

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
避風塘斑塊
東坡肉
枝竹柱侯炆鴨

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



三十年代的中國，著名默片女明星阮玲玉自殺，成為報刊的頭條。

殯喪當天，有約三十萬民眾到場吊唁，送葬隊伍長達三里，成為當時世界上的最大型葬禮。

報導亦指有數名阮玲玉的忠實粉絲為她的離世而自盡，他們的遺書上，都認為阮玲玉既然已經死了，他們也沒有理由活在這個世上。可見影迷對她的瘋狂崇拜和癡迷。

她的自盡原因，衆說紛紜，但始終離不開「人言可畏」四個字。

人言

無論是她的前度丈夫對她作出無恥的名譽誣陷，抑或是情夫玩弄感情、始亂終棄，還一次又一次的毆打她，都只是心灰意冷。

但一則又一則被新聞界追蹤並廣泛的報導，令她心力交瘁，內心鬱結，無人可訴，終於迫使她逃到決絕之路。

看了有關她的資料，又看了那齣「阮玲玉」的電影，描述她的事業、愛情、親情，直至無法承受可畏的人言和目光，然後安排自己在人世最後的一天，令人心疼。

可能，當時的她，在那個動蕩的年代，她以為可依靠的人都

不可依靠，她以為可面對的人言，都沒有能力去面對，痛心抑鬱，無助無奈，一了百了。

今時今日，人言仍可畏。

人言的殺傷力，遠超乎我們的想像。

在朋友和同事圈子裏，不少人或多或少出現了抑鬱症狀，有些自知，有些不自知，有些自知卻不敢承認。

在各種致病原因中，別人的言語、批評、是非；別人的目光、行為、疏離，令他們變得失去快樂和自信外，也令他們對於旁人的一言一行變得無比敏感，時常懷疑別人在講他傳他嘲笑他，使他不想見人，不敢與外界接觸，最好把自己關在房間內，躲進被窩中。

工作間和學校裏，都不斷提倡要尊重人的差異，皆因我們來自不同的國家、文化、教育、宗教等背景，亦應該尊重別人的外貌、膚色、健康上的障礙，不應大驚小怪，更不應戲弄、中傷、欺凌、性別騷擾別人。

尤其人言。

當說話傳開，定必跟原本的不同。當人加入了一己的個別語氣、形容、表情等，變得更繪形繪聲，呼之欲出，殺傷力不斷提升。再加上互聯網在秒間把人言廣傳，令苦主情緒低落、無地自容，抑鬱病情惡化，甚至決定自盡，放棄這辛苦絕望的人生。

今天，你言我語，請勿掉以輕心，務必慎言。多做事，少說話。

十二星座 新娘的 專屬捧花

(2)

婚禮上新娘的白紗可以說是焦點，但是如果沒有捧花的陪襯，就算是一件多麼風光的白紗也會顯得索然無味，今天我們要陪準新娘們依照自己的星座來選擇專屬的新娘捧花，讓婚禮更加亮眼，更讓賓客們有記憶點！



天秤座：天秤座有典型的溫和氣質，天秤座的女性總是在不停的追求心理和肉體上的平衡、被愛與愛人的平衡……因此，她們大多總有猶豫不決或者好辯的缺點，羞怯的紫羅蘭，將為天秤座新娘帶來好運，它們將會使天秤座新娘在婚禮中更加出色自然。

推薦
紫羅蘭



射手座：相較於天蠍座、雙魚座，射手座的女性並不是最有女性魅力的，但她經常是人緣最好的人，這裡指的「人緣好」並不是和每個見過面的人都有點頭之交，她們真的有本事擁許多真心朋友，射手座的新娘不妨驚世駭俗的選一束向日葵！它是射手的幸運之光，而且和射手座新娘一樣永遠明艷照人。

推薦
向日葵



水瓶座：水瓶座的新娘即使在婚宴上仍會保持自由隨性的性格，不需要改造自己去適應一般人對新娘的印象。水仙花是水瓶座的出生花，它的氣質也和水瓶座相符合，想像水瓶座女性披著長頭髮和白色頭紗站在聖壇前，手持一束金黃、純白相間的水仙，是多麼美麗的畫面！

推薦
水仙



天蠍座：重視儀表的天蠍新娘，在結婚當天肯定會靚驚四座，但由於事務要求完美反而容易影響情緒，建議天蠍座的新娘子選擇花球時，可以選擇會為天蠍帶來幸運，有如星雲的雛菊，其淡淡的色彩，讓眾人的注意力完全集中在你身上。

推薦
雛菊



魔羯座：羞怯而甜蜜、倔強而溫柔，這是魔羯座女性同時擁有的兩種氣質，她們能夠兼具這兩種特徵，而沒有矛盾衝突，魔羯座女性也會遵循傳統，尊重長輩等美德，魔羯座新娘不妨選擇球形或瀑布形花球，顏色以高雅大方為上選。

推薦
圓球形捧花



雙魚座：結婚時，雙魚座新娘喜歡有著宛如王子與公主般浪漫氣氛的婚禮。所以夢幻柔美的雙魚座新娘，禮服應該充滿飄逸的靈性美，鬱金香是雙魚座的出生花，幸福夢幻中的魚兒，可以用花型各色的鬱金香為捧花，用寬寬的淺綠色或白紗絲帶做一個大型蝴蝶結裝飾，浪漫又高貴。

推薦
鬱金香





陳忠豪醫生

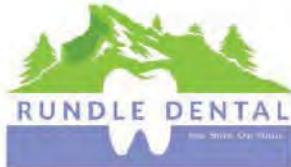


許明娟醫生

您全家人的牙齒護理

- 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



卡那那斯基斯上湖

- Kananaskis Upper Lake

· 志永

12時半來到卡那那斯基斯Kananaskis的「加拿大山珠穆朗瑪峰探索路徑 Canadian Mt. Everest Expedition Trail」停車場，太座腳踝傷初癒試腳骨力，棄徒斜崎嶇不平登山徑，取行平坦較短的學習路，資料顯示，步道是紀念1982年時加拿大人登上世界最高峰的冒險精神，沿途都有介紹當地歷史地理的解說牌。當我細讀指示牌時，剛有幾個人行入旁邊的小路，早上才與熊打招呼，心有餘悸，安全第一，毫不遲疑，立即跟着人行，太座拉拉我衣角說，應該是另一邊的大路，我堅持跟着人沿斜路上山坡，山坡頂是條碎石大路，一邊是湖另一邊是我們上來的斜坡，一看地圖，不出所料正是卡那那斯基斯著名的「上湖 Upper Lake」和「下湖 Lower Lake」其中之一的上湖，碎石大路是水霸，誤打誤撞來到，乾脆逛一逛欣賞湖光山色。講開又講，兩湖屬於彼得洛希德省立公園Peter

Lougheed Provincial Park一部份，1977年為紀念亞省省長，把卡那那斯基斯Kananaskis Country南邊304平方公里以他名字命名。

碎石大路連接圓環型上湖行山徑，多年前走一圈要花近十小時。今次隨意走走，蜿蜒棧道走起來輕鬆愜意，遊人眾多有帶狗隻的，有踩單車的，奇花異草有白色小花，亦有類似吊鐘花。穿梭林蔭間，上湖時隱時現，風起雲湧，烏雲密布，湖水翻起白浪，群山環抱，山脈連峰。山勢如屏風的薩拉伊爾山Mount Sarail，以世界第一次大戰時法國將軍 Maurice Sarail 為名，Mount Sarail山脚下是「羅森湖 Rawson Lake」。巨峰相連的 Mount Lyautey，巍峨雄偉。遠處外觀突出山峯是Mount Putnik，以第一次大戰期間塞爾維亞Serbia盟軍首領命名。拐個彎走遠點，碎石堆砌優美弧型伸出半島，景色優美，石灘散佈淒美白色樹木枯枝，與翠綠樹林相映成兩極

端。停停走走，不覺行了個多小時，在此吃簡便三文治午餐，略作休息，沿路歸去。風雲突變下起雨來，急忙披上雨衣加速腳步，行不遠又放晴，唉！山中天氣就是變幻莫測。返到水霸大路，另一邊另有景緻，長木板路直通湖邊，方便汽車駛到湖邊放艇，小艇要清洗潔淨才可離開。相連碎石灘有人曬太陽，有人燒烤，有人嬉水，有人釣魚，釣魚亦規定長度和數量。湖邊告示牌有5幅圖畫，提醒大家注意各類安全。最有興趣是看介紹地理環境生物的說明，增長知識和讀者分享。圖1解釋卡那那斯基斯上、下湖形成，圖2利用湖水設立發電站，圖3上湖的湖水來自冰川是凍水湖，產生

的微生物是鱒魚trout的食糧。圖4高山阻擋大部份風雨，潮濕太平洋空氣上升穿過山嶺，在亞省形成雨和雪。圖5湖是鳥類棲地。踱步到湖邊，雲開見日，碧藍湖水，波光蕩漾，薩拉伊爾山和Mount Lyautey氣勢磅礴，輕風拂面，心曠神怡。過木橋到停車場，蹦出雙手合十小松鼠相送，切勿因可愛而餵食，違法行為會被罰款。

返回營地，小朋友們和家長正踢足球，佈告欄張貼附近營地晚上有娛樂演出，今晚親自落廚炒個小菜饅飯，太座翹起二娘腿休息，養精蓄銳，明日尋蝶去也。未完待續。



薩拉伊爾山 和 Mount Lyautey



卡那那斯基斯上湖

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

必定順牙醫診所

(全科牙醫)

113 - 8120 Beddington Blvd NW Calgary

(由華埠乘坐3號巴士可直達)

電話 : 403-275-4000

網址 : beddingtondentalclinic.com 電郵 : admin@beddingtondentalclinic.com

為方便Airdrie客戶 歡迎預約黎柱峰醫生
在Sonata Dental (Home Depot 對面) 應診



植牙和拔除智慧齒比你想像便宜

過程更比你想像輕鬆

本診所自2016年擴充至6,000餘呎，擁有最新設備及儀器。

備國、粵、英語醫生團隊誠懇為你提供一條龍服務。從普通家庭保健到複雜的明星牙美容、杜牙根、隱形正牙、牙橋、牙周病及兒童牙痛治療等都能精心護理。種植牙患者更可享受免費3D CT掃描檢查。本診所服務接受所有保險。



專業醫生團隊

Dr. Lai 黎柱峰醫生

Dr. Wong 黃順欣醫生

Dr. William Tunison

Dr. Patti Bueckert

Dr. Rok Jeong

本基金會主席 陳祿官先生請辭主席職務將於12月31日起離任，本會衷心感謝陳祿官先生任職主席期間領導及協助處理會務事宜，將會務重大提升躍進，增辦會員活動，更創辦「卡城華人社區服務最高榮譽獎章」，以表揚彰顯早年曾為卡城華埠社區建設超卓服務人士。陳先生任職主席三年間之義務工作對基金會樹立重大貢獻，亦曾多次慷慨捐款協助。基金會委員們曾多次懇請挽留，但陳先生因私人業務繁重，婉拒因未能兼顧而須請辭。陳祿官先生卸任後仍為榮譽主席繼續支持及協助本會各項公益活動，基金會謹此表達萬分感謝。

基金會已成立「臨時行政委員會」即日起處理本會事務，基金會將繼續為卡城長者提供服務，加強對社會服務理念，舉辦更多合適長者活動，基金會感謝各大社團及社會賢達支持。

卡城華埠耆英中心基金會
臨時行政委員會 敬啟
二零一八年十一月三十日

TIMOTHY DUNLAP LAW 鄧立添律師行

專門辦理：個人交通意外索償，離婚個案，刑事訴訟

經驗豐富 · 服務誠懇可靠
全力以赴 · 助你穩操勝券

鄧立添律師執業超過廿五年，成功個案無數！

現擴展業務為華人服務，本律師行將竭盡所能，為各界提供最專業的法律途徑，為閣下解決疑難！

歡迎致電資深華語法律助理
Candi Lo (403) 265-5299 查詢



鄧立添律師 及 資深華語助理 Candice

地址 : Suite 100
224 - 11 Ave SW
Calgary Alberta
T2R 0Z3

Tel: 403.265.5299
Fax: 403.265.5298

Website: www.timothyjdunlap.com
Email: dunlaplaw@telus.net

忘川河上有一座唯一的橋叫做奈何橋。奈何橋盡頭有個望鄉台，望鄉台是最後遙望家鄉和親人的地方。在忘記今生一切的記憶前，在脫胎換骨重新做另一个人之前，你可以在這裡的，最後望一眼你的愛恨情仇，等待你的人。

(又叫三途河)，忘川河水呈血黃色，裡面盡是不過了那條盛開著彼岸花的黃泉路，就到忘川河得投胎的孤魂野鬼，蟲蛇滿布，腥風撲面。忘川河旁邊有個三生石，石身上的字鮮紅如血，刻上四個字“早登彼岸”，你可以在石頭上刻下你今生你最愛的人和來世你想等待的人的名字。

相傳人死後先到鬼門關，過了鬼門關便上一條路叫黃家路。黃家路上盛開著大片大片的彼岸花，也叫接引花。遠遠看上去，就像是血所鋪成的地毯，又因其紅得似火而被喻為“火照之路”。也是這長長黃泉路上唯一的風景與色彩。

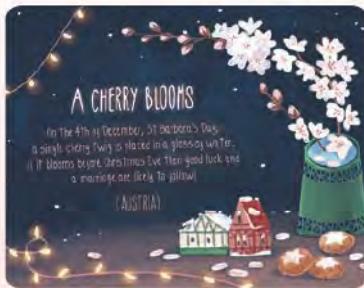
彼岸花花語

《東方傳說：接引花》

卷之三

聖誕節的奇妙習俗

聖誕節是個溫情的節日，也是個浪漫的節日。插畫師Marie Muravski用插畫，告訴你世界各地古老、怪誕又浪漫的聖誕習俗，來看看你是否都知道吧？



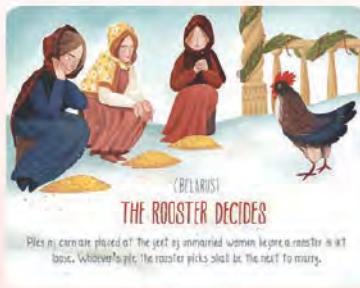
奧地利 【一束櫻花】

在12月4日(St Barbara's Day 聖芭芭拉節)，將櫻樹分枝插入花瓶中，如果它在平安夜之前綻放花朵，就代表著好運及好姻緣將隨之而來。有興趣的單身男女們，不試試看嗎？



葡萄牙 【不忘故人】

葡萄牙人在傳統的聖誕節早餐時刻，他們會設置額外的座位讓已經離去的家人的靈魂得以共襄盛舉，然而在世界各地也有許多像這樣的習俗呢！



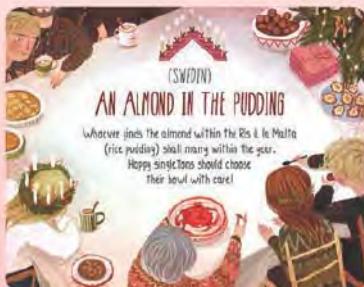
白俄羅斯 【公雞的預言】

在白俄羅斯的聖誕節，未婚的女性會聚在一起，並在自己的腳前放置一堆玉米粒，接著讓公雞來選擇。如果公雞吃了誰的玉米，被選中的人將會是下一個要結婚的幸運兒。



英國 【槲寄生下的親吻】

槲寄生象徵多子多福。早在18世紀，在槲寄生下親吻就已成為英格蘭的流行風俗。聖誕節在槲寄生下親吻的習俗，也象徵著「愛、和平、寬恕」的意思。



瑞典

【布丁裡的杏仁】

在瑞典的聖誕節，大家會和家人、朋友一起享用聖誕大餐。最後在吃甜點米布丁時，如果單身者吃到的是帶有杏仁的米布丁的話，明年就能有一段好戀情喔！



芬蘭

【融化的錫】

新年第一天，人們圍聚一堂，將熔化的錫液倒入一桶冷水中，錫液在水中凝固成的形狀便是未來的預言。祈盼姻緣的人都渴望看到心和戒指的形狀。



烏克蘭

【蜘蛛的善心】

傳說因為聽到一個寡婦哀嘆沒錢裝飾聖誕樹，蜘蛛就結出美麗的蜘蛛網來裝點聖誕樹。人們後來將蜘蛛藏在聖誕樹里，象徵好運。



意大利

【花花短褲】

在義大利的聖誕節習俗中，不論男人女人、大人小孩都會在新年的前夕穿上花內褲來祈求明年的好運喔！



委內瑞拉

【大家一起溜冰】

委內瑞拉人在聖誕節的早晨，和家人或是另一半在去參加迷薩的路上，會穿上溜冰鞋一起溜冰去教堂。他們認為這樣的方式可以保守他們在新的一年也有一個平安的旅程！



捷克

【丟鞋子】

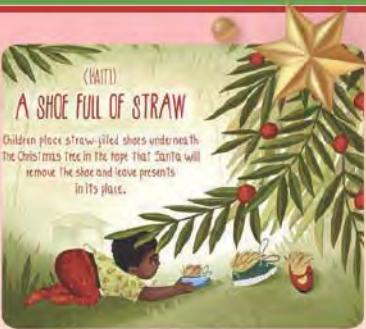
單身的女孩們會在聖誕節擲鞋子來預測明年的桃花運，她們會在門旁邊，將一隻鞋子往後丟過肩膀，如果鞋子落地後是朝向前門的話，就代表她可以擺脫單身狗稱號了喔！



日本

【肯德基雙人套餐】

聖誕節在日本就相當於和情人節一樣的日子，而其中最常見的慶祝方式就是去吃肯德基。所以只要一到聖誕，日本的肯德基就會擠得水洩不通！



海地

【槲寄生下的親吻】

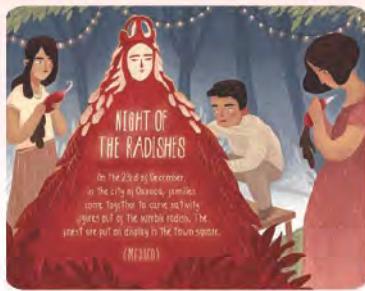
在這一天，孩子們會在鞋子中放滿稻草梗，將鞋子放在聖誕樹下，期待著聖誕老人會將鞋子拿走，留下禮物。



格陵蘭

【一日男僕】

在格陵蘭的平安夜，是整年中唯一可以讓老公服侍老婆的一天。在這一天裡，不管老婆有什麼樣的要求，老公都一定要替她達成，要滿足所有老婆的要求，不管合不合理！



墨西哥

【紅蘿蔔之夜】

在12月23日這一天，墨西哥的小鎮瓦哈卡(Oaxaca)。家人們會聚在一起將紅蘿蔔雕刻成耶穌降生的樣子，而雕刻的最好的那一家，還可以被放在小鎮中央的廣場展示！



菲律賓

【奶酪球】

過了24號的平安夜後家庭成員會坐在一起享用傳統的菲律賓「Noche Burna」，其中包括奶酪球和聖誕火腿。孩子會向神父要求禮物，神父會快樂的祝福他們並給予禮物！



波蘭

【抽乾草】

12月24的聖誕夜在波蘭稱為「Wigilia」，如同我們的除夕一樣。在準備聖誕前夜的晚餐時，人們會把稻草放在桌布下面。用餐時，人們會挨個從桌布下抽出一根稻草，如果抽到綠色稻草象徵好運或婚事將近，如果抽到黃色稻草象徵又將單身一年。



加泰羅尼亞

【聖誕敲敲木】

在西班牙的加泰羅尼亞，每年的12月8日家家戶戶都會擺上一個聖誕木頭人Caga Tio，小朋友們會在平安夜的時候先餵他吃許多甜食，到了聖誕夜就會拿木棍敲打他，像是要敲出更多的糖果一般。



希臘

【燃燒的樹枝】

在希臘的塞薩利，男孩會點燃雪松枝；女孩則會點燃白櫻桃樹枝，看誰的樹枝先燒成灰燼，誰就能贏來幸運、甚至是一樁美好的婚姻喔！



美國

【聖誕樹上的酸黃瓜】

這個傳統似乎源自於美國的南北戰爭。因為當時到處都是飢荒，有一名士兵擔心在聖誕夜被餓死，所以祈求伴侶他的人給他一些糧食讓他可以續命，聽說那個人給的食物就是酸黃瓜。



古羅馬(全世界)

【新年之吻】

在新年的午夜要和你所愛的人接吻。這個傳統的來源並不明確，但應該來自於古羅馬的農神節。但是現在已流傳到世界各地，很多國家的人都會有這樣的習慣喔。



(CZECH REPUBLIC) SHOE TOSING

Single women test their chances of marriage in the coming year by throwing a single shoe over their shoulder. If the toe points towards the front door, then there shall be wedding bells!



(JAPAN) A DINNER FOR TWO AT KFC

The Japanese treat Christmas much like Valentine's Day and the most popular way for lovers to celebrate it is at KFC. In fact it's so popular that reservations are compulsory!



(HAITI) A SHOE FULL OF STRAW

Children place straw-filled shoes underneath the Christmas Tree in the hope that Santa will remove the shoe and leave presents in its place.



委內瑞拉

【大家一起溜冰】

委內瑞拉人在聖誕節的早晨，和家人或是另一半在去參加迷薩的路上，會穿上溜冰鞋一起溜冰去教堂。他們認為這樣的方式可以保守他們在新的一年也有一個平安的旅程！

捷克

【丟鞋子】

單身的女孩們會在聖誕節擲鞋子來預測明年的桃花運，她們會在門旁邊，將一隻鞋子往後丟過肩膀，如果鞋子落地後是朝向前門的話，就代表她可以擺脫單身狗稱號了喔！

日本

【肯德基雙人套餐】

聖誕節在日本就相當於和情人節一樣的日子，而其中最常見的慶祝方式就是去吃肯德基。所以只要一到聖誕，日本的肯德基就會擠得水洩不通！



(JAPAN) A DINNER FOR TWO AT KFC

The Japanese treat Christmas much like Valentine's Day and the most popular way for lovers to celebrate it is at KFC. In fact it's so popular that reservations are compulsory!



(HAITI) A SHOE FULL OF STRAW

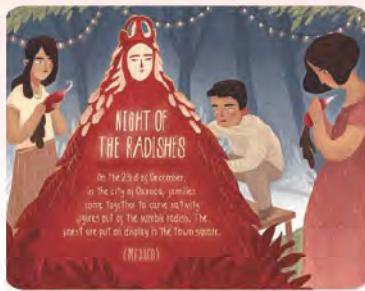
Children place straw-filled shoes underneath the Christmas Tree in the hope that Santa will remove the shoe and leave presents in its place.



格陵蘭

【一日男僕】

在格陵蘭的平安夜，是整年中唯一可以讓老公服侍老婆的一天。在這一天裡，不管老婆有什麼樣的要求，老公都一定要替她達成，要滿足所有老婆的要求，不管合不合理！



墨西哥

【紅蘿蔔之夜】

在12月23日這一天，墨西哥的小鎮瓦哈卡(Oaxaca)。家人們會聚在一起將紅蘿蔔雕刻成耶穌降生的樣子，而雕刻的最好的那一家，還可以被放在小鎮中央的廣場展示！



菲律賓

【奶酪球】

過了24號的平安夜後家庭成員會坐在一起享用傳統的菲律賓「Noche Burna」，其中包括奶酪球和聖誕火腿。孩子會向神父要求禮物，神父會快樂的祝福他們並給予禮物！



波蘭

【抽乾草】

12月24的聖誕夜在波蘭稱為「Wigilia」，如同我們的除夕一樣。在準備聖誕前夜的晚餐時，人們會把稻草放在桌布下面。用餐時，人們會挨個從桌布下抽出一根稻草，如果抽到綠色稻草象徵好運或婚事將近，如果抽到黃色稻草象徵又將單身一年。



加泰羅尼亞

【聖誕敲敲木】

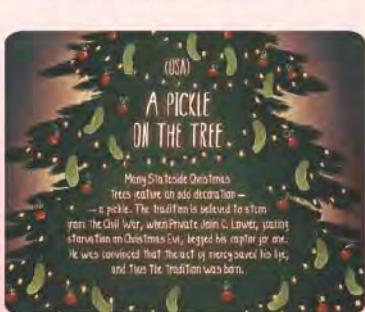
在西班牙的加泰羅尼亞，每年的12月8日家家戶戶都會擺上一個聖誕木頭人Caga Tio，小朋友們會在平安夜的時候先餵他吃許多甜食，到了聖誕夜就會拿木棍敲打他，像是要敲出更多的糖果一般。



希臘

【燃燒的樹枝】

在希臘的塞薩利，男孩會點燃雪松枝；女孩則會點燃白櫻桃樹枝，看誰的樹枝先燒成灰燼，誰就能贏來幸運、甚至是一樁美好的婚姻喔！



美國

【聖誕樹上的酸黃瓜】

這個傳統似乎源自於美國的南北戰爭。因為當時到處都是飢荒，有一名士兵擔心在聖誕夜被餓死，所以祈求伴侶他的人給他一些糧食讓他可以續命，聽說那個人給的食物就是酸黃瓜。



古羅馬(全世界)

【新年之吻】

在新年的午夜要和你所愛的人接吻。這個傳統的來源並不明確，但應該來自於古羅馬的農神節。但是現在已流傳到世界各地，很多國家的人都會有這樣的習慣喔。

Lone Star Mercedes-Benz

lonestarmercedesbenz.com



Mercedes-Benz
The best or nothing.



Mercedes-Benz
Vans. Born to run.



歡迎來電預約試車

10 Heritage Meadows Road SE, Calgary, Alberta T2H 3C1

營業部



Dominic Wong
403-850-1882
國、粵、英語
Sales Administration Manager



Kevin Fong
403-809-1318
Sales Consultant



J M Wong
403-390-1118
Sales Consultant

維修部



Colin Wong
403-253-1333
Service Coordinator



Tony S Wong
403-253-1333
Diagnostics Technician B. Eng.

Tel: 403.253.1333

流行劇集
影視look I look
·大嘴·

THIS IS US
THE COMPLETE SECOND SEASON

《我們這一天》



不知大家還記不記得TVB當年的長壽劇《真情》？最近美劇也推出一部類似《真情》的家庭劇，叫做《我們這一天》。除了探案、恐怖、搞笑是美劇比較擅長拍攝的題材外，想不到這種家庭劇也能拍攝得如此溫情，筆者是真的被感動了。故事由一對年輕夫婦的經歷展開，他們共同養育了三胞胎（其中一個是領養的），幾十年後三胞胎長成，並各自生活。但他們偶然也會回憶起父母的過往，共同分享當中的生活點滴。由於演員們的出色表演以及劇情的合理安排，令該劇在2016年9月一播出，就獲得觀眾廣大的回響。本劇也獲得黃金時段艾美獎、金球獎、

美國演員工會獎、美國編劇工會獎、電視評論家協會獎、評論家選擇電視獎、皮博迪獎、美國電影學會獎與首爾國際電視節等大獎肯定。該劇在CTV上更新到第三季，想要觀看的朋友，不要忘記帶上紙巾咯。





精彩一瞬間 美景不留人 勿失良機

請享受我們為閣下提供的2018年型號汽車存貨特價優惠

2018 C 300 4MATIC Sedan

借貸利率 包括 頻外可獲
0.9% \$2,750[†] 三個月免供款優惠⁺⁺
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 C 300 4MATIC Sedan are available only through Mercedes-Benz Financial Services on approved credit for a limited time. †Cash credit of \$2,000/\$2,750 only applicable on the 2018 C-Class Sedan (excluding AMG). ‡First, second and third month payment waivers are capped for 2018 CLA (including AMG)/C-Class Sedan (excluding AMG) up to a total of \$400/\$450 (including taxes) for lease programs and up to a total of \$600/\$650 (including taxes) for finance programs. 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. Offers end November 30, 2018.



Alberta Motor Vehicle
Industry Council



DIY 新主意

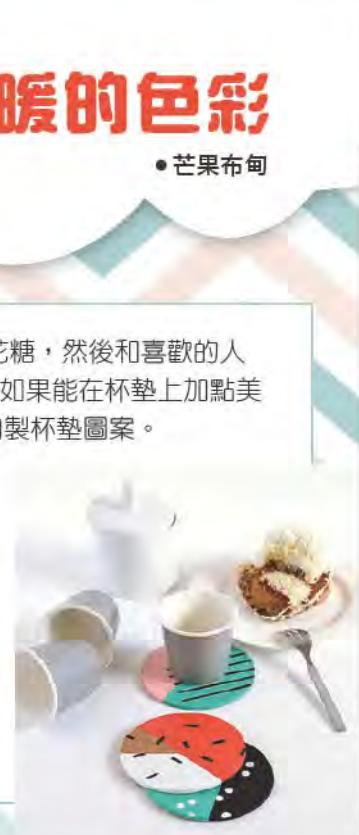
給冬日一點溫暖的色彩

• 芒果布甸

冬日在家嘆杯熱茶，或者熱朱古力加點棉花糖，然後和喜歡的人一起靠在沙發看看電視，這個冬日不再寒冷。如果能在杯墊上加點美妙的色彩，是否會更加美好？現在就為大家介紹幾種簡單的自製杯墊圖案。

所需材料：可以在IKEA購買幾個茶色的杯墊，丙烯顏料，膠布，畫畫用的brushes等。

先用膠布貼上一邊，用丙烯顏料塗滿沒有貼膠布的另一邊，撕掉膠布後，再在原來貼膠布的地方塗上另一種顏色，想要更多效果，可以用相同的方法，多貼幾張膠布，這樣就得到很工整的豎線效果啦。也可以畫上原點或者短豎線，給杯墊多點裝飾。之後讓丙烯顏料待乾，獨特的杯墊就做好了！可以放上一杯熱飲，或者一碟甜點，過一個悠然自得的冬日。





• 推出聖誕套餐 驚喜不斷

• 奇路迪雲



Tim Hortons前幾天剛剛推出了新款兒童套餐，叫做Timmies Minis，非常加拿大風格哦。有多款口味可選擇，當中包括主食、小食、飲品以及一本兒童圖畫書。包裝是類似Timbit風格的盒子，設計也會因應季節的不同而有所變化。



主食：有Mini Melt（其實就是Grilled Cheese 三文治）/ Mini Wrap（雞肉搭配生菜）/ Chicken Strips（兩件裝的炸雞條伴有酸甜醬）。

小食：切片蘋果/SunRype FunBites/芝士條/小份裝potato wedges。

飲品：牛奶/朱古力奶/橙汁/蘋果汁/瓶裝水。

Tim Hortons同時也參考了麥當勞以及Burger King的設計，將Activity Book加入到兒童套餐中。這本書每月也會更換主題，是不是聽起來很有趣？看來以後不一定去麥當勞吃Kids Meal咯。

另外，Tim Hortons最近也推出了多款聖誕餐飲。

3種點心分別是

樹莓香草果凍卷 - Raspberry Vanilla Jelly Roll

糖豆夾心曲奇 - Filled Sugar Cookie

聖誕樹糖霜甜甜圈 - Holiday Donut

其中糖果夾心曲奇也是每年節日菜單中最經典的點心！同時餐廳也推出了很有冬日聖誕氣氛的節日杯，喜歡的朋友，趕緊來收集咯！



3種熱飲分別是

糖果棒熱巧克力 - Candy Cane Hot Chocolate

糖果棒熱白巧克力 - Candy Cane White Hot Chocolate

棉花糖熱巧克力 - Marshmallow Hot Chocolate

還等什麼，趕緊去Tim Hortons提前感受下聖誕氣氛！

• 說不得大師 •



世界十大歌劇院之二 —巴黎歌劇院

愛音樂戲劇的小夥伴們

你們知道全世界最棒的劇院在哪嗎？

那些高檔貴族的劇院又有什麼樣的歷史呢？

巴黎歌劇院全名為加尼葉歌劇院（Opéra Garnier），以建築師沙爾勒加尼葉Charles Garnier的姓氏命名，是法國上流社會欣賞歌劇的場所，不管內部裝飾和外表建築都極盡華麗。早在17世紀時，義大利歌劇風靡整個歐洲，稱霸歌劇舞台。

擁有2200個座位，巴黎歌劇院是世界上最大的抒情劇場，總面積11237平方米，其建築將古希臘羅馬式柱廊、巴洛克等幾種建築形式完美地結合在一起，規模宏大，精美細緻，金碧輝煌，被譽為是一座繪畫、大理石和金飾交相輝映的劇院，給人以極大的享受。是拿破崙三世典型的建築之一。

歐洲各國的作曲家因致力於發展本國的

歌劇藝術，與義大利歌劇相抗衡，與宮廷貴族追求時髦的庸俗趣味進行鬥爭。就是在這一時期，法國吸取了義大利歌劇的經驗，創造出具有本國特色的歌劇藝術，法國歌劇也由此發展起來。法國歌劇藝術風格的形成，決定了法國將建立自己的歌劇院。

巴黎歌劇院有一個舉世聞名的芭蕾舞團和一個管弦樂團，其演藝人員總共近1100人。法國國家巴黎歌劇院男童合唱團法國國家巴黎歌劇院的專屬童聲合唱團，擁有25年歷史，參加演出40多部歌劇、音樂劇，與眾多大指揮家、大歌唱家合作。





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，不鏽鋼廚具，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 Arbour Lake 獨立屋**

複式四層獨立屋，W/O土庫，客廳十二呎高樓底，共六睡房，三全廁，特大主人套房，前進雙車房，後園另有工作房，可改建成出租單位或車房。

\$599,000

**東北 Coventry 獨立屋**

六年新，兩層獨立屋，主層實木地板，廚房大理石檯面，設計開揚，樓上三睡房，特大主人套房，鄰近公園。

\$445,000

**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

Get Everybody Moving (1)



甄妮是公認的香港樂壇巨肺，而今次要講的就是新一代的樂壇小巨肺，人稱「宇宙槑」的鄧紫棋。其實甄妮與G-E-M鄧紫棋有過一段過節。事緣2013年在一個樂壇頒獎禮上，鄧紫棋見到前輩甄妮沒有打招呼，被甄妮說她沒有禮貌，目中無人。事後阿G-E-M解釋已經在微博道歉了，而甄妮卻不滿鄧紫棋沒有直接找她，只在微博道歉，不如對著牆說我愛你。而阿G-E-M解釋公開道歉是希望因為如果她有任何誤會，可以給她一個很大的公開尊重，可惜甄妮並沒有接受這種電子方式的道歉，兩代巨肺至今還未有合作的空間和機會。

而鄧紫棋最近亦人氣大升，今年11月4日在NASA美國太空總署的「科學突破獎」頒獎典禮上，由「007」占士邦Pierce Brosnan介紹她出場，演唱她自己的原創



中文歌「光年之外」，能夠將華語歌曲帶到一個國際舞臺上，確實是一種光榮。繼而在11月19日，英國廣播公司（BBC）公佈了2018年度百大女性，鄧紫棋成功入選，位列第34位，評語指G-E-M是一位暢銷女性音樂人，並利用其影響力致力於音樂、教育及慈善，是今次唯一入選的中港台藝人。而G-E-M則在微博回應太受寵若驚，超級開心。以鄧紫棋27歲這麼年輕已經可以獲得這項殊榮，又確實引以為傲。

阿G-E-M，鄧紫棋，本名鄧詩穎，英文名Gloria，1991年8月16日出生於中國上海，是家中長女，有一個妹妹。4歲時隨父母移居香港。父親是香港人，母親是上海音樂學院聲樂

系畢業生，外祖母為歌唱老師，舅父為小提琴手，外祖父則是樂團Saxophone手。在這種音樂世家環境中長大的鄧紫棋，自小受家人熏陶，5歲起便嘗試作曲及填詞，13歲已考獲英國皇家音樂學院八級鋼琴試。

鄧紫棋自小熱愛音樂，在小學時代已是校內詩歌班成員。中學就讀九龍油蔴地真光女書院，曾於一年內贏得五項歌唱比賽冠軍。2006年參加Spice It Up學園祭獲得冠軍，亞軍是中非混血兒JW王灝兒。G-E-M被經理人張丹邀請簽約蜂鳥音樂，與Lupo Groinig共同成為創辦人。2008年鄧紫棋發行首張個人同名專輯「G-E-M」，獲得當年叱吒流行榜頒獎禮女新人獎金獎，及十大勁歌金曲頒獎禮最受歡迎女新人金獎，成為歷來最年輕，同時也是首位未成年得獎者。

為何鄧紫棋會叫做阿G-E-M呢？原因是她的經理人張丹覺得Gloria這個名字太普通及難記，不利於打入內地市場，所以想到同樣是用G開頭的GEM（意思為寶石），而鄧紫棋覺得展開為（「Get Everybody Moving」），更具意義，從此G-E-M便成為她的代號了。

中央北、西北 全新

①「無管理費」排屋。兩層式三睡房，兩個半浴廁。相連雙車庫。33-35萬元。數量有限，先到先得！

②孖屋。兩層式三睡房，兩個半浴廁。相連單車庫。37萬餘元起。

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。

西北 Carrington 區 Walkout



前示範屋，頂級裝修。中央冷氣，建築商及新屋保證。

(一) 2128呎，二樓三睡房+Bonus Room。

(二) 2233呎，主層雙廚房，二樓三睡房+Bonus Room。土庫建築商完成，另有大廳、睡房及全浴廁。

即將推出

Discovery Pointe

(1121 - 6 Ave SW) 車位 \$38,000

Mt. Royal 柏文

955呎，兩睡兩浴廁，室內車位，管理費\$428.12。

西北 Beddington 假四層屋

背靠公園，1979年建，坐東北內街鎖匙圈。居住面



積達1900呎。2+2睡房，兩全浴廁。可步行到三號公車，投資、自住佳選。

\$340,000

西北 Huntington 平房

1969年建，內街坐東。1254呎。主層三睡房。土庫完



成，有廳，睡房及全浴廁。遠低於市府估值\$392,500。

急讓、抵賣：值得一看！

\$327,000

中央北 Tuxedo

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。

西北 Arbour Lake 精選

(1)內街，兩層屋，雙車庫，1629呎，三睡房，土庫完成，三個半浴室。 \$449,900



(2)內街 Bi-level，雙車庫，1369呎，3+2睡房，土庫完成，三個浴室。 \$449,800

適時入市早勝遲

上周三參加了皇家銀行舉辦的全球資產管理講座。適逢早兩天道瓊斯指數暴跌，抵消了今年全年漲幅。

講者指很多投資者在股市跌便拋售，希望減少損失。但與他們機構做法剛相反：趁低吸納。

會上行家奇怪此現象為何極少發生在房地產呢？例如：接近退休，要賣大屋吐現養老，遷入較細新居所，為何還是死守，不作任何決定呢？心底話，是過不了自己這關，怕即時算帳，較高峰期有明顯損失，希望有朝一日房市反彈，賣回較理想的價錢。但，亦可能是與居所有感情，更重要是物業地點賣了買不回。



上周，美國感恩節後的黑色星期五，處處巧立名目在助促銷。以地產界為例，替經紀量度屋的公司推出\$99特惠套餐（適用於任何五千呎以內物業）：每名經紀最

多可預購作五個物業用，並無使用時限。新區示範屋，亦有搞馬車巡遊的家庭日。總之，各出奇謀，就是要消費者掏腰包。

有精明的商人，當然便有精明的消費者。例如：

(一) 買郵票、戲票、餐券、度假滑雪券：去會員制C公司，便可省錢。

(二) 海外速遞，用物流公司，較郵局省。

(三) 團購洗車：七戶人，每家每周特定一天輪流使用，省近半。

上期文章「入市才能賺」，若是從狹隘、短期而言，讀者只能各自作出個人知情決定的選擇。但，若是中長線宏觀來看，參考過往數據，房地產都不在漲嗎？最簡單：最低工資已十五元，任何生產成本不都是在加，而轉嫁到消費者頭上嗎？

換另一角度，沒房的更應趁早上車（入市），以防房貸門檻越調越高。更何況，未來一年，加息可能更難免（即間接收縮了房貸批准上限）。越早開始，25年攤還期越早完結：可別忘記，銀行是會拒絕貸款給年紀過大的房屋買家。

很多家長都覺得，只要供完子女上大學，責任已完，兒孫自有兒孫福。沒必要留很多資（遺）產給下一代。但，假若閣下孩子成績是精英中的精英，考入美國一流大學（年學費8至10萬美金）。孩子的一生（突破、晉升另一社會階層）可能就因為上一代沒經濟能力或及時（平白讓時間流失了）投資而斷送，使兩代終生抱憾？平心而論，美國一流大學畢業，人脈及社會平台，是與其他不一樣的。（註：美國

一流大公司，申請者若非名牌大學畢業，連面試機會都不會有。)

筆者鼓勵客戶投資房地產，除作個人退休安排；更因經濟能力強，能給與下一代更多的選擇！為人父母，力有所及，都想兒、孫代更富足的吧？

比較加拿大兩大省的物業轉手稅 Land Transfer Tax（以成交價計算）。既然2019年卡城地稅、商業稅要漲，相信亞省政府很快便會發覺這條財路：

安省：首5.5萬元	0.5%
5.5萬元至25萬元	1%
25萬元至40萬元	1.5%
40萬元至200萬元	2%
超過200萬元	2.5%

卑詩省：首20萬元	1%
20萬元至200萬元	2%
超過200萬元	3%

亞省：首\$500免\$501—\$8,401	\$25
超過\$8,401	0.3%

「轉念」，便可打破「相同自己，期待不同未來」的宿命！



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)



Ming Wang

汪明

手提: (403) 874-5688

精通國、粵、英語
Email: mingwang@shaw.ca

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。**\$356,000**

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 \$300,000

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。

布，狂風大作，緊接著電閃雷鳴，大雨傾盆而下。暴風雨摧殘了高大植物的莖，只有那些貼近地

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土庫由建築商完成，另有兩房，兩廁，兩廚房，實木地板及瓷磚地，雲石廚櫃檯面，前進雙車房。**SOLD**

\$629,900

東北 Falconridge 孜屋一對

孜屋一對、已經分契！兩邊全新屋頂！

約1005呎3+2房Bungalow！2-1/2浴廁、2廚房、新地板、新地毯、新油漆！步行學校及社區中心，近巴士及商場。現有租客，月租\$1,600，自付水電煤。只售**\$262,800**

西北 Highland Park

四單位柏文，每單位兩睡房，MC-1 Zoning，背向高爾夫球場，交通方便，投資極品，請來電查詢。

即將上市

約830呎2+2房BI-LEVEL，2全廁，木板及磚地！土庫大窗，全新裝修，全新兩浴室！近巴士及商場，步行至學校及community centre!

只售 \$239,900

闇情一周

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

↑ 闇情一周全部內容逢周四上載

人生感悟

• 此文摘錄網站

玫瑰與紫羅蘭

有一株漂亮的紫羅蘭和別的花兒一起平靜地生活在一個花園裡。一天清晨，她發現身邊的花兒個個都比她高出了的一大截，出落得楚楚動人。

尤其是一株玫瑰，風姿綽約，雍容華貴，高傲地挺立在她的身旁。

紫羅蘭說：“我是多麼不幸！生活在她們中間，我顯得矮小、寒碜。”玫瑰聞言笑道：“紫羅蘭，你其實是幸運的，大自然賦予了你與衆不同的美麗，知足感恩吧。”

然而，紫羅蘭卻央求大自然把自己變成玫瑰，哪怕付出高昂代價，也在所不惜！大自然心軟了，說：“我可以滿足你的請求，但是由此帶來的苦果只能由你自己吞咽了。”大自然用她神奇的手指觸摸了一下紫羅蘭的根莖，這株紫羅蘭立即變成了典雅艷麗的玫瑰高聳於花叢間。

晚上，天空中忽然烏雲密布，狂風大作，緊接著電閃雷鳴，大雨傾盆而下。暴風雨摧殘了高大植物的莖，只有那些貼近地

面矮小的花草幸免於難。風停雨止後，滿園花落如塵，葉凋如土。一株紫羅蘭指着一地花瓣對同伴們說：“別看我們不如玫瑰秀麗挺拔，而如今她們支離破碎，我們卻還很好地活着。”她看到了那株由紫羅蘭變成的玫瑰說，“

這株紫羅蘭，變成玫瑰還不到一小時，就快要死去了。看到她們難道不感到幸運嗎？”她看到了那株由紫羅蘭變成的玫瑰說，“這株由紫羅蘭變成的玫瑰說：‘我也曾和你們一樣對生活感到滿足和安心，但這種滿足感將我束縛在蒼白懶散的平靜之中。’

我本可以像你們那樣長久地過着平安的日子，只要我戰戰兢兢地依附著土地，直至冬雪將我掩埋。但是，我不後悔。相反，我感到快樂，因為我以玫瑰的身份驕傲地活了一個小時。在短短的一小時中，我像皇后一般活著，用玫瑰的雙眼注視宇宙，用玫瑰的雙耳傾聽蒼穹，用玫瑰的花瓣碰觸光的衣褶。這就是生活的奧秘，長久地活着。雖然是一種幸運和福氣，但是你們中誰曾有過那榮耀的一小時？”

她說完緩緩地合上花瓣，咽下最後一口氣，脣邊帶著滿足的微笑。

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

12月2日 5PM/10PM

美好的意外

主演：桂綸鎂、歐陽娜娜、陳坤



每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四
THURSDAY
Nov 29

星期五
FRIDAY
Nov 30

星期六
SATURDAY
Dec 1

星期日
SUNDAY
Dec 2

星期一
MONDAY
Dec 3

星期二
TUESDAY
Dec 4

星期三
WEDNESDAY
Dec 5

2:00 新聞重播
3:20 百分百感覺2003
5:15 偷情先生
7:00 老港正傳
9:10 死開啞啦
11:00 老男孩
12:00 醫療船
12:40 深海尋人
14:50 百分百感覺2003
4:45 女人不壞
19:05 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 醫療船
21:00 志雲拆局
22:00 頤和園

0:30 明月幾時有
2:55 新聞重播
4:10 九紋龍的謊言
5:45 風流三壯士
7:20 五月八月
8:55 女人不壞
11:00 老男孩
12:00 醫療船
12:45 頤和園
15:15 九紋龍的謊言
17:05 美女食神
19:05 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:00 醫療船
21:00 同理繼續走
22:00 借兵
23:50 12金鴨

1:40 新聞重播
2:55 明月幾時有
5:30 地老天荒
7:20 美女食神
9:15 借兵
11:00 志雲拆局
12:00 發現新大陸
12:50 12金鴨
14:45 地老天荒
16:50 豐胸秘Cup
19:05 週一詳談
19:30 香港有線新聞
20:20 明月幾時有
22:30 i-77潛艇風暴

0:50 香港有線新聞
1:25 愛君如夢
3:15 飛鷹計劃
5:20 生死速遞
7:00 豐胸秘Cup
8:45 i-77潛艇風暴
11:00 同理繼續走
12:00 兒嬉立法會
12:40 愛君如夢
14:45 飛鷹計劃
17:00 美好的意外
19:30 香港有線新聞
20:00 辣手神探
22:10 美好的意外

0:25 香港有線新聞
1:00 情迷大話王
2:55 生化特警喪屍任務
4:35 三十分鐘戀愛
6:30 美好的意外
8:35 辣手神探
9:00 美好的意外
11:00 老男孩
12:00 醫療船
12:45 情迷大話王
14:50 生化特警喪屍任務
16:45 追擊八月十五
19:05 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 醫療船
21:00 週一詳談
21:40 搶紅
23:35 逆戰

2:00 新聞重播
3:15 非典人生
5:05 女校風雲之邪教
6:50 追擊八月十五
9:00 美好的意外
11:00 老男孩
12:00 醫療船
12:45 搶紅
14:45 逆戰
17:10 婚前試愛
19:05 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 醫療船
21:00 發現新大陸
21:40 蕩寇風雲
0:00 鴻門宴
2:30 新聞重播
3:45 完美情人
5:40 Fing頭K王之王
7:15 婚前試愛
8:45 蕩寇風雲
11:00 老男孩
12:00 醫療船
12:40 美好的意外
14:45 鴻門宴
17:20 我的野蠻女友 2
19:05 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 有線中國組
20:20 醫療船
21:00 發現新大陸
21:45 一念無明



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

鰻誘引力

占士邦
James Tull
jamestull@hotmail.com

信不信，有時醜，也是一種誘惑，尤其是極醜的東西，所以蛇才有機會把蘋果出賣。

小時候不清楚蛇和鱈有什麼分別，記憶中，從小就吃「黃鱈焗飯」，那一條看似噃心的東西，入口卻如嘶的好味。從此喜歡美的東西，也開始留意醜的東西，例如發霉的芝士，毛茸茸的大閘蟹，田雞，沒有一樣不醜，沒有一樣不好吃。

小隱隱於山，想不到“卡村”這個山區，居然吃到活生生的「白鱈」和「黃鱈」，地點是中央街的「金稻皇宴」，連續兩天吃了幾道很愜意的鱈宴。

先吃的是「黃鱈」，上海人的濃油赤醬，「醬油炒鱈糊」，上海「本幫菜」之所謂濃油赤醬，是重油重醬，今次粵式酒樓吃炒鱈糊，是廣東改良版，吩咐師傅減少落芡，少了一份濃稠，多了一份鱈的鮮味，不喜歡炒鱈糊，可有另一種吃法，黃鱈切片，用蒜茸，荷蘭豆清炒，口感又比鱈糊爽口得多。物盡其用，起完肉的黃鱈，可以把剩餘物資來焗飯，亦可以用來煮粥或煮湯，占



士邦喜歡加入魚片與大量芫茜滾湯，另有一個創意湯，就是「黃鱈下水湯」，「下水湯」是台灣的家常湯，名字有些古怪，其實是用雞或鴨的內臟來煮湯，加上大量薑絲和米酒，這樣一鱈兩吃，可粥，可飯，可湯，盛惠六十八元。

翌日再戰「白鱈」，「白鱈」就貴得多，二磅半，連工包料\$120一大條，足八個人吃，白鱈有幾多種煮法？廣東人喜歡豉汁蒸，潮州人喜歡咸酸菜燶，無錫人喜歡「脆鱈」，酥脆不含油，愈嚼愈香，四川「水煮鰻魚」，愈吃愈辣，台灣人稱白鱈為「水中人參」，喜歡加入一大堆中藥與烏雞同燉，像藥又像湯，當然還有占士邦喜歡的乾煎，煎到連骨都鬆脆為止，鰻魚油脂豐沃，一邊煎一邊出油，煎完後把鍋底的油來炒飯，非常好味，最後順從民意，「豉汁蒸蟠龍鱈」，蒸得恰夠火候，綿香嫩滑，最易下飯。

世界名菜之中，白鱈入餚，非日本人的「蒲燒」莫屬，「蒲燒」就是烤鰻魚，日本人通常在七月下旬某一天，有所謂「土用丑日」，這一天一定要吃鰻魚，據說能補元氣，烤鰻魚肉之外，還會有一串串的烤鰻魚肝。我們吃的日式鰻魚飯都是「蒲燒」，廚師的抉門是那秘制的醬汁，但占士邦更喜「白燒」，「白燒」是什麼調味料也不加，僅以海鹽調味，細膩無腥。

占士邦幾乎南七北六十三省的煮鱈方法都喜歡，為一不能接受的是英國的是鰻魚凍 (Jellied Eel)。那是一道冷盤菜，把鰻魚水煮半小時，鰻魚會釋出膠質，放到雪櫃後，膠質凝固就成了「鰻魚凍」，占士邦祇吃過一次，口感非常曖昧。

