

一起來回味那些年的街頭美食 | 順德篇

· 阿明

若是去順德旅遊，白滑的倫教糕必然是你不能錯過的一份滋味，入口微酸接著伴隨清甜的米香味道在口腔裡蔓延，然後瞬間充斥這份簡單的美味，讓許多人難以忘懷。

倫教糕除了用好米好水之外，重在自然發酵不需要任何發酵粉和添加劑。用上等大米、白糖、蛋白等食材。首先大米細細地磨成漿，再裝進布袋隔去水份，然後把適量的砂糖以清水煮成糖漿，加入蛋白。濾去雜質回鍋煮沸，然後倒入乾米漿內拌勻，待冷卻後加入糕種，蓋好並放置10個小時，上蒸籠中火蒸30分鐘。剛蒸好的倫教糕需攤涼才好吃，質地煙韌有彈性折而不斷。少許的黏性證明此糕使用的大米新鮮，味甜不膩。

正宗倫教糕要有「豬油面」「橫直眼」，就是糕體表層好像豬膏一樣光滑，糕的內裡要有均勻橫的直的「蟹眼」氣孔，氣孔呈晶花狀這才稱得上是標準的倫教糕。沒有使用多餘的添加食材，因此天然真味。柔和的米香中透著微酸和米香發酵酒味，堪稱清香動人。

這一款歷史悠久的廣東嶺南經典美味，雖然沒有華麗多彩的外表卻有著晶瑩般的色澤與奇妙的口感。它在順德人的餐桌上從祖輩開始已經行走了五百年。想吃最傳統的倫教糕一定要到

「歡姐倫教糕」，歡姐這份家族手藝從1855年已經傳承了四代。有人說味覺的記憶最為靈敏，差一分一毫便不是那種味道。而順德人的味蕾記憶中，一定有歡姐糕點的滋味。從傳統



技藝中創新改良倫教糕，除了白糖外還有黃糖。歡姐也製作妃子糕、杏仁糕、椰汁糕、五豆糕、姜汁糕、艾餅和紫薯餅等等多款糕點，別有一番滋味。「玉潔冰清品自高，甜酸爽韌領風騷，仙泉淘得瓊漿白，蒸出嶺南第一糕。」便是倫教糕極妙的文字詮釋了。





motorola

美光推出低功耗 DDR5 DRAM 芯片 將用於 Motorola 新款智能旗艦手機

內存和存儲解決方案領先供應商美光科技（Micron Technology）與 Motorola 公司聯合宣佈，Motorola 新推出的 motorola edge+ 智能手機已搭載美光的低功耗 DDR5 (LPDDR5) DRAM 芯片，從而為用戶帶來完整的 5G 體驗。美光與 Motorola 緊密協作，依託高帶寬的內存及頂級處理性能，使 edge+ 手機能充分利用 5G 網絡的速度。

motorola edge+ 搭載了業界領先的美光 12GB LPDDR5 DRAM 內存，為用戶帶來流暢、無延遲的體驗。得益於 5G 所具備的更快傳輸速度和更低延遲等特性，該款手機為包括網絡遊戲和娛樂直播在內的雲應用帶來性能提升。美光移動產品事業部高級副總裁兼總經理 Raj Talluri 博士表示：「美光與 Motorola 基於該款智能旗艦手機的合作體現出移動設備製造商極其重視下一代存儲解決方案，以

期為用戶帶來更高性能和更豐富的體驗。美光攜 LPDDR5 助力 5G 智能旗艦手機設計，其背後凸顯了手機產業鏈里的通力協作。」

Motorola 對於這一款芯片也抱有很高的期待，其旗艦產品部門負責人 Jeff Snow 表示：「消費者一直在尋求速度更快、效率更高、性能更強大的智能手機，我們與美光協作推出了能夠滿足所有這些需求的設備。motorola edge+ 搭載美光 LPDDR5 內存，為我們帶來了身臨其境的顯示效果、清晰的音頻和專業級的圖像處理性能，由此創造出獨特的全方位消費者體驗。」

根據美光官方的消息，美光 LPDDR5 DRAM 內存可以將帶寬提高 50% 以上，和上一代 LPDDR4 相比，能效提升超過 20%，從而使智能旗艦手機的續航能力得以增強。



motorola edge+





這段時間以來，一款被稱為 Motorola Edge+ 的全新旗艦手機就迎來了不少曝光，這將是 Motorola 今年推出的高端旗艦產品，將於近期與大家見面。現在有最新消息，隨著發佈時間的臨近，近日就有外媒曬出了該機的詳細配置參數信息。

根據媒體GSMArena發佈的最新消息顯示，與此前曝光的消息基本一致，外觀方面，全新的 Motorola Edge+ 將採用一塊 6.7 英吋 FHD+ OLED 挖孔瀑布屏，刷新率為 90Hz，前置鏡頭開孔位於屏幕左上角，這將是業界首款90Hz挖孔瀑布屏旗艦手機。機身背部，該機將後置1億像素三攝相機模組。此外，該機將支援屏幕指紋識別，並配備雙揚聲器。

配置方面，全新的 Motorola Edge+ 將搭載高通 Snapdragon865 旗艦平台，最高配備12GB內存+256GB存儲，後置 108MP 主攝 +16MP 超廣角 +8MP 長焦組成的後置三攝相機模組，前置2500萬像素鏡頭。電池容量為5000mAh，支援 15W無線充電、5W反向無線充電。據悉，全新的Motorola Edge+將於近期與大家見面，除該機外還有一款名為Motorola Edge的機型將同步上市，同樣將支援5G網絡，主攝為6400萬像素。更多詳細信息，我們拭目以待。

更多省份計劃五月份重啟經濟 魁省學校復課令父母甚為擔心 亞省麥梅里堡經火災後遇水災 令本省經濟及民生如雪上加霜

近兩天加拿大更多省份提出將在五月份起開始逐步放寬防疫衛生條例，分階段重啟經濟。一些疫情較輕的省份啟動此等計劃是可以理解的，亦受到省民的支持。但疫情嚴峻的魁省，其實至今未有明顯的緩和跡象，但省長卻宣佈已制定全盤計劃逐步放寬衛生條例以啟動經濟，更議定5月初學校復課。這確令大部份家長極度擔心。在疫情未完全受控之下，要求學生回校上學，如果在校內防疫措施有不健全，學生隨時受到感染，再度引起社區大爆發，那麼過往近兩個月的隔離措施豈不是前功盡費。希望各省份真的能確保省民的健康安全，任何開放的公眾場所都能做好一切防疫工作，確保地方能定時清潔消毒，在場人仕一定要保持人身距離，督促員工及學生定時洗手等等，但願這些省份重啟活動及經濟後能給予其他省份作參考及借鏡。

亞省今年可謂多災多難，面對全球大疫症的同時，又遇到油價大跌，省府收入已經入不敷支。省政府在作出多種援助省民財困計劃的同時，又因油價暴跌影響其稅收之同時，本省北部油沙重鎮麥梅里堡在周日再遭到百年難遇的水災。麥梅里堡在四年前才經歷了一場山火，整個城鎮幾乎被火神吞噬，經過近三年的重建，當地居民已開始搬回新建的房

舍，準備回復正常生活。可惜今場水災再度把他們的美夢摧毀，實在令人傷心。亞省政府已即時作出救援行動，立刻撥款作緊急撤離補助。凡需撤離家園的災民，每人可獲\$1250，每位兒童可獲\$500應急。



省長亦即時已到當地視察與當地政府及省民商討援助方案。希望今次水災能早日得以緩解，令當地居民再回復安定生活。

新冠肺炎疫情在亞省尚未緩和，主要是近日在卡城及亞省南部醫管地區內的多間肉類加工廠共有千名員工集體受到感染所致。其實亞省疫情在兩周前已開始有緩和跡象，在各省民的自律性居家及保持社交隔離的措施下，成效顯著，就看愛城地區即可見一斑。因為爆發疫症的肉食加工廠都不在其醫管區內，社區傳播幾近零宗。現卡城及亞省南區疫情，祇要控制好肉廠的傳播鏈，全國疫情便會受控。

亞省星期三新增315例，全省共5,165例，卡城新增154例，共3,520例，亞省南區新增148例，共833例，愛城新增3例，共489例。



2020年4月29日

幫助減少冠狀病毒病 (COVID-19) 的傳播



採取措施減少冠狀病毒病 (COVID-19) 的傳播



遵守當地公共衛生部門的通知



經常用肥皂和水洗手
每次至少20秒



如果沒有肥皂和水
請使用酒精類洗手液



尽量不要觸摸眼睛、
鼻子和嘴。



避免與生病的人
有密切接觸



咳嗽和打噴嚏
時用袖子捂住
而不是用手



盡可能待在家裡，
如果需要出門，請注意保持
人際距離（大約兩米）

症狀

COVID-19 的症狀可能很輕微，
也可能很嚴重，而且接觸病毒後，
最多可能要14天症狀才會出現。



發燒
(38°C 或更高)



咳嗽



呼吸困難

如果您有症狀



在家隔離以避免
將疾病傳給他人



避免拜訪老年人
或有健康狀況的人
他們有更高風險
出現嚴重疾病



在前去就醫之前提前打電話
或與您當地的
公共衛生部門聯繫



如果病情惡化
請立即與您的醫生 / 護士
或公共衛生部門聯繫
並按照他們的指示行事

了解 COVID-19 的信息：

1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus

有互補作用的多款食材搭配

• 芒果布甸

宅在家，每晚不知道做甚麼菜好？打開雪櫃，見到差不多的食材很頭痛？想吃得健康又美味的話，不妨試試搭配有互補作用的食材。如番茄炒蛋、菠蘿咕咾肉、板栗燜雞等。用這些看似普普通通的食材搭配出來的菜式，不僅滿足了美好的口感，而且在營養上也有大大增益。

菠蘿+肉：蛋白酶和蛋白質互補

菠蘿咕咾肉//

配對原因：這是水果和肉搭配的代表，不僅滿足了口感上的需要，還有特定的作用。比如，菠蘿含有菠蘿蛋白酶，是天然的“嫩肉粉”，蛋白酶可以降解肉類的蛋白質，使肉的長纖維變短，從而肉質變嫩，用菠蘿汁處理難嚼的牛肉效果很不錯。將菠蘿塊和汁液和切好的肉充份混合在一起，等待30分鐘即可烹調，還可以給肉添加一些果香味。除了菠蘿外，木瓜、芒果、奇異果等也是蛋白酶含量豐富的水果。

相處建議：水果和肉同入菜時應注意，水果的加熱時間要盡可能短，尤其不要在鍋裡炒，最好在其他食材熟後再放水果，也不要裹糖。如果肉是現煎的，可最後直接在盤裡用菠蘿等做點綴即可。

魚+豆腐：鈣更好吸收

魚頭豆腐湯//

配對原因：魚和豆腐都富含蛋白質，為甚麼要這樣搭配呢？其實，魚和豆腐中各自所含的蛋白質完全不同，魚肉中的蛋白質苯丙氨酸Phenylalanine含量少，豆腐中含量很高。而豆腐中的蛋白質缺乏蛋氨酸Methionine和賴氨酸Lysine，這兩種成份在魚中的含量中又很充足。因此，兩者搭配吃可提高其營養素的吸收。而且，雖然豆腐中的鈣含量很高，但是單獨食用並不利於鈣吸收。而魚中豐富的維D可將鈣的吸收率提高20多倍。

相處建議：以魚頭豆腐湯比較常見。買到原條鮮魚的話，魚頭可以做湯。但畢竟在加拿大不易找到鮮魚，亦可以用魚尾或香煎的三文魚骨代替，非常鮮味。豆腐的話，最好用較嫩滑的那種，很適合用來做湯。





香菇+油菜：香菇多糖和維生素互補

香菇扒油菜///

配對原因：香菇有“真菌皇后”的美稱，新鮮的香菇中含有30多種酶和18種氨基酸。同時香菇中還含有豐富的香菇多糖Lentinan，能提高身體免疫力、促進食慾。油菜含有豐富的維生素C和維生素A，正好補充了香菇中維生素不足的缺點，也是一道營養互補的菜。當然各種蘑菇和油菜等蔬菜都可以搭配，達到口感和營養雙贏。

相處建議：乾香菇要提前浸泡一下，泡香菇的水也不要倒掉，在炒香菇油菜時倒入，更多地保留住香菇的鮮味。還可添加紅蘿蔔和肉片，符合少油少鹽低糖的原則，並且顏色上的搭配也能更好地促進食慾。

雞肉+栗子：蛋白質和淀粉互補

栗子燜雞///

配對原因：雞肉最重要的營養物質就是蛋白質，板栗則主要是淀粉，都是可以頂飽的食物。板栗燉雞，雞肉肉質細嫩，滋味鮮美。雞肉的蛋白質的含量頗高，可以說是蛋白質最高的肉類之一，屬於高蛋白、低脂肪的食品。而板栗煮熟後，口感軟軟糯糯，搭配鮮嫩的雞肉正合適。其實，類似這樣蛋白質和碳水化合物類食物的搭配也很多，比如排骨蓮藕湯、薯仔燜牛肉等。

相處建議：板栗燉雞的做法很簡單，但是做不好，不是板栗搶了雞肉的風頭，就是栗子不夠入味、不夠爛，口感都不好。所以，雞肉一定不要太老，板栗先用水煮熟，整個的栗子掰成兩瓣再做，更容易入味。

番茄+雞蛋：蛋白質和番茄紅素互補

番茄炒蛋///

配對原因：蛋類和很多食材都是好搭檔，但是尤以和番茄的搭配最為經典。雞蛋中所含的蛋白質，易於吸收，利用率高。另外，番茄含有的番茄紅素是一種強抗氧化劑，可有效清除人體內的自由基。而且，番茄能出汁，豐富的番茄紅素使湯汁很鮮亮，金黃的炒雞蛋吸取了紅色的湯汁，口感更加飽滿而且不膩。更重要的一點是鮮味！番茄的酸甜味與雞蛋中氨基酸親密融合，味道更鮮美。

相處建議：利用番茄的酸甜味，放少許鹽就行，當然還要加糖調味。亦可以加入些許的茄醬，香蔥和薑絲。雞蛋可先香煎後，再弄碎放入煮軟了的番茄和湯中，比隨意將雞蛋打進去番茄中的賣相會更好看。

海南鷄

鷄肉 所需材料

- 卑詩農場臺灣走地鷄 約2磅重
- 鷄高湯10公升
- 姜半塊(去皮切絲)
- 蒜頭10瓣
- 中型紅葱頭8顆
- 青葱一把
- 八角6瓣
- 麻油2湯匙
- 鹽1/2湯匙
- 味琳1/2杯
- 現磨黑胡椒少許(調味用)

鷄湯 做法

- 將鷄先去頭去腳做處理。鷄脖子跟內臟則擺置一側。
- (除全鷄外)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。
- 將已去頭去腳的鷄放入鍋中,并關火。
- 烹飪約30分鐘後將鍋移開火源,讓鷄繼續留在鍋內約30分鐘。
- 請注意:不可移開鍋蓋。鷄的內部烹飪溫度應達到華氏180°F(相當於攝氏82度C)。
- 將鷄從鍋取出并擺置于常溫約30分鐘。
- 鷄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
- 鍋內的鷄湯50克
- 黑胡椒 少許

做法

將材料全部攪拌均勻,擱置一旁備用。

準備材料(米飯)

- 香米 1杯(反覆沖洗約5次)
- 植物油 10克
- 鷄油 1湯匙(取自鷄脖子或是內臟部分)
- 薑 4小片
- 蒜頭 4粒(整顆完整的)
- 紅葱頭 2個(切片,非切粒)
- 白米及鷄高湯 2杯
- 八角 2粒(整顆)
- 青葱 2棵

做法

- 將油及鷄油倒入鍋中 - 將鷄脖子切斷并一起加入烹煮。
- 用慢火烹煮約2分鐘。
- 加入薑、蒜、紅葱頭及八角再煮一分鐘。將脖子／內臟取出。
- 加入白米及鷄高湯。
- 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

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

備註: 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

健康營養
按照加拿大標準生產



Cheese Toast



芝士溏心蛋吐司 · 芒果布甸

一日之計在於晨，一份味美香口的早餐足以讓人感覺一天元氣滿滿。要是來份芝士溏心蛋吐司，金黃酥脆的吐司加上午餐肉和鹹香芝士，定會讓人大滿足。用料：吐司2片、沙拉醬、適量芝士片1-2片、午餐肉一片、雞蛋1隻、芝士碎適量、黑胡椒碎適量。先將兩片吐司都切去四邊（這看個人喜好，不切亦可），在第一片吐司上抹上沙拉醬或蛋黃醬；蓋上一片芝士片；再放上一塊煎好的午餐肉；然後拿出第二片吐司，在中間處用勺子壓一個坑，敲入一隻生雞蛋；在吐司上鋪滿芝士碎，撒上黑胡椒碎；最後將其放在第一片吐司上。將準備好的吐司送進預熱好的烤箱，選擇180攝氏度，20分鐘即可。一份金黃誘人的芝士溏心蛋吐司早餐就做好啦！切開裡面看，層次超豐富！傾瀉下來的芝士加上半熟的蛋黃，口感不能太好喔！



新一代日產《淑女》將在十二個月內推出 命名為 400Z 並配備全新雙渦輪增壓引擎

日產汽車（NISSAN）旗下的雙門轎跑車370Z，自2009上市以來，經過多次的修飾與微調，車迷們對它可說是熟到不行，早就到了該大改款的時候，而市場也一直盛傳370Z將推出後繼車，不過一直是只聞樓梯響，10多年的光陰過了，依然不見新車的蹤影，最近370Z的後繼車終於即將現身，全新一代車款可望在未來12個月內向世界公開。新車將命名400Z，並將配備全新雙渦輪增壓V6引擎，性能將大幅超越現役的370Z。

日產汽車最近在加拿大提出重新設計的Z商標申請，採用復古式樣，其設計可回溯到早年的Z Car，包括Datsun 240Z和後來接棒的260Z和280Z。然而除了這個復古風格的商標，400Z還有許多喚醒人們對初期日產跑車記憶的元素，在Z Car最大的市場美國，有些經銷商已經看過全新設計的Z Car，根據他們所說，日產汽車品牌已經重回歸最初的根源，它的造型擁有早年240Z風格的車頭，再加上300ZX風格式樣的尾燈。此外，370Z飽受批評的座艙，來到400Z，座艙將進行重大的升級改良，它的內裝用料和組裝品質，都將與時代接軌，尤其過時的中控觸控螢幕，將改換為一種結合互聯功能的現代化娛樂資訊系統所取代。同時也將配備全數位化儀表，並導入先進的數位駕駛輔助科技。

目前400Z的具體基礎和細節尚未公佈，有鑑於此一市場區隔的跑車的銷售量和獲利率相對較低，因此，它不太可能成為特製的底盤平台，它有可能採用兄弟品牌INFINITI旗下的Q50和Q60所使用的後輪驅動平台。據媒體Autocar稱，400Z也可能援用INFINITI



的重量總成，終於遠離自然進氣的動力，而可望採用旗艦車Q60的3.0升雙渦輪增壓V6引擎。這顆全鋁合金引擎，是INFINITI的VR家族系列中的一部分，該系列還包括GT-R所使用的排氣量較大3.8公升引擎。Q60所使用的3公升V6引擎，具有400bhp的最大馬力，並搭配四輪驅動系統，0至100公里加速5.2秒可完成，不過未來可預期的是400Z將採後輪驅動，它將會有更優異的動態表現，因為它的車重會比起1825公斤的INFINITI Q60輕很多。

日產汽車已經在現役370Z試用過這顆引擎，並且為它配上手排變速箱，在2018年的SEMA改裝車廠中曾經露臉過。而400Z的車名也意味著它將具備400匹的最大馬力輸出。為吸引忠實粉絲回歸，400Z有可能同時提供手排和自排變速箱，相形之下，它的主要競爭對手包括TOYOTA Supra和Alpine A110，現在都不再提供手排變速箱。未來日產汽車的性能改裝副品牌Nismo，將會為400Z創造改裝升級空間，包括更強悍的懸掛系統和更具侵略性的外觀套件，同時渦輪也會帶來更強的功率提升。

去年，日產汽車的產品策劃主管Ivan Espinosa曾向媒體透露，Z Car的產品計畫已經到位，並表示大家可以期待全新的Z Car。而日產汽車設計總監Alfonso Albaisa也對此表示贊同，他說這是一台大家可以很容易想像的370Z的後繼車。他表示Z Car是1960年代跑敗蒙跑車，在此之前，你必須花大錢才有可能買到保時捷（PORSCHE）或積架（JAGUAR）的跑車。



iOS 發現嚴重漏洞 全球五億蘋果裝置恐遭入侵

美國三藩市手機保安公司ZecOps前日發表報告，發現蘋果公司的iPhone及iPad有一個潛在已久的漏洞，可能令多達五億部裝置容易遭受黑客攻擊。蘋果公司表示已知悉有關漏洞，修補將會在下次的更新中推出。

ZecOps行政總裁阿巴拉罕（Zuk Avraham）發現有關漏洞，指它存在於iPhone和iPad附屬的電郵應用程式「郵件（Mail）」，並稱有證據顯示最少六次的網攻與該漏洞有關。他表示，早於二〇一八年一月就有黑客以惡意程式利用蘋果iOS作業系統的漏洞發動攻擊，一些知名的蘋果手機用戶已成為目標，但未能確定黑客身份。

阿巴拉罕續指，黑客透過「郵件」程式向受害人發送一封看似是空白的電郵，令到手機當機並重啟，期間黑客可以盜取裝置的資料，只要是「郵件」程式有權存取的資料，



包括一些保密訊息，都可能會被盜走。他亦強調，就算用戶更新至最新版本的iOS，黑客仍然可以遙距盜取資料。他懷疑，有關入侵技術可能是一系列遙控惡意程式的其中一部分。

由於該漏洞是在蘋果公司發出補丁之前用於攻擊用戶的，因此將其視為零日攻擊，通常iOS零日漏洞是非常罕見，而且要價非常昂貴。ZecOps稱，其中一個漏洞可以讓攻擊者通過發送消耗大量內存的郵件來遠程感染iOS設備，而另一個漏洞可以允許遠程代碼執行。利用這些漏洞，攻擊者可以泄露、修改和刪除用戶的電子郵件。據悉，蘋果公司已經在最新的iOS13.4.5測試版中修復了安全漏洞。iOS13.4.5正式版應

該會在未來數周內公開發佈。在此期間，ZecOps建議用戶使用Gmail或Outlook等第三方電子郵件應用程式。

流行劇集
影視look1look
.大嘴



經濟犯罪案件的 王凱&王鷗的《獵狐》



上段時間筆者為大家介紹了王凱的《清平樂》，目前劇集播出至30集，劇情依然非常緩慢。雖格局不錯，又拍得精緻，但感覺缺乏了爆點，亦是這部劇一直降分的原因。現在又有一部王凱主演的警匪片《獵狐》，兩部劇相互對打。看慣港台及美劇警匪片的筆者，一開始聽到滿口京腔的對白甚感不適應，不過隨著劇情的發展，一路揭開眾多社會黑幕，倒也感覺這劇拍得不錯。目前豆瓣評分7.4，主要因為中間有不少注水成份，拖慢了整部劇的節奏。劇組的主要成員大部分來自《琅琊榜》，如飾演操縱股市的不法商人王柏川，就是當年飾演謝玉的劉奕君。故事根據部份真實事件改編，講述了夏遠（王凱飾）、吳稼琪（王鷗飾）為代表的經偵警察偵破經濟犯罪大案、開展多國跨境追逃的故事。筆者之所以感覺這部電視劇有看點，是因為它裡面赤裸裸地展現在經濟蓬勃發展的2000年，眾多不法商人為得到最大利益，不惜一切違規犯罪。而所謂的警察，卻是表面伸張正義，暗地裏因為利益瓜葛而同流合污。正如胡軍在裡面飾演的刑偵隊長，當差20年，本來為人正直，卻因為妹妹的行差踏錯而自己誤入歧途。他之所以如此偏袒妹妹，亦是因為對妹妹的愧疚之情。因為當年他能入讀軍校，也是妹妹犧牲了自己讀書的機會外出打工，來供讀這位大哥，這點非常符合中國國情。最現實的，敵不過所

謂的經濟效益。當王凱和王鷗已經將王柏川的案件查得快水落石出而要市長和各部門合作時，卻被對方拋出一句：“目前王的上市公司勢頭大好，調查他的話，對市民和經濟有害而無益。”領導尚且如此無視法規，也難怪民間的歪風會一直盛行。還說“誰也沒有搞過經濟，也是摸著石頭過河”的謬論，非常寫實。又如劇中的大反派王柏川，成功出逃至美國後，努力在華人圈中樹立好先生、好父親的良好形象，為的只是取得綠卡後能洗脫自己曾在中國犯下的罪名。目前該劇更新至22集，一起來看這班警察如何在海外“獵狐”歸案。



招聘 出租 買賣

BC埠仔誠聘

BC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

0402

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，薪優糧足
有意者請親臨

3153 5 Ave NE Calgary T2A 6C9
周一至周五10:00-5:00 (節假日除外)

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

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

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

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

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



Ming Wang

汪明

手提: (403) 874-5688

精通國、粵、英語

Email: mingwang@shaw.ca

西北 Panorama Hills

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

房屋出租

中央街近64大道獨立平房，三房兩廳主層或分房出租。每房月租\$400，包家俬及水電煤。

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

Marianne Chan

陳安莉

英語、廣東話

手提: (403) 815-2882

chan.ma@hotmail.com



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 孜屋一對

已分契，全新裝修，新地板，新地氈，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，共三個浴廁，近 Superstore 中心及巴士站，窗外可享受美景。屋主已搬埠，志在必賣。

叫價 \$509,990

聞情一周

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



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

*聞情一周全部內容逢周四上載

神話 小故事

十大神獸之一重明鳥

重明鳥是中國古代神話傳說中的神鳥。其形似雞，鳴聲如鳳，此鳥兩目都有兩個眼珠，所以叫作重明鳥，亦叫重睛鳥。它的氣力很大，能夠搏逐猛獸。能辟除猛獸妖物等災害。在中國民間新年風俗中，貼畫雞於門窗上，實即重明鳥之遺意。

重明鳥又叫雙睛鳥，它的兩隻眼睛中，各長有兩個瞳孔。它的身形像雞，叫起來聲音像鳳凰一樣嘹亮動聽。它常常把身上的羽毛全部抖落，用光光的翅膀拍打著沒有羽毛的身子，在高空中起舞迴旋。它能驅逐虎、豹、豺、狼等猛獸，使多種妖魔鬼怪不敢危害人類。

它對人類的要求也很低，它不吃食物，只要喝一點瓊玉的膏液，就很心滿意足了。不過，這鳥十分眷戀自己的家鄉，人們於心不忍，只好同意它自由往來。

重明鳥很仗義，它理解人們的好意，有時一年中不辭辛苦，來回光顧好幾次。有時人們得罪了它，就隔幾年都不來。於是，家家戶戶都清掃庭院，擺上瓊漿玉液，盼望重明鳥前來棲息。禽獸鬼怪往往趁重明鳥不在時出來危害人，人們就用木頭或銅鑄鐵鑄成重明鳥的形狀，安放在門戶間，這樣，禽獸鬼怪見了，也會害怕，躲得遠遠的，不敢來搗亂。

古代神話中有雞是重明鳥變形的說法。堯帝時，遠方的友邦上貢一種能辟邪的重明鳥，大家都歡迎重明鳥的到來，可是貢使不是年年都來，人們就刻一個木頭的重明鳥，或用銅鑄重明鳥放在門戶，或者在門窗上畫重明鳥，嚇退妖魔鬼怪，使之不敢再來。因重明鳥模樣類似雞，以後就逐步改為畫雞或剪窗花貼在門窗上，也即成為後世剪紙藝術的源頭。

中國古代特別重視雞，稱它為「五德之禽」。《韓詩外傳》說，它頭上有冠，是文德；足後有距能斗，是武德；敵在前敢拼，是勇德；有食物招呼同類，是仁德；守夜不失時，天時報曉，是信德。





Raymond Lau

劉俊文
(英、粵及國語)手提：403-830-6728
raymondla404@gmail.com

執業廿載、獲獎無數，經驗豐富、專業服務、忠誠快捷

西北 Hamptons \$749,900

獨立兩層，2,400呎，樓上四睡房，廚房開揚，花園面積大，w/o土車上山完成。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。

SOLD

西北 Beddington



\$329,900

兩層半邊孖屋，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。

Pizza外賣店

\$139,900

東南經理，面積35呎，生意穩定，不需廣告。生財工具齊，租約長，容易操作。

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 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。



「論盡」樂壇
劉俊文
raytheguitarist.blogspot.ca

旺角小龍女

由於香港政府要實施《限聚令》，很多行業都不能如常經營，其中沒有在七十二行內的另類行業「街頭表演者」也受了影響，因為圍觀的市民都要保持距離，否則便會受到票控，而今次我想講的街頭表演者就是「旺角小龍女」龍婷。其實我兩年前也曾經在這個專欄的《應否殺菜街》介紹過龍婷，覺得她的聲線很好，值得向大家推薦。

三年前我回香港時也去過菜街聽小龍女唱歌，覺得她非池中物，果然去年龍婷獲國內中央電視台邀請參加第十五屆《星光大道》歌唱大賽，結果贏得2019年度決賽總冠軍，並參與央視主辦的《2020年春節聯歡晚會》任演唱嘉賓，開始獲得肯定。

龍婷別名「小龍女」，1981年4月3日出生於遼寧省瀋陽市，在西洋菜街未殺街之前是人氣最旺的街頭歌手，她在手機的直播程式超過110萬粉絲。小龍女原本在國內學習舞蹈，十多歲時因一次實習機會去到廣東中山，偶然在公園聽到陳慧嫻的《飄雪》這首歌，就毅然決定放棄舞蹈，留在廣東學唱歌。

移民了香港後，認識了當時在西洋菜街擺檔的「旺角羅文」梁志源，他只聽「小龍女」唱了兩句，便已經覺得她就像出谷黃鸝，聲音清脆，但又很油潤。結果在2017年4月23日，龍婷就開始在菜街賣唱。最初她也有點害怕，旺角始終是龍蛇混雜之地，而且在街邊唱歌始終有點擔心。

但當她開始演唱之後，由於歌聲甜美，尤其是唱鄧麗君、王菲的歌曲，都很有她們的影子，很快便凝聚了不少粉絲。而最感人的就是，儘管是下著滂沱大雨，她的粉絲還是不離不棄地撐著雨傘在聽她唱



歌，冒雨為她拍攝，當然少不了打賞，而小龍女每晚所收到的打賞為數不菲。可惜到了2018年7月29日，香港政府因噪音問題要取消旺角行人專用區，結果所有街頭表演都要停止。

小龍女在菜街只唱了一年三個月便遇到殺街，於是她在2018年9月27日開始在中環碼頭與及於2018年10月7日在西九龍文化區唱歌。龍婷除了聲線甜美、拍子準、中氣夠；她通常會唱些慢歌，舒情歌，很少會像國內現今的歌手玩飈高音，非唱到力竭聲嘶不罷休，所以聽她的歌會好舒服。很佩服她記歌詞的能耐，她可以唱足一晚歌也不用看歌詞，一邊唱一邊走到群眾裡接受打賞，故此她比起一般的街頭賣藝歌手收到更多的打賞。

現在因為疫情關係，不能在中環碼頭唱歌，「旺角小龍女」經常上載一些視頻到Youtube，她的粉絲仍然通過PayPal支付打賞去撐他們的偶像。4月23日是她街唱的三周年紀念，龍婷上載了一個在電車上來回北角至上環的視頻，她世界各地的粉絲繼續上網支持，的確利害！

很多人對街頭表演者通常都不會有太大的期望，可能以往廟街及大笪地文化，以及後來在西洋菜街充斥太多參差不齊，五音不全的大媽歌手，令人印象不好。我自己卻很喜歡看街頭表演，旅行時如果碰巧有人在Busking，我必定駐足觀看，偶然也會有些驚喜。

以龍婷的唱歌水準，奇怪沒有唱片公司向她招手，香港的電視台也沒有邀請她去表演，是否不能迎合香港市場就不得而知。各位讀者如果想知道「旺角小龍女」是否如我所說的唱得那麼好，不妨上Youtube聽聽，相信不會令你們失望。

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

新冠封關期間的 移民相關問題解答



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

myvisavisa@gmail.com

① 申請EI或CERB會影響移民申請嗎？

首先，對於擔保人來說，申請社會補助（Social Assistant）的加拿大永久居民或者公民不具備擔保人資格。但是 EI 和 CERB 不算 Social Assistant 不影響擔保人資格。

其次，對於 EE 或省提名的申請人，申請 EI 或 CERB 代表疫情期間失業了，這樣不利於滿足功罪經驗的要求，EE和亞省省提名沒有對工作經驗連續的要求，所以只會延長滿足申請條件的時間，但是對申請人資格並不影響。對於已經遞交了省提名和EE的朋友，你已經滿足了工作經驗的要求，也可以申請。

② 我是一名留學生，目前在加拿大境外，目前的Travel Ban 我能前往加拿大嗎？

如果你是在校的學生，持有有效的學生簽證屬於 Essential Travel，所以准許進入加拿大。如果你不是在校學生，學簽在2020年3月18日批准的，能夠持有學簽信進入加拿大在邊境換學生簽證。未成年留學生的父母、監護人或家教如果可以證明是陪同未成年學簽持有者在加拿大居住的可以允許進入。

③ 我準備以工簽身份進入加拿大工作或半工作半旅遊，是否可以入境加拿大？

已經持有有效工簽的外籍勞工可以憑有效工簽進入加拿大。如果是新的工簽申請人，工簽是2020年3月18日批准的也可以進入。但是對於後者，如果目前沒有一份工作在過關的時候可能會被邊境警官認為是不必要的旅行。這個對於台灣和香港持旅遊工簽的客人來說有可能不能入境。

④ 我的永久居民申請批了，可以入境加拿大嗎？

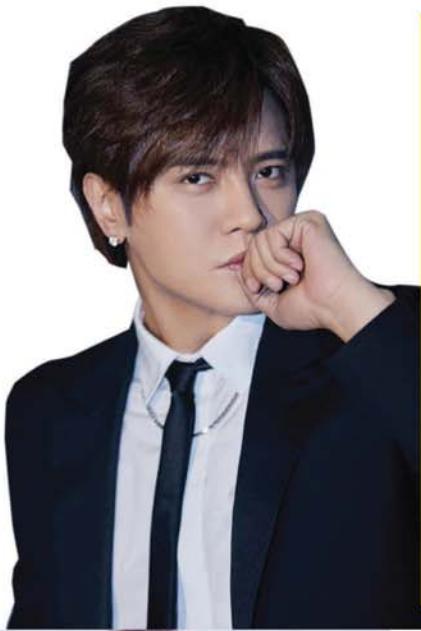
如果你的永久居民是3月18日前批的，可以向航空公司和入境處出示你的永久居民簽證。如果你來自免簽國家，可以向航空公司和入境處出示COPR文件(Confirmation of Permanent Residence)。

⑤ 我家人是加拿大永久居民或公民，我可以持有效簽證進入加拿大嗎？

加拿大允許加拿大永久居民或公民的直系親屬在 Travel Ban 期間進入加拿大。直系親屬包括配偶、同居伴侶、孩子、配偶或同居伴侶的孩子、父母、繼父母、父母或繼父母的配偶、監護人、家教。直系親屬要證明他們不是來加拿大旅遊觀光的。監護人和家教有關係的永久居民或公民必須是未成年人。在入境的時候要出示永久居民或公民的護照、居民卡、公民證還有旅行者與居民和公民的關係證明，比如說：出生證、結婚證等。文件可以是電子版或復印件。

⑥ 我的直系親屬在加拿大學習和工作、但不是加拿大永久居民或公民，我可以與他們團聚嗎？

首先直系親屬在新冠期間旅遊的定義與第五點相同。如果你的直系親屬在加拿大學習、訪問或工作在經過加拿大外交部 (Global Affairs Canada (GAC) Consular Officer) 書面允許的情況下，持有效旅行證件可以到加拿大與親屬團聚。入關的時候要向邊境警官 (CBSA) 證明你的旅遊是Non-Discretionary的。這跟之前的 Essential Travel 標準有所放鬆。



所以當他首度公開自己的網紅女友周小姐（周揚青）時，Hi姐還是蠻驚訝的。畢竟像他這樣愛玩的男生，怎會將自己綁定在一個女生身上？而且他的前度，緋聞女友，都是台灣的當紅女星。後來才知道，原來周小姐的父親是退役軍人，目前從商，妥妥的北京紅二代。大概小豬在開拓內地市場時，想必周小姐也幫了不少忙。這就不難理解，為何小豬一直對外要維持一位專一好男生的形象了。但他初心沒改，還是想繼續玩下去，若周小姐可以忍耐，或許他的星途還會一路順暢。但是，周小姐及時發現了問題，斷然斬下情根，雖然枉費了自己最寶貴的9年青春，但卻也給對方重頭一擊，毀了這位前男友的事業，兩人來了個平手。就像當年的鄧麗欣方力申一樣，一起十年了，卻來個性格不合的理由說分手，誰會相信？不就是你方力申花心不想穩定下來嗎？小豬這次估計在內地市場要徹底黃了，努力在《極限挑戰》中累積的人氣不再，但回歸台灣或許還有東山再起的機會吧，畢竟人家吳宗憲都說：“小豬是玩心比較重而已。”不過玩成這樣，每天帶不同的妹妹回家，也算是精力旺盛了，難怪他黑眼圈那麼重。說到這裡，大家也一定好奇他的歷任/緋聞女友會是誰？



徐懷鈺

小豬在15歲那年出道，幾年後遇見徐懷鈺，那時大家都很青澀，戀情沒持續多久就分開了。但小豬在《娛樂百分百》的真心話遊戲中承認過，並表示初戀是最難忘的。徐懷鈺在1998年發佈的專輯《向前衝》大賣，之後成為新生代影視歌三棲女星，並有「平民天后」、「國民天后」之稱。2000後變得低調，偶爾參與演出。



徐懷鈺與小豬多年前的合照



Makiyo與小豬在生日Party上



Makiyo 川島茉樹代

小豬在主持綜藝節目《TV三賤客》時遇到中日混血的女星Makiyo，她當時也是豬的好友歐弟的女友。歐弟曾爆料，服兵役前把女友托付給小豬照料，結果回來後發現他倆在一起了，兩人因此不合多年。

Makiyo本來星途順暢，也是小S姊妹團中的一員。後因醉酒捲入毆打計程車司機事件而人氣一落千丈。被公司雪藏，賠償受重傷的司機，並在母親病逝後，只能接收入不多的商演活動，偶在台前演出。



比陳老師還精彩的“豬世界”

從小豬羅志祥出道至今，Hi姐一直都有關注。雖說不上對其很有好感，但只覺得他非常能玩，綜藝感很強，而且各方面表演不俗。至於“亞洲舞王”這個稱謂，還是留給阿Rain吧。因此對於近日他被爆出的醜聞並不吃驚。因為，如果你看過他主持《娛樂百分百》還有其他綜藝節目，都會發現他的異性緣不是一般的好。



Selina 任家萱

小豬的另一位緋聞女友是台灣SHE組合成員的Selina。兩人交往3年，雖說沒有公開過戀情，但卻是圈內公認的金童玉女，手上帶著情侶戒指，在節目中玩遊戲時舉止親密，完全不避嫌，吳宗憲還曾在節目中因此取笑過雙方。據傳，小豬與Selina分手後深受刺激，情緒低落了很久。後來，小豬在採訪中被問到“人生最大的轉折”時，回答不是爸爸過世，也不是演藝事業陷入低潮，而是失戀。Selina意外燒傷後，聽到消息的小豬，還一度淚流滿面。



Selina

楊丞琳

後面一位緋聞女友楊丞琳在2007年與小豬傳出緋聞。因為當時兩人屬同一經紀公司，又因拍攝電視劇多次合作，關係十分要好。在拍攝《海派甜心》時，兩人被傳感情升溫，還曾被拍到同吃一根薯條，戀情氣息滿滿。



李毓芬



楊丞琳



李毓芬

2008年底，小豬與李毓芬被爆出拍廣告時墜入了情網，2009年2月，李毓芬被拍到深夜前往小豬的家中，“豬芬戀”曝光。隨後兩人屢被抓包穿戴情侶裝、項鍊與鞋，中間一度分手，而後重修舊好，接連爆出同遊韓國、上海。雖然雙方一直否認這段戀情，但據台灣媒體報道，兩人戀情分分合合長達5年。直到柯震東的出現，兩人關係才徹底結束。

Jolin 蔡依林

小豬和Jolin也有過一段戀情傳聞。當時兩人經常一起逛街吃飯，多次會被拍到一起出行，演唱會上也少不了彼此的身影，合照時也相互摟著，十分親密。在一次Jolin的演唱會中，歌迷在台下大喊“小豬羅志祥”，Jolin露出了害羞的笑容。之後，小豬還在《籃球火》的合作中，與周采詩有過火花，但後來緋聞也是不了了之。當然，後來就是周小姐的出現了，以及現在吵得最熱的，小豬旗下藝人，蝴蝶姐姐簡愷樂。



蔡依林與小豬多年前的合照



旗下藝人蝴蝶姐姐



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

黑山共和國 科托爾 Kotor (二)

• 志永

聖特里豐廣場最華麗地標，仿羅馬式天主教「聖特里豐大教堂 St. Tryphon Cathedral」，兩座巴羅克式鐘樓，左邊刻上1166是始建年份。1667年和1979年地震摧毀後，鐘樓分別於1809和2009年重建。右邊刻上2016是重開年份，所以兩座鐘樓高度和外型都不同。教堂正面羅馬式玫瑰窗亦變成哥德式雕刻窗花。教堂大門上方有聖特里豐金色雕像，傳說809年威尼斯商人從土耳其帶回3世紀聖特里豐骸骨，途中遇上風暴在科托爾灣暫避，每當離去時天氣就變差，於是建了間小教堂，從此聖特里豐成為科托爾守護神，他的骸骨安放在教堂內。教堂入內參觀要收費，我們只是外觀。教堂右邊掛着國旗和市旗是「市政府 City Hall」，教堂左側「德拉戈宮 Drago Palace」建於14世紀，大地震破壞後重建，窗與門精緻地刻鑿出裝飾，現是主教住所，又稱主教 Bishopric 大樓。

繼續到建於1732年，三層高巴洛克風格宮殿，陽台有氣派石欄杆，原屬於「格爾古里納 Grgurina」家族，1881年改為「海事博物館 Maritime Museum」，大門前擺放大炮和船錨。窄巷出來是建於1909年東正教「聖尼古拉教堂 St. Nicholas's Church」，採取1840年拜占庭風格中間大圓頂，兩邊有圓頂鐘塔，教堂正面懸掛塞爾維亞國旗，國旗下十字架下方是聖尼古拉像。教堂中央祭壇深咖色木聖幛，襯銀白色框捷克藝術家雕塑聖像，灰白牆壁上多幅巨型油畫聖像是1998年俄羅斯畫家們畫的。聖尼古拉教堂斜對面是建於1195年「聖盧卡教堂 St. Luke's Church」，1667年大地震中唯一屹立不倒無破壞，石砌簡約小教堂，正門上窄小窗戶，屋頂希臘式拱塔懸掛三個銅鐘，教堂中央圓穹頂，半圓次後牆是仿羅馬式風格。17世紀中葉前是天主教教堂，之後信奉東正教徒劇增，轉為東正教堂，天主教徒保留右側聖像壁祭壇使用，兩個不同宗同時共用

一間教堂。教堂旁「倫巴第宮 Lombardic Palace」，正面屋頂有雙翼觀景窗，沙皇曾在此接見宗教和政治領袖。城內貓兒到處是，與世無爭，自得其樂。還有間貓博物館。走過粉紅和白色岩石相間條紋「聖克拉拉教堂 St. Claire's Church」，教堂正門上有哥德式雕刻窗花，兩旁有長窗櫺托，聞說：祭壇由雕塑家用黃、白和粉紅色大理石製成，華麗木框製天花板。走不遠是外形差不多，但有四層鐘塔天主教「聖瑪麗教堂 St. Mary's Church」，建於1221年，正門上只有哥德式雕刻窗花，20世紀精美銅雕大門正打開，勿失良機，衝入去拍了兩張14世紀繪製的壁畫。教堂後是城牆北門入口，小巷往山上的通道，旁邊是不引人注意「格魯博尼亞宮 Grubonja Palace」，建於1760年文藝復興時期，牆上刻有石雕徽章，曾是中世紀的藥房。它北側街道上磚拱，刻有聖馬可有翼獅子徽章，拉丁文寫著「此路通往山上堡壘」。導覽結束，自由活動一小時，有人選擇在古城散步，有人選擇上山。未完待續。



聖特里豐大教堂



聖盧卡教堂

「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」



從容美麗又優雅的 王妃葛麗絲凱莉

•宇軒

葛麗絲·凱莉Grace Kelly，作為摩納哥王妃，一舉手一投足都盡顯王室風範。同是來自荷李活的明星，Grace比起Meghan Markle低調太多，與丈夫蘭尼埃三世Rainier III從成婚之日起，正式宣佈息影。即使在婚後10年，曾一手捧紅她的大導演希治閣Alfred Hitchcock邀請她出演新片時，雖然丈夫不反對，但Grace為免復出對摩納哥王室聲譽造成影響，最後還是拒絕了邀請。不得不說，能做得如此灑脫，的確與其出身及良好的家庭教育有關。

Grace出身與美國費城的一個愛爾蘭後裔的天主教家庭，其父親是奧運會賽艇金牌得主，後來從商致富，是當地的名流。母親則是德國移民，在賓州大學體育系擔任首位女性的系主任。Grace從小熱愛表演，她後來進入了紐約市美國藝術戲劇學院學習。之後她開始了短暫的百老匯舞台劇演出，並參演了部分電視節目。1952年，只有19歲的Grace出演了《日正當中》的女主角，並奠定了自己在荷李活的巨星地位。她在荷李活的時間非常短，只有前後的6年，卻拍攝了多部膾炙人口的作品。如《後窗》、《電話謀殺案》、《抓賊記》等，並憑藉《鄉下姑娘》*The Country Girl*一片獲得第26屆奧斯卡影后，當時她只有25歲。而名導希治閣幾乎從不會使用同一位女演員三次，但貌美如花又氣質優雅的Grace做到了。同時期的荷李活花旦還有瑪麗蓮夢露Marilyn Monroe、伊莉莎伯·泰萊Elizabeth Taylor以及柯德莉·夏萍Audrey Hepburn。有傳聞說，當時經濟較差，而且不聞名的小國，摩納哥想靠荷李活明星帶動旅遊業，於是想辦法讓王子蘭尼埃三世娶一位女明星。他本來相中夢露，但夢露卻看不起如此小的國家，於是謝絕了兩人的見面。而當時Grace剛好與王子都出席了德國的康城影展，兩人一見鍾情，並很快定下婚約。





由於Grace是當時炙手可熱的荷李活明星，她出嫁時可謂風光無限。1956年，美高梅電影公司對其婚禮進行了全程拍攝，並向全球百萬觀眾實況報導。因為這位女神的婚禮，將摩納哥這個小國推向了世界的注目中。Grace在出嫁時帶進了豐厚的嫁妝，讓摩納哥這個小國的旅遊業往後蓬勃發展。加上丈夫，國王蘭尼埃三世的不懈努力，終於將這個小國打造成歐洲土豪遍地的新樂園。Grace婚後專心相夫教子，為蘭尼埃三世生下2女一子。兩人生活一直幸福美滿。在摩納哥，甚至隨處可見Grace的影子。以她命名的玫瑰園、街道、路牌，數不勝數。可見，當地民眾對她的尊敬和喜愛。不幸的是，她與幼女駕車出遊時心臟病發，引致車禍，於1982年去世，享年53歲。蘭尼埃三世之後沒有再娶妻，專心治理國家。Grace由內而外的優雅，給後人樹立了典範。亦因她的童話人生，堅守作為王妃的身份，留給了摩納哥後世除財富以外，最重要的無形資產。

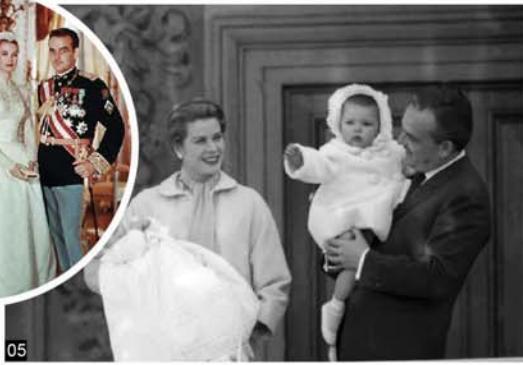


圖5 Grace懷抱剛出生的兒子阿爾貝二世

圖6 Grace懷抱剛出生的三女斯蒂芬妮公主

圖7 一家五口的生活照

圖8 Grace在懷孕時為了遮擋日漸隆起的腹部，而用愛馬仕的「Sac A Croix」來遮擋。後來這款手袋被命名為Kelly Bag

圖14 為Grace與丈夫的世紀婚禮照片