子溝通，幫助家長啟發子女智力，傳授情緒管理等技巧。「專意育兒法入門」家長研習課程2012年推出後，受到華裔家長歡迎。



區澤光（左）與曾佩詩希望研習課程可幫助家長與孩子順暢溝通。

（呂寒攝）

列治文衛生署家庭及兒童心理輔導部主管區澤光昨日表示，「專意育兒法」近年針對兒童腦部發育研究，教育家長以開放的意識，處理孩子日常情況，深化親子關係，讓孩子在腦部發育過程中，培養情緒管理等一系列技巧。

列治文衛生署家庭及兒童心理輔導員曾佩詩說，「專意育兒法入門」家長研習課程以小組形式，從2012年正式展開，一年三次，每次有8對家長進行為期8周的課程研討。之前，課程都以英文為主，以粵語為主的小組僅舉辦過兩次，由於華裔家長反響熱烈，今年新增國語課程，三次課程分別改為粵語、國語、及英文。

區澤光昨日強調，根據非正式統計，該部門一

年接觸約百位小朋友，其中約15%至20%有情緒管理困難的問題，這一現象值得家長深思。「不僅是華裔，非華裔兒童亦有相同困擾。」

課程報名現已開始

今年首場「專意育兒法入門」家長研習課程於2月18日展開，至4月22日結束，以粵語進行，每一位家長收費70元，一對家長收費90元，現已開始接受報名；同時，家長想要了解相關知識及課程介紹信息，可於2月4日上午9時半參加「專意育兒法入門」研習講座。曾佩詩鼓勵民衆致電604-233-5647報名或查詢詳情。國語課程的時間未定。

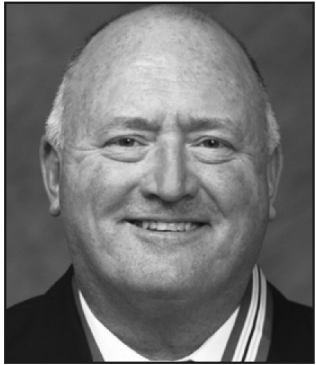
搜救英雄追思會明舉行 騎警將列隊巡遊致敬

【明報專訊】北岸搜救隊長及發言人瓊斯（Tim Jones，圖）的追思會，將於明日（周六）正午在「百年紀念劇院」（Centennial Theatre）舉行，騎警於當日上午列隊進行巡遊儀式，以表揚瓊斯對社區的貢獻。

北溫騎警警司肯尼迪（Chris Kennedy）昨日向傳媒表示，瓊斯在過去多年的工作中不屈不撓的精神，已轉化為大家的工作典範。

騎警為紀念瓊斯對社區的貢獻，於本周六上午10時半，在15街（15 St.）夾4路（4

Ave.）列隊出發，沿15街東行線巡遊至龍士代路（Lonsdale Ave.），再從龍士代路北行至23街（23 St.）到達劇院停車場後，隨即進入劇院參加為瓊斯舉行的追思會。



羅品信（左三）與出席動土禮的來賓合影。

（李沅泊攝）

溫市舊交易所「綠化」工程動工 將變身白金級環保大廈

【明報專訊】溫哥華市長羅品信（Gregor Robertson）宣布，瑞士信貸集團（Credit Suisse）斥資2億元將溫哥華舊交易所，改造成高達31層的LEED認證（國際綠色建築環保體系認證系統）的辦公大廈The Exchange。

羅品信昨日在動土儀式時說，目前溫哥華辦公室空置率位居北美最低之一，因此擴大商業用地建設可提供更多工作場所，方便人們在住所附近上下班。

他還說，近年來溫哥華一直發展各種綠色產業

，積極吸引海內外更多「綠色投資」，The Exchange就是溫市「綠色城市」計劃之一。此次建造的新大樓能耗僅為傳統辦公建築的一半。動土禮結束後，瑞士信貸房地產資產管理行政總監Rainer Scherwey稱，他十分期待看到既擁有歷史外貌又有符合最高環保級別辦公室的建築。建成後，這將會成為加拿大第一個將歷史建築改造LEED白金級認證的辦公大廈。The Exchange的地點為市中心豪街（Howe St.）475號。

2000 Supermarket 超級市場

祝各位馬年 財源廣進
本周特價精選由1月24日至1月30日止
特價貨品 售完即止



帝皇龍崗雞
（有頭有尾）

\$11⁹⁹ / 隻



新鮮梅頭豬肉

\$2⁹⁹ / 磅



法蘭西牛肉
（炒）

\$3⁹⁹ / 磅



新鮮白蘿蔔

59¢ / 磅



新鮮高麗菜

49¢ / 磅



新鮮唐生菜

79¢ / 個



紅蛇果

79¢ / 磅



海威
急凍特大鯪魚

\$3⁹⁹ / 磅



三象牌
水磨白粘米粉
400g

69¢ / 包



新鮮叉燒

\$1⁹⁹ / 磅



新鮮雞中翼

\$3⁸⁹ / 磅



新鮮油菜苗

\$2⁰⁹ / 磅



新鮮勝瓜

99¢ / 磅



新鮮長紹菜

89¢ / 磅



利賓納
檸檬味
黑加侖子飲品
330ml

99¢ / 包



親親仙草蜜

59¢ / 罐



FAMILY'S
茄汁沙甸魚

\$1²⁹ / 罐



伊藤園綠茶

99¢ / 瓶



李錦記
蒸魚豉油

\$2²⁹ / 瓶



頂好
紅燒豆腐

\$2³⁹ / 包



日昇豆朴

\$1⁶⁹ / 包



位元堂
龜苓膏

\$2⁶⁹ / 組



義美
玉米可樂餅

\$2²⁹ / 包



Shirakiku
紅豆

\$1⁴⁹ / 包



金然棧臘腸

\$3⁹⁹ / 包



逢盛
香港橄欖菜

\$2⁰⁹ / 瓶

1418-8388 Capstan Way, Richmond
列治文新城市廣場 1418室
604-232-1318

超市2000將保留所有價格及優惠之最終決定，所有減價貨品，售完即止。本廣告如有排版錯誤，以店內有關標示為準



列市擬試行隔周收垃圾

參與居民可選擇垃圾桶尺寸



【明報專訊】列治文市議會可能通過一項新的垃圾收取試驗項目，從今年二月開始向1,600戶獨立屋及城市屋居民發放新的帶輪垃圾桶，其中一半居民的垃圾桶依舊維持每周收取一次，餘下的家庭則每兩周收取一次。

試驗範圍包括列治文南灣社區（South Arm Community）、Odlin公園社區以及Talmey小學區域。其中南灣社區居民將收到一個單一體積120升的有輪綠色垃圾桶，每周收取一次垃圾；其他居民則收到240升的有輪綠色垃圾桶，每兩周收取一次。

列治文市府環境項目經理拜克拉夫特（Suzanne Bycraft）表示，實行試驗項目是希望居民參與垃

圾分類及回收工作和資源再利用，找出減少浪費的最佳回收方式；同時，參與試驗項目的居民亦有較大的選擇空間，包括可以自由選擇垃圾桶尺寸，還可在兩周一次的垃圾收取外，再額外要求另行收取。

如果項目實施順利，隨後會在全市範圍內進行，預計將花費220萬元以添置新垃圾桶及支付垃圾收取費用。

未標明含牛奶 窩夫薄餅粉回收

【明報專訊】加拿大食物檢驗局（Canadian Food Inspection Agency）昨日擴大全國回收行動，將本月15日回收的Kinnikinnick Foods品牌的食品種類擴大。

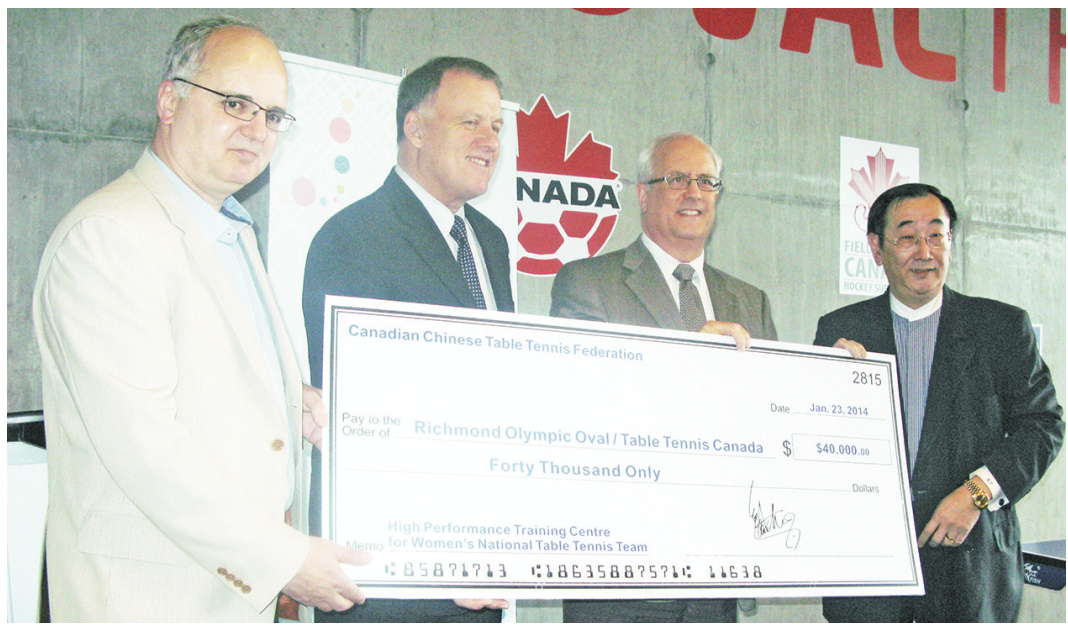
Kinnikinnick Foods公司自願回收其Kinnikinnick Foods品牌的食品，因為其中含有未標明的牛奶成分，可能會導致對牛奶過敏人士不適或致病，目前尚未有相關致病報告。

這次回收的產品包括：210克包裝Original Homestyle Waffles，統一產品編號（UPC）6 20133 00198 1；210克包裝Cinnamon & Brown Sugar Homestyle Waffles，統一產品編號6 20133 00199 8；465克包裝Kinni-Kwik Bread & Bun Mix，統一產品編號6 20133 10550 4；454克包裝Pancake & Waffle Mix，統一產品編號6 20133 10512 2；350克包裝Panko Style Bread Crumbs，統一產品編號6 20133 60015 3。

查詢詳情可瀏覽 <http://www.inspection.gc.ca/about-the-cfia/newsroom/food-recall-warnings/>。

花卉盆景展銷會

【明報專訊】大溫哥華園藝學會2014年元宵、情人節花卉盆景展銷會定於2月8日（星期六）上午10時至下午5時及2月9日（星期日）上午10時至下午4時，在溫哥華范度森植物公園舉行，門票每位2元，一家四位共5元。另外，「盆景製作示範」2月8日和9日下午1時至3時將舉辦，由劉兆禧主講，2月8日下午2時半至4時半由名畫家司徒乃鐸舉辦「國畫示範」。



趙德瑞（右一）代表該會捐款4萬元，由速滑館行政總裁米爾斯（左二）及加拿大乒乓球協會的行政總裁Tony Kiesenhofer（左一）接受，右二為列治文市長馬保定。（張伶攝）

速滑館將設國乒隊訓練中心 加華乒乓球會捐款4萬 盼圓奧運奪牌夢

【明報專訊】加拿大華人乒乓球總會昨日捐款4萬元，作為加拿大乒乓球協會在列治文冬奥速滑館（Richmond Olympic Oval），設立國家女子乒乓球訓練中心的運作經費。華人乒乓球總會會長趙德瑞指出，4萬元捐款只是初期經費，最終還需得到政府撥款支持，他並預期加國將在2016年或2020年時奪下乒乓球項目的奧運獎牌。

全加女單冠軍選手張墨，出生在河北石家莊，13歲隨父母移民至溫哥華。她在8年前即開始接受華人乒乓球總會的贊助及培訓，她不僅曾奪下英聯邦乒乓球女單冠軍，更曾參加2012年的倫敦奧運會，是目前全加女單排名第一的好手。

張墨對今後可就近在自己居住的城市接受訓練，表示興奮。在速滑館設國家隊訓練中心之前，只有渥太華設有訓練中心。

趙德瑞則說，速滑館的訓練中心，不僅讓國

家隊成員可以在此受訓，他還計劃邀請中國的乒乓球隊員前來，與加拿大選手切磋球藝，加中選手同時接受訓練。

他認為，目前乒乓球運動受到重視，加上在引進全新訓練措施的幫助下，加拿大有希望在2016年或2020年的奧運拿下獎牌，最可能達成目標是在2020年。

速滑館行政總裁米爾斯（John Mills）指出，訓練中心在今年秋天之前，將開辦從入門到高級訓練課程，培養年輕選手參加全國比賽及國際比賽，這對喜歡乒乓球運動的華人移民家庭，是一項好消息。

今年只有11歲的黎盈，已在北美乒乓球比賽越級參加15歲組拿下第一名，她說，她的目標是在2020年代表加拿大參加東京奧運。

速滑館的訓練中心不只提供專業比賽場地，還對在此訓練的選手進行體能、心理輔助等全面訓練。

入籍密集班招生

【明報專訊】中僑互助會將於2月8日起至3月1日的每周六上午9時半至12時半，在社會服務中心舉辦「公民考試入籍密集班」，國語教授，共4堂課。課程內容包括：協助學員重點學習有關加拿大歷史、地理、文化、政治體制的資料及基本英語會話。會員收費70元，非會員80元。

地址：28 West Pender St., Vancouver，報名查詢請電中僑604-684-1628。

開平總會館春祭

【明報專訊】全加開平總會館定於3月30日（星期日）上午10時舉行春祭，屆時在會館集合出發，前往山景墓園，拜祭先僑鄉親，中午12時在會館禮堂召開全體會員大會，理事會作會務報告，有意在大會發言或建議者，請在開會前七天進行登記，會後設午餐招待。查詢請電604-669-1042。

福島核恐又起 居民搶購碘片 醫官駁網上傳聞 忠告亂服碘傷身

【明報專訊】卑詩部分民衆近日湧向藥房查問，要求購買碘化鉀（Potassium Iodide），但醫療專業人員提醒，網上近期出現有關2011年日本福島核災恐慌為傳聞，過量服用這藥物反而對健康造成損害。

在地震和出現核災那年，卑詩曾有一大批民衆大量購入碘化鉀，但近月又再出現，有藥房指稱，民衆第二次一窩蜂要碘化鉀藥丸或藥水。這些顧客都提及近期主要在網上流傳的有關福島的故事或傳聞。

在加美從事醫藥業近20年，現於陽光海岸（Sunshine Coast）執業的藥劑師馬吉（Pam Magee）從業近20年，她在接受一媒體訪問表示，她過往已見過民衆各種健康恐慌，而近期是有顧客稱因害怕福島核災所造成的輻射，而到藥房欲購置大量碘化鉀。這些顧客是在互聯網上閱讀了一些資訊而害怕有危險。

馬吉指，她遇過有民衆所要求碘化鉀的分量，是較一般建議服用的數以百倍。

溫哥華一間藥房的藥劑師亦指，在過去兩周有不少碘化鉀的需求，部分顧客亦提及福島核災恐慌。

卑詩首席衛生官，肯德爾（Perry Kendall）表示，近期亦有聽聞關於福島核災的恐慌，甚至一些網上故事更包含煽情部分，「在部分媒體有一些故事，我認為是誇大，不準確。」

他指，若他居住在福島旁或附近地區，才會考慮服用碘化鉀，但身在卑詩卻不會。「我們不會建議服用，因為它不會帶來好處，反而有些風險。」

有藥劑師指，有時醫生會為幫助甲狀腺有問題的病人處方碘化鉀，但法例上並不一定要處方，有時可到藥房櫃台問藥劑師後便可買到。

不必要地服食碘化鉀，不一定導致嚴重反應，但有可能造成一些副作用，如出疹、腸胃不適和唾液腺炎。據美國食品及藥物管理局資料指，部分或會出現較嚴重的情況，包括呼吸困難、吞嚥有困難、發燒或關節痛；有更嚴重的情況是需要立刻救治。

大溫地區天氣預測

今天	1/25 (六)	1/26 (日)	1/27 (一)
晴 2-9℃	晴 2-9℃	晴 3-7℃	晴間雲 2-7℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	0 - 6	晴
愛蒙頓	2 - 6	晴間雲
溫尼辟	-24 - -3	雪
多倫多	-11 - -9	雪
渥太華	-13 - -12	晴
滿地可	-16 - -15	晴間雲
三藩市	7 - 19	晴間雲
洛杉磯	11 - 25	天陰
紐約	-11 - -7	晴
香港	16 - 21	晴
台北	13 - 23	晴
北京	-7 - 6	晴
上海	4 - 15	晴間雲
廣州	13 - 24	晴間雲
新加坡	23 - 29	天陰
東京	8 - 14	天陰
悉尼	18 - 24	晴
倫敦	7 - 8	雨

649

1月22日攪珠結果：0系開出4號；1系開出16號和18號；2系開出25號；3系開出36號（翻杯）；4系開出40號。特別號碼11號。是期頭獎魁省一注中，派彩一千零三十八萬多元。二獎安省一注中，派彩二十五萬多元。三獎九十三注中，每注派彩二千三百多元。一百萬獎得主屬安省。下期彩金估計五百萬元。0系走勢偏弱，1系有好轉，2系表現一般，3系回落，4系平穩。

本期心水選擇

2 4 13 19 22
25 34 38 40 47

0系熱選2和4。
1系選13和19。
2系選22和25。
3系選34和38。
4系選40和47。

最近十期開獎號碼

12月21日	： ① ② ⑩ ⑬ 22 44 • 41
12月25日	： ④ ⑬ 23 32 34 47 • 44
12月28日	： ⑬ 20 23 34 38 46 • ⑬
1月1日	： ④ ⑥ ⑦ ⑪ ⑫ 40 • ⑬
1月4日	： ① ⑬ 21 22 38 39 • ⑬
1月8日	： ① ⑫ ⑬ 22 29 44 • 35
1月11日	： ③ ⑪ ⑮ 21 23 33 • 32
1月15日	： ② ⑮ 25 27 38 46 • 33
1月18日	： ② ⑮ 33 36 42 49 • ⑬
1月22日	： ④ ⑬ 18 25 36 40 • ⑪

最近十期走勢圖 (反白者是特別號碼)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
① ②									⑩									⑬		⑭		⑮		⑯		⑰		⑱		⑲		⑳		㉑		㉒		㉓		㉔		㉕		㉖		㉗		㉘		㉙		㉚		㉛		㉜		㉝		㉞		㉟		㊱		㊲		㊳		㊴		㊵		㊶		㊷		㊸		㊹		㊺		㊻		㊼		㊽		㊾		㊿		㋀		㋁		㋂		㋃		㋄		㋅		㋆		㋇		㋈		㋉		㋊		㋋		㋌		㋍		㋎		㋏		㋐		㋑		㋒		㋓		㋔		㋕		㋖		㋗		㋘		㋙		㋚		㋛		㋜		㋝		㋞		㋟		㋠		㋡		㋢		㋣		㋤		㋥		㋦		㋧		㋨		㋩		㋪		㋫		㋬		㋭		㋮		㋯		㋰		㋱		㋲		㋳		㋴		㋵		㋶		㋷		㋸		㋹		㋺		㋻		㋼		㋽		㋾		㋿		㌀		㌁		㌂		㌃		㌄		㌅		㌆		㌇		㌈		㌉		㌊		㌋		㌌		㌍		㌎		㌏		㌐		㌑		㌒		㌓		㌔		㌕		㌖		㌗		㌘		㌙		㌚		㌛		㌜		㌝		㌞		㌟		㌠		㌡		㌢		㌣		㌤		㌥		㌦		㌧		㌨		㌩		㌪		㌫		㌬		㌭		㌮		㌯		㌰		㌱		㌲		㌳		㌴		㌵		㌶		㌷		㌸		㌹		㌺		㌻		㌼		㌽		㌾		㌿		㍀		㍁		㍂		㍃		㍄		㍅		㍆		㍇		㍈		㍉		㍊		㍋		㍌		㍍		㍎		㍏		㍐		㍑		㍒		㍓		㍔		㍕		㍖		㍗		㍘		㍙		㍚		㍛		㍜		㍝		㍞		㍟		㍠		㍡		㍢		㍣		㍤		㍥		㍦		㍧		㍨		㍩		㍪		㍫		㍬		㍭		㍮		㍯		㍰		㍱		㍲		㍳		㍴		㍵		㍶		㍷		㍸		㍹		㍺		㍻		㍼		㍽		㍾		㍿		㏀		㏁		㏂		㏃		㏄		㏅		㏆		㏇		㏈		㏉		㏊		㏋		㏌		㏍		㏎		㏏		㏐		㏑		㏒		㏓		㏔		㏕		㏖		㏗		㏘		㏙		㏚		㏛		㏜		㏝		㏞		㏟		㏠		㏡		㏢		㏣		㏤		㏥		㏦		㏧		㏨		㏩		㏪		㏫		㏬		㏭		㏮		㏯		㏰		㏱		㏲		㏳		㏴		㏵		㏶		㏷		㏸		㏹		㏺		㏻		㏼		㏽		㏾		㏿		㐀		㐁		㐂		㐃		㐄		㐅		㐆		㐇		㐈		㐉		㐊		㐋		㐌		㐍		㐎		㐏		㐐		㐑		㐒		㐓		㐔		㐕		㐖		㐗		㐘		㐙		㐚		㐛		㐜		㐝		㐞		㐟		㐠		㐡		㐢		㐣		㐤		㐥		㐦		㐧		㐨		㐩		㐪		㐫		㐬		㐭		㐮		㐯		㐰		㐱		㐲		㐳		㐴		㐵		㐶		㐷		㐸		㐹		㐺		㐻		㐼		㐽		㐾		㐿		㑀		㑁		㑂		㑃		㑄		㑅		㑆		㑇		㑈		㑉		㑊		㑋		㑌		㑍		㑎		㑏		㑐		㑑		㑒		㑓		㑔		㑕		㑖		㑗		㑘		㑙		㑚		㑛		㑜		㑝		㑞		㑟		㑠		㑡		㑢		㑣		㑤		㑥		㑦		㑧		㑨		㑩		㑪		㑫		㑬		㑭		㑮		㑯		㑰		㑱		㑲		㑳		㑴		㑵		㑶		㑷		㑸		㑹		㑺		㑻		㑼		㑽		㑾		㑿		㒀		㒁		㒂		㒃		㒄		㒅		㒆		㒇		㒈		㒉		㒊		㒋		㒌		㒍		㒎		㒏		㒐		㒑		㒒		㒓		㒔		㒕		㒖		㒗		㒘		㒙		㒚		㒛		㒜		㒝		㒞		㒟		㒠		㒡		㒢		㒣		㒤		㒥		㒦		㒧		㒨		㒩		㒪		㒫		㒬		㒭		㒮		㒯		㒰		㒱		㒲		㒳		㒴		㒵		㒶		㒷		㒸		㒹		㒺		㒻		㒼		㒽		㒾		㒿		㓀		㓁		㓂		㓃		㓄		㓅		㓆		㓇		㓈		㓉		㓊		㓋		㓌		㓍		㓎		㓏		㓐		㓑		㓒		㓓		㓔		㓕		㓖		㓗		㓘		㓙		㓚		㓛		㓜		㓝		㓞		㓟		㓠		㓡		㓢		㓣		㓤		㓥		㓦		㓧		㓨		㓩		㓪		㓫		㓬		㓭		㓮		㓯		㓰		㓱		㓲		㓳		㓴		㓵		㓶		㓷		㓸		㓹		㓺		㓻		㓼		㓽		㓾		㓿		㔀		㔁		㔂		㔃		㔄		㔅		㔆		㔇		㔈		㔉		㔊		㔋		㔌		㔍		㔎		㔏		㔐		㔑		㔒		㔓		㔔		㔕		㔖		㔗		㔘		㔙		㔚		㔛		㔜		㔝		㔞		㔟		㔠		㔡		㔢		㔣		㔤		㔥		㔦		㔧		㔨		㔩		㔪		㔫		㔬		㔭		㔮		㔯		㔰		㔱		㔲		㔳		㔴		㔵		㔶		㔷		㔸		㔹		㔺		㔻		㔼		㔽		㔾		㔿		㕀		㕁		㕂		㕃		