

省議員籲准外勞申入籍

	1	11	21	~~31~~	41	
	2	12	22	32	42	
	~~3~~	13	23	~~33~~	43	
	~~4~~	14	24	34	44	
	~~5~~	15	25	35	45	
	6	16	26	36	46	
	~~7~~	17	27	37	47	
	8	18	28	38	48	
	9	19	29	39	49	
	10	20	30	~~40~~	BONUS	
14 Mar 49						
	1	11	~~21~~	31	41	
	~~2~~	12	22	32	42	
	3	13	~~23~~	33	43	
	~~4~~	14	24	34	44	
	5	15	25	~~35~~	45	
	6	16	26	36	46	
	7	17	27	37	47	
	8	18	28	38	48	
	9	19	29	39	49	
	10	20	30	~~40~~	BONUS	
21 Mar 5						
	1	11	~~21~~	~~31~~	41	
	2	12	22	32	42	
	3	13	23	33	43	
	4	14	24	34	44	
	5	~~15~~	25	35	45	
	6	~~16~~	26	36	46	
	7	17	27	~~37~~	47	
	8	18	28	38	48	
	9	19	29	~~39~~	49	
	10	20	30	40	BONUS	
28 Mar 20						
	1	11	21	31	~~41~~	
	2	12	22	32	42	
	3	13	23	~~33~~	43	
	4	14	24	~~34~~	44	
	5	15	25	35	45	
	6	16	26	~~36~~	46	
	7	17	27	37	47	
	8	18	28	38	48	
	9	19	29	39	49	
	10	20	~~30~~	40	BONUS	
4 Apr 11						
	~~1~~	11	21	31	41	
	2	12	22	32	42	
	~~3~~	13	23	~~33~~	43	
	4	14	24	~~34~~	44	
	5	15	25	35	45	
	6	16	26	~~36~~	46	
	7	17	27	37	47	
	8	18	28	38	48	
	9	19	29	~~39~~	49	
	10	20	~~30~~	40	BONUS	
11 Apr 28						

太空英雄鼓舞小夢想家

華裔新移民學童立志當飛行員

【明報專訊】加拿大著名太空人哈德菲爾德（Chris Hadfield）昨日在高貴林一間劇院為上千名中學生進行演說，分享奮鬥經驗，鼓勵學生勇於探索。他還與60多名小學第5班學生一同放飛紙飛機。有華裔新移民小學生表示深受鼓舞，將來要做一名飛行員。

卑詩理工學院（BC Institute of Technology，BCIT）聯合溫哥華國際機場（YVR）、加拿大航空公司（Air Canada）、大溫都會局（Metro Vancouver）等運輸及管理機構，於昨日在高貴林 Hard Rock 劇院舉行針對學生群體的「交通運輸博覽會」（Transportation Expo）。大會亦特意邀請加國太空人哈德菲爾德進行「海陸空創造未來」（Create your future by air, land and sea）的主題演講。

放飛紙飛機 分享太空經驗

哈德菲爾德首先與60多名小學第5班學生共同放飛紙飛機，向小學生們闡述自身夢想及奮鬥經驗，解答紙飛機原理，並回答他們感興趣的問題，例如在太空中的感覺有什麼不同，做太空人要學些什麼等。小朋友們親身見到太空人感到非常



興奮，不停的舉手發問，最後要大會主持人出面勸導，提問環節才得以結束，讓哈德菲爾德開始演講。

剛剛來溫哥華僅兩個月的華裔維吾爾族小朋友阿夏耳江開心的表示，雖然來加時間不長，英文還不夠流利，但非常喜歡溫哥華的學習及生活環

境，「我的夢想就是做一名飛行員，在中國的時

候特別崇拜航天員；這次聽說可與加國太空英雄見面，興奮得無法睡覺」。

卑詩省專上教育廳長維克（Amrik Virk）昨日亦到場支持活動，並鼓勵學生以哈德菲爾德作為榜樣，好好學習才能完成夢想。

▲哈德菲爾德（右）與維克一同與學生放飛紙飛機。
▶阿夏耳江見到太空人，感到非常興奮。
▼小朋友們積極提問，哈德菲爾德盡量解答。（呂寒攝）



健康問卷調查 華裔缺2700份

調查截止日期延至6月底

【明報專訊】一份目標是收集5萬名民衆健康資料的大型問卷調查「我的健康我的社區」（My Health My Community），至原預定截止日期時，受訪的華裔民衆人數僅達目標的43%，特別缺乏男性及長者參與。現計劃因未達標要延長，主辦方再次呼籲華裔參加，為未來制定民衆健康計劃提供寶貴資料。

該問卷原定於今年2月完成集齊5萬份調查問卷，包括溫哥華衛生局（Vancouver Coastal Health）管轄地區的1.81萬份問卷，其中希望有4700份來自華裔社群。但自去年6月推出，華裔參與人數反應欠佳，為招募更多人，衛生局曾向多家媒體和華裔移民服務機構求助，調研人員也在參與度較低的社區及各區域商場積極宣傳，仍

難收集足量數據。

溫哥華沿岸衛生局衛生官盧定京稱，截至本月11日，該局管轄地區僅完成原定華裔目標人數的43%，其中溫市和列市收集的問卷僅有1300份及640份，佔目標的42%和47%。該局需要收集的問卷仍欠5300份，華裔的佔超過半數，還欠2700份，包括溫市和列市分別需要1800份和720份，調查截止日期也被迫延至6月底。

調查日期被迫延長，但受經費限制，調研人員已從最初十餘人減至三人。

盧定京說，收集到的華裔問卷，女性佔大部分，嚴重缺少的是男性華裔，而華裔年輕人參與度比華裔長者高。他分析稱，華裔做問卷的反應欠佳可分為三點。第一，有些華裔為新移民，缺乏

健康重視程度；第二，主辦方信息保護遭質疑，部分華裔害怕個人信息被泄露；第三，受語言因素影響，儘管問卷有中文版本，但獲取到問卷調查的中文網頁仍需使用英語。

上網做問卷 有中文版本

盧定京強調，調查對華裔移民有重大意義，可幫助衛生局及市政府對各社區華裔人士的健康狀況和健康需求進行準確評估，對未來制定居民健康計劃及社區健康服務規劃具有極大參考價值。

主辦方再次呼籲華裔市民踴躍登錄 <https://www.myhealthmycommunity.org/> 選擇中文或英文版本問卷，為未來制定民衆健康計劃提供寶貴資料。

大溫地區天氣預測

今天	4/19 (六)	4/20 (日)	4/21 (一)
晴	晴間雨	雨	陰有雨
7 - 12℃	7 - 10℃	9 - 13℃	9 - 14℃

世界部分城市天氣預測

	溫度(℃)	概況
卡加利	-1 - 8	小雨
愛蒙頓	-1 - 3	雪
溫尼辟	2 - 8	多雲
多倫多	1 - 11	陣雨
渥太華	2 - 12	陣雨
滿地可	4 - 12	陣雨
三藩市	10 - 17	晴
洛杉磯	13 - 21	晴間雲
紐約	6 - 11	晴間雲
香港	22 - 26	晴
台北	22 - 28	晴間雲
北京	8 - 16	多雲
上海	13 - 16	雨
廣州	21 - 29	晴間雲
新加坡	26 - 29	雷雨
東京	9 - 17	晴間雲
悉尼	11 - 21	晴
倫敦	3 - 14	晴

慶祝

全新列治文中心分店隆重開幕

有機會抽獎 贏取\$10000 Ingledew's 購物券*

您只需要親臨任何一間 Ingledew's 分店
讓我們為您量度您雙腳的尺碼



INGLEDEW'S
— the art of finding the perfect fit —

*優惠至2014年5月11日
無需購物。每人只限參加抽獎一次。

12籃®
網址: www.12baskets.com

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)
分店: 4556 Kingsway, Burnaby (Willingdon & McKay之間)
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)

604-270-7831, 604-270-7851
604-270-1838, 604-279-1864
604-261-7838, 604-261-7839
604-430-5520, 604-430-5590

本公司只售純天然產品(最大GMP藥廠)
快速包裹, 代為裝箱服務,
中/港/台郵遞包裹免稅, 快捷又方便

骨質疏鬆、婦女更年期障礙、痴呆症的福音

純天然 女性荷爾蒙 **新女仕 液態膠囊**
Menopause Formula **Nu-Fem**

買1送1
90 Softgels / 200mg



婦女更年期需要長期補充女性荷爾蒙，該服用多久才停止？內科教授黃妙珠的答案是75歲。女人一生均受女性荷爾蒙的影響，更年期使女性荷爾蒙劇減，潮紅、心悸、暈眩、失眠、情緒起伏不定、憂鬱、掉髮、腰酸、陰道乾燥、搔癢、尿失禁等。

【功能】由黑升麻的根莖，萃取出雌性激素，被用在更年期症狀和月經失調治療。適用更年期、子宮痙攣、經痛。無副作用，效果好。
(優惠期間：即日起至4月30日止)

回春有望~改變衰老外貌、胸部更加飽滿

胎盤素濃縮精 液態膠囊
Placenta Essential

買1送1
60 Softgels / 750mg



胎盤素是胎兒從母體中取得充分營養而獲得健康發育成長的搖籃，所以胎盤被冠以「生命之母」稱號。胎盤素中含胎盤球蛋白、多種抗體及許多珍貴的活性因子和營養素。胎盤療法在日本風靡多年，佳評如潮並且功效宏偉。

【功能】胎盤含抗凝血蛋白抗體具有免疫調節功用。能促進肝臟細胞再生和解毒作用、調整內分泌。促進乳腺發育，乳汁分泌旺盛。
(優惠期間：即日起至4月30日止)

健康減肥！安全有效！身體輕鬆無負擔！

一種純天然的 海洋高纖維物質 **甲殼素 錠劑**
Chitosan Reduce Fat Absorption

買1送1
90 Caplets / 500mg



與一般纖維不同的是，甲殼素分子帶有很多的正電，而這些正電可以和脂肪的負電形成很好的離子鍵，能自動附著結合脂肪，使脂肪在腸內不被吸收而直接的排出體外。而且它還能吸走血中的三酸甘油酯與壞的膽固醇。在減肥的效用上是個安全的選擇。

【功能】增加飽足感，減少食量。降低三酸甘油酯與膽固醇。健全腸胃，促進腸道有益菌增生，消除便秘，美麗肌膚，秀出健美。
(優惠期間：即日起至4月30日止)

最佳抗氧化物質，含有95%原花青素

複方葡萄子精 錠劑
OPC-75 Plus European Standard Extract

買1送1
216 Tablets / 175mg



在食物中含有許多抗氧化物質，其中以原花青素最受專家重視，因為它的分子能通過血腦屏障，提供加強腦內抗氧化的功能，同時它的抗氧化能力是維生素C的18倍。維生素E的50倍，以葡萄子所含的原花青素95%獨佔鰲頭。

【功能】抗氧化、美白皮膚、降低癌症治療副作用。適用症狀：心血管疾病及糖尿病等慢性病的保養、癌症的預防等。
(優惠期間：即日起至4月30日止)