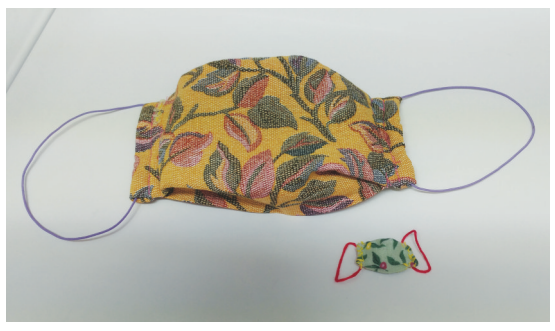
衛生官一句話布口罩需求激增
大溫華婦縫製自用贈海外親友

抗疫新階段

【明報專訊】新冠病毒疫情來勢洶洶，由於市面上口罩難求，不少人嘗試自己動手製作，以便用布口罩來保護自己和家人，減低病毒傳播的機會。華裔居民鄧太縫製布口罩自用之餘，還遠寄至意大利給哥哥，以及送給在多倫多的朋友，每個口罩均帶着對家人和親友的關心。



鄧太縫製的布口罩（左）及迷你布口罩吊飾。（受訪者提供）

住在本那比的鄧先生每天需要乘坐巴士上班，無奈家中醫用口罩的數量非常有限。鄧太對本報說：「我計算了一下，我先生兩天用一個醫用口罩，現有的口罩很快就會用完。正好家裏有一些沒用完的『布頭』，我就想嘗試做一些可以重複使用的布口罩。」

第一個成品很厚，就是在一個醫用口罩外面縫了兩層布。鄧先生反饋說，戴上之後感覺喘不過氣。於是，鄧太開始改良。

她說研究了很多youtube上製作布口罩的視頻，基本可以分爲三步：裁剪布料，衣車縫製，及安裝橡筋掛耳。

看似簡單的過程，做起來可不簡單。鄧太說，最初做一個布口罩需要花差不多兩個小時。她過去幾乎沒有使用過衣車，好幾次線用到一半不夠了，只能拆下線盒，重新穿線。

嫻熟之後，她開始享受過程。鄧太說，每做完一個都會很開心，因爲可以多給家人一分保護。

鄧太的哥哥住在意大利。自從疫情爆發後，個人防護用品一直短缺。她給哥哥一家寄去了四個布口罩，還很貼心地附上了清洗方法。

剛剛過去的長周末，鄧太也留在家中製作口罩，送給需要的朋友。她現在一天能做5至6個，並且總結了一套心得。

她指出，製作口罩一定要用100%的棉布，不要太厚；掛耳的橡筋不要太寬，否則都會導致配戴久了不舒服。

她還發現，嬰兒用的紗布是非常好的材料，可以用於布口罩中的夾層。Tempo紙巾有四層，也是非常有效的過濾材料，可以夾在布口罩中間。

事實上，自從卑詩省衛生官亨利醫生表示，不反對民衆戴布口罩，市場對布口罩的需求一夜激增。一些裁縫開始接受布口罩訂單。

在電商平台Etsy上，搜索「布口罩」，會跳出幾十個賣家。一個布口罩賣20至30元。

賣家瓊斯（Nina Jones）原來是一名做演出服裝的裁縫。最近一直在其溫哥華工作室全天製作布口罩。她用原來做綁腿的紫色虎紋布料做了幾十個布口罩，被「瘋狂搶購」。

她說，隨着衛生官改變了關於口罩的建議，她覺得做布口罩眞正幫上了忙，可以讓人們不再去搶購醫護人員所需的防護物資。過去一周，瓊斯每天做大約40個布口罩，她已經不再需要向政府申請資金，應對經濟下滑。

住在溫哥華的另一位女裁縫金格（Guinevere King）也在製作可以重複使用的布口罩。她和合作伙伴一起一天可以做60個左右。自3周前開始，他們不僅公開發售，還捐贈給溫哥華島和美國的護理人員。

鄧太的鑰匙鏈上掛着一個迷你布口罩。她正在計劃和香港的朋友一起用黏土製作一些口罩形狀的模子，加工成飾品，用來紀念這個特別的2020年。她說希望不用戴口罩的那一天早點到來。

鄧太為丈夫縫製的愛心布口罩。（受訪者提供）

溫州同鄉會N95口罩贈中僑安老院

【明報專訊】在這個新冠疫情嚴峻時刻，長者是高危一群。列治文北中選區省議員屈潔冰聯同加拿大溫州同鄉會代表，昨日把一批N95口罩贈送給華埠的中僑李國賢護理安老院。

屈潔冰對加拿大溫州同鄉會的善舉表示衷心感謝。她說在這個防疫保護裝備物資短缺的非常時期，溫州同鄉會慷慨地把一批N95口罩捐贈給安老院，供長者和照顧他們的醫護人員使用，盡顯同鄉會對社區的關愛。

爲安全起見，屈潔冰和溫州同鄉會的朱建國會長及張光輝常務副會長戴上口罩，互相保持距離，把送贈的口罩放在安老院門外，再由工作人員搬入室內。

屈潔冰指出，疫情仍在持續惡化，呼籲大衆遵守防疫指引，盡量留在家中，外出時謹記要和他人保持最少兩米社交距離，避免觸摸公共物品，勤洗手，以及避免用手觸摸面部。齊心合力阻止病毒在社區傳播。

屈潔冰（左）與溫州同鄉會代表將口罩送到安老院。兩人保持社交距離。（屈潔冰提供）

陳葦蓁自彈自唱 家居抗疫樂在其中

陳葦蓁說未來會考慮與兒子同框表演。（陳葦蓁IG）

【明報專訊】疫情之下，衛生當局多次要求民衆留在家中抗疫。卑詩兒童照顧省務廳長陳葦蓁（Katrina Chen）亦不例外，近日她在社交媒體上分享在家中自彈自唱的短片，大獲好評。她呼籲民衆留在家中，助緩病毒傳播。

陳葦蓁在接受明報訪問時表示，留在家中的時間長了，除了可以好好的陪伴小朋友，也知道有些朋友開始在家烘焙；而她自己喜歡音樂，剛好可以利用在家的時間，重拾興趣。

抗疫期間，民衆若在家中感到無聊，陳葦蓁建議，可參考網上有趣的教學片段，或是利用電子科技與家人朋友進行交流。

她提到，明白有小朋友的家長在家中工作並不容易，更笑說自己很想念孩子到學校上課的時間。陳葦蓁感謝一衆的教育工作者與前線醫護人員的付出，呼籲民衆留在家中，防止新冠病毒的傳播和感染。

專家警告：疫情持續加深癖癮問題

【明報專訊】溫哥華一間輔導公司Jericho Counselling，爲毒癮者及酒癮者提供網絡在線輔導服務，幫助他們在疫情期間度過難關，保持身心健康。

在新冠病毒疫情大爆發期間，許多人正感到嚴重的焦慮、恐懼和壓力。有專家認爲，這段時期對那些染有毒癮或酒癮的人來說，更是艱難。

該公司負責人史庫勒（Dawn Schooler）表示，由於無法當面會晤毒癮者及酗酒者，一些人正面臨成癮問題加劇，甚至再度復發的風險，尤其是孤身在家隔離的癮者。

她表示，人們起初認爲，這場危機或許只會持續數周，僅對個人收入及家庭幸福等方面的感到擔憂。但是，隨着疫情的持續，各類難以預料的問題及風險正不斷湧現。一些人爲排解壓力和空虛無聊，開始對毒品、酒精產生依賴，很多成癮問題亦隨之到來。

史庫勒補充說，人們可以從網上獲取各類戒除毒癮、酒癮的建議，例如多做瑜伽、冥想等益於身心健康的活動。

649 測彩

4月11日攪珠結果：0系交白卷；1系開出10號、14號和17號；2系交白卷；3系開出32號（翻冧）和35號；4系開出42號。特別號碼26號。是期頭獎仍然無人中。二獎一注西部省份中，派彩十七萬零四百多元。三獎四十九注中，每注派彩二千八百多元。是期一百萬元獎的中獎彩票購自網上投注playnow.com。是期貼中14號。下期彩金估計一千六百萬元。0系又失蹤，1系表現勇猛，2系也無影，3系轉好，4系重現。

本期心水選擇

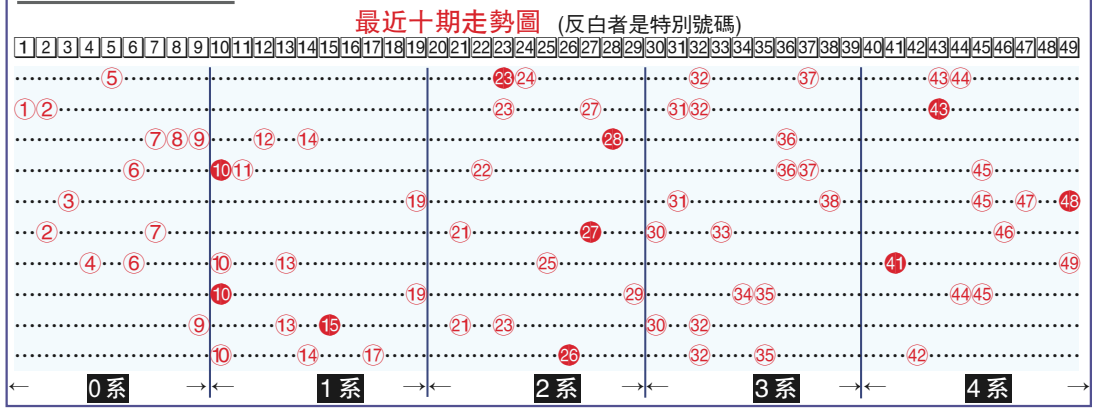
2 6 10 15 20 29 32 39 44 45

0系選2和6。
1系熱選10和15。
2系冷選20和29。
3系選32和39。
4系選44和45。

最近十期開獎號碼

3月11日	⑤ ㉔ ㉜ ㊲ ㊸ ㊹ • ㉓
3月14日	① ② ㉓ ㉗ ㉛ ㉜ • ㊸
3月18日	⑦ ⑧ ⑨ ⑫ ⑭ ㊱ • ㉘
3月21日	⑥ ⑪ ㉒ ㊱ ㊲ ㊺ • ⑩
3月25日	③ ⑲ ㉛ ㊳ ㊺ ㊼ • ㊽
3月28日	② ⑦ ㉑ ㉚ ㉝ ㊻ • ㉗
4月1日	④ ⑥ ⑩ ⑬ ㉕ ㊾ • ㊶
4月4日	⑲ ㉙ ㉞ ㉟ ㊹ ㊺ • ⑩
4月8日	⑨ ⑬ ㉑ ㉓ ㉚ ㉜ • ⑮
4月11日	⑩ ⑭ ⑰ ㉜ ㉟ ㊷ • ㉖

最近十期走勢圖 (反白者是特別號碼)



Fraser Seafood 野生哈利拔魚專營店
哈利拔(大比目魚) Wild Halibut
魚鮫, 魚腩, 魚頭, 魚骨, 魚扒 Halibut collar, belly, head, bone, steak
冷凍紅雞魚 去頭去臟 $6.99/lb
新鮮哈利拔魚碎 $25/10lb袋 Regular $3.50/lb
新鮮哈利拔魚骨 特價 $1.00/lb
冷凍野生三文魚尾片 特價 $50 for 10lbs 原價: $6.99/lb 一次買少於10磅
冷凍野生三文魚腩 特價 $15 for 10lbs 原價: $2.99/lb 一次買少於10磅
海上急凍黑鱈魚(小) 特價 $9.99/lb Was: $13.99/lb
營業時間 10:30AM～17:30PM 週二～週日（週一休）
地址: 6252 Fraser St. Vancouver V5W3A1 (46th and 47 Ave. 何源記旁)
微信
幫助客人打包海產帶回亞洲
TEL: 604-218-5526
http://www.fraserseafood.com

大溫地區天氣預測

今天	4/15 (三)	4/16 (四)	4/17 (五)
晴 5－13℃	晴 6－15℃	晴 5－16℃	晴間雲 8－15℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	−1 － 7	陣雪
愛蒙頓	−1 － 4	陣雨
溫尼辟	−16 － −3	晴間雲
多倫多	−3 － 5	陣雪
渥太華	−4 － 6	陣雪
滿地可	0 － 7	濕雪
三藩市	11 － 17	晴
洛杉磯	16 － 25	晴
紐約	5 － 12	晴間雲
香港	19 － 26	晴
台北	15 － 25	晴間雲
北京	10 － 26	晴間雲
上海	14 － 24	晴
廣州	19 － 27	晴間雲
新加坡	26 － 33	晴
東京	10 － 19	晴間雲
悉尼	17 － 26	晴間雲
倫敦	5 － 12	晴間雲

長周末卑詩山火頻生

【明報專訊】卑詩山火服務處（BC Wildfire Service）網站顯示，在復活節長周末期間共處理了11宗火災。服務處指出，本省大部分地區的火災危險等級爲低到中。

大多數火災都僅限於起火點附近，並很快得到了控制，但在周日報告的8宗火災中，有4宗直到午夜仍處於失控狀態。

其中包括梅里特（Merritt）東南內陸地區蔓延了半平方公里的大火，以及發生在斯美卡密因（Similkameen）地區、考斯頓（Cawston）以南3號高速公路沿線的3宗獨立大火中的2宗。

大多數山火的起因未明。

在每年的這個時候，山火很常見，因爲積雪融化後，枯草很快就會枯乾，而且很可能燃燒得又旺又快，尤其是在有風的條件下。

本省從周四起將禁止大部分露天焚燒，但仍然允許生營火。

卑詩山火服務處在公共衛生官員的配合下，上個月在煙霧狀況可能增加呼吸道病毒感染的地區頒布了露天焚燒禁令。受影響的地區包括南海岸內部大部分地區、奧肯那根河谷（Okanagan Valley）、喬治太子（Prince George）地區、溫哥華島東南部和卑詩省東南角部分地區。