



Jamie's Kitchen
TRY OUT THE BEST KIMCHI
DELICIOUS KOREAN HEALTHY FOOD
BEST KOREAN FERMENTED FOOD
100% ALL NATURAL FOOD
NON-SPICY KIMCHI AVAILABLE
MADE FRESH IN CALGARY
NO MSG NO PRESERVATIVES NO ARTIFICIAL SPICES
ORDER NOW : ☎ 587-889-9725
 ✉ jamie@jamieskitchen.ca
 TALK www.jamieskitchen.ca




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

受保於安省註冊之新加坡及檳城區有地產商。並經由 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

女人心·愛美麗

競爭

去年春天，我參加了X旅行社的南非團，認識了一班志同道合的團友。

他們主要來自美國和加拿大。背景、職業、嗜好雖然不同，但相同的，是他們都是資深和富經驗的旅遊人士，並特別喜歡參予旅行團，經當地導遊的安排和帶領，更深入了解文化、歷史、民生等。

這群團友，是Y旅行團的衷心支持者。他們平均已參加過Y的旅行團超過五次，大部分都是住宿五星酒店，品嚐高級餐廳的地道美食美酒，並優先排隊入場等的旅行團。

X和Y的豪華旅行團，各有其粉絲，長年支持它們辦的觀光、美食、特色主體團。

因他們聽聞X是Y的主要市場競爭對手，也由於競爭的激烈，彼此都不斷比較、更新、進步，以保持和提高一己的品質和價值，希望令忠實顧客更忠心，繼續選購它們的旅行團外，並把讚美的評語傳給家人親友，或在互聯網平臺上讓更多旅遊愛好者從資料搜索、分析、考慮，變成新的客人。

家人親友的口碑往往比昂貴的廣告推廣和宣傳更具說服力。所以，X和Y皆有很不錯的介紹新

團友計劃，令忠心和第一次參團的客人，一齊享有優惠。

閒聊時，他們讓我更了解Y旅行團的運作、作風及宗旨，愈聽愈感興趣。

於是，今年春天，我參加了Y的摩洛哥團，來到這個充滿歷史、古跡、特產的北非國家。

透過傳媒和網上，常見到摩洛哥七彩繽紛的一面，尤其當地的美食、古城小巷的甜食，滿街的香料香油，市集的金銀首飾，還有它的民族服裝，女子們的圍巾面紗，很具神秘感。

當我置身於它的大城小鎮，不僅看到美麗的顏色，也聞到到撲鼻的各種香氣，亦聽到很多阿拉伯音樂、小販們喊賣的叫聲、拉著載客馬車的馬匹踏步聲，非常豐富，非

常熱鬧。

Y旅行社住宿的酒店，多是五星級集團的特色酒店。其裝修裝飾極富當地的文化色彩，令我們整天在外遊覽觀光後，回到酒店，如同走進寧靜的天上人間，洗滌和洗淨我們的凡塵似的。

參加了X和Y的旅行團都覺得它們很用心策劃行程、專業導遊一絲不苟，住宿酒店屢有驚喜，物超所值。

服務行業的老闆和員工，在劇烈競爭的世代，總不能怠慢，偶一不慎，不進則退，舊客人便會流失，新的客人得不到滿意的第一次經驗，也不會再回來。

作為客人的，盡享漁人之利。但亦不應太苛刻，太過份，太無理取鬧。將心比己，和諧共存。

十二星座

女生 忽冷忽熱 指數

在生活中，女孩通常有一些小情緒，但是當女孩有情緒時，最終受苦的還是男孩。十二星座女生的忽冷忽熱指數，看看哪個女孩讓男孩們直撓頭。

▪ 小廝

牡羊座
87%

白羊座是一個非常直率的星座。她們不太在乎別人的想法。她們可能對陌生人很有禮貌，但對她們愛的人沒有限制。她們經常對愛人不耐煩，但也不要想太多，有時白羊座會因為心情不好而不理人。



金牛座
55%

有時候看到身邊的金牛座有一種「她真的很好」的錯覺。然而她們非常固執，這就是所謂的牛脾氣。金牛座女孩雖然固執，通常都很可愛。冷戰期間，她們總是生你的氣，消息回復得很慢，或者就是不接電話，她們中的大多數人仍然是很熱情。



雙子座 95%

「雙子座真的很難搞定」是大多數人對雙子座的印象。雙子座是一個需要大量個人空間的星座，但有時她們又想和愛人黏在一起。簡而言之，雙子座是一個非常矛盾的星座。



巨蟹座 75%

巨蟹座是一個可以清楚地看到現實的星座，這可能是她們不喜歡聽甜言蜜語的原因，因為多說無益。花更多的時間去掙錢和做好你的職責比說一些對生活沒有幫助的話要好。如果巨蟹座突然對你很冷淡，你應該做好你的工作，她們自然會去找你。



獅子座
60%

獅子座非常喜歡掌權，但是在她的感情中，是那個說「好吧，聽你的」的人，完全一個小女人模樣，不同於往常。如果你的獅子座對你發脾氣，請冷靜下來好好安慰她，或者請她吃飯，相信很快就會好的。



處女座
80%

專注於自己的事情是處女座的特點。盡善盡美的她們總是忘記身邊有一個伴，失去聯繫更為常見。建議大多數男人在和處女座交往之前應該做好心理準備。等她忙完這段時間就會馬上黏著你。



天秤座 85%

天秤座是一個非常善變的星座，但是女性本身更善變，所以天秤座的女孩更難搞定。她們在一段關係中很容易優柔寡斷。有時候，當你做錯了什麼，她們會把它放在心裡，不想表達她們的不滿，但事實上她們是沒有安全感的，想和天秤座的女孩親近，請對她們誠實。



天蠍座 100%

沒有錯，天蠍座是生活在自己世界中的星座。男孩和女孩都不願意相處，因為她們特別難相信別人。如果你的天蠍座女孩非常喜歡你，那麼只能說你是一個有著優秀的實質，已經通過了多級審核。



射手座
40%

一個熱愛自由的射手座，不太可能黏在男朋友的身邊，因為她的日程總是滿滿的，能找到她們已經算是不錯的了。大多數射手座也不會讓人感到討厭，因為她們基本上是關心還是會有的，但是她們不太可能做到三餐的問候。



摩羯座
15%

摩羯座外面冷裡面熱，她們經常想向別人展示自己完美的一面，但是忘記了身邊有一個深深愛著她們的人。事實上，她們不知道如何去愛，根本不懂愛。如果你給摩羯座一點時間，你會慢慢感受到她的熱情。



水瓶座 95%

水瓶座的女孩是自由自在的，你會發現她們似乎從來沒有缺少男人，還有周圍吃喝玩樂的朋友，因為她們的個性豪爽，有點像男孩，她們的個性不像普通女孩，也不會花太多時間和你談情說愛。



雙魚座 90%

雙魚座很特別，因為有時候她們自己都不太了解自己，有時候她們突然心情很好，有時候她們突然心情不好，所以她們一次又一次地反覆，會讓其他人不想和她說話，但是真的不怪她，這是雙魚座的特質。



細數最美朝聖地(6) Tiger's Nest

建築精湛的宗教場所常常是全世界最美的建築物。
無論宗派如何，全世界各個宗教的信奉者都驚嘆於這些建築的鬼斧神工。

位於不丹的虎穴寺(Tiger's Nest)又稱塔克桑寺(Taksang Palphug Monastery)，地處不丹西部帕羅山谷之上900公尺高幾乎垂直的壯麗懸崖，海拔高度在3,120公尺。

相傳達倉(Taksang)這個地方妖魔作惡不斷，蓮花生大師曾經騎虎降臨此地，用神通化現「憤怒尊」多傑佐勒(Dorje Droloe)形

象，降伏魔妖，並在此地修行。1998年該寺經歷了一次大火，之後又進行了修復。

作為喜馬拉雅佛教的聖地、寺廟群，塔克桑寺建於1692年。儘管關於蓮花生大士(Guru Padmasambhava)如何到達這裏有不同的傳說，但是人們認為他曾經在這裏冥想三年多，人們相信是他把佛教傳到了不丹。

四個主要的寺廟和四邊形院子都被雜亂的畫上英雄人物和佛陀與惡魔戰鬥的場景，營造了一種神聖莊嚴的感覺。

這裡四周的柏樹都有幾十米高，上面垂著一絡絡苔蘚。虎穴寺的山門前飛掛著一道瀑布，流水漫過級級岩石，注入一口深潭，然後落入下方幾百米深的山坳。

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



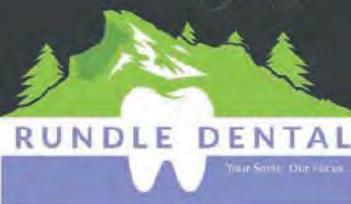
陳忠豪醫生



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 - 阿聯酋商場 Mall of Emirates · 志永

今日是最後一日，夜機走，與導遊約好晚上八時在酒店接我們往機場。又是國語半桶水太座誤事，聽錯十一時退房，應該是十二時，所以吃早餐和把行李拿到大堂寄存都見不到團友，只好步行前往昨天來過搭地鐵，迪拜第二大購物中心「阿聯酋商場 Mall of Emirates」。三層高阿聯酋商場 Mall of Emirates，中東最大穹頂商場，中庭玻璃頂採光，明亮通透，氣派非凡；商舖圍繞，時尚卻又帶中東風情。商場直接通往毗連五星級凱賓斯基酋長國商場酒店 Kempinski Hotel Mall of the Emirates。

特別來傳說中沙漠奇蹟「迪拜滑雪場 Ski Dubai」朝聖，世界唯一最大室內滑雪場，足足三個足球場大，5條賽道提供各式各樣的坡度及斜度，常年保持零下4度，出租禦寒衣物、滑雪板、雪橇和雪杖，

各式滑雪費用在價目表詳細列明，還有滑雪課程給初學者。亦可以玩滑雪板Snowboard，一樣刺激。從大片透明櫥窗看到空中纜車升上賽道，彎曲狹窄滑雪板道，冰雪公園Snow Park，小朋友可以玩滑雪梯、雪盆及堆雪人遊戲，甚至碰碰車。真佩服迪拜人，不惜工本實現夢想，讓居住沙漠人能享受玩真雪樂趣。位於商場最低層非常平民化法國超市品牌「家樂福 Carrefour」，地方超大，單是收銀櫃就有近一百櫃，每櫃都有編號，付錢時還要排隊。內裏包羅萬有，超市應有糖果零食、新鮮蔬果、冰鮮魚、藥物等，連日用百貨、家庭電器都有，更多牌子選擇。最佳手信，阿拉伯人早期主要食物之一「椰棗date」，營養高被稱為沙漠麵包，種類更多到整個專櫃。我們兩天都在此買隻燒雞和麵包做晚餐，蔬果價錢和卡加里差

不多，買了些做飯後果。紀念品區款式從阿拉丁神燈、磁石、鎖鏈扣、沙畫瓶、水煙壺、手工藝品等，明碼實價，不用大費唇舌跟店員殺價，價錢比外面便宜很多，但要細心挑選。人來超市的顧客都滿載而歸，生意興隆。

連日來戶外炎熱，室內冷氣強勁，溫差很大，疲憊不堪，行經二樓扶手電梯旁法國著名麵包店Paul，三樓美食廣場一直想光顧鼎泰豐都過門不入，在麥記買個飽胃咖啡服下感冒藥，躲在僻靜一角閉目養神。太座食完在Toast買的阿拉伯雞肉卷，便去逛商場，400家大小品牌專門店，有平有貴，有香港人熟識

Bossini，去了幾小時才回來還未滿足，我休息後精神恢復倍她逛逛，來到二樓熱鬧美食廣場，遇到團友聚在一起聊天，打扮亮麗Judy一口氣買了三對名牌鞋，立即封她綽號「富太」，上海兄推薦牛肉湯麵，點餐時給了號碼呼叫牌，麵煮好牌上紅燈亮起，牛肉嫩滑湯麵彈牙好吃，一食難忘。大隊人馬返回酒店取行李出發往機場，過安檢離境大樓還有很多商舖可購物，候機室設有從未見過行李箱和衣物回收箱，好奇一望，天呀！箱內衣物銀碼牌未除，拖鞋未拆封。航機直飛北京，阿聯酋三國六日遊在輕鬆愉快中結束，接下來北京八日遊又如何？



阿聯酋商場



迪拜滑雪場

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

This is Apple Card.

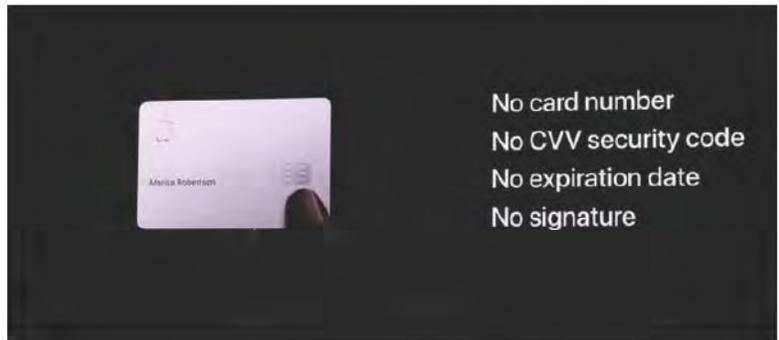


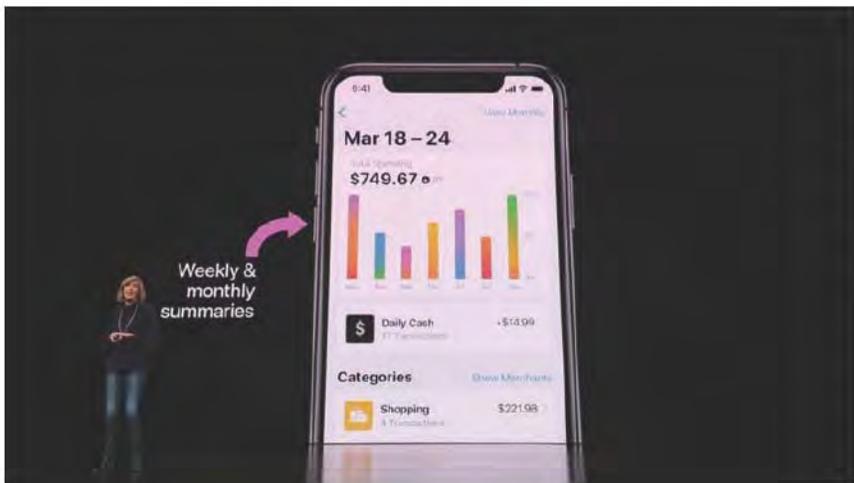
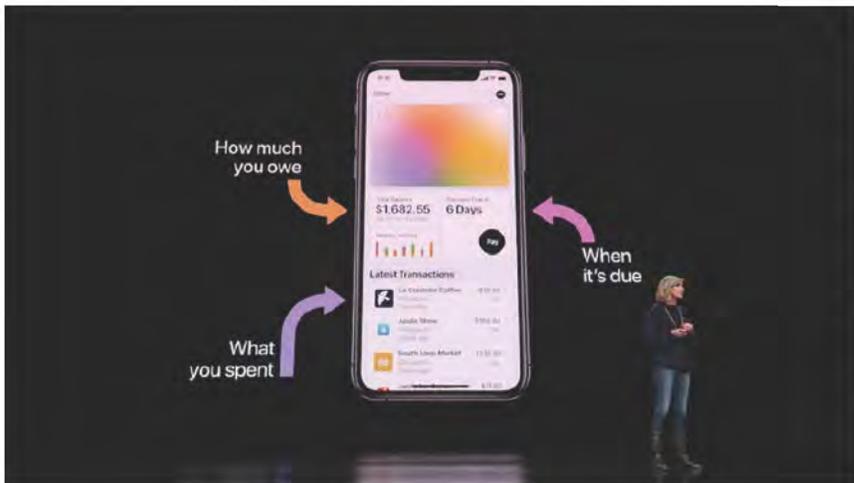
蘋果發表自家實體信用卡

蘋果發表的內容與先前的八卦相差不遠，蘋果推出自家的實體信用卡Apple Card，是MasterCard的鈦金卡等級，實體卡片並非塑膠製，而是使用鈦合金製造。相較於一般信用卡，Apple Card有著四大特色：無卡號、無CVV驗證碼、無到期日、免簽名，而且還免年費、免跨國手續費，最重要的是還不用繳延遲付款罰金。信用卡優惠也很不錯，綁定Apple Pay刷卡2%回饋無上限，在蘋果Apple Store消費3%回饋，如果用實體卡則是1%回饋，以信用卡福利來說非常不錯，預計於2019年夏季正式發行。

大家都知道蘋果的商品價格頗高，但是用 Apple Card 在 Apple Store 消費可以回饋3%，如果買iMac之類單價更高的商品，省的自然會相當可觀。除了自家蘋果商店消費外，在一般通路或是虛擬通路用 Apple Pay 結帳，直接給你2%回饋，如果你沒有iPhone得要用實體卡刷卡，蘋果 Apple Card 還是有1%的回饋金，重要的是，回饋金每天直接給你，不用等到下期帳單才能領。

且相較於密密麻麻字樣的信用卡，Apple Card 讓銀行跟發卡機構屈服了，卡面上沒有卡號、沒有到期日，背面沒有CVV驗證碼也不用簽名。卡面上只有IC、蘋果商標以及你的名字，甚至連銀行與發卡機構的商標都沒有，算是目前最素的實體信用卡。在材質方面，因為發卡機構是MasterCard，這張卡是鈦合金製成，信用卡評級上應該也是鈦金卡等級。





不過有分析認為，該信用卡勢對市面上傳統知名機構發行的信用卡構成競爭，對金融科技初創企業亦會造成威脅，特別是當Apple進一步拓展存款業務。金融科技初創公司如Chime、Robinhood與SoFi已推出存款服務，多與小型地區銀行合作。若Apple走向存款服務，小型銀行勢受影響。另外，流動支付平台如Square及PayPal亦勢受影響，這些公司提供的服務包括小型商業貸款、點對點支付、扣帳卡及信用卡。

申辦 Apple Card 很簡單，利用你的 iPhone 就能直接辦。另外有些人會擔心隱私問題，蘋果也聲明，刷卡資訊只會在本機端執行，不會將資料傳給蘋果、高盛、MasterCard 任何一方。在Apple Pay 系統中還能看到清楚的明細，甚至包括刷卡地點等資訊，算是對記帳苦手的用戶來說是個好消息。信用卡預計於2019年夏季發行，姑且不論好不好用，看到鈦卡片而且還免年費，又有無上限的回饋，怎麼看都是很划算。身為Android用戶，看了也很想問，Apple Card 能不能綁在Google Pay上啊！？

This is Card.

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)

\$70⁰⁰



入冬前
24點安全檢查

\$80⁰⁰

備有全新最先進儀器 提供免費諮詢及初步檢查

經典重溫
影視look 1 look
·大嘴

《挺好的》 真的挺好嗎



中國內地熱播劇《挺好的》近日終於收官，這部46集的家庭倫理劇，一開播便引來了無數熱議的話題。先是大部分中國家庭都存在的“重男輕女”問題，再到養老問題，讓觀眾很有共鳴。父親因為在婚姻和事業中一直屈辱不得志，於是在妻子死後不斷找兒女“討債”。女兒因不堪被家庭多年的打壓而早早脫離關係，於是奮發圖強，成為了讓人豔羨的社會精英。二哥是個要“啃老”的無賴，還有暴力傾向。大哥在海外娶妻生子，有車有樓。卻是個死要面子，愛管閒事的儒孝長子。

所有問題的根源都指向了逝去的母親。但母親何嘗又不是這種“重男輕女”家庭中的受害者？因為家裏父母想讓弟弟有城市戶口，她不得已嫁給一個不愛的男人，為其生兒育女。但這個男人卻懦弱無能，一家的重擔落在了一個女人身上。本以為搞弟弟進城就任務完成，誰知弟弟無能，一直需要姐姐的“接濟”。自己滿肚的委屈無人傾

訴，只好將怨氣都發洩在女兒和丈夫身上。於是所有問題又重復地出現在下一代的身上。後來皆大歡喜的結局大概是觀眾所願，但人生真的會如此順利嗎？小說中，二哥並沒有和家人和好，離婚後便與家人斷絕關係；大哥回美國後家庭矛盾升級；女兒結婚也沒有邀請任何家人；父親當然晚年也是無人照顧。其實每個人總有原生家庭的問題，但如何處理好，這裡面需要太多的學問。或許這就是人生，注定我們都要經歷不同的磨難。一部殘酷又略帶溫情的電視劇。



推薦你讀讀 這幾本 有趣的書

•卡圖

近日，CBC舉行了一年一度的Canada Reads，評選出2019年最值得閱讀的五本書籍。這五本書的作者均來自不同國家，內容也各不相同。到底這幾本書有甚麼吸引的地方，可以在數萬本新書中脫穎而出？現在一起來看看吧。



HOMES

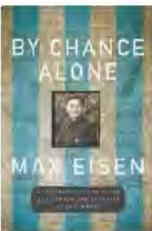
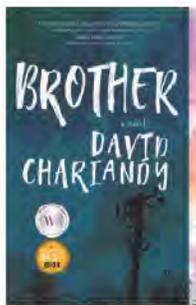
作者：Abu Bakr al Rabeeah

作者Abu的真實故事。2010年，當10歲的Abu學家從戰亂的伊拉克搬到敘利亞打算開始新生活時，無奈戰火同樣點燃了這個國家。儘管每日要面對汽車炸彈、學校被襲的恐怖生活，Abu依然堅信生活的美好。慶幸的是，Abu最終來到加拿大，展開了他渴望已久的安全穩定的新生活。

Brother

作者：David Chariandy

這本書主要講述兩兄弟Michael和Francis的故事。他們是來自加勒比海一個小島國，千里達的移民。父親失蹤後，母親需要同時打2-3份工來養活家庭。兩兄弟即使在遭遇歧視和欺凌時，都相互扶持，一起共同走過了艱難的歲月。本書同時還獲得了the 2017 Rogers Writers' Trust Fiction Prize, the 2018 Toronto Book Award 及the 2018 Ethel Wilson Fiction Prize。



By Chance Alone

作者：Tibor "Max" Eisen

同樣是一本自傳書。作者出生於捷克的一家猶太人家庭。1944年，舉家被送往歷史上臭名遠播的恐怖集中營-奧斯威辛集中營。所幸後來因傷在集中營的醫療所做清潔工作而沒有被屠殺。Eisen於1949年移民到加拿大，隨後用了22年的時間從事有關猶太人被屠殺的歷史教育工作。

Suzanne

作者：Anaïs Barbeau-Lavalette

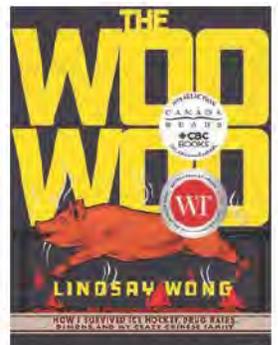
Anaïs對這位曾是畫家又是詩人的外婆的人生充滿了好奇。這位外婆在她母親三歲，舅舅只有一歲的時候無情地拋棄了他們。她曾經對外婆的行為非常懊惱，甚至聘請了私家偵探來調查她外婆的一生。但當她邊寫書邊聯想外婆若能參與到自己的成長中會是一件多麼幸福的事情時，Anaïs決定原諒外婆，同時也開始反思自己的人生。是一本溫情又略帶殘酷的書籍。



The Woo-Woo

作者：Lindsay Wong

又是一本個人自傳的書。作者來自一個信神信鬼的傳統中國家庭，自幼就被教育做人做事要處處小心，不然會有鬼怪跟隨著你，而鬼怪的名字就叫做WOO-WOO。這個稱謂相當新奇，筆者也是首次聽聞。姑且勿論是否贊同Lindsay在書中關於信鬼神是一種精神病的論調，單看書中的部分情節還是能令人忍俊不禁。不失為一部黑色幽默的作品。





哈利波特主題公園 原來魔法世界從未離開

雖然哈利波特的電影系列已經播完將近八年，但影迷的熱情仍未減去。現今全球一共有四個哈利波特的主題公園，喜歡這部電影的朋友，不妨都去看看啦。

● 奇路迪雲

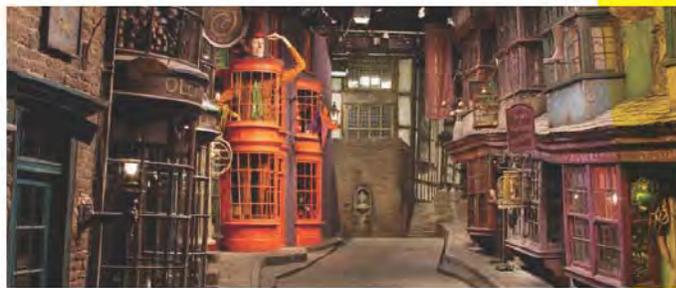
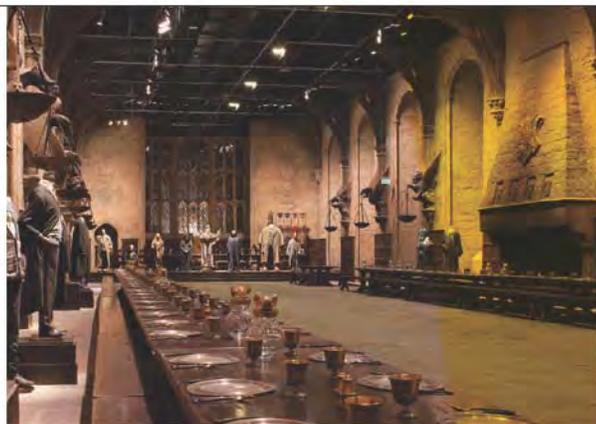
A 洛杉磯：荷里活環球影城

五年的設計建造和運營準備，投資上億美元全新打造，JK羅琳最經典的魔幻系列《哈利波特》的靈感來源，細節透出用心，擁有兩個主題過山車的游樂設施；可以到對角巷的“三支掃帚”（Three Broom Sticks）喝奶油啤酒、巧克力蛙及其他小點心；可以到Olivanders魔杖商店挑選一把可以在主題園區呢施展魔法的專屬魔杖哦！環繞整個霍格伍茲學院Hogwarts的“鷹馬的飛行”（the Flight of the Hippogriff），是荷里活環球影城的第一個戶外家庭雲霄飛車。鷹頭馬身有翼獸的飛行位於海格的家旁邊，在出發前還可以與鷹頭馬身有翼獸近距離接觸，去拯救小天狼星。



B 英國倫敦：哈利波特電影拍攝地

來自英國的The Making of Harry Potter在倫敦郊區，曾經是哈利波特系列電影的拍攝地，後來被華納公司買下來，改建成了一個主題公園。在這裡，除了拍攝過程中的很多道具和場景被全部保留外，還增添了很多電影拍攝介紹以及互動的項目。整個公園分成三個區域：室內場景區（電影中的教室、哈利的家、學校宿舍等），室外場景區（各種街道、霍格沃茲的橋等）以及電影介紹區（拍攝各種模型，設備等）。



C 奧蘭多：環球影城

奧蘭多的這個環球影城有3個園區：Universal Studios, Islands of Adventure (冒險島) 和Volcano Bay, 哈利·波特相關主題在前兩個園區-其中Diagon Alley (對角巷) 分布在Studio, 霍格沃茲學校和霍格莫得魔法村分布在冒險島, 兩處之間有霍格沃茲特快列車 (Express) 相連, 可以坐過去也可以坐回來。這個主題公園規模最大, 遊戲項目也最多。建議要去玩的朋友記得提早入園, 不然排隊都要排很久。



D 大阪：環球影城

最後介紹的這個主題公園坐落在日本大阪的環球影城裡。分為霍格莫德村、霍格沃茲城堡和海格小屋。禁忌之旅在城堡內, 海格小屋是室外小型過山車, 霍格莫德村就是商店街, 裏面有各種商品, 造型和手工都很好, 絕對值得花錢購買。



三角梅的花語

熱情，堅韌不拔，頑強奮進

據說在很久以前，老城繡衣池有一個繡花的姑娘叫小梅。小梅長得漂亮，而且繡花的手藝很好，也很會吟詩作畫，有很多公子哥兒都慕名而來。這些公子哥兒和小梅談書畫，還談繡花，小梅也按照這些公子哥兒的要求，將詩意融入刺繡當中，而這些公子哥兒有鑒小梅的刺繡帶到全國各地。

小梅受到這些公子哥兒的青睞，其中有一個曾公子，他一表人才，才華橫溢，夏美姑娘對他很傾心。可是這位曾公子在婚姻上卻是十分的傳統，堅守父母之命，媒妁之言，對小梅的愛意，以早有婚約為由而婉拒。

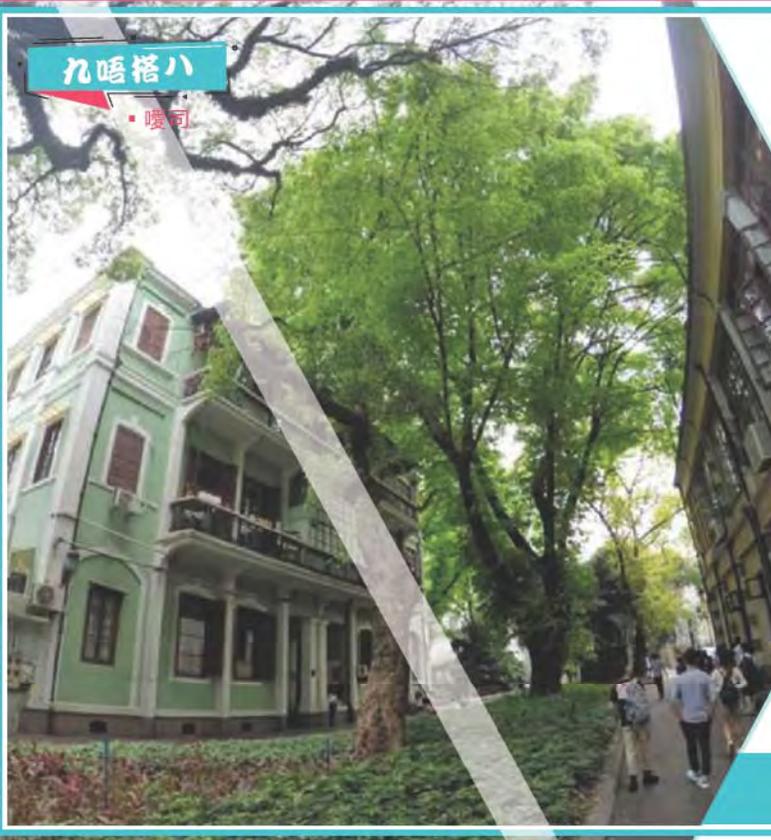
曾公子的婉拒，深深地刺痛了小梅的心。她送走了曾公子，無言的流下了眼淚，感嘆自己真心愛慕曾公子，然而他卻偏偏不愛自己，這是何等的令人悲傷。

後來，小梅的繡品得到很多文人的喜愛，還有詩人胡應能為她的繡品寫詩。小梅被詩人才華打動，便想去認識一下這個詩人，可惜這並不是詩人，只是一個補瓦匠，並且窮困潦倒，臥病在床。

小梅和這位詩人交談，為他的時運不濟而嘆息，並決定來照顧他的後半生。後來，胡應能去世了，小梅回到自己的故鄉。她勇敢追求真愛的故事和大愛無疆的美好品德也廣為流傳。小梅後來終生未嫁，在她死後，人們發現了一種美麗的植物，心形的葉子，美麗的小花，開的十分燦爛，人們相信這是小梅的化身。

三角梅這個生動的熱帶植物原產於巴西沿海的地方，法國的自然主義者在十八世紀發現了這一點。現在，三角梅在世界各地的赤道氣候生長，從加勒比到澳大利亞，這是你的海濱目的地婚禮的完美選擇。漫步在像葡萄藤一樣的三角梅下是很多新娘的梦想，而且三角梅還可以為他們的新娘手捧花花束和裝飾帶來更悠閒、浪漫的气氛。

▼在海南省，雖然三角梅也很漂亮，但人們送花通常會避免送給戀人，因為三角梅也寓意著“三角戀”的意思。



九唔搭八

· 嘜詞

「阿蘭嫁阿瑞」在日常生活中，經常聽到有人說威靈話：“至多大家攞住死”。譬如分贓不均，佔少者心有不甘，以報警為威脅，但報警必然兩敗俱傷，明知此苦猶在所不計，寧為玉碎，不為瓦全，大家同歸於盡，亦即是所謂“阿蘭嫁阿瑞”。

有關它的來源，其中一種說法是指將蘭花和瑞香花「加」在一起的時候（廣東話裡的「加」和「嫁」字音相近），由於彼此的香味類似而互相重疊，再不可清楚分辨，看起來就像是兩個人在互相拖累對方一樣。

也有說法是，「亞蘭」是「花木蘭」，「亞瑞」是《西廂記》的「張君瑞」。君瑞只愛婷婷嫋嫋的崔鶯鶯，怎會愛上那巾幗鬚眉的

花木蘭，反過來這「男人婆」也不會揀上這白面書生；所以如成事，就是錯點為錯，「累累贅贅」也。

再有說法，舊時中國男人和女人一生中最不想遇上怎樣的境況？

(1) 女人至怕嫁錯郎：舊時女人一生所託就是其夫家。可以這麼說，丈夫長進(好)，一生幸福；丈夫墮落(衰)，一生怨恨。是故女人萬萬不想嫁錯郎，即嫁了個「衰丈夫」。

(2) 男人至怕娶錯妻：舊時，「男主外，女主內」，如果妻子全心全意打理家務、照顧小孩，這個家庭才會幸福快樂；反之只會家無寧日，怨聲不絕。是故男人萬萬不想娶個不顧家的妻子，即娶了個「懶妻子」。

如果大家都接受這個答案，那「亞蘭嫁亞瑞」中的「亞蘭」和「亞瑞」就分別是「亞懶」和「亞衰」（懶、衰、諧音也）。「亞懶」如「嫁」了「亞衰」，各自的短處導致不是這時此方連累彼方，便是那時彼方連累此方，總之「大家累鬥累」。

【廣東話俗話】

「阿蘭嫁阿瑞，累鬥累」



Raymond Lau

劉俊文

(英、粵及國語)

手提：403-830-6728

raymondlau404@gmail.com



202 - 5403 Crowchild Trail NW
公司：403-547-4102 傳真：403-592-7040
網址：www.raymondlau.net

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，地下有車位，鄰近17Ave購物街，水及暖氣，可隨時入

LEASED

執業廿載、獲獎無數
經驗豐富、專業服務、忠誠快捷



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**



「論盡」樂壇

劉開樂人

raytheguitarist.blogspot.ca

「K歌之王」陳奕迅



陳奕迅在1999年先後推出兩張專輯《天佑愛人》及《幸福》都獲得非常好的成績，其中《天佑愛人》、《每一個明天》及《幸福摩天輪》分別獲「十大勁歌金曲頒獎典禮金曲獎」、「叱咤樂壇至尊唱片大獎」及「叱咤樂壇我最喜愛的歌曲大獎」，成績斐然。而Eason亦開始邁向一線歌手的地位，並於同年10月7日於紅磡體育館舉行一連四場的「Big Live陳奕迅大個唱99」演唱會，是他的首個個人大型演唱會，這年是他早期在樂壇頒獎禮的豐收年。

英皇娛樂旗下的品牌Music Plus眼見陳奕迅在樂壇的成績，在2000年馬上將他挖角，成為其合約歌手。而英皇娛樂捧新人亦有一手，如容祖兒、Twins、謝霆鋒等等，經過他們包裝，市場推廣，不論能唱與否，都成為偶像派歌手。以Twins的歌藝這麼一般，居然一出道即大紅大紫，成為最年輕組合踏上紅磡體育館的紀錄。所以非常佩服捧紅她們的經理人霍汶希，她在2004年曾經出版了其著作《我的驕傲—偶像必紅方程式》，似乎對捧紅新人有其一套的公式。

回說陳奕迅加盟英皇娛樂之後獲得力捧，相繼推出的專輯，如：《Shall We Dance? Shall We Talk!》、《打得火熱》、《K歌之王》、《明年今日》都成為流行榜冠軍歌，亦是在卡拉OK經常被熱點的歌曲。個人特別喜歡這首由林夕填詞的

《Shall We Talk》，陳輝陽作這首歌的旋律固然優美，而林夕寫這首詞的時候，正值是他患上焦慮症最嚴重的時候，結果花了他十天才寫好初稿，亦是他創作時間最長的一首歌。這首歌林夕用蟋蟀和螳螂對立的關係，寫出了兩代人之間缺乏溝通，而情人在分手邊緣只敢喝湯，從生活中的取材去講出人生的哲學，確實是一個功力深厚的填詞人。

2003年香港沙士爆發，4月1日愚人節，「哥哥」在文華東方酒店跳樓自殺，同年12月30日梅艷芳因癌病逝世，是香港樂壇黑暗的一年。而陳奕迅因為與英皇娛樂合約問題未能達成共識，而遭到「雪藏」，加上Eason父親被控受賄罪成立，對他打擊極大，可以說是他的低潮時期。

2005年陳奕迅轉投新藝寶唱片，首張專輯《U87》6月7日推出，而其中的主打歌《夕陽無限好》、《阿牛》、《浮誇》及《葡萄成熟時》皆成為流行榜冠軍歌，



孩童只盼望歡樂
大人只知道期望

而這張專輯亦成為該年最高銷量專輯，而其歌唱事業亦開始反彈，從此一帆風順。連續九年獲得「叱咤樂壇我最喜愛的男歌手」獎，十次奪得「全球華人至尊金曲」大獎，還有其他數不盡的大小獎項，被稱為繼許冠傑及張學友之後，新一代的「歌神」，在香港樂



壇有一定的地位及貢獻。可惜日前到香港公開大學出席音樂分享會時，因不滿有人在場內玩手机，結果黑面及要求無意交流的同學離開，而令場面非常尷尬，而事件中可以反映出Eason是一個有態度的人，有不滿的時候必定發聲。而我亦覺得現代人已經變成手機的奴隸，年輕人很多時候亦不懂得尊重別人，實在可悲。

* 歡迎登入 raytheguitarist.blogspot.ca 與專欄作家進行交流 *

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



信誠留學 移民投資顧問



- ◆ 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

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。

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



加國
家園情

留學移民諮詢專員
myvisavisa@gmail.com

BC小鎮移民商業考察團 4月26日出發, 報名從速



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。專註於加拿大留學申請、留學生移民申請及企業家移民。

在BC小鎮10萬投資移民項目細則出台以後, 許多客戶與我們聯繫, 希望了解一些詳細的信息並希望可以去社區進行考察。以下是一些常見問題的解答:

1. 10萬元的投資額包括那些?

投資額包括租金、裝修費、水電費、工資(申請人發給自己和家人的工資除外)、貨品、原材料的費用。

2. 10萬元的投資什麼時候投放?

從被BC省政府邀請申請BC小鎮投資項目開始的兩年內所花在生意上的投資額都算在10萬元內。

3. 如果我購買生意是否可以看財務報表?

大部分社區嚴格要求投資者投資社區准許的項目, 大部份社區要求投資新項目。由於社區很少符合項目要求又正好在賣的生意其實不多。如果有的話, 一般賣家也是要求買家簽訂一定的協議以後才會讓看財務報表。

4. 商業考察需要準備什麼材料?

大部分的社區需要對申請人進行評估以後才會邀請作正式的商業考察。商業考察的時間由社區經過協商後決定。由於每個社區鑒定商業考察的方式不一樣。本公司會根據客人項目的需求和希望投資的社區為客人準備商業考察申請材料。

5. 我希望先看一下社區再決定要不要申請可以嗎?

今年四月底我們公司將組織一次非正式商業考察, 也就是說這個商業考察只是客人自己熟悉一下社區, 並不會與社區代表見面。此項商業考察4月26日從卡加利自駕出發5月4日在溫哥華結束。團購價\$1000加元一人。因為位置有限請速報名。

6. 除了投資10萬元該項目還有什麼其他的要求?

要求佔股份51%以上, 為BC省永久居民和公民創造至少一個就業機會。

7. 我一個人移民可以帶全家一起嗎?

主申請人移民可以帶上配偶和孩子。

8. 在這些小鎮孩子上學方便嗎?

所有的社區都有配套的中小學、超市、教會、醫療機構等。

9. 這項移民申請周期是多長時間?

從收到BC省政府邀請開始6個月左右可以以工簽身份來加拿大開始著手經營生意。經營兩年以後滿足條件的客人將獲得BC省頒發的省提名。以此省提名申請聯邦的永久居民身份目前審理時間為19個月。也可以結合快速通道更快的取得PR身份。

10. 哪些社區中國人比較多?

小鎮上中國人的比例一般比較小。Prince George廣東話母語人口195人, 普通話母語人口100多人, 佔總人口少於5%。在Nelson廣東話母語人口20。普通話母語人口10人。



圓形? or 方形?

餐桌怎麼選

◆ 思蜜達

作為家庭使用頻率最高的區域，餐桌是我們必不可少的家具，肯定是要買的。但是對於我們這種比較糾結的人來說，到底是買方形餐桌呢，還是買圓形餐桌呢。哪個比較好一點呢？

當你要選擇餐桌的時候，首先要問的問題就是它所要擺放的位置以及其空間的特性。

圓桌很有可能佔據更多的室內空間，因此如果你的餐廳面積不大，又偏偏要擺放圓桌的話，每位用餐的人可能會坐得不舒服。然而，如果餐廳的格局是狹長型的話，那麼長方形的餐桌便是最完美的了！狹長型的空間絕對不適合擺放會佔用不少面積的圓桌，所以你千萬要先評估餐廳的格局。

考慮到社交性的話，圓桌相對地比較有優勢。長方形的餐桌可能會讓某些用餐的人距離彼此很遠，因此可能吃完一餐後，與對方根本沒有交談的機會。圓桌可以讓每位用餐的人與彼此互動，因此社交性較佳。

長方形的餐桌的優點之一就是可以使用的面積較大，因此餐桌上可以擺放的餐盤也比較多。如果說你選擇小圓桌的話，那麼每個人的餐盤很可能會有打架的情形。由於這樣的優點，因此許多大型的慶祝活動，通常會選擇使用長方形的餐桌，而不是面積較有限制的圓桌。

按照中國的傳統觀念，有一種說法叫做「天圓地方」，所以這種觀念在家裝風水禁忌中也同樣適用。家裡選擇圓桌，則象徵這圓滿、團圓的寓意。一家人聚在一起吃飯，和和氣氣，顯得非常吉利生財。而且從便利性的角度上來講，坐在圓桌上更容易夾到桌子上的飯菜，更能照顧到餐桌上的所有人。如果家裡有小孩子的話，圓桌還能避免小孩磕傷碰傷。

而方桌又稱「八仙桌」，有著四平八穩，穩定平安的象徵寓意。另外，方桌的餐桌可以靠牆擺放，不會過度的占用餐廳的面積，造成空間浪費。對於小戶型而言，格外受用。並且還有一種儀式感，像如果出席一些高檔場所，方桌則是最常見的。

桌子與我們的生活息息相關，所以我們在選購的時候一定要慎重一些，人少就選方桌，人多就選圓桌。如果平時經常有客人和親戚來聚餐的話，可以選擇方桌摺疊款，只需要拉開就能變形成圓桌的設計。戶型的餐廳為長方形可以選擇方桌，如果餐廳面積較大，或者偏正方形的可以選擇圓桌。

中央北獨立屋 超值

全新獨立1579呎兩層屋。三睡房，兩個半全浴廁，前進雙車庫。\$435,000起。



加合法土庫第二套間Secondary Suite分門出入作出租：
\$485,000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。



I.C.I. Certificate 商業地產經紀文憑
CPM 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

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)

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。較市府估價低\$17,500! **\$459,999**



西北 MacEwan

開放屋: 4月7日(周日) 12-2pm 96 MacEwan Meadow Way
內街, 有景, 1986年建, 1905呎。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。QE中學校網。不可錯過! **\$455,000**



東北 Pineridge Bi-level

1975年建, 坐西北, 1171呎Bi-level, 後進雙車庫。主層廚房、木地板翻新, 三睡房, 一個半浴廁。可分門出入, 土庫有大廳, 廚房, 一睡房一書房(可改作睡房), 全浴廁。 **\$349,999**



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**



即將推出 Panorama Hills, 2525呎, 獨立兩層屋, 四睡房+書房及靚Sunroom。

西北Carrington區Walkout

開放屋: 4月7日(周日) 3-5pm 114 Carringvue Drive NW

前示範屋, 頂級裝修。中央冷氣, 建築商及新屋保證。2116呎, 二樓三睡房+Bonus Room。 **\$603,900**
蝕讓 歡迎出價 \$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。



(續) (8)房貨市場生態的改變:

現今 (a)25年攤

還期 Amortizations:

(b)GDS上限39%; (c)信用

調查分數Beacon Score不少

於620分; (d)TDS上限46% (信用評分若低於

680分, TDS則下降至42%); (e)符合銀行五年

期關閉式房貸牌利率Posted Rate, 加2%作審

批門檻。買家只需付與銀行商議的合約折讓利

率作供款; (f)信用卡、信用透支LOC, 不少於

總額的3%付款 (即削減支付承受額度); (g)

承保房貸保費, 已增高至4%。

【註: 2018年央行、OSFI、CMHC及FACA加

強對付抵押家居資產淨值作信用透支HELOC的力

度。過往申請房貸, 只要信用透支用度是零, 在

審批時其(可動用)欠債用額便不被計算在內。

但新規定是, 除非該HELOC賬戶被關閉, 否則其

可動用額需作計算在「潛在」總欠債及月供帳內

。現今仍有房貸機構不依此指引的。】

有關加拿大金融機構監管局OSFI之B-20住

宅房屋貸款指引之「壓力測試」Stress Test演進

, 可參考筆者文: (一)2016年10月13日「房貸政

策「搬龍門」: 上車早勝選»; (二)2017年10月

26日「房貸辣招」再現」。

簡括如下:

申請房貸細說(2)

2016年: 首付5%之承保房貸Insured Mortgage買家須接受銀行五年期關閉式房貸牌價利率作壓力測試審批。承保貸款額上限, 買價為100萬元。超過50萬元至100萬元之該買價部份, 買家最低首期需10%。

2018年: (1)首付20%買家, 審批門檻如上8(e)項; (2)銀行要時刻嚴格審核「按揭房價比價」LTV; (3)銀行不得捆綁貸款: 例如買家為了避交承保房貸保險金, 向銀行申請80%房貸, 然後在小財務機構再借10%, 實質總貸款額為90%。

現今買自住房, 首付最低5%。出租物業則首期不少於20%。若以5%買房, 買家需提供首付證明及另有足夠金額作律師交易費。

自2009年聯邦預算, 加國政府推出下列措施, 以助首次買家置業:

①免稅從退休儲蓄計劃RRSP內, 取出\$25,000作首付。2019年聯邦預算, 更將銀碼上限調升至\$35,000。

②裝修或環保改造資助Home Renovation Credit or ecoEnergy Retrofit。

自僱或佣金收入人士, 不同房貸機構提供不同房貸產品, 以配合個人情況。最低要求: 首付10%至20%, 屬於可核實的個人資源。自僱年資最低兩年。能提供最近一年稅單證明

沒拖欠報稅或欠稅。信用評分不夠高, 可能需調高首付金額。另外, 如2019/03/14文"0.01%息差"所述, 「申報收入」是另辟一途...等。

總之, 為做生意, 上有政策, 房貸機構是下有對策。例如: **零首期**只要買家「符合」舉債條件, 仍是有辦法的。用兩間不同的財務機構, 先從A機構私人貸款存入RRSP作91天後提取作首付: 房貸則向B機構申請。因兩者不共享資訊, 故此B機構對首付是借來的不知情。最重要一點是: 房貸機構核實首付資料只需90天月結單, 91天後提取RRSP作首付便避過了可能露出的紕漏。

最重要一點: 準買家要小心房貸機構有否需要成交前30天, 重新核對入息、工作資料要求! ?

對以下人士, 現在是絕佳入市時機:

(A)搬大屋一族: 出售現居可能跌價了, 但所買賣房變得更便宜, 兩差額相抵, 還是佔便宜。

(B)首次置業人士: 聯邦2019年預算案的有利政策。最重要是屋價已回落不少, 可挑選存貨又多。

別等省選過後, 政黨更替塵埃落定, 撈底此其時也! (註: 只供參考, 房貸機構措施可因市場調改)

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



餐飲 娛樂
消費新動向

逢星期四
免費派發

www.trendweekly.com

*免費網上分類廣告
*免費買賣專欄
*閒情一周全部內容逢周四上載

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, 包傢俬及水電煤。

東北Country Hills Village

1335呎, 兩層式城市屋, 主層客廳備壁爐, 光猛廚房, 飯廳直出向南陽台, 樓上三房主人套房, W/O土庫, 前進單車房。

\$295,000

S.W. Southwood 生意

700多呎, 新裝修理髮店, 4座椅, 一按摩房。

廉讓 \$20,000

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 \$633,800

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。

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, 兩個半浴廁、兩廚房、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 \$249,900

約830呎2+2房BI-LEVEL, 兩全廁, 木板及磚地, 土庫大窗, 全新裝修, 全新兩浴室, 近巴士及商場, 步行至學校及社區中心, 現有租客月租\$1,700包水電。

只售 \$229,900

人生感悟
此文摘自網絡

慢下來, 去生活

在這個崇尚金錢和財富的時代, “慢生活”似乎已經成了無用的奢侈品。

其實, 許多人有這樣的體驗, 比如那些經常吃山珍海味的老板, 吃來吃去還是懷念小時候在農家的院子裡, 現摘帶著露珠的黃瓜、小蔥, 配上媽媽親手做的醬。

由此可見, 伊壁鳩魯說得對: 快樂多半依賴於精神, 較少依賴於物質。

所以, 我們都誤解了“慢生活”, 以為那是一種沒有效率的乏味, 其實不然。卡爾·霍諾說, “慢生活”不是磨蹭, 更不是懶惰, 而是讓速度的指標“撤退”, 讓生活變得精緻。

適時的“慢生活”, 在本質上就是讓我們找回生命初時的快樂, 是一種利用時間資源來補充生命資源的過程, 讓人們在快節奏中找到“一張一弛”的平衡, 學會享受人生。

僅僅是簡單的日常, 在買菜、做飯、閒聊、洗衣等生活勞作中尋找“小確幸”, 在電視機前的我們看得津津有味, 仿佛跟隨他們回到了從前。

我們無比渴望慢下來, 向往有一次機會, 日出而作, 日落而息, 腳步慢一點, 更慢一點, 享受一刻輕緩溫柔的時光。

那是心靈的按摩。

現在的都市人, 都太專注於自己, 生活的鏡頭只有自我喜怒哀樂的特寫, 其他種種都是一派模糊的背景。如果我們能偶爾放慢腳步, 活在當下, 就會恍然發現: 世界每時每刻都在打扮著自己。還有什麼比在黃昏時鄉間綠野的小路上晃晃悠悠地散步, 更令人心曠神怡?

生活從不會為任何人停下腳步, 哪怕我們匆匆趕路, 得到的往往也不比吝棄的多。反而當我們不再急迫, 完全遵循自己的速度前行, 或許才能夠明白生命的真相。

米蘭·昆德拉說: “慢, 是一種正在失傳的樂趣。”

慢, 才是快樂生活的要素。

真正有品味的生活都是從慢生活中醞釀出來的, 慢一點生活, 我們就會找到那一條路, 它是一種休息, 更是一種修行。當我們愛上這種節奏的時候, 就享受到了它帶給我們的那份充實、寧靜。

食物可以更健康一點, 衣櫥可以更井井有條一點, 家可以更舒適一點, 朋友可以更簡單一點, 快樂就會更多一點。

所以, 慢下來, 去生活。

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



每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四 THURSDAY Apr 4	星期五 FRIDAY Apr 5	星期六 SATURDAY Apr 6	星期日 SUNDAY Apr 7	星期一 MONDAY Apr 8	星期二 TUESDAY Apr 9	星期三 WEDNESDAY Apr 10
0:00 等我愛你	0:30 大師兄	1:40 新聞重播	0:05 香港有線新聞	0:00 香港有線新聞	0:50 點對點	2:10 新聞重播
2:05 新聞重播	2:25 新聞重播	3:00 大師兄	0:40 失憶界女王	0:35 初戀拿喳類	2:35 新聞重播	3:25 怪談之魔鏡
3:20 黑玫瑰義結金蘭	3:40 魔畫情	5:05 爆裂刑警	2:35 常在我心	2:20 偷偷愛你	3:50 愛情傳真	5:00 超級班長
5:15 清風明月	5:30 完全失控	7:25 第六誡	4:30 至尊無上2之永霸天下	4:15 太子傳說	5:30 龍氣逼人	7:20 精武風雲: 陳真
7:20 妃子笑	7:20 濠江風雲	9:10 雙子	6:15 鬼書友	6:00 完全失控	7:15 惡人谷	9:20 鬼眼刑警
9:15 飛砂風中轉	9:10 運財至叻星	11:00 香港Art Like	8:30 月滿軒尼詩	7:30 新烏龍院	9:10 新烏龍院	11:00 月嫂先生
11:00 月嫂先生	11:00 月嫂先生	11:30 發現酷	10:30 外人自己人	9:20 十七歲的夏天	11:00 月嫂先生	12:00 金錢之花
12:00 金錢之花	12:00 金錢之花	12:00 煉狗術師II	11:00 第一志願	11:00 月嫂先生	12:00 金錢之花	13:10 新烏龍院
13:15 等我愛你	13:15 機動部隊-同袍	12:35 高舉愛	11:35 失憶界女王	12:00 金錢之花	13:10 竊聽風雲2	14:50 湄公河行動
15:10 黑玫瑰義結金蘭	15:00 楊門女將之軍令如山	14:30 爆裂刑警	13:25 常在我心	13:15 初戀拿喳類	15:15 點對點	16:55 引爆者
16:55 機動部隊-同袍	17:00 第六誡	16:20 鬼書友	15:15 至尊無上2之永霸天下	15:00 偷偷愛你	16:50 精武風雲: 陳真	18:40 Fit開有條路
18:40 開嚟見我	18:40 開嚟見我	18:30 北妄神州	17:00 新烏龍院	16:50 惡人谷	18:40 Fit開有條路	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	18:40 Fit開有條路	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 十七歲的夏天	19:05 娛樂頭條	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 大師兄	22:00 新烏龍院	19:30 香港有線新聞	20:00 有線中國組	20:20 金錢之花
20:20 金錢之花	20:20 金錢之花	22:00 月滿軒尼詩		20:00 有線中國組	20:20 金錢之花	21:30 第一志願
21:30 香港Art Like	21:30 外人自己人			20:20 金錢之花	21:30 煉狗術師II	22:00 內衣少女
22:00 發現酷	22:00 雙子			21:30 週一祥談	22:00 鬼眼刑警	
22:30 楊門女將之軍令如山	23:50 高舉愛			22:00 北妄神州	23:50 湄公河行動	
				22:35 竊聽風雲2		