

「居家」「品餚」

康
百好小廚

為保障貴客們健康為大前提，本店暫停堂食服務。
 現提供外賣自取及送餐服務，請來電查詢，手提：403-919-0833。

除原有餐牌美食外，特別加設外賣自選新菜式

小菜類

- ◆ 桂花炒魚肚
- ◆ 家常豆腐
- ◆ 芥蘭炒牛肉
- ◆ 頭抽蔥油雞
- ◆ 粟米脆斑塊
- ◆ 豆仔豉蒜蝦餅
- ◆ 七彩蒸肉餅
- ◆ 魚香茄子煲
- ◆ 中式豬扒
- ◆ 羊城大馬蓋



湯類

- ◆ 粟米魚肚羹
- ◆ 西湖牛肉羹
- ◆ 韭黃瑤柱羹

外賣特價	一湯三餸	\$64
	一湯四餸	\$86
	一湯五餸	\$96
	一湯六餸	\$112

特別推薦
強肺保健



歡迎預訂

杏汁豬肺湯



百好小廚

LUCKY PLACE RESTAURANT

#104, 108-3 Ave SW Calgary 電話: 403-474-9000

營業時間

六天營業
 逢周一休息 · 公眾假期照常營業
 11am~3pm
 4:30pm~11pm

休假啟事

因新冠肺炎病毒在卡城蔓延情況日趨嚴峻
 為確保貴客及公共健康安全

本酒樓由即日起暫時休假至另行通知為止
 不便之處，敬希見諒！

**謹祝 各位身體健康
 疫情早日終止**

Allstate
 交託在手 放心無憂

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。商標由 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

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。

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

梁兆邦先生

投資助理：Jessica Chan 直線：403-299-8603
 TD Canada Trust Tower, 9th Floor, 421 7th Ave S.W., Calgary, AB T2P 4K1

TD Wealth 道明財富

道明財富私人投資管理 (TD Wealth Private Wealth Management) 是代表由道明證券(加拿大)有限公司之屬下或附屬公司之投資管理。 (TD Wealth Private Investment Advisor) - 道明證券(加拿大)有限公司之附屬公司 (TD Wealth Private Investment Counsel Inc) 提供之退休儲蓄私人全權代理投資 (TD Wealth Private Investment Counsel) - 道明證券(加拿大)有限公司之附屬公司 (The Canada Trust Company) 提供之退休儲蓄私人信託 (TD Wealth Private Trust) 所提供之遺產和服務。 TD Wealth Canada Inc - Member of Canadian Investor Protection Fund - 所有商標均為其擁有者之商標。 *道明 (TD) 標誌和其也向轉售商行之商標。



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

出品精益求精 裝修幽雅舒適



休假啟事

為確保貴客健康安全
及避免受病毒感染，本店定於
3月16日（星期一）起暫停營業
至另行通知為止，
不便之處，敬希見諒！

祝願各界身體健康！

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

森記 一點心

Sum Kee

One Dim Sum



特別啟事

本店新增電話訂購服務 減低感染風險
現增設電話訂購預約提取服務
本店自復業以來，承蒙各界鼎力支持
部份貨品被搶購一空，供應商亦有缺貨情況，
故未能即時生產應付顧客所需，敬希見諒！

全新營業時間

每日上午十一時至下午四時

(逢星期二休息)

詳情請來電查詢 敬請各客戶垂注

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

件件手工鮮製

款款匠心獨運

余慕慈加拿大特許專業會計師

JAMES YEE PROFESSIONAL CORP.

Chartered Professional Accountant

三十多年會計經驗

提供英、國、粵、台山

多種語言服務

•會計 •簿記 •年結及財務報告

•公司及自僱報稅 •公司註冊

•Payroll / GST

歡迎
電話查詢

#10, 1015 Centre St. NW Calgary AB T2E 2P8
Tel: 403-230-8685 Fax: 403-230-2799
Cal: 403-606-6878 Email:jamesyee@telus.net



疫情下叫外賣 是否吃得安心

•奇路迪雲

疫情期間，不少餐館都閉門不設堂食，但繼續提供外賣。一直嘴饞想吃拉麵或小炒的小編也是想吃美食想瘋了，經典的甜品和珍珠奶茶更是無跡可尋。雖然早在家中買下各種食材，無奈工具欠缺，或是技術有限，總做不出自己想吃的感覺（畢竟不是誰都能做大廚的），於是打開各種外賣app，如Skip，飯糰等。但剛想下單時，卻難免會擔心，到底這外賣是否安全？會否在製作或送餐時，食物就受到感染？現在一起來看看如何有效防範叫買外時，讓自己吃得放心的小Tips吧。

TIP 1

不點冷食或生食

雖然小編非常喜歡吃日本魚生，但是，現在這種疫情下，還是慎重下單比較好。因為，Covid-19是不怕冷環境的。因此，如果愛吃日本菜，可先考慮下單拉麵、日式咖哩或天婦羅，就絕對無問題啦。還有涼拌菜式，韓式涼麵，滷菜等，記得考慮清楚才好下單。



TIP 2

應高溫烹調

Covid-19經外賣傳播的可能性並不高，前提是要做好消毒清潔的防護工作，就能吃得安心。病毒在溫度56攝氏度的狀態下，30分鐘內就能被殺死，而炒菜一般的溫度可高達100攝氏度甚至更高。



TIP 3

點餐時需慎重選擇

由於不是堂食，無法看清餐廳的用餐及煮食環境。若擔心對方會選用較差的食材，或是製作環境不乾淨的話，最好在口碑好（下單時先看評論），或是自己平時吃過的餐廳點餐，方便又放心。

TIP 4

注意食物的多樣化

每天宅在家中，無法像往常一樣正常工作或做運動，心情多少會受到影響。另外，Covid-19喜歡攻擊免疫力較差的群體，因此，叫外賣的時候，亦可多點葷素搭配的餐飲，讓自己吃得健康。應保證有蛋白質、脂肪、碳水化合物、礦物質、維生素等營養的充分補給。

TIP 5

無接觸配送

下單時可叫外賣員將外賣放置門外，盡量做到與對方零接觸。若不方便或不放心將食物放在門外，亦可配戴好口罩、一次性手套或攜帶幾張紙巾，再接過外賣員遞過來的外賣，降低傳播病毒的風險。



TIP 6

丟棄外包裝

在手套或紙巾的保護下，拆下並丟棄外賣包裝，並快速用肥皂水徹底洗淨雙手。將食品轉移至家中乾淨的餐具裡再食用。

TIP 7

可再次加熱

如果還是不放心食用，還可以將外賣放進微波爐加熱幾分鐘。若是炒菜的話，更可將其放進炒鍋中翻炒一下再食用。

TIP 8

選擇戶外食用

現在天氣回暖，另一個可享用美食又不用擔憂的方法便是在自家後院吃外賣（不冷又不下雪的情況下），既可呼吸新鮮空氣，又可靠風的力量吹散病菌，一舉兩得（目前中國部分寫字樓工作的白領或醫務人員都採用此辦法）。

4/10 - 4/16
Alberta Stores Only
只限亞伯達省各分店

大統華 T&T 有大統華, 真好!



Flyers on WeChat
每週特價看微信

驚爆 超低價 Big Sale

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

Avocado 牛油果 5pcs **5** 4/10-4/13 DAYS 天

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

388 /ea袋

Duck (Frozen, Utility) 鴨 (急凍, U級) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

No Extra Service 不設加工

Limit per Family 3 nos. 每家限買 3 隻

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

188 /lb磅

Dungeness Crab (Live) (Under 2lbs Each) 螃蟹 (游水) (每隻2磅以下) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

Limit per Family 4 nos. 每家限買 4 隻

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

899 /lb磅

Carrots 紅蘿蔔 **5** 4/10-4/13 DAYS 天

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

66¢ /lb磅

Blue Jay Oranges 藍鳥橙 **5** 4/10-4/13 DAYS 天

Large 大

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

128 /lb磅

Pork Side Ribs (Fresh, Centre Cut) 精切大排骨條 (新鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

No Extra Service 不設加工

Limit per Family 8 nos. 每家限買 8 磅

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

298 /lb磅

White Shrimps (Frozen, Head-On, 40/50) 盒裝白蝦 (急凍, 有頭, 40/50) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

Limit per Family 4 nos. 每家限買 4 盒

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

699 /ea盒

Watson Takoyaki 華生章魚燒 400g **8** 4/10-4/16 DAYS 天

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

2/598

Welcome Back 我們回來啦

Promotion only at Calgary Store (Pacific Place Mall) 活動只限卡加利分店 (太古廣場)

Chinese Eggplant 中茄 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

99¢ /lb磅

Young Coconut 新鮮椰青 9pcs **4** 4/10-4/13 DAYS 天

1688 /ea箱

Beef Chuck Roll Sliced (Frozen) 亞省肥牛片 (急凍) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

380g **788** /ea盒

Fish Tofu (Previously Frozen) 魚豆腐 (冰鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

399 /lb磅

Ya-Li Pears 鴨梨 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

98¢ /lb磅

Dragon Fruit 火龍果 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

188 /lb磅

Shanghai Bok Choy Sprout 上海菜苗 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

199 /lb磅

Beef Back Rib (Fresh) 牛背排骨 (新鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

Strips Cutting Service Only 只提供切條服務

298 /lb磅

Australia Barramundi (Live) 澳洲桂桂花魚 (游水) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

899 /lb磅

Atlantic Salmon Fillet (Fresh) 大西洋三文魚柳 (新鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

899 /lb磅

Fuji Apples (China) 中國富士蘋果 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

128 /lb磅

Chinese Eggplant 中茄 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

128 /lb磅

Organic Enoki Mushroom 有機金針菇 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

2/250

Beef Chuck Roll Sliced (Wagyu) (Frozen) 肥牛片 (和牛) (急凍) 230g **4** 4/10-4/13 DAYS 天

698 /ea盒

Ling Cod (Fresh) 花鱈魚 (龍躉) (新鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

899 /lb磅

Cuttle Fish Nugget (Previously Frozen) 墨魚天婦羅 (冰鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

499 /lb磅

Chinese Golden Pears 中國水晶梨 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

148 /lb磅

Watercress 西洋菜 **4** 4/10-4/13 DAYS 天

2/250

RAW Lamb Loin Bones (Frozen) 老北京羊蠟子 (急凍) 2.5 LBS **4** 4/10-4/13 DAYS 天

888 /ea包

Beef Short Rib (Fresh, Bone-In) 牛仔骨 (新鮮) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

1188 /lb磅

Basa Steaks (Frozen) 龍利魚扒 (急凍) 680g **4** 4/10-4/13 DAYS 天

499 /ea包

PB Milk Fish (Frozen) 鮪魚 (急凍) **4** 4/10-4/13 DAYS 天

499 /lb磅

Trend Weekly April 9, 2020

Calgary Store (9AM - 8PM) 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 (9AM - 8PM) Edmonton (780 409 8686) | South Edmonton Store (9AM - 9:30PM) Edmonton (780 757 4628)

4/10 - 4/16
Alberta Stores Only
只限亞伯達省各分店

大統華 T&T 有大統華, 真好!

Subject to availability at each store. Photos are for reference only. Quantities and selections are limited for all of the items shown. 商品以各分店陳列為準。圖片只供參考。所有商品數量有限。售完即止。

<p>Yanaga Iriko Niboshi 日本小銀魚乾 250g 5.99 /ea</p>	<p>Samyang Hot Chicken Noodle 三養辣雞麵 140gx5 2/10.99 /ea</p>	<p>Hikari Mild Sodium Instant Miso Soup Hikari 即食味噌湯低鹽 331g 6.99 /ea</p>	<p>Imuraya Custard Pudding Box 井村屋濃厚雞蛋布丁 6pcs 24.99 /ea</p>	<p>Jinju Fish Sausage 真珠鮮魚腸 280gx40 14.99 /ea</p>	<p>Calpis Drink 可爾必思 1.5L 4.98 /ea</p>	<p>Haitai Spicy Flavor Rice Cake 海太元祖辣年糕條 230g 2.69 /ea</p>
<p>Lotte Milkis/ Peach Refreshing 樂天蘇打/ 2% 蜜桃飲料 240ml/ 250ml X6 2/3.49 /ea</p>	<p>Orion Squid Flavor Peanut Ball 好麗友鮑魚味花生 686g 9.99 /ea</p>	<p>Unicharm Hadaomoi Slim Night 尤妮佳親膚量多夜用 (26cm)/ 日用(21cm)衛生棉 17pcs/ 24pcs 2/14.99 /ea</p>	<p>Takumi Japan Magma Plate Rolled Omelette Pan/ Frying Pan 日本匠岩紋玉子燒鍋/ 職人岩紋煎鍋 M/ 26cm 3/6.88 4/9.99 /ea</p>	<p>Shikoku Sanuki Japanese Frozen Udon 四國日本冷凍烏冬 250gx5 2/6.98 /ea</p>	<p>Bingrae Milk Drink 冰極牛奶飲料 200mlx6 6.38 /ea</p>	<p>Monteur Uji Matcha Petit Chou/ Waffle 夢麗屋宇治抹茶泡芙/ 華夫 90g-136g 4.88 /ea</p>

滋補養生藥 Nourishing Food

<p>Shitake Mushrooms 鮮花菇 4/10 - 4/13 4 DAYS 4.99 /lb</p>	<p>Fresh Ginseng 新鮮人蔘 4/10 - 4/13 4 DAYS 48.88 /lb</p>	<p>Chicken (Fresh, Whole) 龍崗雞 (新鮮, 原隻) No Extra Service 不設加工 Air-chilled 氣冷新鮮雞 4/10 - 4/13 4 DAYS 4.28 /lb</p>	<p>RWA Pork Femur Bone (Previously Frozen, Cut) 極上全自然豬筒骨 (冰鮮, 切段) 3lbs 6.98 /ea</p>	<p>Dace Fish (Frozen, Gutted) 鯪魚 (急凍, 去肚) 4.99 /lb</p>	<p>Conch Meat (IQF) 蜆頭 (單凍) 16.99 /lb</p>	<p>DS&H Dried Lotus Seed 大山合蓮子 227g 5.99 /ea</p>
---	---	---	---	--	---	--

<p>Heiwa Calrose Rice 平和平 壽司米 15 LBS 13.99 /ea</p>	<p>PrimaTaste Instant La Mian/ Laksa 百勝廚即食拉麵/ 叻沙全麥麵 160g-185g 2/5.39 /ea</p>	<p>Kikkoman Soy Sauce 萬字醬油 3.79L 16.99 /ea</p>	<p>Heiwa Sesame Oil 平和芝麻油 163ml 2.69 /ea</p>	<p>UFC Coconut Water UFC 椰子水 1000ml 2/4.98 /ea</p>	<p>Nestle Carnation Thick Cream 雀巢三花忌廉奶 170ml 2/5.99 /ea</p>	<p>Danisa Butter Cookies Danisa 牛油餅乾 908g 10.99 /ea</p>
<p>XPP Milk Tea 香飄飄奶茶 80gx3 2.99 /ea</p>	<p>Lay's Potato Chips 樂事薯片 (大阪章魚燒/ 北海道起司/ 東京照燒雞) 75g 2/4.50 /ea</p>	<p>Amino Facial Mask Amino 面膜 (保溼/ 美白) 4pcs 19.99 /ea</p>	<p>Cooker King Wok 炊大皇鑄鐵炒鍋 30cm-34cm 30.88 36.88 /ea</p>	<p>Frozen Golden Durian 泰國冷凍金枕頭榴槤 4.48 /lb</p>	<p>Hon's Premium Potsicker 漢記精選餃子 (豬肉/ 雞肉) 560g 2/13.98 /ea</p>	<p>Sunrise Smooth Tofu 日昇鮮裝滑滑豆腐 700g 1.98 /ea</p>

新鮮烘焙

<p>Sweet Egg Bread/ Milk Bread 雞蛋甜方包/ 鮮奶方包 400g 2/4.39 /box</p>	<p>Pastry Butter Cake 酥皮蛋糕 550g 4.99 /box</p>
<p>Green Tea Cake Roll With Red Bean 綠茶紅豆蛋糕卷 450g 5.99 /box</p>	<p>Wintermelon Pastry 台式迷你老婆餅 420g 4.29 /box</p>

美食廚房 4/10 - 4/13

<p>Kung Po Chicken/ Sweet Sour Pork 宮保雞丁/ 甜酸咕咾肉 450g/ 650g 2/19.99 /set</p>	<p>Spicy Peanut Combo + Whole Wheat Steamed Bun 山東麻辣花生 + 全麥饅頭 搭配組 340g + 120gx6 11.50 /set</p>
<p>Cabbage Pork Dumpling (Raw) 白菜豬肉水餃 (生) 730g when buy 3 boxes 凡買3盒 減 \$5 OFF</p>	<p>Kumamoto Sushi Set 熊本壽司派對盤 650g 12.99 /tray</p>

大統華 T&T ONLINE SHOP 網上購物 tntsupermarket.com

Check our website for more specials and more specials.
www.tntsupermarket.com
Customer Service Hotline 顧客服務熱線
1-866-868-5678

Quantities and/or selection of items may be limited and may not be available in all stores.
No rain checker substitution. Advertised prices and product selection may vary by store location. T&T Supermarket reserves the right to limit quantities. Descriptions take precedence over photos. Some illustrations in this advertisement do not necessarily represent items on sale, and are for design purpose only. We reserve the right to correct any unintentional errors that may occur in this copy or illustrations.

本廣告如有排版錯誤時，以店內實際為準。
所有商品數量有限，售完即止，不另設換貨。
大統華/大統華超市保留隨時取消、更改、修改與更換商品品質之權利。
圖片僅供參考，商品實際顏色、價格、顏色、規格以現場陳列為準。

Trend Weekly April 9, 2020

APR 10 - 16
2020



LUCKY SUPERMARKET

8.99 each

媽媽牌即食碗粉
Mama Instant Noodle Bowl
Chicken or Beef 6x65g

1.39

超Q牌玉米粉
Super Q Gold Bihon
Cornstarch Stick 454g

2.69 each

李錦記海鮮醬
Lee Kum Kee Hoisin
Sauce 443mL

89¢ each

壽星公煉奶
Ocean Swallow Chicken
Broth w/ or w/o MSG 396g

2.19 each

幸福比內牌香脆魚條
Lucky Pinoy Fish Crackers
Salt & Vinegar 200g

1.98 /lb

芥蘭苗 [墨西哥產]
Gai Lan Mue, Mex

98¢ /lb

台灣椰菜
Taiwan Cabbage, Taiwan

2.48 /lb

特大無核紅提子 [秘魯產]
Extra Large Red Seedless
Grapes, Peru

2.98 /lb

長豆角 [墨西哥產]
Long Green Bean, Mex

1.78 /lb

中國紫心番薯
Purple Yam, China

2.48 /lb

墨西哥韭菜
Green Chives, Mex

1.68 /lb

台灣菠菜 [墨西哥產]
Taiwan Spinach, Mex

98¢ /lb

BC 香甜安培士蘋果
Fancy Ambrosia Apple,
BC

2.48 /lb

台灣番石榴
Taiwan Guava, Taiwan

1.28 /lb

華盛頓特級富士蘋果
Extra Fancy Fuji Apple,
WA

3.48 /lb

夏威夷木瓜
Solo Papaya, Hawaii

1.68 /lb

無莖百加利
Asian Cut Broccoli
Crown

1.19 each

嘉慶牌廣東炒麵
Fiesta Pinoy Pancit Bihon
Rice Stick 227g

1.69 each

仙女牌米紙
Fairy Brand Gluten Free
Rice Paper 22cm 400g

1.29 each

媽媽精選多用途醬
Mother's Best All Purpose
Lechon Sauce 340g

5.99 each

幸福牌芥花籽油
Lucky Canola Oil 3L

3.99 each

禧福牌鹹牛肉
Hereford Corned Beef
340g

2/3.99

生猛大生蠔
Large Live Oyster

1.49 /lb

新鮮特級雞腿連背
Chicken Legs Back
Attached or \$1.29 /lb
for Whole Case Lot

2.29 /lb

震撼價
Super Hot Sale
豬腿肉連皮
Pork Leg with Skin

4.99 /lb

震撼價
Super Hot Sale
新鮮牛肉眼扒 (原裝)
Beef Ribeye Whole Pack

2.49 /lb

震撼價
Super Hot Sale
叉燒肉
Pork Shoulder Skinless

1.99 /lb

震撼價
Super Hot Sale
免治豬肉
Regular Ground Pork

3.99 /lb

震撼價
Super Hot Sale
豬肉丸 / 牛肉丸
Pork or Beef Balls

Forest Lawn Location:
#237, 4527 - 8th Avenue | 403.569.0778

Sunridge Location:
3333 Sunridge Way NE | 403.717.0770

Opens:
9am - 9pm Daily

Prices Effective
April 10, 2020

FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU
10	11	12	13	14	15	16

Instagram @ lucky_supermarket_calgary
Facebook @ luckysupermarketcalgary

5.99 /lb
2 Days Only
Apr 10 - 11
只限兩天



BLW 和牛西冷牛扒
BLW Wagyu Halal Beef
Sirloin Tip Steak

5.99 /lb
2 Days Only
Apr 10 - 11
只限兩天



原隻去皮草羊
Halal Whole Skinless Lamb

1.99 /lb



原條大眼雞魚
Whole Big Eye Fish 200UP

39.99 each



海燕牌去頭老虎蝦
Ocean Swallow Headless
Black Tiger Shrimp 21/25
3.6lb

4.29 each



布拉勤牌菲律賓腸仔
Bulacan Cured Longanisa
Sausage Hot or Sweet
375g

1.59 each



雞嘜綠豆
Cock Brand Green Mung
Bean 400g

9.99 each



昇牌香菇顆粒調味料
Yamada Mushroom
Seasoning 500g

6.99 each



卡夫牌原味芝士醬
Kraft Original Cheez
Whiz Spread 900g

4.48 each



楓葉牌煙肉
Maple Leaf Regular
Bacon 375g

3.99 each



韓式米糕
Korea Rice Cake Sliced
or Stick 1kg

3.49 each



阿甘油
Efficasent Extreme Oil
50mL

1.79 each



新東食品新鮮潮州標條
Chef Fresh Banh Pho
Noodle 454g

2.09 each



亞萊地牌菠蘿蜜
Aroy-D Yellow Jackfruit
in Syrup 565g

2.78 each



多款口味
Cocon 布甸連椰果
Cocon Pudding w/ Nata
de Coco Assorted
Varieties 6x118g

2.99 each



多款口味
康健牌樽裝啫喱
Healthin Fruit Jelly Jar
Assorted Varieties 640g

2/300



好運豉油雞腿
Lucky Soya Chicken
Leg Back Attached

2.50 each



好運紫薯芋麵包 (6個)
Lucky Ube Pandesal 6pc

5.99 each



薩蘭加尼巴調味虱目魚
Sarangani Bay Marinated
Milkfish 350g

3.89 /lb



海燕牌金牌雀鯛
Ocean Swallow Golden
Banded Fusilier Fish 100UP

4.49 /lb



海燕牌去腸肚弓鱸魚仔
Ocean Swallow Cleaned
Baby Mudfish 200/500

4.29 /lb



三魚牌魷魚筒
3Fish Squid Tubes w/o
Skin

15.49 each



海洋媽媽牌去頭白蝦
Ocean Mama Headless
Shell On Shrimp 41/50
2lb

6.49 each



海洋媽媽牌紅蝦仁
Ocean Mama White
Shrimp 71/90 340g

3.99 each



海洋媽媽牌雜錦海鮮
Ocean Mama Seafood
Medley 340g

1.99 each



爽口牌肉丸 (墨魚/蝦/魚肉)
Tasty Cuttlefish, Prawn
or Fish Ball 180g

5.99 each



AA-1牌紐西蘭半殼青口
AA-1 New Zealand
Mussels 454g

3.99 each



多款口味
韓式雜錦炸魚丸
Choripdong Pre-Fried
Assorted Fish Ball 500g

3.99 each



黑芝麻麥饅頭
Home Bake Black
Sesame Oat Bun 660g

99c



幸福比內牌嫩菠蘿蜜
Lucky Pinoy Green
Jackfruit 227g

Flyer prices effective April 10, 2020 | See instore for more specials. Visit www.luckysupermarketcalgary.ca | f @

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

#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。
Special offer valid only while quantity last. We reserved the right to correct any errors on the ad.

特價期 04月10日至04月16日

電話：403-250-8198

營業時間：每日10am - 8pm

金玫瑰香米
Golden Rose Jasmine Rice



\$29.99/bag

Nila 白蝦 31/40
Nila White Shrimp



\$21.49/box

18's 呂宋芒果
Mango Case 18 size



\$16.49/box

餐館特價批發

百加利	\$30.00/box
青蔥 Onion King	\$25.00/box
紅蘿蔔	\$13.00/box
台灣椰菜	\$21.00/bag
大洋蔥	\$22.00/bag

\$1.39/lb



水晶梨
Asian Golden Pear

\$0.59/lb



台灣椰菜
Taiwan Cabbages

\$3.39/lb



夏威夷木瓜
Hawaii Papaya

\$1.39/lb



百利芥蘭
Gai Lan

\$1.05/lb



加州大甜橙
California Oranges

\$1.39/lb



上海白菜
Shanghai Bok Choy

\$1.25/lb



藍鳥甜橙
Blue Jay Oranges

\$1.59/lb



雪裡紅
Sher Li Hon

\$0.99/lb



紅蛇蘋果
Red Delicious Apples

\$2.99/lb



靚苗王
Peatips King

\$3.69/ea



G7 中原咖啡
G7 Instant Coffee

\$1.55/ea



椰樹牌米紙
CT Rice Paper

\$1.49/ea



開平辣腐乳
Kaiping Preserved Bean Curd

\$5.39/pk



煤氣
Gas

\$1.19/ea



五星煉奶
Star Condensed Milk

\$1.59/ea



雞牌去衣綠豆
Cock Peeled Mung Bean

\$1.89/ea



宏源水果糖
Assorted Fruits Candy

\$1.39/ea



鷹金錢涼粉
Eagle Coin Grass Jelly

\$2.89/ea



珍珍齋醬油
CG Vege Soy Sauce

\$0.89/ea



雞牌菱粉
Cock Tapioca Flour

\$0.95/ea



家樂雞湯
Knorr Chicken Broth

\$4.59/ea



豐美薑茶
Ginger Tea

\$2.49/ea



大信滷豆乾 / 硬豆腐
DSI Spiced Tofu, Extra Firm Tofu

\$1.59/ea



ARD 急凍椰子水
ARD Frozen Coconut Water

\$12.99/bag



26/30 鳳尾蝦
White Shrimp With Tail On

\$1.85/lb



三去鯽魚
Frozen Cleaned Tilapia

\$6.59/lb



海威龍鱈魚
Searay Greenland Turbot

\$6.29/ea



21/25 老虎蝦
Black Tiger Shrimp

\$2.29/ea



思念玉兔奶黃包
Synear Custard Bun

\$21.99/box



AKENO
HEADLESS SHELLON PACIFIC WHITE SHRIMPS
26/30 Akeno 白蝦
Akeno White Shrimp

輓

本會名譽會長

黃悅應老先生 千古

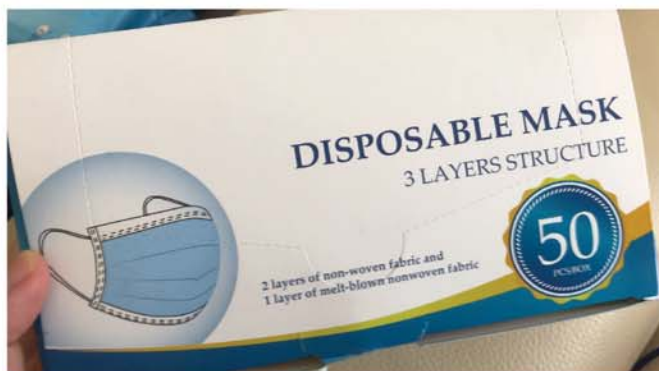
痛悼耆賢 德望常昭



卡城黃氏宗親會

卡城黃氏婦女部 仝人敬輓

卡城漢聲音樂社



加聯邦政府加大力度 力挽企業及基層國民 亞省將面臨極大挑戰 醫護物品宜小心選購

加拿大總理杜魯多在星期三早上新聞發佈會上稱，加拿大政府將以最積極的態度去為國民解決目前因受疫情影響的國民與企業。日前聯邦政府所修改的僱員薪金資助方案，因聽取多方面意見後，星期三早上立即宣佈將門檻降低，之前需在今年3月份的營業額相比去年減少30%才合資格申請，現已改成減少15%便可申請，希望能更有效地舒緩有經濟困境的企業。因數據顯示，很多私營中小企業皆面臨財困而暫時停業，就算疫情過後可以重開的機會亦不大。加拿大政府現祇有力挽狂瀾，希望保住就業人數，免令失業率失控。加航與聯邦政府相討後，星期三亦即時公佈會盡快重僱剛被臨時解僱的員工，現時未能保證可以重僱全數16000名臨時被解僱的員工，但會盡快安排。至於學習暑期工資助計劃，聯邦政府亦已計劃全數資助僱主聘用學生任暑期工。聯邦政府的緊急援助金自星期一開始接受申請以來，截至星期二晚上已經成功接受一百七十萬份申請表，而星期三早上已經有讀者向我報料，已收到由政府直接轉賬到戶口的援助金，行動之快真是一反常態。



消息，主要是希望所有省民能作好準備，希望上下齊心面對疫情，亞省政府肯定會作最大努力為省民謀福祉。除此之外，當然希望聯邦政府能施以援手，日後對亞省能源業能加以支持。

亞省省長康尼星期二傍晚舉行了一個電視直播發佈會，向省民宣佈亞省現正面臨一個極大的困局，要同時面對及解決三個從未發生過的問題，首先是新冠肺炎疫情仍然嚴峻，聯邦政府及亞省政府面臨重大考驗。在直播中，康尼更提醒省民，疫情可能要到五月初或中旬才會到達頂峰，以模擬程式推算，八十萬亞省省民有機會受到感染，可能有高達4百至3千名省民因疫情而死亡。但康尼強調，這祇是一個推算的數字，確實的數字是受多方面影響的。現時數據顯示，執行社交距離及注重個人衛生健康是最有效的防疫措施。希望所有省民能保持社交距離，盡可能留在家中及勤洗手。亞省現時面對的第二難題是本省經濟，因疫情影響，省內各行各業皆受到莫大衝擊，有很多商戶及企業都面臨倒閉的危機，亞省將可能面對前所未有的25%失業率，但省政府及聯邦政府皆盡力去幫助有需要的國民度過難關。而第三個難題就是亞省主要收入來源的能源業，現時的石油價格是近數十年來的低點，一向主力石油的稅收及特別權收入的亞省，可算是雪上加霜。康尼向省民發佈此等不利

卡城市政府星期三下午終於向市民公佈，4月9日星期四開始，卡城市內所有市政府轄下PARKPLUS咪錶停車位及住宅區內被劃分祇許區內居民才可泊車的車位皆可獲30分鐘停車寬限。市政府推出此劃主要原因是因疫情影響，網上購物及餐外送業務上升，方便速遞員及送貨員泊車。

近日頻頻聽到有些國家從外地購買醫護用品應急，收貨後發覺不合規格而退貨，令防護裝備短缺等等。仲記得上個月香港有位朋友來電，問我加拿大是否需要口罩，因為現時很多地方都有廠商開始復產，可大量生產，他亦剛運了五百箱（共五萬個）去北美，據他所知，銷情很好而且利錢不錯，隨即他便微信一些貨物相片給我，看後即指出包裝盒外並無註明規格，未有政府及醫衛機構認證是不可亂賣的。他一日後覆我稱，已詢問過廠家，祇要我訂購三百箱或以上便可幫我加上甚麼認證都可以，不另收費。此等無良廠家，為發醫難財，真是無所不為。我相信此劣等廠商並非祇在某國家會存在，肯定好多較落後國家都大有人在。希望所有國家都能有一個完善的機制及法則能監管這些人命悠關嘅出品。就好似上幾日，卡城衛生局就封查一間在住宅內及車房內生產及包裝食品的工場，原因就是未能符合衛生條例。

亞省上兩日疫情未有顯著大幅上升，其中一個原因是亞省衛生局嘗試採用了新的篩選措施，獲測試的人較少，但日內將回復正常每天全省篩選約4千人。星期三全亞省新增50例，共1423病例，卡城祇新增25例共860例，而愛城則新增10例，共368例。



2020年4月8日



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\$30即可免費獲贈蜜瓜壹個

SALE 4.98/ea
10lb Yellow or White Potatoes 黃/白肉薯仔 (10磅)

SALE 0.68/lb
Zucchini Squash 意大利瓜

SALE 1.68/lb
Nadercott Mandarins 蜜柑

SALE 0.68/lb
Gala or Ambrosia Apples 基拿 / 安培士蘋果

SALE 3.98/ea
5lb Local LE cukes 本地青瓜 (5磅)

SALE 0.98/lb
Navel Oranges 大甜橙

SALE 1.28/lb
Green or Black Seedless Grapes 無核青/紅提子

SALE 2.98/ea
Jumbo Pineapples 珍寶菠蘿

WHOLESALE DELIVERY
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
周一至周五: 9am-8pm 周六: 9am-7pm 周日: 10am-6pm



本周特價
4月9日 - 4月15日

體驗雪山美景易如反掌



欣賞美景，闔家共享冬天精彩活動，免費泊車。

1-877-956-8473 or skilouise.com

B&J 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
恭祝各界新春快樂



花麗雅花店

#14 132 3rd Ave SE, Calgary (華埠東方商場內)
Tel: 403-265-3388 / 403-660-3017 (Diana Ma) Fax: 403-262-6522

- ✘ 結婚花球
- ✘ 靈柩花被
- ✘ 開張花籃
- ✘ 長壽花圈
- ✘ 剪綵花球
- ✘ 花牌、花籃
- ✘ 祭帳、禮園



原上海灘七大歌后之一的李香蘭的傳奇人生

•宇軒

一首張學友的《李香蘭》讓不少聽眾認識到了這位一代名伶，她亦是名曲《夜來香》的原唱者，與龔秋霞、周璇、姚莉、白光、白虹、吳鶯音並稱為當年上海灘的“七大歌后”。

李香蘭於1920年出生在奉天市北煙台（今遼寧省燈塔市），出生名為山口淑子，因其祖父山口博仰慕中國文化，她的父親便舉家遷往撫順。之後其父山口文雄的義兄弟李際春認了她作義女，並起中文名為李香蘭。一次偶然機會，被奉天的廣播電台星探發現，知道她會說日語又會說一口流利的普通話，為了宣傳所謂的日滿親善，就讓她成為了當時偽滿洲國文化宣傳的一份子。1937年，李香蘭進入滿洲國電影界，成為滿洲頭號女星，並拍攝了多部電影，其中多扮演中國女子崇尚日本皇軍的角色。1941年，李香蘭到台灣巡迴公演，掀起史無前例的追星浪潮。其後到上海發展，為中華電影公司、中華聯合製作公司、滿映拍了經典電影《萬世流芳》，並主唱了電影的主題曲《賣糖歌》及《戒煙歌》，讓她紅



01



02



03



04



05

圖1 年輕時的李香蘭美麗動人
圖2 李香蘭在中國上海演出時的
照片

圖3 李香蘭回日本後以本名山口淑子參與各種演出
圖4-5 李香蘭在中國拍攝了部分辱華的電影，當時惹來了不少民眾爭議



李香蘭與父親山口文雄的合照

遍全中國。跟著《夜來香》、《恨不相逢未嫁時》、《何日君再來》、《海燕》等歌曲，更讓她聲名大噪。1943年，她再次抵達台灣，演出電影《沙韻之鐘》再度掀起熱潮。李香蘭曾多次到訪日本，凡掛上其本名山口淑子的電影，都會造成轟動。由於當時正值中日戰爭，她的行為引起國人不滿，迫於無奈，她在北京為演出多部媚日電影引發國人憤慨而道歉，並正式離開滿映公司。1945年，她在上海大光明大戲院舉行個人演唱會“夜來香幻想曲”，大受歡迎。同年，第二次世界大戰結束，日本投降，滿洲國解散，李香蘭被中華民國逮捕，被控漢奸罪名。其後戶籍由北平其父母住處送到上海，證實她是日本人而非漢人，幸而得以無罪釋放，遣返日本。1947年改回原名山口淑子，於日本繼續其演藝事業。更在50年代到美國以「Shirley Yamaguchi」（雪莉·山口）為藝名拍了三部電影，50年代尾又到香港為邵氏兄弟有限公司拍攝電影。1951年嫁給了美國雕塑家野口勇，兩人於1956年離婚。之後再嫁外交官大鷹弘，並告別舞台轉而從政。1974年，山口淑子接受日本自由民主黨提名，成功當選日本參議院議員，並在1980年及1986年成功連任。1993年11月3日，獲頒授勳二等寶冠章。政界引退後，亞洲婦女基金會的號召人，擔任該基金會的副董事長。2014年9月，因心臟衰竭在家中去世，結束了其傳奇的人生。



右圖為年老的李香蘭





Arkie

斷。捨。離 Dan-sha-ri “分手要狠，比購買勇敢”

在這疫情期間，多了時間閒在家，不禁看見一大堆不想面對的家務，還有那些我不想去清理的衣櫃抽屜，還有還有還有....其他雜物，每次想起也令我頭痛不堪，根本不知道怎樣開始，但是我知道，不開始，我永遠不會到終點，一個清理雜物衣櫃，兼且清理自己的終點。

於是吸一口氣，倘開抽屜，一大堆雜物。再到另一個衣櫃，看一看，無眼睇！全都是對得雜亂無章的衫褲鞋襪。跟自己說了數年，要好好的執捨清理，但每次想丟掉一件物件時，心裡總會想「或許我遲些用得着」，於是物件放回原處，有一點像膠着的關係（拍過拖的你一定明白），那就是放手好，還是執著地hold多一陣子好？或許....也許...某一天情況會改變？！最終結果，哈哈，大家想得到

吧！沒用的東西，最終在下次大掃除時再出現，然後你會

「開心大發現」地發覺原來物件一整年也沒用過，跟着想把它扔掉時，那「不如keep多陣」的矛盾心態又來了，簡直是「來回地獄又折返人間」.....最後，舊物沒被丟掉，新買回來的新歡又塞滿櫃了！

早年聽過很多「斷舍離」的文章，朋友更有心地把書也贈我，希望我能早早清理外在及內在。這個「斷舍離」概念（日本讀音Danshari，來自日本的山下英子，靈感來自他學習瑜伽時的哲學「段行，捨行，離行」。「斷」是斷絕不必要的東西，「捨」是捨棄多餘雜物，「離」是脫離對物品的執着。簡單的說，是叫大家「唔用嘅嘢掉晒，唔好俾物質控制自己！」這個「簡單生活」的概念，不單指生活上執捨那麼簡單，而是透過執捨行為，整理心中混沌，了解自己多點，讓你我人生活得舒適自在！

真有那麼神奇嗎？執屋也可以令心靈得到調整？其實理念是要大家把「自己」而不是「物品」為主軸，

思考甚麼東西最適合「現在」的自己，不是過去，也不是將來！所以當有些物件放在一邊，心裏想「或許將來有用吧」，而實際是這件物件基本上對「現在」的你沒有用！所以應該割愛捨棄，若覺太浪費，也可送給別人，這樣物件也不會失去它自身的價值！

「斷捨離」提倡的是在每個當下，都用「最少量」但「最好、最適合自己」的東西。當環境變得清爽，心靈也會神奇地達到另一個層面，等同做了一個心理治療一樣，把舊的過去的扔掉，心靈才能騰出空間，接受更好的種種！

要怎麼實踐？看看以下四大要訣：

一)「我」需不需要？

在整理房間，特別是衣櫃，反覆問自己這些東西「需不需要」，簡單誠實回答自己，不需要的便是不需要，可丟掉或轉送別人。

註：個人感受，有些衣服是沒穿沒爛的，但不知怎麼，就是這一兩年也沒提起勁去穿過，其實這代表這些衣服自己是不會再穿了，雖然衣服依然新淨，但何不送給更懂欣賞衣服的朋友，或是可捐出去幫助有需要的人？

二) 三思而後行

購買之前要好好想，問問自己：「我是需要，還是只希望擁有？」記着要跟自己說，要丟掉舊物才可買新的哦！那就可以減低買入不必要的！可笑是，翹姨姨剛剛也發癲的買了四對新鞋子，現正頭痛要丟掉那些不穿的鞋啊！



TIDYING UP
WITH MARIE KONDO



三) 善用收納空間

可將物件甚至工作分類，如「常用物品」及「最少使用的物品」放在不同籃子裏，方便知道有什麼東西是最需要丟掉的。工作也是，把分類成「目前即要進行」，「Urgent」，「Not That Urgent」之類，這可增加工作效率。而翹姨最要學的，應該是這種分類吧！

四) 分手要狠，比購買勇敢。

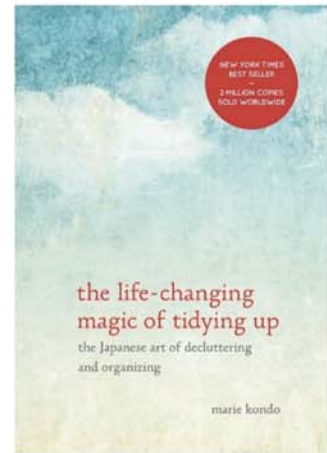
要牢牢緊記，「現時的我需不需要」這個概念，不要想「之後會怎麼怎麼」，因為我們經常都會用這種思維去為自己製造不放棄，不丟掉的理由，但事實你我都知，物件今朝用不着，他朝也記不起會用得著！

「斷捨離」不僅是一種執拾的行為，更是一種慢性心理治療，十分有趣！讀者也可以跟翹姨一樣，趁疫情留家的日子，好好思考自己想要的生活，記住Less is More的簡單道理。

如大家對這位日本雜物管理諮詢師有興趣，也可上網找找她的書**THE LIFE CHANGING MAGIC OF TIDYING UP** by Marie Kondo.

另外上網也可找到她的節目**TIDYING UP WITH MARIE KONDO**。有趣的節目，適合一家大小在被困家中時欣賞，多點輕鬆，也多一點啟發。

Review of The Life-Changing Magic of Tidying Up by Marie Kondo






VAN SON

VIETNAMESE CUISINE

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

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

CHESTERMERE 分店現已營業
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\$11.95)
Chef's Choice Rice Vermicelli(Value\$10.50)
- ※ 汽水壹罐 Soft Drink

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



\$12.50

+GST



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 每日不同精選檬粉

DAILY LUNCH CHEF SPECIAL VERMICELLI WITH FREE SALAD ROLL & CAN OF POP

送

海卷壹條

送

汽水壹罐

特價 \$10.45

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



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



海南雞

雞肉 所需材料

- 卑詩農場臺灣走地雞 約2磅重
- 雞高湯10公升
- 姜半塊 (去皮切絲)
- 蒜頭10瓣
- 中型紅蔥頭8顆
- 青蔥一把
- 八角6瓣
- 麻油 2湯匙
- 鹽 1/2湯匙
- 味啉 1/2杯
- 現磨黑胡椒 少許 (調味用)

雞湯 做法

- 將雞先去頭去腳做處理。雞脖子跟內臟則擺置一側
- (除全雞外)將剩餘的材料放入大湯鍋內,并開火煮至沸騰
- 轉小火燉煮20分鐘
- 將已去頭去腳的雞放入鍋中,并開火
- 烹飪約30分鐘後將鍋移開火源,讓雞繼續留在鍋內約30分鐘。
- 請注意:不可移開鍋蓋。雞的內部烹飪溫度應達到華氏180度F(相當於攝氏82度C)。
- 將雞從鍋取出并擺置于常溫約30分鐘。
- 雞湯將用于烹飪米飯及做為沾醬使用,請勿傾倒。

芝麻醬油沾醬 準備材料

- 醬油 50克
- 紅燒醬汁 25克
- 蚝油 30克
- 麻油 10克
- 植物油 5克
- 糖 25克
- 鍋內的雞湯 50克
- 黑胡椒 少許

做法

將材料全部攪拌均勻,擺置一旁備用。

準備材料 (米飯)

- 香米 1杯 (反覆沖洗約5次)
- 植物油 10克
- 雞油 1湯匙 (取自雞脖子或是內臟部分)
- 薑 4小片
- 蒜頭 4粒 (整顆完整的)
- 紅蔥頭 2個 (切片,非切粒)
- 青蔥 2棵
- 鍋內雞高湯 2杯
- 八角 2粒 (整顆)

做法

- 將油及雞油倒入鍋中 - 將雞脖子切斷并一起加入烹煮
- 用慢火烹煮約2分鐘
- 加入薑、蒜、紅蔥頭及八角再煮一分鐘。將脖子/內臟取出
- 加入白米及雞高湯
- 煮滾後轉小火燉煮
- 蓋上鍋蓋繼續烹煮直到湯汁收盡(約時20分鐘)

擺盤

- 將雞肉去骨後切至適量大小
- 在雞肉上淋上適量沾醬
- 加上切片小黃瓜或川燙過的豆芽菜作為擺盤配菜
- 將室溫的海南雞搭配熱騰騰的白飯一同食用

備注: 加拿大衛生部 (HEALTH CANADA) 建議使用電子食物溫度計以確保家禽肉烹煮至安全食用範圍。檢測方法為: 全雞肉品內部溫度應烹煮至攝氏82°C(即華氏180°F); 或已經處理過的片狀肉品內部溫度應達到攝氏74°C(即華氏165°F)。電子溫度計應插入肉質最厚密的位置(且尚未碰觸骨頭部分)。查詢更多食物安全資訊請瀏覽網頁: www.canada.ca/en/health-canada/services/general-food-safety-tips/safe-internal-cooking-temperatures.html

bcchicken.ca/consumer/specialty-asian-chicken

亞洲特產雞種



健康營養
按照加拿大標準生產



歐洲的刀叉進化史 · 宇軒

近日受疫情影響，政府及衛生部門都倡議國民需勤洗手，保持與人的2米距離，以及最新發佈的戴口罩的建議（筆者在想，他們終於覺醒了，但遲來總比沒有倡議的好）。勤洗手的確非常重要，所謂病從口入亦很有道理。但其實在古代的歐洲，人們一直都是使用手指來進食，不像我們亞洲，早有筷子這種先進的餐具來代替。



而刀叉真正的普及使用，其實只有短短的3-400年。那時的歐洲，即使像國王或貴族，都崇尚使用手指來進食。平民使用雙手五隻手指來抓食物，上層社會則只有右手的三隻手指。但在這進食的過程中，其實有相當多的細菌隨之帶入口中，這亦是當時黑死病反覆肆虐歐洲的原因之一。平民一般進食完後會直接拿手或自己的髒衣服擦嘴，而貴族則會配有一條抹布來擦嘴和手，這亦是餐巾的由來。但那時並沒有流行使用肥皂水來清潔雙手，因此單靠清水來清洗雙手，其實還是無可避免會將細菌帶進體內。



刀叉的最初起源和歐洲古代游牧民族的生活習慣有關，他們馬上生活隨身帶刀，往往將肉燒熟，割下來就吃。後來走向定居生活後，歐洲以畜牧業為主，麵包之類是副食，直接用手拿。主食是牛羊肉，用刀切割肉，送進口裏。到了城市定居以後，刀叉進入家庭廚房，才不必



隨身帶。由此不難看出今天作為西方主要餐具的刀和筷子身份很是不同，它功能多樣，既可用來宰殺、解剖、切割牛羊的肉，到了燒熟可食時，又兼作餐具。

這是刀叉在西方的使用歷史。而在東方，刀叉使用的歷史卻久遠得多。考古發現證實，在距今4000多年以前我們的先人就開始使用餐叉了。西北齊家文化遺址中發現了一些骨製餐叉，是三齒狀的。這種餐叉，跟我們現在用的西餐餐叉形狀是非常接近的，大小也差不多。而且值得特別注意的是，這種餐叉出土時，它和勺子和骨刀同在，表明當時餐叉、勺、刀是三件配套的。也很有趣，跟現在西餐的餐具的配置是一樣的。這種餐叉到了商周以後還在使用。在商代的一些遺址、墓葬中也有出土，尤其



是在一個戰國墓裏頭出土了有很多餐叉，有50多件，這是在洛陽出土的，和銅器放在一起。從商代以後，餐叉變為兩齒，它跟最早的三齒叉不太一樣，比較小巧一些。戰國之後中國人的餐叉使用：甘肅酒泉出土過東漢銅餐叉，廣東出土過東晉鐵餐叉，甘肅漳縣出土過元代的餐叉，和餐刀一同出土，同時在山東嘉祥也出土了同樣配伍的刀叉，還有專門

放置刀叉的竹鞘。當然在戰國之後，刀叉的出土明顯少了，說明刀叉的使用遠不如筷子流行。再說歐洲，刀叉在餐桌上的普及直到15世紀末才成為現實，這與思想解放的文藝復興不無關係。之前說過，由於長期用手抓食物，會容易產生細菌侵入身體。而文藝復興之所以會出現，亦與黑死病肆虐全歐洲有關。當時黑死病差不多要了一半以上的歐洲人的性命，普羅大眾開始質疑自己一直信仰的神無法救助他們，於是出現了思想解放。這次復興深深影響各階層人民生活的方方面面，他們開始意識到餐桌衛生，停止粗魯的吐痰行為，甚至在用餐時不忘欣賞精美的餐具，這代表新的用餐禮儀確確實實在某種程度上愉悅大眾。最初，餐桌上出現的刀是非常小的，很直，有纖細的刀鋒，用象牙、瑪瑙、銀子製作，常常鑲嵌著搪瓷或珍貴的寶石，並被看作私人財產。習慣用手指進食的歐洲人剛開始時並不喜用餐叉，甚至認為如果使用它們，上帝就沒必要賜予人類手指。因此，15世紀前，歐洲人將餐叉看作頹廢甚至是邪惡的東西。而在中世紀，餐叉一直作為廚具用於加工食品。16世紀末，餐叉作為工具在改進進餐的姿勢中出現。人們覺得用刀將食物送進口中並不雅觀，才開始使用雙尖叉，用刀叉叉住肉塊，這樣顯得優雅。再到後來，17世紀末，英國上流社會開始使用三尖叉的餐叉，到18世紀才出現四個尖子的叉。當時，法國革命爆發，由於法國貴族偏愛用四個叉齒的餐叉進餐，這種「餐叉的使用者」的隱含寓意，幾乎可以和「與眾不同」的意義畫上等號。於是餐叉變成了地位、奢侈、講究的象徵，隨後逐漸變成必備的餐具。19世紀的英國，四尖齒的餐叉已經成為標準形式，這亦是今天我們普及了的刀叉的使用。



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)
啟蒙音樂課程
• 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
• 鑲鑽
• 焊眼鏡

修理部 歡迎來款定做
★ 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 周炳焜
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 證書獲文憑。註冊鋼琴教師 *

INTRO MUSIC GROUP CLASS:
音樂啟發班
45 min: \$20 per lesson

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

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

微信: amyli2397
* 授課地點：西區, 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 (大統華超市隔鄰)
Pacific Plaza Mall 921
999-36th St. N.E. Calgary
電話 (403)235-3915
七天營業

• 吸力強勁
• 自動清洗
• 寧靜舒適
• 健康衛生

Auto Clean AC3200
CSA Approved
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 *

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

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
商業住宅、樓房翻新
專業土庫裝修一條龍服務

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



備三十多年經驗，為各類型大小商業住宅、餐館提供室內設計及裝修，
免費估價，為客人繪圖則，申請准許証，價錢合理，準時完工。

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

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

創業良機

DRIVE THROUGH KIOSK 車道食檔出租

位於車水馬龍 Macleod Trail 大道，
可經營咖啡小食、越南咖啡、
越南三文治、珍珠奶茶等。
鄰近無競爭對手，即可交吉開業

詳情請電: 403-605-8605

5230 Macleod Trail Calgary



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



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
爐爐器器塵氣庫頂
機機器器管管機



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

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**

全線設計和印刷服務:

- * 室內外廣告
- * LED招牌燈箱
- * 玻璃窗戶廣告
- * 展覽用易拉架
- * 宣傳橫額海報
- * 廣告門掛牌
- * 戶外廣告招牌、路牌
- * 中國年曆、掛曆、坐檯月曆

ROLL UP BANNERS
24hrs Turn Around
Available @ Calgary

FLAGS

DOOR HANGERS
LATE CHICKEN
SALE

BROCHURES/FLYERS

PRESENTATION FOLDERS

LAWNSIGNS
JOSEPH CARTER
LAWNSIGNS

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、乾葉清理、
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

百福石碑

· 最優質的服務
· 最多樣款式
· 最新穎的設計
· 最合理的價錢

SERENITY MEMORIALS CANADA LTD.

- 歡迎閣下隨時來廠參觀, (週六、日、晚間及公眾假期均可) 我們也可親臨府上講解。
- 地址: 4119-17St. SE Calgary, AB (Ogden Road 夾 17 Street / 42 Ave SE)
- 請隨時致電何先生 (廣東話, 普通話, 英文) 解答任何問題: 403-619-1033

林彬 稅務會計師

專業報公司稅、生意、自僱、私人稅、辦理護照

生意計劃書, 代客出租房屋
物業管理, 登記公司註冊

二十多年經驗, 價格優惠

手機: 403-383-8782
charleslam3388@gmail.com
139 Coverton Heights NE Calgary AB T3K 5B2

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

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



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

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

華安裝修公司

An An Contracting Company

緊修急修
內屋外修
陽台圍欄
屋頂換漆
水喉維修
瓷磚浴室
廚房水抽
漏房膠浴
安裝修抽
氣補室

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
水管更換
水電維修
木地工程
實木地板
雲石瓷磚
門窗安裝
圍牆陽台
土庫裝修
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 (國先生) 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

信賴可靠

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

M & M 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

又見盜墓劇 《鬼吹燈之龍嶺迷窟》



繼4年前靳東攜手陳喬恩合作的《鬼吹燈之精絕古城》後，劇迷終於迎來了另一部製作精良且口碑不差的盜墓劇，它便是由去年製作《鬼吹燈之怒晴湘西》的班底，帶領潘粵明、張雨綺主演的《龍嶺迷窟》。這次，潘粵明並不是飾演《怒晴湘西》中的陳玉樓，而是飾演經典的退役軍人胡八一。故事講的是胡八一經歷了精絕古城後返回北京的故事。有網友不解為何要換掉靳東和喬恩，畢竟他們倆的演出獲得頗高評價。原來是因為製作公司的不同，靳東版的是由正午陽光製作。這次潘粵明更是一口氣簽下了鬼吹燈系列的五部作品，估計之後觀眾不會再看到其他演員出演胡八一了（電影版除外）。“一千個讀者心中有一千個哈姆雷特。”個人感覺靳東其實演得不錯，很符合胡八一老幹部的特點。但潘粵明也演活了那個有點痞子氣，亦有點滄桑感的胡八一。至於張雨綺演出的雪莉楊，目前由於戲份不多，亦看不出她有甚麼精湛的演技。值得一提的是，劇中

穿插了一段鸛鳴哨的往事，由剛播完的大熱仙劇《枕上書》中的帝君高偉光繼續出演，讓劇迷非常期待。而香港老演員高雄，也在劇中飾演前摸金校尉了塵大師，這個角色亦是多部鬼吹燈作品中首次的登場。筆者比較不能接受的是劇中過多無聊的對白，尤其飾演王胖子的姜超。雖說不少觀眾認為他很符合胖子的感覺，但角色的設定過於膽小怕事，絲毫不像是經歷過精絕古城探險後應該有的淡定和睿智。目前該劇評分竟高於《精絕古城》，筆者還是頗為驚訝。如果說特技跟場景製作，兩部作品不相上下，但從劇情的緊湊而言，筆者覺得《龍嶺迷窟》還是差了一些。另外，飾演大金牙的演員演技過於浮誇，也成為本劇敗筆的地方之一。



招聘 出租 買賣

揚子江誠聘

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

403-273-3337 0402

名苑粵菜海鮮食府 誠聘

企枱、Busboy、洗碗
有意者請親臨面洽

10400 Macleod Trail SE

或電

403-630-3511 0402

東北區大型 食品加工廠 誠聘

1. 食品生產線員工多名
 2. 燒腊加工員多名
 3. 包粽子計件員多名
- 有經驗者優先，薪優糧准
有意者請親臨

3153 5Ave NE Calgary T2A 6C9
週一至週五10:00-5:00 (節假日除外)

0402

MEDICAL CLINIC HIRING

Our medical clinic is centrally located. We are seeking to hire full time Administrative Staff/Medical Office Assistant to provide support to our medical staff and customer service for our patients. Knowledge of Cantonese and/or Mandarin is an asset.

Please send resume to
medicalclinicinfo@gmail.com

0402

同興樓 聘

西北近大學
同興樓 誠聘
兼職洗碗
(星期四、五、六日)
及兼職炒鑊

有意請電

403-286-0488

或親臨面洽

416-4625 Varsity Dr NW

0402

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. 需懂中英文，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
李先生收

0402

西北柏文出租

Sage Hill Park

全新三房柏文，近1,000呎
兩浴廁，特大主人套房
連衣帽間，寬敞實用
特大陽台，私家洗衣房
合學生及小家庭居住
連一暖氣車位
月租\$1,500+電費
12月1日入伙，有意請電IVY

403-891-3387

或微信: ivychinkl 0402

埠仔餐館出讓

離卡城個半小時車程，35座位
鄰近車行、住宅，大量停車位
生意穩定，可轉做其他類型食肆
有意請電並留言

1-587-679-3422 0402

金源菜館 聘

經驗炒鑊及執碼
有意請下午三時後
致電約見

403-680-0288 0402

BC埠仔誠聘

BC南部埠仔聘炸爐乙名
廚房打雜乙名，包食宿
有意者請電

403-708-6838 0402

好運點心

聘包點心員工，有經驗為佳
有意請親臨新亞洲廣場
好運點心洽或電

403-282-8405 0402

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

非一般品牌車行可提供

親臨加拿大最大規模平治汽車代理
感受非一般的豪華顧客服務及設施

- 快速汽車保養服務
- 31個汽車保養服務區
- 60輛以上全新汽車展示廳
- 室內二手車展示廳
- 令人難以置信的顧客休息室
- 內設餐廳
- Country Hills Kids Club
- 來賓代客及禮賓服務
- 免費代步汽車
- 免費機場接駁車

Mercedes-Benz

The best or nothing.



Mercedes-Benz Country Hills

2450 Country Hills Blvd NE | 587.907.5020 | mbcountryhills.ca

COVID-19

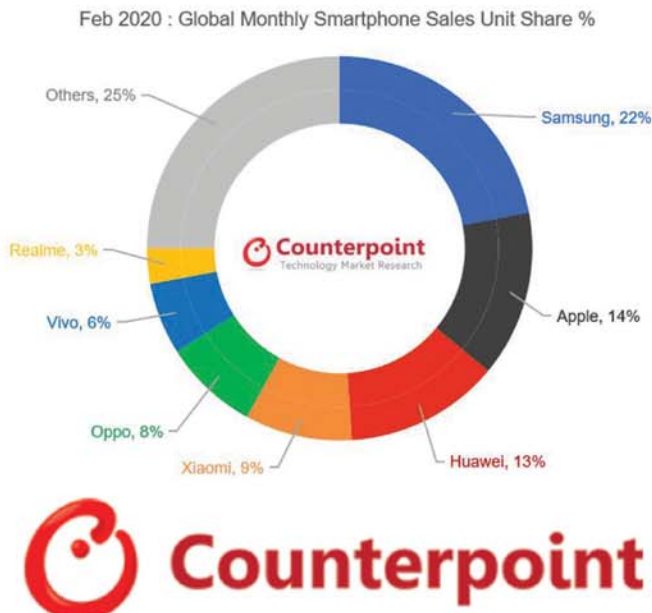
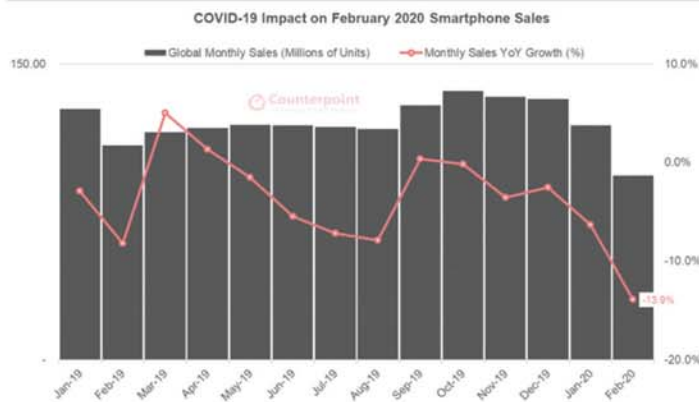
二零二零年二月份 全球智能手機品牌市場佔有率報告

根據全球著名的數據調研機構Counterpoint發佈的二月份的手機類各大品牌市場佔有率報告中顯示，雖然今年比較特殊，手機行業的生產和銷售因新冠病毒的全球爆發受到了明顯影響，二月份出貨量比去年同期低了14個百分點，但是各個手機廠商所佔的比重並沒有大的變化，依然是三星（Samsung）排名第一，蘋果（Apple）和華為（Huawei）則緊隨其後。

從市場排名來看，三星仍然以22%的市場份額排名第一。蘋果排名第二，市場份額為14%。Counterpoint重點指出，三星雖然在此次排名中依然穩居頭名，但是對於全球市場的把控顯得有些力不從心，主要是來自於今後對於供應鏈方面的擔心，以及對於中國市場的把控能力可能會更加艱難。而蘋果方面則是把重點放在了秋季發佈會，屆時將要發佈的iPhone 12 5G以及其它產品對於蘋果公司將會尤為關鍵。

排名第三的華為，市場份額13%。從目前情況來看，華為二月份的手機銷量達到1200萬部，不管是供應方面還是銷售業務方面，似乎影響並不大。剩下的排名中還顯示了，第四名到第七名全部來自中國，依次為小米、OPPO、vivo及Realme，市場份額依次為9%、8%、6%、3%，與前三差距還很明顯。

Counterpoint高級分析師還指出由於特殊時期的影響，絕大部分廠商都會遲到苦頭，但也有小部分如華為這種業務覆蓋面較廣的可能會獲得額外紅利，並且如果情況在一段時間內沒有改觀，華為、小米等中國企業可能會在全球手機市場中的佔比有大幅提升。



多家企業開始為英國政府生產防疫用醫療器材

新冠肺炎在歐洲目前尚未獲得控制，英國現階段也轉為更為積極的防疫手段，由於醫療用呼吸器的短缺，許多企業都在各種政府的指定下開始生產防疫用醫療器材，而英國政府更向包括航空、汽車、工程甚至是F1車隊等民間企業下訂了1萬台的醫療呼吸，並且將於本周開始進行生產工作。

實際上，在由空中巴士Airbus、英國航太系統BAE Systems、FORD以及ROLLS-ROYCE等企業所派出的27人小組努力下，幫助史密斯集團Smiths Group提高了醫療呼吸器的生產能力，藉此幫助受新冠肺炎困擾的患者。目前英國大約擁有8000台醫療用呼吸器，另外8000台的訂單將會在未來幾周開始交貨，另外

英國政府也向知名吸塵器品牌Dyson訂購了新款的呼吸器。

另一方面，連技術含量最高的F1車隊們也都加入了防疫的行列，近日包括McLAREN與MERCEDES-AMG等車隊發出聯合聲明，以不到一周的時間就開發出一款能夠幫助新冠肺炎患者的

新款呼吸輔助器，這是持續性正壓呼吸器的一種，雖然稱為呼吸器，但它不會主動幫使用者呼吸，通常用於治療如睡眠呼吸中止症這樣的呼吸障礙，所以使用者在使用持續性正壓呼吸器時必須仍能自主呼吸，但這對新冠肺炎患者仍有相當程度的幫助，目前已經打造100台分送給倫敦大學學院與其他醫院進行測試。





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

Pizza外賣店
\$139,900

SOLD
生意穩定, 不需廣告。
生財工具齊, 租約長,
容易操作。

西北 Noland Hill
~~\$469,000~~
\$449,900

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。

唐餐外賣店
\$109,900

外賣連鎖店, 位於西南
區, 近市中心, 附近柏
文林立, 生意穩定, 生
財工具齊, 車位充足。
自己做老闆。



西北 Hamptons \$749,900

獨立兩層, 2,400
呎, 樓上四睡房
、廚戶開揚, 花
崗岩檯面 w/o土
庫。主層完成。另
備兩睡房、廚房及全廁, 共3,600呎實
用面積, 中央冷氣, 地點一流。

西北 Beddington \$329,900



兩層半邊3房, 1080
平方呎, 3睡房, 1.5浴
廁, 全新裝修, 新暖
爐、熱水爐, 全新門
窗, 新地板、地毯,
全新特大陽台。鄰近
購物商場, 3號巴士站
、隨時交吉。

「論盡」樂壇

劉開樂人

raytheguitarist.blogspot.ca

永遠的巨星·張國榮



2020年可算是一個困難的年頭, 剛開始便爆發了可怕的新型冠狀病毒COVID-19, 比起17年前的非典型肺炎(沙士)更厲害, 到截稿為止, 全球累積病例超過一百四十萬宗, 死亡人數超過八萬人。而2003年沙士全球總計的病例才8096宗, 而死亡人數只有774人, 死亡率佔9.56%。今次COVID-19疫情比起沙士嚴重得多, 而且數字還繼續上升, 大家尚未見到曙光。各行各業都步入冰河時期, 是前所未有的全球經濟大衰退, 確實令人擔憂, 大家唯有繼續留守家中, 希望疫情早日獲得控制。

17年前沙士除了影響了全球, 香港更是重災區, 1755人受感染, 299人死亡, 樓價大跌, 很多樓盤成為負資產, 失業率超過8%, 但到了8月再沒有新症之後, 經濟迅速反彈。

而當年香港娛樂圈卻有兩顆巨星殞落, 剛過去的4月1日(愚人節)就是「哥哥」張國榮逝世17周年。到了年底12月30日梅艷芳亦因子宮頸癌病逝。對香港樂迷來說可算是黑暗的一年。

曾經在這個專欄寫過關於「哥哥」的生平軼事, 今次再講下張國榮的憾事。1989年「哥哥」曾經在亞洲電視的深夜成人清談節目《今夜不設防》透露了三件引以為憾的舊事, 這個節目由三位才子黃霑、倪匡及蔡瀾主持, 邀請不同的名人接受訪問, 主要是演員、歌手及導演等。

張國榮的第一件憾事, 就是在1983年「哥哥」的首支成名作《風繼續吹》已經很受歡迎, 但在十大勁歌金曲獎中只排第11位, 他在早一星期前已知道有獎, 但因為是新人, 所以要出席陪跑。而羅文當年只得《激光中》入選十大金曲, 但他卻認為只得一首歌入選而不高興, 考慮不出席頒獎禮, 覺得自己



張國榮

風繼續吹

應該有兩首得獎歌。到頒獎禮當晚羅文在台上唱歌時, 張國榮覺得羅文有獎也不想揮, 自己好想揮獎卻沒有, 覺得很渺小, 所以哭起來。

第二件憾事是在麗的電視年代, 當時是1980年有次在沙田大會堂演出一個戶外節目, 「哥哥」因為正在為劇集《大內群英續集》剃光頭拍劇, 故此戴了頂帽, 並穿了背心及牛仔褲上台表演, 甫出場已是一陣噓聲, 當張國榮演唱時他將帽拋向台下觀眾, 卻傳來噓聲四起, 未幾見一頂「熟口熟面」的帽向他飛過來, 竟然是觀眾將他的帽拋回台上, 對他而言是很大的侮辱。「哥哥」說當時真的好hurt, 但他對自己說, 我一定要更加努力, 我要這位觀眾沒有保留我這頂帽而後悔莫及。張國榮就是這樣一個有傲骨的人。

第三件憾事亦是勁歌金曲頒獎禮, 1986年張國榮的《有誰共鳴》及《當年情》皆入選十大金曲, 而《有誰共鳴》更獲得金曲大獎, 但當「哥哥」一出場已經被人噓到返入後台為止。「哥哥」當時剛做完12場紅館跨年演唱會, 認為自己是演出的保證, 盡了全力表演竟然被人噓, 還有很難聽的稱呼, 而他的歌迷因偶像被噓而與譚詠麟的粉絲發展成互相罵戰, 這也是「哥哥」其中一件耿耿於懷的憾事。

張國榮為人如何? 娛樂圈與他合作過的藝人都給予極高的評價。「哥哥」之所以讓大家這樣懷念, 不單祇是他的電影與音樂作品, 或是他的才華與成就有多高, 更重要的是他的優秀品質實在太好。人生如戲, 戲如人生, 或許我們可以忘記傷痛, 但在未來的日子, 我們還是會聽著張國榮的歌, 唱著他的歌去懷念著他, 永遠的巨星。「哥哥」張國榮, 我們懷念你!

* 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

電話: 403-889-5575
電郵: myvisava@gmail.com
地址: Suite 700, 1816 Crowchild
Tr. NW Calgary (Banff Trail C-Train站)
來訪請預約

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。



樊婉珊 Stephanie Fan

地產經紀代理

電郵: stephfan37@gmail.com

盛世地產 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



新上市 西北 Dalhousie 柏文

東南 Inglewood 豪裝柏文出租



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, 輕鐵站近在咫尺, 交通及購物方便, 或可月租\$1,100, 可即入伙。

投資佳品 \$169,000

新穎設計, 707呎, 一睡房, 一全廁柏文。環保能源, 石地, 9呎天花, 高級全新廚具, 洗衣機, 近市中心及購物中心, 地點一流, 四通八達。大型露台, 有河景, 連室內停車位, 4月1日交吉。月租\$1,800
另有2房2浴單位約900呎

即可入住 月租\$1,800+電費

Tuxedo 兩房出租

兩房兩浴廁, 11呎樓底, 冷氣、暖氣車位, 月租\$1,500加電費, 5月1日入伙。

即將上市 投資極品

東北Rundle城市屋, 新裝修, 三房, 一個半浴廁, 現有租房, 月租\$1,350。售價將不超過30萬

Bridgeland 獨立屋出租

三房兩廁, 土庫獨立廚房, 分門出入, 可分租。4月7日交吉。

月租\$1,550 加水電雜費



林向華

Angora Lam, M.Sc., B.Sc.

(403) 478-2121

Email: angoralam@gmail.com

精通國、粵、英語



Kingsland Realty



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。

東北 Cornerstone 全新土庫出租

兩睡房, 私人浴室, 房, 分門出入

月租 \$750 加水電雜費

西北 Hillhurst 主層出租

主層兩睡房單位, 廚房設備齊全, 共用洗/乾衣機。

月租\$1,200包水電雜費 可即入伙

Huntington 城市屋出租

三睡房, 分門出入。月租 \$950

市中心柏文出租

市中心柏文, 兩睡房, 連室內車位。

月租 \$1,250 5月1日交吉

西餐館出讓

位於西南17大道夾11街, 2000餘呎, 設備齊全。備生啤吧, 裝修雅致, 地點一流。道路修建工程即將完竣, 屆時必成為旺盛地標區域, 潛質無限, 請來電查詢。

西北 Montgomery

50呎x120呎R1地段, 面向公園, 背觀市景, 全區最佳地點, 已有多間重建新屋, 投資佳品, 現有租客, 月租\$1,100。

叫價 \$499,000

西北 Banff Trail 有房出租

五分鐘步行至大學, 可即入伙。

月租 \$480 包水電雜費



WExcel 展鵬地產

REALTY MANAGEMENT LTD.

地址: Suite 516, 922 - 5th Avenue SW Calgary, AB T2P 5R4 (免費室內停車場)

電話: 587-955-9988

電郵: admin@wexcel.ca

住宅 / 商業物業及土地買賣, 餐館 / 商舖 / 辦公室 / 貨倉出租
酒店 / 汽車旅館買賣, 代客管理住宅物業及出租, 專長 Inner City 土地投資買賣



Jack Liu 廖展鵬
CPM® 國際註冊資產管理師
Broker
403-606-9899



Alex Liu 廖展豪
Property Manager
Realtor®
403-890-6383

市中心 \$2,600,000 黃金地段出讓

超過1萬平方呎土地。地理位置極佳, 可步行至學校、公園、公車站。適合長期保值增值投資, 可用於商業住宅樓宇或多戶型單位開發, 建築面積將近4萬平方呎。未來綠線輕軌的開通還會帶來更大的升值空間。



西南 \$1,140,000 Rosscarrock

投資及建築商佳音。四單位4-plex共兩座, 罕有的重建投資機會: M-C2雙連地, 總面積12475平方呎(100'x125'), 可建30個或以上16米高的柏文單位。現8個柏文單位有租客和固定租金收入。地理位置極佳, 鄰近高爾夫球場和公園, 5分鐘步行至購物商城和C-train站, 10分鐘車程到達市中心和West Hill購物中心。



Crossfield 商業建築出售 商舖出租

合共超過3000平方呎, 位於Crossfield中心, 客流保證, 離卡城40分鐘車程, Airdrie 15分鐘車程。一間舖位是經營11年的披薩店, 有固定租金; 另一間空置商舖前身是酒房, 適合於酒房, 理髮或修甲美容店, 便利店, 咖啡室, 或辦公室。Crossfield於今年四月開始進行鎮中心振興計劃, 將會帶來更多商機。

\$519,000

埠仔 Linden

餐館連汽車旅館物業出售, 位於亞省中部工業小鎮, 離卡城1小時車程, 地點佳, 獨家中餐館, 生財工具齊全。

\$239,000

東北 Whitehorn

全新裝修兩層獨立屋, 約1100平方呎, 3睡房1全廁。RC-2 zoning, 可合法分租。近巴士、輕鐵站、及各類型購物中心。

\$289,000



HAPPY CAN BOTTLE DEPOT

OPEN 7 DAYS A WEEK 七天營業



星期一至六: 9:00am - 5:30pm / 星期日及假期: 10:00am - 4:00pm #12-700 33 ST NE Calgary / Tel: 403-272-6567



飲品樽罐回收

既可使垃圾減量, 減少污染, 保護自然環境
更可令資源永續利用及有即時經濟效益

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

閒情一周
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

西北 Panorama Hills
兩層式城市屋·1100呎·樓上三睡房·主層客廳及廚房·土庫未裝修·前進單車房。
\$330,000 \$300,000

房屋出租
中央街近64大道獨立平房·三房兩廳主層或分房出租·每房月租\$400·包家私及水電煤。

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

廚房用品店出讓
位東北大型繁忙商場內·人流鼎盛·容易操作·已經營二十年·東主榮休·生意連存貨。
廉讓 \$160,000

西北 Highland Park
合法4-plex·四個兩房單位·每單位約800呎·背向高爾夫球場·交通方便·需作適量裝修。

Handyman Special \$738,800

東北 Falconridge 孖屋一對
已分契·全新裝修·新地板·新地毯·新油漆·近巴士站及商場。
一邊平房·1,005呎·3+2房·兩廚房·月租\$1,500·售\$249,900。
一邊Bi-level·約830呎·2+2房·月租\$1,300·售\$229,900。

兩邊同時購買 \$450,000

免頂手 即可接手生意
Innisfail越南餐·60座位餐館出租·離卡城以北50分鐘車程·位於市中心·近學校·樓上另有6睡房·月租約\$3,300+\$150地稅·包生財工具·爐具·冰箱·洗碗機等。
按金\$10,000·歡迎來電查詢。

西北 Panorama Hills
獨立兩層式·W/O土庫·約2050呎·3+1睡房·共三個浴室·近Supermarket中心及巴士站·可享有美景·屋主已搬埠·志在必賣。
叫價 \$509,990

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

人生感悟
人生苦短，學會放下

馬德曾說：人一生要解決的事情，不是該要什麼，而是不該要什麼。執於欲念，痛苦得放不下，只會打亂內心的安寧。學著跟自己和解吧，放過自己，守住一顆善良溫軟的心，在俗世中活出真正的自我。人生苦短，與其繼續在凡塵俗事中苦苦掙扎，不如學著放下。

誰都不能一帆風順，都要經歷人生中的酸甜苦辣，風霜雨雪。

不必過於執著成敗，也無需過於拼命，你的精力是有限的，你不可能事事完美，樣樣都行。無論功名利祿、榮華富貴，全都沒有身體健康的重要。

俗話說得好：謀事在人，成事在天，三分靠打拼，七分天注定。

每個人都有關於自己的人生，不用過於焦灼，專心的走好自己眼前的路，盡力而為。其餘的就交給時間吧。

你要相信，上蒼從不辜負認真的人，凡事盡力了，無愧於自己，你想要的自然會來到你的面前。

看淡得失

我們總是把太多的精力與時間，放在那些得不到，或是已經失去的東西上。

過去的已然過去，錯過的人與事，已經無法重來，我們不必再對著過去長吁短嘆，惆悵懊悔。不要為難自己，過去的，該忘記就忘記，失去的，該放下就放下，哪怕是得到的，該看淡也看淡。

生活本就是一个不斷得到，不斷失去的過程，你若總是斤斤計較，什麼都想要，那就好比拿中沙，你握得越緊，它流失的越快，你失去的也就越多。

生活已經如此艱難，何必與自己过不去呢？把手攤開，把心放寬，你才能得到更多。

往事清寧

夜深人靜之時，每個人都難免會想起一些不願提起，卻又難以忘懷的往事，然後輾轉難眠。其實你自己也知道，那

那些傷害過你的人，就舍掉吧；那些會讓你難堪的事，就丟開吧。讓一切過往，都隨風而去。不要讓自己陷在過去苦苦掙扎，因為這只會讓你錯過更多更美的風景。

人活一世，不必對自己太過苛刻，卸下你的疲憊，以當下為起點，讓往事清零，讓一切從頭開始。

懂得放手

俗話說：想走的人，你留不住；愛你的人，從無需你留。

有人愛你，就好好珍惜他，回饋他同樣的深情。倘若無法再愛，就坦然放手，灑脫離場。太多的人不懂得及時止損，只因為不甘心，就對過去苦苦糾纏，最後鬧得一地雞毛，只能慘淡離場，真的是得不償失。

靜下心來好好想想，生活是你自己的，不要再讓那些無關緊要的人與事，拖垮你的人生，更不要讓他們打碎你對未來的憧憬與期待。余生短暫，要學會放手，你快樂了，你的生活才會跟著明媚。

深愛自己

作家尼娜曾說：你要想過一種清醒的生活，或是想變得幸福，你必須得愛自己。人的一生活，如果不懂得如何愛自己，真的很難過得快樂。

我們總是希望別人能喜歡自己，甚至會花大把的時間與精力去討好別人，卻唯獨漏掉了自己。可你若是把愛都給了別人，又能拿什麼來愛自己呢？

陪我們長大的父母，會逐漸老去；曾經的摯友，也會逐漸疏遠；相濡以沫的愛人，也可能相忘於江湖；悉心照料的孩子，也總會長大成人，離你而去。

在歲月的長河裡，你能把握的只有你自己，好好愛自己吧，你的幸福，從不在別人的眼裡，而在你自己的心裡。

願你學會放下，更學會愛自己，從此往事不記，後事不提，永遠瀟灑自在，幸福安康。

Country Hills
CREMATORIUM
& FUNERAL SERVICES

COUNTRY HILLS

安泰火化及殯儀服務

11995-16 St N.E. Calgary, AB
(Country Hills Blvd 夾 Deerfoot Trail 北)

403-274-0576 (24 Hrs)

Website: www.countryhillscrematorium.ca

Fax: 587-755-4449 Email: info@countryhillscrematorium.ca

Country Hills Crematorium is a locally owned funeral service provider, offering compassionate care to the communities of Calgary and area. As we serve them in their time of need.

安泰火化及殯儀服務由本地一班專業人士組成，協助卡城及鄰近地區有需要人士處理一切繁瑣的殯儀事務。在這段哀傷忙亂的路上伴您同行，為擊愛妥善安排最後一程。

Modern (Elegant) Building with Seating
Capacity of over 800 People

設施寬敞新穎，更設有可容納800人的大禮堂

Available 24 Hours-7 Days a Week

No Extra Charge for Weekend (Sat-Sun Service)

全天候24小時服務 周末不另加收費

提供一站式專業火化殯儀服務



* 任何信仰及宗教習俗儀式

* 本公司經驗豐富的團隊皆能為你作出妥善的安排

安泰殯儀服務位於卡城北部

交通方便 車位充足

提供**免費**現場及電話諮詢

包括一切相關服務及預先計劃安排

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

遺囑、遺產辦理

以英、粵語為各界服務

地址：#330-1324 - 17Ave SW
Calgary AB T2T 5S8

電話：(403)233-9432

傳真：(403)237-9614

安居樂業

安居樂業這則成語的意思是表示生活美滿、安定、樂其俗。這個成語來源於《老子》：「甘美食，美其服，安其居，樂其俗。」

春秋時，有一位著名的哲學家思想家，他姓李，名耳，字聃。據說他剛生下來時候，就是一個白頭髮、白鬍子的小老頭兒，所以人們稱他老子；還說他是在一棵李樹下出世的，所以姓李；又因為他耳朵長得特別大，所以名耳。其實，老子是人們對他的尊稱。

老子對當時的現實不滿，並反對當時社會上出現的革新浪潮，想走回頭路。他懷戀著遠古的原始社會，認為物質的進步和文化的發展毀壞了人民的淳樸，給人們帶來了痛苦，所以渴望出現小國寡民的理想社會。

老子是這樣描述他所設想的小國寡民社會的：國家很小，人民稀少。即便有許多多的器具，也不去使用它們。不要讓人民用生命去冒險，也不向遠處遷移，即使有車輪和船隻，也無人去乘坐它們；即使有兵器裝備，也無處去使用它們。要使人重新使用古代結繩記事的方法，吃得很香甜，穿得很舒服，住得很安適，滿足於原有的風俗習慣。鄰近各國互相望得見，雞鳴狗叫互相聽得見，但是人們直到老死，也不互相往來。



一起來回味那些年的街頭美食 | 順德篇 · 阿明

說起粵菜，怎能不提順德美食？順德菜以豐富多樣的製作物料著稱，以博取眾長的烹飪技藝見長，以清、鮮、爽、嫩、滑為特色。自古有“食在廣州，廚出鳳城（順德別稱）”的民間諺語，可見其對粵菜的影響之大。順德菜主要由大良、勒流、容桂、倫教、陳村、樂從、北滘、龍江、杏壇、均安十個鎮街特色美食組成。較聞名的菜式有炒水蛇、烘不蟲、爛大鱔、順德草魚腸、炒水魚絲、鳳城釀節瓜、鳳城魚皮角、鳳巢三絲、炒牛奶、大良雙皮奶、姜撞奶、金榜牛乳、龍崗煎堆、大良躑砂、倫教糕、陳村粉、雞仔餅以及菊花魚生等。順德名廚亦不少，如上世紀20—30年代的譚傑南，他在廣州開設了老字號陶陶居、七妙齋和大同酒家，這三家酒樓至今仍享有盛名；又如上世紀的30—50年代，則有崔強、黎和、王瑞、陸貞，這幾位廚師被譽為廣東飲食業的四大天王。今日阿明就為大家介紹一味頂骨大鱔。順德人愛吃風鱔，因其肉多骨



順德菊花淡水魚生

少，肉質細膩，味道鮮美，民間更有「食風鱔、狗肉不請自來」的說法。風鱔炒在肉多骨少，只有一條脊骨。做法是，先把風鱔宰好洗淨，用熱水燙過，去除粘液，橫切成4厘米長的段，將火腿切成與鱔段等長的粗條，火腿切件，蒜子去頭尾。把柚皮燒去皮青，用水洗清澀味，再用上湯、豬油滾煨，加老抽調色。燒

鑊下油，把蒜子炸過，撈起。下薑米、蒜蓉爆香，注入二湯，下鱔段、火腿、冬菇、陳皮絲，澆酒，調味，用老抽調色，把鱔段滾至僅熟撈起，用拇指把鱔脊骨去除，將火腿條插入空腔處，然後逐一放在扣碗豎排整齊，以蒜子伴邊，中央放大冬菇1隻，入籠扣熟。吃前把柚皮回熱放在鱔段上，扣在碟上，把原汁倒在鑊中，加入濕生粉勾芡，淋在鱔上。這樣烹調後的鱔段，香濃軟滑、肥嫩細膩。而且一咬下去，火腿在口腔內甘香四溢，既為鱔肉增香，又令食客充滿驚喜，令人食指大動。



阿爾巴尼亞 地拉那 Tirana (二)

· 志永

踏入阿爾巴尼亞境，由郊區到廣場沿途地面有許多突起半圓形地下碉堡即防空洞，斯坎德培廣場有「碉堡2號博物館Bunk'Art 2 Museum」，旁邊有幾個氣窗。霍查統治時，恐懼列強入侵，家家戶戶建造碉堡抗禦外敵，2.8萬平方公里國土，建了超過70萬個大小不一碉堡，建成後從未用過。最大碉堡改成歷史博物館或美術館，其它成儲藏室或廢棄長滿雜草。

橫街阿爾巴尼亞大學招牌下有UFO三個字，莫非是給外星人讀？很易看漏眼銀鋼條紮成男女雕像，為廣場添上時尚氣式。廣場周圍是政府各部門建築，粉紅色是財政部、蛋黃色是農業部、像大紅花紙外牆是公民身份總局。集合時遇到騎單車旅行的華裔大漢，真佩服他的毅力。步行前往餐廳途經漂亮國家實驗劇院，色彩鮮艷露天餐廳，食客輕鬆悠閒。我們午餐餐廳在二樓玻

璃房內，四周植物擺設舉目青蔥，胃口大開把南瓜湯、餐飽、煎鱈魚扒和芝士蛋糕一口氣吃光。餐廳樓下電影院擺放蜘蛛俠雕像，返回落車最熱鬧的「國家烈士大道 Martyrs of the Nation Boulevard」不見我們旅遊車，領隊如熱鍋螞蟻，急忙去找不會英文司機，我們趁機在「青年公園 Park Rinia」附近踱步不敢走遠。公園內有座失去金光像打開大門「獨立紀念」雕塑，是2004年北馬其頓賀阿爾巴尼亞解放一百周年禮物。還有個紅鐵條做的心和Tirana大字，拍照地標。「國家美術館 National Museum of Fine Arts」前，由日本建築師「藤本壯介 Sou Fujimoto」設計名為「雲The Cloud」裝置藝術，高高低低白色鋼管組成，遊客可以行上去站在透明塑膠盤上，或坐在裡面靜思，趣味盎然，整座結構融入寧靜公園綠色環境，渾然一體，很生動藝術

品。正舉步入「雲」中，太座拽我衣服，示意領隊回來了，原來這兒不能泊車，司機在公園另一邊等候，見無團友走散，無人投訴刁難，開開心心跟他過對面馬路上車，他不相信表情詫異。太座指着寫上「Taiwan」路牌驚訝問：「1971年阿爾巴尼亞在聯合國提案，以中華人民共和國代替台灣，何解這兒出現台灣兩字？」因為這邊公園內有座1991年落成「台灣中心 Taiwan Center」，裡面有咖啡廳、賭場、保齡球場等設施，十分熱鬧。當中著名「台灣餐廳Taivani」賣的不是台灣菜。車繞着台灣中心轉出去經「拉納河 River Lana」離開繁華市中心，地拉那建築雖然老舊，但七彩繽紛外牆，充滿活力。全因1990年市長一句話：「改不了現狀，就改變色彩，人生的感覺就不一樣了。」

天氣漸變，烏雲密布，快到邊境加油站，團友在便利店大量入貨買便宜啤酒、紅酒。我倆在加油站後發現個碉堡，碉堡頂臥着沒穿上衣士兵，嚇了一跳，看清楚是個假人，膽粗粗向內張望，隨了幾件舊衣服和尿壺味，空空如也，大概

是流浪漢住所。如此簡陋碉堡，怎擋得住炸彈威力。

出了阿爾巴尼亞，進入「黑山共和國又稱蒙特內哥羅 Montenegro」邊防，又是車龍，領隊又要識做.....。黑狗懶洋洋臥在馬路白線旁毫不在意經過車輛，牠走到關卡前臥下望着車輛通過，太座說牠是最懶惰偵緝犬。未完待續。



碉堡2號博物館



「雲The Cloud」內有人

「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」



多年來，本田Civic Type-R深受歐美性能玩家的追捧，市場銷售十分亮眼，尤其是北美市場。本田汽車為犒賞車迷的熱愛，針對第十代Civic推出2021年型號限量的合法道路版賽車 Civic Type R Limited Edition，限量600台僅供應北美市場。

雖然這台限量版車名並沒有甚麼驚人的名號，不過冠上Limited Edition限量版的字樣，其目的似乎很簡單，因為本田今年稍晚將有可能利用Type-R來挑戰紐柏林前輪驅動車的單圈最速紀錄，當然此事並未得到本田方官方的正式認可。為這一挑戰，Civic Type-R 要打破雷諾的Mégane R.S. Trophy-R的7分40秒的紀錄，車身必須進行輕量化，為了比Type-R標準車型更輕，換裝BBS鍛造鋁圈，減動8.1公斤，另拿掉消音器和後加熱管，再減掉12.7公斤，另外也車內的娛樂資訊系和空調等系統移走，可再減重不少。

本田為強化賽道的戰力，把原裝配備的輪胎，換上更為高級的Michelin Pilot Sport Cup 2，避震系統調校到最佳戰鬥位置，同時重新校準轉向系統，讓駕駛可以得到更好的路面回饋。除讓這台Type-R的街道版賽車更強悍，車身色也不同於標準車型，特別採用鳳凰黃色塗料。當年Acura把Integra Type-R引進美國時，也是把所有限量的600台全部都用上這種車色。

目前本田尚未確認這台Type-R Limited Edition的正式售價，而標準版的Type-R在加拿大的原廠建議售價是由\$45,471起，在經過大幅度改裝後，可以預見她的售價一定不會便宜。



200美軍確診 航母疫海求救
防長叫自己搞掂

美國海軍「疫輪」羅斯福號航空母艦的新冠肺炎疫情惡化，增至二百人染病，艦長罕有致函軍方高層求救，要求讓全艦人員落船隔離，形容現時並非打仗，不應有無謂犧牲。惟防長埃斯珀以時機未到為由拒絕，僅提供醫療援助。

各州搶購呼吸機 每部炒至近2萬5美元
美國紐約州是全美疫情重災區，截至昨天超過七萬六千人染病及一千七百人病歿，急需四萬部呼吸機。惟州長科莫批評，聯邦政府與各州政府猶如在拍賣機搶購，令呼吸機售價抬至每部二萬五千美元。

特朗普警告國民：最終24萬人病歿
新冠肺炎嚴重影響今年美國大選，被指抗力不力的總統特朗普前天警告國民，未來兩周的日子將非常艱苦，就算維持社交距離措施，最終仍有二十四萬人病歿。最新民調顯示，民主黨總統參選人、前副總統拜登進一步拋離他。

白宮：認真考慮公布戴口罩指引
美國昨天增至逾十九萬人感染新冠肺炎，病歿人數更突破四千大關超越中國，成為全球第三多死亡個案的國家。過敏與感染疾病中心主管福奇前天表示，白宮抗疫專責組為防病毒擴散，正「認真考慮」向國民發出戴口罩的指引。

澳航防疫差11員工中招百人隔離
澳洲昨天增加三百零三人感染新冠肺炎，累計四千八百六十四人確診，死亡個案添兩宗至二十一病歿。南澳省阿德萊德機場的澳洲航空公司行李搬運員感染群組擴大，再多人中招至十三人染病，當中兩人為員工家屬。工會批評資方保護員工不力。

全球逾89萬病例 36億人居家避疫
截至香港時間昨晚，全球超過八十九萬人感染新冠肺炎，其中四萬四千多人病歿；美國、意大利、西班牙、中國及德國的疫情最嚴重，西班牙更成為第三個染病人數突破十萬的國家。世界各地至今合共三十六億多人要居家避疫。

華重播南海撞機 警告美國
中美在南海及台海角力加劇之際，內地官媒播出十九年前美軍偵察機闖入南海上空，撞擊一架解放軍戰機，致機師王偉機毀人亡的短片。此事當年激起內地民間強烈不滿，斥為美方侵犯中國主權的霸道行徑，引發外交風波。分析指中方借王偉機事件，重提當年扣留、美國偵察機之事，有警告美國的意味。

全球病例直逼百萬 美疫戰陷困

美國的新冠肺炎病例及死亡個案，前天分別突破二十二萬宗及五千宗，更是首個單日錄得逾千人病歿的國家。疫情日趨嚴重，美國動用最後一批戰略儲備的防護裝備，並暫停海外醫療援助，國防部更奉命提供十萬個屍袋應急。

接死亡恐嚇華府 防疫專家獲人身保護
美國過敏與感染疾病中心主管福奇是華府防疫專家，連日出席記者會分析疫情動向。美媒昨天指福奇正受死亡威脅，需要執法部門提供人身保護。

美航母求救成功 三千七百兵准上岸
美國海軍前天表示，在關島停靠檢疫的「疫輪」羅斯福號航空母艦，至今有九十三名船員感染新冠肺炎；艦長克羅澤的訴求亦獲回應，日內將有合共三千七百名船員上岸隔離，但他有可能因求救信由傳媒刊登，遭軍方秋後算帳。

疫陷歌舞伎町逾10人確診
日本昨天再二百一十八人感染新冠肺炎，連同「疫輪」鑽石公主號在內，累計三千四百二十五人染病，死亡個案增至八十二宗。全國至今出現二十六個感染群組，在重災區東京都，夜店林立的新宿歌舞伎町有至少十多人確診。

英媒揭曝：歐盟各國高估防疫能力
英國傳媒昨日引述文件指，歐盟各國在疫情爆發初期一度高估國內防疫能力，堅稱「情況受控」，未有及時求助，導致疫情蔓延兼醫療物資不足。而被其他歐盟成員國批評沒團結一致抗疫的荷蘭，前日提出設立基金，資助區內國家抗疫。

冰島測試 一半患者無病徵
冰島至今錄得一千二百多宗新冠肺炎病例，當地有九千人自願到一間私人生物製藥公司接受新冠病毒檢測，結果在證實染疫的人士當中，有一半人沒有病徵。專家指結果證明，沒有病徵或病徵輕微的患者，是重要的病毒傳播者。

美擬收緊限制 防華企獲先進技術
英國傳媒昨日引述消息，美國政府計劃收緊限制，阻止中國企業以商業等途徑，獲得美國先進技術，再轉用為軍事用途，目前未知美國總統特朗普會否批准。

全球破百萬確診 美防疫騰騰震

全球新冠肺炎病例昨天突破一百萬大關，超過五萬五千人病歿。重災區美國單日錄得二萬宗新症，累計逾二十五萬五千人染病及逾六千人死亡，單是紐約州就有十萬人中招；當地公共衛生政策有望出現重大變化，白宮將呼籲外出時戴布口罩或以圍巾遮擋面部。

法國官員 指美欲截購華物資
美國上聯邦部門、下至地方政府都在海外搶購醫療物資，法國多名地方政府官員宣稱，一批即將由中國付運給法方的口罩，美方買家當場圖以高三至四倍的價錢買走。華府官員周四否認指控，強調沒有購入「中途截劫」物資。

致函上級求救 羅斯福號艦長遭撤職
美國海軍「疫輪」羅斯福號航空母艦引發的風波升級，國防部周四解除艦長克羅澤的職務，指他就艦上新冠肺炎疫情致函上級求救，展示極差判斷力，不但讓太多人傳聞信件及引起恐慌，更令敵人掌握航母戰備狀態的敏感情報。

歐盟向意國致歉 經援援
意大利至今逾十一萬五千人及近一萬四千人，分別感染及死於新冠肺炎，是歐洲重災區之一。歐盟委員會主席萊恩前天發表公開信，對歐盟未有團結解決意大利疫情致歉，聲言「歐盟現在與你並肩」，並承諾提供更多經濟援助。

俄延長停工令至月底
俄羅斯總統普京前日宣布，延長全國停工令至本月底，以阻止疫情擴散。期間所有僱員如常支薪，部分工廠、糧食店及藥房仍可繼續營業。首都莫斯科則延長封城至下月一日，民眾除購買食物和藥品、接受緊急治療外，不可外出。

美台官式接觸 商談參與世衛
中美角力近期持續升溫，美國總統特朗普不顧北京強烈反對，在上月底簽署《台北法案》後，美國即有挺台行動。美國在台協會(AIT)昨日表示，AIT、美國國務院與台灣的外交部等部門，周二舉行網上會議，討論如何擴大台灣的國際組織參與度，其中包括美方會協助台灣在世界衛生大會中，恢復觀察員身份。

西沙據華海警船 越南漁船沉沒
中國海警局昨日指，一艘越南漁船前日凌晨擅闖南海西沙群島非法捕魚，並撞向中國海警船後沉沒。全部八名船員落海，由中國海警救起。

曠世疫痛 神州下半旗哀悼

昨日是清明節，內地首次為重大突發公共衛生事件舉行全國悼念日，哀悼新冠肺炎中的死者及烈士。北京天安門廣場、各地政府機關及駐外使領館均下半旗致哀，停止所有娛樂活動，多個網站的底色改為黑白色。響起防空警報後，多個城市的汽車、火車及艦船鳴笛致意，行人亦停下腳步，默哀三分鐘。國際醫學期刊《刺針》主編霍頓(Richard Horton)建議，把每年四月四日定為全球悼念日，向殉職醫護致哀。

中國農業部：儲備充足勿搶糧
為防爆發新一波疫情，近日內地都有民眾搶購糧食。農業農村部昨天表示，疫情期間採取超常規的措施穩定糧食生產，糧食庫存充裕、口糧完全自給，未動用中央儲備糧，絕大部分地區亦無動用地方儲備糧，呼籲毋須搶糧囤積。

美全球搶口罩 德斥如海盜
美國疾病控制及預防中心前天建議民眾外出時戴布口罩，以防傳播新冠病毒。惟總統特朗普表明這是自願性質，自己不會聽從；又下令禁止出口醫療防護裝備，同時在全球高價「截劫」物資，引起盟友不滿，被指如同現代海盜。

紐約州1天562病歿創新高
美國紐約州的新冠肺炎疫情是全國最嚴重，前天再五百六十二人病歿，創下單日新高，累計十萬三千多人染病及逾二千九百人死亡。州長科莫簽署命令，從州內機構收集尚未使用的呼吸機及個人防護裝備，重新分配給醫院。

甘迺迪家族疑死亡毒咒再現
美國政治世家甘迺迪家族屢次出現悲劇，不少成員死於非命。已故前總統甘迺迪的外孫孫女，於上周四下午與八歲兒子划獨木舟，圍檢回掉落水中的皮球，但在馬里蘭州切薩皮克灣附近海面失蹤。海岸防衛隊在附近海面發現一艘船底部朝天，相信是失蹤者乘坐的獨木舟，但不見兩人蹤影。有家族成員認為兩人生還機會不大，慨嘆希望他們安息。

灰色地帶衝突 台憂安全受威脅
台海局勢日趨升溫，台灣金門海巡被指早前執行任務時，撞十多艘大陸快艇和漁船蓄意衝撞，前者最終鳴槍驅趕。台灣的國防安全研究院近日發表報告，指上述事件屬「灰色地帶衝突」，並將其解讀成大陸將衝突級別升級的徵兆，台灣境內安全或迎來新挑戰。

確診破32萬 死亡逾9千 美疫無止 空談復市

美國新冠肺炎確診病例昨日增至逾三十二萬宗，累計逾九千人病歿，當地經濟因疫情大受打擊，總統特朗普前日警告，未來數周會迎來最艱難時刻，很多人將死於新冠肺炎。然而，他話鋒一轉重提要盡快復市，更透露考慮成立第二個專責組負責經濟復甦及復市事宜。

華企贈千部呼吸機 周末抵紐約州

美國紐約州新冠肺炎確診個案累計十一萬四千多宗，死亡人數逾三千五百人。前赴當地支援的美國海軍醫療船安慰號，亦發現五名確診病人。州長科莫上周六指，該州已獲中國企業送贈千部呼吸機，助應對疫情。

美涉搶20萬個口罩 德警調查

美國再陷「截劫」口罩風波。德國柏林州內政部長蓋澤爾日前指控，柏林警方訂購的廿萬個口罩，在泰國曼谷機場被臨時轉運到美國，批評美方做法如同現代海盜。蓋澤爾的發言人上周六表示，正整理事件來龍去脈；英國政府則呼籲各國團結抗疫。

謠傳5G播毒 英人燒發射站

新冠肺炎於全球肆虐，大量相關的陰謀論乘時而起。積極發展5G網絡的英國，有謠言指新冠病毒可藉5G設施傳播，甚至是挑選人來感染。在伯明翰和和默西塞德郡，近日有多個手機信號發射站遭人縱火破壞。英國內閣辦公室國務大臣高文浩前日出面闢謠，斥責陰謀論荒謬且危險。

歐盟主席倡 大規模增預算 救經濟

歐洲新冠肺炎疫情嚴峻，西班牙衛生部昨日公布，增至十三萬零七百五十九人確診，一萬二千四百一十八人死亡，成為繼美國後全球第二多確診病例的國家。首相桑切斯前日表示，將向國會尋求延長「鎖國」多十五天，至二十六日為止。

日人賞櫻潮恐釀大爆發

日本新冠肺炎疫情不斷擴大，至今已增至三千七百一十四宗病例（不計疫輪鑽石公主號），其中東京佔總數逾四分之一。東京前日首次出現單日新增逾百病例的情況，昨日更新增一百四十三宗創新高，累計破千。有官員認為與近日的賞櫻潮有關，恐疫情走向大爆發。

視像會議程式 Zoom誤將用戶數據傳中國

美國視像會議應用程式Zoom讓全球用戶不受限制交流，在疫情期間大受歡迎，獲多家機構及英國政府採用。但加拿大多倫多大學網絡研究機構公民實驗室（Citizen Lab）上周五發表報告指，Zoom的加密鑰匙似乎傳送至北京的伺服器，憂慮中國取得敏感資料。Zoom承認曾錯誤把部分用戶的數據分流往中國，但強調已修補漏洞，行政總裁袁征就事件致歉，承諾解決問題。

美軍兩棲艦群駛中東 備伊朗

美國海軍前日表示，巴丹號兩棲戰備群上周五由阿拉伯海駛入波斯灣，是今年內第二次。雖然杜魯門號航空母艦戰鬥群已駛離中東水域，但艾森豪威爾號航空母艦戰鬥群現時位處阿拉伯海執勤，維持對伊朗的軍事施壓力度。

美單日確診1.7萬 死481人 召鬼船打疫戰

美國是全球累計確診病例最多的國家，昨日累計確診病例增至逾三十三萬宗，累計逾九千五百人死亡。以單日計，昨日新增確診逾一萬七千宗，四百八十一人死亡。至於全球死亡人數則突破七萬人。過敏與感染疾病中心（NIAID）主管福奇警告，新冠肺炎很可能會成為季節性疾病，並強調疫情仍未受控。加州長灘市政府為應付急增的醫療需求，考慮將有八十四年歷史、屢屢傳出鬧鬼傳聞的瑪麗皇后號（Queen Mary）郵輪，改裝成臨時醫院。

崔天凱：中美應團結 勿煽動仇外

中國駐美大使崔天凱周日在美媒報章刊文，表示現在不是相互指摘的時刻，中美需要團結合作、互幫互助；對煽動種族主義和歧視仇外、把別國或別的種族當成替罪羊的愚蠢言行說不。

紐約四非裔欺凌亞裔 兩傘撲頭

新冠肺炎在中國爆發後，蔓延全球，多國出現歧視亞裔人的事件。美國紐約一名亞裔婦人，日前在巴士上遭四位未成年非裔少女種族歧視，對方稱「你引起了新冠病毒」，更打傷她的頭部。其中三名涉事者被捕，前日被控以仇恨罪，餘下一人仍然在逃。

美眾議員：京用10億口單換法國選用華為

美國共和黨眾議員格林（Gene Green）於當地時間上周六接受美媒採訪時提及，中國政府向法國提議，用十億個口罩，交換中國科技巨企華為在法國部署5G設備；又提醒各國改變對中國製造的依賴。中方暫未對事件作回應。

華盛頓州波音廠 續停產

美國飛機製造商波音公司上月宣布，將製造長程飛機等機型的華盛頓州廠區停產兩周。該公司前日又宣布，進一步延長停產的時間，直到進一步通知為止，復產暫未有期。波音稱，公司優先考慮員工的健康和安全，同時會考慮華盛頓州的疫情評估、供應鏈情況、政府衛生部門的建議等，再作決定。該公司全球十六萬名員工中，約有一百三十五人確診新冠肺炎。

安倍快頒緊急狀態可停課禁足

日本的新冠肺炎疫情不斷擴大，日媒昨引述消息指，首相安倍晉三將引用《新冠病毒特別措施法》，宣布進入緊急狀態，最快或於今日生效。

病毒再活化韓51患者痊愈再染疫

南韓的新冠肺炎疫情逐步緩和，周日新增四十七宗確診個案，是自二月下旬以來首次跌至五十宗內，而累計感染個案增至一萬零二百八十四宗。不過中央防疫對策本部發現，五十一名患者康復及解除隔離狀態後，再次感染新冠肺炎，正展開調查。

西藏雪崩 連夜搶通道路

西藏東南部近日受降雪影響，林芝市波密縣境內的牛踏溝路段上周五突發雪崩，導致八百五十餘來往車輛滯留。當地警方出動挖掘機和裝載機趕赴現場，清理一千六百立方米積雪後將道路搶通。被困車輛至昨日凌晨已全部駛離危險地帶。

發燒10日 呼吸困難 約翰遜深切治療

英國首相約翰遜早前自認確診新冠肺炎，一直只在唐寧街十一號自我隔離，但連續十天發燒不退後，於周日入院，翌日病情惡化，轉送深切治療部留醫，外相藍韜文代理職務。首相府發言人稱，約翰遜現時沒有肺炎徵狀情況穩定，並接受標準氧氣治療，即不需呼吸機可自行呼吸。

首相倘無法執行職務 憲法未列應變方案

英國首相約翰遜確診感染新冠肺炎多日後，病情惡化入住深切治療病房，引起外界憂慮。他已暫時指示外相藍韜文暫代職務，但英國憲法中未有明文列出一旦首相無法執行職務時，確切的後備應對之法，亦接近無先例可循。

意大利3599宗新症 3周以來最低

意大利前日新增三千五百九十九宗新冠肺炎確診個案，是三周以來的最低單日新增。累計有十三萬二千五百四十七人確診，一萬六千五百二十三人死亡，死亡病例數目仍是全球最高。西班牙前日再多七百四十三人死亡，增幅連跌四日後首次上升，官方指死亡病例上升是把部分在周末確診及病歿人士計算在內。

歐洲疫情趨穩 多國考慮放寬隔離

歐洲多個國家眼見疫情有放緩迹象，已考慮放寬現行的封城或隔離措施。其中，奧地利總理庫爾茨前日宣布「復甦計劃」，擬於復活節假期後的下周二重開部分商舖，成為首個提出解封的歐洲國家。丹麥首相布雷澤里克森亦宣布，將於下周二重開育兒中心及學校，逐步放寬已實施三周的封城令。

日頒緊急狀態 東京大阪醞釀停課

日本的新冠肺炎疫情持續擴大，累計四千二百一十六人確診，九十七人死亡。首相安倍晉三昨日召開內閣會議，宣布引用《新冠病毒特別措施法》，宣布東京都、大阪府等七地進入緊急狀態一個月，並推出歷來最大規模的緊急經濟措施，總值一百零八萬億日圓，挽救經濟危機，受疫情影響的家庭每戶可獲三十萬日圓現金。

病歿破萬 特朗普致電拜登商抗疫

美國新冠肺炎確診病例昨日增至超過三十六萬宗，一萬零九百九十三人死亡，成為繼意大利和西班牙之後，第三個病歿者數字破萬的國家。惟威斯康辛州最高法院，前日推翻該州州長埃弗斯（Tony Evers）將初選延後兩個月的行政命令，要求總統初選在昨日如期舉行。

斥責艦長天真 海軍部長道歉

美國海軍羅斯福號航空母艦前艦長克羅澤澤被免職一事餘波未了，署理海軍部長莫德利在過去的周末登艦檢視水兵，期間直斥克羅澤澤「太愚蠢太天真」，不適合指揮羅斯福號，又批評船員日前英雄式送走克羅澤澤是忘記海軍的使命。上述言論周一曝光，莫德利同日道歉，有國會議員要求華府辭退他。

ADDRESS:
3215 17 Ave SE Calgary
PHONE:
403-387-7798

HOURS OF OPERATION:
Open Daily from 8am to 9pm
所有特價品售完即止，價錢以店內公佈為準！

Apr 10 - Apr 13

HONG KONG
香港
香港超級市場
Hong Kong Food Market



1.79
/ea

椰樹米紙
BAMBOO TREE RICE PAPER 25CM 340G



1.49
/ea

MB 廣東炒麵
MAYNILA'S CHOICE PANCIT CANTON 227G



1.19
/ea

菲律賓特別米粉
PHILIPPINE SPECIAL BIHON 227G



3.99
/ea

AB 河內新鮮米粉
ASIAN BOY DRIED RICE NOODLES (S) 908G



3.49
/ea

椰樹米粉
BAMBOO TREE BLUN TUOI RICE VERMICELLI 908G



1.49
/ea

BULACAN 米粉
BULACAN MISUA VERMICELLI 227G



2.09
/ea

永順蝦餃粉
VINH THUAN HAGOU FLOUR 400G



2.29
/ea

永順糯米粉
VINH THUAN GLUTINOUS RICE FLOUR 400G



1.49
/ea

HK 大茴香
HONG KONG FENNEL SEEDS 100G



2.29
/ea

美味牌布甸粉
MEI WEI PANDAN/ALMOND PUDDING POWDER 150G



2.79
/ea

WK 糕點粉
WHITE KING BIBINGKA RICE CAKE MIX 500G



0.89
/ea

MC 香豆豉
MEECHUN SALTED BLACK BEAN 227G



2.49
/ea

秋菊牌椰子水
CHAO KOH COCONUT WATER 1L



1.49
/ea

LIPA 嫩椰子水
LIPA YOUNG COCONUT JUICE 520ML



3.99
/ea

Geisha 罐頭馬鮫魚
GEISHA JACK MACKEREL 425ML (ALL KINDS)



1.089
/ea

AA-1 茄汁沙甸魚
AA-1 SARDINES IN TOMATO SAUCE (REG/HOT) 155G



2.29
/ea

Savoy 椰漿
SAVOY COCONUT CREAM 400ML



3.49
/ea

Old Manila 雜果糖漿
OLD MANILA HALO-HALO MIXED FRUITS & BEANS 340ML



2.09
/ea

Old Manila 椰果(紅/綠)
OLD MANILA NATA DE COCO RED/GREEN 340G



3.99
/ea

雞嘜冬蔭功醬
COCK TOM YUM INSTANT PASTE 454G



7.49
/ea

Magnolia 芝士醬
MAGNOLIA CHEEZE CHEDDAR SPREAD 480G



2.29
/ea

MT 多用途醬
MANG TOMAS ALL PURPOSE SAUCE 550G



2.99
/ea

珍珍純正齋醬油
CHEN-CHEN VEGETARIAN SOY SAUCE 700ML



2.99
/ea

李錦記熊貓牌蠔油
LEE KUM KEE PANDA BRAND OYSTER SAUCE 510G



5.99
/ea

Lingayen 鹹蝦醬
LINGAYEN SAUTEED SHRIMP FRY 340G



1.59
/ea

Pink Lotus 淡奶
PINK LOTUS SWEETENED CONDENSED CREAMER 295ML



6.49
/ea

Sunasia 炸豬皮
SUNASIA CHICHARRON PORK RINDS 250G



3.29
/ea

SW 菠蘿汁
SW PREMIUM PINEAPPLE JUICE 1.36L



9.99
/ea

DM 雜果
DEL MONTE FIESTA FRUIT COCKTAIL 3KG



4.99
/ea

金星牌邊爐氣
GOLD STAR BUTANE GAS CARTRIDGE 4-PK

店內尚有大批特價品未能盡錄
Items On Sale While Quantity Last

Help wanted for Full time Grocery stocker



HONG KONG
香港
香港超級市場
Hong Kong Food Market

<p>5.49 /ea GK 素春卷 GK VEGETABLE SPRING ROLLS</p>	<p>5.49 /ea 九龍海產白蝦 CUULONG VANNAMEI SHRIMP 40-50 400G</p>	<p>4.99 /ea Champmar 白蝦 CHAMPMAR SHRIMP 250-300 400G</p>	<p>7.99 /ea 海威白蝦 SR WHITE SHRIMP 21-25 454G</p>	<p>3.29 /ea GL 白蝦 GL PACIFIC WHITE SHRIMP 31-40 227G</p>
<p>5.99 /ea AA-1 青回 AA-1 GREEN SHELL MUSSELS 454G</p>	<p>3.99 /ea Bulacan 菲律賓腸仔 BULACAN LONGANISA HOT/SWEET 375G</p>	<p>3.49 /lb 海威紅鯽魚 SR RED TILAPIA FISH</p>	<p>4.99 /ea 已調味虱目魚 SR MARINATED MILKFISH (BSM)</p>	<p>2.29 /lb 龍利魚柳 BASA FILLET</p>
<p>3.99 /lb 海威原條生魚 SR SNAKEHEAD WHOLE</p>	<p>2.49 /ea 海威竹筴魚 SR SALAY-SALAY 369G</p>	<p>3.99 /ea 海威急凍魷魚 SR FROZEN LONGO SQUID 340G</p>	<p>2.99 /lb 海威吞拿魚 SR SKJACK TUNA - BONITO</p>	<p>3.49 /ea HK 急凍指天椒 HK FROZEN RED CHILLI</p>
<p>0.99 /lb 新鮮芥蘭 FRESH GAI LAN</p>	<p>0.99 /lb 新鮮墨西哥芋頭 FRESH MEXICAN TARO</p>	<p>0.99 /lb 新鮮羅馬番茄 FRESH ROMA TOMATO</p>	<p>1.19 /lb 新鮮合掌瓜 FRESH CHAYOTE SQUASH</p>	<p>1.49 /lb 新鮮上海白菜 FRESH SHANGHAI BOK CHOY</p>
<p>0.99 /lb 新鮮美國椰菜 FRESH GREEN CABBAGE USA</p>	<p>2.29 /ea 新鮮嫩椰青 FRESH YOUNG COCONUT</p>	<p>1.19 /lb 新鮮青木瓜 FRESH GREEN PAPAYA</p>	<p>0.99 /lb 新鮮大甜橙 FRESH NAVEL ORANGE</p>	<p>4.49 /ea 新鮮珍寶菠蘿 FRESH JUJU MBO PINEAPPLE</p>
<p>0.79 /lb 新鮮青瓜 FRESH CUCUMBER</p>	<p>6.99 /ea 新鮮華盛頓紅蔥頭 FRESH WASHINGTON'S HALLOT 5LB</p>	<p>0.49 /ea 新鮮青蔥 FRESH GREEN ONION</p>	<p>0.79 /lb 新鮮泰國香蕉 FRESH THAI BANANAS</p>	<p>1.19 /lb 新鮮豆薯 FRESH JICAMA</p>