

20 建築設計規劃師分享構想 溫哥華未來之家明日開展



▲展覽向人們展示溫哥華生活元素。(王學文攝)



▲展品希望勾起人們對於未來居住空間的設想。



▼參觀者可畫下自己理想建築形態，並通過網路分享。



▲一個年代悠久的紅色雙喜糕點漆盒，證明了華人在溫哥華居住的歷史。

【明報專訊】一個旨在啟發人們對未來城市生活空間進行思考和創新的「你未來的家：創建新的溫哥華」(Your Future Home: Creating the New Vancouver)展覽將於明日在溫哥華博物館(Museum of Vancouver)開幕，主辦方通過展示20位著名建築設計師及城市規劃師等的研究結果和設計，令人們更加了解溫哥華這個城市，並積極參與共同尋找未來解決方案。

溫哥華博物館策展與參與部主任德瑞塞(Gregory Dreicer)表示，可負擔房屋、交通、居住密度及公共空間等都是目前溫哥華最熱門的話題，展覽通過向人們展示這個城市的歷史、現在及未來，令人們更加了解這個城市，更重要的是令市民都參與進來，思考城市未來的解決方案，並分享各自不同的想法。另外，為了吸引更多華裔市民參加活動，博物館還首次為展覽設立中文網頁www.newvan.ca，希望所有市民都可以為溫哥華未來城市發展獻計獻策。

展覽由溫哥華博物館及溫哥華城市協會(Vancouver Urbanarium Society)共同主辦，將於1月21日至3月15日在溫哥華博物館展出。

德公司欲開通 溫市維市直航渡輪

【明報專訊】以西雅圖為基地的Clipper剛獲德國著名渡輪服務公司FRS收購，並於昨日公布有計劃擴展在加拿大的航線，除原有的維多利亞至西雅圖一航線外，亦考慮利用溫哥華的新中心提供接駁溫市和維市中心的渡輪。

Clipper創辦人、行政總裁兼主席托爾(Merideth Tall)表示，與FRS結合可讓公司擴展旅遊產品，為顧客提供更多選擇，包括溫哥華和古巴。有關溫市新中心的詳情有待公布。Clipper公司有30年歷史，現有高速渡輪服務往來維市至西雅圖，以及由西雅圖至聖胡安群島(San Juan Islands)；而它是另一間擬提供來往溫市及維市渡輪服務的公司。較早前，一間澳洲公司亦有計劃在今年內提供以遊客為主，同類航線的服務，票價估計需單程80元。

至於Clipper的計劃，票價暫未有詳情，而托爾指，開始時只會一日一班，並同樣以遊客為主。

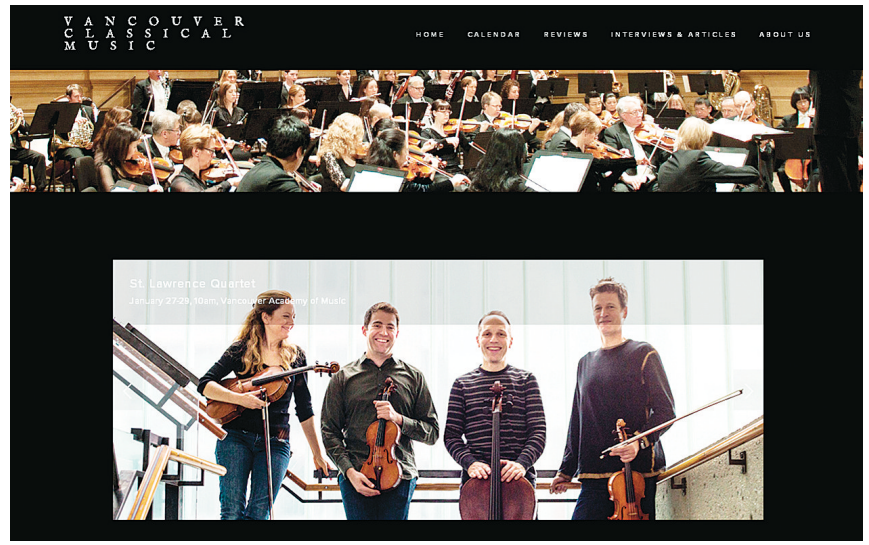
卑詩運輸及基建廳長斯頓(Todd Stone)回應，去年10月省府宣布維修及改善維市Belleville碼頭，現已收到成效，並指上述公司擴充服務是本省一個好消息。他續指，兩間有意引入服務的公司，在渡輪服務方面均具經驗，「他們計劃提供的服務是以擴展遊客市場為目標，而旅遊業是本省創職計劃的重要類別，對全省很重要。」

卑大樂迷教授 培養華生賞古典樂

特設古典音樂網 分享本地樂訊



▲卑大經濟系紐曼致力於推廣社區對古典音樂文化的認識。(張伶鈺攝)



【明報專訊】卑詩大學(UBC)經濟系教授紐曼(Geoffrey Newman)經常受邀評論匯率、中國經濟等重大財經議題，他不僅專精經濟，在課餘還是古典音樂樂評家，近幾年在華人學生的幫助下建立古典音樂網站，成為本地古典音樂會節目的重要參考指南。

紐曼為了帶動中國學生聽音樂會的風氣，曾一次利用主辦單位贈票的機會，帶著100名學生欣賞交響樂表演，後來還有來自上海的愛樂人士希望向他取經，盼能建立類似的古典音樂網站，在當地推廣古典音樂節目。

紐曼說自己的母親是聲樂家，父親則是音樂製作人，而自己從小拉小提琴，而聊起音樂，他可以像上課一樣，滔滔不絕說上幾個小時。

對他來說，經濟學是他的專長和謀生工具，而古典音樂則是一輩子陪伴他成長，與他形影不離的真正興趣。

紐曼收藏古典音樂的黑膠唱片及CD超過2萬張，有些經典曲目，同一支樂曲可能有20種不同樂器或不同音樂家的表演版本，以「古典音樂圖書館」形容他的收藏並不為過。

紐曼說，他在2013年設立www.vanclassicalmusic.com古典音樂網站，其實是無心插柳。他提到，他曾有11年時間在倫敦及紐約居住，那時他幾乎是Royal Festival及Wigmore Halls音樂廳的常客。2002年到卑大任教後，他注意到溫哥華有本地及自世界各地移民而來的音樂家，經常有大師級的表演，只是樂迷似乎不如大城市，且還呈現逐年減少，舞台上空座位愈來愈多，於是他開始思考是否能以一己之力，為推廣古典音樂文化做些什麼。

紐曼在2013年時認識當時修課的華人學生萬誠，並在他的幫助下架設了音樂網站。

萬誠說，建立網站的目的是為了讓想聽古典音樂的本地人士，只需要在一個網站上即可獲取這段時間所有音樂會的訊息，所以網站建立了音樂會月曆，只要打開本月月曆，即可看到本月大溫的古典音樂會訊息，並可連接到每個樂團及賣票網站。

除音樂會訊息外，紐曼課餘邀請音樂家進行訪問，讓樂迷可深入音樂家的學習及生活，成為網站受歡迎的另一原因。紐曼專訪過的華人音樂家包括李雲迪。

也是紐曼經濟學班學生的鮑凱麗在卑大主修科學及音樂，她學習鋼琴多年，她說自己是被紐曼想推廣古典音樂的執著信念打動，她還提到，紐曼特別希望推動中國留學生去聽音樂會，有一次主辦單位贈送他100張音樂會入場券，他帶了100名學生去聽音樂會，許多是中國學生。

提到網站未來的計劃，紐曼說，為了讓更多華人了解古典音樂，他希望找到合適的人選，將他的音樂文章翻譯成中文。明報記者張伶鈺報導

血管壽命影響生命長短

保護血管和微循環系統的天然保健品
ELIPULSE®一粒寶

BC DRUGS™ 卑詩藥房 獨家有售

人們都害怕癌症，其實血管疾病更可怕，以最常見的動脈硬化為例，它所引發的冠心病與腦中風在全世界每年要吞噬800-1000萬條生命，遠遠多於死於癌症的患者。其他症狀如：肢體麻木、視力下降、血管性頭痛、腎血管功能障礙、下肢浮腫和沉重感、四肢靜脈曲張發涼、或多或少也是血管及微循環障礙有關。血管和微循環堵塞，心臟泵血不足，會導致血管向全身主要臟器器官運送營養物質與氧氣的能力下降，因此，重視血管保健刻不容緩。採用純植物原料的天然保健品ELIPULSE®一粒寶，作用於全身血管通道，具有去除血栓、緩解血管堵塞造成的疼痛、溫暖保養全身血管通道及脈絡，保護微循環，是中老年人疏通軟化血管、保養血管內皮、預防糖尿病血管併發症，養護心臟，改善心慌、胸悶、氣短、乏力症狀，從而提升心臟、腦及各主要臟器器官活力，預防梗塞的安全有效產品。

ELIPULSE®一粒寶，加拿大天然健康食品編號(NPN 80043663)，BC省出品，採用植物膠囊，天然原料保證綠色無任何污染殘留。現在購買可享受特價優惠，買兩瓶送一，卑詩藥房免費送貨。

送給中老年人最好的禮物
冬季養護血管正當時

西醫診所提供
隨時看病服務
快速預約腦專科、
腎專科、心臟專科、
糖尿病專科
(需醫生轉診)

9618 Cameron St., Burnaby 電話: 778-999-9966
(本拿比 Lougheed Mall 沃爾瑪商場西側, Lougheed Plaza 1層和#282)

馬山總公所通告

2016年1月17日第六十八屆新理事會就職典禮已順利完成，本屆理事會將秉承馬山傳統精神竭盡所能為鄉親服務。非本公所理事會發出的一切通告、言論及行為皆與本公所無關。

馬山總公所
2016年1月20日

解人手嚴重短缺困局 卑詩增聘1643全職護士

【明報專訊】省衛生廳昨日宣布，將在3月31日之前，增聘1643名全職護士，估計大部分名額能夠從現有兼職護士中補上。

卑詩省衛生廳長萊克(Terry Lake)昨日連同卑詩護士工會(BCNU)總裁杜特爾(Gayle Duteil)一同作出上述宣布。除了省府與工會之外，省下屬各衛生局、卑詩醫療僱主聯會(Health Employers Association of BC)都有參與招聘。

杜特爾指出，本省護士短缺的情況十分嚴重，不少護士要輪班16個小時，急症室及手術室經常沒有足夠護士值班。杜特爾相信，在不到三個月的時間聘用1600多名護士，不會有太大困難。因為目前約有7000名護士以兼職的形式應聘，下班後又會從事護士以外的工作以維持生活，償還學生貸款，她有信心不會出現求過於供的現象。



萊特(左)與杜特爾宣布增聘1643名全職護士。(陳志強攝)

萊特指出，這次招聘行動將會優先考慮本省護士，然後才是外省護士，最後才會到國外招聘。

萊特未有透露招聘這批護士，究竟需要多少錢。他只是說，每一個衛生局在其3年預算之內，已經撥錢出來應對招聘，不需要額外撥款。而招聘行動本身，大概需要50萬元。菲沙衛生局(Fraser Health)行政總裁馬卓拔(Michael Marchbank)則指出，每聘用一名全職護士，一年大概花費10萬元。萊特指出，每一個地區的招聘金額不一樣，內陸偏遠地區，薪金要更高。

他又指出，隨着人口老化，省府的財政壓力也愈來愈高。他說，醫療預算不可能每年都能維持4、5、6%的上調幅度，這並非可持續。

根據計劃，各衛生局增聘目標是：溫哥華沿岸衛生局(Vancouver Coastal)235人；菲沙衛生局(Fraser Health)400人；天佑醫療護理(Providence Health Care)80人；北部衛生局(Northern Health)100人；內陸衛生局(Interior Health)300人；島嶼衛生局(Island Health)290人；省醫療服務管理局(Provincial Health Services Authority)238人。

捐血救人 福有攸歸

充公犯罪資財200萬 華裔探長獲表彰

馬探長因致力將
犯罪分子的不法
所得充公而獲局
長表揚。
(陳威麟攝)



馬探長的工作伙伴 Mark Langham (左一)、Andrew Pope (右二) 與范偉邦 (右一) 均稱，馬探長是在眾人說服下才願意前往領獎，否則他還有工作計劃。(陳威麟攝)

【明報專訊】溫哥華市警昨日舉行頒獎典禮，嘉許好市民及表現英勇的公職人員。一名毒品調查組 (drug unit) 的華裔探長，因致力充公犯罪分子的非法所得超過200萬元，令不法之徒付出沉重代價，獲局長表揚。

典禮於昨日上午在市中心 Roundhouse 社區中心舉行，由溫市警方發言人芬徹姆 (Randy Fincham) 主持，且由溫市警「一哥」帕爾默 (Adam Palmer) 局長，以及代表市長出席的溫市警務委員副主席麥姬 (Sherri Magee) 頒獎。

效力溫市警 25 年的華裔馬探長 Dwain Mah，自 2009 年起鑽研卑詩民事充公辦公室 (Civil Forfeiture Office) 的相關法規，將超過 200 萬元的罪犯不法所得充公，貢獻不限於溫市警轄區。他是卑詩省目前唯一專職處理此類業務的警務人員，這些資金都被用於各個地區的犯罪防範與受害人服務。

馬探長表示，他在加入毒品調查組後發現，很多疑犯雖然被起訴，但他們的非法所得資產卻毫髮未損，因此開始研究本省民事充公法規。他提到自己在香港出生，小時候跟隨家人移民加拿大，32歲時才加入警隊，曾在阿爾伯達大學 (University of Alberta) 取得商業學士學位，亦曾有會計方面的工作經驗，此背景對後來專注於民事充公項目有相當幫助。馬探長還說，雖然他很熱愛各類需要

出動的警察任務，但目前的工作內容亦讓他感覺非常滿足，因為民事充公不僅能減少犯罪組織的資金，更能讓各個社區因此獲益。他強調這類不法分子平時根本沒有繳稅，因此將他們的非法獲利充公，並無所謂不公平的問題。

與馬探長同組的警員則表示，他平時熱愛工作，昨日是在眾人說服下，才願意出席典禮，否則他原本還有另外的工作計劃。

今年除原有獎項外，還增設「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」(Jim and Vicki Chu

Community Safety Leader Award)，溫哥華市長羅品信 (Gregor Robertson) 曾說，當局提議增設這個以朱小孫夫婦為名的獎項，便是要感謝兩人對本地的付出。

新增的「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」是為對社區有貢獻的一般民眾設置，首次得獎者為溫哥華南區社區警務中心 (Community Policing Centre) 的執行主席 Adrien Balazs，她在當地擔任義工超過 17 年，在 1998 年接下執行主席職位，帶領超過 150 名義工投入治安防範工作。



首次獲得「朱小孫夫婦社區安全領袖獎」的溫哥華南區社區警務中心執行主席 Adrien Balazs。(陳威麟攝)

多族裔春節習俗分享

【明報專訊】溫哥華公共圖書館定於1月23日(星期六)下午2至4時，舉辦多族裔春節習俗分享活動，將以各族裔的母語和英語，用音樂、舞蹈、小品等形式，演示各自的春節傳統。地址：溫哥華中央圖書館 (350 West Georgia St.)，查詢請電 604-331-3603。

大溫地區天氣預測

今天	1/21 (四)	1/22 (五)	1/23 (六)
陰雨 6-9°C	雨 7-11°C	陣雨 6-9°C	陰雨 3-8°C

世界部分城市天氣預測

城市	溫度(°C)	概況
卡加利	-12 - -4	雲雨
愛蒙頓	-16 - -8	多雲
溫尼辟	-17 - -8	多雲
多倫多	-9 - -3	多雲
渥太華	-18 - -8	晴
滿地可	-17 - -8	晴
三藩市	9 - 15	晴間雲
洛杉磯	11 - 19	晴間雲
紐約	-3 - 3	晴間雲
香港	14 - 19	陣雨
台北	16 - 19	陣雨
北京	-11 - 0	多雲
上海	3 - 4	陣雨
廣州	11 - 14	小雨
新加坡	26 - 33	雷雨
東京	1 - 11	晴間雲
悉尼	23 - 34	晴
倫敦	-1 - 5	晴



多名CORD成員及支持者在市中心高舉標語遊行。(伍皓婷攝)

加國罕見病患者300萬 籲獲同等醫療服務

【明報專訊】本國團體「加拿大罕見疾病組織」(Canadian Organization for Rare Disorders、簡稱CORD)昨日在溫市中心舉行研討會，要求三級政府盡快落實由該組織提出的「罕見疾病策略」，讓全國近300萬名患有罕見疾病的病人，獲得與其他病人同等的醫療服務，並且要求政府撥款資助相關研究。

根據CORD的資料，醫療界已知罕有疾病超過7,000種，而在本國目前有近300萬名患者，即每12人便有1人患上罕見疾病。而這些病人當中，高達三分之二是兒童，其中三成病童在5歲前不敵病魔逝世。CORD指出，很多患者因為未能及時被確診或獲得治療，而失去康復機會，有部分病人因為目前的醫療系統未能提供協助，而感到被遺棄。

CORD昨日在溫市中心舉辦研討會，該組織

主席Durhane Wong-Rieger表示，本國在癌症、心臟病、糖尿病等較常見疾病擁有顯著的醫學成就，但是罕見疾病的支援卻明顯不足。Wong-Rieger表示，CORD去年5月發表的「罕見疾病策略」，是一個進取但可實行的計劃，她說本國擁有不乏醫療和研究人員，只要三級政府願意，便可立刻落實。

研討會結束後，多名CORD成員及支持者在市中心高舉標語遊行，沿途宣傳。

組織提出的「罕見疾病策略」分為5大目標，第一個是「改善嬰兒健康檢查及預防」，設立全國性檢查機制，及早發現疾病；第二個是「提供快速及同等醫療服務」，讓罕見疾病患者接受與其他病人一樣的醫療服務；第三是「加強社區支援」；第四是「提供長遠治療」；第五是「創新研究發展」。

卑詩糖尿病患 料增至46.3萬

【明報專訊】加拿大糖尿病協會(Canadian Diabetes Association)發布最新數據顯示，卑詩省糖尿病患者今年預計將增至46.3萬人，佔本省人口的28.2%，比2000年時增加了一倍，預計到2025年糖尿病患者還將增加40%。

加拿大公眾衛生局(Public Health Agency of Canada)預計，報告公布的46.3萬糖尿病患者中，約有30%尚未確診。

報告強調說，必須採取行動應對糖尿病患者激增的問題。加拿大糖尿病協會卑詩及育空地區主任尼斯基(Julie Knisley)指出，糖尿病理應引起足夠重視，因為這不僅是糖尿病患者及其家庭的問題，亦是全省面臨的問題。她還表示，協會致力於糖尿病的教育、研究、宣傳、改善治療及合作預防等，以支持居民健康生活。

糖尿病是一種慢性疾病，患者喪失產生胰島素的能力或產生的胰島素無用，這將導致血糖高於標準值，如不進行治療，將會引發嚴重的併發症。

在糖尿病早期，患者血糖高於正常，但尚未到達確診為2型糖尿病的水平，不過其中一半未來會發展成2型糖尿病。糖尿病患者必須維持均衡飲食、規律運動、監控血糖水平，必要時使用藥物控制等。2型糖尿病與生活方式、種族背景、社會經濟狀況及環境等因素都有關。



12籃

網址: www.12baskets.com

總店: 6600 No. 3 Road, Richmond (Richmond Centre, Tim Hortons 正對面) 604-270-7831, 604-270-7851
分店: #110-8231 Cambie Road, Richmond (T & T 大統華超市旁) 604-270-1838, 604-279-1864
分店: #101-2048 West 41st., Ave. Vancouver (Kerrisdale) 604-261-7838, 604-261-7839
分店: 4556 Kingsway, Burnaby (Willingdon & McKay 之間) 604-430-5520, 604-430-5590

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

大棗藥登水果類抗氧化之冠，含豐富低聚糖和酸性多糖，保護肝臟、抗過敏。
100% 有機大棗 (黑棗、西梅) 濃縮精口服液 Nu-Energy
100% Certified Organic Large Prune Extract Drink

大棗精最大的營養價值在於它含有豐富的膳食纖維與果膠，可以幫助消化和軟便。含極高的維生素C、鈣、鐵質有很高的利用價值。多用於補中益氣和調理身體。故對貧血、血小板減少、肝炎、乏力、失眠有一定療效。

【功能】
增進體力、安神補血、明目活血、暖腸胃、利水解毒、美白潤膚、助消化、解便秘、美肌、減肥、糖尿病、癌症和化療患者的最佳營養補充品。

【作用機轉】
● 自然界食物中以黑色最好，其營養成分排列以黑色最佳，其次是紅色、橘色、黃色等。
● 大棗含豐富維生素C 有極強的抗氧化活性，能促進膠原蛋白合成的作用，充足的維生素C 能促進生長發育，增強體力和減輕疲勞。
● 含補血因子：鐵；對貧血、血小板減少有效，如：病中病後、手術中、孕婦補血、產後調養。
● 含鈣、鎂、鉀對老人骨折、骨質疏鬆、心肌無力、腎炎、乏力、失眠、糖尿病患者有效。



12 Ampoules / 20ml



來自加拿大北極圈~富含 Ω3 (Omega-3) 多種不飽和脂肪酸 EPA、DHA、DPA
海豹 (狗) 油 液態軟膠囊 Pure Harp Seal Oil Softgels
Extra Strength Source of Omega-3 Fatty Acids

海豹體內凝聚厚實的脂肪，富含 Omega-3 不飽和脂肪酸、角鯊烯 (Squalene) 及維生素 E。Omega-3 的功效已被醫學界肯定，具有淨化血液、平衡血壓、血糖、增進腦、心血管健康等。海豹為哺乳動物，體溫接近人類，因此海豹油經人體服用後，吸收力極好。

【功能】
降血脂、預防心臟血管硬化。促進大腦及神經系統發育。清除女性面斑、調節內分泌、降血糖。肌肉神經炎、改善關節筋骨活動和皮膚炎。

【作用機轉】
● 實驗證實 Ω3 在懷孕時可預防：因懷孕引起的高血壓、延長懷孕期、增加體重和減少早產兒的發生率。
● 一份英國研究報告稱 80% 以上精神分裂症的患者都缺乏 Ω3，沮喪和精神衰弱與 Ω3 的不足有關係。
● Ω3 油酸可以緩解過敏、氣喘症及自體免疫疾病 (紅斑性狼瘡、類風濕性關節炎、乾癬) 所引起的發炎症狀。
● 其他可改善的症狀：經痛、阿茲海默症、過動症及精神不能集中 (ADHD)。



NPN 80047344
250 Softgels / 1000mg
NPN 80023120
250 Softgels / 500mg

