

小炒王
Cheung's Kitchen

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

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



電梯

無論因工作或旅遊，我時常出入機場大樓。

每次當我站在自動扶手電梯上落樓層，都會格外留神。

就算多匆忙，我會盡量提醒自己：緊握扶手呀！

若然，真的需要在電梯上走上走落，也不能因趕時間而掉以輕心。

因為，我親眼見過或大或小的失足、跌倒、滑掉、衣物行李箱卡著和滾掉等。

有時意外是源於人兒自己，有時是由前面或後面的

人兒引發，有時是衣服、小物件、隨身行李導致人兒忽略及忘掉自身的安全，不顧一切地去保護或拾回這些身外物，最終令自己受傷！

自動扶手電梯是不停地向上升或向下降的。

雖然速度不算快速，但，它不會慢下來或停下來，配合你的需要。

你丟掉了東西？

你失足滑倒？

你未能把沉重的行李箱及時拖拉上自動扶手電梯？

相信，當以上的事故發生時，人兒定必極之心急焦慮，不知如何是好？只想盡快在秒間處理困境。

可是，自動扶手電梯不停運作中，讓人兒未能輕易在移動中解決問題。

往往，反而愈急愈亂，愈亂愈會有意外發生。

常見的，踏錯移動中的梯級，引致跌倒受傷。

亦有因為急著去執拾掉在梯級上的物品，令致人兒滑落電梯或追趕不上而摔倒。

也有因為人兒已踏上扶手電梯，但行李箱子卻太沉重而未能同步登上梯級，人兒亂了陣腳，只想盡快把箱子拉近，但電梯不

配合地將人兒愈拉愈遠，直至失足跌傷，頭破血流，痛哭大叫。

幸運的，瞬間已經有工作人員發現意外，而盡力把自動扶手電梯按停，讓傷者在停頓了的梯級上，平靜下來，等待急救。

外出旅遊本應是開心事，卻因在自動扶手電梯上，不小心不慎發生了意外，並且受傷，不能再開開心心。

看到此情此景，很是心痛。

但願每次乘坐自動扶手電梯上落的人兒，一切小心，不要樂極生悲，意外是會隨時發生的。

榮基護理中心 Wing Kei Care Centre

1212 Centre Street NE
Calgary, Alberta T2E 2R4



榮基翠景中心 Wing Kei Greenview

307 35 Avenue NE
Calgary, Alberta T2E 7Y6

榮基護理中心的院舍自 2005 年開幕啟用，有幸得到了政府和社會的支持，迄今服務逾十載，為長者提供長期護理、日間護理及輔助護理服務。我們追求卓越服務和渴望持續改進的積極態度促使我們獲得了加拿大認證，護理同業內的典範評級（最高評級）。

為能夠提供長期護理服務給更多長者，榮基翠景二期將於 2018 年 10 月投入使用。為配合發展，我們的團隊現添加以下職位，並計劃於 9 月開設助理護理人員培訓班，以作好準備，為更多長者提供以院友為中心的優質服務。

招聘

Resident Coordinator (RN) 註冊護士
Licensed Practical Nurse 註冊助理護士
Health Care Aide 護理人員
Recreational Assistant 康樂助理
Rehab Assistant 復康助理
Food Services Aide 飲食部助理
Housekeeping/Laundry Aide 庶務及洗衣房助理
Maintenance Worker 維修人員
Administrative & Coordinator Positions 各部門行政及策劃職務

詳情請瀏覽 www.wingkei.org

護理入門訓練課程 (免費)

課程目的：培訓護理人才，提高長者護理服務質素。
入讀條件：中學畢業；懂中、英語；有護理服務經驗者優先。
課堂授課：2018 年 9 月 4 至 7 日及 9 月 10 日（共五天）
每日上午 8 時 30 分 - 下午 4 時 30 分

授課地點：榮基護理中心（1212 Centre Street NE Calgary）
授課語言：英語

所有獲接納修讀本課程的人士，在完成五天課堂學習後，均需參與理論課的考核。如考試成績達到標準要求，將被邀請參與為期十五天，每天 7.5 小時的有償工作實習。

實習時間：2018 年 9 月 11 日至 30 日（十五天）
查詢/報名：(403) 277-7433
截止報名日期：2018 年 8 月 22 日
由於名額有限，請從速報讀。

Alberta Government

省政府撥款扶植婦女項目 新資助為女性提供更多機會



省政府婦女地位部近日宣布，將資助 32 個婦女項目，幫助移民女企業家，賦能原住民社區，並致力於提高亞伯達省女性的生活質量。

← 左圖 從左至右：省議員 Annie McKittrick、部長 Danielle Larivee、多元文化健康協調員合作社負責人 Yvonne Chiu。

省政府將向非營利組織撥款共計 85 萬加幣，用於啓動或擴展創新項目，鼓勵女性發揮領導作用，為家庭提供更多經濟保障，並防止基於性別的暴力傷害。

省婦女地位部部長 Danielle Larivee 稱：“女性成功了，亞省就會成功。通過與一線組織的合作，我們致力於幫助新湧現的企業家，為新到加拿大的家庭提供支持，為亞省的婦女和女童創造一個更安全的環境。”

省政府宣布的補助金計劃包括最

高達 5 萬加幣的一次性資助，它將用於支持新項目或將成功項目擴展到本省其它地區。補助金將重點扶持商業和技術領域的導師輔導項目和技能培訓，以及防止基於性別的暴力和家庭暴力。多元文化健康協調員合作社（Multicultural Health Brokers Cooperative）將獲得 5 萬加幣的資助，用於幫助移民和難民中的女性在自己的社區里經營微型企業。合作社目前正在與亞伯達省大學合作，創建並推出一個創業模式，幫助初來乍到的亞伯達人成為小企業主。

多元文化健康協調員合作社負責人 Yvonne Chiu 稱：“與我們合作的女性都非常聰明能幹，她們在原居住國經過多年的磨練，具備了非凡的創業天分並把它帶到了新的家園。省婦女地位部的這項補助金將支持我們合作社的工作，幫助這些婦女克服因人脈不足以及文化差異導致的障礙，讓她們找到實現理想和目標所需的資源以及本地有經驗的專業人士。”





您全家人的牙齒護理



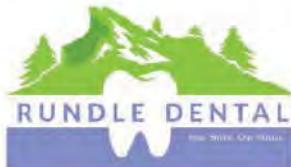
陳忠豪醫生



許明媚醫生

- 兒童牙齒保健
- 牙齒矯正及隱形牙套
- 拔牙及根管治療
- 牙齒美容

- 牙冠及牙橋修復
- 種牙及活動假牙
- 保險直接結算服務



3B-3735 Rundlehorn Dr NE, Calgary, AB T1Y 2K1

每位新成年病人檢查及洗牙
即可獲得免費電動牙刷一部
請來電諮詢活動詳情。

(587) 317-9989
RundleDental.com



愛民頓兩天遊

- 亞伯達省大學植物公園 (二)

• 志永

上回說到我倆在阿迦汗花園，步下幾何水景瀑旁階梯，長方形和兩個四方形池水反映天上朵朵白雲，池內點綴亞省原產地，原物大小青銅大眼鯛和湖鱈雕塑，共16種動物如鱉鰐、青蛙等散佈園中待遊客發掘。兩旁花圃有些花盛放，有些尚在栽培中，假以時日，百花盛放，顯現出傳統波斯花壇。「四個花園 Chahar Bagh」右邊預留地擴建，左邊兩度色咖空花的圍板後，是另一入口 Jilau khana，波斯語即「房子前」。

沿中央道前行，十數株怒放紅玫瑰的玫瑰園，太座喜出望外，不自禁進入被池水環繞 Mahtabi，波斯語即「陽台」，花園內的圍欄都以伊斯蘭幾何圖案，重複正方形或圓形組合設計。陽台上幾位信奉伊斯蘭教婦女，更添波斯風情。從陽

台眺望水波盪漾卡拉池塘 Calla Pond，賞心悅目。回頭望中央庭院，寶座平台二十座18英尺高長方形石柱，傲然豎立，像去埃及旅行時看到寺廟一樣，靜靜告訴你，花園大部分石材來自加拿大，這些柱例外，購自葡萄牙獨特石灰石。剛巧一對新人來此取景，倍感浪漫。陽台再過一點是座五瓣野玫瑰省花噴泉，和玫瑰園的紅玫瑰相映成趣。

沿小路步入 Bustan 波斯語即「果園」，環繞着池塘周圍栽種各類果樹，有櫻桃，蘋果，梨和李子。野餐桌設有輪椅人士位置，坐在長椅上憩息，與池中鴨子共享怡人景色。植物前有品種名稱牌，大樹下有兩個人像雕塑，造形有趣。從花壇的岔口，不覺轉入另一佔地頗大主題園區「集萃 Collections」的「藥草園 Herb Garden」，太座看

花不看路，險些被突出石磚絆倒，她腳踝剛好些，再弄傷手尾長，公園又係……。她嘻皮笑臉指着說：「有『中國花園 Chinese Garden』呢！」一堆堆葉子不知什麼名堂？另一花叢是「有毒草藥 Poisonous Herbs」，只認得，用來做鴉片鮮豔奪目的罌粟花。小路對面是「食用草藥 Edible Herbs」，我家後院都有種，煮餸常用的青蔥。跟着來的「藥用，家庭用和經濟用藥 Medicinal, Domestic and Economic Herbs」，時間所限，未能細認西洋生草藥。蝴蝶不理有毒、食用，一視同花，照樣採蜜。途經小山丘

「帕特里克高山花園 Patrick Seymour Alpine Garden」，用已故園林主任名字命名，植物園大部分是他指導下建立起來。隱約可見山丘後白色大帳蓬，可容納90位賓客，剛有人租借舉行婚禮，兩小時盛惠二千四百元，良辰美景，物有所值。

爭取時間看其它主題園區，如日本花園等，只好原路回去，遠遠的寶座 Talar 平台，無論在綠草如茵中，或在波光水影中，都風景如畫，高雅幽美。經過寶座右邊不遠，可容納250位觀眾的希臘羅馬圓形露天劇場。欲知後事，且看下回。



五瓣野玫瑰省花噴泉



圓形露天劇場

「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」



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



如何消滅狗狗身上的跳蚤(1)



如果你不懂得滅蚤，跳蚤侵擾對你和狗來說都是一場噩夢。有些地區常年溫暖潮濕，跳蚤的數量會比較多。最好的辦法是做好預防措施，可是如果狗的身上已經有了跳蚤，也是有辦法把它們消滅掉的。下面將向你介紹不同的滅蚤方法，阻止它們傷害你的狗。

用藥去除跳蚤

用除虱滅蚤洗毛精給狗洗澡。雖然普通的洗毛精和洗碗劑也能殺死跳蚤，但是專用的產品效果更好。

用溫水把狗全身打濕，將滅蚤洗毛精抹到毛髮中。等待至少10分鐘，然後用溫水沖洗乾淨。滅蚤洗毛精通常含有除蟲菊精（一種用來殺死跳蚤的化學品）。滅蚤洗毛精可以殺死已經寄生在狗身上的跳蚤和扁虱。

購買一瓶滅蚤噴劑

除虱滅蚤噴劑一般分為噴霧瓶和按壓瓶兩種包裝。

為了達到最佳效果，選擇含有殺成蟲劑和昆蟲成長調節劑的噴劑，確保將跳蚤的成蟲和卵一起殺死。按照獸醫的指示和標籤上的說明正確使用噴劑。在通風良好的地方進行操作，小心不要噴進狗的眼睛裡。

使用噴劑時，戴上手套保護自己。要噴敏感部位時（例如臉），先將產品噴到手套上，然後抹在狗身上，以免噴進狗的眼睛、嘴巴或耳朵。試一試除蟲粉。這種粉末無需獸醫處方就可以買到，和噴劑的作用相似。閱讀標籤上的說明，確認正確用法。如果有不確定的地方，使用前一定要先問過獸醫。

通常只要在狗的皮毛撒上薄薄一層粉末就可以了，不需要洗掉。注意，這種粉末會讓狗毛摸上去沙沙粗的，而且需要隨時補充粉末。

先從狗的頭部開始，慢慢撤向尾巴，確保粉末覆蓋全身皮膚。別忘了將粉撒在狗的寢具上。必要時，可以每周重複1次。

給狗戴上滅蚤項圈

滅蚤項圈質量不一，很多項圈的滅蚤範圍有限，只能殺掉項圈附近（狗的頭和肩膀周圍）的跳蚤。不過，如果使用得當，質量好的滅蚤項圈還是可以驅趕或殺死跳蚤。按狗的年齡和體重選擇合適的項圈。

將2根手指伸入項圈底下，確認它是否足夠貼身，又不會太緊。給狗戴好項圈後，剪掉多餘的長度。別讓狗咬到項圈的末端。閱讀使用說明，弄清楚合適的長度和注意事項。有些項圈被弄濕後，效果會下降。

注意觀察項圈底下的皮膚，如果它受到刺激，請取下項圈。



Banff 悠閒一日游

• 芒果布甸

好多朋友想去Banff短途玩，如果自己不開車，除了報團以外，也可以試試乘坐從卡城出發的On-It巴士。巴士會在周末和節假日開出，起止於5月18日到9月3日，全程每人\$10，6歲以下兒童免費。巴士在市中心，Crowfoot輕鐵站均設有上落點，全程大約2小時。出行的朋友可以選擇在Canmore，Banff的Train Station和High School落車。

3:15pm 回程



飲飽食醉之後，還想繼續找樂？可以在Wolf Street搭乘當地的1號巴士，去Banff的Upper Spring泡個溫泉，然後搭巴士回鎮上，再搭On-It返回卡城。



01



02

12:30pm

走了一上午感覺餓了，可以試試鎮上的The Grizzly House（圖01），裏面提供各種特色火鍋（Fondues）/石板燒烤（Hot Rock）：芝士、朱古力、水牛（Buffalo）、龍蝦、鹿肉（Venison）等。或者去另一家希臘餐廳Balkan Restaurant（圖02），除了可以品嘗正宗的地中海美食，也可以試試美味的慢燉兔肉。



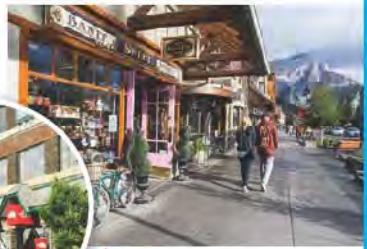
10:15am

然後穿過鎮上的Main Street，步行約20分鐘左右，來到Fairmont的百年古堡酒店-Banff Spring Hotel。



7:00am 出發

從市中心或Crowfoot站乘車。



9:10am

到達Banff鎮後，可以先去鎮上逛下當地的特色小店。



11:20am

隔壁還有這個Cascade Garden。精緻的花園設計，小橋流水，鮮花滿地，還有壯麗的洛基山脈圍繞，絕對是一大奇景。喜歡自拍的朋友怎能錯過。



寶寶6個月到 1歲時要食咩

藍色樂園



BB六個月前基本都是以喝奶為主，六個月後開始可以吃點固體食物，媽媽可以買一部food processor或者簡單點的blender，用來打碎食物，加水或者奶讓BB容易入口。

6-7個月

這時BB可能只有一兩只牙仔，所以無法咬動很硬的食物。最好將食物打爛加水變成糊狀，越soft越容易入口。也可以買baby cereal伴著其他蔬果吃。

A：荷蘭豆+水/奶 B：南瓜+水/奶 C：蘋果+水/奶 D：番薯+水/奶 E：麵條+番茄+水/奶 F：豆腐+鱈魚+水等

注意：盡量不要讓這個時候的BB吃薯仔、椰菜花、青瓜、芹菜，這些食物都會令BB腸道產生氣體，令BB感到不適。牛油果和salmon盡量少吃，因太油膩，也會讓BB感到不適。紅蘿蔔則是容易導致BB便祕。



8-10個月

這時的BB開始適應吃流質的食物，可以添加些許肉碎一起打爛，或者加多種蔬菜一起讓BB嘗試。

A：蘋果+雪梨+水 B：肉末+豆腐+水 C：豆類+意大利青瓜+水 D：番茄+意大利青瓜+麵條+水/奶
E：少量牛油果+蘋果+水 F：意大利青瓜+西蘭花+麵條+水等

注意：香蕉可以讓BB試吃，但千萬不要量多，因為太甜，容易導致BB蛀牙和過份依賴甜食。士多啤梨會導致BB有rash，所以也只能讓BB吃一點點。





11-12個月

這時的BB開始可以吃點較硬的食物來磨牙，所以媽媽們無需將食物打得太爛或者煮得太軟，最好可以將食物切成段（Finger Food），讓BB自己拿著來吃。

A：紅蘿蔔切段 B：番薯切段 C：幼兒Cheese條 D：幼兒Yogurt E：麵包切塊 F：麥片+水果+奶 G：豆腐切塊等 H：西蘭花切塊 I：Unsalted crackers



注意：蜂蜜要等BB一歲後才能吃，花生醬也是，可以弄一點放在麵包上讓BB試試。在一歲前盡量只給BB吃蛋黃，蛋白可以一歲後再吃。以上所有食物都不要放任何調味料，BB最好是在一歲後才開始吃有添加味道的食物。



如果BB有便秘，媽媽們不妨試試給BB喝新鮮榨出來的橙汁，或者吃小量的藍莓。以上只是小編的個人意見，食物的搭配可以千千萬萬，每個BB的適應性也不盡相同，所以媽媽們可以盡量試新，看看你BB的反應哦。



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 獨立屋**

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 獨立屋**

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。

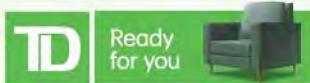
只售 \$639,900

**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

See Me Fly, I'm Proud to Fly Up High... (1)



上次介紹郭富城是一個在舞台上觀賞性較高的男歌手，縱使歌唱方面並不特別出色，但我是欣賞他跳舞方面的才華。而現今女歌手我比較喜歡容祖兒，自從梅艷芳2003年走了之後，能夠在舞台上吸引到我的就是Joey。她並不漂亮，出道最初，曾經被當時的正東唱片高層黃柏高以貌醜為理由解約，但經過20多年之後，祖兒亦已經貴為天后了，有時甚麼金牌經理人也會走漏眼。當然玉不琢，不成器，Joey亦是由她的伯樂將她變成新一代的樂壇天后。

同其他歌星一樣，容祖兒也是參加歌唱比賽入行的，1995年，15歲的Joey於Big Echo卡拉OK大賽中憑唱關淑怡的「一首獨唱的歌」贏得金獎及正東唱片歌手合約，隨後成為羅文的徒弟，2002年羅文因肝癌離世之後，她改跟D'Topnotes的Christine Samson學唱歌。1999年12月，英皇

娛樂收購了飛圖唱片，而祖兒亦正式被捧，與葉佩雯、何嘉莉被封為英皇三小花。該年祖兒首張個人EP「未知」，改編自Jennifer Paige的Crush銷量達13萬張，破紀錄成為首位樂壇新人的銷量榜。

不能不佩服英皇娛樂捧新人有一手，他們旗下的TWINS多年來唱現場都發生中氣不足，走音、唱錯KEY的情況，但亦被捧成偶像派組合。多次在紅館演出，實屬奇蹟。但歌迷亦不是不識貨，出道18年，唱功毫無進步，英皇娛樂唯有改變她們發展的路向，改向影壇進攻。在樂壇的作品已經不再多見。

回說容祖兒，在英皇娛樂力捧之下，2000年推出首張個人大碟「誰來愛我」，並於同年舉行其個人第一次紅館演唱會。2001年推出兩首快歌「全身暑假」、「隆重登場」，而主打歌「痛愛」亦成為其代表作。2003年

是Joey奠定其樂壇地位的一年，一曲「我的驕傲」讓她聲名大噪，橫掃樂壇頒獎禮，更首次登上最受歡迎女歌星寶座。與TWINS不同，容祖兒沒有標緻及可愛的外貌，要成為偶像派歌手有點困難，必須在歌藝及舞蹈中下苦功，而其經理人Mani霍汶希亦看出這個重點，除了跟老師學唱歌、跳舞，亦多次去日本及美國進修，才可以保住自己的地位。容祖兒曾經剖白過「好多年前我曾經係一粒滄海遺珠，當時簽過幾間唱片公司都唔要我，我個樣又一般跳舞又普通，事業上碰到好多釘，我好細個已經知道要努力，不會放過任何機會，要好好把握」。

要在樂壇站穩一線歌手的地位，除了天賦，

後天的努力亦不能忽視，Joey的師妹TWINS似乎沒有明白這個道理，娛樂圈每天都新人輩出，不進則退，一個不留神，便會被淘汰。



◆ 思蜜達



養小盆栽的實用技巧



許多人都喜歡在家中或辦公空間種植一些花花草草，增加空氣清新，也能產生療癒作用，特別是看到所種植的花草長出新的嫩芽或是花朵時，更會覺得欣慰。但是，偏偏有些人就是天生的植物殺手，不論怎麼照顧都會將身邊的植栽，都會讓它們失去活下去的意願。別喪氣，分享一些照顧植物的小技巧，你也能夠輕鬆當個綠手指。



#利用咖啡渣做肥料#

許多人都會有自家煮咖啡的習慣，用過的咖啡渣其實有很多妙用，除了可以去身體角質之外，他們還能用來當成植物肥料，增加土壤酸度，防止害蟲和螞蟻的侵蝕。



#加入一些小石頭 幫助排水#

喜歡多肉植物的人一定多少都會遇到「爛根」的經驗，通常都是因為太過潮濕，或是一些植栽因為太受到你的保護，澆水量過多而奄奄一息。只要在盆栽底部加入一些小石頭，就能夠幫助排水，避免水分堆積在土壤而使根部爛掉。



#煮菜水也有妙用#

有時候只有清水是不夠植物養份的，與其在市面上買一些昂貴又不知道什麼成份的肥料，不如利用煮蔬菜的雞蛋的剩水，放涼之後做為盆栽的營養來源，又不會造成水資源浪費，甚至是利用蛋殼或是香蕉皮都是很好的肥料。



#出遠門的時候 自製灑水系統#

有時候出遠門或放長假的時候，可能會沒辦法幫盆栽灑水，導致於你回來時，所有的花草都已經快要陣亡。利用不要酒瓶或是玻璃瓶裝滿水，倒插入盆栽中，如果根部需要水分，水份就會緩緩地從瓶中流出，提供所需水源。



#定期清理 葉面灰塵#

下次清理家中灰塵時，別忘了也順便擦拭一下葉面，才能夠清除堆積已久的灰塵，讓葉面能夠接觸陽光和進行光合作用，盆栽才會長得又大又好。



#種植香草 一點也不難#

想要種植一些香草類物，但又不想從種子開始培育，不妨可以嘗試在市場買一些新鮮香草，然後將莖放置在水中，它們會慢慢開始長出根部，就能夠移植到土中囉！



Laurence Cheung

張一新 百萬經紀會員
(403)870-9488

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



電話 (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

本周新盤

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。

\$369,900

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。

\$499,999

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 \$379,000

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

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

OPEN HOUSE: 本周六 2-4pm #1008-888-4 Ave SW

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 \$484,900

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 \$519,900

舊地新區

由於科技發展迅速，房屋設施配套亦日新月異，全新建築所有設施配套追得上潮流，銷量一直穩定，致使政府不反對發展商高速擴展新區，形成舊區市道呆滯但新區銷量大增，部份發展商於是在舊地區打主意，銳意全新設計使之成為新社區，主打在城市核心上班但不喜歡住舊屋的中產一族；前一陣子最為人矚目就是皇家山大學隔鄰的前軍營用地，除了發展為豪宅柏文豪宅城市屋及獨立屋豪宅外，亦有商業大樓及各類消費場所，最印象深刻就是 Hong Kong Road，因為在卡城遇上名為香港道的街名，比在紐西蘭Sky Tower對面找到旺角茶餐廳吃下午茶更有feel。

最近駕車經過16大道，看到大型廣告牌，寫上全加拿大最大全新城巾村壯。這個擾攘多年的大項目似乎開始高調動工了。想當年開始有計劃的時候，這項目遇到不少困難；最麻煩當然就是為數不少左膠的大力反對，加上打著環保旗號的政棍混水摸魚，發展

商為了平息風波，260英畝私人土地發展項目，最後拍板只發展100英畝，餘下160英畝為郊野公園式設計，配合鄰近卡城奧運園，刻意打造商住兩用社區而又結合消閑旅遊點；一句口號就完全說明：We Believe Urban Doesn't Just Belong Downtown；目標就是打造動感城市式村落，在住宅區中不光有亞洲人喜歡的食玩賣元素，還有主流社會喜歡的放狗、遠足，爬山單車等接觸大自然機會；這樣一來，那些反對聲音自然會轉咗，因這種中產生活方式，正是那些左膠夢寐以求的一種！但說到底，當然就是強勢推銷地產項目了！

卡城80後及90後早已被洗腦，無新不歡是常態，加上地點優越，以15分鐘到市中心上班，及一小時到班芙的有利條件，試問一般中產怎能抗拒？

話得說回來，這樣的大型項目成本高，到時樓價及消費場所肯定不是一般中下階層



Website: www.trendweekly.com

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

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

的可負擔範圍；於

是有聰明的發展商在對面馬路地點較差的位置打對台，在歷史悠久的流動房屋旁邊開發小型新區，照樣有遊樂場及公園綠地，主打十九萬起廉價柏文及排屋，稍加一些豪宅城市屋，意圖試圖及企圖分一杯羹，並且偷步成功；幾個月光景，已把第一期售罄！

事實上卡城總有人喜歡舊區舊房屋，早在20年前已經有人跟我說：你新當經紀不知道，加拿大50年前100年前的房屋最堅固，當時建屋使用最上等的木材，百年不朽！但是新屋為環保而環保，採用循環再造物料，就算不偷工減料已打折扣。加上眼看資深驗屋師也鍾情古老平房；我的腦海裏不期然有個偏見，就是覺得舊區好舊屋更好，再者我的兩個醫生客戶都是住在舊區舊屋，這種偏見更揮之不去！其實這個年頭舊屋便宜過新屋很多，又不用付銷售稅，應該說除笨有精吧！



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



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，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，三房兩浴廁，第三層 walkout，屋後大陽臺，前進雙車房。**\$429,900**

東北 Falconridge 仔屋一對

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土庫內建，專業完成，分有三房共四浴廁，兩廚房，實木地板及瓷磚地，雲石廚櫃檯面，前進雙車房。**\$629,900**

鹿媽媽發現了它們，它發出了警告的聲音並領著兩只鹿寶寶向前逃跑。

三只獵豹也從草叢裡竄出來，奮起直追。鹿寶寶直到這時才真正意識到危險來了，紛紛加快腳步，但是無論它們是多麼努力，依舊無法跟上母親，它們漸漸地落後了，獵豹離它們的距離越來越近，30米、20米、15米.....

鹿媽媽其實完全有能力可以脫離這場危險，但它不能只顧著自己跑，否則它的兩個孩子必定葬送在獵豹之口，所以鹿媽媽漸漸放慢了腳步，最終它停了下來。

隨後，它的兩個孩子從它身邊竄了過去，那三只獵豹甚至被突然停下的鹿媽媽嚇了一跳，不過他們很快回過了神來，紛紛停下了脚步，把鹿媽媽團團圍住。

很顯然，鹿媽媽的舉動讓它們覺得驚詫，所以它們並沒敢立刻就一口咬上去，而是圍著它踱步、試探。鹿媽媽一動不動

地站著，它看著自己那兩個繼續往前跑的孩子，無畏的眼神裡既欣慰又絕望。

三只獵豹試探了好一番之後，確定這是一只真鹿，而且是一只沒有任何危險的鹿，就張開大口，露出又白又尖的大牙齒往鹿媽媽的脖子上和背上咬去，鮮血很快順著獵豹的牙齒流出來。

鹿媽媽慢慢地倒下去了，任憑獵豹如何撕咬，它連叫也沒有叫一聲。直到它被三只獵豹啃食得只剩下了一副骨架和一個腦袋，它的眼睛仍舊沒有閉上，仍舊看著孩子逃跑的方向.....

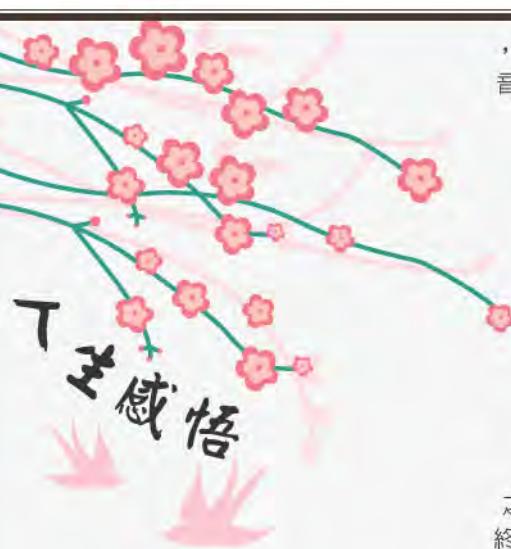
這一幕，被美國的一個野生動物學家用相機拍了下來並傳遍了全球，所有人都為這只鹿媽媽的偉大母愛而驚嘆。

是的，這個世界上也只有母愛，會讓一個母親為了保護孩子而用自己的身體來填飽敵人飢餓的肚子，來阻止敵人追擊的腳步。

一只鹿的母愛

在澳大利亞的草原上，一只鹿媽媽帶著兩只鹿寶寶正悠閑地吃著青草。

不遠處，三只獵豹匍匐在地上悄悄地向它們靠近，就在它們不到50米遠的時候



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



瑣琊榜之風起長林
8月10日起
星期一至五 11AM



週日首映 我的外星女友

主演：元秋、邵音音、羅家英 8月12日 5PM/10PM

每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四 THURSDAY Aug 9	星期五 FRIDAY Aug 10	星期六 SATURDAY Aug 11	星期日 SUNDAY Aug 12	星期一 MONDAY Aug 13	星期二 TUESDAY Aug 14	星期三 WEDNESDAY Aug 15
0:30 最愛 2:35 新聞重播 3:50 碧血藍天 5:40 愛情傳真 7:10 愛到底 9:00 最愛 11:00 急診科醫生 12:00 獵中花 13:15 毒戰 15:05 碧血藍天 16:55 鐘馗伏魔：雪妖魔靈 19:05 娛樂新聞 19:30 香港有線新聞 20:00 有線中國組 20:20 獵中花 21:30 捷鏗男女 22:35 一蚊難保鑑	0:30 三生三世十里桃花 2:40 新聞重播 3:55 爆裂刑警 5:30 超級班長 7:10 獵氏32度 8:50 鐘馗伏魔：雪妖魔靈 11:00 瑣琊榜之風起長林 12:00 獵中花 13:20 一蚊難保鑑 15:20 爆裂刑警 17:10 炮製女朋友 19:05 娛樂新聞 19:30 香港有線新聞 20:00 有線中國組 20:20 獵中花 21:30 拾回感動 22:15 天水圍的夜與霧	0:40 提防老千 2:30 新聞重播 3:45 三生三世十里桃花 5:40 怪談之魔鏡 7:10 炮製女朋友 8:45 天水圍的夜與霧 11:00 尋找高端美食	0:20 香港有線新聞 0:55 天有眼 3:10 每天愛您8小時 5:20 太子傳說 6:50 憲錢家族 9:00 瘋屍 11:00 暢錢男女	0:05 香港有線新聞 0:35 幻影特攻 2:30 神經刀與飛天貓 4:00 女兒當自強 5:30 太子傳說 7:05 我的外星女友 8:55 愛的麵包魂	2:10 新聞重播 3:30 百分百感覺 5:20 風車之車神傳說 7:00 天地雄心 9:10 我的外星女友 11:00 瑰琊榜之風起長林 12:00 獵中花	0:35 十萬火急 2:45 新聞重播 4:00 巾世英雄 5:40 假男假女 7:15 黃飛鴻之西域雄師 9:00 十萬火急 11:00 瑰琊榜之風起長林 12:00 獵中花
			12:00 天下第一Friend 2 14:40 怪談之魔鏡 16:40 憲錢家族 17:00 我的外星女友 19:30 香港有線新聞 20:00 愛的麵包魂 22:00 我的外星女友 22:10 瘋屍	12:00 拾回感動 12:35 天有眼 14:50 每天愛您8小時 17:00 我的外星女友 19:30 香港有線新聞 20:00 愛的麵包魂 22:00 我的外星女友 22:10 瘋屍	13:00 瑰琊榜之風起長林 15:10 神經刀與飛天貓 16:55 天地雄心 19:05 娛樂新聞 20:00 有線中國組 20:20 獵中花 21:30 尋找高端美食 22:30 分手100次	13:20 得閒飲茶 15:00 分手大師 16:00 獵中花 17:10 黃飛鴻之西域雄師 19:30 香港有線新聞 20:00 有線中國組 20:20 獵中花 21:30 尋找高端美食 22:10 瘦身男女