

精配西藥



藥真價實



藥品齊備



經驗豐富



忠誠可靠



永享安康人所欲
貨真價平是永安

永安藥房 精配西藥

SUPER M DRUGS PRESCRIPTION SERVICE 403-233-7788

電話: 403-233-7788 傳真: 403-233-7607

永安藥房位於 216 中央街 S.E.

由 10月15日 (星期二) 開始

永安藥房免費為卡城居民提供**流感疫苗**及「**全新**」**新冠疫苗**。

亞省政府亦鼓勵長者免費接種：**百日咳 白喉 破傷風**，**肺炎球菌20**。
另外，由**10月21日**起，年滿**75歲**長者亦可**免費**接種「**呼吸道合胞病毒疫苗**」。

請帶醫療卡到永安藥房查詢是否符合資格。



本藥房有多位**經驗豐富**、**忠誠可靠**的藥劑師，講流利的多種話，用貼心的語言為顧客解釋一切的藥物及健康問題，更為顧客爭取亞省多項醫療福利。

每星期七天營業，方便顧客配藥，打預防針，居家及旅行必備，例如：**蛇針**（帶狀疱疹）、**肺炎20**、**肝炎預防針**等及治療藥物針。

本藥房藥劑師持有**加拿大特許糖尿病導師資格**，可以為糖尿病及高血壓病人評估藥物及詳細解答一切有關問題。

最誠懇的服務態度，用專業醫學知識，為顧客作適當全面評估後，在需要情況下，為顧客開處方藥物。



可為顧客藥物獨立包裝，不設額外費，有免費車位讓配藥顧客泊車，免費為有需要的顧客送藥上門。



有永安就永保安康

兼售



德國著名施巴SebaMed健康護膚產品

精配西藥



藥真價實



藥品齊備



經驗豐富



忠誠可靠

精配西藥



藥真價實



藥品齊備



經驗豐富



忠誠可靠

精配西藥



藥真價實



藥品齊備



經驗豐富



忠誠可靠



聚豐園



營業時間

下午4pm—凌晨1am

HARVEST GARDEN

403-453-8489



T&T 大統華

40 Country Hills Landing NW #116, Calgary, AB T3K 5P4

全新裝修
寬敞舒適

新張開業

晚飯特價精美小菜 (送糖水)

\$16.99 每款

當紅炸子雞
腰果雞丁
雞片芥蘭
沙爹雞片
辣子雞翼
椒鹽三鮮
椒鹽鮮魷

美極有殼蝦
椒鹽中蝦
金沙甜薯中蝦
滑蛋蝦仁
椒鹽斑塊
椒鹽多春魚
椒鹽白飯魚

金沙斑塊
雪豆斑塊
豉汁斑塊
豉汁三鮮
上湯酸菜魚
椒鹽豆腐
乾煸四季豆

涼瓜炒蛋
蒜蓉時蔬
羅漢上素
紅燒豆腐
麻婆豆腐
涼瓜牛肉
牛肉豆仔

牛肉芥蘭
豉椒牛肉
牛肉番茄
味菜牛肉
菠蘿咕嚕肉
菠蘿生炒骨
蒜香蜜汁骨

京都肉扒
椒鹽肉扒
豉汁味菜炒豬肚
味菜炒豬大腸
蘿蔔牛腩煲
咖喱牛雜煲
八珍豆腐煲

粉絲蝦煲
魚香茄子煲
海皇豆腐煲
鹹魚雞粒豆腐煲
薑蔥牛肉煲
蜜汁牛仔骨
黑椒牛仔骨
椒鹽牛仔骨

特價 炒粉、麵

椒鹽白飯魚
椒鹽多春魚
椒鹽豆腐
避風塘豬扒
避風塘雞翼
味菜炒大腸
味菜炒豬肚

\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99

咖喱魚蛋→紅、黃、綠
豉椒炒鮮魷
脆皮炸大腸
醬爆大腸
麻辣海蜇
四川辣魚蛋
酥炸雲吞
九菜豬紅

\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$18.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99

打冷、小食

椒鹽中蝦
鹹魚冬菇炒芽菜
椒絲腐乳生菜
麻辣豬肚絲
甜酸斑塊
醬爆牛肉
鹵水雞腳
鹵水豬耳

\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99
\$12.99

晚上9時至凌晨12時

紅燒炸鵝鶉 (一隻)
鹹蛋 (一隻)
皮蛋 (一隻)
咸酸菜/味菜
菜甫粒
鹹脆腰果
鹹脆花生

\$7.5
\$3.5
\$3.5
\$3.5
\$3.5
\$4.5
\$4.5



鄭家超市

地址：6710 4 St NE, Calgary

403-263-6663

ZHENG SUPERMARKET

超市特價商品

數量有限 售完即止

特價活動時間

10月18日 - 10月22日

(星期五) (星期二)

中餐館誠聘以下崗位：川菜，北方菜，粵菜廚師，抓碼，油爐，服務員，超市肉部熟手，中/西糕點師。以上職位有經驗者優先，可全職或兼職，有意者請電：4038709868



只限星期五、六、日



脆皮燒鴨 (大鴨)

原價 ~~\$46.99~~ 特價 **\$39.98**
/整隻 /整隻



新鮮五花腩

\$4.98
/磅



新鮮小豬脰 (珍珠脰)

\$3.98
/磅



帶皮豬後腿肉

\$2.28
/磅



新鮮牛坑腩

\$6.98
/磅

只限星期五、六、日



游水立魚 (黑)

\$6.98
/磅

只限星期五、六、日



油菜芯

\$1.98
/磅



上海白菜

\$1.88
/磅



白菜仔

\$1.88
/磅



雪里紅

\$1.88
/磅



茄子

\$1.68
/磅



秋葵 (Okra)

\$2.98
/磅



A菜/油麥菜

\$2.38
/磅



毛瓜 (Mo Qua)

\$1.38
/磅



芥菜仔

\$1.88
/磅



秋月梨

\$2.68
/磅



紅/白柚子
(Pomelo red/white)

\$2.88
/個



美國富士蘋果

\$1.58
/磅



海威龍鱈魚

\$6.98
/磅



金牌龍利魚柳

\$3.38
/磅



海威去腸白蝦 (26-30) (1磅裝)

\$7.98
/包



旭日淮山米粉 (900克)

\$4.58
/包



三象牌粘米粉

\$0.98
/包



香菊牌圓枝腐竹

\$2.98
/包



百好小廚

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

LUCKY PLACE RESTAURANT

營業時間

六天營業，周一休息

11am - 3pm 4:30pm - 11pm

百好龍躉宴

- 游水龍躉五食
- 紹菜肉片豆腐魚骨湯
- 豉汁蒸頭腩
- 油泡龍躉球
- 花雕龍躉腩
- 枝竹豆腐炆龍躉
- 鮮菠蘿咕嚕肉
- 上湯嚮鈴浸豆苗
- 有米佬炒飯

\$298



超值皇帝蟹餐

- 皇帝蟹四食
- 蒜蓉蒸
- 椒鹽
- 花雕蛋白蒸
- 焗飯
- 當紅炸子雞
- 蟹肉魚肚羹
- 鮮菠蘿咕嚕肉
- 上湯嚮鈴浸豆苗
- 乾燒伊麵/肉絲炒麵

\$350



特別推薦

明爐燒鵝

獨門秘方 × 巧手烹製

(一日預訂)



杏汁豬肺湯



蟹肉蛋白撻麵



濃香八寶鴨



極品佛跳牆



招牌蔥油淋雞



招牌牛雜煲



巧製原隻鮑魚



柱候牛雜煲



生滾腰潤粥



為方便貴客晚間泊車，每晚六時後可停泊在本店以西
Lot #265 (124-3 Ave SW) 停車場

在結賬時，憑泊車場收條，可獲退回泊車費



Jessica Chan

房地產及物業管理公司

卡城地產局(MLS)銷售團隊(2023)第三名

www.JCRE.ca | 403.241.9800



JessicaChanHomeSellingTeam



Jessicachanteammyc

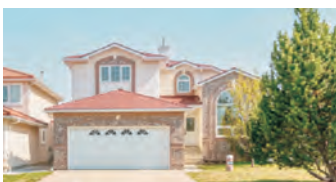


Jessica Chan Home Selling Team

開放日

10 月 20 日 (星期日) 2 - 4 pm

140 Sanderling Rise NW



西北 Hamptons 背靠公園

獨立兩層屋, W/O 土庫完成, 近 2600 呎, 3 + 1 睡房, 2 書房, 3.5 浴廁, 前進式雙車庫。特點包括有 2 個新熱爐、較新窗戶、金屬屋頂。位置便利, 步行可到達學校、公園和公共交通。

\$1,100,000



西北 Panorama Hills 獨立兩層屋

W/O 土庫完成。超過 2000 呎, 3 + 2 睡房, 3.5 浴廁, 前進式雙車庫。鋪上新地毯及地板。主層有 9 呎高樓底, 有天窗, 彩光度高。廚房花崗岩檯面。近學校及商場。

\$799,900



Waterfront 沿著 Bow River

位於 11 樓, 2 睡房, 2 浴廁。包兩個地下停車位及儲物單位。客廳設有大型 L 形窗戶, 自然光線充足, 可俯瞰 Bow River。能在河邊散步及欣賞 Bow River, 近超市及餐廳。

\$649,900



Open House

西北 Sandstone Valley 獨立平房

超過 1,400 呎, 3 睡房, 2 浴廁, 前進式雙車庫。翻新工程包括全新地板、PolyB 更換、新鮮油漆、新露台門以及更新的電源插座和開關。客廳設有 11 呎高拱形天花板, 使空間充滿自然光。近學校、購物中心和便利設施。

\$579,900



Spruce Cliff 柏文公寓 無敵景觀

位於 22 樓, 3 睡房, 2 浴廁, 包兩個地下停車位及儲物單位。單位有 9 呎高樓底及花崗岩檯面。陽台能遠眺市中心, 近高爾夫球場, 商場及 C-Train 站!

\$485,000



西北 Varsity 遠眺山景

頂層單位, 近 1200 呎, 2 睡房, 2 浴廁。包一個地下停車位及儲物室。從客廳和廚房可以欣賞山脈和 COP 美景。廚房配有不銹鋼家具、花崗岩檯面。步行即可到達 Market Mall, U of C、醫院和公共交通工具。

\$399,900



Aspen Woods 複式柏文公寓

位於 3 樓, 上下兩層複式單位。2 睡房, 1 書房, 2 浴廁。一個地下停車位及儲物單位。開放式設計, 廚房有不銹鋼家電及花崗岩檯面。能步行到湖邊小徑。

\$399,900



Harvest Hills 柏文公寓

位於 1 樓, 2 睡房, 2 浴廁。包一個地下停車位。單元擁有寬敞的開放式設計, 有 9 呎高樓底。廚房設有花崗岩檯面、不銹鋼家電和充足的櫥櫃。交通便利, 近學校、超市、Vivo 中心、電影院和巴士總站。

\$375,000



Country Hills Village 柏文公寓

適合 40 歲以上, 位於 3 樓, 1 睡房, 1 浴廁。包一個地下停車位及儲物室。廚房配備了較新的不銹鋼器具, 食品儲藏室, 提供充足的存儲空間。私人陽台面向庭院花園。靠近購物中心、餐廳和交通。

\$349,900



Bridgeland 柏文公寓

位於 3 樓, 2 睡房, 2 浴廁。包一個地下停車位及儲物室。大廈設有健身設施和兩個可欣賞市中心景觀的屋頂露臺、燃氣壁爐、燒烤設施以及充足的娛樂。

\$339,900



Dover 柏文公寓

位於 1 樓, 近 900 呎, 2 睡房, 2 浴廁。包一個地下停車位及儲物單位。單位朝西南, 採光度高, 有 9 呎天花板, 廚房有花崗岩檯面。近巴士站及學校。

\$335,000



西北 Panorama Hills 柏文公寓

位於 1 樓, 840 呎, 2 睡房, 1 書房, 2 浴廁。包一個地下停車位。開放式設計, 後院向西, 採光度高。靠近超市、T&T, 社區中心, 巴士站、學校等。

\$319,900



西北 Edgemont 柏文公寓

位於 1 樓, 2 睡房, 2 浴廁。包一個停車位。大量公共設施供住戶使用, 包括室內游泳池、熱水浴缸、蒸汽浴室、健身室、乒乓球和桌球等遊戲室。大樓位於 Nose Hill Park 對面, 近學校、商場。

\$289,900



西北 Hamptons 獨立兩層屋

土庫完成, 分門出入, 超過 2800 呎, 4 + 1 睡房, 5.5 浴廁, 前進式雙車庫。開放式設計, 主層有 10 呎高樓底, 廚房設有不銹鋼電器。靠近許多便利設施, 包括公園、遊樂場、及高爾夫俱樂部。

\$1,238,000



Aspen Woods 背靠叢林

柏文公寓, 位於 1 樓, 2 睡房, 2 浴廁。兩個地下停車位及儲物單位。公寓設有單車儲藏室, 健身設施和社交室。靠近購物、餐飲和娛樂場所, 能步行到湖邊小徑。

\$425,000

如有計劃今年買賣房屋, 請盡快與我們聯絡!

歡迎有幹勁、充滿熱誠的經紀加入我們的地產團隊! 有意者請聯絡 403-241-9800 或電郵至 jessica@jessicachan.ca

匯豪軒燒臘茶餐廳

FAMOUS NOODLE & B.B.Q. Café

333, 96 AVE NE Calgary AB T3K 0S3 (新大統華豐山匯豐銀行隔壁商場)

訂餐熱線：587-351-0788

七天營業
星期一至日 11am - 9pm

全日
供應

生猛游水海鮮
魚、蝦、蟹



下午茶餐

供應時間：二時至五時

片皮鴨 一食

\$48⁸⁸

醉雞鍋

\$35⁹⁹

送 粉絲和生菜



明爐燒臘 天天供應

馳名 燒臘雙拼飯



馳名 燒鴨湯瀨



生滾靚粥



\$110/隻

金牌燒鵝

歡迎預定



招牌 雲吞麵



黑草羊腩鍋

\$42⁹⁹

精美小菜

圖片僅供參考

\$18⁹⁹ 每款

- | | | |
|----------|--------|---------|
| 咸蛋黃老虎蝦 | 金銀蛋浸菜心 | 乾煸四季豆 |
| 椒鹽老虎蝦 | 蒜蓉芥蘭 | 京都肉排 |
| 貴妃雞(半隻) | 菠蘿生炒骨 | 瑤柱扒小棠菜 |
| 蒜香雞(半隻) | 菠蘿咕嚕肉 | 芥蘭炒牛肉 |
| XO醬甜豆豬頸肉 | 涼瓜炒牛肉 | 豉汁四季豆牛肉 |
| 避風塘豬頸肉 | 日式牛仔骨 | 蝦球炒蛋 |
| 蘿蔔牛筋腩煲 | 蜜汁牛仔骨 | 金沙魚塊 |
| 羅漢豆腐煲 | 蒜香一字骨 | 涼瓜炆排骨 |
| | 士多啤梨骨 | 椒鹽雞軟骨 |

- 南乳豬手煲
- 漁香茄子煲
- 三菇扒玉子豆腐
- 靈芝菇扒菜心

堂食送白飯、糖水、例湯

萬利來

萬利來超市

A & P

Asian Supermarket

營業時間

10am - 6pm

本週特價 18 - 22 Oct. 2024

所有優惠，數量有限，售完即止

歡迎預訂「鴻運金豬全體」，凡於富麗宮海鮮大酒家 或 金玉滿堂設宴之社團/顧客，均可享金豬全體 **88折** 優惠。

熟食之選，新鮮美味 (逢星期二休息)

更多熟食優惠

熟食兩 餛飩 / 淨餛(大) / 淨飯、粉、麵(大), 連例湯

均可享**85折**優惠

(限於星期三&四)



順南系列輕便裝糖水

(順南黑芝麻糊 / 核桃糊 / 杏仁糊 / 香芋椰汁紫米露 / 三色藜麥南瓜小米糊 / 陳皮紅豆沙)

以上各款優惠價:

\$3.39/包



優惠 1
本週 超特價


游水鯽魚(黑)
\$6.95/磅


臘雪魚頭
\$1.99/磅


豉油雞脾
\$2.99/隻+GST


片皮鴨三食

優惠 星期一至五
\$43+GST
限於10月21-25日

優惠 2 星期六、日
\$45+GST
(須於一日前預訂至6pm截止)
\$48+GST (即日取)

優惠 2
(限於星期五、六、日、一)


蜜汁燒排骨
\$9.99/磅+GST


油菜芯
\$1.89/磅


小芥菜
\$1.99/磅


百加利
\$2.39/磅


台灣椰菜
\$0.99/磅


澳洲甜柑
\$2.29/磅

優惠 3


水晶梨
\$1.89/磅


泰國粉蕉
\$1.89/磅


紫心蕃薯
\$1.69/磅


台灣甜白菜
\$1.49/磅


意大利瓜
\$1.49/磅


上海白菜
\$1.99/磅


鴨梨
\$1.49/磅


珍珍白胡椒粒
\$2.99/包


小肥羊火鍋底料 (清湯/辣湯)
\$2.69/包


順化牛腩/牛肉粉調味
\$0.89/盒


40/50 珍珍珠豆花生
\$4.58/2包


三象牌乾炸粉
\$2.29/包


李錦記韓國燒烤醬
\$4.99/罐


李錦記叉燒醬
\$3.99/罐


獅嘜吉士粉(300g)
\$5.29/罐


威威 Bihon 米粉
\$3.49/包


珍珍孜然粒
\$1.59/包


東明大橋腸粉專用粉
\$2.39/包

店舖更多優惠，歡迎入內選購

著數停不了



REGENCY PALACE

Seafood Restaurant

Unit 335 328 Centre Street S.E., Calgary, Alberta T2G 4X6

www.regencypalacerestaurant.com

Email: reservation@regencypalacerestaurant.com

403-777-2288

北京片皮鴨 三食

片皮，鴨絲羹，
菠蘿鴨粒炒飯或鴨絲粗炒

全日外賣無任歡迎

\$48

七天營業 10am~9pm



富貴大拼盤
爆炒牛柳粒花姿
金巢百花珍珠蝦丸
竹筴蟹肉魚肚羹
薑蔥雙龍蝦
貴妃走地雞
鮑菇扒豆苗
清蒸海上鮮
臘味芋粒糯米飯
乾燒伊麵
精美甜品

\$408

精選豪華宴

精選超值四人套餐 \$98

蟹肉魚肚羹
燒汁牛仔骨
蒜子上湯浸時蔬
薑蔥龍蝦 (一隻)
XO醬銀魚仔炒飯
精美甜品

精選超值六人套餐 \$152

海皇魚肚羹
牛肉芥蘭
貴妃雞 (半隻)
菠蘿咕嚕肉
上湯龍蝦 (一隻)
清蒸游水立魚
臘腸叉燒炒飯
精美甜品

任食自助

火鍋

(包湯底)

包括多款 Buffet 任君選擇

每日5pm~10pm

星期一至五 中午自助餐(Lunch Buffet)

11:30am - 2pm

星期一至四

成人 \$31.99
小童 (4~9歲) \$16.99
(3歲以下 \$3.99)

星期五、六、日及假期

成人 \$33.99
小童 (4~9歲) \$17.99
(3歲以下 \$3.99)

火鍋客戶泊車費

5pm後每部退還\$3.00

\$3.00 /ea Vehicle Parking fee
will be reimburse to Hot pot

特價精選小菜

全日供應，堂食外賣無任歡迎
(堂食下午3時後奉送例湯及糖水)

每款
\$14.95

蒜香雞 (半隻)
炸子雞 (半隻)
菠蘿咕嚕肉
京都豬扒
椒鹽豬扒
椒鹽鮮尤
椒鹽魚球
金沙魚球
滑蛋蝦仁
金沙大蝦
美極大蝦
椒鹽大蝦

牛肉芥蘭
鮮尤芥蘭
沙爹雞片炒菜心
豉汁牛肉豆仔
豉汁排骨燜南瓜
枝竹豆腐燜魚骨腩
金菇扒玉子豆腐
羅漢上素
八珍豆腐煲
魚香茄子煲
咖喱牛腩煲
羅蔔牛腩煲
薑蔥牛肉煲

鹹魚雞粒炒飯
菠蘿鴨粒炒飯
楊州炒飯
臘腸叉燒炒飯
生炒牛肉飯
乾炒牛河
豉汁牛河
三絲炒麵
星州炒米
廈門炒米
榨菜肉絲燜米
榨菜鴨絲燜米
金菇鴨絲燜米

超值歡聚宴

京式金皮鴨
蔥爆牛粒腰果
金巢爆炒花姿蝦球
蟹肉魚肚羹
美極豆仔雙龍蝦
貴妃走地雞
金菇扒豆苗
清蒸海上鮮
金粒瑤鬆海皇飯
乾燒伊麵
精美甜品

\$328

任選超值點心套餐

A+B+C=\$21.88

A1 招牌海皇粥
A2 薑蔥魚片粥
A3 爽滑牛肉粥
A4 青菜排骨粥
A5 皮蛋瘦肉粥
A6 排骨飯
A7 鳳爪排骨飯
A8 北菇滑雞飯
A9 風味臘味飯
A10 百花蒸蝦球
A11 XO醬炒豬腸粉

B1 富麗宮蝦餃
B2 風眼帶子餃
B3 蝦腸
B4 牛腸
B5 叉燒腸
B6 芫茜蝦米腸
B7 炸兩
B8 山竹牛肉球
B9 蠔皇鮮竹卷
B10 豉汁醬皇鳳爪
B11 豉汁蒸排骨

星期一至五
(全日供應)

堂食外賣無任歡迎，
週末及公眾假期除外。

C1 蜜汁叉燒飽
C2 香滑奶皇飽
C3 香滑蓮蓉飽
C4 芋頭飽
C5 炸饅頭
C6 焗叉燒餐飽
C7 臘腸卷
C8 香煎蘿蔔糕
C9 五香芋頭糕
C10 金珠鹹水角
C11 炸煎堆仔

外賣優惠

現金結賬85折

信用咭結賬9折

只限正價小菜\$45以上，
不能與其他優惠同時使用

喜粵居 酒家

China Palace Restaurant

營業時間

星期日至三：早上11時～晚上9時
(逢星期四休息)
星期五及六：早上11時～晚上10時

地址：#21, 6219 Centre St NW, Calgary 電話：403-275-2386 www.Chinapalacecalgary.com

新口味
超特惠價格

特惠超值六人餐

京式片鴨三食
(全鴨片皮、湯、鴨粒炒飯
或椒鹽/避風塘鴨骨)
喜粵清香雞或當紅炸子雞
美極焗中蝦
乳香脆花腩肉或咕嚕肉
豉汁或清蒸龍鱈魚
蒜蓉炒時蔬
精美糖水

原價 \$168 現價 **\$138**

親朋特惠十人餐

京式片鴨一食
瑤柱三絲魚肚羹
黃金百花球
清香雞
或當紅炸子雞
街邊薑蔥炒雙蟹
金菇扒菜苗
鮮菠蘿咕嚕肉
豉汁或清蒸龍鱈魚
瑤柱蟹籽炒飯
香菇燴伊麵
精美糖水

奉送：
潮式煎蝦餅

原價 \$388 現價 **\$288**

合家團圓十人餐

喜粵大拼盤
黃金百花球(10隻)或
百花讓金錢(10隻)
XO醬爆海參
花膠雞絲羹
薑蔥龍蝦蟹加脆麵
喜粵清香雞或
當紅炸子雞(1隻)
瑤柱冬菇扒豆苗
清蒸海上鮮
臘味糯米飯
乾燒伊麵
精美糖水

奉送：
黑松露山水豆腐

原價 \$368



震撼價
一律

\$11.95/份

午市西餐焗點

天天有驚喜

每檯只限一份，不設外賣

星期一 港式焗豬扒飯
星期二 葡汁雞扒焗意粉
星期三 粟米斑塊焗飯
星期五 白汁雞絲火腿焗意粉
星期六 夏威夷雞扒焗飯
星期日 芝士肉醬焗意粉

歡迎訂座 套餐堂食外賣歡迎



每日一特價 一律：**\$11.80**
/例

每檯只限一份，外賣加收一元

星期一	柱候梅子鴨	星期五	鹹肉炒四季豆
星期二	沙爹粉絲蝦煲	星期六	南乳五花腩肉
星期三	京都肉排	星期日	魚香茄子煲

片皮鴨三食 震撼特惠價：**\$45.95**(只限堂食)



原價：25.95
推廣特惠價：
\$19.95

潮式煎蝦餅



原價：24.95
推廣特惠價：
\$21.95

黑松露山水豆腐

特惠點心 天天特價

推廣期間

\$4.75
每款

豉汁鳳爪
街邊白板腸
黃金流沙包
上湯鮮竹卷
蟹籽燒賣
自製臘腸卷
蒜香豉汁排骨
香茜牛肉球
XO炒腸粉
三鮮素食包
家鄉鹹水角
潮州粉菓
香煎南瓜餅
雲南肉絲湯米線
百花讓茄子
咖哩蘿蔔魚蛋



高雅餐房、環境一流
歡迎預訂全年酒席



現加設卡拉OK貴賓房，可
容納30人，詳情請來電查

福臨門



Marlborough 分店

228 - 28 St. SE, Calgary (前China Rose舊址)

825-413-0913

七天營業

星期一至日 10am - 9pm

Country Hills 總店

400-388 Country Hills Blvd NE, Calgary

403-265-1616



可選擇掛包(10隻)或薄餅(15塊)

北京片皮鴨三食

Peking Duck 3 course

\$48.95



加鴨鬆生菜包

\$8.99



銀芽鴨絲炒幼麵



海皇鴨絲羹



掛包



薄餅



特價 **\$7.95**

灌湯小籠包 (8粒)
每日下午三時後供應



\$16.95

秘製中式牛柳
選用亞伯達省A級牛柳

精美小菜

- 乾煸四季豆
- 魚香茄子煲
- 蝦餅炒菜心
- 金沙青衣球
- 豉汁排骨炒四季豆
- 菠蘿咕嚕肉
- 蒜蓉牛肉芥蘭
- 金菇瑤柱玉子豆腐
- 椒鹽肉排
- 招牌白切走地雞
- 紅燒牛筋腩煲
- 咸魚雞粒豆腐煲
- 京都焗肉排
- 豉汁煎釀三寶
- 沙爹牛肉粉絲煲
- 蒜香黃金雞
- 黑椒安格斯牛柳粒
- 椒鹽鮮魷
- 竹笙羅漢齋
- 味菜大腸
- 柚子薑蜜豬扒
- 馬拉盞炒鮮魷
- 上湯響鈴浸菠菜
- 牛鬆菠菜
- Xo醬碧綠蝦球
- 四川水煮魚 勁辣

十月份 精選特價點心

每款 **\$4.95**

每日由上午十時至下午三時供應

- | | |
|--------------|--------|
| 蟹子燒賣皇 | 馳名鮮蝦腸 |
| 香煎日式雞肉餃子 (6) | XO醬炒腸粉 |
| 沙律明蝦角 | 皮蛋瘦肉粥 |
| 煎釀茄子 | 荔灣艇仔粥 |
| 蒜香蒸排骨 | 香菇滑雞包 |
| 沙爹牛肚 | 乾蒸牛肉燒賣 |

\$14.95
每款



高級食府，選料上乘，優質保證！

LIANG Commercial 21世紀地產第一商業地產團隊 #1 Commercial Team - Century 21 Canada



Bruce Liang
國·粵·英語
碩士(M.Sc)
註冊工程師(P.Eng)
Commercial Manager
商業部經理
bruce.liang
@liangcommercial.ca

403-606-0112
生意買賣及餐館租賃/買賣

A2162713 理髮店 (生意轉讓) - Country Hills Landing, Calgary **NEW**
位於Country Hills Landing廣場的一家理髮店生意轉讓！這是一個理髮師邁向創業的絕佳機會，其地理位置優越，廣場內停車位充足，周邊人流密集。月租\$4,629.54。售價\$95,000。

A2167322 日式餐廳 (生意轉讓) **NEW**
位於卡加利西南Beltline社區的日式餐廳生意轉讓！餐廳面積約2000平方英尺，已經經營超過10年，資產價格合理，位置優越，鄰近麥當勞及其他連鎖店。餐廳內部設有約40個座位，另有可容納20個座位的露台。設備包括約12英尺長的排煙罩及步入式冷藏庫。月租\$10,000。售價\$229,900。

A2101998 餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB
位於卡加利西北主要道路的知名中餐廳生意轉讓。非常理想的地理位置，週圍社區的亞洲人口眾多。最適合轉換為日本、韓國、越南等美食概念。麵積約2,659平方尺，設備齊全的廚房和75個座位。整個購物區都有充足的停車位。不要錯過這個絕佳的機會！月租\$9,000。售價\$199,900。 **NEW**

A2166557 奶茶店 (生意轉讓) - Calgary, AB
全新裝修的奶茶店生意轉讓！銷售額穩步增長。全新裝修空間並附有良好租約。所有設備和家具都包含在內。位置靠近初中，午餐時段客流量有保障。可以接手現有業務，或者加入您自己的想法。該店還持有電子煙銷售許可，但目前尚未使用，適合無油煙食品（無排煙罩）。月租\$2,000。售價\$149,900。 **NEW**

A2157433 酒舖 (生意轉讓) - Edmonton, AB **NEW**
位於埃德蒙頓黃金地段的一家酒舖生意轉讓！這家歷史悠久的商店周圍有許多主要租戶，享有高曝光率並吸引大量人流，確保持續的收入。酒舖管理高效，租金合理，是一項高盈利的投資。不要錯過進入這個盈利豐厚、運營順暢的機會。月租\$8,500。售價\$400,000。

A2159131 中餐館 (生意轉讓) - NW Area, Calgary **NEW**
位於卡加利NW區經營超過10年的知名中餐館 (生意轉讓)！年營業額約100萬。該地區亞洲人口密集，擁有眾多常客，並且透過地區化的市場營銷活動和合理的租金，還有進一步增長的潛力。租約還剩不到2年，並有5年的續約選項。餐廳廚房設備齊全，座位容量為145個，廣場內有充足的停車位。餐廳可選擇保留現有品牌或轉換為其他概念。月租\$6,050。售價\$368,800。

A2141968 餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB **NEW**
餐廳生意轉讓！隨著銷售額的增長，這是一個擁有特許經營權的好機會，或者您可以更改自己的使用概念。翻新的空間面積超過11,000平方英尺，每月租金\$5,300 (包含運送費用)。售價\$125,000。

歡迎訪問我們的官網了解更多商業地產以及生意資訊：
www.liangcommercial.ca




Dan Duong 粵·英語
587-888-3883
danduong
@liangcommercial.ca

微信公眾號
LIANG 商業地產
卡爾加里唯一的商業地產公司公眾號

加拿大#1商業銷售冠軍團隊
加拿大#1餐館銷量第一團隊

**專業餐館生意買賣
商業物業出租買賣**

Commerical Property & Business Sale
www.liangcommercial.ca
(中、英文)

A2128479 日式餐廳 (生意轉讓) Calgary, AB **NEW**
位於卡加利西南區的知名日式餐廳生意轉讓，餐廳位於交通繁忙、能見度高和人口密集的区域。該餐廳已經營業超過8年，銷售穩定。餐廳面積約800平方英尺，租金相對市場價格在17大道西南部非常低廉。最適合家庭經營。由於餐廳每週開放6天，銷售額有增長潛力。參觀僅限預約。不要錯過這個機會！月租\$4,500。售價\$239,900。

A2171704 連鎖果汁/冰沙店 (生意轉讓) - Lethbridge, AB **NEW**
位於Lethbridge市中心一家連鎖果汁/冰沙店生意轉讓！該店位於一個繁忙的娛樂中心內，受益於大量人流，並且周圍是正在發展的住宅區。隨著附近的新建項目進行中，這裡有巨大的潛力來提升銷售並擴展客戶群。月租\$5,416.67。售價\$430,000。

A2146126 餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB
位於卡加利Bridgeland社區的餐廳生意轉讓。客流量大，位置顯眼。餐廳設備齊全，即買即用。面積約1,310平方尺，可容納100個座位，設有8英尺長的排煙罩和帶大量儲存空間的步入式冷藏庫。可作為餐館出售，或保留現有經營模式，或在房東同意的情况下轉換為其他用途。租金約為每月\$4,850，租約還有8年，且有續租選項。售價\$130,000。

A2102001 中餐館 (生意轉讓) - Calgary, AB **NEW**
位於卡加利西北部繁忙的交通要道上的中餐館生意轉讓！該餐廳已經經營多年，設備齊全，擁有眾多常客，口碑極佳。所在地段服務於高密度的亞洲人口社區，也可以轉換為越南、韓國、日本或其他不同的餐飲概念。購物區內有充足的停車位，在廣場後面還有額外的停車位。不要錯過這個絕佳的機會！面積2,749平方尺，月租\$9,500，售價\$499,900。

商業物業/土地出租買賣

A2172231 自助洗車店 (出售) - Grand Prairie, AB **NEW**
位於Grand Prairie的11個車位自助洗車店出售！店鋪收入豐厚，這座維護良好的建築設有9個自助洗車位和2個自動洗車位。銷售表現理想，地理位置優越，是難得的機會，不容錯過！售價\$4,290,000。

A2169133 露營地 (出售) - 511 George Street Carmangay, AB **NEW**
歡迎來到Camp Carmangay，這裡是您實現自己願景的地方。該物業包括一個設備齊全的馬術中心、一間咖啡館，以及曾經作為青年營地、床位和早餐旅館、六間客房的酒店、馬廄、馬鞍棚、一座擁有125年歷史的木製熱燒爐小屋和一座擁有河流壯麗景觀的HIp穀倉。您將輕鬆到達許多著名的自然景點，包括標誌性的Carmangay日晷。這裡曾舉辦過各種活動，包括寵物動物園、騎馬、馬車遊、迷你高爾夫、跳蚤市場、土著藝術和手工藝、帳篷露營、青年營、婚禮和家庭聚會等。該物業還包括一座美麗的西式兩層建築，一間已獲得營業許可並隨時可以經營的咖啡館，內設台球桌。售價\$750,000。

A2166909 零售空間 (出租) - Nolan Hill, Calgary **NEW**
位於卡加利Nolan Hill社區的1,225平方英尺零售空間出租！該空間位於高人流量的Sarcee Trail上，具有極高的能見度，非常適合多種用途，包括醫療或牙科診所、獸醫診所、餐館、健身房、美容院、便利店等。周圍有眾多主力租戶和購物中心，加上鄰近社區不斷增長的高密度居民人口，這個黃金地段更具吸引力。年租\$32。

A2155821 醫療空間 (出租) - Calgary, AB **NEW**
位於卡加利Legacy社區醫療空間出租！專為醫療用途規劃，面積為1,200平方尺，擁有14英尺高的清晰天花板，位置極佳，緊鄰一家牙科診所、Legacy唯一的步入式醫療診所及藥房。商舖周圍有新建的投幣洗車店和諸如Sobeys等大型零售商，確保了極佳的可見度和人流。該空間非常適合設立物理治療診所、脊椎矯正診所、放射診所或獸醫診所。若需更大空間，可與相鄰的520和525單元合併，總面積達到3,600平方尺。物業配備獨立的煤氣、電和水表，步行可達當地高中及其他設施。年租\$40/平方尺。




Esther Park 國·英語
587-999-1239
estherpark
@liangcommercial.ca



Enoch Lui 國·粵·英語
780-952-6881
enochlui
@liangcommercial.ca

A2166789 零售廣場 (出售) - 5850 88 Ave NE, Calgary **NEW**
位於卡加利東北區的零售廣場出售！該廣場地處高人流、發展成熟的區域，周圍有知名主力租戶，確保了人流量和可見性。長期租約已簽訂，提供了安全可靠的投資機會。不要錯過這個位於卡加利東北區最受歡迎的商業中心的優質投資機會！售價\$7,200,000。 **NEW**

A2158794 商業公寓 (出售) - Royal Oak, Calgary **NEW**
位於卡加利Royal Oak的商業公寓出售！目前租戶租約還剩十年，租戶每月支付約\$9,500。Royal Vista是位於卡加利西北部極具吸引力的區域中新建的商業園區。該開發項目的願景是採用高質量的設計，以襯托該地區現有的自然特徵。這個商業園區連接卡加利多條重要的交通幹線，並且距離卡加利國際機場僅幾分鐘的車程。Royal Vista靠近Royal Oak購物中心提供的眾多便利設施。售價\$1,699,900

A2157862 酒店 (出售) - Lethbridge, AB **NEW**
位於阿爾伯特塔Lethbridge市的一家90間套房酒店出售！酒店占地1.37英畝，Lethbridge是一個人口超過10萬的繁榮社區，得益於教育、衛生和政府部門的主要雇主。該城市靠近壯觀的落基山脈，擁有溫暖的夏季和溫和的冬季，全年都是一個吸引人的目的地。該物業設有寬敞的套房，內有租賃餐廳和游泳池，許多套房配有小廚房和餐廳，為客人提供家外之家的舒適。酒店提供免費的歐陸式早餐，餐飲區維護得無可挑剔。這是在一個不斷發展、充滿活力的社區中的絕佳投資機會。售價\$2,790,000。

A2142584 房車露營地 (出售) Rocky Mountain House, AB
Rocky Mountain House的房車露營地出售！公園坐落在森林和壯觀的風景中，地理位置優越，可快速前往North Saskatchewan River河岸和Rocky Mountain House的娛樂設施，包括公園和各種設施。主要特點：公園包括43個已全部出租的用地，占地17英畝，提供了增加月租金收入的絕佳機會。公用設施包括三個水井供水，東側的湖處理污水，天然氣由EPCOR供應。由於維護成本低，房車露營地是任何精明投資者的絕佳投資選擇。不要錯過投資於這一位於美麗便利地點的穩定且盈利的房產的機會。售價\$2,800,000。 **NEW**

A2170413 零售店舖 (出售) - 740 Gershaw Drive SW Medicine Hat, AB **NEW**
位於Medicine Hat市的零售店舖出售！之前曾是便利店，位於一個顯眼且交通繁忙的大型地段，對於各類零售業務來說是理想的選擇。該物業擁有多功能發展，配備銷售櫃檯、充足的儲存空間，並擁有靈活的C-H分區規劃。潛在用途包括加油站、金融機構、醫療辦公室、專業辦公室、帶有得來速服務的餐廳，以及其他零售或消費服務。這對於尋求未來增長潛力的企業家和開發商來說，是一個極具潛力的選址機會。售價\$499,000。

A2096867 投資型公寓 (出售) - Calgary, AB
位於西南社區Evergreen的投資型公寓單元是個絕佳機會。現有租戶每月支付約\$5,800的基本租金，包含營運費和GST，穩定的收入來源。該單元附設兩個車位及一個大型儲物單元。周邊有充足的停車位，距離Sobeys, Shoppers Drug Mart及其他零售商店僅數步之遙。售價\$29,900。

誠招商業地產經紀 - Calgary & Edmonton

- 擁有合法商業房地產經紀人執照。
- 至少20年的工作經驗，但不必在房地產行業。
- 可以熟練使用普通話或粵語進行溝通。
- 必須有動力、責任感和注重細節。
- 應能夠處理大量文書工作，並具有微軟辦公套件的使用經驗。
- 必須是團隊合作者，能夠與其他同事合作，實現共同的利益。

3009 23 St NE, Calgary
403-539-9980
11220 119 Street NW, Edmonton
780-665-5229



LIANG Commercial 21世紀地產第一商業地產團隊 #1 Commercial Team - Century 21 Canada



戚育民

Rick Qi

Double Centurion Producer

www.rickqi.com



Livingston

全新

Livingston

獨立屋，2223呎，兩層，全屋 upgrade，4睡房，2.5浴室，Bonus Room，廚房及浴室雲石檯面，主層9呎，LVP地板，樓梯鐵支扶手，有側門Side Entrance，設計寬敞，有遠景，前進雙車房，交通方便。

\$794,900

walkout
全新

Livingston

獨立屋，位於6760呎地，全屋豪華裝修，客廳19呎高，樓底2296呎，4睡房，2.5浴室，主層及二樓9呎。全屋8呎高門，LVP地板，主層有書房，高級電器及燈飾。特大陽台，Walkout土庫，設計寬敞，有靚景，前進雙車房，交通方便。

\$999,900

土庫完成 Panorama Hills

西北區，獨立屋，兩層，3+2睡房，3.5浴室，全新新油漆，瓷磚及Laminated地面，設計寬敞，交通方便，前進雙車房。

對面小學 **\$729,900**

土庫完成 Livingston

獨立屋，兩層，2278呎，6睡房，3.5浴室，主層9呎，LVP地板，廚房及浴室雲石檯面，Bonus Room，主層有睡房，大陽台，土庫已經完成，另有睡房，浴室及大廳，前進雙車庫，交通方便

有空調冷氣 **\$869,900**

前示範屋 Livingston

獨立屋，兩層，1643呎，2.5浴室，3睡房，主層9呎，有書房，空調冷氣，雲石檯面，LVP地板，壁爐，大陽台，後進雙車房，保養一流，交通方便

\$699,900

太陽能板塊 Evanston

西北區，兩層獨立屋，1452呎，3睡房，2.5浴室，主層9呎，雲石檯面，LVP地板，設計寬敞，保養好，交通方便

\$634,900



Lisa Li 黎小萍

百萬經紀會會員

Office Tel: 403-452-5577

403-714-3377

lisaxpli@hotmail.com



專業：住宅、商業、土地、農場和投資買賣

1 唐人街香港花園

高層單位，2睡房，1.5廁，業主5年前做過全屋翻修，全新櫥房，雲石檯面，木地板，新浴廁等，向南單位，美麗市中心景色，特多玻璃窗。

\$258,000

2 City Scape

建於2015年，2層屋，1501呎，共4睡房，3.5廁，主人套房，土庫全完成，有1睡房，全浴衛生間，後進雙車房。

\$649,900

3 Huntington

平房，1140呎，樓上3睡房 + 土庫1睡房，2全廁，walk-out土庫全完成，單車房，暖爐、屋頂、露台和熱水爐都近期全更換過，近巴士站。

\$529,900

4 唐人街柏文

高層單位，872呎，2睡房，2全廁，市中心景色，位於弓河旁，保養好，室內暖氣停車位，有健身房、熱水池等。

\$479,900

5 Highland Park

近中央街 & 39 Ave，平房，1080呎，共5睡房，2櫥房，2衛生間，上下各分門出入，土庫全完成，合法出租。50X120呎地，R-C2。

\$625,000

6 Harvest Hills

平房，Bi-level，1200呎，3睡房，1.5廁，高天花，地方寬敞，雙車房，近巴士和新大統華。

\$550,000

7 Panorama

10年新獨立屋，2層，近1600呎，3睡房，3.5廁，主人套房，保養好，前進單車房，近學校、巴士、超市等。

\$689,900

8 靚地出售

南理工學院對面 50X115呎，M-X2地，可起柏文，近巴士地鐵。

\$950,000



聯合車身修理

United Auto Body

地址：4608 12st NE, Caglary

- 專業車身，機械修理，維護；
- 冰雹修復，保險索賠
- 價格合理公道

為你提供一站式服務，並提供價格優惠的租車服務；一個使你靚車保值，令你放心的地方。

本店由專業技師主理，精通國、粵語、台山話、英文；
為顧客提供暢通無阻的交流平台。

電：403-291-3193；403-277-7988

電郵：info@unitedautobody.ca



Re/Max Hall of Fame
Member of Re/Max Platinum Club
Member of Re/Max Presidents Club
Member of Re/Max Executive Club
Member of Re/Max 100% Club
MLS Million Dollar Club
MLS Millon Dollar Club Award of Merit
Lifetime Achievement Award



**Outstanding Agents.
Outstanding Results.**

real estate (central)
#1 Office Worldwide

1997, 1999-2021 a division of 4th street holding ltd.
5211-4th Street N.E. Calgary, Alberta T2K 6J5

**Amy Long
梁詠媛
403-540-1688**



新上市 Downtown Commercial Core 637 呎 1睡房+書房, 1廁, 29樓高層單位, 河景, 高級裝修及電器。 \$ 389,000	新上市 Bridgeland NE 786餘 平方呎兩睡房, 1.5 浴廁 Condo.近市中心, 地鐵, 河畔, 餐飲。 \$ 328,000	新上市 NW Royal Vista 2,600平方呎越南餐館, 90座位, 裝修如新, 大量泊位, 客源穩定。包生財工具。 \$ 318,000	新上市 Crescent Heights 位於1623 Centre Street NW #250 新亞洲商場。 \$ 250,000	新上市 Crescent Heights 50'X115' C-COR1 CORNER LOT., 三睡房, 2浴廁, 813平方呎。 \$ 799,000	新上市 商場泰式連鎖店出售 西北繁忙商場泰式連鎖店出售 \$560,000 和 \$400,000	唐人街鴻圖商場 位於唐人街中心地帶, 人流旺, 商舖呎數由 338至 2230 呎, 可以出租於醫務所、藥房、按摩治療診所、餐館、美容院等。
4525 31 Street SW 兩層鎮屋, 1000呎, 3睡房, 一個半廁, 寬敞光猛, 土庫完成有辦公室大廳/房。全部可用面積1435呎。近年翻新, 保養良好。 \$359,900	新上市 唐人街商舖 位於唐人街中心繁忙商場零售商舖, 人流廣, 784呎。開價 \$299,000	新上市 市中心繁忙商場壽司連鎖店出售 位於唐人街中心繁忙商場零售商舖, 人流廣, 308呎。開價 \$299,000	唐人街商舖 位於唐人街中心繁忙商場零售商舖, 人流廣, 308呎。開價 \$99,900	唐人街商舖 位於唐人街中心繁忙商場零售商舖, 人流廣283呎。 \$88,888	新上市 唐人街商舖 位於唐人街中心地段多間零售商舖, 交通方便, 人流廣, 合各類零售生意。 \$79,000 - \$130,000 可買可租	

Larry Tang Real Estate Company
COMMISSIONER FOR OATHS
服務卡城房地產
超 26 年經驗
COMMERICAL & RESIDENTIAL. **403-630-4288**

**工商業地產
生意租約買賣
投資物業生意
買賣房屋地產**

- 新上市**
 西北區, Evanston, 三層1450呎, 後進雙車房, 共管排屋, Condo Townhouse, 四睡房, 兩個半全廁, 交通方便, 近學校及巴士及各大商場。
開價 \$449,900
- 新上市**
 Huntingston, 西北區, 一對雙屋, Bi-Level, 每邊屋實用面積約1200呎, 上層客廳, 飯廳及一全廁, 下層三睡房及另一全廁, 屋後大陽台, 地大, 後向公園, Corner Lot, 有一特大車房, 有現成租客, 租金每月約\$3000。
開價 \$749,900 (兩間價錢)
- 新上市**
 Livingston, 西北 (東面) 靚區, 大約八分鐘到新大統華, 全新一房柏文, 光猛大廳及一全廁, 室內洗衣, 乾衣房間, 9呎天花, 另有一停車位, 可即時搬入
開價 \$299,000
- 新上市**
 Airdrie市, 離卡城北大約二十分鐘, 高尚獨立屋, 兩層2300呎, 共四大睡房, 三個半全廁, walkout地下室, 全屋大約加料建做, 實用面積超3200呎, 地大及美麗花園。
\$899,000
- 新上市**
 Airdrie 老字號汽車維修公司出售, 店主經營二十多年, 4800呎廠房, 工具齊全, 店內可停約十部車, 生意好, 租平 \$6000/月。
開價 \$210,000
- 新上市**
 東北大型汽車身維修公司, 在卡城已經營數十年, 約7000呎廠房, 高級工具及噴霧油漆, 設備齊全, 生意極好, All State保險公司授權的維修公司, 店主榮休。**\$690,000** (以現利潤可約兩年回本)

定製 財富管理

我們提供全方位的綜合財富管理、保護和轉移策略和解決方案, 包括投資、退休規劃、保險、稅務效率、遺產規劃、現金管理、計劃贈與、信託和遺囑。我們協調的專業團隊經驗豐富, 關懷客戶, 可以幫助您節省時間, 從可靠的建議中受益, 並自信地享受生活。

更多資訊請聯絡我們。



Tracy Liew, M.Sc., CFP®, CIM®
投資顧問和理財規劃師
1000 - 525 8TH Avenue SW
Calgary, AB T2P 1G1
電郵: tracy.liew@nbpcd.com
電話號碼: 403-261-9513
手機: 587-830-3328
網址: nesbittburns.bmo.com/tracy.liew



BMO私人財富管理 (BMO Private Wealth) 為企業集團成員公司, 由加拿大皇家銀行及美豐保險有限公司, 共同提供私人財富管理產品及服務。並非所有財富管理產品均由BMO私人財富管理下的機構提供。請向有關專業人員尋求投資、保險、稅務、遺產、信託或投資管理建議。BMO Private Wealth 受加拿大證券委員會 (Canadian Securities Regulator) 及加拿大投資者保護基金 (Canadian Investor Protection Fund) 和加拿大投資行業監管組織 (Investment Industry Regulatory Organization of Canada) 的成員。BMO Trust Company 是加拿大銀行及信託公司, 為高淨值客戶提供信託、遺產、及投資服務。

投資靚盤 回報極好

SAM CHENG 鄭森

403-605-4833

www.samre.ca

RE/MAX REAL ESTATE (CENTRAL)

5211 4 STREET NE CALGARY, AB T2K 6I5

Cambrian Heights

4plex, 2000多呎, 6睡房, 4全廁, 主層兩睡房, 土庫一睡房, 分門出入, 保養好, 年租金收入\$60000, 保險費用\$2760, 地稅4820/2023年 佔地5200呎, MCG zoning **\$1,175,000**

Hamptons

獨立平層前進雙車庫, 2001年, 共三睡房, 二個半廁所, 土庫專業完成, 1750多呎, 保養如新, 坐南向北, 佔地特大 **\$1,149,000**

Inner City

4 plex, 全部3房, 個半廁。有獨立洗衣房, 佔地6000呎。沒有空置。 **\$1,075,000**

Crescent Heights

中央街北偏東, 有美麗市景。1170呎, 獨立平房, 特大雙車房。2014年曾裝修過, 保養一流。Coner lot, RCG zoning, 可建3個排屋, 有預算方案歡迎查詢。 **\$1,200,000**

Crescent Heights

共有五幅土地共28,000呎, 其中有兩幅空地M-C1 zoning, 一間800呎獨立屋M-C1 zoning。及兩間商業店舖C-lot2 zoning, 極具開發潛力。可申請政府低息貸款開發。 **\$5,938,000**

Edgemont

兩層獨立屋, 前進雙車房, 2000多呎, 2001年, 共三睡房, 三個半廁所, 土庫專業完成, 主層地板2023年更換, 熱水爐, 2023年, 屋頂更新於2014年 **\$799,900**



特約代理, 歡迎同業。西北Hamptons 獨立屋。坐北向南2800平方呎兩層前進三車庫walkout 土庫。全屋全部翻新, 門窗, 土板, 燈具廚房所有廚櫃, 石英檯面, 四個廁所等等環迴立體音響設備, 共4+2睡房, 三個半廁所。主層高天花會客廳, 宴客宴, 書房, 家庭廳連新款燃氣壁爐。寬敞廚房, 包全不鏽鋼家電。弧形樓梯通往樓上。特大主人套房連衣帽美容間, 五件頭衛浴, (double sink)。另有三個睡房及四件頭衛浴, 土庫專業完成有地暖, 特大遊戲間, 兩睡房, 三件頭衛浴。 **\$1,350,000**



南部小鎮Stavelly

四千尺獨立物業連續商舖。2000 尺pizza餐館包生財工具, 租金\$3500。有六個一房出租單位, 全部返新。其中五個單位有獨立廚房, 乾洗衣機。每個單位出租\$700, 包水電暖。回報高。 **\$629,900**

市中心附近

私立學校連物業出售, 佔地1.6英畝。符合政府開發要求。目前已批准low density開發, 可以更改zoning。物業連土地。 **\$5,500,000**

私校生意轉讓

R-12班, 生員過百。有政府補助, 免地稅。可改初中, 高中。有強大專業的教師團隊, 教學設備齊全。有課室, 室內體育場館, 戶外操場。有部分條件限制。 **\$2,500,000**

唐人街旺舖招租約二百尺food court. 前身是西餅店, 租金**\$2800**包水電。勿失良機。

新上市商業店舖

鄰近市中心, 1150呎, 目前分兩個商舖, 零售生意, 人流旺, 地點好, 適合各種零售生意 **\$799,000**

卡城中央街北二十多年酒房生意。東主退休出讓。東主會提供訓練, 介紹各種酒類進貨渠道。店舖面積1300 平方米, 有wine cooler, 營業時間宜延長至凌晨, 生意非常穩定 **\$125,000**

秋季入住優惠

輔助式生活單位(包膳食和清潔), 現可享一次性租金減免

1房單位, 2人住, 減\$1,500

1房單位, 1人住, 減\$1,000

開放式單位, 1人住, 減\$750

(另外加送10次, 每次30分鐘的專人陪伴服務。)

*租金減免將在入住第3個月扣除, 優惠期到 2024年10月31號。優惠受有關條款及細則約束。

CLOVER LIVING

願景樓



查詢電話: 403-290-1088 | 網址: CLOVERLIVING.CA | 地址: 120 - 2 AVENUE SW, CALGARY

精心郵輪
ABCROUISES TRAVEL LTD.

你身處的 遊輪顧問

查詢熱線 403-457-6688
403-498-8628

地址: 115-1518 Centre St. NE 維德115室
本廣告價格已包含碼頭費及所有稅項!

15天14晚 公主2025最新郵輪
Star Princess 星辰公主號

出發日期: 2025/10/22
途徑: 巴塞隆納—帕爾馬—直布羅陀—蓬塔德爾加達—勞德代爾堡

內艙房 CAD1588/人起 *每房送 USD\$460 船上消費金
價格已包船費, 碼頭費, 政府稅

12天11晚 公主2025最新郵輪
Star Princess 星辰公主號

出發日期: 2025/10/04
途徑: 巴塞隆納—馬賽—奇維塔韋基亞—那不勒斯—巴勒莫老城—卡塔赫納—直布羅陀—巴塞隆納

內艙房 CAD 2288/人起 *每房送USD\$260 船上消費金
價格已包 船費, 碼頭費, 政府

15天14晚 東南亞之旅
Diamond Princess 鑽石公主號

出發日期: 2026/02/10
途徑: 新加坡—胡志明市—芽莊—峴港—香港—基隆—大阪—清水—橫濱

有遮擋 海景房 CAD 2488/人起 陽臺房CAD 3338/人起
價格已包船費, 碼頭費, 政府稅

16天15晚 日本跨太平洋之旅
Holland America Noordam 諾丹號

出發日期: 2025/04/27
途徑: 橫濱(日本)—釧路—科迪亞克島—冰川灣—朱諾—克奇坎—溫哥華

內艙房 CAD1928/人起 陽臺房 CAD2500/人起 *價格已包船費, 碼頭費, 政府稅

Regal Princess 帝王公主號

14天英倫風情經典巡禮 英倫三島

2025年4月25日出發

打盡100%可成

優品一口價 \$6598 每人起

包郵輪, 小費, 往返卡加利機票

MSC 2024年11天奢華杜拜 全新神女號MSC Euribia

優品一口價 \$4198 加幣/人起

出團日期: 12月5日

連小費也包埋 現金或支票 支付減3%

優品一口價已包括:
• 8天7晚豪華郵輪
• 往返卡爾加里機票
• 杜拜深度游
• 郵輪岸上觀光行程
• 全程酒店, 門票, 及接送
• 郵輪小費
• 優品私家團領隊 導遊 司機 全程小費

15晚紐澳經典之旅
ROYAL PRINCESS 2025年2月19日出發

優品 不含機票 一口價

內艙房 \$4698 起
陽臺房 \$5198 起

3天2晚凱恩斯, 大堡礁 包凱恩斯—悉尼機票 兩晚酒店, 門票和小費 加幣 1138/人

奧克蘭螢火蟲酒 包一晚酒店, 門票和小費 加幣 358/人

現金或支票 支付減3%

優品一口價已包括:
• 14天13晚郵輪
• 郵輪前3天2晚悉尼深度遊,
• 包4星酒店, 所有門票, 及接送
• 郵輪全程岸上觀光套餐, 包所有門票
• 奧克蘭船後城市觀光, 包送機
• 郵輪小費
• 優品私家團領隊 導遊 司機 全程小費

連真小費的 都一包口埋價!

22日燃情南美洲邁向世界盡頭
藍寶石公主號Sapphire Princess 2025年2月19日出發

連小費也包埋!

優品一口價 內艙房 \$10198 起 陽臺房 \$11798 起

優品一口價已包括:
• 15天14晚豪華公主郵輪
• 往返溫哥華機票
• 智利、巴西、阿根廷深度游
• 郵輪岸上觀光行程
• 全程酒店, 門票, 及接送
• 郵輪小費
• 優品私家團領隊 導遊 司機 全程小費
• 2天1晚聖地亞哥風情遊 Pre Cruise
• 5天4晚阿根廷巴西探索之旅 Post Cruise

盛世公主號Majestic Princess 地中海浪漫之旅 13日12晚 12Nights 2025年3月29號出發

優品一口價

內艙房 \$4988 起
雙內艙房 \$5488 起
無邊際陽臺房 \$5688 起

優品一口價已包括:
• 10天9晚帝王公主號郵輪
• 往返溫哥華機票
• 3天2晚羅馬深度游
• 雙內倉房船費
• 全程酒店, 門票以及接送
• 導游, 司機, 領隊的全程小費
• 郵輪全程岸上觀光豪華套餐
• 優品私家團領隊隨團
• 郵輪小費

100%成團專業華籍領隊 *100%接受信用卡付費, 無強制不可退款的條件! 詳情請來電諮詢 403-457-6688。
精心價格, 全城最低, 信心保證! 精心郵輪為你量身訂製, 實現出門旅遊, 全程無憂! *價格如有變動, 以報名時為準, 恕不另行通知。

2024 BCMA SUSTAINABILITY AWARD

2400 MOTEL VANCOUVER

住得越耐 節省越多

✓ 免費 wifi 及泊車
✓ 電動汽車充電器
✓ 理想的7天住宿

用此二維碼 10% discount 九折優惠

自1946年始 您的家外之家

佳美旅游 VISATOCHINA 生活有佳美 生活更加美

熱線 403-456-6929 地址: 13-1423 Centre St. NW 聯達二樓13室

營業時間: 週一至週五 10:00-17:00 周六需提前預約 網站: www.visatochina.ca 微信/QQ號: 7153668

Jasper, Banff 3天、5天露營及射擊巴士團

拉斯維加斯、大峽谷、羚羊谷全陪團

加東全陪團、海洋三省全陪團

墨西哥、古巴、多明尼加全陪團

墨西哥/古巴/多明尼加渡假包吃包住包機票(\$1000含稅起)

中國旅行團全部上線, 辦理中國簽證, 免費遊中國

照相、簽證、搭車、機票、旅行團、上網手機卡一條龍

中國簽證(填表、拍照、代取件)\$20起

大陸護照 \$120 (加稅)	美國簽證 • 申根簽證
香港護照 \$180 (加稅)	英國簽證 • 日本簽證
楓葉卡煥發 \$200 (加稅)	韓國簽證 • 澳洲簽證

健在證明、公證翻譯、海牙認證

單身證明 結婚證公證 出生公證 死亡公證 各類委託 文件公證 香港簽注 放棄聲明 省府認證 監護公證 專業團隊




Buy your first property with 0% down payment (RRSP)

Buy your second property with 5% down payment

We offer free mortgage assessment.

VISIT OUR OFFICES:
 T&T PACIFIC PLAZA MALL KIOSKS 3 & 17
 999 96 ST NE CALGARY, AB T2A 7X6
 SEAFOOD CITY SUPERMARKET
 3320 SUNRIDGE WAY NE CALGARY, AB T1Y 7K5

A CIR REALTY CONSISTENT TOP PRODUCER FROM YEAR 2013 TO PRESENT

LIKE & FOLLOW US FOR MORE UPDATES!

Peter Pasion Real Estate Team
 info@teampasion.ca
 @TeamPasion
 www.teampasion.ca
 ppasioncirrealty

OUR SERVICES:
 商业买卖地产
 房屋买卖地产
 投资物业地产
 拥有专业的银行贷款
 验屋师
 律师团队
 免费资讯打价
 一条龙服务

Buy. Sell. Invest. Contact us for your real estate needs.

403-818-1899
 中文、英文、菲律宾语、越南话

SCAN THIS CODE TO VISIT OUR WEBSITE AND CHECK OUT THE LATEST LISTINGS:

"BRINGING HAPPINESS AND SECURITY BY CREATING THE BEST POSSIBLE EXPERIENCE IN BUYING OR SELLING REAL ESTATE PROPERTY."

TOP #1 REALTOR®
 2015, 2017, 2020, 2022, 2023



PAUL SY 403-818-1899
ZONIA PASION 403-796-4488
PETER PASION 403-702-4205

New NE Rundle

雙層排屋，全屋完全翻新，新LVP地板，全新廚房大理石檯面，門、燈具、吊扇、熱水箱、抽油煙機。2睡房、1浴室、超1120呎，大客廳有壁爐，飯廳，大露台以及1專屬停車位。步行可至LRT站，近sunridge mall，學校和公車站。

\$339,900

New NE Monterey Park

假四層獨立屋，三樓可步出，5睡房，2全浴室，2廚房，2家庭廳有壁爐、獨立門口，超大暖氣車庫，超過2000呎。大客廳及飯廳高天花、大理石檯面時尚廚房，廚房及浴室均配加熱瓷磚地板和不銹鋼電器。位置優越，近商場、學校、公園、車站等所有便利設施。

\$679,900

New NW Nolan Hill

三層排屋，低condo fee，超過1700呎，3睡房+1書房，2.5浴室，超大雙車庫。明亮大廚房，大理石寬敞檯面，大客廳、大飯廳、私人陽台有連接燃氣燒烤喉。位置優越，近商場、娛樂、車站、公園和遊樂場。

\$559,900

New NE Bridgeland/Riverside

主層單邊單位，1睡房，1全浴室，1停車位。全單位均配暖色復合木地板和瓷磚。楓木廚房有大量櫥櫃和儲藏空間，大客廳、室內洗衣房。位置優越，步行可到市中心和所有便利設施。

\$269,000

New NE Skyview Ranch

全新主層單位，11.2呎高天花板，低condo fee。面積909呎，2睡房，2浴室，有步入式衣櫃和全套浴室。明亮寬敞的客廳和飯廳，現代廚房配不銹鋼電器，優雅大理石檯面，全套LVP地板，洗衣、乾衣機、時尚窗簾，有專屬地下停車位。位置絕佳，近商場、公園、車站等所有便利設施。

\$395,000

New SW Spruce Cliff

雙層排屋，1052呎，2睡房，1.5間浴室，2停車位。白色櫥櫃有大量儲藏空間，大客廳，飯廳，陽台。位置絕佳，近公園，商場和車站。

\$368,000

New NE Whitehorn

雙層獨立屋，4睡房，2全浴室，1913呎。明亮大客廳，大廚房提供充足儲藏空間，獨立式車庫。位置優越，近公園，商場和車站。

\$450,000

NE Pineridge

假三層獨立屋，2睡房，2間浴室，超大大露台，寬敞客廳，俯望大廚房和飯廳。強化木地板，柔和色調。位置優越，近購物、娛樂、學校、公共交通。

\$485,000

NE Saddle Ridge

華麗雙層獨立屋，1388呎，2睡房，3.5間浴室，加裝修土庫包括家庭廳，第4間睡房和廁所。大客廳大飯廳，獨立雙車庫，大後院。近學校、公園、購物中心，車站等所有設施。

\$580,000

NE Bridgeland/Riverside

柏文公寓全屋翻新，二樓單邊單位，2睡房，1全浴室，大陽台，1停車位，全新LVP地板，楓木廚櫥，空間充足，大客廳，屋內洗衣房。位置優越，步行可至市中心和所有便利設施。

\$279,900

RENAISSANCE HERITAGE HILLS

加拿大亞伯達省 大卡加利地區名鎮Cochrane



獨立屋2100平方呎由\$739900起 孖屋由1712平方呎由\$587500起
 間隔，裝潢可隨喜好改動，土庫準備或完成亦可自選

位於加拿大亞伯達省大卡加利地區名鎮Cochrane西北部，卡加利至洛磯山脈要道旁，Renaissance at Heritage Hill 能滿足你一切生活需求。

每間房間均由名建築商承建，將現代與傳統結合的室內設計，把舒適，典雅，獨特共冶一爐。

- 土庫及主層均具9呎高天花
- 送贈土庫側門出入口
- 韓國三星家電包括：洗衣機，乾衣機，煮食爐，洗碗機及雪櫃
- 電動車充電器
- 高至天花升級廚櫃
- 廚房石造檯面
- 50吋電力火爐
- 包屋前園藝
- 包 millennium 公司新屋包用計劃，可與亞省新屋保障計劃比較



Hamptons西北名校區獨立屋

2416.3平方呎，樓上4房，總計2.5浴室，具高樓頂玄關，旋轉設計樓梯，9呎樓底，前進式雙車庫，實木地板，石製檯面，主人房按摩浴池，南北向光線充足。

地稅\$5286.17 現減至 **\$848,000**

Downtown市中心柏文單位

620.8平方呎，一房一浴室，實木地板，廚房一應俱全，室內洗衣機及乾衣機，廣闊露台，連地下停車庫一車位。位處市中心4街及17AVE 步行商業街旁，5-10分鐘步行至C-TRAIN 站。

現減至 **\$333,000**

Downtown西南柏文單位

9樓高層單位，896尺及車位，兩房一浴室，廣闊露台向西可直眺卡城冬奧公園及落磯山及與市西北一帶，附近商店林立應有盡有，鄰近輕鐵站交通方便。

\$299,999

Carrington 西北新區獨立屋

1996平方呎，3房2.5浴室，全新前進步式雙車庫，2021年建成亞省新屋保用計劃仍有效，前進步式雙車庫，實木地板，主層9呎樓底，廚房石製檯面及升級BACKLASH，上層尖式樓底更具空間感。

現減至 **\$719,999**

專業地產代理 獨家銷售

FIRST PLACE REALTY
 REAL ESTATE LEADERS

歡迎同業合作，請聯絡：**Eric Leung** Realtor
 Cell: **403-690-6870**
 eric.leungfh@gmail.com




汎亞旅遊
PANASIA Holidays

CAVA
Travel 迦華旅遊

Tel: (403)237-5455 龍城商場一樓
Tel: (403)230-0220 聯達商場二樓
Tel: (604)284-0283 列治文, 溫哥華
Tel: (604)659-8888 素里, 溫哥華
北美免費電話: 1-877-663-3948

地址: 110, 328 Centre St. NE, Calgary T2G 4X6
地址: Unit 11, 1423 Centre St. NW, Calgary T2E 2R8
地址: 1260-4000 NO.3 Road Richmond, BC V6X 0J8
地址: #101K, 15277 - 100 Avenue Surrey, BC V3R 8X2
網址: www.panasiaholidays.ca E-mail: panasiaholidays@shaw.ca

營業時間: 週一 ~ 週五 上午 09:30 - 下午 06:00
週六 上午 10:00 - 下午 03:00

專辦: 機票服務/國內外旅遊/郵輪/酒店預訂/觀光交通
代辦: 中國簽證/越南簽證/澳洲簽證/美國 ESTA. EVUS

洛磯山脈旅遊專區

四人成行 保證出發

冬季班夫國家公園一日遊	\$108
冬季班夫國家公園一日遊	\$108
冬季恐龍化石博物館一日遊	\$118
冬季班夫優鶴雙國家公園兩日遊	\$303
冬季班夫優鶴恐龍谷三日遊	\$323

遊輪旅遊專區

【尋夢公主號 7晚墨西哥沿岸】 2025年1/25 美國加州洛杉磯來回	\$755/起
【皇家加勒比海洋讚禮號 7晚墨西哥】 2025年8/6-8/12 洛杉磯來回	\$842/起
【皇家加勒比海洋旋律號 7晚阿拉斯加郵輪】 2025年5/1-6/1 溫哥華來回	\$993/起
【名人極致號 7晚阿拉斯加郵輪】 2025年5月至7月航程	\$941/起
【名人郵輪揚極號 7晚東加勒比海】 2025年4/28-5/04 羅德岱堡來回	\$1001/起
【名人郵輪揚極號 7晚西加勒比海】 2025年5/04-5/11 邁阿密來回	\$1217/起
【皇家加勒比海洋交響號 7晚東加勒比海】 2025年3/16-3/23 邁阿密來回	\$1220/起
【皇家加勒比海洋旋律號 7晚阿拉斯加郵輪】 2025年7/27-8/03 溫哥華來回	\$1276/起
【名人郵輪 7晚阿拉斯加冰川之旅】 2025年5/16-5/23 溫哥華來回	\$1288/起
【皇家加勒比海洋旋律號 7晚阿拉斯加郵輪】 2025年6/29-7/06 溫哥華來回	\$1304/起
【公主郵輪海島公主號 10天加拿大 & 新英格蘭】 2025年9/8-9/18 紐約來回	\$1376/起
【盛世公主號 14晚墨西哥郵輪】 2024年11/20-12/04 洛杉磯來回	\$1790/起
【世紀郵輪山河頌 重慶-上海】 2025年3-11月 重慶/上海來回	\$3250/起
【2025太陽公主號 14晚西班牙, 法國, 義大利】 2025年4/1	\$3390/起
巴塞羅那上船, 羅馬下船 一口價全包機票, 酒店, 郵輪, 稅金, 贈送小費	
【諾唯真之勇號 16日14晚亞洲郵輪之旅】 2025年5/11-5/26	\$3690/起
首爾上船, 東京下船 包機票, 包兩晚首爾, 兩晚東京酒店, 郵輪, 包所有稅項	

2024年10/20 卡加利出發 僅此一團 名額有限

悠遊台灣環島 9天
汎亞旅遊專人親自帶團

9 DAYS / 6 NIGHTS

\$2195 兩人份

亮點行程:

- 玩遍台灣北中南東部 嚐遍台灣特色美食及小吃
- 全程入住四星五星酒店 & 二日溫泉飯店
- 特色體驗 - 電動腳踏車、三輪車、沙灘車、拉拉車、天燈等
- 一價全含住宿費、全部門票包含七天早餐和六天午晚餐
- 卡加利出發, 由汎亞旅遊專人親自帶團

北美特惠旅行團

溫哥華維多利亞 2-4 天遊	\$149起
向三文魚致敬 · 鯢魚	\$198起
小西德賞燈 2-3日遊	\$208起
夏季黃刀 3至 5 天極光行	\$439起
夏季加東 5/6 天經典遊	\$599起
亞加華 & 阿尚昆 火車賞楓 5/6 日遊	\$599起
夏季加東海洋省 6/10 天經典精選遊	\$1069起
加東海洋省 / 多倫多 6/7 天遊 (Halifax 參團)	\$779起
羚羊彩穴 6 大峽谷 4 天豪華團	USD \$399起
海岸星光號 火車 5-10 日遊 (買2送2)	USD \$499起
美西豪華 6/8 天團	USD \$479起
美西深度暢遊 洛杉磯 / 拉斯維加斯進出	USD \$678起
美東精華 5/6 日 (買2送2)	USD \$204起
美東經典 6/7 日 (買2送2)	USD \$249起
奧蘭多超值 4-9 日遊	USD \$309起
夏威夷 歐胡島 + 火山島 + 茂宜島 4-6 日遊	USD \$528起

亞洲旅行團

6天巴厘島	\$649
7天泰國 [曼谷 + 芭堤雅] 之旅	\$678
5天臻品韓國首爾、雪嶽山	\$1099
7天經典日本 東京/富士山/名古屋...	\$1099
7天新加坡、馬來西亞之旅	\$1099
9天越南 河內/順化/峴港/胡志明市	\$1599
成都、九寨溝 8日	\$0
璀璨江南 金秋豪華 8日 *全新豪華酒店	\$99
深坑奇觀 黃山千島湖 9日	\$99
印象北京活力 5日、精彩 6日	\$259

專業代理: Allianz, Manulife

親友家人探親保險
各式醫療平安保險
旅遊保險、意外險
旅遊取消保險

歐洲旅行團

北歐三國丹麥 · 挪威 · 瑞典 10天8晚	USD 1188
意大利/梵蒂岡/瑞士/摩納哥/法國 10天8晚	USD 1188
西班牙 · 葡萄牙 10天8晚	USD 1188
探秘英國之旅 7天5晚	USD 1699
絕美冰島 6日4晚	USD 1799
東歐五國 10天8晚	USD 2099

機票 + 酒店

【加拿大航空】美國拉斯維加斯 3或4晚	\$786/人起
【加拿大航空】7晚墨西哥全包假期	\$1029/人起
【加拿大航空】7晚夏威夷自由	\$1082/人起
【加拿大航空】7晚歐洲自由 (羅馬)	\$1999/人起
【加拿大航空】牙買加全包假期	
*含機場接送 + 7早餐1午餐 + 無限次交通卡	
【加拿大航空】牙買加全包假期	
*額外獲得 8,000 Aeroplan 積分	
*最高節省加幣 \$950	

卡加利華僑中文學校

(提供亞省教育部認可廣東話/普通話高中學分班)

唐人街濱大廈(文化中心側對面) · 126 2nd Ave SW, Calgary, AB. T2P 0B9
www.cpcs.school.ca ccps@shaw.ca 403-264-2233
www.facebook.com/calgarychineseprivateschool 403-282-9854
星期一至星期六 9:00 am - 5:00 pm (逢星期三及星期日休息)

2024-2025 年招生

廣東話(周六上午) 繁體 幼低班 - 12 年級	普通話(周六下午) 簡體 幼低班 - 12 年級	普通話(周日上午) 簡體 幼低班 - 12 年級
--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

函授班(繁/簡)
10 - 12 年級
適合中文水平高的高中學生, 在專業老師指導下, 毋須上課, 只須定期呈交功課及參加考試, 成績達標可獲亞省教育廳認可的學分。

幼低、幼高全年 \$380 (幼高班另加 \$20 畢業費)
1 至 12 級全年 \$380 (6 年級、9 年級及 12 年級另加 \$40 畢業費)

額滿即止

City Roofing & Exteriors

城市屋頂二十五載耕耘 鑄造品牌週年慶回饋客戶

即日起至九月所有的屋頂換新的客戶
本公司提供免費安裝鋁製水槽防葉網

#3 3935 3A Street NE Calgary, AB T2E 6S7
403-606-8833 www.calgarycityroofing.com

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

廿一世紀百福地產

THE KING OF RESTAURANT
www.KingofRestaurants.com
Century 21 Bravo Realty
廿一世紀百福地產有限公司
餐館 皇帝

#1 Peter Dam 譚家榮
手提: 403-560-3638
傳真: 403-269-7808
mail@peter88.com
peterdam288@gmail.com
百萬元經紀會員 www.KingofRestaurants.com

Joanna Dam 譚春月
手提: 587-888-1908
傳真: 403-776-9126
joannadam8@gmail.com
www.joannadam.com

Nga Dam 譚春娥
手提: 403-978-9832
傳真: 403-366-6650
ngadam@shaw.ca
www.Ngadam.com

1 埠仔餐館連物業
離卡城約1小時45分鐘車程, 小鎮餐館連物業上居下鋪, 獨市唐餐館, 發展潛質高, 獨立酒吧, 有三棧VLT, 每年淨利潤約4萬多元加餐房, 每日收入約\$900元, 樓上有四間睡房, 工具多, 保養好, 東主離埠。叫價\$288,000

13 埠仔大型唐餐館
位於亞省中部Red Deer唐餐館, 裝修大方得體, 發展潛力無窮, 250座位, 生意好穩定, 年報\$2,300,000 (純入\$200,000) 租平, 工具多, 保養好。叫價\$799,000, 生意還可以出租, 有興趣者請電。

25 SE美容按摩店
東南美容按摩店, 裝修清雅大方, 發展潛力高, 生意好, 客路廣, 車位足, 東主另有發展, 割愛出售。叫價\$99,900

37 COCHRANE餐館
位於小鎮地點佳, 離卡城約15分鐘車程, 亞洲餐館, 裝修清雅大方, 發展潛力高, 48座位, 租平約長, 車位足, 工具多, 保養好, 如新。叫價\$99,900

2 唐餐快餐店
世界旅遊勝地 Banff Food Court 快餐店, 發展潛力高, 穩定, 年報57萬, 有數睇, 工具齊而新, 保養好。叫價\$199,000

14 埠仔餐館連物業
離卡城約2個半鐘車程, 小鎮Forestburg, 現在獨市唐餐, 酒吧和餐室共100座位, 生意每日約\$600, 裝修中上大方, 發展潛力無窮, 適應於一家人經營, 工具多, 保養好, 價錢包含一間靚屋, 地大, 叫價\$328,000, 東主經營超過28年。

26 餐館連物業
離卡城約2個小時車程, 餐旺小鎮, 獨市生意, 餐館連物業, 發展潛力高, 裝修清雅大方, 80座位, 保養好, 生意約\$1000多元, 工具多, 保養好, 有4間睡房, 叫價\$238,800

38 唐餐外賣店
位於中央街北, 地點佳, 外賣店, 發展潛力高, 裝修大方, 生意好, 穩定, 每日生意約\$95,000, 保養好, 東主另有發展, 割愛出讓。叫價\$139,800

3 SW日本餐館
位於西南最佳地段, 日本餐館, 裝修大方得體, 約120座位, 生意好穩定, 年報80多萬, 工具多保養好, 東主經營超過20年, 另有特大投資。叫價\$199,900

15 埠仔唐餐館
位於小鎮唐餐館, 離卡城約1個半鐘車程, 地點佳, 65座位, 裝修大方, 保養好, 生意每日約2000元, 工具齊, 保養好, 容易操作。賣家可提供部分貸款。叫價\$348,800

27 NW小型餐館
位於西北中心地段, 人口稠密區, 小型唐餐館, 裝修清雅大方, 40座位, 車位足, 生意好穩定, 每日收入約\$1,000, 租平約長, 工具齊, 保養好。叫價\$899,900

39 小型中西餐館
位於東南旺區17 Ave, 中西快餐店, 裝修清簡, 38座位, 生意好, 穩定, 每日生意約\$900, 停車位租, 工具齊保養好, 叫價\$99,900

4 NE唐餐館
位於東北人流密集區唐餐館, 發展潛質高, 裝修清簡大方, 約80座位, 生意好, 穩定, 每日生意約\$3000, 競爭少, 停車位足, 工具多, 保養好, 叫價\$268,000

16 東南唐餐館
位於SE中心地段, 人口稠密區唐餐館, 28座位, 生意好穩定, 裝修大方, 租平約長, 工具多保養好。叫價\$79,9800

28 西北唐餐館
位於中心地段人口稠密區唐餐館, 約150座位, 裝修清雅大方, 發展潛力高, 生意每月\$175,000, 有數睇, 保養好, 工具齊, 保養好, 東主退休。叫價\$333,000

40 東南越南餐館
位於SE, 近醫院, 地段佳, 越南餐館, 發展潛力高, 裝修清雅大方, 40座位, 生意好穩定, 年報約\$700, 保養好, 工具齊, 保養好。叫價\$299,900

5 小鎮石油中心
位於埠仔石油生意中心, 裝修大方, 保養好, 生意好穩定, 年報\$360,000多, 工具多, 保養好, 東主離埠。叫價\$129,900

17 沙省小鎮
離卡城約10個小時車程埠仔, 餐館連物業, 65座位, 發展潛力高, 獨市生意, 工具齊, 適應小家庭。叫價\$39,900

29 埠仔餐館
亞省中部旅遊小鎮連鎖餐館, 發展潛力高, 約110座位, 裝修豪華大體, 生意好穩定, 年報50萬, 有數睇, 可以改其它類型餐食, 工具多, 如新。叫價\$119,000

41 西北小型唐餐館
位於人口稠密區, 裝修大方, 生意好, 穩定, 每日生意約\$3000多, 停車位足, 工具齊, 保養好。叫價\$99,000

6 西北唐餐館
位於NW人口密集區唐餐館, 裝修中上, 發展潛質無窮, 85座位, 生意好穩定, 年報\$500,000, 有數睇, 停車位足, 工具齊保養好, 叫價\$279,900

18 埠仔唐餐館
離卡城2個鐘車程小鎮Rimbye唐餐館, 餐房89座位, 酒吧60座位, 生意好, 穩定, 每日生意約\$1,000多元, 工具多保養好, 東主經營超過19年, 退休。叫價\$139,900

30 西南唐餐館
位於SW人口密集區, 30A位, 裝修大方, 用料上乘, 保養好, 生意好, 穩定, 年報\$225,000, 工具齊, 保養好, 叫價\$149,900

42 東南唐餐館
位於東南地段佳, 人口稠密區唐餐館, 115座位, 裝修大方, 保養好, 生意好, 穩定, 年報超過70萬, 裝修大方得體開放式, 工具多如新。叫價\$169,800

7 旺舖出租
位於Airdrie 最佳地點舖位出租, 發展潛力高, 面積4877呎, 停車位足, 適應各行各業, 請來電。

19 連鎖店
位於大學區, 地點佳, 海鮮連鎖店, 裝修好, 發展潛力高, 52座位, 生意好, 穩定, 年報約\$400,000, 用人少, 易操作, 車位足, 工具齊, 保養好。叫價\$139,900

31 小鎮生意連物業
位於卡城南面約個半鐘車程, 埠仔, 地點佳, 發展潛力無限, 裝修豪華大體, 48座位, 生意好穩定, 樓上有四間睡房, 大廳和廚房。每日生意約\$1500, 叫價\$539,900。東主經營超過32年。

43 Food Court快餐店
位於SW地點佳, Food Court快餐店, 生意好, 每日生意約\$6,000, 保養好, 如新, 東主另有發展, 割愛出售。叫價\$49,900

8 NE馬來餐館
位於東北32NE, 地點佳, 馬來餐館約30座位, 裝修好, 發展潛力高, 生意好穩定, 年報佳, 車位足, 本少利高, 工具齊, 租平約長。叫價\$388,000

20 Macleod Trail S
位於Macleod Trail繁忙地段唐餐館, 約80多座位, 裝修大方得體。發展潛力高, 年報75萬, 有數睇, 停車位足, 工具多, 保養好。叫價\$288,000

32 市中心快餐店
位於市中心, 地點佳, 8th Ave夾7th Street, 約90座位, 生意好, 穩定, 本少利高, 一周五天工作, 工具齊, 東主另有發展。叫價\$199,900

44 舖位出讓
位於唐人街最佳地段, 4個舖位出讓, 總共面積約1650呎, 有現成租客, 年租3年+3年生約。叫價\$580,000

9 髮廊按摩及甲店
中央街北近大統華商場, 裝修好, 保養好, 發展潛力高, 生意好穩定, 年報佳, 車位足, 店內可以分租。叫價\$79,900

21 按摩店
位於中央街北繁旺地段, 裝修好, 保養好, 有3間按摩房, 每間內有2張按摩床, 保養好, 車位足, 東主離埠。叫價\$59,900, 包工。

33 埠仔唐餐館
位於地點佳小鎮Lethbridge, 人口十多萬, 發展潛力高, 裝修豪華大體, 146座位, 生意穩定, 年報\$650,000多, 租平約長, 東主經營超過16年, 割愛出讓。叫價\$169,900

45 小鎮生意連物業
離卡城30分鐘車程, 1號公路小鎮, 面積0.66公頃, 裝修大方, 保養好, 現在是餐館, 100座位, 裝修大方, 保養好, 樓齡28年。物業叫價\$799,000

10 韓式連鎖店
位於Crossiron Mills Mall Food Court韓式連鎖店, 裝修大方得體, 人流廣, 生意穩定, 用人少, 易操作, 本少利高, 發展潛力巨大, 年生意超過百萬, 工具多如新。東主經營超過15年。叫價\$688,000

22 東南Nail Shop
位於Memorial Dr. 裝修好, 保養好, 發展潛力高, 生意好, 穩定, 年報約\$49,900, 工具齊保養好, 車位足。叫價\$49,900

34 老字號餅店
位於東南盛旺地段, 唐人餅舖, 位於超市旁邊, 發展潛力無窮, 生意好, 穩定, 生意年報超過\$350,000, 本少利高, 車位足, 工具多, 保養好, 東主經營超過23年, 現另有發展, 割愛出讓, 叫價\$159,900, 包貨約四萬元。

46 西南改衣舖
位於SW Elbow Dr. 地段佳, 改衣舖, 發展潛質高, 客路廣, 生意好, 穩定, 停車位足, 每月生意約\$22,000, 東主經營超過30年, 工具多, 保養好。叫價\$88,800

11 NE唐餐外賣店
位於東北人口稠密區, 生意穩定, 每日生意約\$800多, 保養好。叫價\$92,000

23 唐人街舖位
唐人街最大商場內舖位, 地點佳, 發展潛力高, 東主經營多年, 割愛出售。叫價\$85,000 有現成租客

35 市中心越南餐館
位於市中心越南餐館, 發展潛力高, 工具齊, 保養好。叫價\$60,000

47 唐人街舖位
位於唐人街最大商場內舖位, 地點旺盛, 發展潛質高, 面積3000平方呎。叫價\$85,000, 有現成租客

12 NE中泰餐館
位於Edmonton Trail最佳地段, 近中心, 麻辣restaurant, 裝修大方, 保養好, 生意好穩定, 每日生意\$150,000, 本少利高, 東主經營超過30年, 退休。叫價\$79,900

24 舖位出售
市中心唐人街, 最佳地段, 舖位出讓, 912呎, 有現成租客, 東主另有發展, 割愛出售。叫價\$199,900

36 Cochrane印度餐
位於小鎮Cochrane盛旺地區印度餐館, 裝修豪華得體, 生意好, 穩定發展潛力無限, 約85座位, 可以改其它類型菜式, 工具齊如新, 工具全屬於業主。叫價\$128,000

48 佳舖出租
位於Barlow Trail 夾 Sunridge Way 最佳地段, 旺舖出租, 面積3744呎, 適應各行各業, 餐館不接。



卡城屋頂

info@mainstreetexteriors.ca
http://mainstreetexteriors.ca

卡城

冷暖氣 / 裝修工程

Asian Connection Inc.
Aasianconnection@hotmail.com

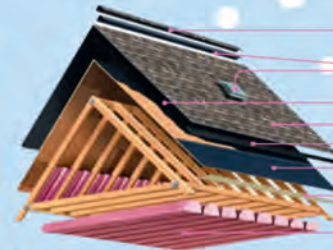


SPECIALIZED IN

Asphalt Shingles 專業圍修及更換
Metal Roofing 平頂
Flat Roofing (Modified Bitument) 斜頂及鐵屋頂

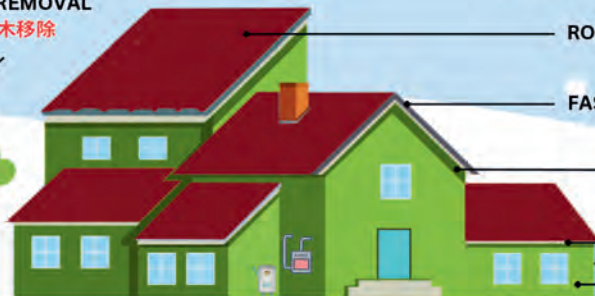


暖氣爐, 熱水爐, 冷氣機
Furnace, Hot Water Tank, Air Conditioner



Hip & Ridge Shingles / 頂瓦
Ventilation / 通風口
Felt Underlayment / 防水層
Shingles / 屋頂板
Starter Shingle / 蓋屋頂板層
Ice & Water Barrier / 防雪層
Attic Rafter Vent / 閣樓入風口
Insulation / 保溫層

TREE REMOVAL
樹木移除



ROOFING / 屋頂
FASCIA / 面板
SOFFIT / 底板
EAVESTROUGH / 水溝
DOWNSPIPE / 去水道
SIDING / 牆板



冰雹損壞, 唔知點好,
快D打來, 免費資詢



服務卡城超過二十年
價格公道, 專業技師

專業服務保證

* 北美認可屋頂檢查員
* 免費估價, 專業諮詢
* 百萬工程保險



403-471-1688

卡城佛學居士林

INDO-CHINESE BUDDHIST ASSOCIATION
2405 - Centre St. N.W. CALGARY Tel: (403)276-3962

通告

慶祝觀世音菩薩出家

陽曆二零二四年十月二十一日
(農曆九月十九日) 星期一, 為
《觀世音菩薩出家聖日》。

本林將於是日上午十時, 舉行
祝讚禮佛法會, 為眾生增福慧,
消災解難。

謹願十方善信與會參修, 共霑
法喜。

謹此

佈示

祈祝

出家吉日 合成 如意吉祥

叨蒙

佛光普照大地家家接福
慈雲撫護人間戶戶呈祥

卡城佛學居士林 謹佈

二零二四年十月十七日

響應招募



加入卡城警隊



[JOIN.CALGARYPOLICE.CA](https://join.calgarypolice.ca)



繁榮興旺、多元發展的卡加利社區
需要您

鍾欣潼復胖

鍾欣潼（阿嬌）時肥時瘦的身形不時成為網民焦點，近日她與多位藝人現身內地的珠寶品牌活動，她以露肩晚裝上陣的阿嬌被發現比之前圓潤不少，更驚現雙下巴，「阿嬌復胖」成為網上熱搜，有網友調侃她叫「阿爆」，不過亦有網民力讚阿嬌雖然肥了，但依然省鏡，直言不是瘦才美「除了胖一點，法令紋都沒有」、「為啥一定要瘦骨如柴才行，這樣也挺好看的」，現場阿嬌跟惠英紅喜相逢，兩人在宴會上開心互動，傾過不停。



阿Sa再被關智斌「求婚」



另外，Twins昨日在汕頭舉行演唱會，邀請好友關智斌（Kenny）擔任嘉賓，阿Sa介紹對方出場時以「我老公」來形容對方，引起全場哄動，3人合唱《死性不改》掀回憶殺。獻唱時阿Sa拖著Kenny走，冷落阿嬌

1秒，幸Kenny即時回頭等埋阿嬌變三人行。唱畢後，Kenny表示：

「多謝Sa姐、嬌姐，我真係好感動。」阿Sa問他：「做乜姐姐聲？」Kenny笑言：「都要咁講，我知你想講雖然我大過你兩個的嘛！」Kenny又提到Twins一月份演唱會，自己無化妝同無Set頭的情況下，被兩人拉上台，直言有些介意，「我係有些介意，因為我係好完美，我那刻唔夠完美，同埋我有個升降台。」阿Sa即不滿說：「我覺得你今日都係唔係太完美。」Kenny聞言在舞台上跪向對方謂：「我跪在這裡。」阿Sa拖起對方解釋：「我覺得你入面件背心太礙眼。」場面搞笑。繼上次在健身室時向阿Sa跪地後，「關智斌舞台求婚阿Sa」登網上熱搜，網民笑他「跪得熟練又絲滑」，並對兩人友情大感羨慕。

依然省鏡



今個星期完成內地巡唱最後一站後，阿Sa就會為與張繼聰合作的新戲開工，對於有傳是明年賀歲片，阿Sa不太清楚，希望趕得切，因為她很喜歡拍喜劇，而且同阿聰之前在劇集、主持合作過，大家幾好默契，很期待。對住阿聰最大挑戰是否忍笑？阿Sa笑言：「要啦，佢平時講話，我已經狂笑。（驚唔驚佢爆肚？）我都好專業的，我都唔係流架嘛。其實我們開過一次會，大家都畀了好多意見落劇本度，阿聰的諗法都好好，是一個好好的對手。」



岑 麗香闊別公仔箱3年多，終「出山」拍攝HOY Tv首套自家劇。

岑麗香（香香）8年前下嫁男友Joshua後，甘願為家庭叫停事業，「三年抱兩」誕下兩名兒子。自無線劇集《寶寶大過天》後，她已有3年多時間闊別電視螢光幕，直至近期才放聲氣準備復出，原來她已低調地與HOY Tv達成合作協議，為該台首部原創劇擔演女主角，為電視台振聲威！

近年不少無線花旦先後離巢，包括唐詩詠、黃智雯與王君馨等紛紛外闖，搞到無線「可用之材」買少見少。當得悉香香有意「出山」，外界猜測她回巢成數頗高，想不到最終選擇「倒戈」，令人意外！據悉，香香在新劇與陳家樂扮演一對，而敖嘉年與泰臣則飾演家樂的兩位兄長，一眾演員全是無線昔日猛將，同聲同氣自然默契十足。目前該劇的籌備工作已完成得七七八八，預計下月初便可正式投入拍攝。

共10集試水溫

其實HOY Tv開台以來一直處於劣勢，前年豪擲2千萬製作費打造的大型選秀節目《就是青春》，整體卻僅得低於1點收視，令人跌眼鏡，故即使有關方面多次對外透露計劃開拍自家劇集，卻遲遲未見行動，相信是深思熟慮，做足一切準備務求一擊即中！而今次「頭炮劇」共10集，每集半小時，可謂試水溫，若外界反應好，日後才考慮「升級」製作長劇。



銀彈魔力決心復出

孖陳家樂響頭炮

岑麗香

「倒戈」打收視戰

至於找來香香與家樂作CP配，除因俊男美女外形匹配，主要原因是兩人過往從未搭檔，相信會為觀眾帶來衝擊與新鮮感。而故事以九龍城為背景，帶出該區的溫情人事，反映獅子山下的港人精神。據悉，製作單位花上多月，以銀彈及好劇本去打動兩位主角，才達成合作協議，尤其家樂獲邀時，剛巧已簽約演出劇集《無懼》，要飛往馬來西亞開工兩個多月，有關方面特意押後開工作出遷就，絕對誠意十足。記者就是次合作與香香及家樂聯絡，惟截稿前未獲回覆。

與 岑麗香同為華姐冠軍的鍾嘉欣，2015年下嫁脊醫Jeremy後，大部分時間留在加拿大照顧小朋友。結婚初期，有指她搬入老公位於溫西克裡斯岱爾區（Kerrisdale）、面積達4,000呎的兩層高獨立屋，日前她公開廚房環境，令家居再次曝光，她寫道：「知足是一個人最大的幸福，知道自己想要些什麼，不被物質困惑，才會體會到真正快樂。感恩當下，祝大家感恩節快樂！」見廚房非常寬敞，備有多部蒸、焗爐具，在家炮製大餐招呼親朋都有難度。

鍾嘉欣所住的獨立屋估值約1,700萬港元，附近環境清幽，鄰近公園及高爾夫球場，區內有知名中、小學，包括全省排名第4的私立小學Crofton House，以及連續多年排名第一的私立女校York House，有齊豪宅區必備條件。



豪宅開餐過節 鍾嘉欣知足好幸福

香港施政報告2024.惠民 |

烈酒稅減9成 助青年買居屋

香港行政長官李家超（16日）發表施政報告2024，主題是「齊改革、同發展、惠民生、建未來」。李家超宣讀其任內第三份施政報告花約兩個半小時，是3年新低，他結語指不可被內部和外部唱衰力量動搖自信、破壞士氣，有信心香港未來會更好。

居屋白表青年家庭申請者下期起多一個抽籤號碼

房委會由下一期起為申請購買居者有其屋計劃（居屋）單位的40歲以下白表青年家庭及一人申請者分派多一個抽籤號碼；並由下一期白表居屋第二市場計劃起，增加1,500個配額，全數撥予40歲以下的青年家庭及一人申請者。

推動銀色消費提供長者折扣及保障長者消費權益

銀髮市場增長迅速，長者樂齡產品和服務需求不斷擴大，開拓新的產品和服務可滿足長者需要，提升其生活質素，更帶來商機。政府將成立「促進銀髮經濟工作組」，由政務司副司長任組長，循五範疇推出措施：

包括促進「銀色消費」與各界構建樂齡友善消費，鼓勵在業務上加入銀髮經濟元素，例如長者折扣，並保障年長消費者權益；推廣「銀色財務及保障安排」協助長者作妥善財務安排並加強保障，包括推廣香港按揭證券公司轄下的退休理財產品、長者投資者教育等。

未來5年公營房屋供應達18.9萬伙 公屋輪候縮至4.5年

李家超表示，連同「簡約公屋」在內，未來五年（即2025/26至2029/30年度），總體公營房屋供應量將達189,000伙，較本屆政府上任時的五年期增加約80%。過去兩年，公屋平均輪候時間下降了半年，由高峰6.1年下降至五年半。隨著「簡約公屋」於明年起陸續落成，公屋綜合輪候時間可在2026-27年度共減少一年半，降至四年半。

「提前上樓計劃」至今為超過2,000個家庭提前5至9個月上樓，為受惠者節省近5,000萬元租金開支。在2027-28年度及之前，將共有另外約10,000個單位可提早上樓。

此外，首批位於元朗攸學路約2,100個單位的「簡約公屋」，將在明年第一季落成入伙。明年會共有約9,500個單位落成，全部約30,000個單位2027-28年度前會落成。

為「劏房」立法定出租制改名「簡樸房」

須有窗與獨立廁所

「解決劏房問題」工作組已提交報告，政府決定以立法方式制訂住宅樓宇分間單位的出租制度，合標單位將名為「簡樸房」。



現時不同分間單位（即劏房）的情況差異很大，包括在消防、通風、面積，以至是否有獨立廚廁或廚廁合併等方面，有必要訂立最低標準，取締不適切單位。現約有110,000戶人居住在劏房，顯示劏房有實際需求。不合標劏房必須改建成合標的「簡樸房」，由專業人士確認並申請認證，否則業主將不合標單位出租便要負刑事責任，住客則不須負法律責任。法例會設寬限期，期間不就違法出租採取執法行動。

政府會設登記制度，讓已登記業主享有寬限期。登記制度只接受現有的出租劏房登記；新進入市場的劏房單位必須申請認證為符合標準的「簡樸房」才可出租，因此不需給予改建寬限期。由於新進入市場的劏房必須是已獲認證的合標「簡樸房」，而已登記的現有單位必須改建為合標的「簡樸房」，否則寬限期過後業主繼續出租不合標單位便屬違法，相關單位會有序被取締。因此不合標的劏房數目會逐步減少，直至清零。

政府建議「簡樸房」的標準包括必須有窗、有獨立廁所、面積不少於8平方米等。工作組組長財政司副司長及副組長房屋局局長會公布細節，並諮詢立法會及持份者，制訂立法內容及登記時間表等措施。

增公屋和資助房屋比例 助市民置業上樓

房委會正檢視未來十年中後期落成的公營房屋項目，目標把公屋和資助出售單位的比例，由現時七比三逐步調整至六比四；



增加屢次向隅者購買資助出售單位機會

由下一期推出的綠置居及居屋開始，向前兩次曾連續申請同一類別資助出售單位銷售計劃而未能成功購買單位的申請人，提供多一個抽籤號碼；

加速公屋單位流轉

房委會將收緊公屋富戶政策，提高富戶額外租金及降低富戶入息限額，讓公共資源適當用在需要幫助的申請人，同時將居屋綠白表比例由現時四比六調整至五比五，鼓勵更多公屋租戶購買居屋。

放寬物業按揭貸款成數上限至70%

考慮到最新經濟及金融環境，在繼續維持銀行體系穩定的前提下，金管局將放寬住宅物業的按揭貸款條件，不論物業價值、是否自用或公司持有以及買家是否「首置」，按揭成數上限一律調整至七成，供款與入息比率上限一律調整為五成。至於非住宅物業，有關按揭成數上限及供款與入息比率上限亦會調整至同樣水平。

制訂社區藥物名冊及推出社區藥房計劃

政府會全方位推進基層醫療發展，包括：立法強化基層醫療管治架構，賦權基層醫療署設立質素保證及監察機制；制訂社區藥物名冊及推出社區藥房計劃，配合集中採購和社區網絡，令市民可以更方便地獲得價錢相宜的基層醫療藥物；

訂立全生命周期健康促進策略，按不同年齡和健康狀況制訂市民健康管理計劃；重整母嬰健康及家庭計劃服務，加強生育輔導及育兒教育，促進健康生育；強化「全校園健康計劃」，為每間學校建議針對性校本措施，改善體能活動和飲食等安排，提升學生身心健康；更多地區康健站擴充為中心並擴展服務網絡，整合婦女健康中心和長者健康中心服務；

擴大「慢性疾病共同治理先導計劃」至血脂檢查；定位醫管局普通科門診專為弱勢社群提供全面基層醫療服務；針對常見癌症以風險為本逐步制訂篩查計劃，包括乳癌篩查、研究人工智能協助肺癌篩查，以及推行乙型肝炎篩查以防治肝癌；

推出「青少年護齒共同治理先導計劃」鼓勵預防牙患，及「社區牙科支援計劃」加強為弱勢社群包括有經濟困難長者提供牙科服務，接替關愛基金牙科資助項目，並為學前兒童增設預防性牙科服務；及繼續推行控煙。修例要求所有醫護提供者須將重要健康數據存入市民的個人醫健通戶口，令市民有更整全的電子病歷以加強醫療服務連貫性。

擴展「社區客廳試行計劃」

在明年於「劏房」戶集中的地區新增3個社區客廳，預計惠及約1 300個目標住戶，每年為約20萬人次提供服務。若計及已推出的4個社區客廳，預計可為約3 050個?房戶每年約47萬人次提供服務；

優化「在校課後託管服務計劃」

今個學年起，涵蓋範圍由50間小學擴展至超過110間小學，讓學生可在課後留校獲託管及學習支援，更方便家長外出工作；視乎實際需要和成效，我們計劃在2025/26學年鼓勵更多學校參加計劃，名額不設上限；

明年推綜援長者廣東安老試行計劃 每月可獲資助\$5000

資助綜合社會保障援助（綜援）長者入住廣東省安老院，明年推出為期三年的試驗計劃，資助選擇赴粵養老的綜援受助長者入住指定在粵院舍。每名合資格長者每月可獲5,000元資助，名額共1 000個。政府會把「長者院舍照顧服務券計劃」服務券總數增加兩成至6,000張，讓更多體弱長者無須輪候即可入住自選安老院，接受政府資助的護理服務。

全港設立14間綜合社區康復中心

進一步加強殘疾人士康復服務，包括：在全港設立14間「綜合社區康復中心」，增加1 280個服務名額，以綜合個案管理模式，因應個別殘疾人士的需要及康復進度提供適切支援；增設90個朋輩支援工作人員職位，加強對殘疾人士及其照顧者的朋輩支援；在新界東增設殘疾人士地區支援中心；及增加約1 040個日間、住宿及學前康復服務名額，並研究在空置的幼稚園校舍設立特殊幼兒中心。

再增1所資助獨立幼兒中心 提供100個日間幼兒照顧名額

政府會再增設1所資助獨立幼兒中心，提供100個日間幼兒照顧名額，並把「鄰里支援幼兒照顧計劃」的服務名額增加兩成半至2,500個，受惠兒童人數會增至25,000人。

撥款3億資助私營機構安裝高速充電設施

政府大力推行綠色運輸，透過「EV屋苑充電易資助計劃」和寬免總樓面面積安排，估計2027年中前提供約20萬個充電停車位。政府會投入3億元推出新計劃，資助私營機構安裝高速充電設施，至2030年累計裝置3,000個高速充電器。

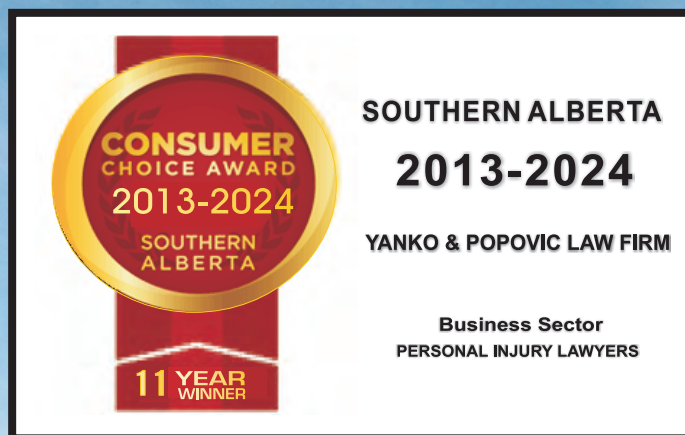
Y&P

www.yankopopovic.ca

DAVID YANKO

KC · Barristers · Solicitors

楊大偉律師樓



多謝各界人士的認同及支持！

**本律師樓連續十一年榮獲
南亞省最佳個人受傷賠償律師獎項！**

幫你討賠償，法律界最強！

專責交通意外及個人受傷索償

有我們專業的協助往往有機會

比自己爭取的更多更滿意！

資深英語、粵語、潮語、普通話法律助理

San Kwok 郭靜愛小姐 專線：403-204-0282 電郵：skwok@yplaw.ca

#301, 300 Manning Road NE Calgary, AB T2E 8K4 (免費泊位)





服務範疇

- | | | | |
|--------------|-------|-------|------|
| 旅遊/留學/工作簽證 | 省提名計劃 | 看顧員移民 | 入籍申請 |
| 港人Stream A/B | 居留權疑難 | 投資移民 | 拒簽上訴 |
| 外勞批文(LMIA) | 換領楓葉卡 | 家庭團聚 | 難民聲請 |

邁向10周年 實力更強+



Suite 503, 100 - 4th Avenue SW
Calgary, AB T2P 3N2

電話 (587) 353-4111
WhatsApp (587) 228-2333



Darren J. Hamilton Lawyer & Notary Public

LING WANG 王玲 LEGAL ASSISTANT

Service in English, Mandarin, Cantonese and Hindi.
提供英語, 普通話, 粵語及印度語服務

Unit 8, 2400 Centre Street NE,
Calgary, AB T2E 2T9
Email: info@dhlawoffice.ca

Tel: **403-272-2088**
Fax: **403-272-2092**

STANDARD WILL : \$350, Individual, \$450 Per couple
標準遺囑 : \$350/個人, \$450/夫婦二人

韓美頓大律師

► 專辦房地產買賣及貸款

- 買房(Purchase) \$650.00 (Flat Fee*)
- 賣房(Sale) \$500.00 (Flat Fee*)
- 再按揭(Refinance) \$500.00 (Flat Fee*)

*Fees include all of the necessary legal work for a typical transaction. GST and government Fees are extra.
Contact to get a quote for transactions more than \$1,000,000



carrington DENTAL

#110 151 Carrington Plaza NW, Calgary, AB T3P 1Y3

403-300-3368



Dr. Eric Tang DDS
鄧永剛牙科醫生



Dr. Brandon Lee DMD



Dr. Simran Sandhu DMD



Dr. Rahim Shivji DDS

歡迎急診和新症

即日應診服務

精通 粵, 英語

我們提供全面優質的牙科服務, 包括:

- 植齒 (種牙)
- 牙托
- 根管治療 (杜牙根)
- CBCT錐狀射束電腦斷層掃描
- 激光牙齦漂白
- 牙周病治療
- 智慧齒手術
- 牙齒矯正 (隱形牙套)



RODIN LAW FIRM 律師樓

1405 - 2nd Street SW Calgary, Alberta T2R 0W7
Tel: 403-861-6286 Fax: 403-216-0970

Cary Rodin

Personal Injury Lawyer

30年訴訟經驗，前亞省主控官助理
Practicing law for 30 years, extensive
litigation experience at all levels of court.

專業個人受傷索償

- 汽車及電單車意外
- 脊髓損傷
- 腦幹損傷

免費諮詢
不成功，不收費

Quan Sy Lam

Personal Interpreter
林先生 翻譯員

精通：越南話、粵語、國語、潮州話
403-988-4568(24/7)
Email: quansilam@gmail.com



HIGHLAND PARK PHYSIOTHERAPY

UNIT #4325-4303 CENTRE ST NW, CALGARY T2E 2Z1

☎ 587-327-6465

及時復健+健康再現

症狀處理範疇：
車禍創傷/運動創傷
顛頸關節障礙
眩暈/頭暈
乾針/針灸

治療按摩服務

- 放鬆按摩
- 深層組織按摩
- 運動按摩
- 治療按摩
- 產前產後按摩
- 初生嬰兒按摩

診所時間

週一至五：10am-6pm
週六：11am-3pm
週日及公眾假期休息

誠意為你提供一對一治療服務，獨立寬敞房間舒適和高
度私隱，如有翻譯需要，可提供越南語和中文翻譯，我
們並接受保險公司的直接付款。

✉ info@highlandparkphysio.ca

🌐 www.highlandparkphysio.ca



所有保險需求，一站式服務

從您的汽車和房屋到您的事業、生活和財務未來，
您可以信賴我來幫助保護對您而言重要的一切。

財產及意外保險

- 業主保險
- 租戶保險
- 公寓單位業主保險
- 流動房屋保險
- 度假住宅保險
- 船隻及設備保險
- 個人傘狀責任保單
- 個人車輛保險
- 商用車輛保險
- 房車保險
- 電單車保險
- 雪地電單車保險

商業保險

- 承包商保單
- 酒店及餐飲業保險
- 商業及專業服務保險
- 零售和批發保單
- 房地產保險
- 公寓管理公司保險

生活福利

- 重大疾病保險
- 傷殘收入保障
- 醫療保障

人壽保險

永久性保險

定期壽險
車輛貸款

葉佩華

Anita Ip, Agent

1220 Kensington Rd NW
Unit 220, Calgary AB
587-353-7500
anita@anitaip.com
anitaip.com

葉佩琪

Clara Ip
Senior Account
Manager

clara@anitaip.com

 **Desjardins**
Insurance

Anita Ip Insurance & Financial Services



JC Family Dental Clinic (Since 2013)

專業、親和、便民的全科牙醫診所

#101 139-18 Ave NE Calgary

(近中央街Safeway和新鮮一百; 3、301號公交直達; 免費停車)

電話: 403-294-1881 (國/粵/英語每週7日全天接聽)

電郵: info@jcfidental.ca

每週營業6天, 週末應診:

週一 9 am-3 pm; 週二、週三、週四 9 am-5 pm;

週五、週六 9 am-6 pm

全面牙科服務:

成人、兒童牙齒保健; 洗牙, 深部牙周清潔 (深部齦下刮治); 牙周病治療; 精細補牙; 根管治療; 牙齒矯正; 微創種牙; 活動假牙; 牙冠及牙橋修復; 拔牙及智齒拔除; 牙齒美容美白; 牙科急診等。

接受新症及急症, 服務親和周到。



Dr. Yanqin Song

(宋衍芹 牙科醫生): 畢業于西安交通大學牙學院, 擁有豐富扎實的中加兩地牙醫經驗, 操作精熟細緻, 友善親和。

專職華人洗牙師
中英雙語, 背景
扎實, 技術精
湛, 耐心細緻。

Memorial East Physical Therapy Clinic

物理治療診所

服務卡城超過22年

蔡廣長 Kelvin Cai PT, DPT, BSc.PT, Bsc.Med 註冊物理治療師

- 二十餘年物理治療經驗
- 美國東北大學 (Northeastern University) 物理治療博士學位 (DPT)
- 加拿大皇后大學 (Queen's University) 康復醫學物理治療學士學位 (BSc. PT)
- 中國廣州醫科大學醫療系畢業, 醫學學士學位 (BSc. Med)

服務和治療

- 工傷, 車禍, 運動損傷。
- 各種痛症 (頸、肩、腰、膝、坐骨神經痛等) 軟組織退變。骨折、關節術後康復。
- 頭痛、眩暈、神經康復 (中風、輕度腦損傷 / 腦震盪)。
- 物理治療、運動康復、整脊手法、針灸、干針肌肉刺激、沖擊波治療、醫療按摩、矯形鞋墊、診斷性影像轉介等。

我們接受
(Direct Billing)

- 政府工傷醫療保險 (WCB)
- 交通意外醫療保險 (Auto Insurance)
- 公司或私人醫療保健計劃
- 私人付費

*無需家庭醫生轉診 *精通英、粵、國語 - 可協助申請保險或WCB治療批核

網址: www.memorialeastphysicaltherapy.com

Tel: (403) 272-9628

Madigan Plaza, Unit 28, 6060 Memorial Dr. N.E.
Clagary, T2A 5Z5

星期一至五: 10am - 7pm

星期六: 10am - 2pm

星期日 (休息)

立即聯絡我們, 即享我們提供的優惠及其他保險產品

多種折扣:

- 汽車和房屋同保
- 多車折扣
- 全新水險
- 職業折扣
- 退休人士優惠, 等

免費估價: 汽車、房屋、商業、人壽及旅行保險



Winnie Hui
許蘊妍 (國粵英)
Senior Agent
(587) 316-3142
whui@allstate.ca

#234, 40 Country Hills Landing
NW Calgary
(即大戶人家對面)



May Lee
(粵英)
Service
1-866-334-6592
mlee@allstate.ca

如果您剛到加拿大, 別忘了向我查詢新移民優惠



Allstate
交託在手 放心無憂

須受條款及條例限制。*多項產品折扣的平均節省金額, 以艾伯塔省在 2023 年 3 月的 Allstate 基本利率計算。您的節省金額可能會有變動。保險、風險、折扣及供應情況可能因地區而有所不同。商標由 Allstate Insurance Company 擁有, 並授權 Allstate Insurance Company of Canada 使用。
©2023 年 Allstate Insurance Company of Canada 版權所有。
233156 | 3-23



何履寧律師行

HO MACNEIL BARRISTERS & SOLICITORS

何陳璧璋大律師

ALICE B. HO B.A., M.S.Sc., LL.B.

黃又奇大律師

ANSEL Y.K. WONG LL.B., LL.M.

提供英語、粵語及國語服務

本律師行服務卡城 40 年,
歷史悠久, 專業辦理

- 房屋買賣及按揭
- 商業買賣及註冊
- 商業租約
- 生意轉讓
- 遺囑及遺產事項

- 婚前、婚後及同居協議書
- 家庭糾紛及離婚
- 配偶移民申請
- 民事訴訟
- 認證文件

地址: 2819 Centre Street NW Calgary AB, T2E 2V7

電話: 403-233-2812

Email: info@homac-ab.ca

Website: www.homacneil.com



360 LEGAL SERVICES

Matthew Cheung, Barrister & Solicitor

專辦房地產買賣 及再按揭

收費合理

Sanne (San) Lo (盧小姐) Conveyancer

直線: 587-329-6281

Fax: 403-224-0333

Email: sanne@360-legal.ca

提供英語，普通話，廣東話服務

Unit 24, 2333 18 Ave NE, 2nd Floor
Calgary, Alberta T2E 8T6

tel line: 403-233-0841 email: info@360-legal.ca

周慧儀律師 WINNIE W.Y. CHOW

BARRISTER AND SOLICITOR

直接以流利廣東話為華人及各界提供專業法律服務

- ▶ Divorce, Matrimonial Property, Child and Spousal Support
離婚，婚姻財產，兒女及配偶贍養費
- ▶ Pre-nuptial, Post-nuptial and Cohabitation Agreements
婚前、婚後及同居協議書
- ▶ Wills and Estates 遺囑及遺產

地址：加拿大亞省卡城西南區6大道404號3樓，諾氏教堂旁邊
Suite 300, 404 - 6 Ave. S.W. Calgary, Alberta T2P 0R9

電話：(403) 261-0645 傳真：(403) 451-1208

精誠餐館工程有限公司

3E Sheet Metal & Food Equipment Ltd.

- ★ 餐館設計裝修、水電氣及消防工程（一條龍服務）
- ★ 餐館煙罩、抽氣、MUA系統製作及安裝
- ★ 工商業HVAC系統製作及安裝
- ★ 餐館不銹鋼爐頭、器具製作及安裝
- ★ 餐館設備維修、焊接服務



403-978-6636 羅先生 403-808-0278 Christine
403-230-2230 辦公室 403-230-2269 傳真

地址: #29-1410 40th Ave, NE, Calgary T2E 6L1

WESLEY B. MAH

馬力偉 律師

BARRISTER, SOLICITOR & NOTARY PUBLIC



- Mandarin speaking 說流利國語及英語
- Real estate 房地產
 - Cash purchase 現金買房
 - Purchase with mortgage 按揭買房
 - Sale 賣房
- Businesses 公司企業
- Wills 遺囑
- Probate 遺囑認證

- Free 2-hour street parking 附近有兩小時免費停車位 -

Legal Assistant: Annie Tran

Suite 206, 1333-8th Street SW
Calgary, Alberta T2R 1M6
Tel: 403-263-1938 Fax: 403-263-3730
Email: lawyermah@gmail.com
website: wesleymahlawoffice.com

余慕慈 加拿大特許專業會計師

JAMES YEE PROFESSIONAL CORP.
Chartered Professional Accountant

30多年會計經驗

提供英、國、粵、台山語服務

- 審核、覆核
- 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
Cell: 403-606-6878 Email: jamesyee@telus.net

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



**Chinook 區新診所
現已開放營業!**



**新地點
現已營業**

587-356-0880

chinookvillagedental.com

107-7004 Macleod Trail SE,
Calgary, AB, T2H 0L3



陳忠豪醫生



許明娟醫生

七天營業

(587) 317-9987

RundleDental.com

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

河畔眼鏡 Waterfront Optics

226 Riverfront Ave SW, Calgary
(卡城文化中心斜對面, 善樂公園旁邊地舖)

免費室內泊車
403-290-0066



Mantie Tong
403-616-2233

好消息

長者凡持有**政府眼鏡福利**
可享有眼鏡一副

歡迎來電查詢

- 由Dr. Theola Li 李曉嵐眼科醫生(英、粵、國語), 處理各類眼科問題、專業驗眼, 請先來電預約。
- 0至18歲兒童及65歲或以上的長者, 由亞省醫療支付醫療及每年一次的驗眼費用。
- 接受各類保險, 由保險公司直接支付。

waterfrontoptics.ca waterfrontoptics

《卡爾加里之美》 (The Beauty of Calgary)

▶ 林海蒼蒼,
石油噴湧,
草原广袤,
牛羊浩榮。
卡爾加里之美,
為民生供奉動能。

碧水如鏡,
曲迤峻嶺,
輕云漫舞,
万里清空。
卡爾加里之美,
落座於洛基之東。
(Rocky Mountain)

宜居幽靜,
物產丰盈,
人脈亲和,
文旅繁盛。
卡爾加里之美,
處處引人入勝。

韩再恩
2024年9月11日記

CALGARY



CHV DENTAL

伍少殷牙科診所

Dr. PETER NG, DDS 牙醫 伍少殷
Dr. HILARIE NG, DDS 牙醫 伍球瑜
Dr. GILBERT NG, DMD 牙醫 伍世豪
Dr. MATTHEW NG, DDS 牙醫 伍世耀

精通全牙科服務

Botox, 隱形箍牙, 智齒拔除,
固定牙齒矯正, 植牙, 補牙,
牙根治療, 假牙, 牙冠, 牙橋。
加設電腦立體斷層掃描機(CBCT),
植牙時必需X光檢查。

約診時間:

星期一至六 9:00 AM - 6:00 PM

403-276-7226

#2, 1304 Centre Street N.E. T2E 2R7
drpeterngcorp@gmail.com



找一對適合 你的助聽器

我們提供的服務:

- 聽力測試 (老年人免費)
- 協助申請政府補助
- 助聽器電池
- 協助調整及維修現有的助聽器

不要再猶豫, 馬上預約!

403-282-2811

www.beltone.ca



卡城中華文化中心

CALGARY CHINESE CULTURAL CENTRE

197 1st Street SW, Calgary, AB T2P 4M4

☎ (403) 262-5071 ✉ info@culturalcentre.ca



www.culturalcentre.ca



Calgary Chinese Cultural Centre



Calgary Chinese Cultural Centre

查詢及報名: (403) 262-5071 或電郵到 info@culturalcentre.ca

Martial Arts for Kid

兒童武術興趣班

課程內容: 中國武術及太極

日期: 逢星期日

時間: 12:30 pm - 1:30 pm

年齡: 6 - 12歲

費用: \$160 (12堂)

地點: 卡城中華文化中心

導師: Murray Cheung 張耀中



書法 繪畫同源

Abe Au 區傑棠老師

了解書法原理,
如何引伸到繪畫的技法

日期: 九月二十八日至
十一月十六日 (逢星期六)

時間: 下午二時至三時半

費用: \$120+GST (八堂)

匹克球Drop-in

日期: 逢星期一

時間: 下午6:00 至 下午8:00

費用: 每人\$5

歡迎偕同親朋好友參加

QIGONG BEGINNER CLASS

氣功初級班

時間: 每週日 上午10:00至中午12:00

費用: \$200+ GST (5堂)

導師: Yan Ying Cui



Yoga Course

瑜珈班

日期: 逢星期三

時間: 下午 6時15分至 7時15分

課程費用: \$120+GST稅 (10堂)

導師: May Chen

請自備瑜珈墊



KIDS' MANDARIN CLUB

普通話兒童班

時間: 逢星期六 1:00pm - 3:00pm

費用: \$300.00+GST (8節課)

年齡: 7歲至 12歲

導師: Jessica Yen

授課語言: 普通話及英語



TAI CHI QIGONG BEGINNER CLASS

養生太極氣功初級班

時間: 每週六 上午11:00至中午12:00

費用: \$110 + GST (10堂)

導師: David Ha



QIGONG WU QIN XI CLASS

氣功 - 五禽戲班

日期: 10月12日至 2月15日

時間: 每週六 上午9:30至10:30

費用: \$110+ GST (12堂)

導師: David Ha



羽毛球Drop-in時段

日期: 逢星期四

時間: 上半節 - 下午5:30 至 7:00

下半節 - 下午7:00 至 8:30

費用: 每人每節\$5

請自備個人裝備!

如當週活動取消, 會在社交媒體發佈消息
請留意文化中心Facebook及instagram專頁





卡城華人耆英會

慈善機構登記號碼126698018 RR0002
本會乃非牟利社會服務機構，歡迎慷慨捐助。
地址：111 Riverfront Ave S.W., Calgary, AB T2P 4Y8
電郵：cceca@cceca.ca 傳真：(403) 269 1951

NEWSLETTER

耆英園地



第2002期 2024年10月17日—10月23日

查詢及報名: (403) 269-6122 外展部 (福利/申請/查詢) 直線電話: (403) 457-6609

耆英會會員家聚

CCECA TOWNHALL MEETING 2024

- 介紹服務發展
- 收集會員意見
- 表達對服務的建議

敬備茶點招待

粵語: 11月15日(週五)上午10時-12時

國語: 11月19日(週二)上午10時-12時

地點:耆英會大禮堂

報名及查詢: 何姑娘或楊姑娘

Ukulele.....

烏克麗麗

零基礎入門班

粵語實體課程

烏克麗麗(UKULELE),又名夏威夷小吉他。本課程將教授烏克麗麗的基礎知識,包括調音,簡單的和弦和基本的撥弦技巧。無需任何音樂基礎。

學員需自攜樂器上堂

11月7日--12月12日(共六堂)

逢週四 上午10:30-12:00

會員\$30/非會員\$45

導師:何文志先生

擁有多年樂器表演以及教學經驗

報名及查詢 楊姑娘

「奇聞耆事」講座

逢星期三 下午2:00-3:00

網上 Zoom ID 875 977 9955

10月23日(三)

緊急情況的準備

居安思危,了解如何做好應急準備

AHS 講者: Yvonne

加拿大中文電台FM94.7

「社區透視鏡」節目

逢星期五 上午10:30-11:00

10月18日

遺囑認證

講者:區慧中律師

流感疫苗注射

耆英會將與永安藥房合作
提供免費流行性感冒疫苗注射服務

2024年10月23日(週三)

上午9:30至11:00

耆英會地庫娛樂室

當日請攜帶:

1.醫療卡 2.英文地址 3.電話號碼

當日填妥同意書後,方可接受疫苗注射。

*如欲查詢其他疫苗,請與永安藥房聯絡。

名額有限,請先致電預約 | 報名及查詢: 蕭先生

樂齡伸展運動班(第三期)

通過拉伸肌肉 促進血液循環, 增強柔軟度
及關節的活動範圍; 有效舒緩腰背痛 及
預防關節肌肉相關的慢性疾病

10月24、29、31日、

11月5、7、12、14、19日(星期二、四,共8堂)

下午2:00-3:00

會員\$40 非會員\$60

導師: Bobo Yeung

美國運動委員會健身教練, 香港中文大學運動科學碩士

*以粵語授課 *須自備中型毛巾及瑜伽墊

*會有躺平、坐地等動作

報名及查詢 蕭先生

更改行政辦公室開放時間

由10月2日(星期三)起,逢星期一至星期六本會行政辦公室(地面)開放時間更改如下:

上午 9:00 - 12:15 對外開放

中午 12:15 - 12:45 午膳休息

下午 12:45 - 5:00 對外開放

感謝你的支持。

和諧粉彩班 粵語實體課程

透過使用各種色彩繽紛的粉彩,創作出屬於自己獨特的藝術作品。由經驗導師從旁指導
無需美術根底

10月19日-11月23日

(逢星期六,11月9日暫停,共5堂)

上午9:30-11:00 二樓會議室/教學室

會員:\$50 | 非會員:\$75

另須自備顏料 或 由中心代購12色顏料,收費\$10

報名及查詢 何姑娘

土風舞及排排舞興趣班

粵語實體

通過舞蹈學習使學員對世界各地的文化、音樂及民族特色有所認識也能促進體能及社交機會。

10月24日-12月12日(四,共8堂)

下午1:30-3:00

會員\$24 | 非會員\$36

導師:曾俊運先生

查詢及報名 楊姑娘

特別需要小組網上活動

歡迎居住於社區,患有慢性疾病的50歲或以上耆英會會員報名參加。

個人化照顧計劃

每周二

健體運動

上午10:30-11:30

豐富多彩活動:生日慶祝、

下午2:00-3:00

藝術/遊戲、一起唱、網上旅遊、免費

廚藝、節日慶祝或健康教育等

查詢或報名:三樓李姑娘

403-269-6122 分機 235



牙科 **CENTRE & 12TH** 醫務所 **DENTAL**



楊詩敏
DR. CAROL YEUNG

湯醫生
DR. TOM PECEK

吳詠賢
DR. WINNIE NG

· 植牙 (IMPLANT) · 激光機 (LASER DENTISTRY) 現接受新症、急症、美容及各類牙科疾病

診症時間

☎ 403-230-2288

交通方便 No.2, 3, 17 號巴士停站於門口
懂國、粵、台山、越南語，方便溝通

星期一至四 9AM - 7PM
星期五 9AM - 6PM, 星期六 9AM-4PM

診所地址: #5, 1217 CENTRE ST. N.W.
(中央街北夾12大道)



CENTRE STREET DENTAL

華埠牙科醫務所

101, 303 Centre St SW (唐人街) **403-290-0303**

Our office bill CDCP directly
接受聯邦政府牙科保險

星期一 9am至5pm	星期二、三&四 9am至6pm	星期五、六 8am至4pm	星期日及公眾假期 休息
----------------	--------------------	------------------	----------------

Centre St. Denture Clinic

#2, 1901 Centre St. N.W.
#2 中央街夾十八橫街西北
電話 403-230-2828

牙托專門診所

高義
牙托專科技師

精配

全口局部
即時加改
英時加牙
耆英政府
歡迎預約
查詢

超過十年做牙經驗
自設先進工場
用最新歐美技術



鍾卓倫專業執照牙托師

John Chung DD Denturist
可幫你申請耆英補助

令你引以自豪的笑容!



- 專業訂做假牙
- 手工精細
- 亞省政府牌照
- 全副及局部
- 配帶舒適美觀
- 牙托專科

○ 歡迎免費檢查

☎ 403-262-4280
(龍成商場三樓診所) Chung and Associates Denture Clinic
#381, 328 Center St. SE

牙醫陳銘舜 牙醫陳清怡

Dr. Ming S. Chen, D.D.S. Dr. Jennie Chen D.M.D.

(歡迎新症，急症，美容及各類牙科疾病)

電話: **403-230-8210**

(國、粵、英語服務)

星期一至星期六 9AM - 6PM
地址: #139, 1518 Centre St. N.E.
(維德廣場內，前有免費停車及3號巴士停站)

牙醫陳大衛 牙醫陳子安

Dr. David Chan, D.M.D. Dr. Solomon Chan, D.M.D.

診所地址: 2902 Centre St. N.E. (中央街北夾28Ave)

牙齒治療包括

- 成人及兒童牙齒護理，檢驗。
- 洗牙石，去漬，治療牙週病，牙週病手術。
- 補牙(用不含水銀材料)
- 燒瓷牙冠及牙橋、金牙、鋼牙。
- 活動假牙，全口，局部，牙托，加牙，修理牙托。
- 杜牙根，種 POST。
- 牙齒矯正及各種牙齒美容。
- 手術拔牙，智慧牙，修平牙骨。

歡迎新症、急症

電話: **230-2888** 星期一至六: 9am-6pm
230-2295 (粵、國、英語)

楓林針灸按摩診所

我們團隊來自中國，擁有深厚的中醫背景。

劉醫生，針灸學博士，畢業於遼寧中醫藥大學。曾在國內三甲醫院工作，目前在卡爾加里中醫針灸學院任教，並且是阿爾伯塔省的註冊按摩治療師。

孫醫生，針灸學碩士，同樣畢業於遼寧中醫藥大學。擁有多年加拿大工作經驗，現為持牌針灸師和註冊按摩治療師。

擅長治療:
頭痛，下頷關節紊亂，頸椎痛，肩周炎，网球肘，腰痛，膝關節炎，失眠，痛經，月經不調，面癱，荨麻疹，帶狀疱疹，眼科及耳鼻喉科疾病等。

服務項目

- ☑ 針灸
- ☑ 按摩
- ☑ 拔罐
- ☑ 艾灸

联系我们

☎ (403) 460-8885

📍 1640 16 Ave NW Unit 203, Calgary, AB T2M 0L6

🌐 www.mapleacupunctureandmassage.com

SCAN ME 



卡城東北播道會

Northeast Calgary Evangelical Free Church

主日崇拜：星期日早上9:15 (粵語)
 主日學：星期日早上11:00 (粵語)
 星期日早上9:15 (英語) / (兒童)
 祈禱會：每週三早上10:00
 週六查經：星期六早上11:00至12:15 (粵語)

教會電話：(403) 648-1938
 電郵地址：info.necfc@gmail.com
 帶領牧者：皇甫詩詩如傳道
 顧問牧師：皇甫耘農牧師

3125 Catalina Blvd. NE



卡城華人宣道會

Calgary Chinese Alliance Church

地址：150 Beddington Blvd. NE, Calgary, AB T3K 2E2
 電話：403-274-6923 Website: https://ccac.life/cht-home
 E-mail: info@calgarychinesealliance.org www.calgarychinesealliance.org
 粵語事工：林志恆牧師，盧永康傳道，王大為傳道，黃伍芳原傳道(義務同工)，魏凱輝傳道，謝志衡弟兄
 國語事工：蔡軍牧師
 英語事工：Pastor Samuel Ruigrok
 星期六崇拜：粵語~5:00 pm
 主日崇拜：國語~9:30 am、英語~9:30 am; 粵語~11:15 am
 主日學：粵語~9:30 am; 國語~10:30 am / 兒童: 9:30 am; 11:15 am
 祈禱會：粵語、國語~逢星期三 7:30 pm; 英語~第一個星期三 7:30 pm
 各團契/小組：星期五、六 7:00pm、7:30pm
 宣道中文學校 (403-274-7046): 星期六 9:30am 至 5:00pm

基督教銘恩堂

Mountainview Grace Church

崇拜：國/粵 星期日9:30am
 星期日：設有主日學課程
 祈禱會為星期四晚上7:00pm
 並設有耆英、成人、青年和少年人等不同團契，歡迎查詢及參加
 地址：3&4 Floor, 116-2nd AVE SW.(唐人街)
 電話：403-252-7790
 教會現進行實體及網上崇拜，歡迎索取鏈結(zoom link)
 請電郵:info@mvgchurch.com
 牧者:毛東升牧師(主領) 朱永輝牧師(義務)

卡城基督教華人神召會

Calgary Chinese Pentecostal Church

牧師團隊：徐志光牧師 Rev.Katherine Wong
 詹致誼傳道 陳沛恩傳道 (義務)

地址：127-2nd Avenue S.E. (唐人街)

電話：403-263-6059 傳真：403-261-8684

電郵地址：calgarycpc@gmail.com

主日崇拜：星期日上午十時正 (粵語)
 星期日上午十時正 (英語)

國語崇拜：星期六上午十一時正

主日學：星期日下午四時網上舉行

祈禱會：星期三晚上八時網上舉行

團契聚會：歡迎查詢

卡城華人宣道會城西堂

Westside Calgary Chinese Alliance Church

6600 COUNTRY HILLS BLVD NW TEL: 403-239-2990

主任牧師：蔣顯輝牧師
 副牧師：吉語牧師(國語領導) 鮑士祈牧師(英語領導)
 助理牧師：請參閱網址: wccac.net
 週六(粵、國語)崇拜：9:30am
 主日粵語崇拜：9:30am 國、英、兒童崇拜：11:15am
 聖經學校：(粵)週六11:00am、主日11:15 am (國、英)：主日 9:30 am
 祈禱會：(粵)：週三9:30am & 7:30pm (國、英)：週三7:30pm
 餐福崇拜：每月第二週三 下午3pm (於外面餐館)
 常青團(耆英)：於每主日聖經學校內
 團契：青、少年、大專、職業、成人 家庭團契
 詳情請瀏覽網址: www.wccac.net或來電查詢



卡城華人浸信會

Calgary Chinese Baptist Church

中文堂牧師：黃嘉漢牧師
 英文堂牧師：何士賓牧師
 兒童事工統籌：周喬君
 電話：(403) 590-4349
 地址：3907 - 44th Avenue N.E., Calgary T1Y 6R5
 網址：https://www.calgarychinesebaptist.ca/

中英文崇拜：主日上午十一時
 中英文主日學：主日上午九時四十五分

團契：
 中文男子組：週二上午十時
 兒童：週五晚上七時半及主日上午十一時
 青少年：週五晚上七時半
 新生命團契：週五晚上七時半
 大專/就業團：週六晚上七時半
 迦勒團契(長者)：每月第二週六上午十時
 以勒團契：每月第四週主日下午二時

浸愛中心：週六上午十時半至下午三時半

卡城華人播道會

Calgary Chinese Evangelical Free Church

1706 - 20 Avenue NW, Calgary AB T2M 1H1
 電話：403-282-0288 電郵：office@ccefc.ca 網頁：www.ccefc.ca

2024年1月至6月安排：星期日崇拜時間
 英語崇拜：上午10:25至11:25
 國、粵語崇拜：上午11:35至下午12:50

* 網上崇拜會議編號：770 408 8505 (密碼1234)

成人主日學：粵語 - 上午10:00至11:00

國語 - 上午10:30至11:15

英語 - 上午11:45至下午12:45

主日兒童/青少年節目：上午10:15至下午12:45

英語牧者：Lorne Trudgian 牧師

粵語堂署理牧者(非全時間)：梁保裕牧師

現職：粵語堂牧者和兒童及青少年牧者，詳情請參閱本會網頁 "Careers"

命定神學

加拿大華人網路社區

國語 www.mingding.org 粵語 https://yueyu.mingding.org

還有許多人帶著病人和
 被污鬼纏磨的，
 從耶路撒冷四周的城邑來，
 全都得了醫治。(使徒行傳 5:16)

這福音本是神的大能
 長期 躁鬱 腰椎 各式 全都
 失眠 眩暈 頸椎 疼痛 得了醫治

逢周六晚8:30網絡課程(粵)
 利未記
 精彩主日信息至啱尋求突破的你

YouTube Channel: BOAL-CA

聯繫方式(粵/國)

WhatsApp/電話 587 890 4192

卡城信望愛基督教會

Calgary Hope Christian Community Church

「生命重整，展翅上騰」
 "Life Transformed. Soaring in Faith."

事工 / 活動	時間	形式
中文堂主日崇拜	逢星期日 上午11時正	教會實體及Zoom 網上視像
兒童少年崇拜及主日學	逢星期日 上午11時30分	教會實體
祈禱會	逢星期三 晚上7時30分	Zoom 網上視像
幸福之家	每月第三個星期日 下午12時30分	教會實體
五愛團契	每月第四個星期六 傍晚6時正	教會實體
婦女天地	每月第二個星期二 上午10時正	Zoom 網上視像
初信慕道栽培小組	逢星期六 上午9時30分	教會實體
學習中心	逢星期六 上午10時30分	教會實體
成人主日學	第二、四個星期日上午10時正	教會實體
成人詩班	第一、三個星期日 上午10時正	教會實體

*以上聚會，除【兒童少年崇拜及主日學】以用英語輔助外，均主要以粵語和國語帶領。

聯絡查詢：403-248-5988

胡陳淑儀傳道(華語) 胡永雄傳道(英語義務)
 地址：1237 28 Street, S.E. (近Franklin C-Train 站)
 電郵：info@chccc.ca 網頁：www.chccc.ca

牙科醫生

陳周穎怡

Dr. Amy Chow-Chan

403-261-8020

(國、粵、英語服務)

星期二至六 10 am - 6 pm



加華報

The Canadian Chinese Times

加華報電子版，請瀏覽網頁：canadianchinesetimes.ca

天涼的時候來碗熱呼呼的酒釀湯圓，既暖胃又暖心。台灣中國醫藥大學養生班講師韓紅育分享如何自製甜酒釀，以及甜酒釀有哪些營養、對身體的好處。

甜酒釀有糯米養分 還有益生菌幫助排便

甜酒釀是糯米蒸熟，拌入甜酒麴發酵而成的天然發酵品。相較於紅麴醬，用紅麴米釀成，釀造時間長，比較不甜，酒味重；甜酒釀用白甜酒麴釀成，釀造時間短，比較甜，酒味淡。在釀造過程中，將糯米的滋補養分精華，完整的轉換為人體易吸收的小分子營養成份，一般吃糯米會脹氣，但發酵後就沒有這個問題，豐富的益生菌還能清腸助排便。

自製甜酒釀方法

材料：

圓白糯米150公克、
甜酒麴菌1公克、
水100c.c.、
飲用水50c.c.。

酒釀丸子



做法：

1. 取玻璃罐，加入圓白糯米、水（分量外），洗淨糯米，倒掉水，瀝乾。
2. 加入水100c.c.，放入電鍋，外鍋倒入1米杯水，煮熟成糯米飯。注意玻璃瓶的尺寸不可以被糯米飯裝滿，要留一些空間，因為糖化的過程需要空氣。
3. 糯米飯放涼，降溫至35° C備用。
4. 甜酒麴菌、飲用水50c.c.混合好，再加入糯米飯拌勻。
5. 將糯米飯整理平整，容器擦拭乾淨。
6. 糯米飯中間挖個洞，確認出酒的狀況（酒渦），瓶口擦拭乾淨並鎖緊蓋子。

靜置約2天，米飯脫離瓶壁，風味較為香甜，放至7天，酒香味就較濃郁。可依自己喜歡的風味決定收成時間，過程中盡少開蓋。

這些重點要注意

- 製作甜酒釀的器具要消毒烘乾！
- 甜酒釀可以一半圓白糯米、一半紫米或黑米，口味也不錯！五穀雜糧都可以，只是風味和甜度的差異。圓白糯米口味最甜美，因為圓白糯米的支鍊性澱粉最高。

- 步驟6，如室溫在25° C以下，可用電鍋保溫，外鍋倒入2米杯水，將鍋蓋反置於電鍋上，將糯米連同鐵架置於電鍋蓋上，不時調整鐵架的高度，控溫在30° C，24小時後酒窩出水即可，若酒窩未出水，就繼續放至出水再收成。

- 甜酒釀上面如有白色短毛，沒關係，可捲起丟掉，但如是綠色的，那就是霉菌，紅黃色或是橘色則是黃麴毒，都得丟棄，不可食用！黑毛也是污染了，也不能吃！

補氣養血抗衰老

簡單自製甜酒釀

改善更年期不適

發育期仲可豐胸？



Calgary Laser Health & Beauty Centre

卡城激光健康美容中心

地址：Unit 112B, 108 3 Ave SW Calgary (唐人街五豐大廈內) 電話：403.667.9628 (英、粵語)

接受比特幣

website: www.calgarylaserhealth.com



認證註冊按摩治療師經驗豐富，持有3000小時
註冊按摩認證CRMTA (認證註冊按摩治療師協

1. 深層組織按摩。
2. 放鬆 (瑞典式) 情侶按摩。
3. 治療性按摩
4. 損傷復健、保健、減壓
5. 孕期按摩
6. 小兒按摩
7. 熱石按摩
8. 拔罐、刮痧、艾灸



NMN是什麼?

NMN (B-nicotinamide monucleotide) 是人體內固有的物質，也富含在一些水果和蔬菜中。NMN在人體中是NAD+的前體，其功能是通过NAD+體現。

\$150
/瓶 (60粒)
500mg

NAD+是人體內一種關鍵性的輔酶，存在於活細胞中，為我們細胞中的線粒體提供燃料，主導人體內四分之一、參與一半以上代謝活動，來完成人體的各項功能，是生命中所必需的物質。但人體內的NAD+水平隨著年齡增長而逐漸減少，影響細胞維持健康所需的能量，令我們身體細胞不能有效修補損壞了的DNA，導致各種身體機能出現退化和衰老症狀。

HIFU超聲刀美容儀 帶妳回到過去

面部抗衰除皺：

深層皺紋、皺褶、額頭紋、鼻唇溝提升、唇部皺紋、眉頭皺紋、緊致頸部皮膚、消除雙下巴、瘦臉型；

眼部除皺：

眼周紋、眼角魚尾紋、眼袋、收緊眼周鬆弛皮膚；

全身抗衰：

背部收緊修型、胸型調整、腰腹塑形、臀部塑形、腿部塑形、去除蝴蝶

3D
環迴塑輪廓
thermage

微創陰道緊縮

其他美容療程

- Co2二氧化碳療程
- IPL 激光去斑祛印療程
- 冷凍溶脂減肥療程
- 激光去灰甲療程
- 冷凍激光永久脫毛
- 雷射祛墨
- 專業紋繡眉、眼線

郭懿媛中醫師

註冊針灸師

Dr. Sandra Sourang

歡迎來電查詢或預約

多年豐富臨床經驗，成功醫治：

不孕、經前期綜合症，更年期綜合症，皮膚病，陽痿，面神經麻痺，偏頭痛，關節炎，交通損傷，坐骨神經痛，哮喘，過敏，失眠，減肥，戒煙，抑鬱症，各種疑難雜症。

面部撥筋、打通經脈、助血液循環。

交通意外醫療保險 (Direct billing) 可直接開單，由保險公司直接付賬

要煮出一碗好吃的白飯，須由正確「洗米」開始。洗米要用什麼水？要洗多少次？用什麼水煮飯等——都是學問。香港精米所總經理岡田直人先生建議的「煮日本米7部曲」，對每一粒米飯都有要求，尤其是價格較貴的日本精米，令它更物有所值。

內鍋 隔篩洗米都係錯！

正確洗米 3步驟 錯1步 存異味 雜質

洗多少次便夠？



1.



2.



3.

有否想過米為什麼要洗？除了洗走沙塵，還有其他理由嗎？如何洗才算清潔衛生，而又不失風味口感？

洗米貼士 | 動作要輕要快忌搓揉

洗米除了可以去掉附在米粒上的灰塵和雜質外，還可洗走異味。白米是由糙米被磨去米糠而成，當外層的脂肪和蛋白質暴露於空氣中，容易會變質酸化，產生異味，洗米可減低這些異味，但時間不宜過長。台灣農委會在Facebook上發文，也提到在洗米的過程中，水分會逐漸滲入米粒，乾燥的米粒吸水力特強，時間過長便會導致異味一同滲入，無機質和維他命B1等營養成分容易跟著流失。因此，一些專家會建議洗米的第一泡水不用自來水，而是用乾淨純淨的飲用水。

此外，米粒的澱粉質也會被溶出，煮好的米飯會變得黏稠，影響口感。因此建議洗米時動作要輕、速度要快、切勿搓揉，只需用手迅速地輕輕撥動米粒，之後倒掉洗米水，再加水重複以上步驟2至3次，每次10多秒便足夠。

洗米貼士 | 不宜直接鍋內沖洗 用濾網都係錯！

洗米一般人會在電飯煲的內鍋直接洗米，但這樣米粒，尤其糙米有機會會把鍋子的塗層刮花。亦有些人會用濾網或笏箕洗米，其實也不適宜，因為金屬線條粗糙，亦有可能會刮傷米粒表面，因此最好是用光滑的盆子洗米。

洗米正確步驟

- 1 把米放在光滑的盆子，加入適量食用水，蓋過米多一點便可。
- 2 輕力且迅速地撥洗米粒，約10多秒，之後倒掉洗米水。
- 3 第2次可注入自來水，重複以上步驟2至3次，完成。

注意洗米毋須洗至米水清澈才罷休，濁色的米水，是來自米粒釋出的澱粉，也是米飯甜味的來源，過分沖洗，反而降低美味的口感及飯香。

洗米之後，還未開始煮飯，而是先要浸米，不過現在大部分飯煲都有浸米功能，按個掣便可按不同米的浸泡時間處理，然後直接煲煮，非常方便。





猝死的個案無處不在，不論健康生活習慣的人，還是常常做運動的人，都會有出現猝死的風險。台灣重症醫療醫師黃軒早前就在其社交平台發帖，他分享了6個人人都會輕易忽略的猝死因素。爲了自己、家人、伴侶的著想，立刻改掉這6個生活習慣，可大大減低猝死的風險。

台灣重症醫療醫師黃軒在其Facebook專頁「黃軒醫師粉絲專頁」發帖分享健康的人突然猝死的6大原因，他指「好好健康的人，爲甚麼會如此呢？尤其是沒有心血疾病史，乖乖按時服藥。也沒有抽煙，沒有熬夜，沒有喝酒，猝死前沒有甚麼不舒服啊？」爲了解答網民的疑惑，他綜合了6大導致突然猝死的因素。

1. 一覺睡醒馬上起床

黃軒醫師表示「秋冬季節起床，可以慢慢賴床起床，而不是一腳踢開溫暖被窩。沒有人和你比賽下床速度，你要知道被窩裏的溫暖是救命的啊！」身體保持了一整晚的溫暖，忽然接觸到冷空氣，皮膚受冷的反應就是立即收縮體內的血管，故而有人一下床就猝死。黃軒醫師建議在秋冬季節應要慢慢起床，並先穿上保暖外套。確保四肢和身體暖化，在棉被未去除之前，確保溫差不會太大，避免發生猝死。

2. 用冰水洗臉刷牙

有些人習慣用冷水梳洗，爲求清醒剛睡醒的自己。但冬天時份依然這樣做隨時害了自己！黃軒醫師建議洗臉刷牙時要溫水才可以洗臉刷牙，只是打開熱水和冷水交和一下，再來慢慢洗臉刷牙，就可以避免臉部和血管被冷水急凍收縮而猝死。還有伸懶腰的動作就不要在浴室裡面做，「忘了浴室是最容易猝死的地方之一。浴室濕氣重又陰冷，最容易發生猝死。」

3. 洗澡前後脫衣服太久

冬天人人都喜歡用熱水洗澡暖身，但千萬不要以爲這樣就足夠禦寒！因爲洗澡前後要脫衣服，就是離開了水源的時候光著身體。而洗澡後的水珠依然在皮膚上，接觸到凍空氣就會全身瞬間顫抖不已。黃軒醫師就建議記得將毛巾放在較近自己的地方，並馬上擦掉水珠穿上衣服。緊記不要在寒冷天氣下赤身太長時間。

4. 忽略耳朵和頸部的保暖

黃軒醫師指「看過很多猝死病人，幾乎猝死前都是完全沒有保護耳朵和頸部的。」外出抵禦冷風身體四肢都保暖到並未足夠，大多數人都會忽略了對耳朵和頸部的保護。耳朵薄薄的，沒有身體內厚厚的脂肪增暖，而頸部集中了腦袋和許多細小的交感神經和血管。所以，只要謹記穿上一條頸巾和耳罩就可以保命，天氣寒冷時身體的每個部位都要做好保暖措施。

5. 衣服穿錯次序

黃軒醫師憶述「有次急救一個心臟猝死病人，醫護人員剪開衣服急救，才發現可能誘發他猝死的原因之一，他只穿著2層T恤加外套，裡面竟然沒有毛衣呢！」這種穿著在寒冷時不能保存自己的身體溫度，更是一直失溫，就很容易心血管馬上緊縮猝死。黃軒醫師建議正確的冬季穿著應是「三文治」穿著，最裡面是棉衣吸汗，中間是毛衣維持身體溫度，外面才是防風防水的外套。這樣才能夠一直保持身體所需的溫暖。

6. 運動猝死

適量的運動對身體有益，但最常見的猝死原因都是運動引致，例如沒有做熱身就突然運動、劇烈運動後急停下、高山處於缺氧環境或做不熟悉的運動。人體在沒有運動的狀態下，血液回流至心房，只靠靜脈收縮就足夠。但是我們在劇烈運動時，心臟每分鐘要輸出比沒有運動時高出6至17倍。肌肉血流量也要增加超過25倍。加上遇到外面冰冷的環境，血管卻相反地一直持續收縮，甚至梗塞了心?血管。這時心臟血液回流必定不足，就很大可能出現猝死。因此，寒冷天氣下做運動要更加小心。

天氣開始寒冷，氣溫亦急劇下降。除了保暖身體以防傷風感冒，都要由生活習慣入手，減低猝死的風險。如果家裡人都有同樣的習慣，就多加提醒。千萬不要忽略生活習慣的保暖措施。

近年來，中國創新發展水平顯著提高，在全球的創新指數排名從2012年的第34位上升至2023年的第12位，成功進入創新型國家行列。中國的5G、人工智能等數字技術突飛猛進，智能化應用日益豐富，真正實現讓科技惠及民生。

5G網絡全球領先 通達鄉鎮便利大眾

2019年，5G在中國正式啓動商用。五年後，截至2024年6月底，全國累計建成391.7萬個5G基站，完成全國所有地級市、縣城城區的5G網絡覆蓋。

如今，中國已建成全球規模最大、技術領先的5G網絡。那麼5G是如何走進大眾的工作和生活，讓消費者感受到實在的好處？對於5G用戶來說，最直觀的感受，當然是網速更快、觀看影片更順暢、玩遊戲更流暢。在這背後，正是數量龐大的5G基站為流暢上網提供強大支持。

5G網絡通達中國的鄉鎮，也讓偏遠山區的民眾不再與世隔絕，為他們帶來更便捷的生活。距離香港2,500公里遠的西藏自治區，如今已實現所有鄉鎮5G網絡全覆蓋。桃花綻放的春天是西藏林芝地區最美的時節，當地通過5G網絡推出桃花勝景慢直播，讓各地觀眾足不出戶就能欣賞美景。此外，西藏各縣市的農特產也能通過5G網絡現場直播帶貨，實現富農興農，如米林縣的蘋果和葡萄、察隅縣的獼猴桃、墨脫縣的石鍋和茶葉等。

5G的「超可靠、低時延」的特點，亦應用於智能家居、遙距醫療和遙距教育等方面。對於普羅大眾來說，遙距醫療可以縮減醫生和病患之間的距離，遙距教育則能將教育資源分享到邊遠地區。

從5G、AI到大數據

中國創新科技融入大眾生活

人工智能助力 無人駕駛成真

在交通領域，5G技術的全速發展，也為自動駕駛奠定了道路網絡必備的條件。而在人工智能助力下，無人駕駛近年已從科幻電影走進市民的生活場景。乘坐無人駕駛的士上下班、享用無人零售車送來的外賣餐食、接收無人配送車送達的網購包裹，這些場景如今在北京亦莊街頭隨處可見。

據統計，目前中國內地已有20個城市展開大規模無人駕駛的士服務測試。由百度公司推出的無人駕駛出行服務平台「蘿蔔快跑」，現時已在深圳、上海、北京等10個城市進行試驗。

中國的網購發達，快遞包裹數量越來越多，物流速度卻越來越快，如何做到？這背後也離不開人工智能科技的應用。近年無人物流貨倉在中國也越來越盛行，商品和貨物的出倉入倉、運輸、包裝、分類，都可以由智能系統和機械設備一手包辦，甚至可比傳統貨倉的效率提升10倍。

從北京冬奧到成都世大運，再到杭州亞運，中國近年接連舉辦多項國際體育盛事，吸引外籍運動員和遊客訪華，為何大家語言不通都能交流自如？這全靠智能語音的幫忙。無論是比賽場館、選手村，乃至高鐵列車上都配備了智能翻譯機，能實時翻譯80多種語言。

智能語音的普及和完善，除了拉近溝通的距離，更令大眾享受到科技帶來的便利。例如，新一代智能會議工具，除了能將語音轉換成文字，還能自動提煉核心內容；而聲紋識別技術，可通過識別聲音特徵辨別真實用戶和仿冒者身份，防範金融詐騙。



中國目前已經建成世界上最大的5G基站網絡。



百度旗下蘿蔔快跑自動駕駛車通過測試道路。



中國近年推行「東數西算」工程，例如騰訊在貴州、長三角、京津冀和成渝都有部署數據中心。圖為騰訊貴安七星數據中心。



杭州「城市大腦」全球首創的AI機器巡邏系統，能自動識別擁堵、機動車事故、非機動車違規行駛、行人亂穿馬路等交通事件，不到20秒即可自動報警。



北京地鐵大興機場站進站口，乘客通過刷掌紋方式通過地鐵檢票開機。

大數據推動數字化轉型

除了5G和AI技術，大數據技術的普及和應用，推動中國各行各業的數字化轉型，也為社會各界帶來便利和智能化的生活體驗。

擁有1,000萬人口的杭州市，利用大數據改善交通，交通堵塞問題由全國第2下降到第31位。

具體來看，就是將人、車、道路數據多端統一接入系統，加以人工智能分析技術，把龐大的數據轉化為科學合理的業務模型，形成城市交通實時大視圖。

通過大數據技術，預測未來交通情況，可為改善交通狀況提供優化方案和緩解交通擁堵。

大數據技術在醫療方面也有幫助，例如應用於病例分析、疾病預測和個性化治療方案制定，提高醫療效率和診療水平。



移動支付融入生活 印證數字經濟蓬勃

說到中國的智慧生活體驗，必定要提的是移動支付。中國移動支付普及率世界第一，已深度融入日常生活，從搭乘地鐵巴士、召喚網約車、叫外賣到網上購物，「一部手機走天下」。

而繼掃碼、刷臉和指紋支付後，內地還出現了刷掌支付，將手掌放在專用設備上掃描掌紋，一兩秒便完成交易。

現時微信的「刷掌支付」可在廣州和深圳過千間指定便利店使用，也可在北京的大興機場線買車票，入閘和出閘時伸出手掌，車費就會從已綁定的應用程式中扣除。

移動支付快速發展背後，離不開5G、AI、大數據、生物識別、區塊鏈等新興技術的支持。而移動支付的不斷革新，印證國家科技創新水平的提升和數字經濟蓬勃發展。



花麗雅

電話：(403) 265-3388 手提：(403) 660-3017 Diana 馬

新址：#14, 132 - 3rd Ave. S.E. Calgary (東方商場內)即舊舖隔鄰

歡迎預訂



專營

結婚花球
剪綵花球

• 靈柩花被
• 花牌花籃

• 長壽花圈
• 開張花籃

各類鮮花，絲花及盆栽供應



McInnis & Holloway

Funeral Homes

金鐘殯儀館

位市內西北,西南,東北,東南,及中央街,共八個地點,提供完善殯儀服務,適合不同宗教舉行喪禮。

10 Year Recipient of the Consumer Choice Award for Business Excellence.



何小姐 (Stephanie Ho)

電話：403-243-8200

www.MHFH.com



- Chapel of the Bells 2720 Centre Street North
- Park Memorial 5008 Elbow Drive S.W.
- Fish Creek 14441 Bannister Road S.E.
- Eastside Memorial 5388 Memorial Drive N.E.
- Crowfoot 82 Crowfoot Circle N.W.
- Deerfoot South 12281 40 Street S.E.
- Heritage 1708 16 Avenue N.W.
- Calgary Crematorium 3219 - 4th Street N.W.



SERENITY MEMORIALS CANADA LTD.

百福石碑

- 服務最好
- 款式最多
- 價錢最相宜



• 歡迎閣下隨時來廠參觀, (週六,日,晚間我們也可親臨府上講解 及公眾假期均可)

• 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



未雨綢繆，
讓至愛無後顧之憂。



天有不測之風雲……您是否預備好，應對突如其來的變故呢？

未雨綢繆，預先計劃不僅可以讓您提前安排好身後各項細節，還能讓家人在哀傷的時候減輕負擔。Arbor Memorial擁有超過90家殯儀館及多達40個優美墓園遍佈整個加拿大，為無數華人家庭服務；

現更成為加拿大最具規模，備受信賴的殯儀公司之一。

歡迎您親臨面談或致電我們的資深專員，查詢有關我們優美的中式花園和根據您的宗教、傳統量身定製的專屬計劃。

誠聘預置服務總監

如果你是一個有自發性、有清晰的銷售思維，而且具有出色的溝通和推廣介紹技巧，能提供有建設性的建議和指導；並對華人傳統禮儀和習俗有深入的認識；我們誠邀你加入我們。申請者需擁有有效車牌及自備車輛，能講流利廣東話或國語，以及英語，有銷售經驗更佳。

請將履歷電郵至

伊甸殯儀館和墓園：MFricker@arbormemorial.com

山景殯儀館和墓園：jblake@arbormemorial.com



請掃描二維碼，致電我們或瀏覽ArborChineseCalgary.ca了解詳情。



Arbor
Memorial

伊甸殯儀館和墓園
Eden Brook Funeral Home & Cemetery
24223 Township Rd. 242, Calgary, AB T3Z 3K2
伍林淑君
Joana Ng 587-318-1802

山景殯儀館和墓園
Mountain View Funeral Home & Cemetery
1515-100th Street SE, Calgary, AB T1X 0L4

劉文莉
Chilee Lau 587-318-4086 伍林淑君
Joana Ng 587-318-1802



敲詐海底撈6次！

敗露後獲刑7個月

北京女調料碗放死蟲索償

北京一名36歲女子，涉嫌先後6次光顧海底撈時，將自備的死蟲混入調料碗中，以投訴到食藥監部門相威脅並進行敲詐。事件敗露後，涉事女子表示自己因投資失敗「欠了一屁股債」，才出此下策。近日，當地法院以敲詐勒索罪判處其有期徒刑7個月、併處罰金1.5萬元（人民幣，下同）。

據《北京日報》報道，今年5月，海底撈總公司盤點賬務時發現，多間分店被人投訴用餐時發現蟲子，而多筆賠償都給了同一個女子李某，覺得其中有蹊蹺遂向警方報案。

當地警方通過調查閉路電視、詢問店員後發現，李某在2022年10月至2023年10月間，曾在北京西城、豐台、通州、大興、順義以及河北燕郊的6間分店內，故意向自己的調料碗中放入死蟲，隨後以向食藥監部門投訴為由，要求店方進行賠償。當中有3次順利得手，首次敲詐李某獲賠3000元現金和面值2000元儲值卡。接下來兩次分別獲得餐費免單以及十倍賠償1550元和1640元。惟之後三次敗露，店內的閉路電視拍下了李某故意向碗中放蟲子的動作，拒絕對其作出任何賠償。

5月14日，當地警方將李某查獲，並在其暫住地找到了一盒死蟲。李某對自己敲詐勒索的行為供認不諱。在法庭上，李某供述稱，之前做投資失敗，不僅賠上自己和父母的存款，還「欠了一屁股債」。因為還錢壓力大便鬼迷心竅，收集了住處的死蟲，帶到海底撈實施敲詐。之所以選擇海底撈作案，是因為李某認為海底撈服務好，應該會賠償她。事實上，在6次敲詐海底撈之前，李某曾因同樣的手段敲詐勒索其他餐飲被行政拘留過，但她並未吸取教訓，改邪歸正。事發後，李某家人代她向海底撈進行賠償，最終法院以敲詐勒索罪判處李某有期徒刑7個月，併處罰金1.5萬元。

Every Detail Remembered | Dignity

科士打殯儀館

FOSTER'S GARDEN CHAPEL FUNERAL HOME AND CREMATORIUM

3220 - 4 Street NW 位於皇后墓園正門入口對面



- 提供土葬和火化服務
- 精通中國殯儀傳統習俗
- 協助安排遺體往返中國和卡城
- 你的一生完美追思
- Dignity Memorial 是北美最大的殯儀服務集團
- 致力為每個家庭提供最優質的服務

24小時服務電話：403-297-0888

做正確的規劃-為你和你家人解除後顧之憂 Service Corporation International(加拿大)ULC公司一員。



SERENITY
MEMORIALS CANADA LTD.

百福石碑

墓地諮訊：市政府皇后墓園的墓地已經售罄，另一個良好選擇：

落基山政府

和平公園墓地

卡城東面，離市邊緣只三分鐘車程



Rocky View County Garden of Peace Cemetery

243208 Garden Road NE,
Calgary. 403-285-0660

• 服務最好 • 信譽最好 • 款式最多

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

(因經常外出工作，到訪前最好先來電話)





自由黨議員聯合施壓 總理杜魯多再面臨下台危機

總理杜魯多（Justin Trudeau）領導的加拿大自由黨內，部分議員正在聯合施壓，要求他辭職下台。據稱，該黨內已有至少20名議員簽署請願，還需10人簽署才能啟動審查程序，並投票罷免杜魯多的黨魁身份。

加拿大媒體星期五（10月11日）引述知情人士稱，多名議員本周在首都渥太華出席會議時，被要求簽署聲明，承諾推動更換黨內領導層；目前已有至少20名議員簽署這份聲明。

此舉發生在自由黨於蒙特利爾和多倫多的補選失利後，議員們重返議會之際。與此同時，杜魯多正與幕僚長一同赴亞洲出席峰會。

據知情人士稱，黨內已公開醞釀要求杜魯多辭職的計劃，目前有至少30名至40名議員準備簽署相關聲明。

根據加拿大《改革法案》（Reform Act, 2014）的規定，若黨團中至少20%的議員簽署請願，即可觸發領導層審查。在此程序中，黨團成員將通過秘密投票決定是否保留現任黨魁。如果多數議員投票反對，黨魁將被罷免。在自由黨於加拿大下議院的153個席位中，至少需要約30名議員的簽名，才能啟動這一審查程序。

據報道，加拿大國際貿易部長伍鳳儀（Mary Ng）對黨內的逼宮行動表示失望，並強調她對杜魯多保持完全信任。伍鳳儀目前正隨杜魯多從老撾返回加拿大。總理辦公室尚未就此事進行回應。

今年9月，自由黨與支持杜魯多政府的關鍵盟友終止合作協議，這使杜魯多政府的執政基礎受到動搖。在合作破裂後，反對黨加拿大保守黨提出提前舉行全國大選的動議，試圖推翻杜魯多政府。然而，杜魯多成功擊敗這一動議，暫時避免提前大選，保住政權。



加拿大驅逐六名印度外交官，指控其涉參與謀殺；印度堅決否認

加拿大與印度政府因一名錫克教領袖尼賈爾（Hardeep Singh Nijjar）被殺害案件再次展開外交交鋒。

星期一（10月14日）早上，加拿大皇家騎警就去年6月錫克分離主義領袖尼賈爾在西部素里市（Surrey）被殺身亡案件調查舉行記者會，直接指控包括印度駐加拿大外交官參與案件。

加拿大皇家騎警代理專員Mike Duheme在今天的記者會上表示，過去幾年，警方一直在調查加拿大土地上一些嚴重犯罪活動與印度特工的關聯，因涉及國家安全，決定公開案情。

周一稍早時候，印度宣布不相信現任加拿大政府會致力於確保他們（印度外交官）的安全，因此撤回駐加拿大大使等遭到針對的外交官。

但加拿大政府表示，驅逐了六名印度外交官。去年9月，加拿大總理特魯多公開表示，印度政府涉嫌策劃了對尼賈爾的暗殺。還稱，加拿大安全情報部門一直在對此案進行調查，並掌握了充分的證據。這一說法立即引發了印度強烈否認，並令兩國關係迅速陷入低谷。

而在今年5月，加拿大皇家騎警逮捕了三名涉嫌殺害尼賈爾的兇手，指



親身經歷以巴衝突1周年

巴人醫生：加沙兒童是最大受害者

新一輪巴以衝突滿一周年，過去一年來的每一天，加沙地帶的民衆都生活在物資極度匱乏、強忍至親離別之痛以及與死亡擦肩而過之中。他們所忍受的苦難不斷提醒著世人，巴勒斯坦人沒有放棄希望，沒有放棄對獨立建國的渴望。

加沙民衆在戰爭與封鎖中經歷了怎樣的苦難？他們有哪些想法與願望？觀察者網聯繫到自戰爭爆發時開始逃難、攜家人輾轉來到埃及的一位加沙醫生，也是一位曾來過中國學習的留學生阿爾卡斯（Osama Abu Elkass），聽他講述在這場悲劇中的經歷與心願。

觀察者網：能否向我們的讀者分享過去一年來您在加沙的經歷？

阿爾卡斯：我是一名從事針灸治療的醫生，我1993年從中國的廣西醫科大學畢業，這是30多年前的事了。我曾在加沙為政府與私人的診所工作。我有一個幸福的家庭，一家人住在加沙北部的傑巴利耶市（Jabalia，又譯賈巴利亞）。2023年10月7日之前，我和我的家人、鄰居都正常、平靜地生活。我有一輛私家車，一輛新車，還在家中的地下室裏開設自己的診所。

自從戰爭爆發的第一天起，我居住的地區就遭到了嚴重轟炸。算上我和妻子、5個子女以及2個孫子女，一共9個人被迫離家出走。我們先是在附近作為避難所的一處學校待了3天，然後趕到了南部的汗尤尼斯市（Khan Younis），借住在朋友家中，以及一處聯合國的學校裏。

當以色列的地面入侵開始後，我們頂著頭上的彈片，在殘垣斷壁中朝著邊境城市拉法（Rafah）前進。那裏小學、大學都關閉了，因為那裏是以色列軍隊轟炸的目標。加沙的兒童時時刻刻面對死亡的威脅，他們無法上學或完成學業，只能生活在帳篷中，無家可歸。他們現在每天能做的就是去打水、收集木柴，在食物分發中心排隊，這種惡劣的生存環境給他們在身體和精神上都帶來了巨大創傷，需要許多年才能消除。

觀察者網：據您了解，目前加沙地帶的饑荒有多嚴重？

阿爾卡斯：從2023年10月7日到現在，加沙地帶所有的城市都失去了供電與供水，通訊網絡也被破壞。加沙民衆生活在極端條件之下，生活水平倒退回100年前。以色列軍隊封鎖加沙地帶的各個跨境口岸，令當地民衆遭遇嚴重的饑荒，找不到安全的、可供飲用的水源，而人們需要冒著巨大危險去獲取食物和水。200萬無辜的巴勒斯坦人生活在恐懼中，他們沒有安全的避難場所，而遭受這一切僅僅是因為他們的身份。

在巴勒斯坦，沒有哪個家庭能夠避免失去家園或是親人的死傷。我有一個朋友叫哈馬德，他在轟炸期間開車帶上全家人試圖逃亡，去找到一處更安全的住所。但一群以軍坦克封鎖了整條主幹道，並向他的汽車開炮，把車裏面的4、5個人全都殺死了。由於以軍的圍城，他們的屍體被留在那裏好幾個星期，沒有人敢冒著危險去收屍。最後找到的時候屍體已經腐爛了，全家人就被葬在一起。

觀察者網：在這宗案例中，以色列軍隊明確地在無差別攻擊平民？

阿爾卡斯：正是這樣。哈馬德和家人工作的地方距離我家只有幾公里遠。這些人都是無辜的平民，但類似的故事還有很多。直到今天，每天都有大約50到100名巴勒斯坦平民被殺死，他們都是父親、母親、孩子。儘管如此，巴勒斯坦人還是堅定地主張對這片土地的主權，這是我們的正當權益，我們不能對民族解放與回歸故土失去希望。我們也沒有別的選擇。

觀察者網：您剛剛提到加沙的通訊網絡遭到破壞，您與加沙內部有過聯繫嗎？

阿爾卡斯：偶爾能夠聯繫上，我是家族裏的長子，雖然我和家人來到埃及，但其他的家族成員都留在加沙北部，包括我的母親、其他的弟弟和他們的家人。他們沒有辦法離開，因為以色列軍隊封鎖了加沙北部與南部之間的通道。在偶爾的通話中，他們都說十分缺少生活物資，但我在這邊無能為力。只有停止這場戰爭才能夠開始提供幫助，所以現在最重要的是實現停火。

沒有可住的地方，有好幾天都是露天過夜，之後才搭起了一處帳篷。我們一共在拉法待了5個月，那裏的生活條件非常惡劣，到了無法形容的地步。我們缺少食物和水，尤其是禦寒的衣物。事實上，不僅僅是我的家人，而是200萬巴勒斯坦人都生活在食物、水、各種物資嚴重缺乏的狀態下。

當以軍威脅要進攻拉法時，我們不得不支付一大筆錢，才獲得離開拉法的機會。如果不這麼做，我的孩子們不可能活下來。我們最終來到了埃及。

觀察者網：您提到了這場艱辛的逃難之路上還帶?孫兒孫女，作為父母，在您眼中戰爭給加沙的兒童帶來了多大的創傷？

阿爾卡斯：加沙的孩子們是這場戰爭中最悲慘的受害者，已經有超過1.6萬兒童在戰爭中死亡。由於以色列人開展的種族滅絕，直到現在，每10分鐘就有一名加沙的兒童失去肢體。我們無法統計有多少人永遠失去了父母，因為戰爭仍在進行中。

說實話，我認為國際社會在呼籲停火止戰這方面還應該加大努力。許多西方國家的公共輿論給他們的政府施加了壓力，但對那些政府的行為並沒有產生太大影響。因為美國施加的壓力，全世界是沉默的。

已故的巴勒斯坦領導人阿拉法特（Yasser Arafat）1993年在奧斯陸與以色列佔領者簽訂了《奧斯陸協議》。為甚麼？因為我們熱愛和平，希望在相互理解的基礎上與以色列人和全世界和平相處。但事實是，以色列人拒絕接受，他們不想要和平、不尊重聯合國決議，反而佔領了更多的土地，對巴勒斯坦人開展種族滅絕。

觀察者網：能否談談您個人對未來的期待，以及對全世界熱愛和平的人們有甚麼期待？

阿爾卡斯：我希望能夠與家人一起過上和平、安寧的生活，正如世界上其他地方的人們那樣。我希望這場戰爭能夠結束，並且當戰爭結束時，一個自由、獨立的，遵照聯合國相關決議，按照1967年邊界的巴勒斯坦國能夠建立起來。我也希望能夠在友好的國家、朋友們的幫助下重建家園，重建我的診所。

作為巴勒斯坦人，我們也想感謝友好的中國為我們提供的所有支持與援助。中國是對巴勒斯坦人提供援助最大的國家之一。個人來說，我30年前就在中國學習過，我把中國視作自己的第二故鄉，中國人民非常友好，我至今還與不少中國朋友保持聯繫。

我們也希望中國能夠繼續在國際上幫助這場戰爭的受害者發聲，支持加沙地帶的人民，幫助這裏的孩子恢復正常的生活，讓他們能夠在安全的環境下學習成長。



9月20日，iPhone 16系列正式線下開售，然而iPhone 16和iPhone 16 Plus兩款機型迅速破發，尤其是iPhone 16 Plus更為嚴重，甚至當天出現了黃牛減價拋貨的情況。

作為在iPhone 15系列中取代mini的版本，iPhone Plus並未受到用戶歡迎，甚至有「懂iPhone的不買Plus」的說法。今天，我們就從iPhone 16 Plus的優缺點入手，探討它是否會步mini的後塵。

1、iPhone 16 Plus的優勢

iPhone 16 Plus相比iPhone 16，主要將屏幕尺寸從6.1英寸提升至6.7英寸，電池容量提升約20%。沒錯，升級就這麼多。它的屏幕大小與iPhone 16 Pro Max相同，但沒有Pro Max的ProMotion自適應刷新率技術和AOD顯示，純粹比標準版大一圈。

這款機型的優勢在於，絕大多數消費者對更大的屏幕情有獨鍾。小屏旗艦不僅對內部元件堆疊工藝要求高，而且銷量不佳，因此國內Android手機廠商基本也不再發布小於6英寸屏幕的新機。

比iPhone 16更大、更耐用，這便是iPhone 16 Plus的優勢所在。然而，庫克讓Plus取代mini時，可能認為這些優勢足以吸引用戶，但銷量數據僅佔系列的11%，狠狠地打了臉。

2、iPhone 16 Plus的缺點

接下來談談iPhone 16 Plus的缺點。首先，其定位比較模糊。iPhone 16系列的其他三個版本用戶畫像明確：標準版對應想嚐鮮且預算不太充足的果粉，Pro版本對應追求最新升級點和一定性能的果粉，Pro Max則是目前市面上最能代表「一步到位機」的旗艦之一。反觀Plus，它沒有固定的用戶群體，比標準版大一點卻貴了1000塊，性價比難以吸引新用戶，對新老用戶都不討喜。

從產品力來看，iPhone 16 Plus雖然有一些升級，如採用了「靈動島」，但受限於60Hz刷新率的屏幕，靈動島的體驗不佳，動效顯得拖沓；而iPhone 16 Pro不僅擁有120Hz刷新率 and ProMotion技術，省電且流暢，用過Pro版後就很難再看上標準版。

影像方面，iPhone 16 Plus採用了4800萬像素的主攝，主攝擁有「光學品質」的2倍焦段變焦能力，實際上就是iPhone Pro系列通過主攝裁切實現2X變焦的效果，但Pro版的影像配置更豪華，Pro Max甚至擁有5X光學變焦。不難想象，相差1000塊就能入手全面配置升級的iPhone 16 Pro，iPhone 16 Plus的受眾自然更少。

3、總結

今年，舊款的iPhone 15 Plus多次降價，網上總會傳出「原來Plus這麼香！」的聲音。其實，iPhone的Plus並非自身太差，主要問題還是定位模糊。如果價格能低一些，肯定會有更多果粉選擇入手。如果你喜歡大屏，也可以選擇之前發布的iPhone 15 Pro Max，價格也不會高太多。



銷售困境？大屏手機還具備吸引力？

iPhone 16 Plus優缺點一文盡覽

正方正方藥業 GMP藥廠製造 信心保證

增強抗疾能力、抗疲勞

簡單 快速 方法一日一支或兩支, 空肚或飯後都可

NPN 02239391



NPN 02239391



NPN 02239394



NPN 02239411



NPN 02239412



NPN 80015463



NPN 80015471



NPN 02239411

各大中西藥房有售 • 用戶熱線: (416) 532-5896

男仕 美源髮采

有型士有款



100 黑色



101 天然黑色



102 棕黑色



103 黑褐色



104 天然棕色



105 棕色

不染頭皮; 五分鐘速染; 顏色持久; 無異味染髮; 使用天然橄欖油草藥成份護髮養髮。

用戶熱線: (416) 538-2200 • www.bigen.ca • 各大超市中藥房有售

紅葉參茶與別不同

客戶熱線電話: (416) 538-2200

金裝參茶禮盒



輕便10包裝參茶



20包裝花旗參茶



彩盒加拿大參茶包



純參茶 家庭裝 (50包)



- 1/ 全穿透型茶包, 出味快。
- 2/ 原支參打粒。
- 3/ 加拿大製造: 茶袋、茶袋繩、茶包外封、外盒印製。全部加拿大生產。所以不會一泡斷繩; 不會一泡茶袋爆裂。
- 4/ 紅葉揀出洋參雜質, 去塵去末, 茶袋內不含深色泥垢及草屑。
- 5/ 所以紅葉參茶, 茶面無塵, 杯底無泥垢。紅葉參茶衛生製造, 參味濃郁干淨, 與眾不同。

其它牌子



紅葉茶包

A1電台 黃安信

正廠正貨 五羊牌

強力 跌打止痛膏

認明金罐為之正貨

功效: 化瘀, 活血, 消炎, 消腫止痛, 促進愈合, 理骨強壯; 對風濕關節炎, 扭傷勞損等骨科併發症, 肌肉關節, 神經痛, 慢性急性疼痛。

市面上唯一採用: 超薄透氣棉質膏布, 貼得穩, 長效藥力及滲透力, 藥力保持二十四小時。

市面上唯一

含強效珍貴風濕跌打中藥: 血竭, 龍骨, 沒藥, 紫花地丁, 紅花, 骨碎補, 防風, 川斷續。

鐵罐包裝, 方便保存。

加拿大健康產品編號 NPN 80107545

特強配方正式加拿大上市



自由裁剪長短自己決定。可貼穩關節, 頸項及腰膊等活動位置。



市面上唯一止痛, 理骨消炎的膏布。

小鑄囊: 浴後貼上倍添效力。

各大中西藥房有售 • 用戶熱線: (416) 532-5896

迅速冷暖工程

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

暖氣爐 熱水爐 冷氣機 加濕器 靜電除塵器 水管煤氣管 商業冷庫 商業屋頂機



杜生 (粵、國、英語)
電話：403-921-4186
www.pbfastrheating.com



興隆百葉窗簾公司

B&B Venetian Blinds & Vertical

專營德國名廠百葉簾及垂直簾，自設工廠生產，保證質優價廉。
免費上門估價及安裝，歡迎來電查詢。

電話：243-4065

手提：560-7672, 560-2208

余永超 William Yu Amy Yu



華東裝修



- 門窗維修 櫃檯定做 內外油漆
- 土庫翻新 廚房浴室 車房外牆
- 瓷磚地板 水電木工 圍欄陽台

Jacky Li 李先生

Tel: 403.975.8933

Email: jacky_lee_cn@yahoo.ca



Wes 專業通渠

24小時緊急服務

渠管淤塞?

- 廁所/尿兜
- 水槽
- 浴缸/花灑
- 地下去水
- 主渠/去水道溢流

統一低廉收費

無需付昂貴通渠費 • 住宅 • 商業



電話 403-561-8886 (英、粵) 403-870-5812 (英)



理想屋頂

持牌專家

- 屋頂翻新 (住宅、商業、工業)
- 外牆膠板
- Metal Work (包括：面板、排水渠、落水管、底板、包鋁片)
- 保養
- 冰雹檢查
- 補漏

免費估價

工程保修 WCB 政府註冊



地址：D5 624 Beaver Dam Rd. NE Calgary AB

公司電話：403-475-9288

手提電話：403-966-9299 林生

電郵：info@focusroofingab.ca

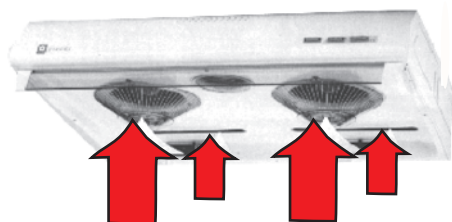
網址：focusroofingab.ca



SAKURA

廚房電器總匯

全亞省獨家總代理 櫻花牌抽油煙機
兼代理各式優質廚房電器用品
全球最新全自動感應抽油煙機
劃時代高科技機王之王



SAKURA TURBO HOOD
櫻花渦輪式抽油煙機

前抽及後吸櫻花也都得!

電話：403-560-3638

亞省總店：卡城唐人街

地址：#5, 110, 2 Ave. S.E.

Calgary, AB T2G 0B3

電話：403-273-0012 傳真：403-269-7808

卡城唐人街分店：唐人街匯景中心

地址：#20, 110, 2 Ave. S.E.

Calgary, AB T2G 0B3

電話：403-269-7880



R747

得!

前抽及後吸

得! 得!

櫻花



電邊爐煲

也都得!

抽油煙機之王
亞省總代理

EXCLUSIVE AGENT IN ALBERTA

電話：403-273-0012, 403-269-7880

傳真：403-269-7808

七天營業 上午十時至下午六時

金豪屋頂專家

Excellent Roofing & Renovations Ltd

承接大小工程, 专治疑难杂症
老字号, 品质保证, 工期保证
服务卡城17年, 超一万客户
多个材料品牌认证安装公司
10年手工保养

邮箱: quote@excellentreofing.ca

网址: www.excellentreofing.ca

地址: 219-38 Ave NE Calgary

500万工程保险

劳工保险WCB #5881664

顾客满意是我们服务的宗旨

403-608-7663 倪生 (粵/国)

冰雹損毀一條龍服務



亞省屋頂協會會員



安全认证許可



BBB-13年A+會員

TD 暖氣爐清潔維修公司

清潔+檢查+修理 壹條龍服務

403-272-6556

www.tdfurnace.com



A+級



42年老字號、工藝精湛、服務範圍廣

Bill/Irene Chan(陳) 主理

政府註冊 BBB A+級會員

全部聘用經驗豐富
持牌西人師傅

大公司服務, 小公司收費

徹底清潔 所有工程包括

- * 免費檢查、保養、修理(零件另計)
- * 拆除摩打風扇加油及檢查清潔
- * 高壓氣流清洗冷暖氣主導管
- * 暖爐重點項目檢查
- * 點火系統、燃燒系統、冷氣迴避

抗疫期間, 以下特價

- UV Light (germicidal) Installation
- System Sanitization 原價\$90, 現半價 \$45
(chemicals approved by FDA)

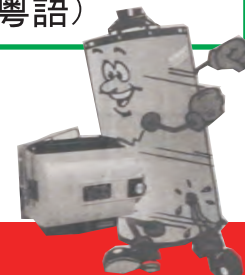
本公司出售

即可繼續營業,

有意請電:

403-830-9138 Bill

(英、粵語)



抄襲就是真誠恭維
本公司服務卡城42載, 請認明 TD

洛基裝修

LONG RENOVATION LTD

土庫裝修 舊屋翻新 地板瓷磚
內外油漆 廚廁翻新 圍欄陽台
大小工程 免費估價 價格合理 誠信服務



John (黃先生)
403-479-2598

(18)

正大水喉暖氣公司

Goodway Plumbing & Heating Ltd.

專業水喉牌和煤氣牌
Licenced Plumber & Gas Fitter

暖氣爐、熱水爐、冷氣安裝及維修
商業、住宅水喉煤氣工程、餐館、壁爐
水暖系統、加濕器、軟水機、維修

587-968-6882 Joseph黃生

Email: hsjiong@hotmail.com (粵、國、英)

活活裝修有限公司

Huo Huo Renovation Ltd.

水喉 廚房 浴室 電燈
內外油漆 圍欄陽台
室內翻新 地板瓷磚
走道擋土牆 通渠排污
圍欄 陽台
內外油漆
開窗補漏至尊

36年經驗

2百萬工程保險

請電: 403-978-7906 (國、粵語、四邑話)

卡城裝修工程公司

● 舊屋翻新 ● 大小工程
● 土庫間格 ● 圍欄陽臺
● 地板瓷磚 ● 內外油漆
● 專業噴油

免費估價



趙生: 403-608-6698

快平靚 專業油漆

專業商業住宅油漆
圍欄陽臺
廚房浴室
瓷磚膠板
門窗膠板
水電維修
土庫間隔
舊屋翻新

歡迎來電 免費估價

電話: 403-701-0981 Don 楊

景星園林建築

自動灑水系統安裝及維修

*各種陽台 *擋土牆及磚石小道
*圍欄 *鋪草種樹 *包月剪草、鏟雪
*草地打孔 *耙枯草

403-389-7298 張

(60)

先進清潔公司

A Furnace Cleaning

*價錢公道 *保證滿意

專業清潔暖氣爐，安裝加濕器，超大馬力，12個大吸塵袋。通乾衣機，通鳥巢。全新系統、先進設備，現代技術與工具為您服務

Sammi (陸太) 電 587-437-8828

Tom (陸生) 電 403-803-1366

多年經驗 信譽保證



專業有牌

榮發裝修公司

擁有有牌電工師傅

房屋翻新 土庫間隔 外內油漆
實木地板 地磚瓷磚 水喉木工
替換水潤 廚房浴室 專業屋頂

忠誠服務 免費估價 價錢公道

電話: 403-708-1388 關生

(國、粵、越、英語)

加華報

The Canadian Chinese Times

閱讀加華報電子版，請瀏覽網頁：
canadianchinesetimes.ca

牙科工場

本工場專業製作各類型固定牙、牙托及牙托修補，超過34年本地經驗，任何詢問歡迎致電：

403-612-8937

歡迎有經驗牙托師傅加盟

All dental appliances are performed by Certified Dental Technician.



聯合車身修理 United Auto Body

新地址: #11 3915 Edmonton Trail NE

本店一如既往為卡城華人提供最優質服務，高品質車身修理，以合理價格滿足顧客需求。本店增設各式，亞洲，歐美車機械維修服務。

本店由專業技師主理，精通國、粵語、台山話、英文；為顧客提供暢通無阻的交流平台。

- 保險索賠
- 車身修理，刮痕修復，噴漆
- 機械檢測，維修，保養
- 冰雹修復
- 內外清潔，拋光打蠟，貼膜，車底防銹

電: 403-291-3193; 403-452-2799 電郵: info@unitedautobody.ca

每週一詞

「知人口面不知心」大有出處？

形容別人內心與表面不相符，特別指不懷好意的人，我們會說「知人口面不知心」。簡單來講，「知人口面不知心」就是說，所見之人臉孔是善良的，卻不知道內心究竟如何。這句話原來大有出處。

這句話最早出自元·尚仲賢《單鞭奪槊》第二折：「哥也，知人知面不知心，你道無二心啊，他怎生背了劉武周，投降了俺來。」就是說，哥啊，（我們）看到他的臉卻看不到他的心，他背叛了劉武周，生出了二心才會前來投誠，所以定要小心啊。這句話容易讀、容易理解，為後世不少文學作品所引用。明代施耐庵《水滸》第四十五回《楊雄醉罵潘巧雲 石秀智殺裴如海》：「畫龍畫虎難畫骨，知人知面不知心。」清代曹雪芹《紅樓夢》第十一回：鳳姐兒故意的把腳放遲了，見他遠去了，心裏暗忖道，這才是知人知面不知心呢。那裏有這樣禽獸的人。到如今，廣東人便順口地說「知人口面不知心」了。

惠達裝修公司

- 內外油漆
- 各類地板
- 瓷磚地磚
- 圍欄陽台
- 廚房浴室
- 門窗更換
- 舊屋翻新
- 土庫裝修
- 窗簾傢俱
- 車房維修

電話: **587-215-0130** 陳生 (國、粵、英)

STRUCTURAL ENGINEER

建築工程師

住宅工商樓宇改建

587-703-2214

Calgary26@gmail.com (60)

萬通專業通渠

業務範圍:

廚房, 衛生間, 沙井, 管道結冰

- 住家, 商業物業管道。
- 電腦管道透視設備及Steamer和Hot water Jetter
- 廚房、衛生間管道更換與維修。
- 政府牌照, 7天24小時服務

電話: **587-888-9619** 普通話

HILTON 希爾頓裝修公司

- 商業住宅
- 圍牆陽台
- 水電土木
- 車房土庫
- 門窗安裝
- 各類工程
- 屋頂外牆
- 廚房浴室
- 保證滿意
- 地毯地板
- 水泥通渠
- 免費估價

專裝車房門, 遙控機, 彈簧

David 徐 403-680-7984

加華廚櫃公司

美加材料 本地製造
廠價直銷 明智選擇

電話: **403-968-8618**

廠址: 4203 12St. NE

榮達裝修

- *土庫翻新
- *內外油漆
- *圍欄陽台
- *廚房浴室
- *地板瓷磚
- *免費估價

二百萬
工程保險

電話: **403-478-5486** Steve余生 (英、國、粵)

邦民裝修公司

專業承接 二百萬工程保險

地板 瓷磚 油漆 門窗
抽氣扇 油煙機 廚櫃 水喉
圍欄 露台 磚石鋪砌 小型水泥

室內裝修 • 房屋維護 • 磚石園藝

林先生: **403-973-0938**

華寶裝修公司

二十多年裝修經驗

500萬
工程保險

專業設計 土庫裝修 舊屋翻新 門窗更換 陽台圍欄 內外油漆 草皮石仔 免費評估 專業有牌

電話: **403-629-3373** 朱生



嘉華裝修公司

承接

- 室內外工程
- 舊屋翻新
- 廚房浴室
- 圍欄露台
- 土庫裝修
- 全屋油漆
- 地磚地板地毯
- 水喉工程
- 各項大小工程

請電 **587-896-8269** 林生 (國、粵、台山話)



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

電話(587)917-0813 (英語) 手機(403)-512-8830

新潮裝修公司

二十多年裝修經驗

舊屋翻新 土庫裝修 門窗更換 廚房圍欄 更換外圍 內外油漆 實木陽台 大木地板 免費估價

電話: **403-870-2802** 余生

宋記專業裝修

緊急修理 內外油漆 瓷磚地台 圍牆陽台 廚房浴室 水喉電器 舊屋翻新 土庫裝修

手提: **403-703-6688** 宋生



內地年輕人
養黏菌寵物解壓
玩家人數超歐美日
賣家揭「驚人學習能力」真相

繼

養「紙盒狗」、「芒果核」之後, 愈來愈多內地年輕人在社交平台上分享養黏菌當寵物的經驗。有「飼主」介紹, 養黏菌的初衷可能是想轉移注意力、解壓或尋求陪伴。網上流傳不少關於黏菌的傳言, 稱其擁有驚人的學習能力, 一旦知道自己在被人飼養就會主動「自殺」等。黏菌賣家表示, 近兩年國內的黏菌玩家人數已超過歐美和日本, 但黏菌的聰明行為被誇大, 其實只是本能, 「找到食物之後會用最短路線連接食物的行為, 只是因為這樣最節省能量而已」。

LICENCED PLUMBER **張氏水喉暖氣公司** LICENCED GAS FITTER
 (專業有加拿大水喉證書為僑胞服務)

特價通渠 **特價熱水爐**

30年經驗

(403)616-9299(Tom) **(403)274-3321(Tony)**

專業安裝及修理各種水喉，渠廁，煤氣喉，暖氣爐，熱水爐，濕機，瀘水機，工精價廉

CLEAR PIPES 通渠
 CAMERA ASSISTED DRAIN CLEANING



主渠 • 廚房水槽 • 浴缸
 • 花洒 • 洗衣機管道
 • 浴室油漬淤塞 • 廁所/尿兜
 • 內鏡檢測服務 • 所有淤塞

Ricardo Abenes 7天24小時服務
 Richard.abenes@yahoo.ca **403-850-0812** 英語

George 車房門專業安裝，維修

新車庫門新馬達安裝

24/7 Service

*換舊門 *更換斷簧 *鋼索 *馬達 *皮帶
 *齒輪 *鏈條 *防水密封條 *加裝遙控器
 *手機遙控 *Gate大院電動門 *自動開門器等

政府註冊 專業技師 經驗豐富

WCB 保險
 200萬工程保險

Bright door services Ltd www.garagedoorcare.ca
 info@garagedoorcare.ca 電話(中英) **587-287-2225** Wechat: Jordon3933

恆昌冷暖氣工程

專業維修：

- 工商業、住宅冷暖氣空調
- 酒樓、餐館抽氣、鮮風系統
- 凍房、冷庫、製冰機

— 政府專業持牌技師 —

電話：**403-988-9121** 恆記

加華報 電話：403-230-8118 **卡城電話目錄** Fax: 403-230-8790 **加華報**

中國駐卡爾加里總領館	會計師	教會
總機： 403-264-3322	楊天華會計師 403-234-9094 陽光會計及稅務服務 403-397-6738	卡城華人浸信會 403-590-4349 基督教華人神召會 403-263-6059 主恩福音會 403-261-3610 華人宣道會 403-274-6923 協和教會 403-262-4388 卡城東北播道會 403-648-1938 宣道會城西堂 403-239-2990 基督教銘恩堂 403-252-7790 卡城華人以馬內利教會 403-262-3723
餐館	移民服務	宗親會
福臨門Country Hills 403-265-1616 福臨門Marlborough 825-413-0913 匯豪軒 587-351-0788 翡翠軒酒家 403-568-2832	Rockies洛磯移民服務(林順旺) 587-353-4111	台灣同鄉會 403-262-8652 溯源堂 403-266-1784 余風采堂 403-263-4434 台山會館 403-263-1093 黃氏宗親會 403-266-3374 至孝篤親公所 403-262-2436 馬氏公所 403-265-9849 福建同鄉會 403-263-8899 梁忠孝堂 403-262-2284 伍氏宗親會 403-276-5599 越棉察華誼聯誼會 403-262-0219 江浙上海聯誼會 403-269-3996 潮州同鄉會 403-266-4939 司徒氏宗親會 403-287-9925 順德聯誼會 403-263-3668 龍崗公所 403-262-1077 李氏公所 403-262-2247
按摩、美容、髮廊	律師樓	
520 Massage Clinic 587-664-4824	楊大偉律師樓San Kwok 403-204-0282 Darren Hamilton 韓美頓大律師 403-272-2088 馬力偉律師 403-263-1938 周慧儀律師 403-261-0645 360律師樓(San Lo) 587-329-6281	
電腦公司	汽車維修	
普瑞電腦 403-277-0566	M&M 汽車玻璃維修 403-512-8830	
燒臘 麵家	駕駛學校	
昌平麵家 403-291-3681	東方駕駛學校 403-248-8048 國際駕駛學校 403-280-0303	
裝修工程	跌打	
希爾頓裝修公司 403-680-7984 迅達冷暖工程 403-921-4186 理想屋頂裝修公司 403-475-9288	趙威跌打醫館 403-680-3813 黃強跌打專科 403-651-9833	
	招牌/廣告	
	華美膠片招牌 403-606-0621 民樂招牌製作公司 403-708-3929	

Blue Jay



裝修公司

經驗豐富室內設計乙級裝修師傅
承接各類住宅裝修工程

裝潢地下室，安裝複合式地板，安裝石膏牆面，油漆，木工，安裝櫃子，客製櫃子

歡迎致電查詢

Jimmy Chen 陳先生 (國、粵、英)

403-606-6585

Email: bluejayinteriorrenovations@gmail.com



宇豪屋頂

專業承接屋頂工程

屋頂及外牆更換翻新，
屋頂、外牆維修補漏，
天窗安裝，水槽清理等

歡迎來電諮詢：403-629-3668 司徒

通利 冷暖氣工程

Tonage Refrigeration Ltd.

Jack 丘先生 持牌技師主理

403-617-0718

- 工商業、住宅冷暖氣工程
- 酒樓、餐館抽氣、鮮風系統
- 凍房、冷庫、製冰機

聘有經驗技師及兩
年工作實習技師。
電：403-617-0718
或電郵履歷

地址：C3,624 Beaverdam Rd. NE
Email: tonage.refrigeration@gmail.com



李氏暖氣爐清潔

Kleenair Furnace and Duct Cleaning Ltd.

專業清潔暖氣爐及通氣管

設備超大馬力 (12個大吸塵袋)
免費檢查暖爐安全。

電話：403-614-2828 李先生

永安冷暖氣公司

Bing Refrigeration & HVAC Inc.

商業及住宅
冷氣 暖氣
餐館抽氣 鮮風系統
凍房 冷庫 冰櫃
製冰機

特別優惠
換·暖氣爐
·冷氣機
·熱水爐

屬兔皇 (持牌專業技師)

403-554-4928 (Cell) 403-280-2255 (Office)

安逸電力工程公司

Master Electrician

GARY (雷先生)

精通 (英、國、粵、台山話)

- 安裝新舊房屋及商業電路
- 電力升級
- 電箱換新
- 故障維修
- 持有工程保險

電話 403-399-2445

MJ電器服務及維修

MJ APPLIANCE SERVICES AND REPAIR

403-383-8897

Henry (國、粵、英語)

Email: mjs.appliancerepair@gmail.com



專業維修：

爐頭、冰箱、洗碗機
洗衣機、乾衣機
修理 Samsung Refrigerator

SAM 電力工程公司

SAM Electrical Services Ltd.

商業及住宅電力工程

電路改造、安裝及故障排除

電箱更換及升級

Master Electrician -- Sam張 (國、英)

403-399-3120

興強 家庭電器修理

KEN'S HOME APPLIANCE REPAIRS



專門修理



- 微波爐 Microwave
- 電爐 Stove
- 雪櫃 Fridge
- 洗碗機 DishWasher
- 洗衣機 Washer
- 乾衣機 Dryer

歡迎來電查詢，上門修理

電話：403-560-8438

嚴興強 KEN NIM (Licensed Technicians)

加華報

The Canadian Chinese Times

閱讀加華報電子版，請瀏覽網頁：

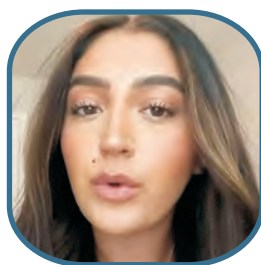
canadianchinesetimes.ca

手持50個盤

21歲「無殼」網紅

靠「Airbnb套利」

月收\$140萬租金



美國一名網紅儘管名下沒有任何房產，卻能每月收取高達18萬美元（約140萬港元）的房租，而她也曝光自己的方法。首先她租了50套不屬於自己的房產，然後靠Airbnb把這些房子租給旅客、留學學生等短期租客，並從中賺取價差，引發熱議。據《Business Insider》報道，現年21歲的安德森 (Hailie Anderson) 在TikTok上發布影片表示：我不擁有房產，但每個月都能收取18萬美元租金。安德森正從事一種被稱為Airbnb套利的做法，即承租房東們出租的公寓或房屋，然後用每晚更高的價格，租給旅客、短期租客們使用。安德森還會在社群平台上提供相關建議，並推廣付費課程，教人如何像自己一樣開始這種收租模式，而她本人也是這樣受到其他人的啓發。



稱以色列要求撤維和部隊是巨大錯誤

意大利總理梅洛尼10月15日表示，她計劃18日訪問黎巴嫩，這是以色列軍隊襲擊聯合國駐黎巴嫩臨時部隊（UNIFIL，聯黎部隊）總部幾天後的舉動，以色列此舉引起許多歐盟多個成員國，包括羅馬的憤怒。

以色列要求撤回UNIFIL部隊，其中包括1000多名意大利軍隊，但貢獻國拒絕，並憤怒地譴責以色列對基地的反覆襲擊，導致一些維和人員受傷。

梅洛尼對議會上議院表示，「我們認為以色列軍隊的態度完全不合理，」這是「公然違反」授權黎巴嫩任務的聯合國決議。

在稍後向下議院發表講話時，梅洛尼表示：「我認為基於以色列的單方面要求撤軍將是一個巨大錯誤。這將損害這個任務本身的可信度，也會損害聯合國的可信度。」

梅洛尼說：「我理解以色列需要防止類似去年10月7日發生的事件再次發生的原因，但這顯然並不意味著我同意它的所有選擇。」

指以色列士兵性虐待

巴勒斯坦男囚犯：命令脫光警棍推進我身體

「他們讓我脫衣服，那時我就知道我將經歷一場地獄之旅。」34歲的薩利姆向美媒講述了在以色列臭名昭著的監獄裏被關押了8個月的慘痛過往。

美媒周日（25日）報道稱，薩利姆的家位於加沙地帶北部賈巴利亞難民營，2023年12月8日，以色列軍隊空襲和炮擊難民營內的多處建築，導致薩利姆的8名親屬死亡，他的妻子和2個孩子受傷。四天後，當他在加沙北部卡邁勒-阿德萬醫院重症監護室陪著接受治療的孩子時，以軍的襲擊將他們分開。薩利姆被以軍逮捕。



梅洛尼 意大利總理

將訪黎巴嫩

阿德萬醫院是加沙地帶北部最後一所停止運營的醫院，儘管哈馬斯一再否認，以軍仍指該醫院「曾被其用作指揮和控制中心」。

「我當時很困惑。我為什麼會被捕？我與抵抗組織沒有任何關係，我是一名理髮師。」薩利姆回憶說，在阿德萬醫院，他和其他巴勒斯坦人被戴上手銬、蒙住雙眼，「像動物一樣」被押上卡車。薩利姆於8月1日被無罪釋放，但在此之前長達8個月的時間裏，沒有人知道他的消息。

報道稱，薩利姆起初被關押在位於以色列南部斯德-泰曼基地的一所關押巴勒斯坦囚犯的監獄內。後被轉移至另一監獄。今年5月，美媒援引三名以色列「吹哨人」的話詳細揭露了斯德-泰曼基地的監獄對巴勒斯坦人的虐待行爲，包括關押者因手銬造成的傷口未被及時處理，而被硬生生截肢等。

據十幾名受訪的被關押者回憶，他們被捕後被脫得只剩內衣褲，運到這個「酷刑集中營」關押後又被「當作動物看」。當時，以色列「吹哨人」還提供了一張監獄內部的照片，畫面中一名被蒙住雙眼的囚犯站在帶刺的鐵柵欄後，雙手抱頭。美媒稱，這張照片中的主人公，正是薩利姆。薩利姆告訴美媒，被關押時，他們會聽到尖叫聲，然後是子彈的聲音，接著就是一片死寂。「我們被嚇壞了，簡直就是一場噩夢。」

薩利姆：我們被命令脫光衣服，
「他們把警棍推進我的身體裏」



「人質在哪裏？哈馬斯的武器在哪裏？你是哈馬斯成員嗎？你是（哈馬斯的軍事組織）『卡薩姆旅』的成員嗎？你們屬於巴勒斯坦伊斯蘭聖戰組織嗎？」他回憶說，在審訊期間，他會被連續問一連串的問題。

薩利姆聲稱，他遭到毆打、辱罵、熱水潑身，還有士兵告訴他，他的家人都被殺害了。然而，最糟糕的當屬性虐待。他說，被關押者大部分時間都隻身穿內衣，但在每次審訊前，以色列士兵都會命令他們脫光衣服。「他們會用一種金屬探測器，在我們全身來回掃上幾遍，然後在私處逗留一段時間，隨後擊打那裏。」薩利姆告訴美媒，他赤身裸體地在五至六名士兵的注視下，痛苦地蹲在地上，他感覺到有人從背後侵犯了他，「他們把警棍推進了我的身體裏」。

審訊結束後，以色列士兵只給薩利姆「幾秒鐘」的時間穿上內褲，後者稱，任何被認為是在拖延時間穿上內衣的行為都會讓他再次受到毆打。

以色列國防軍對此回應稱，薩利姆此前因涉嫌參與恐怖活動被拘留，經評估後被釋放，但「無法就其被捕和被拘留的大部分時間的狀況進行說明」，並聲稱拘留期間的不當行為「違反法律和以色列國防軍的命令，是嚴令禁止的」。

「他們才5歲？能是人質嗎？」

薩利姆還表示，一名以色列審訊人員曾給他看了一張照片，照片中是他埋葬在阿德萬醫院的6名家人的遺體，他被誘導相信這些遺體是被挖掘出來的。薩利姆說，審訊人員嘲弄他，讓他數數照片上的遺體數。「你們憑什麼帶走並褻瀆他們的遺體？這些遺體是我們的（家人的）。我們需要埋葬他們。」薩利姆當時如是對審訊官說。以審訊官聲稱，這些人「可能是（被哈馬斯劫持後死亡的）人質」。「我的侄子們，他們是人質嗎？他們才五歲？」薩利姆說。

美媒今年1月報道稱，以色列軍隊對加沙地帶南部城市汗尤尼斯一處墓地進行了「嚴重破壞」，挖掘並移走了墓地內屍體。以色列國防軍當時回應稱，此舉是為搜尋被哈馬斯劫持後死亡人質的遺骸。以色列國防軍發言人當時表示，被確定不是人質的屍體將「帶著尊嚴和尊重歸還」。

美媒稱，以色列國防軍的回應標誌以色列國防軍首次承認挖掘屍體的行為。根據國際法，除非墓地「在非常有限的情況下」成為軍事目標，否則對墓地的蓄意攻擊可能構成戰爭罪。

本月早些時候，以色列第12頻道電視台公佈了一段視頻。視頻畫面顯示，一名被拘留的巴勒斯坦人原先被蒙上雙眼，手抱頭趴在地上，隨後幾名以色列士兵將他帶至監控死角處，並用幾塊盾牌將其圍住。以媒稱，該人很可能遭受了性虐待。以色列非營利組織「給以色列醫生促進人權協會」稱，這名被拘留的巴勒斯坦人被送往醫院，直腸受損。

據以色列國防軍稱，事件發生後不久，10名以色列士兵因涉嫌在該地虐待一名巴勒斯坦被拘留者而被捕。如今五人被軟禁，另有五人已獲釋。雖然以色列方面極力否認在其拘留設施中存在系統性的虐待行為，包括性虐待的指控，但多名巴勒斯坦囚犯曾向媒體表示，以色列監獄中廣泛存在對巴勒斯坦人的虐待行為。

8月6日，以色列人權組織B'Tselem披露了一份名為《歡迎來到地獄》的報告，這份報告共收集了55名曾被關押在以色列監獄的巴勒斯坦人的證詞。證人均表示，在關押期間受過酷刑。報告稱，自去年10月7日以來，有十多個以色列監獄系統被改造成「專門用於虐待囚犯」的營地網絡。「在這樣的空間裏，每個囚犯都會遭到刻意而無情的折磨，這實際上就是『酷刑營』。」

根據報告，侵權行為包括頻繁的嚴重、任意暴力行為；性侵犯；羞辱；故意讓拘留者挨餓；強迫被拘留者處於不衛生的條件下；睡眠剝奪；禁止宗教禮拜；沒收所有公共和個人物品；拒絕提供適當的醫療服務。報告指出，目前，至少有60名巴勒斯坦人在被以色列拘留期間死亡，其中約48人來自加沙地區。

整齊定凌亂?

法國兩大改錶大師 首度合體

MAD Paris雕花精細設定
(MAD Paris) ▼



玩轉 AP Royal Oak 時分秒



腕錶領域之大一向是令男生沉迷的無底深潭，有人追捧新款、有人收藏舊裝，甚至有人獨愛電子時計，亦有不少人喜愛改裝手錶，包羅萬有。而談到改錶單位，除了熟悉的英國 Bamford Watch Department外，法國兩大改錶品牌 MAD Paris與 seconde/seconde/近日更宣布合體聯乘，以 Audemars Piguet經典Royal Oak為藍本，除了玩轉錶盤時分秒刻度外，就連機芯也一同改裝。

本回MAD Paris攜同seconde/seconde/破天荒首次聯乘，可說是改錶圈中前無古人的一大創舉，雖則兩者向來在創作上理念都不同，但建基於雙方對於美學視野的堅持卻碰撞出不少驚喜，這次繼續利用 Audemars Piguet人氣Royal Oak作為設計軸心，保留外殼與錶帶銀色鋼材及外型輪廓，集中將設計放到漸變藍色錶盤上，命名為「Royal Order」。

透過虛幻的「Ordered Disorder」（有序無序）重塑時分秒刻度位置，錶面可見到十二枚小時刻度與六十秒刻度對齊並排移至左方，配襯下方的AP標誌、雙方品牌字樣與日期，圓滿表達出看似有序但在錶款上則無序的概念，呈現出強烈藝術氣息，而日期窗框的改動即是代表內部機芯也需要改裝，難怪生產時間需要八至十周之多，另外錶款只會限量推出十隻，定價高達74,000歐元（約630,500港元），值唔值便見仁見智，但絕對是改錶界的先河！



創立於2007年的法國改錶品牌MAD Paris，在改裝技藝上可說與Bamford Watch Department不相伯仲，擅長在手錶鍍上DLC塗層，並可細緻地注入雕花、鏤空、寶石鑲嵌精細設定，早期主力改造品牌當然有Rolex，但近年隨著Patek Philippe和Audemars Piguet用家年輕化，成為市場上熱門收藏品牌，MAD Paris慢慢趨向後者兩大奢華腕錶品牌，曾在2021年聯同Matthew Williams設計出1017 ALXY 9SM別注愛彼鋼製版Royal Oak後馬上成為潮流錶界不可忽略的單位，更促成日後Matthew Williams與Audemars Piguet的官方正式合作；期後MAD Paris又與巴黎品牌Casablanca大玩七彩陶瓷主題，MAD Paris也設計過不少鏤空錶盤與全黑塗層特別作品。除了錶款外，MAD Paris還有改裝Contax相機之作。

另外同樣來自法國的seconde/seconde/，亦是近年一出新品便迅即售罄的品牌。由法國設計師Romaric Andre創立主理的seconde/seconde/，一直以幽默改錶理念見稱，作品散發著強烈趣味性，有別於Bamford Watch Department及MAD Paris的型格路線，為改錶圈迎來新鮮面貌，品牌結合職人文化、工藝表現為中古腕錶設計出可愛且獨特指針與錶面，並交由全法國Morteau唯一指針製造商La Pratique代工。出色設計引來不同品牌青睞，包括TIMEX、AiRain等聯乘項目。

加華報

The Canadian Chinese Times
1914A Centre St. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 2S8.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

東南 B And E Supplies Ltd 櫥櫃廠

誠聘

1. 廠長，年薪 \$100000.00 再加獎金。

2. 油漆工，薪金面議。

聯繫電話：(587) 433-3997

Email: info@be-supplies.com

地址：Bay14, 6204 29 Street SE

Calgary AB T2C 1W3

(59)

高薪誠聘

Alberta Rose Landscaping Inc. 大型
園林綠化(Landscaping)公司誠聘夏
季戶外鋪草植樹員工，需懂英語溝
通，體魄強健，刻苦耐勞，有責任

(L)



櫥櫃廠

現誠聘

全職生產線員工和送貨司機，
薪優，有福利。
司機需有5年以上保險記錄。

有意者請將簡歷電郵至：

hiring@kingswoodcabinets.com

或致電: (587)-812-8813

早更：6:30am - 3:00pm

晚更：3:00pm - 11:30pm

地址：100 - 10900 14 Street NE,
Calgary, AB. T3K 2L6

(75L)

西北區松?樓，誠聘經
驗全職/兼職京粵菜廚
師，油爐。有意請
電：403-890-6168, 403-
383-2003 李。地址：555
Hawkwood Blvd. NW (62)

護理公司誠聘有經
驗兼職護理人員，
上門在家照顧老人
家。薪金面議。有
意請電：403-589-6318
(62)

Crowchild Trail 夾
33 Ave SW 唐餐
館誠聘全/半職執
碼幫廚，請電：
403-680-3836 (61)

金沙海鮮酒家誠
聘經驗炒鑊，執
碼，油爐，點心
熟籠。有意電：
403-560-9130 (61)

東南區京菜館誠
聘廚師一名，薪
金面議。有意請
電：403-607-2880
Simon (61)

西南雜碎近Chinook
Mall誠聘經驗炒
鑊、炸爐各一名，
全職或兼職。請電
403-259-3853 (62)

MacLeod南唐餐館(金
飯莊)誠請全職廚師
一位，有意者請電周
先生 403-818-1399 地
址：#2, 208 Midpark
Way S.E (61)

亞洲餐館誠聘兼職炒鑊，
全職經驗企檯(需流利英
語)。地址：6510, 4 ST NE
Calgary. 有意請電：Annie
4036135136 (國語，英語)
(61)

加華報

The Canadian Chinese Times
1914A Centre St. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 2S8.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

家園食品誠聘

速凍食品生產員、油炸生產員
試用期後，可享每月獎金及員工保險福利
有經驗者優先，現金免問

403-630-3511

(1726 25 Ave NE) 請親臨面試

(60)


 建材公司誠聘

Stile Interiors 建材公司誠聘司機及倉庫各
部門員工多名，同時招聘新屋Finishing,
Railing 及 Service 學徒，有木工經驗者優

(403) 992-6278 普通話

(587) 998-7812 粵語/英語

(60)

福臨門Country Hill
現聘請全職或兼職
企檯、炸爐、洗
碗、廚房打雜、收
銀。有意者請電：
403-862-8008 梁先
生洽 (37L)

東江小菜
誠聘炒鑊、炸爐
幫廚、點心幫工
傳菜、打雜及洗碗。
薪優糧準。
有意請電：
403-547-0239 (38L)

福臨門 Marlborough
現聘請熟手炒鑊、炸
爐、熟手拉腸粉及廚
房點心部打雜。全職
或兼職。有意者請
電：梁先生 403-862-
8008。早上十時至下
午六時 (57L)

誠聘有經驗全職/兼
職樓面、傳菜，油
爐，炒鑊，砧板，幫
廚，洗碗。電 587-
349-1118, 587-349-
1117 (57L)

High Ball 中餐京
菜，誠聘Part-Time
炸鑊，星期五、
六、日晚。有意請
電：403-891-2768
(60)

福 臨 門
Cranston, 誠聘經
驗全職炒鑊。有
意請電：403-
617-5617 陳先生
(58)

金玉滿堂誠聘全
職熟手點心按版
及煎炸員工有意
請電403-200
9618. (61)

聘請幫廚

Nolan Hill NW 越南餐
館誠聘全職或兼職幫
廚，必需說越南話或英
語。有意請電：587-700-
9797 Henrich (60)

匯豪軒

誠聘全職/兼職粵菜廚
師、企檯、Bus-boy及洗
碗。請電：587-351-
0788 或親臨#7110, 333
96 Ave NE (55L)

卡城銀龍酒家誠聘全
職、兼職經驗執碼、
點心熟籠、點心幫工
及洗碗。有意請電
403-264-5326或電郵
Silver.dragon@live.
ca (41L)

西北區,近大學,同興
樓誠聘兼職炒鍋師傅。
有意請電403-286-0488
雄先生或親臨面洽
416-4625 Varsity Dr
NW (60)

福 臨 門
Brentwood, 誠聘經
驗全職或兼職炒
鑊，炸爐，有意者
請電，關先生：
403-875-6086 (60)

加華報

The Canadian Chinese Times
1914A Centre St. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 2S8.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

亞省埠仔自助餐

誠聘

熟手炸爐一名，薪高，包食宿。

有意請電：1-403-866-1038

(61L)

誠聘

Granite Gallery

大理石廠

1089 57 Ave. NE

裝修、打磨員工數名

*經驗不拘 *會提供培訓 *若工作超逾
8小時，會享有加班薪酬

★另有醫療（包括牙醫）福利★

有意者請致電：403-998-7303 Helen (79L)

Banff銀龍酒家
誠聘全職企檯，
五年經驗以上，
需懂英語、調
酒。有意請電：1-
403-762-3939 楊生

(21L)

誠徵保姆照顧一位
婆婆現居護老院。
需說廣東話，職責
陪伴老人家散步及
談話。請電780-
709-8832。(59)

卡城西北中餐館誠聘川菜，粵
菜，點心廚師/幫廚（5年以上經
驗）。有意請電：403-453-8060
(61)

房屋出租

東北區麵廠招聘全職女工一
名，工資面議，有意者請下
午4點後致電 403-250-8123。(61)

近中央街64 AVE獨立屋樓上
3房一大廳出租。請電403-291-
4991或403-471-3008 (62)

太上皇

誠聘炒鑊及執碼各一
名。有意請電：403-
397-0298 或親臨：
112-300 Merganser Dr.
Chestermere, AB. 4pm-9pm

(59)

市中心中式快餐店
Manchu Wok，聘全職/兼
職廚師，Counter help，
經驗炸爐。上班時間固
定。2pm 後親洽或電：
403-8707043， 403-
9928259或留簡訊。751-3
St. SW. 4樓 (59)

誠聘週日上午女家務助理，體
魄強健，對長者尊愛；薪優，
西北區。4039693368 (60)

西北Sandstone近3號巴士總站
特大房，有私廚洗乾衣床桌
雪櫃 403-808-8882 (61)

北邊大統華附近唐外賣店，聘
油爐及雜工，電：587-830-6168
(60)

西北區新土庫一大房一廳出租，分
門出入，適合1-2人，近巴士輕
鐵，煙籠免問，有意電4036057268
(61)

唐人街鄭家莊聘炒
鑊師傅，炸爐幫
廚，點心幫工。有
意請電：403-399-
3810 (59)

中央街北夾20 Ave 招聘按摩
師，有意請電 Ruby 403-230-
9383 (61)

Cochrane離卡城西北區20分鐘車
程京菜館請熟手油爐兼雜工，全
職兼職均可。電403-690-2933
(59)

西北地下室一房出租，附近有
大小超市，五分鐘到多路巴士站，
交通方便，電話：825-449-6878
(60)

免責聲明

分類廣告之內容，本報僅負責刊登，
不負責審核。

SW主人大房有私人廁所，月
租\$895全包，有廚房，停車
位，電：403-615-8820 (60)

加華報

The Canadian Chinese Times
1914A Centre St. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 2S8.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

Wilson Mark 盛世地產
麥光儒 403-680-2638

賺錢生意出讓

東北大型商場唐餐快餐店，東主經營超過30年，退休廉讓，每年生意額約70萬，租平，約長。

開價\$249,000

NEW
HORIZONS
FOR SENIORS
PROGRAM

[Be positive and Learn New Skills]

JOIN US ONLINE

Learn new Digital Literacy Skills!

Free Online workshop for 55+ Seniors in Canada

Topic: Learn how to use Google Document

Oct 23, 2024 and Oct 30, 2024

6pm-6:45pm EST (every Wed for 4 weeks)

This is a free program funded by the Government of Canada's New Horizons for Seniors Program (NHSP), especially for seniors over the age of 55."

Chinese Inquiry: Irene (email: chineseadteam@gmail.com)

Register online: www.loyalcanadianacademy.net

Funded by the
Government of Canada's
New Horizons for Seniors Program

Canada

房屋出租

Huntington靚土庫三房一廳廚廁齊分門出入，光猛，交通便利，長短皆宜，可即入住403-863-6888 (60)

中央街獨立屋樓下1房出租，適合單身，10分鐘巴士直達市中心，有意電：403-681-8928 (60)

西北walkout土庫單身男士或學生近巴士64, 89, 46有傢俬免煙寵4039703480 (59)

近中央街必定順樓上房出租。3,300,20號車直達大學。五豐柏文出租。403-263-8872 (59)

NW中央街&50AVE新裝修獨立屋樓上3房一大廳出租，有傢俬。有意請電：403-399-9933 (L)

旺鋪出租

旺鋪出租
市中心龍成商場地
舖650呎，位置
佳，租金平。請電：
403-828-3693 或
403-605-4510 (62)

生意出讓

Business Opportunity
餐館出讓
Centre Street 10 Ave.
NW Restaurant for
sale. Busy location,
please call: 403-909-
0006 Amideus, 403-
921-5830 Adrian (62)

唐人街商鋪出租

109-2 AVE SE

主層約1050平方呎，兼土庫約
1200平方呎。宜餐飲，零售，寫

電或短信: Jason 403-616-9388
Peter 403-383-7890

(L)

生意出讓

西北區二十餘年老
字號中醫針灸按摩
診所轉讓。有意者
請電：403-681-
6811。(61)

生意物業出讓

餐館出售 距離卡城東北面
四十公里小鎮PIZZA外賣
店，東主經營二十五年退
休，上居下鋪，生意連物
業只售395,000元。有意者請
致電 Dani Thomas (CIR Realty)
403-875-6338 (英語) (60)

卡城東北區三菱汽車代理

2720 Barlow Trail NE, Calgary

587-834-1388



2024 OUTLANDER

starting at **\$39,888** +GST



2024 Outlander PLUG IN HYBRID

starting at **\$47,388**



Erick Lim

New & Pre-Owned Sales
潮州、英語



Alex Chan

Sales & Finance Manager
Alex.chan@mitsu.ca
國、粵、英語

587-834-1388

華語銷售, 銀行貸款一條龍服務 | **專業辦理** 新移民, 工簽 貸款計劃 | 專營二手車買賣, 二手車貸款低至0.9%

MADE IN JAPAN 10 YEAR / 160,000KM EXTENDED WARRANTY

MITSUBISHI MOTORS
Drive your Ambition

PLATINUM MITSUBISHI

AMVIC
Automotive Maintenance Vehicle Inspection Council of Alberta

EDUCATION EDGE
2000-2024

10 YEAR WARRANTY

2720 BARLOW TRAIL NE
www.MITSU.ca

Barlow Trail NE	Travelodge Hotel Calgary International
27 Ave NE	Sunridge Blvd NE
	★ Platinum Mitsubishi

東江小菜

Edgemont Palace

209-45 Edenvold Dr. NW, Calgary

訂座
電話

403-547-0239

歡迎預訂壽筵喜酌

早茶 10am~3pm

晚市 4:30pm~9pm(星期一至星期五)

4:30pm~10pm(星期六及星期日)

七天
營業

豪華十人宴

- 富貴大拼盤
- 東江大蝦丸
- 翡翠帶子蝦球
- 蟹肉魚肚羹
- 薑蔥雙龍蝦
- 靈芝菇海參扒豆苗
- 清蒸蝴蝶海鱸魚
- 當紅炸子雞
- 東江海鮮炒飯
- 瑤柱蟹肉燴伊麵

\$388

所有大、中、小點心

一律 星期一至星期日

\$4.95

每款



天天茶市

早上十時至下午三時供應

十月份特價

皆大歡喜十人宴

- 京式片皮鴨
- 東江大蝦丸
- 翡翠龍鳳球
- 海皇魚肚羹
- 薑蔥雙龍蝦
- 貴妃走地雞
- 靈芝菇扒豆苗
- 清蒸海上鮮
- 魚子海皇炒飯
- 乾燒伊麵

\$338

每款 **\$15.95**

震撼優惠

堂食外賣無任歡迎

- 👍 班腩豆腐煲
- 👍 京都肉扒
- 椒鹽肉扒
- 蒜蓉蝦球炒雜菜
- 金沙班塊
- 薑蔥霸王雞
- 蘿白筋腩煲

- XO醬翡翠鮮魷
- 芥蘭炒牛肉
- 麻婆豆腐
- 東江小炒王
- 菠蘿咕嚕肉
- 豉汁牛肉四季豆
- 美極燒有殼蝦
- 👍 牛腩扒時菜

- 👍 上湯酸菜魚
- 貴妃雞半隻
- 蒜子蜜汁骨
- 👍 油泡脆魚片
- 椒鹽鮮魷
- 八珍豆腐煲
- 豉椒味菜牛肉
- 👍 上湯牛滑時菜

- 豉汁蒸排骨
- 豉汁炒蜆
- 👍 菠蘿咕嚕雞
- 魚香茄子煲
- 沙嗲牛肉粉絲煲
- 👍 干煸四季豆
- 蒜香脆皮雞
- 金粟斑塊