

小炒王
Cheung's Kitchen

2111-Centre St. N. Calgary
403-277-9933 403-874-6226
訂座電話：

晚飯小菜、和菜套餐、消夜打冷

營業時間
七天營業
星期日至四
4:30pm - 1:00am
星期五/六
4:30pm - 2:00am

以下每款需連同一款正價小菜同時享用
每款特價

\$8.88

九江鹽焗雞
薑蔥爆豬頸肉
避風塘茄子
五味鴨
煎封龍利
腰果蝦仁

晚飯超特惠大酬賓
本期特價推薦

薑蔥龍蝦 \$29.95

合時靚燉湯

花旗參燉竹絲雞
藥膳燉竹絲雞
藥膳燉老雞
白糊椒燉豬肚

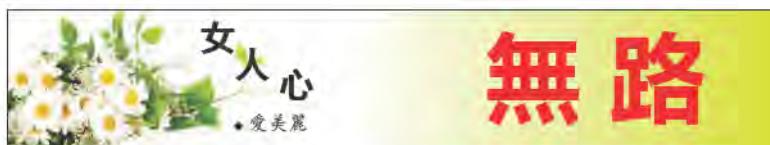
滿 \$50 食品 (稅前計)
送 白灼蝦壹碟

滿 \$80 或以上 食品 (稅前計)
送 煎封龍脷壹條 (特價餐及套餐除外)

宣食惠顧

另備多款 精心配搭 和菜及套餐

所有特價祇限堂食



這些年，愈來愈多聽到朋友的家人、同事等，患了抑鬱症。

為什麼當人兒生活富足無憂時，患抑鬱症的個案竟會上升？不是應該下降嗎？

甚至，有報導指出，文明現代城市的人口中，超過百分之五十的人兒或重或輕，都呈現抑鬱症的病徵。

最危險的，是不少患者，是不知道自己有抑鬱的病症，家人親友亦未必察覺。

有些病患者，其實發現自己在情緒、思想、健康、飲

無路

食和睡眠習慣上出現了異樣及問題，但是，他們不想承認、不懂面對、不敢接受，就這樣不了了之。

有些病患者，自己或家人親友決定求醫，定時復診服藥，可惜，未見好轉，漸漸放棄。

也見過一些病患，被家人親友帶去找醫生幫助，可是不肯按時服藥，因藥物令他們疲勞欲睡，彷彿地，影響日常工作模式。

以上的情況，皆令人擔憂。

尤其，患者的家人親友，不知所措，不知從哪方面去幫助解決抑鬱的困擾。每天的憂

慮，非筆墨可形容。

他們嘗試鼓勵患者到外面走走，呼吸新鮮空氣，曬曬太陽，融入大自然的美麗世界裡，舒懷釋懷。

他們也嘗試跟患者多談話溝通，幫助了解問題的範圍，甚至一直追索問題的源頭，好讓對症下藥，希望把問題淡化並解決。

他們亦嘗試要求患者隨時聯繫，報告行蹤，以防萬一，更希望患者需要找人傾訴時，可以致電或傳短訊，不分晝夜。

家人親友們都努力去參與、去幫忙，用心思，用時間。。。。。

可是，總是力不從心，未如理想。

最近，有報告指出，因為家人朋友都不是專科醫生，所以不應該用溝通談話去了解患者的情況，更不應嘗試去解開患者的心結，可能，以為是幫忙的，欲把事情弄得複雜、把思想情緒繞得混亂混淆。

報告建議，作為家人朋友，多陪伴，多聆聽，正面積極地存在著，鼓勵求醫服藥，聽取專業意見。

多主動留心察覺患者的言談舉動，讓他們知道有家人親友的關心愛護，有專業醫護人員的細心治療。

他們並不孤單絕望。

山重水復疑無路？柳暗花明又一村。



誠聘營業代表 有效在職培訓才能令你收入提高

Effective Training = Higher Income
Toyota Product Advisors

Extraordinary selling skills equal exceptional compensation. You could earn a six-figure income by joining one of the auto industry's strongest manufacturers, plus one of the more reputable dealerships in Calgary. Your commitment and dedication to applying an uncommon customer service experience coupled with a thorough knowledge of our award winning product line will ensure your professional success.

Our Product Advisors sell both new and pre-owned vehicles and enjoy assisting our clients with making an informed decision with professionalism and poise. Honesty, sincerity, integrity have allowed this dealership to prosper over the last 35 years and these qualities translate into your personal and financial growth.

Whether you are a professional salesperson or have the

drive to achieve higher goals, we provide the necessary training and have the reputation and the product that will bring you success.

In addition to the foregoing and a bright future we offer BASE SALARY; GREAT COMMISSION; MONTHLY AND ANNUAL BONUS; INVENTIVE PLANS; EXTENDED HEALTH BENEFITS, DENTAL, VISION AND MUCH MORE.

Please apply in person or forward resume to:

STAMPEDE TOYOTA
2508 24 AVE NW
CALGARY AB T1Y 6R8



STAMPEDE

愛民頓兩天遊

- 亞伯達省大學植物公園 (一)

• 志永

一個多小時車程，經過大片油菜花田，二時來到位於51227 AB-60，Spruce Grove，由亞伯達省大學於1959年建立的亞伯達省大學植物公園University Of Alberta Botanic Garden，前稱泥盆紀植物園Devonian Botanic Garden。因今年完成新建阿迦汗花園工程，開放時間延遲由6月29日至9月3日上午10點 - 下午6點，門票成人\$15.85，65歲以上\$11.75，花園不准帶寵物入內，有認證服務動物例外。花園內可以拍照，但不許使用無人機航拍。李會長振臂一呼，先在禮品店前來張團體相才自由活動，各人即時埋位，由全程攝影師梁啓希拍照，回來第二天通過電郵收到相片，高效率，抵贊。梁太派給每人一張地圖，公園佔地240英畝（97公頃），是座「森林中的花園」，設有5個不同

主題園區，可以參加45分鐘乘電動車的導賞之旅，在戶外Patio咖啡廳享用午餐，盡享悠閒。

我們只有2小時，靠雙腳，爭取時間當然先參觀今年落成全新阿迦汗花園Aga Khan Garden，得到伊斯蘭教什葉派的伊斯瑪儀派Ismaili的現任最高精神領袖阿迦汗殿下2009年捐款2500萬元興建，佔地4.8公頃，結合伊斯蘭花園元素和加拿大西部寒冷氣候花園景觀，是加拿大西部第一個伊斯蘭風格花園，世界上最北部的伊斯蘭花園。

入口處灰白色金屬板步道，兩旁天然森林的「林地花園Woodland Bagh」，Bagh 波斯語即花園。來到一座長長黑色花崗岩「反映池The Reflecting Pool」，池水反映天際與樹木。太座說它像艘船，圍着它的鵝卵石是海水。繼續前行，這

個牆上出水口是否進入主景前洗手用？太座嘴角微翹說這是裝飾藝術。望到林蔭盡處，花崗岩和石灰石的平台Talar，Talar波斯語即「寶座」。平台牆上線條水流瀑布，地上鋪深淺不一黑白灰幾何圖案地磚，似萬花筒不斷變化。寶座一邊是長斜路，方便行動不便輪椅人士，另一邊是梯階，我倆拾級而上，嘩！這座雄偉的寶座平台，視野開揚，頂層兩邊各有十座白色的長方形石柱，中間是塊刻上線條四方黑色大理石，中央嵌着五瓣亞伯達省花野玫瑰噴泉。新郎新娘和伴郎伴娘們穿梭石柱間取景拍照，這一邊又另一對新

人，高雅環境中添上喜洋洋。從鏤空花環圍欄往下望，愜人心魄伊斯蘭的四邊形花園佈局，Chahar Bagh波斯語即「四個花園」。傳統伊斯蘭幾何圖案地磚，中軸直線排列水道各式瀑布、噴泉、反映池，流入濕地卡拉池塘 Calla Pond，一氣呵成。水在伊斯蘭庭院中組成重要部分，視為賦予生命，維持生命和淨化生命。兩側綠油油草坪和花圃，出塵景色，展示古老藝術形式。太座忍不住直奔下去，跳躍水中石墩。我靜靜讓幾何水景瀑布流水聲，洗滌心靈，洗淨思緒。欲知後事，且看下回。



新阿迦汗花園之四個花園 Chahar Bagh



幾何水景瀑布

「旅遊資料只供參考，更多相片請登入chewing33.blogspot.com或聯絡電郵chewing33@gmail.com」

亞省農場開放日

芒果布甸

8月18-19日，是亞省每年的農場開放日。想去感受田園風光，親近牛羊，品嘗各式農家美食以及購買農場副產品的朋友，這個就是最好的選擇。開放日分兩日進行，你可以選擇去北邊或者中邊的農場，在它的官網上都有列明Open的農場名稱和地址。布甸去了好幾次，都是去不同的地點，每次去總是有新發現。除了能感受田園風光，還能和當地的農場主們聊一下天，或者和小動物親密接觸。各式農場既有種植向日葵的，也有可以u-pick的，羊奶製造廠，可以免費試食漢堡包的牛羊農場，養蜂場，小型的古董賣場，以及花園式的精致農莊等等。由於農場分佈較散，很少相鄰的兩家農場。所以為了免去勞頓和節約時間，建議去之前最好先在官網先規劃好線路圖，然後就可以放心遊玩啦。布甸的個人經驗告訴大家，一般一日內最多能玩2-3個，如果要玩更多，估計就會非常匆忙以及勞累啦。

★今年網站更新後，詳細羅列了各家農場的開放時間以及農場屬性，還附上圖片，也在主頁分類了Farm、Food和Tour，讓你可以更好的計劃自己的路線。有興趣的朋友不妨去體驗下。



以下是布甸向大家推介的幾個地點



Ellis Bird Farm: <https://www.ellisbirdfarm.ca/>

一個有鮮花，小湖，鳥雀，和餐館的雅致農莊。喜歡觀賞鳥雀的朋友不妨在每年4，5月的時候再去，因為7，8月的時候鳥雀較少，但花卉就開得很漂亮。

Rock Ridge Dairy: <http://www.rockridgedairy.com/>

詳細介紹了如何製造羊奶的過程，還可以現場購買新鮮的羊奶，和吃些用goat cheese 做的小點心。



▲羊奶廠的經營者，夫婦Patrick和Cherylynn Bos

◀Cherylynn Bos 在現場為參觀者講解製作的過程



Eagle Creek Farms: <http://www.sunmaze.ca/>

一個大型的Sunflowers Maze，場內還有一些適合小孩子玩樂的活動。



以下是它的網站

<http://albertafarmdays.ca/thank-you-for-attending-alberta-open-farm-days/>

一起來看看全球首例存活的7胞胎 二十年後的近況

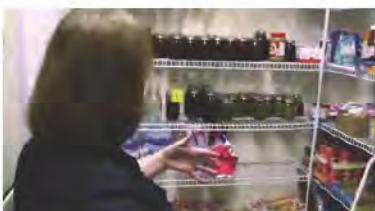
• 奇路迪雲

Bobbi和Kenny McCaughey於1996年1月迎來了他們的第一個孩子，但夫婦2人想要更多的家庭成員，但Bobbi排卵較困難，於是他們接受誘導排卵法。當他們發現共有七個胚胎成功存活時，夫婦二人都感到非常驚訝。醫生曾建議夫婦二人減少胚胎的數量以確保懷孕過程順利，但兩人最後還是同意保留所有的胚胎，一切順從主的天意。



當人們知道McCaughey一家將要迎來7胞胎時，他們都熱心捐贈各種生活必需品。其中還包括5,000呎的獨立屋，Kraft一年免費的cheese，尿布和一部Van。

家裏有7個新生兒和一個快兩歲的孩子需要共同照料，作為母親的Bobbi每天都十分勞累。夫婦二人還粗略統計過，家裏每天至少要替換52件尿布，消耗掉42瓶奶。由於孩子多，家裏開銷自然也大。所以他們只會購買特價商品，也會在自家的後院種植各種蔬菜，以求自給自足。



1997年，Bobbi剖腹產下7個孩子，他們分別是2lb5oz到3lb4oz。





7胞胎從一出生開始就備受關注，電視臺經常會採訪他們。圖為七胞胎的生日會。

不幸的是，並非所有孩子都完全健康。Alexis和Nathan先天患有腦癱，他們在溝通和行走方面均有障礙。但先天不足沒有令他們感到沮喪，Alexis成了高中成績最好的一個孩子，Nathan則堅持自己學行走，不依賴輔助儀器。

家裏有10個人用餐，自助的方式就成了家裏的慣例。Bobbi通常會在孩子們的幫助下先弄好幾大盤蔬菜和肉類，然後放在桌上，讓孩子們自行挑選。吃飯時家裏總是熱鬧非常，孩子們會分享自己當天在學校的各種活動和心情。

2012年七胞胎一起進入Carlisle High School就讀，當時就引起了校內不少轟動。隨著時間的流逝，孩子們都順利完成學業。

McCaughey家的小孩，雖然幾乎是同一時間出生，但每個都性格各異，也有不同的愛好和理想。他們現在早已遠離媒體，過回正常的生活。如果不是有人問起，他們一般不會主動和別人聊起家裏的情況。七胞胎之一的Brandon成年後當了兵，患有腦癱的Alexis做了老師，Kenny Jr做了木工，其餘的兄弟姊妹們各自有了自己的生活。



幼年的七胞胎在用餐



如果想要額外的消費品，例如手機或者iPad，七胞胎則需要自己打工賺取零用錢購買。



2016年七個孩子一起高中畢業



家裏面的大姐姐又如何呢？Mikayla已經成家，最近也有了自己的第一個小孩。



老爹又在幹嗎？當所有的子女都外出讀書，Kenny McCaughey總算有點自己的私人時間，於是他就買了一部電單車開始周遊列國。

◆ 思蜜達

改造小公寓 創意妙招



▲ 添入多功能家具

多功能家具趨勢流行已久，其美觀與實用兼具的特性，成為狹窄空間的救星。無論是能拆解與重組的辦公桌、可摺疊的沙發床、藏在巨型抽屜裡的輪床，都會是值得投資的商品。

▲ 用壁紙裝飾牆面

在裝飾住屋的視覺法則中，「壁紙」絕對名列前茅。深沉的壁紙顏色能夠帶給人靜謐幽然的現代感，而亮色的壁紙顏色則能提點出空間的明亮感，當陽光透過窗戶灑進來，那幅自然光景更是美不勝收。

▲ 創意又便利的凳子設計

以凳子取代有把手的椅子，不僅能夠節省空間，還能輕鬆收納。底部設計能夠裝書的壓克力凳子、可以拼湊在一塊變成長桌的拼圖凳子，或是內部能夠裝納物品的方形布料凳子，都是替你打造舒適生活的好朋友。

▲ 好好運用樓梯下的空間

樓梯下的空間，其實擁有巨大的發揮潛力——小家庭能夠將其改造成儲藏空間，喜歡閱讀的人可以在此處嵌入書櫃。而當三五好友來訪，樓梯下的小型起居室也能變成聊天、喝茶的好地方。

▲ 運用狹窄空間的巧思

方形的臥室設計，近年來也受到不少人的喜愛，很適合在一人住屋中使用。此外，藏在牆中的衣櫃、「更上一層樓」的臥房設計，以及能夠隨意拆卸的吊床，都是於狹小空間佈置出有趣變化的巧思。

▲ 以極具特色的家具為空間主角

如果你喜歡愜意的、有溫度的居家佈置，但又不想花一大筆錢作整體裝潢，可以考慮購入特色家具、擁有老件魅力的古董、華美的地毯與壁畫等，增添屋內的藝術氣息。



Raymond Lau

劉俊文
(英、粵及國語)

手提：403-830-6728

raymondla404@gmail.com

執業廿載
獲獎無數
經驗豐富
專業服務
忠誠快捷



202 - 5403 Crowchild Trail NW

公司：403-547-4102 傳真：403-592-7040

網址：www.raymondla.net**西北 Noland Hill 獨竪屋**

西北搶手年輕社區，樓上三房，主人套房，共兩浴廁。主層開揚光猛，花崗岩廚櫃檯面，不銹鋼廚具，土庫完成，另備特大睡房、娛樂室及浴廁。屋後雙車房。

~~\$469,000~~ \$459,000**西北 Citadel 鄰近學校**

兩層獨立屋，1910平方呎，3睡房，2個半浴廁，主層實木地板，廚房大理石檯面，有正規飯廳，樓上特大BONUS ROOM，寬闊睡房，新屋頂及SIDING，幽靜內街，步行到學校。

\$489,900

**西南 Woodbine 獨竪屋**

兩層獨立屋，2432平方呎，4睡房，2個半浴廁，客廳高樓底，間格實用，全屋新裝修，全新實木地板，新大理石檯面，地磚，新屋頂，全新三層窗，新油漆，不能盡錄，保養極佳。

只售 \$639,900

**Cliff Bungalow
兩睡房柏文招租**

兩睡房，一全廁，838平方呎，特大主人房，室內洗衣房及儲物室，地下暖氣車位，鄰近17Ave購物街及餐廳，月租\$1350包水及暖氣，可隨時入伙。

準備好 喬遷新居？

我們的靈活房屋貸款選擇和個人服務
將令您的房屋貸款體驗
更感舒適週到！



▶ 歡迎向我查詢詳情



吳沛中 Percy Ng
經理，流動房屋貸款專員
T: 403-681-1448
percy.ng@td.com

「論盡」樂壇
劉聞樂人
raytheguitarist.blogspot.ca



上星期講到比知樂隊（Bee Gees）已經成為絕唱，原因三兄弟的兩個弟弟已經病逝，只剩下大哥 Barry，其中孿生兄弟中的 Maurice 早於2003年1月12日因腸扭曲病發接受手術，但是手術後發生併發症，在美國邁阿密逝世，終年53歲。而遲他半小時出世的弟弟 Robin 亦於2012年5月20日因結腸癌

I started a joke....(2)

引致肝、腎功能衰竭在倫敦逝世，享年62。從此Bee Gees的歌曲已經成為絕響。其實比知兄弟還有一位最小的弟弟Andy，並沒有加入比知樂隊，1977年他的「I Just Want To Be Your Everything」成為美國Billboard連續三星期冠軍，紅極一時，可惜後期患上抑鬱症、菸酒、濫藥，最終於1988年因心臟衰竭於英國病逝，終年才30歲，真的是英年早逝。

自從Maurice逝世後，Barry和Robin都極度傷心，宣佈以後不再以Bee Gees名義演出，後來由芭芭拉史翠珊的努力遊說決定重出江湖，於2009年再次以Bee Gees名義演出。

比知三兄弟自小便受父母的音樂薰陶，父親Hugh是樂隊領班及鼓手，母親Barbara則是位歌手，Barry九歲已經開始用結他自彈自

唱，而當時六歲的 Maurice 和 Robin就幫他合唱。所以他們從小就在音樂中長大，個人覺得Bee Gees是流行樂壇史上最成功的三重唱，他們三兄弟完美的和唱，真的是無懈可擊，令人一聽他們的歌曲，很快會陶醉於旋律裡面，而其中「How Deep is Your Love」更是 Robin 指定要在自己葬禮中播出的歌曲，這首歌亦是個人特別喜歡的一首歌，旋律幽美，歌詞亦很有意思，難怪Robin選它為送自己最後一程的歌曲。

Robin有一段鮮為人知的婚外情，他與華裔女傭Claire Yang育有一名私生女。有傳媒報導Robin風流成性，喜玩3P，曾誇耀有超過100名性伴侶，而妻子 Dwina Murphy 是雙性戀者，夫妻倆平時各有各玩，互不約束，甚為開放。

我是聽Bee Gees的歌曲長大

的，其間當然有很多其他成功的樂隊，如披頭四（Beatles）、滾石樂隊（Rolling Stones）等等，但當我聽到Bee Gees的歌曲，便無法抗拒成為他們一輩子的樂迷，過去50年我還未找到另一隊樂隊可以用這麼和諧的混音去演繹，可惜再無可能在舞台上看見這麼一隊完美的組合。



中央北 Tuxedo



招 租

中央街夾 17 Ave, 1524呎，有7個獨立洗手盤治療室、接待處、員工工作室及衛生間。2泊車位。適合中西醫、獸醫或按摩服務、房貸或財務顧問、印刷及招牌...等生意。淨租(年呎價)\$20；雜費\$10。租客自付電費。



I.C.I.Certificate 商業地產經紀文憑
CPM 美加特許物業管理學會院士
FRI 加拿大地產學會院士
ACCI 加拿大分契物業學會院士
Certified Condominium Specialist 認證共管單位專家
Certified Negotiation Expert 認證談判專家
Realtor® Green 專業「節能房屋」經紀
ACIS 英國特許公司秘書
AFA 英國財務會計師
F.Inst.LEx. 英國法律行政員
Director's Platinum Award 董事白金大獎
卡城地產局百萬元經紀會員

李華生 Eddie Li

手機 : 403-667-3388

電郵 : eddieli@cirrealty.ca

誠徵 : 業主託售



(國、粵、客家、英語)

本人具 CPM®, FRI, ACCI, CCS 專業及物業管理經驗，絕對是投資客戶資產。任用 Realtor® Green 是保障買家建新房、買樓花的最佳選擇。

Capital Hill 咖啡、餅店



西北10街夾 20 Ave, 1140呎，近年新裝修，設備齊全。月租\$2,856 (連稅)。中央冷氣。水電費自付。

\$99,000

創業良機

市中心繁忙商廈 Food Court。沙律、湯、三文治快餐店，五天工作。

\$83,000

西北區唐餐館

接近 4,100 呎，145 座位，全酒牌。

\$586,000

西北 Kincora



2008年建，坐南，1760呎，獨立兩層屋，前進雙車房。二樓三睡房，Bonus Room。全屋兩個半全浴廁。可即時入伙。

\$438,000

大擡價：中央北「無管理費」全新排屋！兩層式三房兩個半浴廁，相連雙車庫。由三十五萬餘元起！

Discovery Pointe (1121-6 Ave SW) 車位 \$38,000

Mt. Royal 柏文 \$319,999

955呎，兩睡兩浴廁，室內車位，管理費\$428.12。

Airdrie 柏文 \$211,900

971呎，兩房兩浴廁，室內車位，管理費\$441。

西北 Beddington



1979年建，內街向南，新裝修，不鏽鋼電器，二樓三睡房，土庫部分完成有大廳。全屋個半浴廁，靚園藝，後園可蓋雙車房。

\$339,900

西北 Nolan Hill



2014年建，內街坐北，背向步行徑，2422呎。二樓 Bonus Room、三睡房、主層書房；土庫完成有大廳、工作室及全浴廁，大量Upgrades。

\$640,000

賣家「售前預檢」

至7月31日正午，卡城上市盤情況如下：

上市盤 (存貨)	Condo	Single Family	總數	較去年同期增減
銷售量	3,282	5,737	9,019	+29.25%
七月 (七月數據，長周末後發佈)	398	1,006	1,404	-9.48%
六月	529	1,374	1,903	-10.82%
吸收期	(現有存貨需多少月份全消化：未計日後新上市盤)			
過往30天計	8.10	5.55	6.27	

因有牛仔節，七月一貫是卡城房市淡月份。過往經驗，五千至六千個上市盤是「平衡市場」balanced market。九千上市盤，對於現有126萬人口的卡城是否過多，已不可只用過往準則作判斷。

房市放緩，有助租務市場，投資房業主應鬆口氣。據加國「抵押貸款專業人協會」Mortgage Professionals Canada近期報告：自年初實施之「壓力測試」新措施以來，近兩成準買家因無法獲批房貸入市，而拉低了成交量。傳統智慧：房市放緩，價格下滑，對整體經濟的長遠影響，不容忽視。例如：直接影響家私、電器、建材、律師、房貸、驗房、測量師及其他個人消費如餐飲業...等。市中心，不是有特許經營名牌咖啡及三明治店關門嗎？

上周末，在開放屋期間，有兩驗房師上門作推廣。間接說明生意難做。電郵更不時收到驗房公司收費打折的宣傳。

置業既是人生中最重要及大金額投資之一，花數百元驗房，是不可或缺：既買心安，更可避免購入不該買的物業（例如：結構問題、曾被用作種大麻...）。

部份準買家可能有個錯誤概念：以為花數百元驗房，相等於投保，收房後發現有任何問題，可找驗房師賠償！若了解行內操作，便可免該美麗誤會。驗房範圍涵蓋物業結構（包括：土庫地基、物業外圍（如牆、門、窗）、屋頂...）及室內三個輸送系統（水、電、暖氣及其有關配套）。共管單位、分契物業Condo，因很多項目屬共有業權，管理公司範疇，由管理月費支付；故有部份買家覺得沒必要找驗房師作測驗電制、電器及水喉、廁所等。

驗房師工作，當然不是那麼簡單。其工作範圍、標準都詳列在加拿大驗房師協會Canadian Association of Home and Property Inspectors的National Standards of Practice指引內。他們不少是建築業背景或專業工程師（例如：因石油業不景下崗而轉行）。該行業看似輕鬆，實則也有風險（例如：驗非常舊或破房，可能暴露於有毒物料中或不慎從車房頂高處墜下受傷）。

由於競爭激烈，名牌大公司或特許經營之Franchise驗房公司，可能稍佔優勢，但收費亦較貴。它們除提供房屋保養及維修指南

，電器召回通知，還可能提供以下額外買家保障：

(一)90天結構及機械保證（對於長交吉期買家，則在收房日計14天內）；

(二)霉菌、水管及排污、屋頂漏水。

現開始流行賣家「售前預檢」。其操作（雙方書面協議）如下：

(1)驗房師暫免費替賣家驗房。若物業在上市期內未能賣出，則費用豁免。

(2)物業賣出，賣家全數支付驗房費。

(3)買家可以50%成本價向驗房師購入該驗房報告（包括相關保證）；然後該買家支付之50%款項，會全數回扣給賣家。即：如驗屋費\$500，賣家最終支出為\$250。

(4)如買家選擇找其他驗房師，則房屋成功賣出，賣家便不享受任何優惠。因預檢可提前顯示任何不合規格事項，有助賣家在買家驗房前作修理，方便及促進成功交易機會。

閣下是準買家，可受這一套？正是生意難做，市場上買家少了；反過來先做賣家生意，也是一辦法：拋磚引玉，靈活變通！





Laurence Cheung

張一新 百萬經紀會員
(403)870-9488

email: lcheung@cirrealty.ca
www.bestbuycalgaryhomes.com



tel (403)294-1500

Wince Chau-Mah

總裁銷售大獎 馬周偉仙
(403)630-2280

email: Wincecm@gmail.com
LEADING REAL ESTATE COMPANIES OF THE WORLD



Panorama 前進車房

兩層三房四廁，前進車房，近301總站，雲石不鏽鋼木地板，特大後園。

\$379,900

代客招租

此處留給你的物業作廣告
佣金相宜
歡迎來電

\$373,737

Beddinton 特大雙車房

新裝修兩層三房，土庫完成，一房一廳，特大雙車房獨立屋。

\$378,800

著名Waterfront 河畔花園

河畔花園兩房一廁，靚河景，大露台連地，下暖氣車位。退休精選，可步行往華埠。

\$373,737

市中心 河邊花園大廈

1260呎，十一呎樓底，有泳池、健身室、桌球室，送三個暖氣大車位，三房兩廁，手快有。

\$550,000

代客招租

市中心，大房全新裝修，有地下車位。水電暖全包，短租，特平。

西北 Tuscan

獨立兩層，3睡房，2個半浴廁，地大，背向綠茵草地。

\$499,000

西南 Spruce Cliff

OPEN HOUSE: 本周六 2-4pm

#1802-55 Spruce Place SW Brava Building
兩睡房柏文單位、單邊靚市景，新油漆、新地板，連兩暖氣單位。

\$389,000

Waterfront 城市屋

兩層式，1200呎，兩睡房，兩個半浴廁，兩個車位及儲物室。

\$649,000

市中心豪華柏文 AXXIS

新上市

OPEN HOUSE: 本周日 2-4pm

2202-650 10St. SW
Sub-Penthouse，近1100呎，兩房兩全浴廁，9呎樓底，新壓木地板，靚河景及山景，近輕鐵站，連兩暖氣車位。

\$418,000

市中心豪華高層柏文

新上市

約1065呎，可步行至輕鐵站，皇子島公園，兩房兩全浴廁，單邊單位，靚河景。

\$499,000

卡城第一高中學區

Brentwood大平房上下分門，保證先到先得，步行往第一高中名校、泳池、圖書館、教堂、快餐店、大小商場共三個巨型百貨公司。全屋上三房下兩房，巨型雙車房加前進單車房加私家停車位。

驚喜價 \$529,900

出租物業神話

自從2015年亞省油砂業進入困難時期，不但影響房屋銷售，連出租市場都有戲劇性的大轉變！

想起2014年亞省的好景，不禁懷緬這歷史性的地產高峰期：樓價突破2007年的高峰之餘，租金也升上歷史新高；當時房價和大溫地區比較雖有不及，但租金肯定已超越他們了！市中心高檔柏文當時一房達月租千九，五十萬中檔兩房也可租三千五！如今人去樓空，空置率媲美當年八十年代，Pierre杜魯多推出國家能源政策，害到亞省雞毛鴨血兼雞飛狗走，卡城著名一元一間屋就在那時發生！

杜魯多家族對亞省的魔咒並未隨著Pierre的離世而消失，估不到三十多年後由他的兒子Justin掌舵，繼續以甜言蜜語欺騙選民，暗地裏卻對亞省落藥，加上無知無能省政府助紂為虐，如今卡城房價加劇下跌之餘，租務市場也一蹶不振！

不過話得說回來，磚頭在手怎樣說也

比一紙股票強，如果Nortel或雷曼兄弟並未令你浪子回頭，我衷心希望你不要像吸慣了軟性毒品的人轉吸芬太尼，然後自取滅亡！如果你在股票市場已經輸到怕還好，表示你可從今天起重新做人，做個實在的長線投資者，但如果你屢有斬獲，必然就踏上Accumulator財務產品的不歸路，應驗諺音I kill you later！

2018年卡城物業市場乃亂世，但我們不是要治亂世，而是要在亂世中混水摸魚；所以無需用重典也切勿用重金，成本少回報高就是混水摸魚的最高境界了！

首先，你就別想在獨立屋可以摸魚，保證你未摸到魚之前必被蟹鉗損傷；以今天的租務市場，養兩貓三狗四小孩的肯定天天找上門看屋，遇到他們你算幸運，最多就是聖誕節後1月1日沒錢交租；最怕你遇到先交現金三個月租金，然後告訴你放暑假去旅行別找他，之後過三個月你去追租；剩下的除了發霉的土庫及滿屋大麻味，就只有洋人鄰居的指罵了！



Address: 215-1110 CENTRE ST. NE
CALGARY T2E 2R2
Telephone: 403-262-0066
Advertising: 403-617-2100
Fax: 403-233-2172
Email: ad@trendweekly.com

Website: www.trendweekly.com

餐飲、娛樂、消費新動向

逢星期四
免費派發

www.trendweekly.com

- 免費網上分類廣告
- 免費買賣專欄
- 閒情一周全部內容逢周四上載

地產閒情

LCHEUNG@CIRREALTY.CA

張老師

但當然還有

例外：經紀同事剛出租了Aspen區160萬平房，以前可以租到四千五，現在只能租二千九，光地稅都花四成！

如果你有類似condophobia的恐懼症，雙主人套房的孖屋可能會好一些，主要也是成本低回報高的原因，要新靚好區因為主打young professional roommate！還有一種常滿出租物種，就是在大學附近靠近輕鐵站的陳舊平房，我叫它做劏房；上三房下三房分享一廚房及兩廁，多半學生來租，也有低收入人士，不難想像當中的繁瑣雜事，你不怕頭痛可以接受挑戰！

但為何要自討苦吃？這兩年三個客人在南部購買二十三萬大一房，租客都是專業上班族，一千三百元是少了點，但總比我另一客戶買46萬獨立屋租千八化算，也不像condo包火險要掏腰包。如果你不想做蝕本生意，給我來電也是一種選項！

Ming Wang

汪明

手提:(403) 874-5688

精通國、粵、英語
Email: mingwang@shaw.ca



Bill Loo

羅標

手提(403)560-5882

英語、廣東話

Marianne Chan

陳安莉

英語、廣東話

手提:(403) 815-2882

chan.ma@hotmail.com



GRAND
REALTY & MANAGEMENT LTD.
盛世地產

西北 Panorama Hills

兩層式城市屋，1100呎，樓上三睡房，主層客飯廳及廚房。土庫未裝修，前進單車房。**\$330,000**

東北 Vista Height

獨立兩層，1600多呎，樓上三大睡房，主人套房新裝修，前進雙車房。離市中心五分鐘車程，四通八達。**\$459,000**

房屋出租

中央街近64大道獨立平房，三房兩廳主層或分房出租。每房月租\$400，包家俬及水電煤。

Beddington 區三層仔屋

1100呎，三房兩浴廁，房子清潔乾淨，近巴士、學校、商場，已交吉。**\$279,000**

Lynnwood 城市屋

兩層，1040呎，三房兩浴廁，土庫裝修完成，連費便宜，已吉，歡迎還價。**\$259,000**

Thorncliffe 城市屋

四房，2.5浴廁，土庫完成，近巴士學校及超市。屋主回流，已空置。**\$229,000**

東北工業區，花店門面，**SOLD**，東主經營廿一年，準備退休或購買均可。

東北區近 32 Ave 夾 19 Street 工業廠房，廣闊停車場，門牌 096 呎 (32'x128')，可作多用途，前後大量停車位，後面有大卸貨區。開價**\$899,000**，機會難逢。

西北 Thorncliffe

56呎x127呎大地段，位中央街，951呎兩大房，高窗平房，新窗，靚木地板，大平台，後進車房，可步行至3號及301號巴士站。

\$439,900

西南 Woodbine

一手屋主！面對公園，實用面積 2163呎四房假四層，高樓頂，**SOLD**，第三層 walkout，屋後大陽臺，前進雙車房。**\$429,900**

東北 Falconridge 孫屋一對

投資或是自住，屋主回流割愛！步行學校及巴士站，近優閒及運動中心。兩間已經分契，內部新裝修，兩邊全新屋頂，新圍欄。

四房 Bi-level，兩全廁。\$259,900

五房平房，兩個半浴廁，露台、兩廚房。\$279,900

西北 Panorama Hills

兩層式 2385 呎豪宅，背向綠茵草地，樓上三房，高樓頂，w/o 土庫，專業完成，**SOLD**，共四浴廁，兩廚房，實木地板及瓷磚地，雲石廚櫃檯面，前進雙車房。**\$629,900**

生活中，也需要學會慢下來，安然地去聽聽自己内心深處的聲音。紛繁的世界，會傾聽自己的人，心靈寧靜，精神恬淡，生活從容，步態優雅。林清玄說得好：“當你面臨人生重大抉擇時，你可以聽別人的聲音，也可以聽自己的。但如果全聽別人的，你什麼事情也做不成。”

傾聽是一種境界，要用耳朵，更需要用心。

傾聽自己，就是自己與自己對話，讀懂什麼是心靈的真正需求，默默前行中砥礪心智，在内心深處不斷地為自己的理想加熱升溫，從而去創造生活的節奏和旋律，做最好的自己。

現代許多人，之所以感到生活痛苦，總是這麼患得患失，就是因為在人生的關鍵時刻，不能傾聽內心的聲音，從而迷失了自我。生命是一種姿態，只有你内心力量的存在才能引領你走出困境，到達你想要去的彼岸。只要心中擁有陽光和希望，我們就能看到萬物的微笑。

前不久，一位朋友在向我訴說一件刻骨銘心的往事時，我極為耐心地聽著，眼裡一直閃爍隨她情感衝浪而起伏的光芒。她高興，我報以會心的微笑；她悲哀，我陪著垂下眼簾；她落淚了，我溫柔地遞上紙巾……一直聽到日升中天，整整三個小時。她傾吐完了說：“謝謝你，很久沒有人聽我的心裡話了，我感到心情非常好，希望以後多和你聊天。”

耐心傾聽不是小事，它是一種美德，看似

細枝末節，卻體現著對他人的尊重、呵護和關注。人生不如意之事常有，做一回虔誠的聽眾，給他或她的孤獨以撫慰，給他或她的哀傷減半，給他或她的心靈斟滿愛的陽光。

閒暇時光，我喜歡走進山林，感受大自然，傾聽大自然的絮語。在放慢的脚步中，任由風兒橫衝直撞，拂去腦海陰霾；任由鳥兒呢喃啁啾，啼走心頭郁悶；任由水兒潺潺流淌，滌去滿身灰塵。傾聽，是親近自然的方式。傾聽自然，讓人心曠神怡，讓人品味人生。

“春聽鳥聲，夏聽蟬聲，秋聽蟲聲，冬聽雪聲。白晝聽棋聲，月下聽簫聲，山中聽松聲，澗邊聽瀑布，覺耳中別有不同。”清人張潮的《幽夢影》，令我豁然開朗。傾聽自然，就是對生命最原始的祈禱與敬畏。四季有情，天地有聲，只要我們保持一份恬淡適得的心境，敞開心靈，讓心靈穿梭於山川、田野、花香、溪畔、飛瀑間……那麼，我們就會在這萬籟天音中，歸於沉靜，找回真實的自己。自然的大氣，生命的美好，也會在這時得到最真實的體現。

一位哲人說過：“會傾聽他人的人是寬厚的，會傾聽自然的人是純淨的，會傾聽自己的人是豐厚而智慧的。”品天地萬物，讀人間百態，生命的意義，就在於傾聽。梳理心緒的煩亂，學著傾聽，感受寂靜之美，收藏快樂，潔淨心靈。

◆此文摘錄網絡

傾聽之美

很喜歡電影《逆光飛翔》，天生盲者靠傾聽呼吸彈琴，實現了自己的夢想；心灰意冷的舞者用傾聽自己的心音，獲得了芭蕾舞團的資格。他和她都是非常善於傾聽心靈的召喚，朝著自己認准的目標飛翔，譜寫了生命的強音，把人生演繹成了詩與畫。

Shaw BlueSky TV 912 台
登記熱線 1-877-799-4990

SHAW 516 台
登記熱線 1-888-472-2222

Bell 677 台
登記熱線 1-888-759-3474

TELUS 2810 台 HD
登記熱線 1-888-811-2323

週日
首映



三生三世十里桃花

8月5日 5PM/10PM

主演：劉亦菲，楊洋

每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四 THURSDAY Aug 2	星期五 FRIDAY Aug 3	星期六 SATURDAY Aug 4	星期日 SUNDAY Aug 5	星期一 MONDAY Aug 6	星期二 TUESDAY Aug 7	星期三 WEDNESDAY Aug 8
1:40 新聞重播	0:15 最後勝利	1:55 娛樂新聞	0:50 香港有線新聞	0:20 香港有線新聞	2:00 新聞重播	0:30 風暴
3:00 漢江風雲	2:30 新聞重播	2:20 香港有線新聞	1:25 救世神棍	0:55 一見鍾情	3:15 攝氏32度	2:40 新聞重播
5:05 驚身	3:45 飛虎雄師之極道戰士	2:50 有線中國組	3:30 偷偷愛你	2:50 監獄風雲	5:10 完全失控	3:55 愛上我吧
7:10 尊尊無上2之永霸天下	5:40 憤鬼你之血光之災	3:10 最後勝利	5:20 黑玫瑰義結金蘭	4:55 運財至叻星	6:40 東京奏鳴曲	5:45 蘭氣逼人
9:00 我愛777	7:20 少年刀手	5:15 魔畫情	7:05 當男人變成女人	6:40 三生三世十里桃花	8:55 三生三世十里桃花	7:20 性感都市
11:00 急診科醫生	9:10 漢江風雲	7:05 雀聖2自摸天后	8:50 怪俠多羅羅	8:50 仙樂飄飄	11:00 急診科醫生	9:20 東方三俠
12:00 當你沉睡時	11:00 急診科醫生	9:05 妻骨未寒	11:30 溫錢男女	11:00 急診科醫生	12:00 獵中花	11:00 急診科醫生
12:45 機動部隊-警例	12:00 當你沉睡時	11:00 尋找高端美食	12:30 拾回感動	12:00 當你沉睡時	13:20 莉問:終極一戰	12:00 獵中花
14:40 半醉人間	12:45 蝴蝶	12:00 天下第一-Friend 2	13:05 救世神棍	12:45 一見鍾情	15:15 流氓醫生	13:15 三生三世十里桃花
16:30 蝴蝶	15:10 我左眼見到鬼	12:40 落跑吧愛情	15:10 黑玫瑰義結金蘭	14:45 監獄風雲	17:10 性感都市	15:20 風暴
19:05 娛樂新聞	17:10 雀聖2自摸天后	14:55 魔畫情	17:00 三生三世十里桃花	16:45 東京奏鳴曲	19:05 娛樂新聞	17:20 愛到底
19:30 香港有線新聞	19:05 娛樂新聞	16:55 當男人變成女人	19:30 香港有線新聞	19:05 娛樂新聞	19:30 香港有線新聞	19:05 娛樂新聞
20:00 有線中國組	19:30 香港有線新聞	19:00 週一詳談	20:00 仙樂飄飄	19:30 香港有線新聞	20:00 有線中國組	19:30 香港有線新聞
20:20 當你沉睡時	20:20 當你沉睡時	19:30 香港有線新聞	22:00 三生三世十里桃花	20:00 有線中國組	20:20 獵中花	20:00 有線中國組
21:00 暖錢男女	21:00 拾回感動	20:00 最後勝利	20:20 當你沉睡時	20:20 當你沉睡時	21:30 尋找高端美食	20:20 獵中花
22:00 我左眼見到鬼	21:40 妻骨未寒	22:05 怪俠多羅羅	21:00 週一詳談	21:00 週一詳談	22:40 東方三俠	21:30 天下第一-Friend 2
	23:45 落跑吧愛情		21:40 莉問:終極一戰	21:40 流氓醫生		22:15 毒戰
			23:50 流氓醫生			

沙參淮山煲牛腱湯

◆ 思蜜達



秋天天氣日漸轉涼，胃口也會比炎夏之時爽得多了，很多人自然會想到補益身體。事實上，經過炎熱的夏季，人體的消耗比較多，而飲食胃口卻受天氣的影響，進食自然減少，當秋天天氣開始轉涼，食欲增加的時候，調補一下身體也是必要的。

用具有養陰潤肺、生津養胃、祛痰止咳的沙參來煲湯就最適合了。不過，沙參有南沙參和北沙參之分，雖然它們都能夠清熱養陰，但北沙參養陰潤肺之力較大，可以連渣吃，因此，用來煲湯比較好。

用「雞骨草煲蜜棗湯」佐膳，湯渣可以做餸菜，既可調補身體，又不會嫌湯水溫補燥熱，適合一家大小日常佐膳飲用。

材料



做法

- 以上材料分別用清水洗乾淨，放入煲內。
- 加入適量清水，用猛火煲至水滾，然後改用中火繼續煲三小時左右。
- 以少許幼鹽調味，即可佐膳飲用。

療效

- 沙參能養陰潤肺、生津養胃、祛痰止咳。
- 淮山這一款藥用食物，可以補益脾胃。
- 陳皮具有行氣健脾、燥濕化痰的作用。
- 牛腱具有安中益氣、補益脾胃、壯腰腳等食療功效。
- 用以上材料煲成的湯水，就有補益身體的作用，適合一般人作為秋涼進補的日常佐膳湯水。