

閒情

一周

TREND weekly

加西版

逢星期四出版

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

Web Site: [www.trendweekly.com](http://www.trendweekly.com)

FREE DISTRIBUTION Every Thursday

2019 / 03 / 07

VOL. 18. 10



T.POT  
China Bistro

大戶人家

飲茶

一盅兩件

Yum Cha with us

港式早茶點心

每日新鮮製造

(403) 532-3982 | Unit 100, 9650 Harvest Hills Blvd. NE

全新

# 特惠午市點心



上素粉果(3隻)



蜂巢金元寶(4隻)



貴妃薯蓉包(3個)



海鮮雞包(3個)

每款 **\$3<sup>95</sup>**

\*\*祇限堂食，每款特惠點心，需連同一款正價點心同時享用\*\*



游水大肉蟹  
(自選食法)

**\$24<sup>95</sup>** 隻



游水龍蝦(麵底)  
(自選食法)

**\$28<sup>95</sup>** 隻

以上兩款特價海鮮  
每款必須連同兩款正價小菜同時享用



金元寶併海蜇牛腱

**\$11<sup>95</sup>**

需連同一款正價小菜同時享用

以上特價美食祇限堂食，不可與其他優惠同時使用。  
優惠期有限，每日售完即止。

## 特價美食 全日供應

自助任食火鍋



全天候供應  
每日下午5時起



龍成商場三樓  
3/F, 328-Centre St SE  
www.regencypalacerestaurant.com

**403-777-2288**



# 加拿大亞省卡城越南華裔聯誼會

## CALGARY VIETNAMESE CHINESE ASSOCIATION

### 主辦



溫哥華靚聲女神  
Alisha 黃秋月



大會司儀  
Randy Chu 朱國雄



溫哥華實力派歌手  
Stella 溫淑玲



大會司儀  
Rosanna Chu 朱婉兒

卡城著名樂隊  
Elastic Band 現場伴奏

## 新春聯歡 聚餐歌舞會 勁歌熱舞 狂歡 賀新歲

全場爆滿  
多謝支持

### 贊助名單

Point Sushi、T&T Honda、Deefoot Casino

江壽緯先生、凌景彬伉儷  
發記肉食公司、國泰參茸藥行  
Grover Law Firm、Pizza 73

2019年3月16日

(星期六)

富麗宮海鮮大酒樓  
卡城華埠龍成商場三樓

晚上六時半

晚宴、醒獅表演  
財神派利是  
賀年自拍照相棚  
文娛節目表演  
幸運大抽獎、現場樂隊  
勁歌熱舞狂歡派對



# 同興樓 京菜館

PEKING GARDEN RESTAURANT

地址：416 - 4625 Varsity Drive N.W. Calgary

營業時間

Monday - Friday  
11:30 AM - 2:00 PM  
4:30 PM - 10:00 PM  
Saturday, Sunday, Holiday  
11:00 AM - 2:00 PM  
4:30 PM - 10:00 PM

電話：403-286-0488

## 精美北方小點，天天供應

星期一至星期五 11:30AM-2:00PM

星期六/日及假期 11:00AM-2:00PM

XO醬蘿蔔糕、鹹/甜豆漿、油條、粢飯、生煎包  
素餃、上海炒年糕、菜肉煎雲吞、小籠包  
生滾鮑魚雞粥、韭菜肉絲炒粉皮、冷/熱燉鮮奶...

逢星期六/日惠顧午市北方小點及晚飯奉送秘製香滑豆腐花 (送完即止)

## 廚師推介

枝竹羊腩煲  
豉汁蒸鱸魚  
清蒸老虎斑

## 晚市全新推出超值孖寶套餐

(以下孖寶奉送絲苗白飯及糖水)

黑椒牛柳粒+鮮茄上湯菠菜	\$30.99	脆炸魚柳+秘製鹽焗雞	\$33.99
乾爆辣子雞煲+乾煸四季豆	\$31.99	X.O醬龍鳳球+豆腐班腩煲	\$34.99
香茅蘆筍蝦+梅菜扣肉	\$32.99	清湯牛白腩+煎封龍脷	\$36.99

孖寶另加 \$9.99 可任選以下一款精美小菜

清炒時菜、菠蘿雞粒炒飯、魚香茄子、椒鹽豬扒、咕嚕肉、蒜蓉四季豆

## 新春大優惠

憑此優惠券

\*凡惠顧滿 \$20(稅前) 可獲九折優惠 10%off

\*惠顧滿 \$35(稅前) 只需支付 \$5

便可自選價值 \$12.95 菜式一碟

有效期至3月1日止 只限堂食



每次惠顧可獲印花優惠券

憑 10 張印花可獲

雞肉炒飯 或 咕嚕肉一碟

免費

免費



糖醋魚塊



四川爆肉片



紅燒豆腐



川辣龍蝦 (敬請預訂)



珍珠奶茶



海鮮三子煲



金沙大蝦



奶油海鮮塔麵



雲南糖醋排骨



招牌奶茶

晚間可  
預訂私房菜

營業時間

周一至周五: 10am - 9pm  
周六: 11am - 9pm

地址: 102 2929 Sunridge Way NE, Calgary (位於好運超市新店及皇家銀行之間)

電話: 403-452-8836

## 亞省長者政府福利

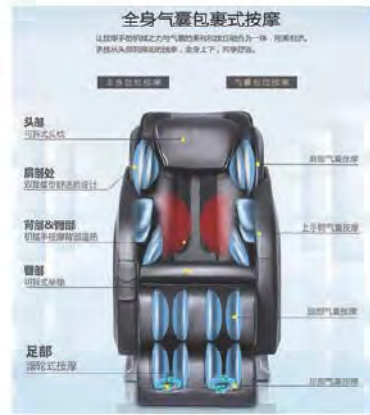
所有65歲以上長者均能申請 (須符合條件)

- ☑ 只需攜帶醫療卡
- ☑ 本店提供申請協助

應用福利，自付低至\$0，購買以下商品。



## 重點推介



免費送貨



## 豪華提升按摩椅

## 員工保險福利 受保產品



- 矯型鞋墊 (Custom Made Orthotics)
- 壓力襪 (Compression Stocking)



地址：Unit 102, 4908 - 17 Ave SE  
 Calgary AB T2A 0V4  
 (#1 及 #440 巴士可直達)

電話：403-930-6990

電郵：info@best-care.ca

### 營業時間

- 星期一至五：10am - 6pm
- 星期六：10am - 5pm
- 星期日：12pm - 5pm



# 酒家

RESTAURANT

電話：403-272-8701

星期一至五：11am-2:30pm / 4pm-11pm

星期六/日：11am-11pm

會派對

店內推出多款特價潮粵小菜

宗

皮鴨

炒飯或粗炒



\$35.00



圖片僅供參考

午餐特價

粥粉麵飯 \$7.99起

\* 晚市堂食供應 不設限制 \* 店後有大量免費停車位



## 牛頭越南湯粉

#110 - 4909 17 Ave. SE Calgary

Tel: 403-272-5160 (小西貢商場內)

營業時間

星期日至四

10AM~8PM

星期五及六

10AM~9PM

正宗越南湯粉、地道美食

每日精心熬製16小時牛骨靚湯、馳名沙爹湯、精選越南咖啡



越南春卷



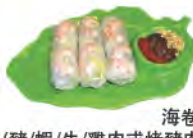
雞/豬/牛肉或  
無數質米紙春卷



烤肉春卷棒



沙爹牛肋骨湯粉



海卷  
(豬/蝦/牛/雞肉或烤豬肉)



牛尾湯粉



香脆越南三文治



越南咖啡



珍珠奶茶

## 森記 一點心

Sum Kee

One Dim Sum



件件手工鮮製

款款匠心獨運



1601A Centre Street NW Calgary

(新亞洲廣場15大道停車場入口側)

403-475-2933

專營各類急凍點心、熟食、甜品



# 東來順

潮州客家美食

# Eastern Fortune Restaurant

地址：416, 16 Ave., NE (高邦商場 · Uniko Plaza 內) 電話：403-230-9267

譽滿卡城 粵菜名廚球哥 主理廚政

全新裝修 幽雅舒適

## 極品孖寶



紅燒鮑翅 (足兩半) **\$28**



蠔皇原隻鮑魚 (兩頭) **\$60**

### 最新特別推介

- 炭燒柚子蜜豬頸肉
- 重慶香酥辣子雞
- XO醬茄子魚球煲
- 荷芹藕片爆炒黑白豚肉
- 泰式香茅咕嚕蝦



連

- 蟹肉碗仔翅 (足壹兩)
- 蠔皇原隻鮑魚(八頭)連刺參壹條

**\$45**

每位 祇限堂食 備貨需時 每日售完即止

每晚九時後特長打冷 常備各款和菜及時令小菜

營業時間 星期日至四 4:30pm - 1:30am  
逢星期二休息  
星期五/六 4:30pm - 2:00am

# PHỞ Chú Thế

Traditional Vietnamese Beef Noodle Soup  
特別家傳牛肉粉



營業時間  
星期一至六 10am - 9pm  
星期日 10am - 9pm

## 家傳秘方烹製湯底 保證回味無窮

### 各式越南美食、特飲應有盡有



各式碎米飯



牛肉湯粉



炆肉春卷蝦



越南春卷



順化燻



越南海卷



# VAN SON VIETNAMESE CUISINE

308 - 16Ave. NW Calgary, AB T2M 0H6

business hours  
Sun-Thu 11am - 9pm 403 - 276 - 9990  
Fri-Sat 11am - 10pm 403 - 452 - 6133



CHESTERMERE 分店現已啓業  
307 - 100 Marina Dr., Chestermere Tel : 403-248-8311



## 午市特價套餐 Lunch Combo Special

- 包括 Include:
- ※ 蝦海卷壹條 Shrimp Salad Roll
  - ※ 每天不同精選檬粉(價值\$10.50)  
Chef's Choice Rice Vermicelli(Value\$10.50)
  - ※ 汽水壹罐 Soft Drink



**\$12.50** +GST

只限星期一至五11AM-3PM供應 Monday to Friday Only (假期除外)



# Ho Won Restaurant

地址：115-2Ave. SE, 2nd Floor  
 電話：(403)266-2234 (403)263-8113  
 營業時間  
 午市：每日早上十時至下午二時  
 晚市：每日下午五時至晚上十時  
 網址：www.howon.ca



## 好運大酒家

天天茶市 精美點心  
 午市特價 炒粉麵飯

**\$3<sup>25</sup>**起

**\$9<sup>50</sup>**起  
(祇限堂食)

### 晚市推介

北京片皮鴨五食	\$65.95
蒜蓉蒸對蝦 (10隻)	\$13.95
椒鹽軟殼蟹 (3隻起)	\$3.50/隻
清蒸老虎斑	\$19.95
清蒸碧古	\$23.95
豉汁蒸鱸魚	\$19.95
<b>亞拉斯加龍躉四食</b>	<b>\$63<sup>95</sup></b>

(湯、芥蘭炒球、枝竹炆頭腩、清蒸)

### 龍躉北京鴨宴

菠蘿鴨粒炒飯	香麻咕嚕魚球	醬爆腰果鴨丁	枝竹炆龍躉頭腩	清蒸龍躉	椒鹽龍躉	鴨柳扒苗皇	龍躉魚肚羹	北京鴨 (片皮)
--------	--------	--------	---------	------	------	-------	-------	----------

**\$138** (足10位用, 祇限星期一至四晚市堂食)

### 亞拉斯加龍躉全宴

糖水或鮮果	絲苗白飯	枝竹炆魚腩	金華玉樹魚	甜酸咕嚕魚	清蒸魚尾	魚柳扒豆苗	油泡龍躉球	椒鹽龍躉皮	川芎白芷燉魚頭
-------	------	-------	-------	-------	------	-------	-------	-------	---------

**\$248** (足12位用)

### 超值好運宴

揚州炒飯	清蒸海上鮮	花菇扒苗皇	荔蓉香酥鴨	金蒜走地雞	椒鹽軟殼蟹	髮菜蠔鼓	蒜蓉蒸對蝦 (12隻)	猴頭菇燉響螺頭
------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------------	---------

**\$188** (足10位用)  
敬請一天前預訂



# Maxima Bakery & Cake House Ltd. 美芯餅店 港日台麵包

1423 Centre St. N.W. Calgary (中央街聯達購物中心內) 電話: 4403-277-8988 營業時間 每日9:30am-7:30pm (逢周二休息)

## 服務卡城廿餘年 為提高出品質素

紙包蛋糕  
紅棗牛油蛋糕  
港式蛋糕  
肉鬆蛋糕



港式菠蘿油  
吞拿魚包  
雞尾排包  
豆沙包  
椰蓉包  
奶鬆包  
墨西哥包  
奶油包

## 現禮聘港式麵包西餅大廚加盟

\*推出全新系列\*  
港式麵包 & 西餅

★天天鮮製★

款式新穎 味道創新 生日蛋糕  
種類繁多歡迎訂製

誠意推介

家鄉鹹肉粽  
懷舊馬仔  
香酥油角



**PHO Mai Thy**  
正宗家鄉越南美食 Vietnamese Restaurant  
6219 - Centre Street, NW Calgary Tel: 403-454-8919  
營業時間 · Mon: 11am-4:30pm · Tue-Thu: 11am-9pm ·  
Fri-Sat: 11am-10pm · Sun/Holiday: 11am-8pm

本店湯粉採用鮮製粉奉客

各式越南湯粉

越式酸湯 連 香辣蝦煲

越式豬扒飯

招牌濱海

**午市特惠** 每日不同精選樣粉  
DAILY LUNCH CHEF SPECIAL VERMICELLI WITH FREE SALAD ROLL & CAN OF POP

送 海卷壹條  
送 汽水壹罐

特價 \$9.45

祇限星期一至五供應 (假期除外) Available Monday to Friday except Holidays

1511 Centre B Street N.W.  
Tel: (403) 276-7425  
(位於新亞洲及聯達中間)

**金記**

營業時間  
每天 (包括公眾假期)  
11:00am - 10:00pm

**PHO KIM**  
金記牛肉粉 KIM'S VIETNAMESE NOODLE HOUSE

· 遠近馳名 ·  
**金記特別牛肉粉**

新亞洲		中央街北
金記牛肉粉	15 AVE.	
	14 AVE.	
	聯達	

**正宗越南餐**  
(Fully Licensed)

裝修典雅 舒適寬敞  
想試越南餐, 記得嚟金記!

招呼週到 服務一流

餐館後面備有顧客專用停車場, 可供本餐館顧客免費停泊



2111-Centre St. N. Calgary

訂座電話:

403-277-9933 403-874-6226

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

\$888



避風塘斑塊



薑蔥爆豬頸肉



九江鹽焗雞



避風塘茄子



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

\$32.95

合時靚燉湯

花旗參燉竹絲雞

藥膳燉竹絲雞

藥膳燉老雞

白胡椒燉豬肚

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)

堂食惠顧

另備多款  
精心配搭  
和菜及套餐

所有特價祇限堂食



## 提早

朋友圈子裡，愈來愈多計劃提早退休。

剛畢業的碩士高材生，他將會拼搏十年，賺錢投資，然後退休，逍遙自在，遊山玩水，享受人生。

投身社會工作已一段日子的她，準備三十五歲結婚，與丈夫努力賺錢儲錢，然後四十歲齊齊退休，開始他倆的慈善公益工作，或許會跑到發展中國家，去幫助貧困的社區，教導他們自供自給的自強生存生活。

單身的她，計劃在四十五歲後，減少工作量，由全職轉

到兼職，好讓自己有更多時間去就讀自己有興趣的課程，學習自己有興趣的技能，然後做些喜愛的工作，希望下半生可以為興趣而活，不再為工作工資而活。

五十多歲的他們，孩子們已大學畢業，並踏入社會工作。所以，他們決定提早退休，實踐年青時未完的旅遊夢想：南極看企鵝，北極看大白熊，登喜馬拉雅山大本營，乘一百多天的環遊世界郵輪等。

人有計劃、有理想、有期望，是幸福的。

每天，為著這個目標前進，積極地面對生活的種種。當中的不如

意、不順利、不稱心的大小事情，都只是達到目標前的過程而已。

然而，他們異口同聲地表示：提早退休是超興奮的人生目標，能否達成，是基於多項因素的。

而這些因素，往往令滿有夢想的人，要延遲或取消提早退休的念頭。

經濟情況可以支持沒有全職工作收入的生活？

健康情況？家庭環境？社會政治安穩？天災人禍？

還有，是一己的貪念，放不低，勇氣，安全地帶等。

友人告知，在他們的工作間，出現一些新現象。

有些同事，工作了一兩年後，申請休假數個月，讓自己去實踐旅遊、慈善、興趣的小夢想，然後重回全職工作模式。

有些同事，寧可任職兩份兼職，提高彈性，隨時可以剪掉一份兼職或完全離職，暫時抽身去實現自己部分的夢想，然後，某天停下來，便再投身工作賺錢，準備下一次的抽身。

有些同事，已是七、八十歲的長者，他們仍活躍於工作間，貢獻他們的技能和經驗，滿是活力地活著。

無論，你的夢想是甚麼，提早為自己計劃和準備，有天把目標逐一成真，做個開心快活人吧！



**H.T GROCERIES**

FRESH MEATS & ASIAN PRODUCTS

# HT 雄記雜貨店



專營各類鮮肉、海鮮、蔬果

Monday - Saturday: 8am - 8pm  
Sunday: 9am - 7pm

#106-4909 17 Ave SE | 403-569-2289 / 403-880-6197



## 價錢公道，服務至上

Sale Week From **Mar 7** to **Mar 13**

**全雞翼**

Whole Chicken Wing



原價: \$2.59

**1.39**  
/lb

**全雞腿連背**

Whole Chicken Leg Back Attached



原價: \$2.59

**1.79**  
/lb

**豬柳**

Pork Tenderloin



原價: \$4.39

**2.99**  
/lb

**梅頭叉燒肉**

Pork Shoulder



原價: \$2.99

**2.59**  
/lb

## Pho Huong Viet

Vietnamese Noodle House

營業時間  
星期二至日  
11am-9pm  
逢星期一休息

3855 17 AVE S.W. 403-686-3799

#145, 1829 Ranchlands Blvd N.W. 403-239-3388

## 正宗越南湯粉 及 特色美食



## THÀNH HƯNG 成興正宗越南餐

VIETNAMESE RESTAURANT

每周七天 11:00AM~9:00PM

#530, 1440 - 52 Street NE  
(Trans Canada Mall Save On 對面)

Tel: 403-365-8800

## GRAND SPECIAL 10% off OPENING SPECIAL 九折優惠

(至三月十九日止)



# 大統華 T&T 有大統華, 真好!

3/8 - 3/14  
Alberta Stores Only  
只限亞伯達省各分店

所有商品數量有限, 售完即止。Quantities and selections are limited for all of the above items.

**驚爆 超低价**  
Blowout Sale

Navel Oranges  
甜橙



5 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**88¢**  
/lb磅

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日新鮮到貨, 售完即止, 不設兌換券。

Guava  
芭樂



5 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.77**  
/lb磅

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日新鮮到貨, 售完即止, 不設兌換券。

Park Hock (Fresh)  
豬手蹄 (新鮮, 前肘)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
Link per Family  
每家家庭買 4 磅  
**1.68**  
/lb磅

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日新鮮到貨, 售完即止, 不設兌換券。

Silkie Chicken (Frozen)  
竹絲雞 (急凍)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
Link per Family  
每家家庭買 4 磅  
**4.28**  
/lb磅

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日到貨, 售完即止, 不設兌換券。

Dungeness Crab (Live)  
(Under 2lbs Each)  
螃蟹 (游水) (每隻2磅以下)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
Link per Family  
每家家庭買 4 磅  
**9.99**  
/lb磅

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日新鮮到貨, 售完即止, 不設兌換券。

White Shrimps  
(IQF, Easy Peeled, 31/40)  
開背白蝦 (單凍, 31/40)  
2lbs



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
Link per Family  
每家家庭買 4 磅  
**11.99**  
/ea包

Replenish daily, while quantities last, no rain check.  
每日到貨, 售完即止, 不設兌換券。

Keana Ishizawa-Lab  
Rice Essence Mask  
毛穴撫子大米面膜  
10pcs



8 3/8 - 3/14  
DAYS 天  
**13.99**  
/ea包

While quantities last, no rain check.  
售完即止, 不設兌換券。

Family Garden  
Shrimp & Pork Wonton  
(with Chive/ Cantonese Style)  
家園鮮蝦豬肉雲吞  
(韭菜/ 港式)  
400g



8 3/8 - 3/14  
DAYS 天  
**2/12.98**  
/ea包

While quantities last, no rain check.  
售完即止, 不設兌換券。



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.68**  
/lb磅

Dragon Fruit  
火龍果



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**99¢**  
/lb磅

Ya-Li Pears  
鴨梨



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**4.99**  
/lb磅

Mangosteen  
山竹



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.58**  
/lb磅

You-Choy  
油菜



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.68**  
/lb磅

Chinese Eggplant  
中茄



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**2/2.50**  
/lb磅

Watercress  
西洋菜



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.98**  
/lb磅

Chicken Legs  
(Fresh, Back Attached)  
連背雞腿  
(新鮮)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**2.98**  
/lb磅

Pork Ribs  
(Fresh, Whole)  
大排骨  
(新鮮, 原塊)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**4.98**  
/lb磅

Chicken Wings  
(IQF)  
雞中翼  
(單凍)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**5.48**  
/lb磅

Pork Belly  
(Fresh, Lean, Boneless)  
五花肉  
(新鮮, 瘦, 無骨)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**2/9.99**  
/lb磅

Sakura Farms  
櫻花特選  
牛肩肉片  
(急凍, 無骨)  
210g



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**11.98**  
/ea盒

Lamb Shoulder Rolls  
(Frozen, Boneless)  
火鍋  
羊肩肉卷  
(急凍, 無骨)  
500g



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**11.99**  
/lb磅

Tai Snapper  
(Fresh)  
紐西蘭  
紅立魚  
(新鮮)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**15.99**  
/ea罐

Oyster Meat  
(Fresh)  
罐裝鮮蠔  
(新鮮)  
907g



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**1.99**  
/lb磅

Vietnam Tilapia  
(Frozen, Gutted)  
越南鯽魚  
(急凍, 去腸臟)



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**4.99**  
/ea包

3Fish Frog Leg  
(Frozen, 6/8)  
三角牌  
田雞腿  
(急凍, 6/8)  
340g



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**5.99**  
/ea盒

Ocean Jewel  
Half Shell  
Mussels (frozen)  
海中寶  
半殼青口  
(急凍)  
454g



4 3/8 - 3/11  
DAYS 天  
**21.99**  
/lb磅

Scallop  
(Frozen, U10)  
帶子  
(急凍, U10)



3 Selections  
3款  
**8.99**  
/ea包

Teeng  
Instant Noodles  
曾拌麵  
464g-508g



6 Selections  
6款  
**2/6.98**  
/ea包

Nong Shim  
Instant Noodles  
(5 PK)  
農心  
即食拉麵  
(五包裝)  
120gX5



3 Selections  
3款  
**2/5.34**  
/ea包

Surity  
Chinese Herbal Jelly  
生和堂  
龜苓膏  
215gX3



3 Selections  
3款  
**5.98/6.98**  
/ea瓶

Hangshun  
Balsamic  
Vinegar  
(3 Years/  
6 Years)  
恆順  
陳香醋  
(三年/六年)  
580ml



3 Selections  
3款  
**3/2.45**  
/ea包

Mega  
Sardines  
(Original/ Hot)  
Mega  
沙丁魚  
(原味/ 辣味)  
155g



3 Selections  
3款  
**5.98**  
/ea罐

Danisa  
Pineapple Filled/  
Butter Cookies  
皇冠菠蘿  
注心曲奇/  
牛油餅乾  
430g/454g

Calgary Store  
(9AM - 9:30PM)  
Calgary (403 569 6888)

Harvest Hills Store  
(9AM - 9:30PM)  
Calgary (403 237 6608)

West Edmonton Mall Store  
(9AM - 9:30PM) Sun 9AM - 9PM  
Edmonton (780 483 6638)

Northtown Edmonton Store  
(10AM - 9PM)  
Edmonton (780 409 8686)

South Edmonton Store  
(9AM - 9:30PM)  
Edmonton (780 757 4628)

# 大統華 T&T 有大統華,真好!

3/8 - 3/14  
Alberta Stores Only  
只限亞伯達省各分店

## 26<sup>th</sup> 大統華 T&T Anniversary Saving Event 週年慶超級省錢攻略

**BUY ONE GET ONE 買一送一**

3 Selections  
T&T XO Sauce  
大統華牌 XO醬  
140g  
**12.88** /each

1pc of T&T Clear Chicken Broth  
大統華牌 清雞湯 1罐 (390ml)

Taiwan Cooking Wine  
台灣紅標米酒  
600ml  
**4.99** /each

Durian Collage  
Musang King Durian  
羅山王榴槤肉  
400g  
**32.88** /each

**MULTI-BUY 組合購買**

T&T Roasted Sesame Oil  
(Korean Style With Grape Seed Oil)  
大統華牌海苔 (韓式風味/葡萄籽油)  
5x12  
**2/7.99**

3 Selections  
T&T Fish Tofu  
大統華牌 魚豆腐  
270g  
**2/4.59**

NEW  
T&T Teriyaki Style Sausage (Garlic Original)  
大統華牌 薑式香腸 (蒜味/原味)  
370g  
**2/8.28**

### T&T Brand Week 大統華品牌週 3/1 - 3/14/2019

Koshihikari Sushi Rice  
越光壽司米  
6.8kg  
**23.98** /each

3 Selections  
Korean Marinade Sauce  
韓國燒烤醬  
750ml  
**3.99** /each

NEW  
Xingjiang/ Shanxi Red Dates  
新疆/山西紅棗  
500g  
**6.99-9.88** /each

3 Selections  
Sweet Potato Vermicelli  
韓式紅薯粉  
300g/400g  
**2/3.28**

Cashews (Salted/ Unsalted)  
腰果 (鹽味/原味)  
800g  
**14.88** /each

Organic Chestnut Shelled (Gift Pack)  
有機栗仁 (禮包裝)  
200gx2  
**3.98** /each

Basa Fillet (Frozen)  
龍利魚柳 (急凍)  
500g  
**4.99** /each

Soy Drink (Sweetened/ Reduced Sugar)  
豆漿 (甜/低糖)  
3.95L  
**4.28** /each

Chinese Style Salted Pork Belly (Regular/ With Pepper)  
安順豬鹹肉 (原味/辣)  
320g  
**8.98** /each

NEW  
Organic Edamame  
有機毛豆/毛豆仁  
3lb  
**7.99** /each

3 Selections  
Buns 包子  
420g  
**2/9.98**

NEW  
Layered Pie 千層拉餅  
480g  
**2/7.28**

Quantities and selections are limited for all of the above items. 所有商品數量有限, 售完即止。

5 Selections  
Viva Nuts Drink  
萬歲堅果飲  
23g/28gx10  
**6.49** /ea

Monstar Noodle Snack (BBQ/ Chicken)  
小脆怪 (燒烤味/雞味)  
30gx10  
**2/5.29**

Koikei Almond Cookie (Original/ Black Sesame)  
鉅記杏仁餅 (原味/黑芝麻)  
260g  
**7.98** /ea

3 Selections  
Caihai Grill-A-Corn  
卡樂日 粟一燒  
80g  
**2/3.00**

2 Selections  
Supor HaoBangshou Stainless Steel Soup Pot  
蘇泊爾好幫手復底湯鍋  
22cm/24cm  
**22.99/28.99** /ea

Saborino Morning Face Mask  
Saborino 早安面膜  
32pcs  
**13.99** /ea

4 DAYS 3/8 - 3/11  
White Supplis Laeta 雪克即止  
Naturegg Omega 3 Eggs (Large)  
奧米加3 雞蛋 (大)  
12pcs  
**3.98** /ea

3 Selections  
Lotte Daifuku Mochi/Milk Ice Bar  
樂天雪米糰/牛奶雪條  
270ml/390ml  
**4.98** /ea

4 Selections  
I-Mei Ice Bar  
義美冰棒  
350g/437.50g  
**5.86** /ea

4 Selections  
Madame Wong Frozen Durian Meat (Seedless)  
黃夫人冷凍泰國榴槤 (無核)  
454g  
**10.98** /ea

Simply Orange Juice (with Pulp/ without Pulp)  
Simply 橙汁 (有果粒/無果粒)  
2.63L  
**5.68** /ea

Wetson Fresh Long Thin Handmade Sliced Noodles  
華生京都蘭州拉麵/龍須麵/刀削麵  
440g  
**2/4.26**

### 新鮮烘焙 3/8 - 3/11

Raisin Tray Bun  
提子小餐飽  
400g  
**2/4.99**

Cake (Pork Fluff/ Coconut)  
蛋糕堡 (肉鬆/椰絲)  
130g  
**2/3.99**

Golden Pillow Danish Bread  
金枕頭手撕吐司  
370g  
**2/5.99**

Fruit Tart  
新鮮果塔  
8pcs  
**4.29** /box

### T&T 美食廚房 3/8 - 3/11

Half Chicken + Half BBQ Duck Combo  
圓滿組合 (豉油雞+燒鴨各半隻)  
**17.99** /set

Marinated Beef Shank & Tripe  
夫妻肺片  
340g  
**7.99** /box

Pork Rib with Pumpkin  
南瓜蒸排骨  
600g  
**8.99** /box

Taro Steamed Buns  
芋頭角饅頭  
80gx6  
**2/9.99**

Asahikawa Assorted Sushi  
旭川禮盒壽司  
660g  
**12.99** /tray

Spicy Don (Beef/ Pork)  
韓式拌飯 (牛肉/豬肉)  
500g  
**5.99** /box

Check our website for more special items. 請瀏覽 [www.tandtsupermarket.com](http://www.tandtsupermarket.com) for More Specials.  
Customer Service Hotline 顧客服務熱線 **1-866-868-5678**

Quantities and selection of items may be limited and may not be available in all stores.  
所有商品數量有限, 售完即止。  
本廣告如有與實際不符, 以店內實際標示為準。  
所有商品數量有限, 售完即止, 恕不另行通知。  
大統華超市為確保顧客權益, 特此公告, 各分店將根據實際之權利, 調整廣告內容, 商品價格與數量等, 價格、品質、規格以現場實際為準。

商周 Trend Weekly March 07, 2019



# LUCKY SUPERMARKET

Forest Lawn location:  
#237, 4527 - 8th Avenue SE  
403-569-0778

Sunridge location:  
3333 Sunridge Way NE  
403-717-0770

Offers effective March 8 - 14, 2019

 <p>Sparks農場細雞蛋 <b>1.99</b> Sparks Farm Eggs Pee Wee Size Overwrap 30 Pcs</p>	 <p>媽媽牌 雞味即食麵 <b>8.99</b> MAMA Instant Noodle Chicken Flavour 30x55g</p>	 <p>UFC牌香蕉醬 <b>1.79</b> UFC Regular Banana Sauce 550g</p>	 <p>幸福比內牌 茄汁沙甸魚 <b>69¢</b> Lucky Pinoy Sardines in Tomato Sauce w/ w/o Chili 155g</p>	 <p>金寶牌 即溶人參咖啡 <b>8.99</b> Gold Choice Instant Ginseng Coffee 20x20g</p>
--	---	--	--	---

 <p>美國大甜橙 <b>68¢/lb</b> Large Sweet USA Navel Orange</p>	 <p>台灣番石榴(大) <b>1.98/lb</b> Large Taiwan Guava</p>	 <p>特大番茄 <b>98¢/lb</b> Extra Large Mex Tomato</p>	 <p>紅木瓜 <b>1.48/lb</b> Red Mex Papaya</p>	 <p>迷你美國小柑橘 <b>1.48/lb</b> Mini USA Clementine</p>	 <p>日本南瓜 <b>88¢/lb</b> Mex Kabocha Squash</p>
--	---	--	---	---	--

 <p>加拿大辣椒葉 <b>1.98/lb</b> Canada Pepper Leaves</p>	 <p>特級美國蜜柚 <b>2/3.00</b> Fancy Pink USA Pomelo</p>	 <p>一級白菜仔 <b>1.28/lb</b> Premium Mex Baby Bok Choy</p>	 <p>越南指天椒(青/紅) <b>1.00</b> Vietnam Red or Green Thai Chili 126g Bag</p>	 <p>有機智利藍莓 <b>2/5.00</b> Organic Chile Blueberries 1 Pint</p>	 <p>韓國青椰菜 <b>88¢/lb</b> Korean Green Cabbage</p>
---	--	--	--	---	--

 <p>幸福比內牌 廣東炒麵 <b>2.89</b> Lucky Pinoy Oriental Pancit Canton Noodle 454g</p>	 <p>匯豐牌 蒜蓉辣椒醬 <b>2.89</b> Huy Fong Chili Garlic Sauce 510g</p>	 <p>亞萊地牌椰奶 <b>1.49</b> Aroy-D Coconut Milk 400ml</p>	 <p>東埠橋牌 黃冰糖 <b>1.59</b> Dong Fu Gao Rock Sugar 454g</p>	 <p>嘉慶牌芋頭葉 <b>1.69</b> Fiesta Pinoy Dried Taro Leaves 100g</p>	 <p>新鮮鯊魚 <b>3.99/lb</b> Fresh Shark Fish</p>
---	---	---	--	---	---

 <p>叉燒肉 <b>2.29/lb</b> Fork Shoulder</p>	 <p>特級牛蹄 <b>1.99/lb</b> Beef Feet</p>	 <p>新鮮牛肉眼扒(原裝) <b>4.99/lb</b> Beef Ribeye Roll Whole Pack</p>	 <p>新鮮牛腩 <b>3.99/lb</b> Beef Flank</p>	 <p>震撼價 <b>6.99</b> Cardinal Smokey Pork Back Rib Whole Pack 430g - 700g</p>	 <p>免治豬肉 <b>1.99/lb</b> Regular Ground Pork</p>
--	--	--	--	---	--

OFFER VALID WHILE STOCK LASTS. WE HAVE THE RIGHT TO LIMIT QUANTITIES. REFER TO DISPLAY TAGS IN STORE IN CASE OF DISCREPANCY OF PRINTING ERROR IN THIS AD.

特價貨品數量有限，售完即止。本店可限制購買數量。本廣告所列價錢如有排印錯誤，一律以店內標示價錢為準。

SENIOR DAY  
**10% OFF**  
Wednesday March 13

[www.luckysupermarket.ca](http://www.luckysupermarket.ca)

Offers effective  
March 8 - 14, 2019

Open: 9am - 9pm daily.



2 days only  
只限兩天  
03/08 - 03/09

數量有限

相等於  
\$1.27/磅

利代爾牌  
雞上腿  
(5kg盒裝) **13.99**

Lillydale Chicken Thigh  
5kg Box  
While Quantities Last

2 days only  
只限兩天  
03/08 - 03/09

數量有限

EPB特級T骨牛扒 **8.99** /lb

Excel Premium Beef T-Bone  
Steak Upper of AAA Grade  
While Quantities Last

海燕牌小鸚鵡魚 **3.49** /lb

Ocean Swallow Baby  
Parrot Fish 30/100

\$26.99 ea  
原價  
03/12 - 03/14

妮娜牌  
有頭白蝦 **28.99**

Nila Headless White  
Shrimp 26/30 3.6lb

最佳海鮮牌  
急凍梭子蟹盒裝 **4.99**

Best Seafood Half Cut  
Swimming Crab 500g

幼

三小姐牌  
沙河粉 **1.39**

Triple Girls Small Rice  
Stick 1mm 454g

海燕牌米粉 **2.99**

Ocean Swallow Rice  
Vermicelli 908g

李錦記  
熊貓牌蠔油 **2.99**

Lee Kum Kee Panda  
Oyster Sauce 510g

珀寬牌  
辣碎蟹/蝦 **1.49**

Poi Kwan Minced Crab  
or Prawn In Spices 160g

家樂牌雞粉 **7.99**

Knorr Chicken Broth  
Mix 1kg

家樂牌醬油 **99¢**

Knorr Original Liquid  
Seasoning 250ml

家樂牌  
酸子湯料 **59¢**

Knorr Tamarind Soup  
Base 40g

美味牌  
斑蘭布甸粉 **2.29**

Mel Wei Coconut Milk  
Pandan Pudding 160g

Tao Kae Noi  
紫菜小食 **1.79**

Tao Kae Noi Crispy  
Seaweed Assorted  
Varieties 24x32x36g

4 days only  
只限四天  
03/08 - 03/11

數量有限

馬來西亞  
咖喱海鮮叻沙 **8.99**

Malaysian Seafood  
Curry Laksa  
While Quantities Last

數量有限

好運  
原隻燒鴨 **21.99**

Lucky Whole BBQ Duck  
While Quantities Last

好運香蕉蛋糕 **3.99**

Lucky Banana Bread  
650g

海洋媽媽牌  
急凍金鯧魚 **3.49** /lb

Ocean Mama Golden  
Pompano Fish 400/600

海燕牌鱈魚 **3.79** /lb

Ocean Swallow Tin Fall  
Barrt Fish 120UP

幸福比內牌  
竹筴魚 **2.89** /lb

Lucky Pinoy Round  
Sead Fish 5/7

幸福牌  
巴沙魚扒 **4.79**

Lucky Basa Fish Chunk  
480g

三魚牌魷魚 **6.69** /lb

3Fish Lalliga Squid 30/40

老雞 **7.99** for 2

Old Chicken (Pack of 2)

越金牌白蝦  
(有頭/去頭) **8.88**

Viet Gold Headless 26/30  
or Head On 20/30 White  
Shrimp 400g

Halal  
清真

NIPSSING牌  
急凍鷄類 **15.99**

Nipasing Halal Quail  
6pcs 680g

海燕牌  
酸子鮫魚湯料 **5.99**

Ocean Swallow Mud  
Fish In Tamarind Soup  
1kg

海燕牌  
香茅碎 **1.59**

Ocean Swallow  
Chopped Lemon Grass  
400g

幸福牌  
熟甜粟米 **1.59** /lb

Lucky Cooked Sweet  
Corn

布娜牌  
急凍嫩椰絲 **1.89**

Buenas Shredded  
Young Coconut 454g

OFFER VALID WHILE STOCK LASTS. WE HAVE THE RIGHT TO LIMIT QUANTITIES. REFER TO DISPLAY TAGS IN STORE IN CASE OF DISCREPANCY OF PRINTING ERROR IN THIS AD.  
特價貨品數量有限, 售完即止。○本店可限制購買數量○本廣告所列價錢如有排印錯誤, 一律以店內標示價錢為準



# 明威超級市場

## Ming Wei Supermarket

### #3340, 3310-32St.NE Calgary

\*特價貨品售完即止，廣告內價錢如有錯誤，以店內標示為準。

營業時間：每日10am - 8pm

電話：403-250-8198

特價期 Mar 08 - Mar 14

2019海鷗香米  
Geoland Jasmine Rice



**\$39.99/bag**

妮娜白蝦 21/25  
Nila White Shrimp 21/25



**\$27.49/box**

呂宋芒果18's  
Mango Case 18 Size



**\$16.99/box**

## 餐館特價批發

臺灣椰菜	\$18.00/bag
薑	\$32.00/box
大洋蔥	\$20.00/bag
青蔥	\$40.00/box
魷魚標魷魚露	\$24.00/box

 美國富士蘋果 USA Fuji Apples <b>\$0.89/lb</b>	 百利芥蘭 Gai Lan <b>\$1.99/lb</b>	 藍鳥甜橙 Blue Jay Oranges <b>\$0.89/lb</b>	 百利油菜 Yue Choy Sum <b>\$1.49/lb</b>	 蘆柑 Lu Kan <b>\$0.99/lb</b>
 上海白菜 Shanghai Bok Choy <b>\$1.19/lb</b>	 菠蘿蜜 Jackfruits <b>\$1.29/lb</b>	 雪裡紅 Sher Li Hon <b>\$1.59/lb</b>	 豐水梨 Brown Pears <b>\$1.29/lb</b>	 臺灣椰菜 Taiwan Cabbages <b>\$0.55/lb</b>
 金燕米粉 GS Rice Vermicelli <b>\$0.99/ea</b>	 嘉頓威化餅 Garden Waffles <b>\$2.89/2 bags</b>	 豐正即食海蜇 Instant Jellyfish <b>\$1.49/ea</b>	 珀寬辣碎蝦/辣碎蟹 400g PK Minced Shrimp / Crab in Chili Oil <b>\$3.29/ea</b>	 印尼撈麵 Indomie Instant Noodles <b>\$7.99/box</b>
 中源咖啡 Trung Nguyen Coffee Box <b>\$5.19/ea</b>	 海天味極鮮 HT Soy Sauce <b>\$4.69/ea</b>	 家樂雞湯 Knorr-Chicken Broth <b>\$0.59/ea</b>	 李錦記錦珍蠔油 LKK Oyster Sauce <b>\$1.69/ea</b>	 梅林午餐肉 Meilin Luncheon Meat <b>\$3.69/ea</b>
 亦福草菇粒 SF Straw Mushroom <b>\$1.39/ea</b>	 椰樹米紙 CT Rice Paper <b>\$1.49/ea</b>	 大信傳統滑豆腐/水豆腐 DSI Smooth Tofu, Tofu <b>\$2.19/ea</b> <b>\$2.09/ea</b>	 雞腿仔 Chicken Legs <b>\$1.09/lb</b>	 龍利魚 Whole Basa Fish <b>\$2.29/lb</b>
 全美水餃 Anjoy all kinds of Dumplings <b>\$12.99/3 bags</b>	 海威切花魷魚 Searay Squid Curved <b>\$3.89/ea</b>	 Vivasea帶子 Vivasea Scallop <b>\$5.49/bag</b>	 6" 公仔春卷皮 6" Doll Spring Roll Wrap <b>\$1.59/ea</b>	 金牌白蝦 31/40 Golden Label White Shrimp 31/40 <b>\$22.99/box</b>





# H&W 超值新鮮蔬果專門店

為你搜羅最新鮮及價廉物美蔬果

\*所有特價貨品售完即止，廣告價格如有錯漏，以店內標示為準\*

凡購物滿 \$25 即可獲贈 5 磅紅蘿蔔

 <p><b>Large Fuji Apples</b> 特大富士蘋果 SALE 0.68/lb</p>	 <p><b>Clementine Mandarins</b> 甜柑 SALE 0.48/lb</p>	 <p><b>Salish Apples</b> BC蘋果 SALE 0.68/lb</p>	 <p><b>Celery Bunches</b> 西芹 SALE 1.88/ea</p>
 <p><b>Red Seedless Grapes</b> 無核紅提 SALE 1.98/lb</p>	 <p><b>Bartlett Pears</b> 啤梨 SALE 0.48/lb</p>	 <p><b>Local 5lb Long English Cucumbers</b> 英國長青瓜 (5磅裝) SALE 3.88/ea</p>	 <p><b>Red Sweet Mango</b> 芒果 (每箱6個) c/s of 6 SALE 6.98/ea</p>



零售、批發無任歡迎  
提供批發送貨服務

Unit 441-3508 32 Ave NE Calgary (403) 291-3232  
 週一至週五：9am-8pm 週六：9am-7pm 週日：10am-6pm



**本周特價**  
3月07日 - 3月13日



## FESTIVAL OF ANIMATED OBJECTS

PRESENTS

By JO-LEE

Created by Pam Tzeng

Saturday, March 16, 2019 @ 7pm

Big Secret Theatre, Arts Commons

Tickets: [www.puppetfestival.ca](http://www.puppetfestival.ca)

Box Office: 403.294.9494

POST-SHOW ARTIST TALK HOSTED BY ASIAN HERITAGE FOUNDATION  
 演出前由亞裔傳統基金會主辦「藝人發佈會」

來見證藝人 Pam Tzeng 另一個甜蜜又充滿煩惱的自我 Jo-Lee 的人生悲劇，你會深深愛上她。「By Jo-Lee」包括兩場融合舞蹈、戲劇和木偶戲的演出；在活潑動人的表演中探討異國風情、種族成見，死亡與悲傷。

《奧瑞岡藝術守望報》評論：「……理念強大又極度感人的演出。兼具精準性和流動性……」

[Tzeng] 編創的舞劇節奏緊湊、幽默而且一針見血。」

Full festival dates: March 13-17, 2019

# 偉信 刑事辯護律師

## CORY WILSON

偉信大律師職業多年，是亞省著名形式辯護律師，成功為客戶辯護案件，包括盜竊及謀殺等。

其他涉及證券法、稅務法及職業安全法等案件，偉信大律師亦能迎刃而解。

偉信大律師更為多宗加拿大重大案件，如謀殺、綁架、販毒及加拿大史上最大型行騙案等作顧問。

### 專注辯護事項：

- 藏毒 ■販賣毒品 ■藏有軍火 ■傷人 ■行騙 ■破門行竊
- 盜竊 ■家庭暴力 ■性侵 ■醉駕 ■搶劫 ■保釋聆訊

**24小時熱線：403-978-6052**

**Wolch Watts Wilson & Jugnauth**  
Suite 1500, 633 6 Avenue S.W. (Ford Tower) Calgary



## 退休理財計劃

金融市場瞬息萬變，加上繁複的稅務及退休福利制度，您需要一個系統性的投資理財計劃才能達到理想的退休目標。請致電您的財務計劃專家查詢。



梁兆邦先生

道明財富副總裁及投資顧問

**Eric Leung** CIM, BA (Hons)

Vice President & Investment Advisor  
Certified Retirement Specialist

特許投資經理  
認可退休策劃專家

直線：403-216-2089

投資助理：Jessica Chan 直線：403-299-8603  
Home Oil Tower, 12th Floor, 324 8th Ave S.W., Calgary, AB T2P 2Z2

**TD Wealth 道明財富**

道明財富私人財富管理 (TD Wealth Private Wealth Management) 是位於田納西州納什維爾的加拿大有限公司之屬下專門提供私人投資服務 (TD Wealth Private Investment Advisor)。道明財富投資理財私人全權投資管理有限公司 (TD Wealth Private Investment Counsel Inc.) 是位於加拿大滿地可的受託投資顧問 (TD Wealth Private Investment Counsel)。道明財富投資理財之信託及遺產私人銀行及信託公司 (The Canada Trust Company) 提供之道明財富私人信託 (TD Wealth Private Trust) 所獲得的基金利息及股息，TD Wealth Canada Inc. - Member of Canadian Investor Protection Fund。所有與信託有關的資產，均受 (TD) 信託和其他信託是受聯邦銀行之保護。

最適合您的屋保和車保  
來自值得信賴的保險經紀

**汽車+房屋保險**

- 良好記錄
- 新屋
- 45歲以上
- 兩部車或以上

均可獲折扣優惠

**立刻與我聯絡**

手機：587-315-8500  
電郵：whui@allstate.ca  
地址：#234, 40 Country Hills Landing  
NW Calgary (即大戶人家對面)

**汽車·房屋·人壽·旅遊**

受條款及條件限制，折扣會因地區而有所不同。服務由 Allstate Insurance Company 擁有，並授權 Allstate Insurance Company of Canada 使用。©2018 Allstate Insurance Company of Canada 版權所有。

**許蘊妍**  
**Winnie Hui**

精通國、粵、英語  
服務 Allstate 超過20年  
竭誠為您服務



# Kim Châu Deli

Vietnamese Food | 金珠越南食品

wholesale & retail

每月首星期九折優惠  
現增設愛城送貨服務，歡迎愛城各食肆批發訂貨。



## FOOD ITEMS 食物類

- |                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| Beef Ball / 牛肉丸             | Pate / 肝醬                      |
| Pork Ball / 豬肉丸             | Sate Sauce / 沙爹醬               |
| Chicken Ball / 雞肉丸          | Salted Fish Meatloaf / 鹹魚肉餅    |
| Deep Fried Ham / 煎豬肉粽       | Stuffed Meat Lemongrass / 釀肉香茅 |
| Vietnamese Ham / 越南豬肉粽      | Cold Cut Meat / 冷切肉            |
| Shredded Pork Ham / 豬肉絲粽    | Vietnamese Style Ham / 越式火腿肉   |
| Marinated Pork Patty / 越式肉餅 | Uncooked Ham / 生火腿肉            |
| Boneless Pork Leg / 去骨豬腿    | Deep Fried Fish Paste / 炸魚餅    |
| Head Cheese / 越式肴肉          | Steamed Crab Meat Pie / 蒸蟹肉餅   |
| Veg. Spring Rolls / 蔬菜春卷    | Squid Paste / 魷魚膏              |
| Spring Rolls / 春卷           | Deep Fried Spring Rolls / 炸春卷  |



周末加添更多甜品及小食

## 越式三文治

- Beef / 牛肉    Chicken / 雞肉    Pork / 豬肉  
Marinated Pork Patty Sub / 越式肉餅  
Shredded Pork / 豬肉絲    Cold Cut / 冷切肉  
Veggie / 蔬菜

每條 \$5.00 起



多種美食甜品 應有盡有 常備大量中、越雜貨 歡迎選購



## KIM CHAU CALGARY

3109-5 Ave. N.E., Calgary AB T2A 6C9  
Tel: 403.452.8881

營業時間：周二至周日 10am - 6pm / 周一休息



# 十二星座

## 幸運數字 與顏色 (1)

每個人都總有幾個特別喜歡的數字和顏色。但是，你喜歡它，不代表他會因而帶給你好運。以下是於2019年能為十二星座帶來運氣的數字與顏色，不妨來看看它們是不是你喜歡的數字和顏色。

**白羊座：**每個人總有些不切實際的夢想，但這些夢想是怎樣來的，大家也未必解答得到。踏入新的一年，這一年你有機會到處遊歷，到處見識這個世界，當眼界不再一樣的時候，或者會知道什麼才是真正的夢想！土星繼續逗留在山羊座，對你的事業有持續的影響，可能更需要知道你的野心及努力應該投資在那裡，才能夠創造出屬於你的事業，讓大家看得見你的成就，所以藉著出國去見識世界，你會明白原來要求有更高的成就背後，是需要有這些基本元素。擁有權力可能是新一年的目標。

\* 幸運數字 \* 8、17、26、35、44

\* 幸運顏色 \* 紫藍色及灰黑

**金牛座：**當你發現原來有很多事情都是捉不緊的，甚至是捉摸不到的時候，你唯有就是以新的方式，來跟你的環境連結，以另一種態度來面對新一年所出現的每個際遇。你會重新了解個人的價值觀，因為當經濟環境改變時，所帶來的影響並不是單一的，而金牛座要以開放的態度，來接受新挑戰。如果你身邊有一個很值得信任的人，當然是幸福的事，但如果連對自己亦抱有懷疑及不肯定時，會讓感情關係帶來不穩定的影響。要認識自己，可能要有一套計劃，活在當下每一天裡的同時，亦要有彈性的心態來面對新挑戰及改變。是時候要改變的就要改變。

\* 幸運數字 \* 5、14、23

\* 幸運顏色 \* 暗紅色及紫藍

**雙子座：**人緣運相當不錯的一年，但你要用心去感受，用心去跟當中每一個人相處，才算是真心相識。要認識及相信一個人，真的要花上不少時間去投資，但在新一年裡，要花在工作的時間也不少，所以除了要好好管理時間外，也要學懂不要被無關重要的事，去干擾你的想法或決定，凡事要看最真實的一面，而不是只相信眼前所看到的。每個人都有夢想，但夢想是否真的會如實出現？背後有更多不同的故事，可能你要去了解。跟身邊的人，甚至是環境結合，建立屬於你的網絡，當能夠成為一個有責任心的人，才會出現真正屬於你的結果。

\* 幸運數字 \* 6、15、24、33

\* 幸運顏色 \* 綠色及淺藍色

**巨蟹座：**凡是跟人有關的事，都是新一年要留意的事，無論是工作上的人際關係，或是感情關係，都會為你帶來很多考驗。有些不再適合的人或事，會因為某些原因出現而將問題帶到你面前，讓你不得不去面對。需要幸運之神的眷顧，可能你要變得更成熟，學習獨立，以及每天有規律地生活，才能夠帶來更多主導性及穩定性；其實努力地工作，每天投入需要去做的事情裡，就是認識自己，甚至是發掘個人天分的最快方法，你是有你的選擇，只在於要聽別人的意見，或是聽自己心裡的那句，才是最真實的決定。

\* 幸運數字 \* 7、16、25、34

\* 幸運顏色 \* 灰黑色及銀色

**獅子座：**為了要得到結果，努力當然是必須要的，但每個人的能力有限，接受自己的不足，不要令自己在新的一年裡，有壓力爆煲的機會，更重要的是要注重身體的健康，當身體有訊息告訴你就要留意。要照顧好自己是非常重要的，雖然有很多事情彷彿都等著你去做，但要懂得去選擇，甚至要先看清楚自己的能力及限制所在，要有勇氣承擔過程及結果，這個可能只是一個開始。爭取自己的權利可能比爭取實質結果會更有意思，慢下來的一年，只要尚有時間，你一定會有選擇的權利。

\* 幸運數字 \* 2及11

\* 幸運顏色 \* 銀色及綠色

**處女座：**如果你一向是很遷就別人、很配合別人的一個，相信來到新的一年，你必須要狠心為自己定立界線，因為要成就一個更大的你，必需要知道什麼責任是屬於你的，什麼責任不屬於你的，不要害怕做回真實的自己，因為成為自己才會有快樂。本來你的基礎已打得很穩固，亦很能夠接受每日重複刻板的工作，但要讓大家看得見你的才華，就要發揮更多創意，因為這樣才能夠突出你的與眾不同，不要再成為別人的第二，要靠自己將潛能推至更高更遠，表現出你最真實的一面。

\* 幸運數字 \* 3、12、21

\* 幸運顏色 \* 金黃色及黑色

• 說不得大師 •



# 世界十大歌劇院<sup>之十</sup>

## 一中國國家大劇院

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？



中國國家大劇院位於北京市中心天安門廣場西側，中國國家表演藝術的最高殿堂，中外文化交流的最大平台，中國文化創意產業的重要基地。

從國家大劇院第一次立項到正式運營，經歷了49年，設計方案經歷了三次競標兩次修改，總造價30.67億元。由法國建築師保羅·安德魯主持設計，設計方為法國巴黎機場公司。設有歌劇院、音樂廳、戲劇場以及藝術展廳、藝術交流中心、音像商店等配套設施作為新北京十六景之一的地標性建築。

國家大劇院整個殼體鋼結構重達6475噸，東西向長軸跨度212.2米，截至2011年，是世界上最大的穹頂。國家大劇院地下最深處為負32.5米，相當於往地下挖了10層樓的深度，截至2011年，是北京最深的建築。音樂廳內的管風琴共有6500根發音管，造價達3000萬元。歌劇院有具備推、拉、升、降、轉功能的先進舞台，可傾斜的芭蕾舞台板，可容納三管樂隊的升降樂池。歌劇院樂池面積120平方米，可容納90人的三管編制樂隊，也可升至觀眾席水平位置變成觀眾席。

國家大劇院造型新穎、前衛，構思獨特，是傳統與現代、浪漫與現實的結合。創作理念：「城市中的劇院、劇院中的城市」——一顆獻給新世紀的超越想像的「湖中明珠」。



**MyHealthWalk-In**  
and  
COMPREHENSIVE CARE CLINIC

**587-318-3320**  
#105 - 3223 5th Ave NE  
Calgary, AB T2A 6E9

**現接受新症 請聯繫本診所預約**

**輪候時間短 歡迎預約或街症**



**Dr. Joanna Wong**  
黃醫生  
(國、粵、英語)



**Dr. Jimmy Tsai**  
蔡醫生  
(國語、英語)

**每周七天應診**

Find us on

email: [info@myhealthclinic.ca](mailto:info@myhealthclinic.ca)  
website: [www.myhealthclinic.ca](http://www.myhealthclinic.ca)



**美加餐具設備公司**  
B&J RESTAURANT SUPPLY LTD.

新址: BayD, 1601 Centre St. N.W., Calgary 電話: 403-230-0039

**專營** 酒樓用具 家庭用品 瓷器缸瓦  
中西餐具 塑膠器皿 鋼鋁製品



臨睡前記得將時鐘撥快 1 小時

**SPRING FORWARD**

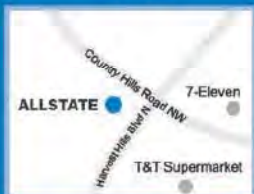
turn your clocks forward

**夏季時間**

3月10日 (周日) 02:00 am 開始



**Allstate**  
保險



最適合您的屋保和車保，來自值得信賴的保險經紀



**Bernice 黃**

精通英、粵語  
電話: (587) 318-3268  
電郵: [BWong2@allstate.ca](mailto:BWong2@allstate.ca)  
 [BWongAllstate](https://www.facebook.com/BWongAllstate)



**Trung 劉**

精通英、粵、國語  
電話: (587) 318-3255  
電郵: [TLuu@allstate.ca](mailto:TLuu@allstate.ca)

交託在手，放心無憂

免費估價：汽車、房屋、商業、人壽及旅行保險  
234-40 Country Hills Landing NW (近新大統華)

同時投保 + ，節省更多

商標由 Allstate Insurance Company 擁有，並授權 Allstate Insurance Company of Canada 使用。  
©2018 年 Allstate Insurance Company of Canada 版權所有。

# 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



《七天營業》

》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



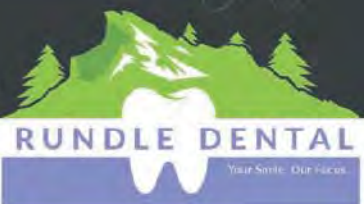
陳忠豪醫生



許明娟醫生

(587) 317-9989  
RundleDental.com

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



# 阿聯酋三國六日遊

- 迪拜 - 哈里發塔

· 志永

午飯後，返帆船酒店接回五位團友，前往迪拜地標2010年1月啟用哈里發塔 Burj Khalifa，造價15億美元，原名迪拜塔，2009年因金融海嘯而停工，得阿布達比資金援助，完工後為表感謝，以阿布達比酋長哈里發Khalifa名字命名，Burj阿拉伯文塔的意思。外觀以沙漠花卉設計，閃亮銀色層疊圓柱由粗至細向上伸展。哈里發塔締造「世界之最」多項記錄，世界最高樓828米高，95公里遠都看見它頂端，最多樓層共160層樓。最高的清真寺位於158樓，最高的At. Mosphere餐廳在122樓。各國爭相建做世界最高摩天大廈，將來會被誰超越？塔內有數以千計的辦公室，1-39樓是亞曼尼酒店Armani Hotel，45-108樓為高級住宅。

世界上最高哈里發塔我來啦！從塔樓下的迪拜商場Dubai Mall進入，在換票區等候導遊，黃金時段門票收費較貴，現場只出售上152

樓至154樓貴賓票550 AED及600 AED連飲品，和148樓的At The Top SKY 連茶點370 AED及525 AED，即時搭高速電梯直奔觀景台。我們是最便宜141 AED，要預先上網購票，規定時間入場。先過安檢，興奮心情走過有超長科幻感LED燈變化大屏幕走廊，過了收票機，大堂展示變換顏色燈光哈里發塔模型。排隊走走停停，昏暗長廊牆上圖片介紹，建造塔過程 From the earth to the sky，2004年動工至2010年1月4日啟用，承建商韓國三星C&T，用獨特方法，三天建好一層。來到電梯口，電梯門播映電梯到了那一層數字，電梯內，大家目光集中電視顯示樓層跳動數字，每秒約18米速度，不用1分鐘就到了124樓452米高觀景台「頂端 At The Top」。一出電梯就是半圓戶外觀景台，玻璃帷幕只是沒天花板，去過世界幾座摩天大樓，連卡加里塔都無戶外觀景台，高空感覺是耳朵有點痛。

嚴格來說，我們才在一半高，向上望塔還很高未見頂。

返回室內涼冷氣，輕鬆地360度無死角飽覽80公里全景。免費望遠鏡有六種文字選擇，包括中文，風景從屏幕顯示，可選攝錄、晴天、夜間、再現35年前同一地點的風景的先進科技。塔內有免費wifi上網，拍下相片立即上網分享。居高臨下，最吸睛藍色兩個足球場大，世界最大音樂噴泉區，旁邊是三層高迪拜商場，對面阿拉伯式古堡運河酒店。市中心具特色高樓並不如想像中密集，有幾棟還在施工，其它大廈並不很高。規劃完善縱橫交錯高速公路，車輛川流不息。除了未開發沙漠地外，全是有綠色植物非富則貴平房，湛藍河道流入波斯灣。雖然是藍天，放眼遠望海濱盡處被金黃沙塵籠罩。太座抱怨看不

到世界島、棕櫚島，在紀念品店買張迪拜風景和夜景相片安慰她。

返回迪拜購物中心自由活動前，導遊吩咐我們六時前返回集合處門口，出去看水舞表演。國語半桶水太座誤以為她帶我們去，預早回到集合處，只見一對不會國語夫婦在，不見其它人，心知不妙，六時十分，人潮從門口湧入，團友陸續回來，才知他們在外看水舞表演。太座嗟嘆自責，為求耳根清靜，應承她明天再來看補償。未完待續。



藍色兩個足球場大 世界最大音樂噴泉區



哈里發塔

「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」

LAWYERS

# Brian Alexander McCullough

**SPECIAL AREAS OF PRACTICE INCLUDE**

• SERIOUS PERSONAL INJURY

## 專注辦理交通意外 受傷索償



- ※專業處理個人受傷賠償
- ※協助閣下追討即時人工損失及醫療費用賠償
- ※協助閣下追討合理的汽車損壞賠償

**交通意外諮詢：黃建信 Randy Ung 403-999-8888**

地址：#123, 1518 Centre Street N.E., Calgary, AB T2E 2R9 電話：403-230-7788 傳真：403-230-7782



**卡城基督教華人神召會**

國語崇拜：逢星期六上午十一時

**免費英文班 (ESL)**

2019年3月9日上午9:30開課

分入門、初、中、高班，歡迎新舊同學報名參加  
報名請到教會(唐人街) 127-2 Ave., SE Calgary  
Tel (403) 263-6059 www.ccpc.ab.ca  
Email: calgarycpc@gmail.com



**國際白眉合勁道**



### 功夫班及舞獅班 招收新學員



#### 功夫班

白眉、詠春、北少林龍形

\$10/堂 (6堂起)

詳情請電：

Alex Wong 黃耀喜

403-973-9883

alex.wong@hupgingdo.com

#### 舞獅班

免費教授

詳情請電：

Eric Hong 洪繼文

587-479-9593

eric.hong@hupgingdo.com

任何查詢：Brian Gee 朱振宇師傅  
403-671-2888 brian.gee@hupgingdo.com

為方便廣告客戶  
**現歡迎以  
信用咭付款**







# CASINO

## 403-514-0900

421 -12th Ave S.E. Calgary  
www.cowboyscasino.ca

營業時間：每日9:30am ~ 3:00am

24小時撲克耍樂

# ELITE 55 CLUB

## DAYTIME LOYALTY PROGRAM


for Seniors over the age of 55

請即光臨加入  
ELITE 55日間優惠卡會員  
會員可享有

Zen 8 Grill 八五折優惠 Centre Bar 九折優惠

每月不同會員慶典或有關比賽

六次到訪後可獲特別禮物

   @cowboyscasino

# COWBOYSCASINO.CA

## ZEN 8 GRILL



## melrose®

GOOD EATS + COLD DRINKS + BEER ON TAP



# 牌九、百家樂 撲克耍樂 應有盡有

免佣百家樂並提供甩牌耍樂

350多部角子機、32張賭檯

多個食肆及酒吧大量地下暖氣停車位

尊貴高投注額貴賓廳提供最稱心服務

詳情及查詢請與華語服務專員 Sandy 聯絡

# 找到您在加拿大生活所需的資訊和服務

Newcomer



Newcomer English or French classes

Newcomer employment support

Newcomer services near me

我們可以給您幫助

請訪問：

[canada.ca/newcomerservices](http://canada.ca/newcomerservices)



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

Canada

# 東方

周報

[www.orientalweekly.net](http://www.orientalweekly.net)

未能如願取到《東方報》？  
你可瀏覽我們的網頁

<http://orientalweekly.net>

每逢周四就會出現在你眼前  
風暴無間 豪雨無阻 無需四處問人或尋找



# GREY EAGLE RESORT & CASINO

3777 Grey Eagle Drive (corner of 37 St. SW and Glenmore Trail) Calgary, Alberta, Canada T3E 3X8  
Phone: 403-385-3777 www.greyeagleresortandcasino.ca

PAQUETTE PRODUCTIONS PRESENTS

## MOTOWN SOUL



FEATURING  
**THE TONETTES & GRADY HARRELL**  
direct from Las Vegas

CLASSIC SONGS BY  
THE SUPREMES THE MARVELETTES JACKSON 5 ARETHA FRANKLIN  
THE TEMPTATIONS JACKIE WILSON MARVIN GAYE AND MANY MORE!

GREY EAGLE RESORT & CASINO  
FRIDAY APRIL 5, 2019 7 P.M.

TICKETS FROM: \$ 39.00 PLUS APPLICABLE TAXES AND FEES.

TICKETS AVAILABLE AT:  
WWW.GREYEAGLERESORTANDCASINO.CA THE EVENT CENTRE BOX OFFICE,  
OR BY PHONE: 1.855.985.5000

GREY EAGLE RESORT & CASINO

EVERY  
MONDAY

PROGRESSIVE  
MONDAY  
FUN-DAY!

SWIPE TUESDAY - SUNDAY  
FROM 12 P.M. - 4 P.M.

JOIN US EVERY MONDAY FOR OUR PROGRESSIVE CASH DRAWS  
11 A.M. - \$500+ | 2 P.M. - \$500+ | 5 P.M. - \$500+

CHECK OUT OUR PROGRESSIVE MONEY BOARD FOR THE NEXT DRAW TIME AND AMOUNT.  
\* WILL INCLUDE ANY PROGRESSIVE CASH FROM PREVIOUS DRAW

Grey Eagle Resort & Casino is not responsible for confirming or completing a promotion. Promotions are subject to change without notice and subject to AGIC regulations. No purchase necessary. Prizes are awarded as is, no prize substitutions. Winners must be 19+.

GREY EAGLE  
RESORT & CASINO

購票： • 本賭場內禮品店 • 致電 1-866-943-8849 • 瀏覽 [www.greyeagleresortandcasino.ca](http://www.greyeagleresortandcasino.ca)

GREY EAGLE  
RESORT & CASINO  
BUFFET  
DAILY FEATURES

MARGARITAVILLE  
MONDAY'S &  
TROPICAL TUESDAY'S  
Featuring Food and Beverages from the Tropics!

\$19.99  
MONDAY &  
TUESDAY  
5:00 P.M. to  
10:00 P.M.

3月26日晚上10時舉行大抽獎

超值早餐 星期一至六 9:30AM - 11:00AM \$6<sup>99</sup>/位

午市自助餐  
星期一至六 11:00AM - 2:30PM \$16<sup>99</sup>/位  
星期日早/午餐 10:00AM - 2:30PM \$24<sup>99</sup>/位

晚市自助餐  
星期一至二 **全新推出** 熱帶風情之夜 \$19<sup>99</sup>/位  
星期三 泛亞美食 \$26<sup>99</sup>/位  
星期四 海鮮美食 \$38<sup>99</sup>/位  
星期五/六/日 燒焗牛排 \$27<sup>99</sup>/位

每晚  
5:00PM  
至  
10:00PM

(以上價格未包括GST及小費)



# NEWHORIZONMALL

全加拿大最多商戶多元文化商場

超過500間商舖為各商戶創造國際化無限商機



場內特備30'x30'表演舞臺及50'電視屏幕不斷提供精彩娛樂節目

**現正出租：月租 \$1,000起 已有70多間商舖啟業**

請盡速與我們聯絡 1-855-851-2888 NEWHORIZONMALL.COM

NEWHORIZONMALL

**SAT MARCH 16TH**

**STARTS @ 2PM**

**Live Music**

COME AND ENJOY A UNIQUE AND UPLIFTING AFTERNOON FEATURING COOL CHOIR

FREE OF CHARGE

Cool Choir

PosterMyWall.com

Dream Design & Decor

Come and join us for an

Easter wreath workshop!

Saturday March 23rd 1-3 pm  
in the atrium at New Horizon Mall

**REGISTRATION REQUIRED**

email: anywreath@gmail.com  
or call: 403-397-3781

\$55 all supplies included

Unit C10A

# COUNTRY HILLS TOYOTA

IT'S TIME TO TOYOTA

IT'S TIME TO TOYOTA

**NEW 2019 TOYOTA COROLLA LE CVT** #BURLEC-A



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$57** /WEEK / 48/MTH LEASE / .99%

**Shop Where I Shop!**



**Derek Ryan #10**

**NEW 2019 TOYOTA RAV4 LE AWD** #B1RFVT-A



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$88** /WEEK / 60/MTH LEASE / 5.99%

**2018 CAMRY LE** #B11HLT-A



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$79** /WEEK / 36/MTH LEASE / .99%

**NEW 2019 SIENNA LE 8 PASSENGER** #KZ3DCT-A



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$120** /WEEK / 60/MTH LEASE / 5.99%

閣下可選擇以下優惠

- ✓ 遙控撻車\*
- ✓ Cross Iron Mills 購物禮券\$1000\*
- ✓ 三年免費保養服務\*
- ✓ 現金回贈高達\$10,000\*
- ✓ 0% 租賃或借貸 利率優惠 OAC\*

**NEW 2019 TOYOTA 4RUNNER SR5 V6** #BUSJRA-B



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$129** /WEEK / 60/MTH LEASE / 5.29%

**NEW 2019 TOYOTA SR5+ 4X4 CREWMAX SR5** #DY5F1T-C



**SPIN TO WIN** with purchase\*

LEASE FOR ONLY **\$129** /WEEK / 48/MTH LEASE / 2.99%

 Frankie Leung SALES MANAGER 403-290-1111	 Jeff Dwyer SALES MANAGER 403-290-1111	 Eric Ng SALES MANAGER 403-290-1111	 Eric Ng SALES MANAGER 403-290-1111	 Michelle Phan SALES MANAGER 403-290-1111	 Verna Chan SALES MANAGER 403-290-1111	 Kevin Zhang SALES MANAGER 403-290-1111
--	--	---	---	---	--	---

**www.chttoyota.com** **403-290-1111**

Country Hills TOYOTA

Corner of Deerfoot Trail & Country Hills Blvd. North



ALL OFFERS HAVE CONDITIONS AND CANNOT BE COMBINED WITH THE VEHICLE FEATURE OFFERS AND ONLY ONE OFFER PER CUSTOMER. THE \$0 DOWN AND NO PAYMENT OFFER IS A PAYMENT DEFERRAL PROGRAM ON A BANK FINANCE CONTRACT FOR 6 MONTHS BUT INTEREST ACCUMULATES FROM DAY ONE AND IS OAC. ALL PRICES HAVE ALL AND ANY FACTORY REBATES ALREADY DEDUCTED IN THE SALE PRICE AND LOW RATE FINANCING CANNOT BE COMBINED WITH THESE PRICES. ALL LEASE OFFERS ARE BASED ON TERM SHOWN WITH 20,000KM/YEAR ALLOWANCE AND TAXES AND OPTIONS EXTRA. 2019 COROLLA \$1,699 DOWN, 48 MTH LEASE @.99%, LEASE END VALUE IS \$10,072.09. 2019 RAV4 AWD \$1,799 DOWN, 60 MTH LEASE @5.99%, LEASE END VALUE IS \$14,731.20. 2018 CAMRY LE \$2,699 DOWN, 36 MTH LEASE @0.99%, LEASE END VALUE IS \$14,121.90. 2019 SIENNA LE AWD \$2,799 DOWN, 60 MTH LEASE @5.99%, LEASE END VALUE IS \$14,429.98. 2019 TUNDRA \$3,699 DOWN, 48 MTH LEASE @2.99%, LEASE END VALUE IS \$21,844.16. \$2000 CASH BACK WITH PURCHASE, OAC. 2019 4RUNNER SR5 \$2,899 DOWN, 60 MTH LEASE @5.29%, LEASE END VALUE \$20,993.36. PHOTOS FOR ILLUSTRATION PURPOSES ONLY.

Trend Weekly March 07, 2019

# 526

## 輕鬆法則

### 避免輔食添加進入誤區



●藍色樂園

好多寶媽會在寶寶快到6個月時就開始認真研究他們的輔食，但市面各種書籍的介紹繁多，令人眼花繚亂。現在小編就教大家一個簡單的方法來做寶寶的食物。只要記住這個簡單的“526”法則，寶寶食物弄起來就方便很多啦。這個法則就是：添加輔食必備的五類食物、不適合過早添加的兩類食物、以及好輔食的六大特征，下面我們一個個說。

#### 首先說說添加輔食必備的五類食物：

**01 谷物：**是碳水化合物的主要來源，可為寶寶提供能量。刚开始添加輔食時，以富含鐵的谷物類食物為主，包括含鐵米粉、嬰兒麥片或家庭自制的米糊等，等寶寶適應後再增加食物的種類。

**02 肉類：**富含優質蛋白質、鐵、維生素A等營養素，是寶寶不可或缺的營養來源。包括紅肉和白肉，紅肉以瘦豬肉、牛肉、肝臟為主，其中的血紅素鐵易於寶寶吸收利用；白肉以雞肉、魚肉為主。給寶寶添加時，可做成肉泥單獨給寶寶吃，也可加到米粉或面條中混合著吃，但要注意觀察寶寶是否會出現過敏等情況。

**03 蔬果類：**是維生素、纖維素和礦物質的重要來源之一，而且口味和質地多樣，有助於寶寶適應多重口味、鍛煉咀嚼和吞嚥能力。添加的方法跟肉類一樣，可做成蔬菜泥、水果泥直接給寶寶吃，也可以加入適量植物油和肉泥、米粉等混在一起給寶寶吃。

**04 奶和奶制品：**是優質蛋白質的主要來源。寶寶從添加輔

食開始到1歲，需每天保證不少於600ML的母乳或配方奶，月齡越小，奶量需要更多，在保證奶量的基礎上，按需求添加其他類別的食物；1-2歲期間，每天喝500ML的奶，可引入少量鮮牛奶、酸奶、或奶酪作為輔食的一部分，其他食物按寶寶需求而定。

**05 豆類及豆制品：**包括煮熟的豆漿和豆腐，都是優質蛋白質的補充來源。有的媽媽可能擔心豆制品有激素之類，不適合給寶寶吃。其實豆制品中的類激素不會影響到人的身體健康，只要寶寶對豆制品不過敏，是可以吃的，但量不要太多，每次控制在30g以內。

以上五類食物能為寶寶提供較為全面而均衡的營養，但寶寶輔食除了營養外，還強調適合。適合就好比排在前面的1，營養則是後面的0，沒有了1，0也就沒有了意義。所以，為了避免出錯，媽媽應該要知道哪些食物適合給寶寶吃，哪些不適合過早吃。前面提到的五類食物都是適合給寶寶吃的，而下面這兩類則不適合過早給寶寶吃，特別是1歲以下的寶寶。

**01 飲品類：**包括果汁、菜水、米湯、蜂蜜水等。果汁香甜可口，喝慣了果汁的寶寶，發生肥胖和齲齒的風險更高一些，還可能導致寶寶拒絕喝白開水。如果想給寶寶吃水果，做成水果泥、水果條給寶寶吃更好。

純牛奶中含有高濃度的蛋白質和礦物質，會給寶寶還沒成熟的腎臟帶來負擔，而且純牛奶中含鐵比較少，寶寶喝太多可能有缺鐵性貧血的風險。菜水和米湯中的營養很有限，且容易讓寶寶養成不喝白水的習慣，因此不適合給寶寶喝。蜂蜜可能含有肉毒桿菌毒素，為了安全起見，不建議給寶寶喝蜂蜜水。





**02 調味品：**鹽、糖、醬油等。

寶寶從平時的飲食中可以獲得足夠的鈉，不需要額外加鹽、醬油等調味品，以免養成重口味，同時也給腎臟造成負擔。另外，大部分寶寶都喜歡吃甜的東西，媽媽可以利用天然的蔬菜、水果中的甜味，讓寶寶愛上輔食。但加糖就沒必要了，以免增加寶寶齲齒和超重肥胖的風險。另外，花生醬也切勿過早給寶寶吃。最好是1歲以後才讓寶寶試。如果把不適合過早給寶寶吃的食物，統稱為不好的輔食。那麼好的輔食應該是怎樣的呢？好輔食必然少不了六大特征：

**01 安全：**這是飲食的最高標準，輔食也不例外。在準備輔食過程中要保持衛生，以免導致寶寶拉肚子。

**02 營養密度高：**寶寶胃容量有限，吃不了太多東西，這就要求輔食能提供豐富而全面的營養，尤其是能量和蛋白質、鐵等營養素。

**03 易消化：**寶寶的咀嚼能力和消化吸收能力還不完善，容易消化的輔食可以減輕寶寶腸胃負擔，從而更好地吸收和利用營養。

**04 不含骨頭等堅硬的碎塊：**寶寶還小，吃有骨頭和魚刺的輔食容易噎到或扎到。

**05 清淡不油膩：**口感天然，原汁原味的輔食，有利於提高寶寶對不同天然食物口味的接受度，減少偏食挑食的風險，對預防肥胖也有幫助。

**06 易處理：**好的輔食除了本身具備各種優點外，還應容易處理，包括易清洗、易切割、易蒸煮、不粘鍋等等，這可以大大節省加工的時間和精力，增加媽媽做輔食的幸福感。當然，如果媽媽把做輔食當成一種閒暇的樂趣，幸福感也會有所上升。



# 老佛爺的傳奇.卡圖

出生於德國的Karl Lagerfeld，又被稱為老佛爺，於2月19日去世，享年85歲。他一生創造了無數傳奇，26歲時成為Chloé的設計師，27歲時成為FENDI設計師，令該品牌一躍成為高級時裝一綫的地位。50歲時成為Chanel設計師，並將品牌起死回生，成為全球最賺錢的高端品牌之一。除了擅長服裝設計之外，他更親自操刀幾個大品牌的廣告拍攝，也舉辦過自己的攝影展。為了更好的展現Dior Homme的服裝，他強迫自己減肥40公斤。並一生對自己身材嚴格控制，從此體重沒有反彈。但由於過於執著瘦身，也曾經在公開場合抨擊肥胖人士而備受爭議。現在一起從他的圖片中回顧其傳奇人生吧。



01



03



07



04



05



06



08



09



02

- 01. 2012年舉行個人攝影展。
- 02. 當年只有21歲的老佛爺贏得了人生首個設計大獎。
- 03. 1958年成為Jean Patou品牌設計師，4年之後成為自由身設計師。
- 04. 1983年成為Chanel的品牌設計師。
- 05. 1983年，在幫模特試裝。
- 06. 在Chanel秋冬發佈會上。
- 07. 1996年和David Bowie的模特兒妻子Iman，以及模特兒Stella在一起。
- 08. 2004年在日本站臺。
- 09. 去年12月的最後一次露面。



# ANA Tire & Service

#8, 415 - 38 Avenue N.E. Calgary, AB, T2E 6R9  
Tel : 403.667.6111 E-mail : anatireservice@gmail.com



由資深汽車維修技師

**JOHN CHOW**

**獨資經營**

提供全面汽車保養及維修服務

**入冬前大優惠**

**冬季換呔特價**

包四條冬季雪呔  
裝拆及平衡 (18吋呔以下)

**\$70<sup>00</sup>**



入冬前  
24點安全檢查

**\$80<sup>00</sup>**

**備有全新最先進儀器 提供免費諮詢及初步檢查**

流行劇集  
影視look 1 look  
·大嘴



## 虎頭蛇尾的《紙牌屋》

由Kevin Spacey主演的NETFLIX首部美劇，開播時反響非常不錯，劇中多個情節被譽為真實反映了當時美國白宮的政治鬥爭，甚至影射了時任總統奧巴馬執政時的政策。第一季的前兩集更請來了鬼才導演David Fincher來拍攝，畫面很有電影的節奏感和質感。這部劇其實是根據1990年的同名英劇改編，故事大綱也是大致相同，只是背景放在了現時的美國白宮。影帝Kevin Spacey的演技毋庸置疑，但因為他的個人原因，也直接導致了該劇後來的草草收場。該劇目前在爛番茄上的綜合評分僅得78分。

該劇前兩季度都很有看點，敘事格局嚴謹，拍攝角度獨特。錯綜複雜的人物關係，爾虞我詐的政治鬥爭，每個人都是表裏不一。尤其Kevin Spacey飾演的Francis Underwood，這個野心勃勃的黨鞭，看似完全無機會上位做總統，卻動用了他身邊多個資源，以出賣最好的朋友，殺死自己的記者情人為手段，將對手逐個擊破，最後在前總統都毫不知情下，利用他軟弱的性格，設局將他拉落台，最終榮登總統寶座。但

由於男主角Kevin Spacey在第五季時被爆出性醜聞，影響最大的自然是《紙牌屋》。編劇也很無奈，於是安排了一個曾經心有城府，洞悉力過人的Francis Underwood變成一個像特朗普一樣的瘋子，瞪眼，亂發脾氣，最終也走向了自已的結局。而到了第六季，編劇也只能安排其妻子出任代理總統，然後將之前所有知道她內幕的綫人一一處理掉。如此倉促的結局真的很少見，劇情更是各種不合理。但一部NETFLIX曾經的黃牌劇集也只能這樣匆匆結尾了。



# 閒情

商業分類

廣告熱線  
403-262-0066  
info@trendweekly.com

歡迎以信用卡付款



3個月(13期) \$180+GST/每格  
6個月(26期) \$330+GST/每格  
1年(52期) \$600+GST/每格

## 教授鋼琴 Harmony Music School

鋼琴 小提琴 聲樂 結他 長笛 樂理

在各級皇家音樂課程及音樂節比賽 我們的學術性學生都取得優異成績  
宗旨：提供良好音樂訓練給學生，讓他們一生受用，樂趣無窮(Since 1997)

中區校址 2614-4th St NW 南區校址 #201,11420-27th St SE  
北區校址 #12, 16-MacEwan Dr NW

403.619.8115 www.harmonymusicschool.ca

各級音樂課程 (初級至大學)  
標準進度  
密集學術性課程  
小童歌唱班 (6-12歲)  
啓蒙音樂課程

- 嬰幼兒音樂班 (0-3歲)
- 小童音樂班 (3-6歲)

## 真金白銀 珠寶公司

Silver Treasures Jewellery  
150, 328 Centre St. SE Calgary T2G 4X6

專業修理  
● 精改首飾  
● 時尚足金首飾  
● 手錶換電池\$5起

鐘錶修理  
● 修理部 歡迎來款定做  
● 焊眼鏡  
★ 現場即時修理，省時  
★ 50多年經驗師傅長駐店內

營業時間 周二至周五 11am-6pm  
周六、日、假期 12pm-6pm  
Tel: (403)269-3069  
Fax: (403)508-5089

高價收金

## 冷暖氣工程

587-888-1528  
Raymond 周炳煜  
價錢最超值

Fully Licenced Insured & Bonded  
多年經驗 專業可靠 專業牌照 客戶至上，以誠為本  
安裝及維修暖爐 安裝冷氣 熱水爐 維修/更換放濕器 車房暖氣

Whatever it takes. bryant Heating & Cooling Systems

## 黃日星 老師

加拿大亞省藝術家會員  
個別教授國畫、書法  
素描、水彩、裱畫等

請看網頁：www.simonysart.ca  
www.facebook.com/simonysart  
電話：403-239-4196

## JC MUSIC

Piano and theory!  
ALL AGES!  
All levels from beginners to advanced

\* RCM Registered Teachers with ARCT in piano performance!  
\* 加拿大皇家音樂學院 ARCT 演奏級文憑，註冊鋼琴教師 \*

INTRO MUSIC GROUP CLASS:  
音樂自發班  
45 min: \$20 per lesson

PRIVATE LESSONS:  
個別授課  
30 min: \$25 per lesson

Phone/text: 587-917-8283  
Email: celinaaluj@gmail.com  
jessicawenlui@gmail.com

地址: amyli2397  
\* 授課地點: 西北區, Evanston

## 鋼琴 · 樂理

403-389-3179  
Ms. Le Quelong (英語/越南語)  
專業教琴  
二十多年經驗  
精通中國、越南  
及拉丁音樂

## 珠心算學習中心

Smart Brain Abacus Math Centre  
新學年 Sept 2017-June 2018  
上課時間：逢星期五下午四時或五時

地點：Foothill Alliance Church 月費：\$65  
333 Edgepark Blvd NW Calgary, AB  
電郵：abacus486@gmail.com  
電話：403-618-3958

## 鋼琴 · 樂理

加拿大皇家音樂學院  
RCM註冊教師  
二十餘年的專業鋼琴教學經驗  
中英文授課，教授各個級別的鋼琴及樂理  
RCM考級100%通過率  
授課地點：西南區 / 西北區  
587-700-0193 Tina

## 鋼琴 · 樂理

專業教琴，經驗二十多年  
加拿大皇家音樂學院所有級別，RCM註冊教師  
因材施教，正在招生，兒童至成人及長者  
西北 / 東北區 (可上門)，中/英語  
403-399-3384 Jade Lee

## 家寶家庭廚房用品專門店

AMAZING HOUSEWARE  
Pacific Super Kitchen Range Hood Fan  
太平洋抽油煙機卡威總代理

卡加利太古廣場內 (大鏡華超市對面)  
Pacific Place Mall 921  
299-301 St. N.E. Calgary  
電話: (403)236-3915  
七天營業

Auto Clean AC3200  
CSA Approved

- 吸力強勁
- 自動清洗
- 寧靜舒適
- 健康衛生

太平洋 Pacific 抽油煙機 係您最佳選擇

## 上門換油修車

服務範圍：換油、剎車、冷氣

亞省持牌技師  
李師傅  
403-561-4234

## 鄰舍稅務

Neighborhood Tax Inc.  
#127, 1518 Centre St., NE, Calgary, AB T2E 2R9

廿年會計、稅務及工管經驗

- 公司，自願，個人，回流，收租，非居民報稅
- 簿記，出糧，GST，WCB 等服務 (每月/每季/每年)
- 成立新公司及財務報告，顧問，申訴節稅及稅務

電話：(403)230-3329 忻先生  
手提：(403)703-0476  
傳真：(403)984-3301  
PIERRE YAN  
Email: pierreyan@yahoo.com \* 七天服務，請電話預約 \*



# JM 毅和裝修公司

## Design & Renovations

Established in HK Since 1958 / in Calgary Since 1995

手提：403-606-9338  
郵箱：jmdesigncalgary@gmail.com

政府註冊 ◆ 專業水平 ◆ 商業住宅 ◆ 設計裝修 ◆ 手工精細 ◆ 質量保證



商業住宅樓房翻新一條龍服務：

- 內外翻新裝修
- 專業室內設計服務
- 安排樓房經紀出售
- 專業土庫裝修：
- 連圖則 (Floor plan) 及申請政府准許証 (Permit)

## 加華廚櫃公司

自設廠房  
工精價廉  
各款櫥櫃

廠址：Bay 1 4203 - 12 St. NE Calgary. AB  
Tel: 403.968.8618

## A-Plus Renovations 裝修工程

- ◆ 廚房浴室
- ◆ 陽臺圍欄
- ◆ 內外油漆
- ◆ 土庫裝修
- ◆ 舊屋翻新
- ◆ 瓷磚地板
- ◆ 租屋裝修
- ◆ 大小工程

吳先生 KEN: 403-681-8825 (英、粵、台山)  
403-560-8198

## K MOVING

商業及住宅搬運



卡城市內或長途 **價錢公道**

- 代客清理雜物垃圾
- 各類大小貨車齊備

403-389-3332 (中/英語) 403-608-0763 (Ray英語)

## 家城裝修公司

L & W Renovation

黃生：403-671 6698

專業有牌

瓷磚·油漆·地板·檯面·廚櫃  
包做水電、土庫設計、裝修翻新、  
代客更換熱水爐，服務完善。

## 專業建新車房

專業建造車房  
十多年工作經驗  
材料全套  
廠家直銷  
價格優惠



403-400-6655

## 天通電力 SUPER ELECTRIC SERVICE

電話：403-830-9346(c)/403-264-5922(o)

Jack 羅先生 (Master Electrician)

新舊房屋電力改造及維修，電力升級  
地下室裝修，商業電力所有工程  
十多年加國專業電工經驗

技術精湛、最高標準、竭誠服務、公平收費、政府牌照

郵箱：superservice288@gmail.com

## 偉力裝修公司

Waynes Renovation

大小工程  
免費估價

- 門窗更換
- 屋頂維修
- 廚房廁所
- 圍牆陽臺
- 內外油漆
- 地板瓷磚
- 水電木工
- 土庫間隔
- 翻新舊屋

電話：403.305.1149 易(偉)生

## 迅達冷暖工程



- 幫助申請政府補貼
- 幫助申請長者補貼
- 專業持牌技師服務
- 反應迅捷
- 價錢公道

暖熱冷加靜水商商  
氣水氣濕電管業業  
爐爐機器除煤冷屋  
除塵器器管庫頂  
BBB  
ACCREDITED BUSINESS

電：403-921-4186 杜生 (粵/國/英語) www.pnbasterheating.com

# 閒情

商業分類

廣告熱線  
403-262-0066  
info@trendweekly.com

歡迎以信用卡付款



3個月(13期) \$180+GST/每格  
6個月(26期) \$330+GST/每格  
1年(52期) \$600+GST/每格



**DOWNTOWN OFFICE**  
P. 403.262.9111  
#608-608-9TH ST. SW  
CALGARY, AB. T2P 2B3  
WWW.INFINITIPRINTING.CA

**NORTHEAST**  
T. 403.273.8823  
228 - 40TH AVE. NE  
CALGARY, AB T2E 2M7  
E. INFO@INFINITIPRINTING.CA



印刷搵永恆, 唔駛四圍騰  
INFINITI PRINTING & COPYING

## 永恆印刷 與時並進

擴充廠房  
全新裝修陳列室

## 全新設備

多功能大形平板UV環保打印機:  
可打印多種特殊材料:  
玻璃, 鋁板, 木板, 等等.  
雕刻機

## 服務多元化

全線設計和印刷服務  
室內外廣告, 招牌燈箱  
展覽用易拉架, 宣傳橫額,  
海報, 促銷贈品  
可定做禮品盒和食品包裝盒

歡迎親臨東北陳列室或致電查詢  
403-250-9283

## 家潔暖氣管道清潔

H & J Home service L.T.D

- \* 全新設備
- \* 超強吸力
- \* 質量保證
- \* 技術一流
- \* 價格合理



陳生: 403-667-7166 或 403-926-7966

## 李氏暖氣管道清潔

KLEENAIR FURNACE & DUCT CLEANING Ltd

### 高效率吸塵

- ✓ 質優保證
- ✓ 技術超群
- ✓ 價錢公道

李先生  
403-614-2828



## 順興園藝剪草公司

專業承接:

- 專業剪草、耙草施肥、草地打孔、
- 修樹鋸樹、修剪圍樹、乾草清理、
- 花床鬆泥、定期剪草、假期剪草。



免費估價 · 保證滿意

聯絡: Tony 蕭 手提: (403)560-9136

## 墓碑 灰龕

最優質的石碑  
最齊全的款式  
最相宜的價錢

舊碑加字 翻新修理 價錢特別優惠  
中文服務 中文排字 特別妥當

(先人墓碑, 無需與殯儀館同時購買, 自行選擇, 可節省大量經紀佣金)  
服務全亞省: 愛民頓、卡加利、紅鹿市、列治文...



百福石業有限公司  
4119-17 St. SE Calgary AB

請致電: 何先生 403-619-1033 / Mike Nghi 403-370-1316 (粵語、國語)

## TASTE of ASIA 亞洲飲食集團

旗下各店訂座電話一覽

新釗記	403-230-8890
桃園	403-264-7890
大戶人家	403-532-3982
味菜坊	403-250-1688



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

為方便廣告客戶  
現歡迎以  
信用咭付款



# 閒情

商業分類

廣告熱線  
403-262-0066  
info@trendweekly.com

歡迎以信用卡付款  
VISA MasterCard

3個月(13期) \$180+GST/每格  
6個月(26期) \$330+GST/每格  
1年(52期) \$600+GST/每格

# Star CGA

## Starr Wang 王天罡

您所信賴的註冊會計師

新址：1715 Centre St NW (Safeway對面)  
店後大量車位



工作時間：9:00am - 5:30pm or make an appointment

電話：粵語：403-269-7028 國語：403-215-2535 英語：403-215-2536 手機：403-397-1608

免費熱線：1-866-901-2287 (ACTP) 免費傳真：1-866-903-2287 (ACTP) 傳真：403-269-7123 電郵：starr-CGA@accountant.com, starrcga@gmail.com



### 白眉合勁道武術醒獅會

White Brow Hap Ging Do Martial Arts & Lion Association

#### 白眉合勁道武術醒獅會招生

報名時間：逢星期一、三、六(下午七時半至九時半)  
招收地址：伍家大廈地下

武術總教練劉泉師傅、楊仔、Linda、義理財等教練。傳授少林功夫及白眉拳法等...各類長短兵器、軟硬氣功、自由搏擊。承接喜慶、開張醒獅賀慶。現正招收少童班(八歲以上)、青年班、成人班及老人班,男女學員。另個人特別傳授課程,白眉合勁道學員的子女特價優惠。

白眉功夫是虎形拳,虎之猛氣勢逼人,從外表來看出手短,但其形短實長,有力使力,無力借力,在發功上可見其功,更可鍛練身手靈活敏捷,強身健體,是一門好的功夫,更能磨練個人性格,培養堅忍意志,促進心智成長,從而增強免疫抵抗能力。



### 廣東省中醫學院證書

## 中醫師劉泉

Liu Shao Quan Bonesetter



診症時間：上午九時至下午九時  
地址：201, 116-3rd Ave. SE Calgary  
(華埠東昇大廈201室)

預約電話：403-263-3253

### 一專治跌打一

續筋駁骨、打傷、刀傷、撞傷  
扭傷、勞傷中氣、陳年舊患  
風濕神經痛、腰酸腿軟等

中國大力氣功武技團團長  
醫學院氣功研究會特定教練  
中醫學院武術顧問  
環球武術協會總顧問  
武術協會委員兼武術裁判  
白眉醒獅武術夜校校長  
加拿大白眉合勁道武術醒獅會會長

## 華安裝修公司

An An Contracting Company

緊急修理 內外油漆 陽台圍欄 屋頂換瓦 水喉維修 瓷磚浴室 廚房膠浴 抽水修理 安裝抽氣 水電裝修 房屋翻新 內外油漆 更換屋頂 露台圍欄 內外油漆 更換屋頂 土庫裝修 土庫鋸窗加大 土庫漏水補漏等

請電朱先生手提：403-818-8863

## 寶惠裝修工程公司

Le's Renovation & Maintenance

廿年經驗 內外油漆 水喉更換 水管維修 木地工程 實木地板 雲石窗台 門窗安裝 圍牆圍欄 土庫圍欄 霉菌清理 舊屋翻新

Licensed - Insured

Jason 黎 (403)703-8768

## 安逸電力工程公司

政府認可有牌電工師傅 多年經驗  
安裝新舊房屋、地下室及商業電路  
電力升級 住宅電表 故障維修  
精通(英、國、粵、台山話)  
歡迎大小工程

Gary (雷先生) Master Electrician  
電話 403-399-2445 免費估價  
承包大小住宅裝修工程

## 華潤裝修公司

Huarun Renovations LTD.

政府註冊 勞動保險 WCB-6370232

### 承接

房屋翻新、廚房浴室、地磚地板  
露台圍欄、內外油漆、更換屋頂  
土庫裝修、土庫鋸窗加大  
土庫漏水補漏等

忠誠服務

各項大小工程  
無任歡迎

保持為客戶一年觀察服務  
價錢公道、質量保證、免費估價

預約電話 403.993.8819  
587.897.1314

李先生(粵/國語服務)-聘請裝修工人

## Auto Glass Windshield Specialist

汽車玻璃維修公司

- ★ 更換擋風玻璃
- ★ 被石塊擊破玻璃修補
- ★ 代客申請保險
- ★ 免費接送汽車服務

地址：326 - 16 Ave. N.W. Calgary AB  
電話(403)520-2062 手機(403)512-8830

**榮基護理中心**  
Wing Kei Crescent Heights  
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

## 就業機會

Resident Coordinator (RN) 註冊護士  
Licensed Practical Nurse 註冊助理護士  
Health Care Aide 護理人員  
Food Services Aide 膳食部助理  
Housekeeping/Laundry Aide 庶務及洗衣房助理  
Administrative Positions 各部門行政職務

榮基的院舍自 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衛生服務鑑定委員會認證的典範評級(最高評級)。

為能夠提供護理服務給更多長者，榮基翠景長期護理已於 2018 年 11 月投入服務。為配合發展，我們的團隊現招聘以上職位為更多長者提供以院友為中心的優質服務。履歷可電郵至 [careers@wingkei.org](mailto:careers@wingkei.org)

詳情請瀏覽 [www.wingkei.org](http://www.wingkei.org)

**大統華 T&T**  
Supermarket

## 誠徵維修技工

### 工作職責：

本職位主要負責對分店執行各種機器設備的維修及保養

### 職位要求：

- 具有相關及有效之牌照優先考慮 (電工、冷凍設備、空調系統、天然氣等等)
- 具1-2年零售業相關設備維修保養經驗，尤以超級市場為佳
- 必需能提舉40磅重且能在不同的環境下執行勤務
- 良好的英語能力

薪酬面議，公司提供福利：包括季度及年終花紅、退休金計劃、省醫療計劃補助、團體醫藥保險、員工購物優惠等。

有意者請把個人簡歷或填妥的申請表透過以下方式傳送給人力資源部：

1. 經由大統華分店顧客服務臺：
  - #1000, 9650 Harvest Hills Blvd NE, Calgary AB or
  - #800-999 36th Street N.E. Calgary AB
2. Email 電郵: [tntrecruitment\\_ab3@hotmail.com](mailto:tntrecruitment_ab3@hotmail.com)

# 招聘 出租 買賣

## 亞省埠仔餐館

各區分店聘請  
• 壽司師傅  
• 炒鑊師傅  
• 油爐師傅  
• 傳菜、雜工  
• 流利英語企枱

有意者請致電  
**780-416-8308**  
**780-716-2916**  
**778-891-9222**

0328

## 南部埠仔誠聘

南部埠仔聘請經驗港式  
炒鑊、炸爐各一名  
包食宿，有意者請電

**403-708-6838**

0328

## 茶記香港茶餐廳

### 誠聘

傳菜、點心  
執碼、洗碗員工及企枱  
有意者請親臨面試

10400 Macleod Trail SE  
**403-630-3511**

0328

## 食品加工廠 誠聘

生產線員工多名  
有意者請致電

**587-894-3859**  
**403-460-9799**  
或親臨面洽

3153, 5 Ave. N.E.

0328

## 揚子江誠聘

Buffet Yangtze 自助餐館誠聘  
全職經驗炒鑊企枱及帶位  
有意者請親臨或電

**403-273-3337**

0328

## 有房出租

中央街25 Ave有房出租  
合單身或學生，煙免，\$400  
包水電氣，家具，洗/乾衣機

**403-251-1150**

**403-907-4251**

0328

## 有房出租

近舊大統華，交通方便  
包水電、煤及上網  
吸煙免問

**403-690-8562**

0328

## 金源菜館

急聘全/兼職晚間企枱  
需流利粵/英語  
有意請於下午2時後電

**403-680-0288**

0328

## 急聘商場職員

本商場現招下列員工  
全職或兼職均可

1. 日間及夜間管理員(工作由早上8am-24am晚上時間內(時薪\$15-18))
2. 需懂中英語，勤奮工作能操流利廣東話優先取錄

有興趣申請者請備履歷

email to [info.dragoncity@gmail.com](mailto:info.dragoncity@gmail.com)

李先生收

0328

## 同興樓誠聘

西北區近大學  
同興樓誠聘兼職  
洗碗及企枱各一名  
有意者請電

**403-286-0488**

或親臨面洽

4625 Varsity Dr N.W.

0404

## 創業或自雇良機

華埠龍成商場髮型及美容店  
美髮椅分租或全店分租  
有意者請電Julie洽

**403-266-8006**

0328

## 埠仔餐館

### 聘請廚房幫工

合單身人士或夫婦，有意者請電

**403-638-3321** (餐館)

**403-880-6026** (手提)

0328

## 電腦服務

### 免費

### 上門診斷

殺毒、維修、升級  
安裝、優價、快捷

**403-775-9877**

0328



Wire-free with  
**Invisalign®**  
at myORTHODONTIST

“隱適美”隱形矯正牙套採用最新科技無托槽、無鋼箍透明牙套。能輕鬆地矯正閣下子女的牙齒，同時讓他們在治療期間維持原有的生活方式，令他們重拾自信，展現真實自我的笑容。

光臨myORTHODONTIST，  
Dr. Dhol牙醫會為每位客人作出個人不同付款計劃，包括：

- \$0首期
- 富彈性供款計劃
- 可要求保險公司直接付費
- 可預約晚間或周末診治
- 無需轉介

**請來電預約作免費諮詢**

**“令卡城充滿真摯的笑容” 是我們的承諾**

myLIFE, mySMILE  
**myORTHODONTIST**

**Aspen Landing** 403.800.0758  
215 - 333 Aspen Landing SW, Calgary, AB

**McKenzie Towne** 587-600-1877  
450 - 11 McKenzie Towne Avenue SE., Calgary, AB

[www.myorthodontistcalgary.com](http://www.myorthodontistcalgary.com)

**東方**  
www.orientalweekly.net

周報

未能如願取到《東方報》？  
你可瀏覽我們的網頁

<http://orientalweekly.net>

每逢周四就會出現在你眼前  
風暴無間 豪雨無阻 無需四處問人或尋找



# 家裡養了這六種花

## 香氣撲鼻美不勝收



**梔子花：**碧綠色的外緣包裹著雪白的花蕾，猶如玉琢瓊雕，彌漫著沁入心脾的芳香，清麗可人。

**養護要點：**

- ①光照：梔子花喜歡陽光充足的環境，適當遮陰可以正常生長。
- ②土壤：土壤過於貧瘠以導致植株過早老化。
- ③澆水：梔子花喜歡濕潤潮濕的環境。4~9月生長期，保持盆土濕潤，澆水見干見濕。



**迷迭香：**是屬於香草的一種，有著好聞的花香，可以提神醒腦。

**養護要點：**

- ①土壤：對土壤要求不高，普通的園土即可。栽培之前土中加入少量的肥料。
- ②澆水：一般1周澆1次水，也要根據盆土情況澆水，土壤干的發白就需要澆水了。夏天，需澆水多一些，正午不要澆水，早晚各一次。



**薄荷：**是很常見的一種香料植物，可觀賞和食用，非常好養的一種植物。

**養護要點：**

- ①土壤：薄荷的栽培應選擇土質疏松，排水性好的肥沃砂質土壤。
- ②澆水：保持充足的水分，不要長時間不澆水，缺水的話，及時的澆水，它還是能恢復的。
- ③光照：薄荷喜光照，需保證光照充足。



**微型月季：**被稱為“鑽石月季”，植株矮小，適合盆栽。

**養護要點：**

- ①澆水：一般每日上午10點前澆1次，下午按盆土干濕狀況適量澆水。
- ②修剪：花後修剪留新枝2~3節。入冬修剪以整形為主，先剪去枯枝、病蟲枝、交叉的細弱枝。
- ③施肥：春秋兩季每隔10~15天施有機肥或複合肥1次。



**天竺葵：**環境適應性強，繁殖容易，很受人們歡迎。氣味甜而重，有點像玫瑰，又稍稍像薄荷。

**養護要點：**

- ①光照：天竺葵生長期需陽光充足，冬季放在向陽處。
- ②澆水：喜干燥環境，冬季不宜澆水過多，見干見濕即可。
- ③土壤：天竺葵要求土壤較為疏松透氣，每年秋季可進行翻盆，或者及時松土。



**茉莉花：**一年開三次花，非常美麗，幽香俊俏。

**養護要點：**

- ①土壤：需疏松肥沃，排水性良好的微酸性土壤。
- ②澆水：茉莉花喜濕潤的生長環境，怕積水，夏季需多澆水，忌盆土積水。
- ③施肥：茉莉花喜肥料，花期需肥量大，但不可過多，應掌握薄施勤肥的原則，每月施肥1次。



# 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



鄧立添律師 及 資深華語助理 Candi Lo

## 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

地址：Suite 100  
224 - 11 Ave SW  
Calgary Alberta  
T2R 0Z3  
Tel: 403.265.5299  
Fax: 403.265.5298  
Website: [www.timothyjdunlap.com](http://www.timothyjdunlap.com)  
Email: [dunlaplaw@telus.net](mailto:dunlaplaw@telus.net)

## 現增設租機服務 無須合約 無額外收費

免費安裝 · 免費培訓

緊急支援服務 · 兩小時到達  
機件終身保用

Process Visa, Mastercard, ATM, American Express and Debit  
Savings **GUARANTEE!**

VISA ~~1.59%~~ → **1.49%**

MasterCard ~~1.62%~~ → **1.55%**

Interac **6¢** per transaction

Thermal Paper 2 1/4" \$27<sup>99</sup>/箱  
(For Debit Machine)

3 1/8" \$57<sup>99</sup>/箱  
(For POS Terminal)

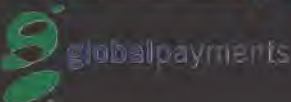
卡城市內免費送貨

### 各商戶請注意

本公司保證給予較目前使用中付費用更低廉價格  
如未能達至保證願付\$500現金作抵償

\*NO HIDDEN FEES  
\*NO HAULAGE FEES

終止服務 無須額外收費



e Payment Inc.

保證為你節省費用 歡迎來電預約比較

卡城查詢電話 403-889-2222 其他城市或省份 1-866-515-5995 (Louis Lee)

# Lone Star Mercedes-Benz

lonestarmercedesbenz.com



Mercedes-Benz  
The best or nothing.



smart



Mercedes-Benz  
Vans. Born to run.



歡迎來電預約試車

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

Tel: 403.253.1333

## 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  
Service Coordinator  
403-253-1333



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

**Allstate**  
保險

最適合您的屋保和車保  
來自值得信賴的保險經紀

**Cora Chan 陳思安**

Calgary South Agency  
5222 130 Ave. S. E., Unit 354  
手機: 403-800-7061  
cora.chan@allstate.ca

同時投保 + = **節省\***

Allstate 提供下列獨特的優點及保障：

- 理賠寬恕 (Claim Forgiveness) 您的保費不會因為一宗理賠申請而增加\*
- 多種幫助您省錢的折扣 - 多輛車輛折扣、房屋和汽車合保折扣。
- 我們信得信賴的顧問團隊為您提供的專業和個人服務。

\*Terms and Conditions apply and savings may vary by region. \*\*Rates will not be surcharged if insured submits no more than one claim every six years.  
\*\*\*Claim Forgiveness does not protect your Disappearing Deductible. Trademark owned by Allstate Insurance Company used under license by Allstate Insurance Company of Canada. ©Allstate Insurance Company of Canada

# SUNRIDGE NISSAN

SALES & LEASING CONSULTANT

## 營業代表

Sunridge Nissan is looking for an energetic, self-motivated individual who can work well as part of our vibrant sales team.

No prior auto sales experience is required as we will provide training on-site.

Must speak fluent English, Cantonese and Mandarin. We offer a competitive payment plan and benefits package.

Please email resume to Vince Huang [vhuang@sunridgenissan.com](mailto:vhuang@sunridgenissan.com) to apply.

**3131 32 Ave N.E., Calgary, AB, T1Y 6J1**  
**(403) 291-2626 • [www.sunridgenissan.com](http://www.sunridgenissan.com)**

**AMVIC LICENSED**



# IIHS行人偵測自動煞停系統測試 多輛日系型號汽車獲得最高評價

近年民眾對車輛安全越來越重視，這個觀念從保護車內乘客延伸至車外行人的安全。近日美國高速公路安全保險協會（IIHS）針對美國當地販售的11款SUV的AEB行人偵測系統進行測試，其中包括HONDA CR-V、SUBARU Forester、TOYOTA RAV4、VOLVO XC40都獲得最高評價。

IIHS針對這11款車型設定3種常見的行人碰撞事故場景，第一種是成人從右側在穿越馬路時車輛接近，第二種是我們在新聞中也常常看見的兒童無預警從停在路邊車輛的視線死角竄出，第三種是成人走在狹窄道路旁遭到車輛由後方衝撞的情況。第一、二種狀況測試速度為19 km/h和40 km/h，第三種狀況速度為40 km/h和59 km/h。

IIHS將測試結果分為Superior、Advanced、Basic和No Credit四種等級。其中獲得Superior最高評價的HONDA CR-V、SUBARU Forester、TOYOTA RAV4、VOLVO XC40四種車款當中，Forester和RAV4可以在前述所有情況當中完全煞停避免撞及行人。CR-V和XC40則是能夠在部分狀況下，能大幅降低車速減少對行人的傷害。

除了以上四款車獲得最高評價之外，Advanced等級有CHEVROLET Equinox、HYUNDAI Kona、KIA Sportage、MAZDA CX-5、NISSAN Rogue，Basic等級為MITSUBISHI Outlander，至於BMW X1在測試中大多數呈現並未減速或是減速幅度相當小的情況，導致測試假人遭受嚴重撞擊，相當令人意外地獲得No Credit等級。



<b>SUPERIOR</b>	2018-19 Honda CR-V
	2019 Subaru Forester
	2019 Toyota RAV4
	2019 Volvo XC40
<b>ADVANCED</b>	2019 Chevrolet Equinox
	2018-19 Hyundai Kona
	2019 Kia Sportage
	2018-19 Mazda CX-5
	2019 Nissan Rogue
<b>BASIC</b>	2019 Mitsubishi Outlander
<b>NO CREDIT</b>	2018-19 BMW X1





## 信誠留學 移民投資顧問



### 總顧問簡介：

**Melanie Wen**，溫曼琴女士是加拿大持牌移民顧問，有多年移民留學顧問經驗。

溫女士目前是移民顧問監管委員會ICRC理事。

擁有亞省公證人資格。

- ◆ 各省投資移民  
(最低投資額十萬加元)
- ◆ 留學生移民、亞省省提名
- ◆ 快速通道移民EE
- ◆ 免費辦理加拿大中小學及College錄取
- ◆ 處理各類簽證疑難雜症

電話：403-889-5575

電郵：myvisavisa@gmail.com

地址：Suite 700, 1816 Crowchild

Tr. NW Calgary (Banff Trail C-Train站)

來訪請預約



卡城華人童軍第288旅舉辦

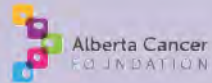
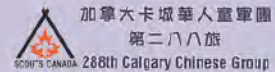
## 回收舊衣物公益 大行動

所有收集得益捐贈

"亞省腦性麻痺協會" 和 "亞省癌病基金"

請於3月15日至22日期間，將衣物送到卡城華人文化中心  
(197 1st Street SW, Calgary, AB T2P 4M4)

如有任何查詢請電郵 [megan.wong288@gmail.com](mailto:megan.wong288@gmail.com)



## 加國 家園情

留學移民諮詢專線  
[myvisavisa@gmail.com](mailto:myvisavisa@gmail.com)

## 一年全職保姆或護工經驗可移民 只開放三個月

作者介紹：**Melanie Wen**，溫曼琴女士是加拿大移民顧問監管委員會ICRC理事。

持有暨南大學計算機工程學士學位以及卡加利大學商學學士學位。

溫女士有多年留學移民諮詢經驗。專注於加拿大留學申請、留學生移民申請及企業家移民。



2019年2月23日加拿大移民局宣佈保姆移民新政實行政策和一個過渡政策。

溫女士認為該宣佈最有價值的地方是三個月過渡政策。因為過渡政策從工作經驗要求和學歷要求都比目前的政策要求低。就是等於移民局給住家保姆和住家護工3個月的時間來遞交移民申請。過渡政策僅適用於2019年3月4日到6月4日提交移民申請的申請人。

過渡政策保姆移民要符合的條件如下：

1. 在申請移民的時候持有有效的工簽（住家保姆工簽除外）；或最近持有的工簽是非住家保姆工簽並符合restoration的條件；或移民法第186條(u)規定下可以不需要工簽工作的人士；
2. 想要居住在魁北克省以外的省份；
3. 學歷要求：加拿大高中畢業或等同於加拿大高中畢業水平；
4. 語言要求：CLB5以上，等於雅思G類：L5,R4,W5,S5；
5. 工作經驗要求：2014年9月起有1年以上全職的住家保姆(NOC4441)或住家護工(NOC4442)。工作經驗可合併兩種工種的時間，間斷的工作經驗可疊加。

也就是說有一年以上住家保姆或住家護工經驗的客人只要你符合以上條件就可以申請。這項政策對讀幼教持畢業工簽但未滿足其他移民項目的客人尤其好。

2014年聯邦保守黨對當時的住家保姆政策作了一些調整。取消必須住家的要求而且將全職工作從原來的3年減至2年。這個試點政策將於2019年的11月29日過期。於是聯邦自由黨在2018年進行了一系列的調查研究以後宣佈將於2019年11月29日開始合併原來的住家保姆和住家護工試點政策。新政具體的細則將於2019年11月前宣佈。

移民局表示新的保姆移民試點將有以下優點：

1. 保姆全職工作兩年以後可以申請永久居民
2. 保姆換工作將更容易
3. 保姆可以攜帶家屬來加拿大，配偶可以享有開放工簽，孩子可以享有開放學簽
4. 保姆移民審批時間將控制在12個月左右

期待新政細則的宣佈。請關注我們公司的公眾號以便更及時的取得移民留學信息。

# 2019 全球航空公司 十大排名出爐

航空公司評比網站AirlineRatings.com日前公佈全球10大最佳航空公司名單，經過飛航安全、機隊年齡、營業利潤、投資情況、旅客評價、客艙舒適度等多項評判標準，你知道有哪幾家航空公司上榜了嗎？

·說不得大師·

## Top 10：日本航空 (Japan Airlines)

是日本的國家航空公司，為寰宇一家成員之一。其服務對於細節的重視，也是讓日航能被顧客青睞的原因的。日本航空總部設於東京品川區，以成田國際機場（國際線）及東京國際機場（國內線）為基地。服務全球229個航點。

## Top 9：國泰航空(Cathay Pacific)

國泰航空是香港第一間提供民航服務的航空公司，為太古集團及寰宇一家成員，以香港國際機場為基地。國泰航空一直是航空公司排名中的常勝軍，不僅在2003、2005、2009、2014年期間，4度贏得世界航空業權威機構Skytrax的「年度最佳航空公司」大獎，也被skytrax評為「五星級航空公司」之一。

## Top 8：長榮航空(EVA Air)

台灣排名最高的航空公司為長榮航空，是長榮集團與星空聯盟成員，以桃園國際機場做為樞紐，自1991年開航以來，擁有卓越的飛安紀錄。2016年更榮獲Skytrax評為五星級航空公司，是全球第八家獲此殊榮的航空公司。長榮航空從1992年開始提供豪華經濟艙服務，是全球第一家設立此種客機艙等的航空公司。今年還獲得「亞太區最佳長程線航空公司(Best Long-Haul Airline Asia/Pacific)」。

## Top 7：全日空航空(ANA All Nippon Airways)

全日空航空全名為全日本空輸，成立於1952年12月27日，為星空聯盟成員，總部位於東京汐留。其商號中的「空輸」為空中運輸之意。目前是日本第一大航空公司，擁有世界規模最大的波音787機隊，共有59架投入服務。

## 2019 全球航空公司評比，這10家表現最佳：

- Top 10：日本航空 (Japan Airlines)
- Top 9：國泰航空 (Cathay Pacific)
- Top 8：長榮航空 (EVA Air)
- Top 7：全日空航空 (ANA All Nippon Airways)
- Top 6：阿聯酋航空 (Emirates)
- Top 5：維珍澳洲航空 (Virgin Australia)
- Top 4：卡達航空 (Qatar Airways)
- Top 3：澳洲航空 (Qantas)
- Top 2：紐西蘭航空 (Air New Zealand)
- Top 1：新加坡航空 (Singapore Airlines)



## Top 6：阿聯酋航空(Emirates)

阿聯酋航空是阿拉伯聯合大公國的一家航空公司，由杜拜政府全資擁有，是中東地區最大的航空公司，目前不屬於任何一個航空聯盟。航線遍布六大洲的78個國家和142個城市，擁有從杜拜到洛杉磯、舊金山、達拉斯-沃斯堡和休士頓等四個極長的直飛航線。

## Top 5：維珍澳洲航空 (Virgin Australia)

維珍澳洲航空 (Virgin Australia) 是家澳洲廉價航空公司，也是澳洲第二大航空公司，透過不同的經濟機艙的設計，重新定義了旅遊的體驗。擁有熱情且好客的機組人員，這也讓他們獲得最佳機組人員的獎項。

## Top 4：卡達航空 (Qatar Airways)

卡達航空是家總部設於卡達首都杜哈的國際航空公司，以哈馬德國際機場為主要基地，也是寰宇一家及阿拉伯航空運輸組織成員之一，至今航線遍布全球150多個國際城市。

## Top 3：澳洲航空 (Qantas)

澳洲航空是澳洲的國家航空公司，暱稱為「飛行袋鼠」，總部設於雪梨，以雪梨和墨爾本機場為主要樞紐機場。是全球第3歷史悠久的航空公司，同時也是大洋洲以及南半球規模最大的航空公司。

## Top 2：紐西蘭航空 (Air New Zealand)

擁有良好的營運績效，加上年輕的機隊，使得紐西蘭航空在業界擁有極為良好的名聲，更是連續五年獲得AirlineRatings全球十大最佳航空。

## Top 1：新加坡航空 (Singapore Airlines)

以新產品、新飛機加上創新航班等優異表現，拿下第一名的新加坡航空公司，近年來表現不俗，其中又以服務優質深獲青睞。新加坡航空以其60多個目的地以及優質的服務，Skytrax全球最佳航空更獲得了全球最佳頭等艙、亞洲最佳航空公司、亞洲最佳商務艙等單項獎。



Raymond Lau  
劉俊文  
(英、粵及國語)

手提: 403-830-6728  
raymondlau404@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.raymondlau.net](http://www.raymondlau.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。 **\$589,900**

### 外賣連鎖店出讓

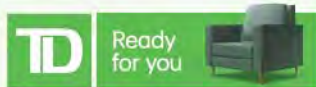
著名唐餐外賣連鎖店出讓，位於西南區，近市中心，附近柏文林立，生意穩定。最宜夫妻檔經營，自己做老闆，生財工具齊全，車位充足，歡迎查詢。

### 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](mailto:percy.ng@td.com)

### 「論盡」樂壇

劉開樂人

[raytheguitarist.blogspot.ca](http://raytheguitarist.blogspot.ca)

## 就讓一切隨風(2)



鍾鎮濤這首收錄於1987年《聽濤》專輯的《讓一切隨風》是我比較喜歡的一首B哥哥的作品。此曲於1975年由日本的大野克夫作曲，由有著日本David Bowie之稱的Kenji Sawada澤田研二主唱，1976年溫拿樂隊將此

曲改編作英文版本“Part of the Game”，由阿B主唱。其後好幾位台灣歌手，如甄妮、尤雅等亦改編了國語版本，後來著名歌手伍佰以搖滾風格翻唱此歌，也流行一時。

喜歡《讓一切隨風》的粵語版原因之一是欣賞它的歌詞，此曲由黃霑填詞，霑叔最擅長將人生哲理寫入歌曲裡，而此曲他以「風」貫穿整首歌，而帶出一個人在追求夢想的過程中遇到挫折或面對人生中的坎坷、失意，在悲傷與無奈中感慨之際，感悟出不要執著過往的失意，應學懂放下，讓過往隨風而逝的道理，正如歌詞所說「你似北風吹走我夢，就讓一切隨風」正正就是這個意思。

這首歌的旋律固然相當優美，尤其喜歡前奏和中段的結他獨奏，把整首曲更添上一點淒怨，而B哥哥演繹這首歌可以說是自作他人想。尤其是2002年鍾鎮濤向法院申請破產之後，在那四年破產令期間，每當聽到B哥哥唱這首歌，都感慨良多。今時今日已經大翻身的他，由欠債逾兩億到現在有個美滿幸福的家庭，生活無憂，演唱會一個接一個。破產令解除至今已十三年，B哥哥倒賺了過億身家，可以隨時退休。此刻再聽他唱的《讓一切隨風》已經是另一種味道了，彷彿再無那種冷風吹起的空虛，而多了一份苦盡甘來的感覺。

同樣是溫拿樂隊的主音歌手，B哥哥的生路歷程顯然沒有「校長」譚詠麟那麼順風順水。1978年樂隊成員各自發展，Alan很快憑翻唱不少日本歌曲而大紅大紫，而B哥哥亦在台灣拍了很多文藝片而走紅，其中與林鳳嬌合作最多，《小城故事》便是其中之一。但在樂壇的成績卻沒有「校長」那麼輝煌。

鍾鎮濤的人生大起大落，1988年與第一任太太章小蕙結婚時名成利就，1997年金融風暴令B哥哥一鋪清袋，1999年因為陳耀曼的介入，

最終離婚收場。2002年B哥哥破產，人生跌至谷底。此時阿B哥遇上比他年輕19歲的范姜素貞，這個女子彷彿是來報恩的，她從台灣搬來香港生活，賣掉自己的珠寶首飾貼補家用，並幫手照顧B哥哥的子女及一切家務，B哥終於捱過了破產時期受到的冷眼及痛苦，生活重回正軌。2014年於峇里島舉行豪華婚禮，正式迎娶范姜素貞，B哥哥還發表愛的宣言：我餘生一定會好好愛這個不問收穫的女子。

鍾鎮濤還作了一首歌《家裡家外》送給了范姜，歌詞除了感激她的無私奉獻，還有對她終生相愛的承諾。B哥哥是一個浪漫的人，不論是行動或是言語，他都毫不掩飾對范姜的愛。確實為他們幸福美滿的生活感到開心。



\* 歡迎登入 [raytheguitarist.blogspot.ca](http://raytheguitarist.blogspot.ca) 與專欄作家進行交流 \*

## 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。



IC.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.L.Ex. 英國法律行政員  
Director's Platinum Award 董事白金大獎  
卡城地產兩百萬元經紀會員

## 李華生 Eddie Li

手機：403-667-3388

電郵：eddieli@cirrealty.ca

**誠徵：業主託售**

**回饋社群**  
分享知識、經驗  
免費解答房地產  
租務問題



(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。

### 西北 Kincora

2008年建，坐南，1918呎。獨立兩層屋。9呎樓底，不銹鋼電器。二樓三睡房，Bonus Room，全屋兩個半浴廁。現成租客(合約至五月底)可承接，租金\$1,550。較市府估值得低\$17,500! **\$459,999**



### 西北 MacEwan

內街，有景，1986年建，坐東假四層。全屋五睡房，三全浴廁。全屋更換項目有：玻璃窗、屋頂、暖氣爐、熱水爐、木地板、地磚、不銹鋼電器、Quartz枱面.....等，不可錯過。 **\$455,000**



### Beltline Condo

西南817-15 Ave Montana, 656呎，一房一書房。朝南有景。保養好，頂級裝修。土庫車位及儲物間。七天看更，氣派大堂。大廈健身室，會議廳，中央空調...。管理月費\$394.25。 **急讓 \$316,900**



### 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。 **\$338,000**



### 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)2193呎，主層雙車房，二樓三睡房+Bonus Room。土庫建築商完成，另有大廳、睡房及全浴廁。  
**\$644,900 \$623,900**  
(二)2116呎，二樓三睡房+Bonus Room。  
**\$603,900 \$569,999**



**Discovery Pointe**  
(1121-6 Ave SW) 車位

**\$30,000**

**Mt. Royal柏文**

**\$319,999**

900呎，兩睡房兩浴廁，室內車位，管理費\$428.12。

## 褪色道德線 Fading Ethics

一月底前，所有地產經紀需完成亞省地產協會之進修課程「Everyday Ethics」，否則不能經營此業。

課程中，最令人難忘是「褪色道德線」一詞。此概念，放諸政治層面更是全世界都適用。例如：

(一)加國魁省建築商SNC-Lavalin事件，總理辦公室有否政治干預司法，反對黨窮追猛打，要求公開聆訊。

(二)華為被指從美國電訊公司T-Mobile盜取商業機密以及鼓勵其公司員工偷竊知識產權。

(三)美國總統前競選經理涉通俄事件、及前私人律師對特朗普指控出界行徑。

何謂褪色道德線？即對某事件的處理，行為跨越了「灰色地帶」：明知法理不容，但計算過所得利益與可能需承擔的後果，還是決定一搏。主事者的心態是：若因過界觸犯法規，致使某事件(交易)成功而獲厚利，或在該行業領域獨霸領導地位，相較東窗事發後而要承受的處罰(款)、指責或公司名譽、公眾形象之損失，若仍覺划算，便當罰款是「經營成本」一部份，而縱而走險犯規去行事！

西方司法制度，未判罪成前，被告是假設無辜的。當事人心知肚明，但第三者要去搜證(當事人會否做手脚，存疑?)，必然有一定難度！

地產行業，「買家」或「賣家」客戶，可期待其合約委託地產代理提供服務質量：即地產代理的「信託義務，Fiduciary Duties；包括「運用

應盡一切應盡的努力」Exercising Due Diligence。範圍非常廣：專業資歷越多，要求標準越高及嚴格。例如：Associate一般地產代理，與Associate Broker員特定資歷可作持牌人開經紀行的地產代理，及Broker經紀行持牌人：一旦被投訴受調查，監管機構所用「尺度」，各有不同。

其他地產專業學會，推崇的道德操守及判斷三大準則：(1)是否合法；(2)是否持平(公平、合情合理)；(3)能否通過自我審查(可否面對自我而覺自豪，行徑可否與親友、同行或其所屬專業學會分享及作榜樣)？

亞省地產協會AREA制衡地產代理及持牌人，方法如下：

(a)書面譴責；(b)審裁及強制進修有關課程；(c)罰款；(d)停牌；(e)終身禁經營此業。

不幸的漏洞是：調查期間，一旦地產代理自發申請終身離開此行業，亞省地產協會便會終止所有調查，並公佈該人士之退出。消費者若繼續討回公道、追討個人損失，只能民事訴訟告上法庭；既費時間、精力，更要負擔有關開支。

近日，便有如下行內個案：

①SM女士，掛上前僱主(持牌物業管理經紀行：消費者權益受Consumer Protection Fund及Errors & Omissions Insurance保障)名義，無牌提供個人物業管理服務，被罰款\$25,000。

重溫現行法例：職員替「僱主」或「個人業主」自管物業，都屬豁免類別。其餘任何人士，都需持亞省地產代理牌照。舊法例，地產代理

可代理客戶的住宅及商業項目。改例後，近年新入行者，則要多修讀「商業地產」一門課，才可以涉足商業項目。

(註：持「商業地產經紀文憑」ICI Certificate，需修讀及完成所有商業經紀牌照課程)。2014年始，地產局放寬了讓代理經營「住宅招租」(單一交易)，有別於「物業管理」(整個管理流程)；後者必需以「地產經紀行」名義經營。

為保障消費者，AREA提醒只有經紀行可向客戶收取費用，公眾可先網上核實有關人士持牌是否包括物業管理？(A)登入<https://reports.myreca.ca/publicsearch.aspx>；(B)點擊search by person，然後輸入全名搜尋，最左下角資格是否Active / Authorized，然後最右下角顯示其可經營範疇。允許物業管理人士，在Real Estate Sectors一欄有“P.M.”字眼。或可致電403-228-2954向AREA查詢。

②CM女士，物業管理涉欺詐性行為，虛假描述，有違信託義務、及影響公眾對行業公信...等。調查完結前，CM女士自願申請終身離開此行業。

③JS君儲意隱瞞有刑事案底。被調查時，自願終身離開此行業。

④SN女士之廣告漏了披露其所屬經紀行名字：被罰款\$1,500。



**GRAND 盛世地產** REALTY & MANAGEMENT LTD.

**樊婉珊 Stephanie Fan** 地產經紀代理  
 電郵: [stephan37@gmail.com](mailto:stephan37@gmail.com)  
**403-667-7006**

服務卡城多年, 精通國、粵、英語  
 忠誠為中港台朋友買賣新舊房屋  
 用心盡責, 價錢合理, 定當滿意



**西北 Dalhousie 柏文**



Fortress高層16樓單位, 792呎, 兩房一浴廁, 遠眺無限山景, 連露天車位、泳池及健身室, 交通及購物方便, 現有租客至明年三月底。

**投資佳品 \$195,000**

**全新上市 東南 Erinwood**



獨立兩層, 樓上三房, 共一個半浴廁, 連完成土庫共1419呎實甲面積。光猛多窗, 新廚房、廚櫃及地磚, 上下全新裝修, 業主割價求售。

**SOLD \$289,000**

**西北 Royal Oak 柏文出租**

高級兩房兩浴廁, 頂層, 875呎, 連地下車位, 月租\$1100, 電費。大廳設施齊備, 儲物室及社交廳, 購物方便, 11月1日交吉。

**已租出**

**東南 Inglewood 全新柏文**

石屎建築, 625呎, 一睡房柏文, 9呎高天花, 石英石廚櫃檯面, 交通方便, 近各類消閒點。有現成租客至本年10月底, 投資極品。

**\$328,000**

**西北 Sandstone 城市屋出租**

單邊單位, 三房一個半浴廁, 近期新裝修, 新地毯及窗簾, 近三號巴士總站。月租\$1100, 電費, 4月1日交吉, 2月1日起可供參觀。

**已租出**

<https://www.rentfaster.ca/ab/calgary/rentals/sandstone/townhouse/cozy-renovated-3-bdrm-1-5-bath-290778>

**JIM HUYNH**  
**403-880-6088**  
 KEVIN (Assistant): 403-835-6159  
 Website: [ReadysetYYC.ca](http://ReadysetYYC.ca)  
 Email: [Jim@readysetYYC.ca](mailto:Jim@readysetYYC.ca)



**RE/MAX**  
**IREALTY INOVATIONS**  
 518, 9 Ave. SE, Calgary, AB, T2G 0S1

**市中心餐館出讓**

位於市中心繁忙第八大道, 2555呎, 100座位, 地點好, 人流廣, 現經營唐餐及越南餐, 勿失良機。

**\$329,900**

**旅遊勝地MOTEL出讓**

位於Sparwood, 廿四間房連餐館, 地點好, 近旅遊名勝及滑雪勝地Fernie, 請來電查詢詳情。

**\$2,400,000**

**市中心小型餐館出讓**

28座位, 已經12年, 每年營業額約30萬。

**創業良機 \$180,000**

**投資者佳音**

現有高回報投資物業供選購, 月入\$5,000, 勿失良機, 請來電查詢。

**花麗雅 鮮花超級市場**  
 #12 132 3rd Ave SE, Calgary T2G 0B6 (豐地東方商場內)  
 Tel: 403-265-3388 / 889-1000 Fax: 403-262-6522



- 結婚花球
- 開張花籃
- 剪綵花球
- 中國香花盆栽
- 禮物生果包裝
- 靈柩花被
- 長壽花圈
- 花牌、花籃
- 祭帳、檯圍
- 壽衣、壽被



林向華  
 Angora Lam, M.Sc., B.Sc.  
 (403) 478-2121  
 Email: [angoralam@gmail.com](mailto:angoralam@gmail.com)  
 精通國、粵、英語




誰是那敬畏耶和華的人? 耶和華必指示他應選擇的道路。他必安享福樂, 他的後裔要承受地土。

**致各業主或準業主**

Kingsland Realty是一間已成立十三年的專業物業管理公司。為非加拿大長期居民、業主、居於外埠業主、想免除煩惱而有租金收入的業主提供一站式全面性服務。本公司經驗豐富, 與任何有關樓房行業(如水電工程、冷暖氣、建築商、律師、樓房按揭專家等)。皆有直接聯繫, 可為各業主全天候提供服務。

**本公司保證收費特廉**

詳情請電: **403-478-2121** 查詢

**李鄺律師行**  
**LEE & KONG**  
 LAW FIRM  
**鄺說道律師**

專辦: 刑事, 民事訴訟, 房屋、地產買賣, 公司註冊, 生意承讓, 商務法例, 離婚, 遺囑、遺產辦理

**以英、粵語為各界服務**

地址: **#330-1324-17 Ave SW**  
**Calgary AB T2T 5S8**  
 電話: (403) 233-9432 傳真: (403) 237-9614





### Laurence Cheung

張一新 百萬經紀會員  
(403)870-9488

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



(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



### Beddington 特大雙車房獨立屋

新靚裝修，兩層三房，土庫完成，設有一房一廳，特大雙車房，步行三十秒到公園及兒童遊樂場。 **只售 \$355,000**

### 全新市中心地鐵站水泥大廈免GST

近六百呎大一房，室內洗衣，室內儲物室，另走廊儲物室，三個運動室，單車修理室，瑜伽室，大型洗貓狗室及天台花園水泥大廈，免GST。 **建築商現售價勁減一萬！**

### 南部近三千呎豪宅無敵山景超過一畝地

Okotoks, 近2號公路，三車房，近三千呎，樓上四房加書房，超過一畝地，數分鐘到市中心及2號公路，一手業主只住三年搬埠割愛。豪華25萬以上園林設計。

平讓 **\$1,328,000**

### 市中心 Eau Claire Estates 豪華柏文

(500 Eau Claire Avenue SW)

1555呎，單層式豪華柏文，兩睡房兩全廁，特大廚房，雙露台，東望市景，西望公園景色，連一暖氣車位，兩名保安員廿四小時服務，備雙升降機，每層祇兩單位，大廈備室內泳池熱水池、派對聚會廳及燒烤場等，管理費已包水、電、雜費連冷氣及基本有線電視，五星級酒店環境與服務，近皇子島公園，面對YMCA，可步行至市中心及華埠，即可交吉。 **超值價 \$399,000**

### 西北 Hidden Valley

獨家靚盤 新上市

獨立兩層，1555呎，樓上三房，W/O土庫裝修完成，另書房，特大開放式辦公室及全廁，連屋雙車位，後園雙車位。 **\$429,900**

### 西南近市中心 Mission

獨立平房，主層約1,000呎，特大主人套房，翻新實木地板，全新廚具，土庫完成，另備新浴廁，連屋單車房，屋後另備工作室，可步行至食肆、酒吧及公車，五分鐘到達市中心。 ~~\$849,000~~ **\$799,900**

### 次次得啖笑 | FUNNY JOKES

### 萬聖節化妝比賽

一日，媽媽情緒非常低落地走到房裡大哭。

爸爸：怎麼啦？

女兒：媽媽昨晚參加萬聖節化妝比賽得到了第一名。

爸爸：那很好啊！為什麼要哭？

女兒：因為媽媽還沒化妝！



### 友邦地產物業管理公司

YMK Real Estate & Management Inc.

李俊億 ROYCE LI (國/粵/英語) 403-891-3999



專業服務，顧客至上

### ★今期特別推介★

西南 Aspen Wood 豪宅，兩層式，w/o土庫，專業裝修完成，實用面積達5200呎，全屋共5睡房，2書房，6個半浴廁，中央冷氣，實木地板，暖氣4車房，裝修及設備豪華，可步行至輕鐵站，名校林立。 **請來電預約參觀 \$2,080,000**

### 西北Evanston

全新兩層式瓦屋，1840呎，Walkout土庫，石英廚櫃檯面，3房，3浴廁。交通方便，即可入伙。 **\$499,990**

### 商舖出租

西北14街近市中心商廈內，兩個獨立辦公室出租，月租\$150-\$350全包。龍成商場主層，717呎，月租\$1250。

### 龍成商場旺舖出讓

市中心繁忙商場，共三個相連舖位，可分售。售價由\$248,000起，勿失良機。

### 新東方天地商場 旺舖出租

全新舖位  
月租\$750至\$1,200  
即可交吉

### 東南 Forest Height 獨立平房

內外大量翻新裝修。包括主層全新地板、廚房及浴室；主層三睡房、土庫完成。廚房、浴廁及書房。位幽靜內街，屋後暖氣雙平房。

請來電預約參觀 **\$348,000**

龍成商場主層，生意連物業 **\$320,000**



BELMOR  
MORTGAGE | CORP.

手提 403-862-7111

公司 403-685-5700

傳真 403-685-8113

電郵 stella@belmormortgage.com

400 2303 - 4 Street SW  
Calgary, Alberta T2S 2S7

Your Trusted Mortgage Advisor  
你最值得信任的按揭顧問

Stella Tsang AMP  
曾秀恒

Mortgage Associate



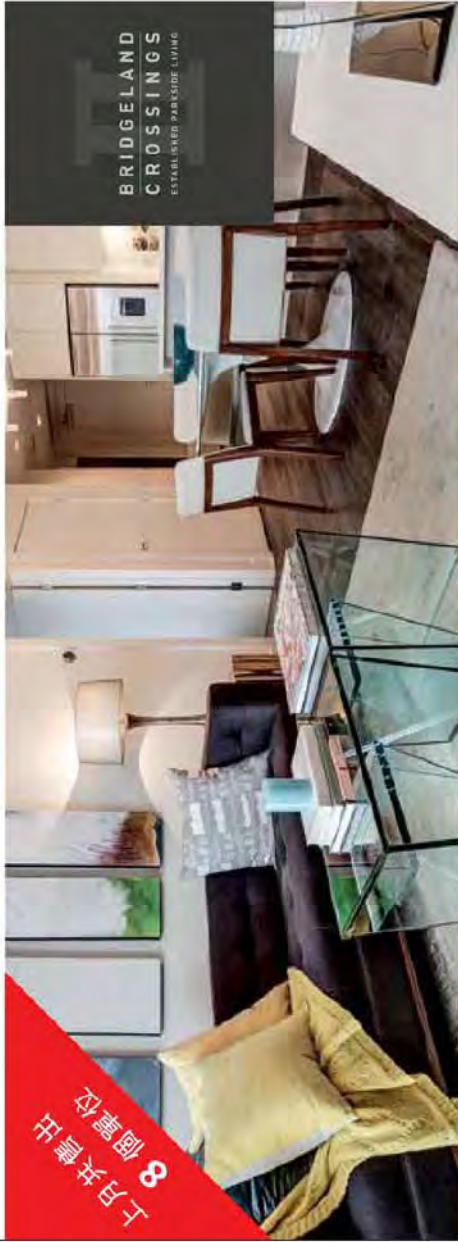
# GABLECRAFT HOMES 隆重推出 BRIDGELAND 最佳熱賣住宅社區 即日入伙



**住宅售價由 \$299,900 起**

單位	戶型	平方呎	今日售價
105	3 睡房	1088 平方呎	\$485,900
207	2 睡房	747 平方呎	\$379,900
115	1 睡房	633 平方呎	<b>已售</b>
323	1 睡房	577 平方呎	\$299,900
308	2 睡房	882 平方呎	<b>已售</b>

**展銷中心**  
#5 - 510 EDMONTON TRAIL NE  
星期一至四中午 12 時至下午 6 時開放，星期五只限預約參觀。  
星期六及日中午 12 時至下午 5 時開放  
**403.456.2329**



**住宅售價由 \$279,900 起**

單位	戶型	平方呎	今日售價
419	2 睡房	817 平方呎	\$449,900
403	2 睡房	574 平方呎	<b>已售</b>
410	3 睡房	1119 平方呎	<b>已售</b>
610	3 睡房	1119 平方呎	\$659,900
101	1 睡房	544 平方呎	\$279,900

**展銷中心**  
#105 - 46 9TH ST. NE  
星期一至四中午 12 時至下午 6 時開放，星期五只限預約參觀。  
星期六及日中午 12 時至下午 5 時開放  
**403.269.2805**

歡迎從兩個優質住宅社區中任選一個，均可為您提供城中最佳價值。  
敬請光臨了解為何我們仍然是 Bridgeland 區最熱賣的樓盤。

**GABLECRAFT HOMES.CA**

\*請向銷售代表查詢詳情，只屬初步參考，發展商保留修改此廣告內容之權利，請參閱分行廣告。售價及面積每單位隨時更改，售價另行廣告。詳情請參閱分行廣告。



GABLECRAFT HOMES

**Ming Wang**  
**汪明**  
手提: (403) 874-5688  
精通國、粵、英語  
Email: mingwang@shaw.ca

**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**

**閒情**  
TREND weekly  
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

**恭賀新禧**

**西北 Highland Park**  
已分契孖屋一對, RC-2地段, 每邊約850呎。每邊上下共四睡房, 兩廚兩全廁。分門出入, 地大, 兩邊合共約一萬呎。  
**投資筍盤 \$658,000**

**新年快樂**  
**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。



**餐飲 娛樂**  
**消費新動向**  
**逢星期四**  
**免費派發**

**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**

**東北 Falconridge 孖屋一對**  
**孖屋一對、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 \$259,900**

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! 現有租客月租\$1,700包水電  
**只售 \$234,900**

**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



後悔年輕時沒珍惜伴侶。如今這年頭, 什麼“比翼鳥”、“連理枝”、“相濡以沫”、“與子偕老”, 一天比一天稀缺。所以, 閃婚和閃離都司空見慣, 反正關係越簡單, 就越能便捷地解決問題。说到底, 是自私成性居多, 各人顧各人。其實, 婚姻是一本存折, 年輕時, 夫妻兩人往裡面存理解、信任和忍讓, 到了歲數, 才能連本帶利提取溫暖、幸福與和諧。如果年輕時不好好相處, 倍加珍惜, 又哪來的“夕陽無限好”?

後悔年輕時努力不夠。這正驗證了那句古詩: “少壯不努力, 老大徒傷悲。”是啊, 年輕時都不努力, 要到何時才發奮呢? 青春不會永駐, 人生不過百年。雖說一寸光陰不是一寸金, 但虛擲時光, 蹉跎歲月, 日積月累, 方擲竟, 腳踏實地, 日積月累, 方有收穫之時。有的人迷信天分, 寄託運氣, 殊不知, 天賦、好運固然有, 可垂青於自己的幾率有多? 憑什麼又是你? 倒是勤能補拙, 天道酬勤適合於任何人。

後悔年輕時教育子女不當。眾所周知, 中國的父母很重視子女的教育。可問題是, 這樣的教才算成功? 衡量的標準又是什麼? 在傳統教育的桎梏中, 父母並沒有太多的選擇。從孩子上幼兒園的那天起, 就眼睜睜地看著孩子一路上把天真丟了, 把童年丟了, 把思想丟了, 把夢想丟了。而所有的文憑、證書, 無非是為了高薪、香車、別墅, 如果沒有, 就是沒本事、沒出息, 就活該遭人鄙視。陷在這樣的誤區, 還有多少父母認為自己家教成功呢? 如果父母們是在悔恨自己的子女在功名利祿、權勢尊位上不如人, 倒不如反省自己有沒有給孩子快樂的童年、強健的體魄、良好的修養和健全的人格。

**人生感悟**

**最後悔的總是年輕的時光**

此文隨感而發

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

主演：鄭愷、韓庚、於文文



3月10日 5PM/10PM

週日首映

**前任3 再見前任**  
The Return of the Exes

龍祥頻道  
LS TIMES TV

## 每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四 THURSDAY Mar 7	星期五 FRIDAY Mar 8	星期六 SATURDAY Mar 9	星期日 SUNDAY Mar 10	星期一 MONDAY Mar 11	星期二 TUESDAY Mar 12	星期三 WEDNESDAY Mar 13
0:10 欺詐獵人	0:00 激戰	1:15 新聞重播	0:00 香港有線新聞	0:15 香港有線新聞	0:30 七天愛上你	1:00 B+ 偵探
2:30 新聞重播	2:10 新聞重播	2:30 激戰	0:35 男人四十	0:50 三人新世界	2:30 新聞重播	2:55 新聞重播
3:45 超級整蠱霸王	3:25 低一點的天空	4:50 師兄撞鬼	2:30 星級大改造	2:50 化骨龍與千年蟲	3:45 驚變	4:10 扣板機
5:25 壽命訓練班	5:20 男人胸女人Home	7:00 無人駕駛	5:50 驚天大賊王	4:50 武狀元鐵橋三	5:30 九月九	6:00 竊聽風雲
7:00 如果愛	7:20 情陷百樂門	8:50 危險關係	7:15 戀愛初歌	7:00 前任3：再見前任	7:00 美好的意外	8:00 荊軻刺秦王
9:00 保持通話	9:10 一咬OK	11:00 香港Art Like	9:05 一個人的武林	9:20 大丈夫2	8:55 前任3：再見前任	11:00 月嫂先生
11:00 月嫂先生	11:00 月嫂先生	11:30 發現酷	11:00 外人自己人	11:00 月嫂先生	11:00 月嫂先生	12:00 蝕日風暴
12:00 蝕日風暴	12:00 蝕日風暴	12:00 明治憑什麼	11:30 第一志願	12:00 蝕日風暴	12:00 蝕日風暴	12:55 前任3：再見前任
12:55 欺詐獵人	12:55 火鍋英雄	13:00 廢柴英雄聯盟	12:00 香港代表作	12:55 三人新世界	12:55 一個好爸爸	15:00 B+ 偵探
15:10 超級整蠱霸王	14:45 低一點的天空	14:40 情義我心知	12:40 男人四十	14:45 化骨龍與千年蟲	15:00 七天愛上你	16:50 乘風破浪
16:55 一咬OK	16:35 危險關係	16:30 戀愛初歌	14:35 星級大改造	16:40 美好的意外	16:50 竊聽風雲	18:40 開嚟見我
18:40 開嚟見我	18:40 開嚟見我	18:30 北妄神州	17:00 前任3：再見前任	18:40 開嚟見我	18:40 開嚟見我	19:05 娛樂頭條
19:05 娛樂頭條	19:05 娛樂頭條	19:00 週一祥談	19:30 香港有線新聞	19:05 娛樂頭條	19:05 娛樂頭條	19:30 香港有線新聞
19:30 香港有線新聞	19:30 香港有線新聞	19:30 香港有線新聞	20:00 大丈夫2	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 有線中國組	20:00 有線中國組	20:00 激戰	22:00 前任3：再見前任	20:00 有線中國組	20:00 有線中國組	20:20 蝕日風暴
20:20 蝕日風暴	20:20 蝕日風暴	22:10 一個人的武林		20:20 蝕日風暴	20:20 蝕日風暴	21:15 第一志願
21:15 香港Art Like	21:15 外人自己人			21:15 週一祥談	21:15 明治憑什麼	21:40 香港代表作
21:40 發現酷	21:50 廢柴英雄聯盟			21:50 北妄神州	22:05 荊軻刺秦王	22:10 算吧啦、老豆!
22:10 火鍋英雄	23:25 情義我心知			22:20 一個好爸爸		

**Brentwood NW**  
**\$779,900**



1200呎全新裝修Bungalow，主層三睡房兩全廁，土庫專業完成另一睡房及全廁。後園雙車房，太陽房，水泥RV停車位，位於幽靜內街，十分鐘步行至中小學，游泳池及C-Train站，已吉，即可入住。

**West Spring SW**  
**\$1,495,000**



2016年建兩層獨立屋，連專業完成的walk out土庫共4400呎，前進三車房，全屋共五睡房，四個半浴廁，主層十八呎高樓底，二樓特大Bouns Room，後園自動灑水系統，背對綠茵步行徑，保養如新。

**West Spring SW**  
**\$939,000**



2013年建，兩層獨立屋，2736呎，另加專業完成土庫，前進雙車房，全屋共四睡房，三個半浴廁，主層書房。全屋大量upgrade，名建築師及室內設計師精心打造維多利亞時代風格之英式豪宅。



**James Tull**  
**杜振邦**



Cell: 403-863-2888

e-mail: jamesull888@gmail.com

**食樂有文化**

**帝國大補給**

占士邦  
**James Tull**  
jamestull@hotmail.com



店名叫「帝國補給」(Empire Provisions)，認真有霸氣，如果不是早知道這是餐廳，還以為電影「星球大戰」又有續集。地址是 8409

Elbow Drive SW，這不是占士邦常出沒的地段，天寒地凍跑到這麼遠吃早餐，莫非餐廳有什麼特別之處？

說是餐廳不如說是咖啡室更為貼切，店面不大，最顯眼是一個擺放火腿香腸的凍櫃，不要小看這個凍櫃，許多人就是慕名而來，店東把畢生醃製火腿的絕學，一掌掌的打進冰櫃裡。

客人到Empire Provisions的時候，都會先去凍櫃溜覽一下，看看有什麼好貨色，Empire Provisions本身就是一間主要賣火腿香腸醃肉之Deli店，驟眼和超級市場的產品沒有什麼大分別，但老饕都知道，城中最高級的火腿香腸都出自此店，Empire Provisions用最上等的肉，跟足歐洲的古法，醃製出全城最頂級的火腿香腸等醃肉。

如果你對歐洲的火腿不太熟悉的話，最好預先做點功課，否則既不懂得點菜，也容易被餐牌

上的火腿價錢嚇到，圖中那個火腿大拼盤就由\$30開始至百元不等，視乎你選什麼貨色。醃製火腿的鼻祖當然是西班牙和意大利，但這裡不是貴族皇級的意大利Prosciutto風乾火腿，也不是貴西班牙的黑毛豬火腿Jamón ibérico，而是歐洲各國平民百姓的家常火腿，包括意大利很少見的Culatello火腿，Culatello火腿很接近Prosciutto，前者是豬的臀部，後者是腿，當日占士邦點了一個\$45的火腿拼盤，包括了三個國家的不同的Salami，好多人以為祇有意大利才有Salami，其實法國和西班牙也有，今次占士邦就選了意大利的Finocchiona，法國的Saucisson Sec還有西班牙的Chorizo，三種Salami，再配一款豬腩火腿Pancetta，一款豬肩火腿Spalla，一款豬頸火腿Coppa，還有最冷門的一種，我們常嘲笑肥得「雙下巴」，把豬垂下來的雙下巴做火腿叫Guanciale，平常Prosciutto我喜歡配蜜瓜吃，但吃以上的火腿，配合桃或乾無花果吃，更有風味。



大部份來Empire Provisions的其實都是吃三文治，比起火腿三文治的價錢就平宜很多，12元就有交易，最多人點的是意大利傳統的三文治Porchetta about it, Porchetta是用慢火連皮烤的豬腩肉，用來夾麵包比Pizza好吃得多。另一種受歡迎的三文治是Reuben，占士邦第一次吃這款三文治是在紐約，當地的猶太人很喜歡吃這種鹹牛肉三文治，吃這款三文治總有些吃德國菜的感覺，可能就是三文治中夾雜了許多德國酸菜(Sauerkraut)的關係，其實今天我們在超市見到Deli這個字，其實也是德文演變而來的。



今天在北美吃Reuben三文治有兩大門派，一就是上述猶太人吃的New York New York，如果你喜歡看活地阿倫(Wooden Allen)的電影，你就知道為什麼紐約人要稱自己的地方是New York New York而不是New York。另一種就是加拿大滿地可的Reuben三文治，滿地可Reuben最大分別是把醃過的鹹牛肉燻煙過，但相同的都是用黑麥麵包(Rye Bread)夾Empire Provisions吃這一頓早餐，讓我重溫了一次久違了的火腿回憶，十分愜意。



# 香港超級市場 HONG KONG FOODMARKET

3215-17Ave SE, Calgary Tel: (403) 387-7798 Fax: (403) 272-0883 即順發超市舊址  
網址: www.hongkongfoodmarket.ca

## 店內尚有大批 特價品未能盡錄

Mar 08 - Mar 11

所有特價品售完即止，價錢以店內公佈為準！

營業時間：Monday to Sunday 8 am to 9 pm everyday

<p><b>6.49</b> /lea</p> <p>雀巢即溶咖啡 NESCAFE 3 IN 1</p>	<p><b>2.29</b> /lea</p> <p>Bulacan蛋麵 BULACAN STICK NOOLDE</p>	<p><b>1.89</b> /bag</p> <p>珍珠龍口粉絲 ZZ LUNGKOW VERMICELLI 500G</p>	<p><b>2.49</b> /bag</p> <p>Phil菲律賓米粉 PHIL SPECIAL PALABOK 454G</p>	<p><b>1.39</b> /bag</p> <p>SK越式芽菜煎餅粉 SK BOT BANH XEO</p>
<p><b>1.29</b> /bag</p> <p>KTT大包粉 KTT MIXED FLOUR BANH BAO</p>	<p><b>3.99</b> /lea</p> <p>六福熟紅心鹹蛋 SF COOKED DUCK EGG</p>	<p><b>1.59</b> /bag</p> <p>NF瀨粉 NF RICE VERMICELLI</p>	<p><b>1.29</b> /bag</p> <p>NU通粉 NUI SAFOCO MACARONI</p>	<p><b>1.69</b> /lea</p> <p>Bulacan菲律賓花生糖餅 BULACAN PANUTSA</p>
<p><b>1.49</b> /lea</p> <p>TP燒仙草 TP GRASS JELLY</p>	<p><b>5.49</b> /lea</p> <p>BSD葛粉 BOT SAN DAY KUDZU POWDER</p>	<p><b>2.89</b> /lea</p> <p>ML三遍腐竹 ML DRIED BEAN CURD SHEET</p>	<p><b>8.99</b> /bag</p> <p>味之素味精 AJINOMOTO 1KG</p>	<p><b>1.29</b> /lea</p> <p>向日葵餅乾 SUNFLOWER CRACKER 189G</p>
<p><b>1.89</b> /lea</p> <p>CF餅乾小食 CF BUTTER CREAM 250G</p>	<p><b>3.29</b> /lea</p> <p>Fudgee小食 FUDGEE BARR</p>	<p><b>4.99</b> /lea</p> <p>李錦記海鮮醬 LKK HOISIN SAUCE 797ML</p>	<p><b>2.99</b> /lea</p> <p>OM波羅蜜 OM RIPE JACKFRUIT</p>	<p><b>1.59</b> /lea</p> <p>Gabriel沙甸魚 GABRIEL SARDINES</p>
<p><b>2.99</b> /can</p> <p>Ayam沙甸魚罐頭 AYAM SARDINES 215G</p>	<p><b>1.39</b> /can</p> <p>Lipa椰子水 LIPA COCONUT JUICE</p>	<p><b>2.99</b> /lea</p> <p>醬道潮州豆瓣王 CHIU CHOW BROAD BEAN PASTE</p>	<p><b>2.69</b> /lea</p> <p>PK酸辣香醬料 PORKWAN TOM YUM PASTE</p>	<p><b>2.69</b> /lea</p> <p>雞撻魚露 COCK FISH SAUCE</p>
<p><b>5.99</b> /lea</p> <p>美極醬油 MAGGI SOY SAUCE</p>	<p><b>1.59</b> /lea</p> <p>MT辣醬 MT HOT &amp; SPICY SAUCE 330G</p>	<p><b>99¢</b> /bag</p> <p>UFC意粉醬 UFC GUSADO TOMATO SAUCE</p>	<p><b>1.39</b> /can</p> <p>Temple五香豆腐 TEMPLE BEANS CAKE</p>	<p><b>1.99</b> /lea</p> <p>UFC香醋 UFC SUKANG LOKO VINEGAR</p>



# 香港超級市場

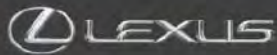
## HONG KONG FOODMARKET

3215-17 Ave SE, Calgary Tel: (403) 387-7798 Fax: (403) 272-0883 即順發超市舊址  
 網址: www.hongkongfoodmarket.ca

### 店內尚有大批特價品未能盡錄

#### Items On Sale While Quantity Last

 <p><b>79¢ /lb</b>                  新鮮藍鳥橙子                  FRESH BLUE JAY ORANGE</p>	 <p><b>79¢ /lb</b>                  新鮮胡蘿蔔                  FRESH CARROT</p>	 <p><b>1.49 /lb</b>                  日本番薯                  JAPANESE YAM</p>	 <p><b>99¢ /lb</b>                  新鮮墨西哥芋頭                  FRESH MEXICO TARO</p>	 <p><b>99¢ /lb</b>                  新鮮臺灣椰菜                  FRESH TAIWAN CABBAGE</p>
 <p><b>1.19 /lb</b>                  新鮮白菜仔                  FRESH BABY BOY CHOY</p>	 <p><b>2.49 /lb</b>                  新鮮西芹                  FRESH WHITE CHINESE CELERY</p>	 <p><b>1.49 /lb</b>                  新鮮菠蘿蜜                  FRESH JUMBO JACKFRUIT</p>	 <p><b>1.69 /bag</b>                  新鮮洋蔥                  FRESH ONION 3LBS</p>	 <p><b>79¢ /lea</b>                  新鮮長英青瓜                  FRESH ENGLISH CUCUMBER</p>
 <p><b>9.99 /lea</b>                  急凍走地雞                  FROZEN RUNNING CHICKEN UTILITY</p>	 <p><b>2.79 /lb</b>                  急凍巴沙魚柳                  FROZEN BASA FILLET</p>	 <p><b>2.49 /lb</b>                  急凍臺灣奶魚                  FROZEN TAIWAN MILKFISH</p>	 <p><b>4.99 /lea</b>                  海威奶魚                  SB MARINATED MILKFISH</p>	 <p><b>5.49 /lea</b>                  海威生基圍蝦                  SR TB 40-50 WHITE SHRIMP</p>
 <p><b>5.99 /lea</b>                  三魚牌泰國有頭自蝦                  3FISH HOSO 30-40 SHRIMP</p>	 <p><b>6.99 /bag</b>                  海威泰國去腸白蝦                  SR 31-40 WHITE SHRIMP</p>	 <p><b>3.99 /lea</b>                  PP陽仔                  PP PREMIUM LONGANISA</p>	 <p><b>3.99 /bag</b>                  GL火鍋什錦魚丸                  GL ASSORTED FISH CAKE</p>	 <p><b>2.99 /bag</b>                  海威田螺肉                  SR APPLE SNAIL MEAT</p>
 <p><b>5.49 /lea</b>                  海威熟基圍蝦                  SR COOKED SHRIMP 26-30</p>	 <p><b>3.99 /lea</b>                  GS炸香蕉卷                  GS TURON BANANA ROLL</p>	 <p><b>1.99 /bag</b>                  HK蒸香蕉                  HK STEAM BANANA</p>	 <p><b>1.29 /bag</b>                  Buenas木薯蓉                  BUENAS GRATED CASSAVA</p>	 <p><b>4.99 /lea</b>                  三魚牌急凍石蟹                  3FISH FRZ SWIMMING CRAB</p>
 <p><b>3.99 /bag</b>                  AA-1金槍魚                  AA-1 TULINGAN</p>	 <p><b>3.49 /lea</b>                  海威白飯魚                  SR SILVER FISH 3-5</p>	 <p><b>3.79 /bag</b>                  大信油泡條/素甜不辣                  DSI STRIP TOFU &amp; DSI VEGGIE TEN-BU-LA</p>	 <p><b>3.29 /lea</b>                  Cream護髮素                  CREAM SILK</p>	 <p><b>1.99 /lea</b>                  CS辣椒醬                  CHIN-SU CHILI GARLIC SAUCE 250G</p>



LEXUS OF ROYAL OAK

AWD  
ALL-WHEEL DRIVE

# 卡城市北 頂級豪華汽車 購買體驗

因為閣下與家人都值得擁有一個安全保護的冬天！



請親臨  
卡城市北區  
凌志汽車代理商

貸款利率由  
0.9%起

LEXUS  
RX



2019 RX 350 AWD

租賃利率	每兩星期租賃供款由	取車優惠獎賞高達
<b>1.9%*</b>	<b>\$258*</b>	<b>\$2,000<sup>^</sup></b>
39個月分期	首期\$7,930*	
PAYMENT INCLUDES \$2000* DELIVERY CREDIT		

LEXUS  
IS



2019 IS 300 AWD

租賃利率	每兩星期租賃供款由	取車優惠獎賞高達
<b>0.9%*</b>	<b>\$208*</b>	<b>\$1,000<sup>^</sup></b>
39個月分期	首期\$6,720*	
PAYMENT INCLUDES \$1000* DELIVERY CREDIT		

LEXUS  
NX



2019 NX 300 AWD

租賃利率	每兩星期租賃供款由	取車優惠獎賞高達
<b>0.9%*</b>	<b>\$188*</b>	<b>\$2,500<sup>^</sup></b>
39個月分期	首期\$6,722*	
PAYMENT INCLUDES \$2500* DELIVERY CREDIT		

lexusofroyaloak.com | 403.296.9600

優惠至4月1日止，請親臨本車行查詢詳情。

## 我們的售價與服務，定能令您喜出望外！



**Mike Chow**  
Sales Manager  
精通國、粵、英語  
手提：403-397-8978



**Stewart Lum**  
Sales Consultant  
精通粵、英語  
手提：403-375-2331



**Zihao Li**  
Sales Consultant  
精通國語、英語  
手提：403-926-9938



**Ricky Li**  
Sales Consultant  
精通國語、英語  
手提：403-966-1173



**Candice He**  
Financial Services Manager  
精通國、粵、英語  
手提：403-656-9683

LEXUS | LEXUS OF ROYAL OAK

7677 - 112 Avenue NW,  
Calgary, AB T3R 1R8

Tel : 403.296.9600



\*Delivery Credits are available on retail purchase/lease of select new 2019 Lexus vehicles from a Canadian Lexus Dealer and will be applied after taxes have been charged on the full amount of the negotiated price. Vehicle must be purchased/leased, registered and delivered by April 1st, 2019. \*Lease offers provided through Lexus Financial Services, on approved credit. \*Representative lease example based on a 2019 RX 350 sfx 'A' on a 39 month term at an annual rate of 1.9% and Complete Lexus Price of \$59,626. Bi-weekly lease payment is \$258 with \$7,930 down payment or equivalent trade in, \$0 security deposit and first bi-weekly lease payment due at lease inception. Total of 84 bi-weekly lease payments required during the lease term. Total lease obligation is \$29,770. \*Representative lease example based on a 2019 IS 300 AWD sfx 'A' on a 39 month term at an annual rate of 0.9% and Complete Lexus Price of \$47,826. Bi-weekly lease payment is \$208 with \$6,720 down payment or equivalent trade in, \$0 security deposit and first bi-weekly lease payment due at lease inception. Total of 84 bi-weekly lease payments required during the lease term. Total lease obligation is \$24,336. \*Representative lease example based on a 2019 NX 300 sfx 'T' on a 39 month term at an annual rate of 0.9% and Complete Lexus Price of \$48,426. Bi-weekly lease payment is \$188 with \$6,722 down payment or equivalent trade in, \$0 security deposit and first bi-weekly lease payment due at lease inception. Total of 84 bi-weekly lease payments required during the lease term. Total lease obligation is \$22,658. 52,000 kilometre allowance; charge of \$0.20/km for excess kilometres. Complete Lexus Price include freight and PDI (\$2,075), Dealer fees (\$1,809), block heater (\$264), air conditioning charge (\$100), tire charge (\$20), AMVIC fee (\$6.30) and Filters (up to \$1.90). License, insurance, registration (if applicable), and taxes are extra. Lexus Dealers are free to set their own prices. Limited time offers only apply to retail customers at participating Lexus Dealers. Dealer order/trade may be required (but may not be available in certain circumstances). Offers are subject to change or cancellation without notice. Offers are subject to change or cancellation without notice. Offers are subject to change or cancellation without notice. Offers are effective beginning March 1st and expire on April 1st unless extended or revised. See your Lexus Dealer for complete details.