

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
腰果蝦仁
薑蔥爆豬頸肉
避風塘茄子
煎封龍利
五味鴨

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，愈來愈多有關欺凌暴力的負面新聞。

本來，人類用暴力去搶奪、爭鬥、吵鬧、發洩、報仇等，已不是新鮮事。

千萬年來，歷史記載大大小小的戰爭仇殺，倫常慘案，多不勝數。

皆因貪婪、憤怒、嫉妒、疑心、自大、自卑、缺乏生存的原動力、缺乏存在的安全感？

所以用計謀、用暴力，先下手為強？弱肉強食？

對於這些獸性的思想和行

為，我愈來愈懷疑人性是否本善？

那些人性本善的行為表現，是否為了幫助人兒在某環境、時間、空間，去肯定自己的身份地位？也渴望被別人肯定自己善良的意識形態，從而建立打造正面的形象？

曾經，不少言論是針對國家人種，認為他們特別具獸性，時常使用暴力去解決問題，而這些所謂問題，其實可以用較文明或更有文化修養的方法去處理云云。

可是，這種國家民族針對性的批評，已經沒有效果。因為，今時今日，所見所聞的暴力行為舉動，已是世界性，並非只是某

些國家、某些人種了。

有些報導分別認為：現今世代，環境、空氣、食物、水源受到污染，化學物質帶給地球的負面傷害，引致人類的情緒異樣，從而引伸失控的暴力行為。

相信，科技的一日千里，互聯網絡平臺的多元化，一件暴力事件被手機攝下，秒間上載，秒間經各網上渠道，傳到世界各角落的手機羣組分享。。。。。這邊廂仍在打鬥，那邊廂已在互評回應呀。真不可以忽略其滲透速度和深度。

這種秒間的互動，把人性惡毒和陰暗，變成網紅，千萬點擊下，暴力主角不知不覺變成網上虛擬世界的英雄似的，受害者變成發洩的出氣袋，只是網上議論紛紛，各持己見

的，都是邊際花絮，卻不是核心的嚴重性。

試問，有誰真正關心和正視這條錄影斷中，對當事人、圍觀羣衆、網上瀏覽者等的影響？尤其當小孩、學生、年青人看到後，再不斷看到更多類似的網上流傳後，對他們成長的價值觀、心智的發展、解決問題的思路和手法，真的沒有絲毫壞影響嗎？

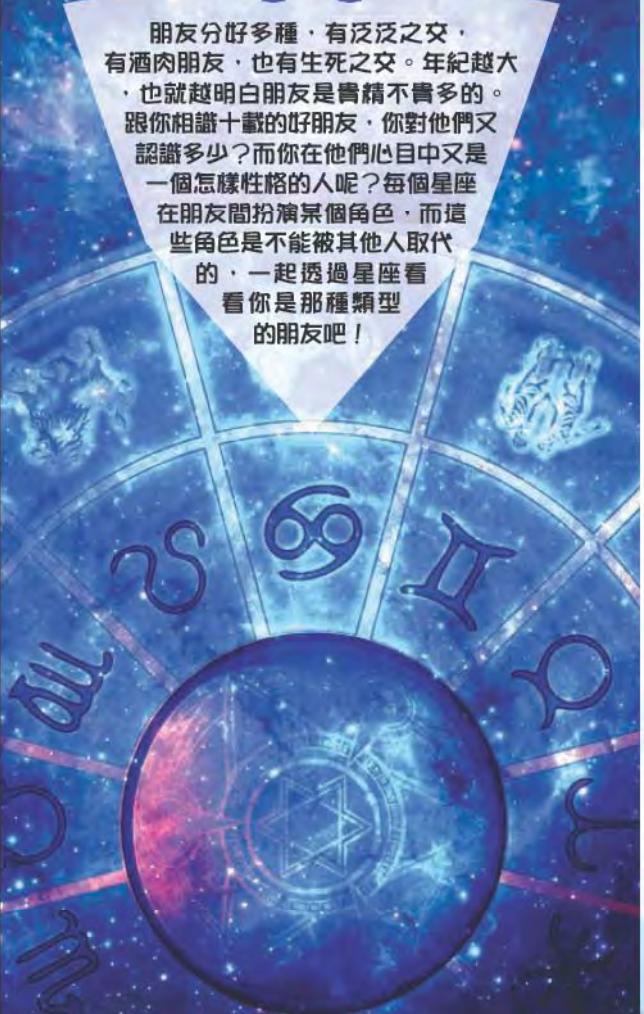
古代，皇宮中皇后妃嬪的你爭我鬥，大打出手。

今天，兩女子為了爭買貨架上的美容品，在店內大打出手，滾倒地上。其中一女子的丈夫，為了幫助妻子打勝，大力踐踏另一女子。。。。。

原來，人性本惡的貪念，千載未變，更沒有因所謂的時代進步，而有所改善。

十二星座 你是哪種朋友

朋友分好多種，有泛泛之交，有酒肉朋友，也有生死之交。年紀越大，也就越明白朋友是貴精不貴多的。跟你相識十載的好朋友，你對他們又認識多少？而你在他們心目中又是一個怎樣性格的人呢？每個星座在朋友間扮演某個角色，而這些角色是不能被其他人取代的，一起透過星座看看你是那種類型的朋友吧！



牡羊座



你是引領風潮的朋友，因為喜歡嘗試新東西，無論是新風格，或是奇特的事物。同時，你也是很愛活動的主辦，喜歡在朋友無聊時，舉辦個派對或是聚會，也為團隊帶來很多新的點子與想法。

雙子座



雙子座的人擁有迷人、充滿活力的個性，很容易和任何人成為好朋友，因此無論是你只有一個或是有十個好朋友，你都不會讓他們任何一個人感到被忽視。

獅子座



獅子座的人不僅是一個有趣、善良，喜歡玩樂的人，更喜歡找朋友一起體會聚光燈下精彩與熱情。你也是個強大的領導者，當你的朋友需要在生活中找到一些新動力時，你也會是那個讓他們充滿活力的人。

天秤座



你是像花蝴蝶般擅長社交的朋友，認識許多人，並且張開手臂歡迎他們加入你的朋友行列。可能是朋友太多了，天秤座的人常常會隨機與不同朋友聊天，以至於有些朋友一直被自己忽略。

射手座



你是樂觀的朋友，射手座的人總能往樂觀的方向想，有很大的目標，也有自己的夢想，更重要的事，相信沒有不能做到的事，這能為你的朋友帶來鼓舞人心的力量。

水瓶座



水瓶座常常讓朋友突破他們的舒適圈，讓他們學會做自己，並包容每個朋友不同的個性。你會找朋友一起做些瘋狂的事，一起嘗試新事物。

說不得大師 · 金牛座



金牛座的人常常幫助朋友，但不是以強硬的方式，而是耐心地在背後支持著他們，讓他們感受到自己背後有股力量在支撐著自己。在生活中，常常會為自己立定目標，即使遭遇挫折，仍然能重新站起來，不被打敗。

巨蟹座



你是媽媽類型的朋友，常常會默默地鼓勵及支持朋友。對巨蟹座的人而言，照顧別人是很自然的事，所以也不會特別向朋友邀功。

處女座



你是個完美的朋友，但這不是在說你是一個完美主義的朋友。雖然有許多處女座的人在生活中是個完美主義者，但在朋友之間，你只是想成為一個能被每個人欣賞的朋友。

天蠍座



天蠍座的人很可靠，不會透露朋友的秘密，對他們而言，不是因為喜歡擁有一秘密的感覺而保密，而是因為知道別人對自己的信任。

魔羯座



魔羯座是較為強硬，有個性、負責任的朋友，但並非專制的人。你會希望朋友能認真待你，當然也會在朋友需要時挺身而出。

雙魚座



你是心靈好朋友，雙魚座的人通常很了解自己的好朋友，不僅能預測他們接下來會說什麼，有時甚至比朋友還了解他們自己，也因此身邊的朋友都很喜歡向你詢問意見。



您全家人的牙齒護理



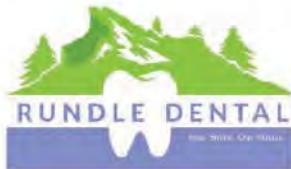
陳忠豪醫生



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 - 亞省議會立法院大樓

車很快便停在聯邦大樓 Federal Building 旁，沿着石板路走，路旁是通往建於1981年潛望鏡地下室的玻璃頂小屋，走前些，路兩邊長玻璃罩，將自然光線引入地下室，多走幾步是「潛望鏡雕像 Periscope Statue」，三個方向都有兩支高柱托着一面鏡，配合地上四面鏡台，地下室人們可以從鏡台看到外面的景色，小屋大門上鎖，未能入地下室親身體會。過了紀念軍隊ACFA的百合花雕塑，平台上大型拓荒者家庭雕像，花叢中原住民退伍軍人協會 Aboriginal Veterans Society of Alberta 紀念碑，環繞議會大樓還有各式雕塑和紀念碑。佔地甚廣的亞伯達省議會立法院大樓 Alberta Legislature Building 廣場，周邊繁花綠草，正門前長型大噴水池，中央噴出圓形水花。在會長和攝影師指揮下，全體團友在省議會前拍張大合照。議會大樓今年六月至八月由十時至五時免費開放，

• 志永

每小時有免費導賞團。講開又講，副會長梁太在車上再三向團友解釋，因人數眾多，招待單位無法安排足夠義工為我們做嚮導，雖然她鍥而不捨，甚至請求 Joe Ceci 議員出手相助，都無能為力，我們只能留在主層參觀，如入寶山空手回。哈！塞翁失馬焉知非福，福從可來？自有分解。

亞省建立於1905年，1911年省議會大樓落成，中央圓拱型高樓尖塔外型，巴黎美術學院派風格優雅建築。推開門拱玻璃鑲上瑰麗彩色玻璃皇冠和 E R 的古色古香木大門，第二扇門已打開，門拱玻璃鑲有彩色省徽，甫入內，先過安檢，主層大堂開放式設計，以灰白色大理石為主，顯現古樸厚重，空間寬敞百多人聚在大堂內不覺擠逼促。別忘抬頭仰望五樓別緻穹頂，可見美國加州議會1932年捐贈，五棵枝葉茂盛棕櫚樹也俯瞰大堂。華麗大型吊燈映照四壁，大堂連接二樓

用來自魁北克省，每根重十六噸實心大理石圓柱，氣派高貴典雅。大堂東北邊安放1800年代後期以和談方法解決西部問題的克勞福特曲酋長銅像。再過些，是「亞省法裔歷史慶典 Celebration Alberta's French History」兩個玻璃櫃內相片圖文並茂，中央是幅濕地油畫。西北邊豎立着維多利亞女王的第四個女露易斯亞伯達公主的銅像去了那兒？原來被安檢遮着，保安員讓開才一睹芳容，亞省以她的姓名命名，著名的露易斯湖亦是用她的名字。大堂四周懸掛的旗幟，是加拿大歷次參加戰爭中服役的亞伯達部隊旗，犧牲將士姓名鐫刻在石柱旁英雄碑。宏偉大理石樓梯直達三樓省議會紅木



潛望鏡雕像

大門，門前後都用精細的手工刻上亞省盾徽和花紋，每年七月一日國慶才開啓，平時用側門出入。中央噴水池，建於是一九五九年，紀念英女皇伊利莎白二世首次到訪。靜靜告訴你，一位清潔工偶然發現五樓一處「魔術點」，站在該位置，聽到從天花板灑下來的水聲，原來大堂的噴水池的水聲經迂迴反射做成的現象。方便尋找，現在地板上鑲有金色銅圓點。無得上樓，望吓都好，鏤空欄杆後隱約可見牆上掛着歷任省長畫像，嘍！有導賞團正講解，其實有些團友都來過，可以自己參觀，何解要我們留在大堂不許越池半步？突然，有人說跟着那位女職員走，去那兒呀？欲知後事，且看下回。



亞省議會立法院大樓

「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」

好玩又愜錢的約會

邊度有著數

•奇路迪雲

和情人外出吃晚飯，點杯雞尾酒，看場電影或者計劃做點有趣的事，這些都需要花費不少錢。如何可以讓你開心玩樂一天，又不需要擔心花錢太多？以下小編就給你點小建議：

關鍵字：**Sweet Tooth Rolled Ice Cream, Crescent Heights Hill**

位於Crescent Heights Hill上的Mt Pleasant View Point絕對是情侶散步的好地方。除了能飽覽卡城市中心的美景，晚上坐在草地上觀賞日落也是一件浪漫的事情。從唐人街獅子橋往北走，會看到一條頗高的木樓梯，走上去就是啦。如果想俯瞰市中心的另一邊風景，則可以去對面的McHugh Bluff View Point。而在唐人街的Sweet Tooth Rolled Ice Cream是家很有趣的雪糕店，店員會現場用鏟“炒”出雪糕，將它卷成花瓣狀，根據你個人口味，可以加入各種水果或者果仁、餅乾、馬卡龍等。

地址：在西北 Crescent road 和中央街交界和 206 Centre St S, Calgary

網址：<http://www.sticyc.com/>



關鍵字：在 Macleod Trail 上的 Omo Teppan & Kitchen 餐廳

逢周二晚上在Omo Teppan & Kitchen消費，只要下單鐵板燒，第二份鐵板燒將會是半價（以價錢高的菜為參照）。師傅會現場為你烤制各種蔬菜、牛肉、雞肉或龍蝦。餐館周一至周四均有不同的特價優惠，這裡也是加拿大僅有的四家能供應Kobe牛肉的餐廳之一。

地址：522 Macleod Tr. S.W., 電話：403-764-3222

網址：<http://calgaryteppanyaki.com>



關鍵字：位於市中心第九大道的 Glenbow 歷史藝術博物館

喜歡藝術和歷史的朋友，怎能錯過Glenbow博物館？這裡的門票正價是\$16，但每月的第一個星期四，博物館5-9pm會免費對外開放。博物館近日展出原住民藝術家Alex Janvier的150幅作品，同時也可以欣賞博物館在2017年新收藏的各類藝術品。

地址：130 9 Ave. S.E., 電話：403-268-4132

網址：<http://glenbow.org>



關鍵字：在 Macleod Trail 上的 Canyon Meadows Cinemas

想看電影卻覺得Cineplex票價太高？在Canyon Meadows Cinemas，你可以看到一些已經上映了幾個月的“舊電影”，而影院會給你非常優惠的價格。喜歡看最新電影又怕多花錢的朋友，不妨等上幾個月，再帶你的伴侶來這裡享受睇電影的樂趣。

地址：110, 13226 Macleod Tr. S., 電話：403-670-5444

網址：<http://canyonmeadowscinemas.ca>



關鍵字：位於 17 大道的 Pinball 彈珠臺

在17th大道有一家專門玩彈珠的酒吧，逢周日11am至5pm，你都可以盡情暢玩。酒吧還提供不少價格公道的餐飲，包括部分素食和Gluten-free食品。也有自製的pizza和三文治，各類雞尾酒等

地址：501 17 Ave. S.W., 電話：403-930-8175

網址：<http://pinbaryyc.com>



關鍵字：在10大道上的 National 餐廳內的保齡球免費玩

每逢周日，National Bowl從5pm到結業，你都能免費玩保齡球。但不是這個時間段玩的話，是按每條道\$60來收費！所以絕對省下一大筆錢哦！另外，如果你在周六和周日3pm前，提供你在餐廳二樓的brunch收據，也能獲得一小時免費玩保齡球的機會。

地址：341 10 Ave. S.W., 電話：403-474-2739

網址：<http://ntnl.ca>



關鍵字：老少咸宜的 Calgary Farmer's Market

住南邊的朋友，怎能錯過這家位於Blackfoot Trail上的農貿市場？這裡有各種新鮮的當地蔬果出售，還有飾品店，朱古力店，小型兒童遊樂場，西餅店，各種地方美食（絕對比一般Mall的Foot Court要多選擇，部分還有試吃哦）。節假日還有音樂表演，聖誕節更有各種慶祝活動。

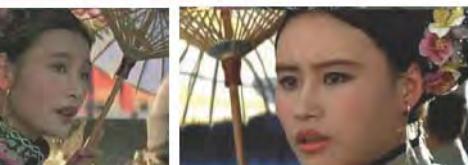
地址：510 77 Ave SE

網址：<http://www.calgaryfarmersmarket.ca/>





電影中，鄒君梅飾演年幼的文秀，由於一早覺醒，早早提出離婚而擺脫了由尊龍飾演的聘儀。陳沖則飾演聘儀的皇后婉容。但由於皇帝無能，婉容一直活得憂鬱寡歡。



近日清朝古裝劇《如懿傳》終於出街，雖然於2年前拍成，但一直因各種問題遲遲不能播出。反倒遲它一年才拍攝的《延禧攻略》由於提早獲得審批，最近已播近尾聲。由於兩部劇集均講述相近題材，難免拿來比較。例如周迅飾演的如懿出現“鵝公喉”，臉部腫脹不再少女等被不少人嫌棄。但飾演周迅姑媽的陳沖，惡婆婆鄒君梅演技精湛，一致獲得好評。其實，這兩位好戲之人，在30年前曾共同出演經典

荷裡活電影《末代皇朝》。而阪本龍一的作曲，更獲得了當年奧scar的最佳音樂獎。這也是第一部得到許可進入紫禁城內部取景的影片。兩人憑借電影中的表演打響了國際知名度，成為第一批進軍國際的華人文演員。當年陳沖飾演婉容時才26歲，但已駕輕就熟，很會展現自己的魅力，鄒君梅也才只有21歲，雖然有點嬰兒肥，但還是很青澀很可愛的。如今兩位均年過50，但保養得宜，依舊活躍於演藝圈。

三十年後再合作 陳沖 鄒君梅 《末代皇帝》後首次同框《如懿傳》

·芒果布甸

DIY 新主意

手繪石頭仙人掌盆栽

• 芒果布甸



儘管美麗的夏季仍繼續，但離漫長的冬季也不遠了。如果在家能有幾盆植物花卉裝飾一下，心情會否愉悅些？但是，冬日的鮮花價格普遍比較高，像小編這類花痴型的人，那是要花掉很多\$\$\$了。上周末小編去hiking的時候見到一些漂亮的小石頭，於是就拿回家自己玩玩試試。看來效果還不錯，現在就介紹給大家：

所需的材料：扁平的石頭4-5粒（用來做仙人掌）、碎小的石頭數粒、花盆1-2個、丙烯顏料、畫筆幾支、白色的marker、報紙幾張。



先將撿回來的扁平型石頭清潔一下，然後用丙烯顏料先調出深綠，淺綠，墨綠幾種顏色。一粒石頭使用一種綠色，拿畫筆小心塗上。待顏料完全乾後，拿白色的marker在上面畫上白點或仙人掌的紋路，也可以拿小號的畫筆用丙烯塗上，繼續待乾。可以選擇用普通的花盆，也可以用外層能塗上顏料的花盆。小編最後做了幾款不同顏色的花盆，大家也不妨試試哦。把碎小的石頭放在花盆底部（可塗顏料的那款花盆底部有小孔用來排水的，你可以先用膠紙封上。），最後把做好的仙人掌插在碎石頭上就大功告成啦。



所有2018年GLE400型號存貨可獲\$5,000折扣優惠

所有2018年GLE400型號存貨可獲\$5,000折扣優惠，數量有限，售完即止。查詢詳情請瀏覽本車行網頁：lonestarmercedesbenz.com。

2018 GLE 400 4MATIC

利率由

1.9%

另加

\$5,000

現金回扣

Mercedes-Benz
The best or nothing.



Lone Star Mercedes-Benz | 10 Heritage Meadows Rd. S.E. | lonestarmercedesbenz.com | 403.253.1333 | #lonestarinsider

© 2018 Mercedes-Benz Canada Inc. Lease and finance offers based on the 2018 GLE 400 4MATIC are available only through Mercedes-Benz Financial Services on approved credit for a limited time. *Total price of \$68,714 for advertised vehicle includes MSRP plus all applicable dealer fees. Lease APR of 2.9% applies. †Cash credit of \$5,000 only applicable on the 2018 GLE. Vehicle licence, Insurance, registration, and taxes are extra. Dealer may lease or finance for less. Offers may change without notice and cannot be combined with any other offers. Offer valid on in-stock units only. Offers ends August 31, 2018.

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

REAL ESTATE
PROFESSIONALS
INC.
Go With the Pros

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~~ \$449,900



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



西北 Mt. Pleasant 搶手靚盤

獨立高平房，5' x 12' C2，大地，主層及土庫各兩房，~~門~~分租，屋後單車房，投資極品。

~~SOLD~~ \$479,900

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
劉開樂人
raytheguitarist.blogspot.ca

應否殺菜街 (2)

音樂是一種非常奇妙的東西，你喜歡它的節奏和旋律的話，可以當是一種藝術，如果你不喜歡就是一種噪音。所以有人喜歡聽交響樂，有人喜歡聽粵曲、京曲、有人喜歡流行曲，重金属搖滾、爵士、民歌等等。全世界不同民族，都有不同的音樂，主要都是一種思想情感的表達，流露出社會生活的藝術，一種文化、一種追求，是人與人之間的交流，現在已經是人類生活上的一個基本部份。

然而在香港西洋菜南街表演唱歌的團體，由於他們檔與檔之間的距離太近，所以大家都把擴音器推到最盡，變成一種噪音交響樂，對附近居民造成極大的滋擾，最終被政府殺街，所有表演者都要另覓地方，尖沙咀海旁即將成為重災區，噪音問題將會延續下去。

我每次回港都會去菜街了解街頭音樂文化，我發覺很多人都好有勇氣，有些五音不全，完全不懂唱歌的人都非常陶

醉自己的表演，情形就像在卡拉OK店裡聽到有人盡情代入咁自己是偶像歌手一樣，原來很多人唱歌時是不會有自知之明的，走音錯拍子的大有人在，加上近年多了很多大媽入侵菜街，以唱大陸國語老歌為主，與香港以廣東話為主的社會，顯得格格不入，再加上她們自己才喜歡的大媽舞，令到路經這裡的市民為之側目。

其實在這條行人專用區唱歌的表演者亦有些具有職業水準的高手，其中最多人圍觀的一個檔口，就是有人稱「旺角羅文」的梁志源所組成的「羅文歌舞團」，他旗下有一位大家都叫她做「小龍女」的女歌手，她真名龍婷，是來自瀋陽的新移民，她每晚所得的打賞非常可觀，試過唱一首歌獲幾千元打賞。她的聲線酷似王菲和鄧麗君，在菜街唱了一年多，迅速紅爆網絡，她移民來港5年，原本在琴行教聲樂，認識了「旺角羅文」之後便在他的檔口演唱，最擅長唱

鄧麗君的名曲，很快已經在菜街唱出名堂，在YOUTUBE的演唱片段瀏覽量有幾百萬，據說現在往國內夜場表演一晚，至少收8萬人仔一場，收入非常可觀，我也在現場看過她的演出，她雖是業餘街頭歌手，但唱功比起現今樂壇的女歌手不遑多讓，除了唱廣東歌時有些小口音之外，整體表現有職業水準，難怪每晚圍觀她唱歌的人是最多的。另外「旺角羅文」的團隊最近亦多了一位能歌擅舞的男歌手HENRY歐志明，他平時在佐敦的BAR CITY唱歌，今年初才在菜街客串，由於他擅長勁歌熱舞，跳起舞來有「旺角郭富城」之稱，亦迅速俘虜了一班女FANS，每晚都有很多捧場客，歌亦唱得不錯。

另外介紹一位不在菜街唱歌的BUSKER給大家上網欣賞，她的名叫JUDAS LAW。她聲線很好，又可以自彈自唱，值得一聽。

其實街頭表演者不乏臥虎藏龍，可惜



香港「特區政府」積弱，廢柴官員無法制定一套有效的規管街頭表演附例，令到這種街頭音樂文化無法發揚光大，遊客和普羅大眾亦少了一種免費娛樂，實在有點可惜。

Capital Hill 餅店 (工場及門市)

西北10街夾20 Ave, 1140呎，近年新裝修，

工場設備齊全，門市咖啡及餅店。月租\$2,856 (連稅)。中央冷氣。水電費自付。 \$99,000



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。

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。適合醫療行業、按摩服務、房貸或財務顧問、印刷及招牌...等生意。另，土庫 2305呎。

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 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。

\$630,000

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，後園可蓋雙車庫。

\$339,900

西北 Sherwood 示範屋



全新向南，前進雙車庫，2466呎，Walkout 兩層屋，頂級裝修。二樓四睡房及 Bonus Room。全屋兩個半浴廁，特大陽台。

\$720,000

大擣價： 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。

相同自己，期待不同的未來

「有病睇醫生、健康靠自己」這句話，可能各人認知不同。

登「六」一族，與深交朋友間會談及個人健康問題，尤其感嘆與年輕時身體狀況的差別。筆者鄰居一八十歲西人，仍在做水泥工，既無膽固醇，更無糖尿病或高血壓。可能分別在血氣循環好及運動量足？

朋友介紹在 YouTube 觀看了「鄭雲龍」老師的脊椎保健視頻，才理解酸痛的成因及預防。他的金句「生活形態就是健康狀態」。了解「人體學」及「地心引力」的影響，便明白很多酸痛是自找的：例如「站」或「坐」姿不對（尤其「翹腳」、「坐臥」：身體重心令腰椎長期受壓，便引致根膜炎及痛症），有興趣讀者，可到網上搜尋觀看。除對個人健康有助外，還可確保子女在成長階段，不會因長期使用平板電腦的不正確姿勢而影響身體狀況不自知。

要好結果，必需付諸行動（例如：增加定期適當運動）。否則便如他說的：「相同自己，期待不同的未來！」子女上大學，增值有成，事業、收入有保障。

入市房地產亦是同理。現今房市低淡，對以下兩批人應是入市良機：

(一) 搬大屋一族 (move-up)：不少買家的心結是：自住居所價跌了，覺得像虧了似的。例如：自住屋高峰期，賣價三十五萬元，現掉至三十二萬元，賬面損失三萬元。而準備購入的大屋，高峰期售價五十五萬元，現價五十萬元。若將兩者差額相對 (55-50)-(35-32)，實質仍省了兩萬元。

(二) 投資者：人人「理智」上明白，長線而言，房地產都在漲；是最佳的退休儲蓄工具；或作子女他日上大學、研究院的資金（例如：上美國一流大學，一年學費約八萬美元）。但，「感性」上，又覺市場未必見底，還想等等。

試問，何時入市，不都是該「時空」的市價嗎？**有需要，便要果斷行動**。除非閣下有預知未來的水晶球，否則那天、那點是市場見底，誰能說得準呢？猶如不同銀行所派估價師，不可能出來的估價完全一樣（很多是以合約買賣為依歸，上下空間數千元內）。因為估價師若採納同區同類物業最高、最低成交價作比較，效果已有顯著差異。故此，一般都採中位數的（即：不採最高、去除最低）成交價作估價參考；當然，銀行內部措施、取向（進取：想多做房貸生意、或保守：估價偏低，減低貸款額及風險），亦是勿忘之影響因素。

加國社會模式，學校只求教育普及，猶如社會主義的“平均”，培養精英則是家長的責任及取向。收入歸類 3、3、4 制（三成交稅、三成居住、四成個人生活開支），更可能要花數年，清還學債 (student loan)，那來首期作置業？

最低工資十月便（時薪）\$15。建築材料又不斷漲價（加元低水是一大因素），新區吉地亦越來越貴，試問怎可能「麵包平過麵粉」呢？

國內父母都愛說，希望子女「贏在起跑線」，投資房地產（自住或作出租），同理。利息高低，取決於市場，消費者無從左右。但，業主房貸的二十五年攤還期，越早開始，便越快供滿。道理如三十歲作父母，子女二十歲時父母才五十；若四十歲開始，便要六十；也差不多是近退休齡，可能是用盡一切資源剛供完子女學業，但個人退休金仍沒著落呢！

投資房地產是門很科學的知識及技巧。未開始的讀者，不妨約見筆者提供之免費投資房地產講座。看看是否有助調校觀念？不同自己，應可期待不同的未來。





Laurence Cheung

張一新 百萬經紀會員
(403)870-9488

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



電 (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
一廳，靚河景
，大露台連地
下暖氣車位。
退休精選，可
步行往華埠。

\$365,000

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。 現割價廉價 **\$499,900** **\$469,000**

西南 Spruce Cliff

OPEN HOUSE: 本周六 2-4pm #1802-55 Spruce Place SW
兩睡房柏文單位、單邊靚市景，新油漆、新地板，
連兩暖氣單位。 **\$399,000** **\$369,000**

西南 Scarborough 平房

OPEN HOUSE: 本周六 2-4pm (431 - Scarborough Ave SW)
獨立平房，屋後雙車房。離市中心五分鐘車程，可步行至
學校及輕鐵站，地點一流，合投資及重建。 **\$899,000**

市中心豪華柏文 AXXIS

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** **\$399,800**

市中心豪華高層柏文

OPEN HOUSE: 本周日 2-4pm (#1008, 888-4 Ave SW)
Solaire Luxury Condo

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** **\$469,900**

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 **\$509,900**

解鈴

卡城地產正常來說七八月是淡季，但這個八
月卻令我有點意外，幾個掛牌出售的物業，都不
停有經紀下單！但請勿開心得太早，因為全是減
六至十萬的試水溫合約，結果當然是被掉進廢紙
回收箱！從前經紀遇到這等情況，一般會預先知
會一下，問問是否有商量餘地，會否浪費時間等
等.....但如今估計太多空閒時間，加上酒店房間叫
天價兼Okanagan一衆酒莊全部變煙燻部落，索性
先寫後奏，心情像填649數字一樣，試試可有這種
樂透的運氣！相反遇到希望掛牌的客戶，明知是
浪費時間兼蝕大本，也不介意這種開價多十萬八
萬的廢盤，可望有一天像中649一樣，遇到一個剛
好中了649的幸運兒，不計較價錢多少去買下心儀的
dream home！

其實樓價明顯天天向下慢慢調，賣屋者應該面
對現實開低價出貨；因為等一天蝕多一天
地稅保險水電費；相反買屋者應該在衆多選擇
中拿定主意上車，就因為你永遠不會在回升之

前知道那天是最低價；換句話說就是當你知道
的時候已是後悔的日子了！

江湖傳聞小杜又有新攬作，以後房地產買
賣都要加入新法例，就是必須符合新的building
code，在Energy efficiency上達致新的水平。換
句話說，如果要想賣掉二手樓盤，要將能源效
益增至指定水平，即要花裝修費大約三萬五到
五萬元才可以出售！

這幾天我放假出埠沒帶電腦在手未經證實，
不過以他黔驥技窮之身，巧立名目去刮取民脂民
膏，用來填補他胡亂花費了的赤字是基本動作；
有時真覺得很奇怪，從網站留言看出一衆網民都
很有智慧，為什麼大眾選民的選票，卻會跑到這
種不學無術政治騙客手中！所以近日社交網站都
遍地開花，反杜言論及帖文甚至短片，全部洗版
；網站甚至流傳一個笑話：有人想將杜魯多罪狀
從電腦儲存及列印，可惜電腦記憶體容量用盡亦



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

不足夠，所以不能成功做到！

有云解鈴還須繫鈴人，一個國家的總理，要在國際舞台應付特朗普這等老狐狸，還要兼顧內憂外患，不是年輕選民隨便選個俊男美女便可了事，所以身為家長，必須從小教育下一代，起碼能分清是非黑白，絕對不能讓一衆吹水騙讚政棍蒙混過關，把大好國家前途盡送！

話說回來，現在的亞省跟疫埠沒有分別，所有做生意的人都敬而遠之，轉戰其他省份；但在商言商，如果想卡城地產回復昔日光彩，必須在杜總下台之後才有希望，不過在此之前，又必須預先入貨！試想如果2005年不入貨，2007有得賺到笑嗎？又在2012年沒有入貨，誰可以在歷史新高的2014出貨呢？人生有幾多個10年？如果想在2020年擺慶功宴，現在就是辦事的時候了。信不信由你！



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 Country Hill

1100呎，光猛獨立兩層，三房，一個半浴廁，土庫完成，主層實木地板，陽台，特大25x20呎後進雙車房。近大統華超市及301號巴士站。 \$363,000

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 ~~出售~~，東主經營廿一年，準備退 ~~出售~~，買賣均可。

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。

\$429,900

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 土庫由建築商專業完成，四房兩浴，實木地板及瓷磚地，雲石廚櫃檯面，前進雙車房。 \$629,900

東南 Queensland

約1291呎+535呎，獨立四房兩層式，全新木地板，三年新屋頂，全新窗，新油漆，大平台。近巴士可達輕鐵站。可步行至多間學校及商場，即可交吉。 \$319,988

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、兩廁房。 \$279,900

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。



三次拒絕

對電腦非常痴迷。見他整天坐在電腦前，父母以為他也像同齡孩子那樣，對某個遊戲樂此不疲。

一天，父親發現扎克伯格的電腦屏幕上布滿了奇特的數據，便好奇地問他是什麼遊戲。扎克伯格笑了，告訴父親他在編程。父親將信將疑，但更讓他感到不可思議的事情還在後面。扎克伯格讀高中時，一天家裡接到一個陌生電話，打電話的人自稱是一家知名網絡公司的經理，願意出百萬年薪，邀請扎克伯格到他們那裡工作。父親驚呆了。原來，扎克伯格之前為一款音樂播放器設計了一種可以識別用戶聽歌習慣的插件，放在網上供人免費下載，很受歡迎，這引起了衆多網絡公司的興趣。

面對高薪聘請，扎克伯格卻拒絕了，他對父母說：“賺錢不是我的目的，目前以學業為重。”

高中畢業後，扎克伯格考入哈佛大學。雖然主修心理學，但他一天也沒有停止過對電腦編程的鑽研。轉眼到了大學二年級，他突發奇想，要建立一個網站作為哈佛大學學生交流的平臺。於是，他用了整整一星期時間，建立了名為Facebook的互動網站。

出乎他的意料，網站開通後訪問者絡繹不絕，幾個星期内，哈佛一半以上的學生都登記註冊了會員。學生們利用這個免費平臺，了解朋友的最新動態，搜尋結識新朋友。不久，該網站的用戶群擴展到美國主要的大學校園。

比爾·蓋茨欣賞扎克伯格的才華，開出數百萬的高薪邀請他加入微軟。扎克伯格再次拒絕了，他說：“微軟

以Windows發家，而承載我夢想的是互聯網。”

雖然沒有成為蓋茨麾下的一員，但蓋茨的一段話卻在年輕的扎克伯格心中點亮了一盞明燈。那年，蓋茨來到哈佛演講，開玩笑地說：“我向來鼓勵學生們利用課余時間干些自己感興趣的事情，而且哈佛允許我們休學創業，多好的待遇呀。我當時就是這麼想的，如果微軟失敗，我最多重返哈佛讀書罷了。”

沒有過多的猶豫，扎克伯格決定復制蓋茨的軌跡，從哈佛休學創業。

2005年春天，扎克伯格為自己的網站爭取到了一筆1200萬美元的風險投資。接著，他對網站進行了重大改進。同年10月，Facebook擴展到英國的21所大學。到了12月，Facebook的註冊用戶已達數千萬。Facebook飛速發展，再次引起了業內巨頭的關注。2006年，雅虎報價10億美元，向扎克伯格提出收購。面對億萬誘惑，鮮有人會拒絕，但是，扎克伯格做到了。他堅定地說：“我創建網站的目的，就是把有共同興趣愛好的人聚在一起，通過協作，為他人提供更好的服務。我們在創造財富，而不是為了賺錢。”

扎克伯格的執著最終書寫了一段傳奇。如今Facebook的市值達176億，註冊用戶超過4億，2010年美國《福布斯》雜志評選全球十大青年富豪，26歲的扎克伯格位居榜首。

成就大事的人，通常不會把金錢擺在第一位，更不會因為金錢的誘惑而改變對理想的追求，理想不是財富，但追求理想卻可以最大限度地實現人生價值。

◆此文摘錄網絡

怎樣才能創造人生最大的財富？不同的人會給出不同的答案。但是，現年26歲的馬克·扎克伯格的選擇對於當下的年輕人來說，絕對具有借鑒意義。在他不算豐富的人生經歷中，曾先後三次拒絕過唾手可得的巨額財富。

扎克伯格出生於紐約一個中產階級家庭，他從小

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 9月2日 5PM/10PM

搶紅

主演：張涵予、黎明、王耀慶



每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四
THURSDAY
Aug 30

星期五
FRIDAY
Aug 31

星期六
SATURDAY
Sept 1

星期日
SUNDAY
Sept 2

星期一
MONDAY
Sept 3

星期二
TUESDAY
Sept 4

星期三
WEDNESDAY
Sept 5

0:15 四大名捕
2:35 新聞重播
3:50 飛虎雄師
5:20 魔魅魍魎
7:00 友情歲月山雞故事
8:55 白日焰火
11:00 瑪麗榜之風起長林
12:00 獄中花
12:00 不二神探
13:15 人再囧途之泰囉
15:15 四大名捕
17:25 頭號人物
19:05 娛樂新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 獄中花
20:20 不二神探
23:55 愛比死更冷

1:40 新聞重播
2:55 基佬四十
4:40 多桑
7:40 飛虎雄師
9:20 頭號人物
11:00 瑪麗榜之風起長林
12:00 獄中花
13:15 不二神探
15:05 基佬四十
17:15 豬扒大聯盟
19:05 娛樂新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 獄中花
21:30 拾回感動
22:15 春嬌與志明

0:30 精武門
2:35 新聞重播
3:50 愛比死更冷
5:20 最後通牒
7:00 九品芝麻官
7:10 豬扒大聯盟
8:55 春嬌與志明
11:00 尋找高端美食
12:00 天下第一Friend 2
14:15 半生緣
17:00 搶紅
19:30 香港有線新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 愛比死更冷
21:55 老虎出更
23:50 香港有線新聞

0:40 砂時計
3:05 半生緣
5:20 最後通牒
7:00 九品芝麻官
9:05 老虎出更
11:00 拾回感動
11:35 砂時計
14:15 半生緣
17:00 搶紅
19:30 香港有線新聞
20:00 愛比死更冷
22:00 搶紅

0:00 香港有線新聞
0:35 墓攻
3:10 肩上蝶
5:30 恐怖雞
7:00 搶紅
8:50 喋血雙雄
11:00 瑪麗榜之風起長林
12:00 獄中花
13:35 墓攻
16:30 暗戰2
19:05 娛樂新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 獄中花
21:30 完美假妻 168

0:10 龍在邊緣
2:15 新聞重播
3:30 安娜瑪德蓮娜
5:35 古惑女2
7:20 暗戰2
9:15 搶紅
11:00 瑪麗榜之風起長林
12:00 獄中花
13:15 完美假妻 168
15:05 龍在邊緣
17:00 我的最愛
19:05 娛樂新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 獄中花
21:30 尋找高端美食
22:35 江山美人

0:30 櫻音山
2:35 新聞重播
3:50 抱擁朝陽
5:25 四面夏娃
7:00 我的最愛
9:05 江山美人
11:00 瑪麗榜之風起長林
12:00 獄中花
13:25 搶紅
15:15 櫻音山
17:20 Z風暴
19:05 娛樂新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 獄中花
21:30 天下第一Friend 2
22:10 霹靂火



James Tull
杜振邦



Cell: 403-863-2888
e-mail: jamestull888@gmail.com

西北 Evanston \$399,999



無管理費兩層孖屋，前進單車房，1418呎，三睡房，兩個半浴廁，W/O土庫，專業完成，電影廳及全廁，位於幽靜內街，可步行至小學(幼稚園至小四年級)，已吉，即可入住。

東北 Martindale \$414,900



2000年建，兩層獨立屋，前進雙車房，1500呎，三睡房兩個半全廁，土庫專業完成，一手業主，全新屋頂。

唐人街 匯景花園 \$200,000



868呎，頂樓河景，兩睡房兩全廁，管理費\$732，業主付首十二個月管理費。

西北 Banff Trail \$749,900



1617呎，平房 Bungalow，R2 Zone大地 (580m²)，主層三房兩全廁，土庫另有三房一廁，特大雙車房及RV停車位。近大學，可步行至Confederation公園。

Edgemont \$628,888



罕有最佳地段，距離Edgemont小學只隔五間屋，1988年建兩層獨立屋，樓上三睡房，主層書房，土庫專業完成，全屋共三個半浴廁，兩個火爐，新屋頂，特大前進雙車房，已吉，即可入

東北 Temple \$449,900



複式四層獨立屋，全屋共1276呎，四睡房三全廁，全屋實木地板，前進雙車房，後加後園雙車房，已吉，可即入住。

食樂有文化 午餐肉愛好者的自我修為

占士邦
James Tull

jamestull@hotmail.com

早上起來有什麼愜意不過吃一頓不健康的早餐。

不健康的東西為什麼不是好玩就是好吃？

我早上不健康的早餐是凍奶茶，多冰多甜多奶，另加一碗熱騰騰的餐蛋公仔麵，冰火五重天。

餐是“午餐肉”，蛋是“太陽蛋”，蛋仍然是我喜歡的生蛋黃，可惜“午餐肉”已經換了品牌，入口三秒鐘馬上想吐出來，之前愈切愈薄，都已經薄來順受，現在連味道也改變了，對著碗麵，默哀了三分鐘，在卡城沒有“是非題”，祇有“選擇題”，可以選“吃”與“不吃”。

人類文明的歷史，沒有一種食物比“午餐肉”更具影響力，“午餐肉”是三十年代美國人發明，那時正值美國大蕭條，人們買不起鮮肉，於是發明了用豬肉混上馬鈴薯粉，給買不起鮮肉的人吃，渡過難關。“午餐肉”的正確名稱是SPAM，是Specially Processed Assorted Meat的縮寫，意思是特殊加工的雜肉，至於為什麼不叫早餐肉或晚餐肉，就無從稽考。

野史一直都有這樣的記載如果不是“午餐肉”

的面世，越戰甚至韓戰沒可能打得那麼久，因為軍方最大的困難是軍糧的補給，“午餐肉”的面世大大解決了這方面的困難。

這絕對是真事，遠古的年代，占士邦第一次出差就是韓國，下飛機第一件事，不是去什麼“東大門”，“明洞”，而是直奔“梨泰園”，因為當時駐韓的美軍基地就是在“梨泰園”，於是順理成章成為韓國的英語區。那裡占士邦第一次吃過韓國的“步隊鍋”，當時的美軍用韓國泡菜和辣醬作湯底，用“午餐肉”來煮火鍋，好吃談不上，祇是果腹之用，之後美軍把“午餐肉”帶入韓國家庭，今天韓國人除了用午餐肉作佳節賀禮之外，還喜歡把“午餐肉”切粒，混雞蛋泡菜來炒飯，味道比“步隊鍋”好吃得多。

但最喜歡吃“午餐肉”的人卻非韓國人而是夏威夷人，夏威夷的“麥當奴”有“午餐肉漢堡包，便利店賣的“午餐肉壽司”(Spam Musubi)，是用“午餐肉”代替魚生用紫菜綑著吃，去夏威夷，千萬不要錯過逛當地的Costco，完全不同的體驗，最吸引的兩個區，一個是海鮮區，一盤盤魚生，尤其是煮好的螃蟹，就地正法，最為吸引，其次是那堆起來像天安門那麼高的午餐肉區，單是試食也有十多款，有混上芝士粒的，也有混上碎豬肝的，有蒜頭味，香辣味，水果味，煙熏味，看得眼花瞭亂，吃得滿嘴是油。

話說回來，吃過最好吃的餐蛋麵是在曼谷的唐人街，路邊攤，兩隻鑊一隻鍋就開起檔來，賣的就是“慢活”，太陽蛋煎得蛋白冒著小泡泡而外圍一個黑眼圈，祕訣就是一個慢字，“午餐肉”煎得兩面金黃，最奇怪的是吃時撒上一小撮沙糖。

陪伴我們成長的是“梅林牌”午餐肉，這家上海百年老店不單擔任食品製造的角色，還首創罐頭外交，話說當日中共和前蘇聯友好邦交，蘇聯在北京開了一間“莫斯科飯店”，而中方亦同時在莫斯科開了一間“北京飯店”以示友好，“梅林牌”的午餐肉亦順藤摸瓜經前蘇聯傳遍整個東歐，最後還在捷克開了一間分廠。

“午餐肉”還有一個失傳的食譜，是把切片的“午餐肉”沾蛋漿來煎，煎完涼透之後，再沾第二次蛋漿來炸，炸完一個個金黃色的小盒子似得東西，好吃到沒有朋友。

