

加華報

The Canadian Chinese Times

1981年創刊 Since 1981

逢週四出版 Published Every Thursday

May 7, 2026

Issue No.2340

Address: #201, 126-16 Ave N.E.
Calgary, AB. T2E 1J5 (二樓)
加華報 : 403-230-8118
Fax : 403-230-8790
E-mail : calcct@gmail.com
Website: canadianchinesetimes.ca



City Roofing & Exteriors

城市屋頂二十七載耕耘 鑄造品牌週年慶回饋客戶



即日起至六月所有的屋頂換新的客戶 本公司提供免費安裝鋁製水槽放葉網



#3 3935 3A Street NE Calgary, AB T2E 6S7

403-606-8833

www.calgarycityroofing.com

Email: Jacky@calgarycityroofing.com





鄭家超市 (總店)

地址：#165 8220 Centre St NE
403-263-6663
ZHENG SUPERMARKET Beddington

(原Coop Beddington舊址)
鄭家超市週年慶要來啦!
 超多商品特價
 買滿送和試吃活動

超市特價商品

活動時間 **星期五 05/08** ▶ **星期四 05/14**

數量有限 售完即止

只限星期五、六、日



游水肉蟹
Live Dungeness Crab
(1.7LB以下) 每箱 **\$20⁹⁸** /Lb磅

只限星期五、六、日



游水龍蝦
Live Lobster
(1.4LB以下) **\$16⁹⁸** /Lb磅



大西洋三文魚
Atlantic Salmon
原條 (Whole one) **\$7⁹⁸** /Lb磅



三文魚扒
Salmon Steak
\$8⁹⁸ /Lb磅



新鮮碧古魚
Live Walleye
\$6⁹⁸ /Lb磅

會員福利
會員購買海鮮，加工費享**半價**優惠!



豆苗王
Peachips King
\$6⁹⁸ /Lb磅 **\$65** /Cs箱



上海白菜/白菜仔
Shanghai Bok Choy / Bok Choy Baby
\$1⁷⁸ /Lb磅



芥蘭苗
Gai Lan Mue
\$2⁶⁸ /Lb磅



紅蘿蔔
Carrots
\$0⁶⁸ /Lb磅 **\$10⁹⁸** (約22LB) /Cs箱



短紹菜
Siu Choy Short
\$1¹⁸ /Lb磅



迷你杏鮑菇
Mushroom Mini Oyster
(200g) **2包 \$1⁵⁰**



贛南臍橙
Orange
很好吃 **\$0⁹⁸** /Lb磅



玉露香梨
Pears YuLu
很好吃 **\$1⁹⁸** /Lb磅



(大/L)
呂宋芒果
Mango
\$2⁸⁸ /Lb磅 **\$22⁹⁸** (12個) /Cs箱



萵筍
Lettuce Stem
\$1³⁸ /Lb磅



冬瓜
Wintermelon
\$1¹⁸ /Lb磅



紫心紫薯
Purple Yam
\$1⁹⁸ /Lb磅



海威龍雪魚塊
Searay Greenland Halibut Chunk
(907g) **\$13⁹⁸** /Pack袋



海太郎發財鯪魚
Black Tie Dace Head-On Gutted
\$3⁹⁸ /Lb磅



海太郎陳皮鯪魚餅
Black Tie Frozen Mud Carp Fish Cake
(200g) **\$4²⁸** /Pack袋



日旺灌湯魚丸
RW Fish Ball with Pork Filling
(255g) **\$4⁹⁸** /Pack袋



日旺牛百葉
RW Scalded Beef Omasum Tripe
(150g) **\$4⁹⁸** /Pack袋



台灣味火鍋料
甜不辣/一口甜不辣 **\$5³⁸** /Pack袋
紫薯卷/草魚丸/金沙丸 **\$4⁸⁸** /Pack袋
魚卵麻糬丸 **\$5⁵⁸** /Pack袋



(原味)
覓拾鮮米酒
Mishi Fermented Glutinous Rice
(450g) **\$6⁸⁸** /Pack



豐師傅大蝦豬肉雲吞
Foong's Kitchen Shrimp Wonton
(310g) **\$7⁵⁸** /Pack袋



五芳齋八寶飯
Rice Pudding
(200g) **\$2⁹⁸** /Pack袋



北美鹿煎餅果子
Chinese Pancake
(600g) **\$8⁵⁸** /Pack袋



糧全其美雞蛋灌餅
LQQ Egg-Filled Pancake
(900g) **\$4⁶⁸** /Pack袋



全美雞肉/豬肉水餃
OTASTY Vege & Chicken/ Pork & Vege Dumpling
\$5⁹⁸ /Pack袋

403-263-6663



鄭家超市 Beddington

地址: #165 8220 Centre St NE

清明祭祖 · 鹹香雞必備



本期特價

皮脆肉嫩
鹹香入味

鹹香走地雞

Salted Fragrant Free Range Chicken

\$18⁹⁸ /Half半隻

\$29⁹⁸ /Whole整隻



圓蹄
Pork Hock

\$1⁹⁸ /Lb磅



無骨豬扒(里脊肉)
Pork Loin

\$1⁹⁸ /Lb磅



豬大腸
Marinated Pork Large Intestine

\$3⁹⁸ /Lb磅



牛頸骨
Beef Neck Bone

\$3²⁸ /Lb磅



牛肚
Beef Stomach

\$8⁹⁸ /Lb磅



老雞
Farm Fed Mature Chicken

\$3⁵⁸ /Lb磅



六福龍蝦片
Six Fortune Lobster Flavor Chips
(160g)

\$3⁶⁸ /Pack袋



張飛手撕素肉
Zhang Fei Shredded Vegetarian Meat Spicy Flavor

\$4⁵⁸ /Pack袋



元朗牛油蛋卷
Elong Egg Cookie Roll
(300g)

\$5⁹⁸ /Pack盒



牛頭香米
OX Head Rice
(7kg)

\$21⁹⁸ /Pack袋



圓糯米
Short Grain Sweet Rice
(散稱)

\$1⁶⁸ /Lb磅



蓮香紅心生鹹蛋
LenXiang Salted Duck Egg
(350g)

\$2⁹⁸ /Ea盒



統一紅燒牛肉麵
Unit Instant Noodles Roasted Beef Flavor
(110g)

2個 \$3



金馨麵系列
四川擔擔麵, 蘭州拉麵, 河南手麵, 老北京掛麵, 山東拉麵, 山西刀削麵

\$6⁸⁸ /Pack袋



麥老大紫薯麵
MID Purple Yam Noodle

\$3⁸⁸ /Pack袋



蓮花東北紅衣花生
Raw Red Peanuts with Skin
(320g)

\$1⁸⁸ /Pack袋



南昌拌粉
Nanchang Mixed Powder
(197g)

\$0⁹⁸ /Ea盒



恆隆號雪耳球
HLH Dried Snow Fungus Ball
(100g)

\$2⁷⁸ /Pack袋



椰蓉包/叉燒餐包
Coconut Bun/BBQ Pork Bun

\$1⁷⁸ /Ea個



鄭家鹹肉粽
Zheng's Salted Pork Sticky Rice Dumpling

\$5⁹⁸ /Ea個 2個 \$10



梅菜扣肉飯
Braised Pork with Preserved Vegetable

\$8⁹⁸ /Ea盒



柴魚花生粥
Peanut Congee with Dried Bonito

小/S \$2⁹⁸ /Ea份 大/L \$4⁹⁸ /Ea份



白板腸粉
Plain Rice Roll

\$3⁹⁸ /Ea份



烤番薯(榴蓮番薯)
Roasted Sweet Potato

\$3⁹⁸ /Lb磅



泰皇有頭老虎蝦
Thai Best Shrimp Black Tiger
(8~10)

\$7⁹⁸ /Pack盒



五穀雜糧桶
(可裝六種雜糧 20斤)

\$29⁸⁸ /Ea個



三合一煎鍋
3 in 1 Frying Pan

原價 \$33⁹⁸ /Ea個 特價 \$23⁹⁹ /Ea個



純色純棉女內褲
SW Women Underwear

原價 \$3⁹⁸ /Ea條 特價 \$2⁹⁸ /Ea條



母親節蛋糕
Mother's Day Cake
(6寸鮮果)

\$29⁹⁸ /Ea底



母親節愛心壽司拼盤
Mother's Day Heart Sushi Platter

\$24⁹⁸ /Pack盒

圖片僅供參考



Jessica Chan 房地產及物業管理公司



最新樓盤
一掃即看

35年卓越經驗



JCRE.ca

403.241.9800

首次置業 101 | 安心買樓入門講座

5月23日(六) | 2:00PM

- ✓ 講解複雜買樓流程
- ✓ 工作簽證可否買樓?
- ✓ 新樓 vs 二手樓點揀最啱你?
- ✓ 首次置業, 新屋可免GST?
- ✓ 按揭知多少 | 由銀行按揭專家講解



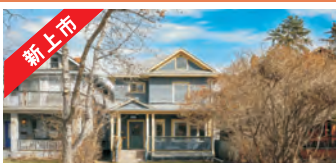
名額有限
報名從速

助你掌握買樓流程, 做足準備, 更有信心入市

開放日

5月9日
(星期六) 2 - 4 pm

- 1 38 Evansfield Terrace NW
- 2 67 Evansmeade Crescent NW



新上市 西南Cliff Bungalow兩層半獨立屋

3個獨立套房, 上中下各有廚廁, 新裝修浴室及全屋LVP地板。步行達17 Ave、4 St、餐廳及商店, 鄰近Mission、Beltline, 近市中心, 投資收租首選!

\$899,900



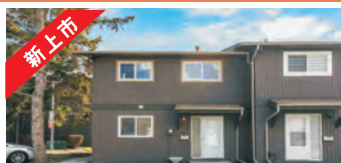
新上市 1 Open House 西北 Evanston 獨立兩層屋

3+1 睡房, 3.5 浴廁, 約2520呎, 原廠Builder 完成土庫。9 呎樓底, 特大廚房。特大2層露台, 低維護東向後院, 配置冷氣。步行可至足球場及遊樂場。鄰近學校及商場。**\$833,800**



新上市 西北 Arbour Lake 柏文公寓

2025年建, 2 睡房公寓, 626呎, 9 呎樓底, 石英檯面廚房, 地暖發熱, 大露台, 1個地下車位, 享會所及湖泊等設施。近商場、學校、公園, 步行可達C-Train站! **\$379,900**



新上市 西南 Westgate 兩層排屋

尾端單位, 3 睡房, 1.5 浴廁, 1192 呎, 完成土庫, 南向光猛客廳及後院, 全新廚房及石英檯面, 上層全新窗戶, 2個車位。近 C-Train、商場、公園, 生活便利。 **\$364,900**



新上市 Downtown West 柏文公寓

2 睡房, 2 浴廁, 773呎, 光猛轉角單位, 享無遮擋 Bow River 河景。包1個地下停車位及儲物室。會所包健身房、娛樂室。可步行至C-Train, 餐廳及咖啡店, 生活更便利! **\$309,900**



新上市 東北 Greenview 柏文公寓

3 睡房, 1.5 浴廁, 1142呎, 頂樓尾端光猛單位。東南向露台, 廚房花崗岩檯面。成熟 NE 社區, 鄰近學校、公園及購物設施, 生活便利。往返市中心快捷方便。 **\$285,000**



新上市 西南 Altadore 柏文公寓

2 睡房, 1 浴廁, 876呎, End Unit。特大廚房, 1個地下停車位。坐落Marda Loop核心地帶, 逾百家商店餐廳, 巴士直達市中心, 近Mount Royal大學, 生活便利! **\$275,000**



新上市 西南 Signal Hill 兩層排屋

2 睡房, 3 浴廁, 逾1540呎, 完成土庫, 2個停車位。廚房花崗岩檯面。10分鐘步行至Sirocco C-Train, 近Westhills商場、學校及公園。 **\$395,000**



超值投資 Skyview Ranch 排屋

穩定租客即買即收租, 約1250 呎, 2 睡房, 1 書房, 2.5 浴廁。主層 9 呎樓底, 寬敞客廳, 特大單車房。鄰近T&T、Costco、學校、餐廳、各大銀行, 巴士接C-Train, 距市中心約20分鐘。 **\$349,900**



新上市 西北 Tuscany 柏文公寓

2 睡房, 2 浴廁, 1020呎, 全屋LVP地板。寬敞光猛, 東南向客廳, 露台覽洛磯山景。1個停車位, 管理費包括水、暖氣及電費。步行達步行徑、遊樂場及足球場。 **\$338,800**

服務卡加利 35年，專業卓越，值得信賴！

Instagram: jessicachanteamyyyc

Facebook: JessicaChanHomeSellingTeam

即掃即睇
樓盤影片



最新價 西北 Evanston 山脊靚地獨立屋

4 睡房, 3.5 浴廁, 近2700呎。優質山脊地段 (Ridge Lot), 背靠 Greenspace、步行徑及行山徑, 景觀開揚。全部完成 W/O 土庫。前進三車房。鄰近學校及商場。 \$1,150,000



最新價 湖畔社區 Harmony 獨立兩層屋

2025年建, 逾3000呎寬敞大宅, 4睡房, 2.5浴廁, 附三車房。主層9呎樓底, 精品廚房, 12呎挑高樓底特大家庭廳。專屬湖泊、沙灘、高爾夫, 洛磯山美景盡收眼底。 \$1,060,000



西南 Rosscarrock 發展潛力大地皮

R-CG黃金地皮, 60x125呎, 共7500呎, 投資者及發展商首選! 步行至2所學校, 近 Westbrook LRT、Walmart、圖書館及商場, 距市中心僅3公里。 \$949,000



Edgemont W/O 聯排平房 Villa

背向 Ravine及步行徑。1+2 睡房, 2.5 浴廁, 1684呎, 前進式雙車房。全屋地暖, 全新三層玻璃窗。主層拱形天花設計, 配置冷氣。鄰近學校、超市及商場。 \$918,888



最新價 西北 Harvest Hills 獨立三層屋

2021現代裝修, 逾2640呎, 3 睡房, 3.5浴廁。主層9呎樓底及全LVP地板, 罕有頂層露台, 額外多功能室配酒吧, 前進式雙車房, 背靠步行綠徑。近Vivo、T&T及Costco。 \$899,900



最新價 西北 Panorama Hills 獨立兩層屋

3 睡房, 2.5 浴廁, 約2600呎, 另附2房2廁 Legal Suite。廚房花崗岩檯面。可步行至學校, 近超市、公園、Vivo, 交通方便! \$859,900



最新價 西北 Carrington 獨立兩層屋

4+1 睡房+書房, 4.5 浴廁, 逾3320呎。主層9呎樓底及LVP地板, 廚房石英檯面、不銹鋼家電, 光猛開揚, 東向後院。配置冷氣, 前進雙車房。近步行徑及池塘。 \$825,000



西北 Nolan Hill 獨立兩層屋

共逾3300呎, 4+2 睡房, 1 書房, 4.5 浴廁, 完成土庫配獨立入口及套房。主層及土庫均9呎樓底, 花崗岩檯面廚房。南向後院。前進式雙車房。 \$825,000



最新價 西北 Panorama Hills 獨立兩層屋

3+1 睡房, 3.5 浴廁, 共逾3170呎, 完成土庫。主層9呎樓底, 全屋LVP地板, 全無地毯, 特大主人房。配置冷氣, 前進雙車房。全新屋頂外牆、較新廚房及家電。可步行至學校。 \$729,900



東南 Walden 獨立兩層屋

3 睡房+書房, 2 浴廁, 2半廁, 逾2970呎。主層9呎樓底及LVP地板, 南向後院。較新冷氣 2025。鄰近Fish Creek Provincial Park、步行徑及池塘。 \$719,900



Livingston 獨立兩層屋

3 睡房, 2.5浴廁, 約1790呎。主層9呎樓底, 廚房浴廁全花崗岩檯面, 前進式雙車房。東北Livingston新興社區, Hub會所, 近Stoney Trail、學校及商場。 \$689,900



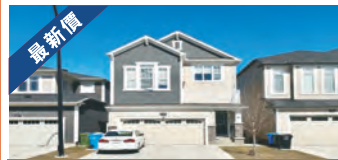
最新價 西北 Arbour Lake 獨立平房

2+1 睡房, 3 浴廁, 1449呎, 角落地段。主層拱形天花, 主人房11呎拱形天花, 露台配Gazebo。西北湖畔社區, 近C-Train、學校及Crowfoot商場。 \$685,000



最新價 西北 Arbour Lake 獨立兩層屋

共逾2740呎, 3+3 睡房, 特大 Bonus Room, 3.5 浴廁, 土庫全部完成。石英檯面廚房, 不銹鋼家電。步行可至學校及YMCA, 鄰近C-Train、超市及商店! \$679,900



最新價 西北 Carrington 獨立兩層屋

3 睡房, 2.5 浴廁, 約1800呎, 背向步行徑可達池塘。主層9呎樓底, 全屋LVP地板, 無地毯, 廚房石英檯面, 前進雙車房。鄰近商店及餐廳。 \$659,900



最新價 西北 Evanston 獨立兩層屋

背後無鄰居, 共逾2270呎, 3+1 睡房, 3.5 浴廁, 土庫全部完成。前進式暖氣雙車房, 配置冷氣, 全新屋頂, 較新暖氣及熱水爐。步行可至學校。 \$659,900



最新價 西北 Kincora 獨立兩層屋

3 睡房, 3.5 浴廁, 約2000呎。廚房花崗岩檯面, Bonus Room, 光猛開揚, 南向後院, 背後無鄰居。前進雙車房。近步行徑、商場、超市及餐廳。 \$649,999



最新價 西北 Livingston 獨立兩層屋

2024年建, 3 睡房, 2.5 浴廁, 約1810呎, W/O土庫。主層9呎樓底及豪華LVP, 廚房石英檯面, Bonus Room。生活圈圍繞 Livingston Hub, 購物飲食一應俱全。 \$629,900



最新價 西北 Edgemont 獨立平房

投資收租首選! 3睡房1浴廁, 附 Legal Suite(2房1廁), 逾1000呎, 2個停車位, 面向草地。步行達Bobby Chao's中菜館, 近學校及商場。 \$625,000



最新價 西北 Nolan Hill 兩層排屋

背靠池塘及步行徑, End Unit, 1546 呎, 3 睡房, 2.5 浴廁。主層實木硬地板及9呎樓底, 前進式雙車房, 配置冷氣。 \$499,900



最新價 2 Open House Evanston 三層排屋 | End Unit

東向正門及露台背向大草原。3 睡房+書房, 2.5 浴廁, 1473呎。光猛單位, 多項更新, 配置冷氣, 雙車房。鄰近學校、公園、步行徑、商場及餐廳。 \$489,900



最新價 西北 Evanston 獨立兩層屋

面向足球場! 3+2 睡房, 3.5 浴廁, 逾2250呎, 完成土庫。主層9呎樓底及實木地板, 廚房石英檯面。主人套廁配有天窗。配置冷氣, 前進雙車房。鄰近公園、商場及餐廳。 \$669,900



最新價 西北 Coventry Hills Bi-Level 獨立屋

3+1 睡房, 書房, 3 浴廁, 逾2098呎, 完成土庫。主層11呎拱形天花, 東向廚房花崗岩檯面, 特大家庭廳, 前進式雙車房。近Vivo康樂中心、學校及商場, 生活便利! \$588,900



最新價 西北 Edgemont 複式五層獨立屋

4 +1 睡房, 3 浴廁, 約1800呎, 後院背向學校球場。11呎拱形天花光猛客廳, 特大露台。較新熱水爐(2024), 屋頂(2023), 廚房及家電(2022), LVP地板(2022)。 \$799,900



最新價 西北 Hawkwood 獨立複式四層屋

3 睡房 + 書房, 2.5 浴廁, 約2370呎, 第三層全完成W/O土庫。主層12呎拱形天花設計, 配置冷氣。可步行至學校, 近Crowfoot C-Train及商場。 \$799,900



最新價 西北 Sage Hill 三層排屋

3睡房均設套廁, 4.5浴廁, 約1500呎, 完成土庫, 生活空間充裕。主層9呎樓底, 不銹鋼家電, 即熱式熱水爐, 單車房。近Walmart、Co-op、Shoppers、學校及商場。 \$475,000

喜粵居 China Palace Restaurant

酒家

新 營業時間

星期一至三：早上11時～晚上9時半
(逢星期四休息)
星期五、六及日：早上10時半～晚上10時半

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

全新優惠 開心價錢 份量不變 質量保證

感恩
媽媽

豪華四人餐

紅燒喜鵲 (1隻)
翡翠螺片
花膠海皇羹
原隻鮑魚扒豆苗
(六頭/四隻)

XO鴛鴦糯米軟殼蟹炒飯

送 精美糖水
Xo炒蘿蔔糕(1例)

優惠價 **\$228**

親親
媽媽

精裝六人餐

黃金百花球 (6隻)
油泡螺片
瑤柱海皇魚肚羹
馳名喜粵清香雞 (半隻)
原隻鮮菠蘿牛柳粒
金銀蒜蓉蒸大蝦
椒鹽白飯魚炒大蟹
瑤柱蟹籽炒飯
精美糖水

超特價 **\$238**

母親節
快樂

晚市仔寶套餐、
二和、三和等
特價餐繼續優惠



全新口味
\$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 番茄菠蘿豬扒飯
星期六 意式肉丸肉醬意粉
星期日 夏威夷雞扒飯

合家歡聚十人餐

喜粵大拼盤
或 秘製醬燒鴨 (前天預訂)
黃金蝦球 (10隻)
或 百花釀金錢 (10隻)
Xo醬花枝鮮螺片
花膠雞絲羹
薑蔥龍蟹+脆面底
喜粵清香雞 (1隻)
或 當紅炸子雞 (1隻)
瑤柱冬菇扒苗皇
清蒸海上鮮
臘味糯米飯
乾燒伊麵
精美糖水

特惠價：**\$368**

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
薑蔥街邊炒雙蟹
金菇扒菜苗
鮮菠蘿咕嚕肉
金針雲耳蒸魚塊
瑤柱蟹籽炒飯
香菇燴伊麵
精美糖水

現價
原價 ~~\$368~~ **\$288**

午市特價點心

只限午市堂食 不設外賣

生炒糯米飯 豉汁鳳爪
蠔皇鮮竹卷 花生陳醋雞脚
黃金流沙包 豉汁蒸排骨
蟹籽燒賣 榨菜肉碎蒸腸粉
香茜牛肉球 百花釀茄子
XO炒腸粉 雲南肉絲湯米線
家鄉鹹水角 沙爹金錢肚
潮州粉果 咖哩蘿蔔魚蛋
香煎南瓜餅
素食包

\$4⁷⁵

萬利來

萬利來超市

營業時間

10am - 6pm

A & P

Asian Supermarket Tel: 403-228-2828

地址: 405-8120 Beddington Blvd. NW

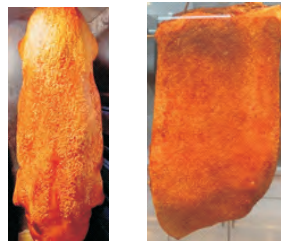
全年接受預訂

「鴻運金豬全體」

現預訂金豬全體之顧客，

送 瑤柱貴妃雞壹隻

港式燒腊



本週特價
脆皮燒肉 / 燒腩仔
蜜汁叉燒

\$11.99/磅+GST

(限於星期五、六、日、一)

於本超市購物滿\$49，本週「送」紅蘿蔔1袋，送完即止。每張收據限領一次 (收銀台領取)

本週特價

May 8, 2026 - May 12, 2026

所有優惠，數量有限，售完即止

本超市誠聘以下職位： - 廚房雜工

熟食之選，新鮮美味



蜜汁叉燒單拼飯

\$9.99/盒+GST

菜乾豬骨粥

(限於星期五、六、日、一)

大: \$2.5/杯+GST

中: \$2/杯+GST

細: \$1.5/杯+GST

豆腐火腩飯

\$8.88/盒+GST

叉燒雞腿雙拼飯

\$10.99/盒+GST

鹵水鴨翼

\$4.50/磅+GST

優惠 1

(限於星期五、六、日、一)



油菜苗

\$2.49/磅



韭菜

\$3.69/磅



白蘿蔔

\$0.59/磅



冬瓜

\$1.29/磅



白菜苗

\$2.49/包



芥蘭苗

\$2.69/磅

優惠 2

著數停不了



送 蔥絲
游水鯽魚

\$6.59/磅



游水單鉗螃蟹

\$17.95/磅



沃柑

\$1.99/磅



新鮮橙

\$1.39/磅



鴨梨

\$1.39/磅



泰蕉

\$1.99/磅



南水梨

\$1.79/磅



粉葛

\$2.39/磅



白果

\$1.25/包



雪裡紅

\$1.69/棵



苦瓜

\$3.29/磅



馬蹄

\$2.99/包



洋蔥

\$0.79/磅



薑

\$1.69/磅



意大利瓜

A&P 醬汁鳳爪 (1磅)

\$9.99/盒



A&P 鮮蝦餃

\$11.39/盒



A&P 鮮蝦豬肉燒賣

\$8.69/盒(小) \$16.99/盒(大)



A&P 蠔皇叉燒包

\$4.99/盒(小) \$9.59/盒(大)

店舖更多優惠，歡迎入內選購



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
(更改需額外收費)

全日外賣無任歡迎

\$48

七天營業 10am~10pm



- 精美甜品
- 菠蘿鴨粒炒飯
- 椒鹽青衣球
- 竹筍羅漢上素
- 蒜香黃金雞
- 京都肉排
- 腰果牛片芋粒
- 金菇鴨絲羹
- ×醬龍鳳球
- 北京片皮鴨

\$198

只限堂食及外賣
不設於任何酒席

超值歡樂宴

游水龍蝦或蟹

特價：
\$29.99 隻
加麵底+\$1.5
(售完即止)



FREE PARKING
免費泊車優惠



impark

Lot 236

414 Centre Street SE

每天早上 10am-5pm

每次免費泊車 3小時

每天5pm後免費泊車

Impark
Lot 236
4 Ave SW
REGENCY
PALACE

Centre St SE

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
- 蒜子豆腐炆腩仔
- 椒鹽鮮魷
- 椒鹽魚球
- 金沙魚球
- 滑蛋蝦仁
- 金沙大蝦
- 美極大蝦
- 椒鹽大蝦
- 乾煸四季豆

- 牛肉芥蘭
- 鮮魷芥蘭
- 沙爹雞片炒菜心
- 豉汁牛肉豆仔
- 豉汁排骨燜南瓜
- 羅漢上素
- 金菇扒玉子豆腐
- 斑腩豆腐煲
- 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
- 沙爹牛肉粉絲煲

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

圖片祇供參考



星期一至日 晚市(Dinner)
5:00pm - 10pm

成人 **\$35.99**
小童 (4~9歲) **\$18.99**
(3歲以下 **\$3.99**)
現金結賬 **85折** 不可與其他優惠同時使用

每晚推出任食

支竹炆羊腩

(包湯底)

任食自助火鍋 百多款火鍋、點心及
自助餐美食加飲料

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



東苑小廚

營業時間
 周一至周日: 11am-2pm、
 4:30pm-10pm
 周二休息

地址: 203 4 St NE 唐人街北 Bridgeland (前 Spicy Hut) 藥房前有免費停車場 **403-4539993**

午市特價

各式撈麵, 湯麵, 炒拉麵,
 配涼拌手撕包菜。 **全部九折優惠!**

六人套餐

翡翠粟米雞蓉羹
 排骨粉條炆豆角
 胡椒蝦
 香辣牛筋腩煲
 欖角豆豉蒸鯧魚
 小炒肉
 炒素雜錦
 六位白飯



奉送飯後甜品 酒釀湯圓

\$128.90

優惠十人套餐

海皇瑤柱羹
 香酥鴨三食
 (片皮, 醬爆鴨骨, 鴨絲炒伊面或炒飯)
 翡翠爆炒三鮮
 上湯雙龍蝦
 鮑汁紅燒肉
 豉汁欖角蒸魚
 蔥油雞煲
 金華火腿扒津白



送 甜點 高力豆沙 **\$388**

母親節豪華十人套餐

- 1) 東苑三拼盤
- 2) 鱈魚肉花膠瑤柱燉烏雞
- 3) 上湯雙龍蝦
- 4) 香酥鴨三食
(片皮, 醬爆鴨骨, 鴨粒鮑魚炆燴飯)
- 5) 翡翠三鮮
- 6) 豆豉欖角蒸魚
- 7) 生炒蔥油雞煲
- 8) 雲腿扒津白



送 高力豆沙 **\$498**

FAT KEE MEAT

發記肉食公司

Unit 2, 1423 Centre St. NW (聯達商場內) 地下



Sale

大特價

帝皇龍崗雞

\$98 / 一箱 (6隻)

2.8磅 - 3.8磅/隻

供應: 豬、牛、羊、雞、鴨等肉類, 零售及批發歡迎



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

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

歡樂填鴨席

\$388

- 北京片皮鴨
- 海皇魚肚羹
- 豉汁蒸鱸魚
- 煎香鹽焗雞
- 京都肉排
- 上湯雙龍蝦
- 蟹肉扒豆苗
- 海鮮魚籽炒飯
- 鴨絲炒拉麵

合家呈祥宴

\$488

- 北京片皮鴨
- 福臨門大拼盤
- 金銀玉帶拌海皇
- 鮑參花膠瑤柱雞絲羹
- 薑蔥雙龍蝦
- 宮廷貴妃雞
- 清蒸鱸魚
- 蟹肉扒豆苗
- 蛋白瑤柱海鮮炒飯
- 金菇乾燒伊麵
- 擂沙湯丸

北京片皮鴨三食

Peking Duck 3 course
可選擇掛包(10隻)或薄餅(20塊)



\$55.95

加鴨鬆生菜包

\$9.99

薄餅

銀芽鴨絲炒幼麵

海皇鴨絲羹

掛包



\$8.95

灌湯小籠包(8粒)
每日下午三時後供應



\$24.95

鐵板中或黑椒牛柳
選用亞伯達省A級牛柳



廚師
推介

精美小菜

每款 **\$16.95**

- | | | |
|----------|----------|-----------------|
| 乾煸四季豆 | 招牌白切走地雞 | 竹筍羅漢齋 |
| 魚香茄子煲 | 紅燒牛筋腩煲 | XO醬碧綠蝦球 |
| 蝦餅炒菜心 | 咸魚雞粒豆腐煲 | 避風塘豬扒 |
| 金沙青衣球 | 京都焗肉排 | 蔥爆羊肉 |
| 豉汁排骨炒四季豆 | 豉汁煎釀三寶 | 上湯響鈴浸菠菜 |
| 菠蘿咕嚕肉 | 沙爹牛肉粉絲煲 | 牛鬆菠菜 |
| 蒜蓉牛肉芥蘭 | 蒜香黃金雞 | 滑蛋炒蝦仁 |
| 金菇瑤柱玉子豆腐 | 黑椒安格斯牛柳粒 | 四川水煮魚 勁辣 |
| 椒鹽肉排 | 椒鹽鮮魷 | 黑椒牛仔骨 |
| 豉汁涼瓜牛肉 | 豉汁涼瓜排骨 | |

五月份

精選特價點心

每日由上午十時至下午三時供應

- | | |
|-------|--------|
| 蟹子燒賣皇 | 馳名鮮蝦腸 |
| 蔥油餅 | XO醬炒腸粉 |
| 沙律明蝦角 | 皮蛋瘦肉粥 |
| 黑椒牛仔骨 | 雜錦海鮮粥 |
| 蒜香蒸排骨 | 乾蒸牛肉燒賣 |
| 香菇滑雞包 | 北菇棉花雞 |

每款 **\$4.95**

高級食府，選料上乘，優質保證！

營業時間

Business Hour

週一、二、四：

11am-9pm

週三休息

週五：11am-10pm

週六、日：

10am-10pm

粵食粵美 20

Royal Taste
Chinese Cuisine

Address/地址：2825 32 Ave N.E

Tel/電話：587-349-1118 587-349-1117

感恩 Mother's day
感♥母親節

六人餐

燒味拼盤
金沙三寶
金鉢三鮮
瑤柱花膠魚肚羹
雙菇扒菜苗
巴辣雞
五柳班塊
招牌焗龍蝦飯

\$238

八人餐

片皮鴨
千絲萬縷繡球蝦
金鉢腰果牛柳粒
花膠魚肚羹
薑蔥龍蝦(炒麵底)
北菇花膠扒菜苗
松露撈雞
五柳班塊
魚子瑤柱蛋白炒飯

\$288

十人餐

八寶大拼盤
金鉢花枝帶子
花膠魚肚羹
上湯雙龍蝦炒年糕
原條澳洲參蝦丸扒菜苗
金枕京都骨
貴妃加美雞
清蒸海上鮮
魚子瑤柱蛋白炒飯
乾燒伊麵

\$498

供應期為5月8日至15日

所有母親節套餐於一日前預訂，可獲**九折**優惠(付現金八五折)

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)
Commerical Manager
商業部經理
bruce.liang
@liangcommercial.ca

403-606-0112



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)



Enoch Lui 國·粵·英語
403-512-8140
enochlui
@liangcommercial.ca



Quentin Wang 國·粵·英
780-952-6881
quentinwang
@liangcommercial.ca

生意買賣及餐館租賃/買賣

A2271621 水管工程 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
聲譽卓越的水管工程公司擁有成熟營運流程、技術團隊，以及熟客與轉介客戶。現任業主即將退休，降價轉讓！月租 \$1,000。售價 \$199,000。

A2275764 亞洲餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
餐廳位於 Mission 社區人流絕佳，空間為 1,631 平方呎，設備齊全，目前租約尚餘 5 年，月租金約為 \$7,000。符合相關條件可轉換為其他餐飲項目經營。月租 \$32/平方呎。售價 \$324,900。

A2264273 便利店 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
便利店生意轉讓！本店獲利表現亮眼，擁有高於平均的收入，且營運流程簡單易上手。物業地理位置優越，可快速前往 Deerfoot Trail。月租 \$2,611。售價 \$299,900。

A2261990 亞洲餐飲單位 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
亞洲餐飲單位生意轉讓！位於人流量極大的購物中心美食廣場，即頂即營。店內裝修現代，廚房佈局高效，並已累積忠實客戶群！月租 \$2,990。售價 \$55,000。

A2233728 餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
餐廳生意轉讓！位於 NW 商住混合區，店內面積約 1,176 平方呎，擁有全新且設備齊全的廚房與用餐區。該路段白天有穩定的商務客群，傍晚則有密集的居民流量，能有效支持堂食、外賣、外送或外燴等多種經營模式。月租 \$3,136。售價 \$129,900。

A2261708 越南餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
越南餐廳生意轉讓！餐廳距離 LRT 輕鐵站僅幾步之遙，處於行人往來頻繁的熱門地段。空間裝修現代且風格時尚，專業設計的廚房佈局高效，非常適合堂食、外賣或外送服務，該店已建立起深厚的忠實客群，即頂即營！月租 \$9,870.25。售價 \$549,000。

A2271477 美髮沙龍 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
美髮沙龍生意轉讓！位於 Country Hills Landing Plaza 地點優越，廣場內提供充足的停車位。自 2009 年起營運至今，基礎穩固，此項目為即頂即營模式，接手即可順利運作。月租 \$29/平方呎。售價 \$49,900。

A2276913 餐廳 (生意轉讓) - Calgary, AB NEW
餐廳位於 NW 繁忙購物中心，室內空間約 1,300 平方呎，可容納 40 人用餐。除配備新穎廚房，亦擁有專屬網站提供外賣與外送服務，整體配套齊全。月租 \$1,800。售價 \$219,000。

A2268794 釀酒廠/酒吧 (生意連物業出售) NEW
釀酒廠/酒吧生意連物業降價出售！坐落於 Okotoks 市中心黃金地段，獨立式建築全面翻新，設有品酒室、升級後的廚房與酒吧以及戶外露台。所有硬體設施均已準備就緒，接手即可立即營運。售價 \$499,990。

A2252575 洗車房生意連物業 (出售) NEW
洗車房生意連物業出售！四車位洗車房已成功營運多年，近期新增了刷卡支付系統。此物業還包括一棟空置建築，可擴建自動洗車房、汽車修理廠、自助洗衣店或其他互補性業務。售價 \$519,000

商業物業/土地出租買賣

A2307184 商業單位(出售) NEW
- 3730 108 Avenue NE # 2138 Calgary
位於熱鬧且發展成熟廣場內，物業內部規劃完善，包含已裝修的辦公室閣樓。目前主層已出租，是具備持續收益能力的優質資產！售價 \$1,490,000。

A2304666 工業分層單位(出售) NEW
- 3610 29 Street NE # 8 Calgary
工業分層單位出售！佔地約 1,720 平方呎，擁有 18 呎淨高天花板、一個 12 呎乘 10 呎的駛入式捲簾門，以及 100A、240V 的三相電，包含兩個專屬停車位。內部設有兩間私人辦公室、兩間洗手間以及一個步入式冷藏庫。售價 \$560,000。

A2238530 工業分層單位 (出售) NEW
- 3208 8 Avenue NE # 504 Calgary
工業分層單位降價出售！物業鄰近 Barlow District 與 Memorial Drive，主層 1,000 平方呎，配備 18 呎高天花板以及 200 平方呎閣樓，設有三間辦公室、一間完整浴室，以及配備洗碗機的廚房，另附帶三個專屬停車位，適合作為事務所/辦公室或改回倉庫的潛力。售價 \$315,000。

A2299637 零售商舖 (出售) NEW
- 246 Nolanridge Crescent NW # 115 Calgary, AB
零售商舖出售！位於 Nolan Hill 繁榮社區，面積超過 1,350 平方呎。極佳曝光率、適合多種用途，包括中西醫診所、牙科、獸醫、餐廳、健身中心、美容美髮沙龍、便利店等。環繞多家租戶與大型購物中心，鄰近高密度人口增長社區。售價 \$799,000。

A2267229 辦公室 (出售) NEW
- 4603 Varsity Drive NW # 204 Calgary
辦公室降價出售！位於 Varsity Towers，約 1,435 平方呎，設有五間採光充足辦公室、簡易廚房及共享會議室。停車空間充裕，包含兩個地下車位及三個地面車位。大樓提供度假村級別設施，包括室內泳池、熱水浴池、健身房以及戶外燒烤露台等。售價 \$589,900。

A2277115 便利店/酒舖 (出售) -Shaughnessy, AB NEW
便利店/酒舖降價出售！距離 Lethbridge 僅不到 15 分鐘車程，坐落於 0.37 英畝的轉角地塊，地理位置優越且緊鄰高速公路。作為鎮上唯一的便利店與酒舖，該生意擁有得天獨厚的競爭優勢！售價 \$549,000。

A2300404 汽車旅館 (出售) - Camrose, AB NEW
汽車旅館出售！此物業包含 40 間客房 (其中 7 間附設簡易廚房)，曾以全國知名連鎖品牌經營。該生意展現可靠的現金流，2024 年與 2025 年的客房收入均約為 \$400,000。自 2023 年購入物業以來，業主已翻新屋頂及部分客房整修，是擁有多元且在地化客群支持的優質酒店資產。售價 \$1,690,000。

A2299557 酒店 (出售) - Blairmore, AB NEW
酒店出售！資產包含汽車旅館、餐廳及酒吧，汽車旅館部分設有 17 間客房，每間均配備完整浴室。物業內設有約 65 個座位的持牌餐廳，以及可容納 120 人以上的酒吧，並配置桌球檯、ATM 及娛樂系統等營收設備。此項目擁有長期的經營歷史與穩定客源，目前員工齊備。售價 \$1,299,000。

A2271174 工業分層單位 (出售) NEW
- 416 Meridian Road SE # 11B Calgary, AB
工業分層單位出售！結合辦公室、倉庫及儲存空間，分區為 I-C，支援多種零售及商業用途。單位面積約 1,750 平方呎，另設鋼結構夾層，空間寬敞。前方設有兩間獨立辦公室、接待及休息區，以及 1 型廚房。後方為約 14 呎樓高的寬敞倉庫及工作區。物業配備車道式裝卸門、400 安培電力及冷氣系統，適合設備使用或多元業務需求。售價 \$425,000。

A2287584 城外工業單位 (出售) NEW
- 235126 Ryan Road # 5 Rural Rocky View County, AB
城外工業單位降價出售！位於 Patton Industrial Park，面積約 4,500 平方呎，內部設有 22 呎淨高天花板，以及一個 16 呎乘 16 呎的駛入式大型捲簾門。物業位於 Rocky View County，享有比 Calgary 更低的物業稅優勢，管理費每月約 \$631。售價 \$1,099,900。

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。

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




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

CALGARY TOURS

814 Centre St. N Calgary
(中央街北夾7跟8Ave 獅子橋北, 黃金商場內)

SINCE
1994

歡樂旅遊

所有團隊由專業廣東話/
普通話導遊全程照顧
更多精采行程 請來電
或上網查詢

扫一扫
聯絡歡樂旅遊客服獲得更新資訊
旅遊專線: 403-276-7816
whatsapp: 587-973-0687
www.calgarytours.ca



親臨現場報名任何旅遊團, 即可獲贈精美禮品一份! 數量有限, 送完即止, 欲報從速。歡迎您前往本公司官網預訂與付款, 快速、便利又安全! JR PASS + 特價機票 + 旅遊團/郵輪 + 各地酒店 + 旅遊保險 + 各式巴士出租 + 代辦中國簽證 + 各國客製行程

春天快閃優惠

哥倫比亞冰原1日遊 5月29日 限時優惠價 \$49/人	RADIUM 鑛溫泉1日遊 5月21日 限時優惠價 \$49/人
賈斯珀國家公園2日遊 5月13日, 5月30日 每位\$385起	送早餐 總值\$57 送國家公園門票

夏季加東海洋省

10天 海洋3省王子島 多倫多來回	\$1139
5天 多倫多 魁北克 渥太華	\$539
6天 哈利法斯出發 海洋3省 多倫多結束	\$929
7天 多倫多+翠湖山莊+大瀑布	\$939
1天 多倫多市區	\$80
2天 尼亞加拉大瀑布	\$199
1天 多倫多自由日 觀光巴士車票	\$75

輕鬆超值之選

卡加利往溫哥華 巴士團
兩天一晚
限定出發: 5月11日, 5月18日
酒莊品味佳釀 | 荷蘭農場體驗
暢遊露易斯湖 | 奧肯那根湖

四人同行
每位\$199起

超值郵輪

維京河輪 - 光之城四國之旅 2026年7月15-27日 巴黎 德國 紐倫堡 布拉格 包來回機票, 4晚酒店, 7晚郵輪, 岸上觀光, 機場及港口稅	標準房 每位 \$5299起
皇家加勒比郵輪 - 海洋量子號 2026年8月20-28日 洛杉磯, 卡波聖盧卡斯, 馬薩特蘭 包來回機票, 1晚酒店, 7晚郵輪, 機場及港口稅	內艙房 每位 \$1390起
諾唯真郵輪 - 太陽號 2026年9月11-23日 芬蘭 愛沙尼亞 立陶宛 波蘭 德國 丹麥 包來回機票, 2晚酒店, 9晚郵輪, 機場及港口稅	送WiFi 送船上旅遊券 內艙房 每位 \$5190起
公主郵輪 - 鑽石公主號 2026年12月9-19日 新加坡來回 越南 包10晚郵輪, 機場及港口稅	內艙房 每位 \$1585起
名人郵輪 - 愛極號 2026年12月1-12日 澳洲 大堡礁 包11晚郵輪, 機場及港口稅	內艙房 每位 \$2169起

環球旅遊

【超值】江南水鄉6天	CS\$899起
【美食】山東6天	CS\$699起
【精選】東北四大名城7天	CS\$1099起
【享受】南北疆全景15天	CS\$2999起
【魅力】台灣環島8天	CS\$778起
【享受】埃及尼羅河11天	US\$1499起
【推介】土耳其浪漫13天	US\$1799起
【悠遊】法國全景深度遊10天	US\$3099起

簽證開放, 馬上組團出發

四人成行 私人包團 天天出發 隨時出行

河南少林寺5天4晚
鄭州/少林寺/洛陽/洛邑古城/開封

山城重慶5天4晚
金佛山/仙女山國家公園/天生三橋/李子壩/洪崖洞

北京蘇州上海6天5晚
天安門/故宮/長城/蘇州古城/城隍廟/黃浦江

建議行程
每位\$799起

旅遊資訊 - 自助遊 一站通

- 加拿大國家公園年票: 一票在手自駕暢遊班夫等絕美國家公園!
 - 各地觀光巴士: 隨上隨下, 深入探索歐美加等城市風光, 附導覽解說, 自由行首選!
 - 景點門票優惠: 美加熱門景點通通有, 省錢又省時!
 - 機票+酒店套票: 出國開支最精打細算, 價錢更抵!
 - JR PASS: 一票通行全日本, 從北海道到九州, 暢遊無極限!
- 歡樂旅遊一站式為您計劃及安排夢想旅程

佳美旅遊 VISATOCINA 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

溫水浸泡 足部 足趾軟化 及修剪

足趾打磨至 沒有鋒利邊緣 檢查足趾 及老繭

Centre Orthotics

Banff, Jasper -- Rocky Rockies · 一日打卡夢幻四湖

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

加東加西美東美西 Las Vegas 套餐, 全球各地郵輪

全球上網卡 \$10起

足趾護理服務 - 由足部專家-李先生主理

每次收費 \$32 需即場以現金支付

可以提供發票 並協助申請政府補貼
(補貼限65歲以上的低收入人士, 補貼額為\$32)

地址 116 16 Ave NW, Calgary AB, T2M 0H2
電話 403-455-6006 有中文服務 後面有免費停車位

2026全陪團
(包機票、食宿、門票, 國粵語全陪服務)

紐芬蘭 (六月份) 海洋三省 (九月份)
洞穴溫泉巴士團 (十月份)

中美加免費漫遊
手機計畫:
25/25G起,
保留加拿大號碼,
Telus信號

精誠餐館工程有限公司

3E Sheet Metal & Food Equipment Ltd.

- ★ 餐館、倉庫、廠房設計裝修、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

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
可刷美國簽證面試日期 韓國簽證 ● 澳洲簽證

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 放棄聲明 省府認證 監護公證 各類宣誓

Asia Sky Holidays 華星假期

地址: #3050-4000 No.3 Road, Richmond, BC (溫哥華列治文時代廣場3050室)

歡迎致電查詢
或向各大旅行社報名

免費長途電話: 1-866-388-1188

www.asiaskyholidays.com info@asiaskyholidays.com

BC Mixed Travel Agent/Wholesaler License No. 25483
A division of China Star Holiday (Canada) Ltd.



榮獲BBB 卑詩商譽局
2012年「市場卓越企業獎」

世紀綠洲號 MV Century Oasis 長江三峽五星級豪華遊船 (2023年首航)



12天 (11晚) 全包美食豪華團

【深圳出發】長江三峽、武漢、荊州、宜昌、重慶、大足石刻、成都、樂山大佛、三星堆博物館、深圳【高鐵來回】

重慶增加重慶
最新「慶愉宴」宮廷宴
及皇庭表演

【2026年】出發日期:

4月12日 滿 10月25日
5月17日 滿 11月1日
10月11日 11月8日
10月18日 11月15日

雙人房每位
C\$ 2990



陳健邦 AM1320 華僑之聲 節目主持
與你暢遊長江三峽
2026年10月11日 (團號: CSH-1011)

絲綢之路 14天 (13晚) 經典豪華遊 (全包團)【深圳出發】

烏魯木齊、吐魯番、敦煌、莫高窟、張掖、西寧、西安、深圳

【包國內機票往返深圳】

雙人房每位
C\$ 4990

【2026年】出發日期: 5月15日 滿 及 10月9日

超倫·黃錦青 AM1320 華僑之聲 節目主持
2026年10月9日與你探索經典絲路 (團號: SILK-1009)



山西、少林寺 14天 (13晚) 美食豪華團 (全包團)【深圳出發】

太原、五台山、大同、懸空寺、應縣木塔、雲岡石窟、平遙古城、靈石崇寧堡、壺口瀑布、鄭州、洛陽、開封(包公祠)、少林寺、深圳【包國內機票往返深圳】

雙人房每位
C\$ 3690

【2026年】出發日期: 5月8日 滿 / 9月11日 / 10月9日



單培東 (單Sir) AM1320 華僑之聲 節目主持
2026年9月11日與你尋味中原文化 (團號: SXH-0911)

貴州、桂林 12天 (11晚) 豪華團 (全包團)【深圳出發】

貴陽、黃果樹大瀑布、花江峽谷大橋、青岩古鎮、西江(千戶苗寨)、荔波(大小七孔景區)、中國天眼、桂林、陽朔、龍脊梯田、深圳【高鐵來回】

全新景點 2026年10月14日【限定出發】

花江峽谷大橋 (世界第一)
中國天眼 (全球最大)
黃果樹瀑布 (亞洲最大)
張藝謀打造【印象劉三姐】表演

雙人房每位
C\$ 2790 (團號: KGL-1014)

最新 長江三峽五星級遊船 MV Vista Aurora

2026年10月首航【極光號】及張家界

12天 (11晚) 全包美食豪華團【深圳出發】
長江三峽、武漢、荊州、宜昌、重慶、張家界【高鐵來回】

【2026年】出發日期:
10月14日及11月4日



雙人房每位
C\$ 3390



粵語領隊深圳隨團出發 | 餐膳門票小費全包 | 保證成團 | Visa/Master信用卡付款, 免收手續費

洛基山班夫國家公園 1日遊 \$99 買一送一 贈此團

洛基山幽靜國家公園 1日遊 \$118

洛基山路易斯湖+夢蓮湖 1日遊 \$118

恐龍化石博物館 1日遊 \$128 **精品小團**

哥倫比亞冰原 1日遊 \$148

華特湖國家公園 1日遊 \$148

北美特惠旅行團

加西	夏季 加拿大西岸 3日 輕鬆遊	\$178起
	夏季 加拿大西岸 4日 輕鬆遊	\$348起
	夏季 加拿大西岸 5日 輕鬆遊	\$448起
	溫哥華賞鯨 4月-10月 限定 NEW!	\$195起
	溫哥華維多利亞2日 NEW!	\$269起
加東	溫哥華島 托菲諾生態療育三日	\$438起
	溫哥華維多利亞3日	\$569起
	尼亞加拉大瀑布全景1日	\$80起
白馬	渥太華 滿地可 魁北克 加東經典3日	\$189起
	加東升級深度4日	\$398起
	夏季加東 5/6日 經典遊	\$619起
美西	白馬極光觀賞之旅4日	\$438起
	白馬+維多利亞6日	\$1038起
	白馬+洛磯山脈8-11日	\$1078起
美東	洛杉磯接機+舊金山+優勝美地5日遊	\$398起
	洛杉磯主題樂園+聖地牙哥+優勝美地5日	\$499起
	美西豪華 商務輪7日團	\$799起
	羚羊彩穴大峽谷布萊斯峽谷錫安公園4日	\$599起
夏威夷	紐約出發 美東精選4日	\$219起
	紐約曼哈頓時尚3日	\$299起
	波士頓華盛頓紐約豪華5日	\$478起
夏威夷	夏威夷 悠閒海島5-7日遊	\$538起

夏日精選 採果品酒之旅 \$268起

7/04 & 7/11 **報名送 飯店早餐**

7/18 & 7/25 **加碼送 酒莊品酒**

2026 全新 長江三峽遊輪

鉅金江南 長江行攬月號12日

\$1299起 起+機票稅項

包往返機票, 陸地團, 三峽遊輪。一票三地, 可停香港

新疆伊犁薰衣草之旅8天

僅此一團: 6月18日 **買一送一**

草原花海+預配湖遊;
帶您穿越伊犁河谷探尋獨
屬於北疆的奇蹟風光

\$599

2026年10月21日抵達

成都·重慶·西安

14天文化美食深度探索

CAD \$1590 雙入房 指此一團 名額有限

汎亞專人領隊 全程中文導遊

亞洲旅行團

超值團	純玩團	東南北亞團
鉅金江南7日 \$0	魔幻之都 山城重慶3日 \$499	洞爺湖溫泉5日 \$598
璀璨金鑽江南奢華8日 \$0	桂林 灕江陽朔5日 \$699	日本 溫泉6日 \$598
九寨溝五星酒店升級版8日 \$0	尋味大灣區 廣東美食6日 \$699	韓國6日 \$629
洲際深坑黃山千島湖9日 \$49	廈門 潮汕 閩粵美食6日 \$779	泰國曼谷芭提雅6日 \$899
江南長江三峽11日 \$49	熊貓樂園 洲際酒店5日 \$799	下龍灣吳哥窟8日 \$1399
廈門泉州福建土樓6日 \$199	九寨溝 成都 洲際酒店7日 \$899	馬來西亞新加坡6日 \$1499
大灣區 廣東美食6日 \$259	北京豪華深度5日 \$999	尋味南洋美食純玩7日 \$1699
張家界 鳳凰古城7日 \$279	鳳凰長江三峽遊輪9日 \$1199	南北越美食豪華11日 \$2349

保險代理: Allianz, Manulife

營業時間: 週一至週五 上午 10:00 - 下午 06:00
週六 上午 10:00 - 下午 03:00

專辦: 機票/國內外旅遊/郵輪/訂酒店/觀光交通
代辦簽證: 中國/越南/澳洲/美國 ESTA . EVUS

Tel: (403)237-5455 龍城商場一樓 110, 328 Centre Street NE, Calgary T2G 4X6
Unit 11, 1423 Centre St. NW, Calgary T2E 2R8
Tel: (403)230-0220 聯達商場二樓
Tel: (604)284-0283 列治文 溫哥華 1260-4000 NO.3 Road Richmond, BC V6X 0J8
Tel: (604)659-8888 素里 溫哥華 #101K, 15277 - 100 Ave. Surrey, BC V3R 8X2
北美免費電話: 1-877-663-3948 網址: www.panasiaholidays.ca E-mail: panasiaholidays@shaw.ca

汎亞旅遊 CAVA
PANASIA Holidays Travel 珈華旅遊

Pinnacle Age Well 愛有坊

衛生局 AHS 認證，
全方位居家照護服務公司

服務內容包括：

- 個人護理協助 (洗澡、穿衣、行動支持)
- 用藥管理
- 健康計畫
- 陪伴服務
- 基本清潔服務

愛有坊可提供建議如何成功取得政府資助。
公司網址：Pinnacleagewell.com
Email：info@pinnacleagewell.com
電話：**403-471-1237**
阿爾伯特省衛生局認證查詢地址：

QR CODE:

ALBERTA BLUE CROSS

Client Directed Home Care | Alberta Blue Cross®
ab.bluecross.ca

Pinnacle Age Well 愛有坊

衛生局 AHS 認證，
全方位居家照護服務公司

誠聘護理人員

加入 AHS 認證居家照護團隊 | Pinnacle Age Well 愛有坊

職位：居家護理助理 / 陪護員 (全職 / 兼職 / 臨時班)
地區：卡加利及周邊地區

職位要求：

- 需有長者照護經驗、有愛心及合法工作身份
- 持 HCA 證書者優先
- 彈性排班, 友善團隊工作環境

應徵方式：
請致電 825-883-9355
或電郵履歷至 hr@pinnacleagewell.com

ALBERTA HEALTH SERVICES

ALBERTA BLUE CROSS

Client Directed Home Care | Alberta Blue Cross®
ab.bluecross.ca



戚育民

Rick Qi

Double Centurion Producer
www.rickqi.com



403-605-0504

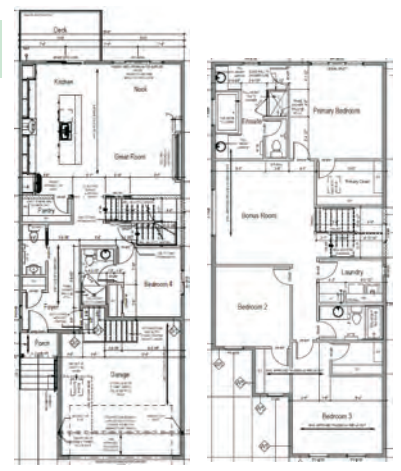
Livingston

全新Walk out 背靠Pond草地

Walk Out土庫, 背靠水塘草地, 由著名建築公司建造, 2468尺全新獨立屋, 用料上乘。主層9尺樓高, 全層LVP地板, 主層睡房有全浴套間, 適合不想上樓梯人士。特大廚房, 高級雲石檯面, 高級電器, 有推拉門出寬大陽台, 享受優美靚景。明亮客廳有壁爐。上二樓的樓梯有鐵枝扶手。樓上有3間大睡房, 主人房大窗, 主人浴室有兩個洗手盆, 獨立淋浴, 大浴缸, 和特大衣帽間。Bonus Room有大窗, 二樓洗衣房。Walk out土庫, 有將來廚房, 洗衣房, 廁所的出入水管rough in。前進雙車房。全屋明亮光猛, 設計寬敞, 近水塘, 步行徑, 交通方便。全新, 無人住過, 今年四月底可入住。

Livingston

\$899,000



門前草地公園 Country Hills

排屋, 兩層, 1190尺, 3睡房, 1.5浴室, 主層大客廳, 有壁爐, 推拉門到後院, 寬敞廚房及飯廳, 前進單車房。門前草地公園, 步行至巴士, 鄰近商場, 電影院, 及餐館, 交通方便。

\$359,000

前進雙車房 Panorama Hills

排屋, 兩層, 1339尺, 3睡房, 2.5浴室, 主人房有主衛套間。主層9尺樓高, 全層硬木地板, 廚房及洗手間雲石檯面, 飯廳可出Balcony, 前進雙車房。門前草地courtyard, 近學校, 巴士, 操場公園, 交通方便。

\$440,000

市中心 East Village

市中心柏文, 兩睡房, 一全浴室, 9呎樓底, 廚房及全浴室, 雲石檯面, 大陽台, 步行至圖書館, 輕鐵站及Studio Bell, 交通方便, 投資自住佳品。

\$249,900

太陽能板塊 Evanston

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

\$614,900



Lisa Li 黎小萍

百萬經紀會會員
Office Tel: 403-452-5577
403-714-3377
lisaxpli@hotmail.com



1 PANORAMA HILLS
柏文, 750呎, 2睡房, 2全廁, 書房, 保養好, 近學校、巴士、超市、銀行、餐館等。
\$284,900

2 唐人街柏文
一房單位加一書房, 658呎, 向東, 180呎長露台, 有冷氣, 室內暖氣車位。
\$250,000

3 COVENTRY
平房, Bi-Level, 900呎, 樓上2睡房+土庫一睡房, 2全廁, 雙車房, 近巴士、超市、遊泳場。
\$519,000

4 PANORAMA
二層, 1630呎, 2.5廁, 3睡房, 近學校、巴士、超市、餐館、銀行等。
\$619,000

5 HARVEST HILLS
2層全新裝修屋, 1250呎, 3睡房, 2.5廁, 主人套房, 土庫完成, 前進雙車房。
\$574,900

6 PANORAMA
2層, 3700呎, 背靠湖, 高天花, 樓上3睡房+主層1睡房+土庫1睡房, 5全廁, walk-out土庫全完成, 前進3車位, 近學校、巴士、購物中心。
\$1,500,000

7 LIVINGSTONE
8年新, 2層, 2050呎, 3睡房, 3.5廁, 保養好, 土庫全完成, 前進雙車房。
\$689,900

8 SANDSTONE
平房Bi-Level, 1206呎, 3睡房, 3全廁, 土庫全完成, 有1睡房+1全廁, 前進雙車房。
\$629,900



Larry Tang

COMMISSIONER FOR OATHS



工商業地產
生意租約買賣
投資物業生意
買賣房屋地產

服務卡城房地產 超26年經驗
COMMERCIAL & RESIDENTIAL. 403-630-4288

1 新上市 西北區, Evanston, 兩房兩全廁柏文單位, 904呎, 位二樓, 單邊單位, 大陽台, 室內停車位, 屋內光猛開陽, 新油漆及地板, 位內街, 交通方便。 (201.2300 Evanston SQ NW.) **\$329,900**

2 新上市 西北Kincora, 兩房兩全廁, 單邊柏文, 889呎, 位二樓, 大陽台, 全新油漆及地板, 室內光猛開陽, 交通方便, 可步行至Creekside Shopping。管理費\$545/月 (全包, 除電及地稅) (224-195 Kincora Glen Rd. Nw) 開價 **\$339,000**

3 西北新區, LIVINGSTON, 全新柏文大廈, 四層高, 兩房, 一全廁, 地下停車位, 約580呎, 只數分鐘可達大統華。現有\$10,000特價優惠, 請盡早預訂! **\$259,000**

4 南面小鎮Okotoks, 離南邊卡城約20分鐘車程, 商業舖位物業, 有現成租客, 20號物業, 前商舖兩層式, 後住宅平房, 一睡房, 大客廳, 廚房及一全廁, 面積合共1670呎, 合法前舖後居物業, 位市中心主街。 (20 MCRAE ST: **\$599,000**)

5 西南靚區Bridlewood, 老字號, 日本餐館, 位於大廣場, 約2200呎, 80座位, 生財器具齊全, 生意好, 租金約\$8000/月, 店主經營多年。 開價 **\$399,000**

6 西北Panorama獨立兩層前進雙車房, 2296呎, 三大睡房, 三個全廁, 全新裝修 (新廚房、地板、地氈, 上層有一大家庭廳, 全屋 開價 **\$759,900**

#1 TOP PRODUCING TEAM
BY PRODUCTIVITY PER AGENT FOR THE YEAR 2025 AND 2024
 AND TOP TEAM BY TOTAL PRODUCTIVITY FOR THE YEAR 2025 AND 2024

We offer free mortgage assessment. VISIT OUR OFFICES:
 T&T PACIFIC PLACE MALL KIOSKS 3 & 17
 999 36 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
 ppasioncirqealty

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

403-818-1899
 中文、英文、菲律賓語、越南話

OUR SERVICES:
 商業買賣地產
 房屋買賣地產
 投資物業地產

擁有專業的銀行貸款
 驗屋師
 律師團隊

免費資訊打價
 一條龍服務

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, 2024, 2025



403-796-4488 **403-702-4205** **587-436-1235** **403-818-1899**
 ZONIA PASION PETER PASION BRYN PASION PAUL SY

NE Martindale
 雙層排屋，土庫完全裝修，1869呎，5睡房，3.5浴室，寬敞客廳，大客廳，高天花，高木地板。位置絕佳，近 genesis centre, LRT站，學校，車站，購物，餐廳及一切生活設施。
\$405,000

NW Sage Hill
 全新現代化公寓單位，睡房，1浴室，寬敞客廳與餐廳，配備空調，1個地下暖氣停車位，獨立儲物櫃，套房內洗衣設備，私人陽台，97高天花，全屋LVP地板，以及升級版櫥櫃配石英石檯面與不鏽鋼家電。步行即可抵達TNT超市、沃爾瑪、公車站、公園、購物區及餐廳。
\$279,800

SE Mahogany
 保養良好、即可入住，提供超過 1,745 呎的居住空間，獨立側門全裝修地下室。物業具備潛力適合多代同堂居住，或作租金收入。4間睡房、3.5個浴前、寬敞客廳與家庭室、豪華木紋地板 (LVP)、高檔不鏽鋼家電、櫥櫃及石英石檯面的寬敞大島、雙獨立車庫及寬敞露台。鄰近公園學校購物及主要幹道。
\$640,000

NE Whitehorn
 2200呎獨立屋，超大大雙車庫，面向綠地，超2250呎，4睡房，3.5浴室，大家庭房及飯廳。豪華lvp地板，不鏽鋼家電，高檔廚房帶儲藏間。土庫完全裝修，分門出入，位置絕佳，近購物，娛樂，車站，公園，遊樂場。
\$539,900

SE Radisson Heights
 雙層半邊雙拼，1073呎，3睡房，1.5浴室。寬敞客廳，主層瓷磚地板，大停車棚，許多停車位，位置絕佳，步行可至C-Trian站，近學校，公園及購物中心。
\$359,900

NE Marlborough
 升級大 Bungalow，上住下出租，5睡房，2浴室，2廚房，大客廳，大庭院。位置絕佳，近商店，學校，娛樂設施，車站，公園及遊樂場。
\$555,000

SE Beltline
 1475呎商業公寓單位，高天花，配備齊，佈局實用，多個獨立辦公室、接待區、開放式辦公區以及帶暖氣地下停車位。適合各行業業入駐。位於Stampede附近，周邊遍佈餐廳、咖啡館及各種生活配套。
\$339,900

NW University District
 1睡房+1den公寓，603呎，位於大學區，明亮門廳，高檔廚房，大窗好採光，主臥帶walk-in衣櫃，帶地下停車位和儲藏，步行方便，近卡大，market mall，醫院及市中心。
\$365,000

INSURELINE BROKERS (CLEAR CUT)
 #203, 1109 - 17 Avenue SW, Calgary, AB T2T 5R9
 www.insurelineclearcut.com

專業保險代理 為您提供一站式全線保險服務
 HOME / AUTO / TRAVEL / COMMERCIAL

Pete Fung CIP, FCIP, CRM 馮栢明
 TEAM LEAD / INSURANCE BROKER
 GENERAL INSURANCE
 (825) 413-1338
 (403) 850-2883
 pete.fung@insureline.com

Lily Leung 梁莉彥
 INSURANCE BROKER
 (825) 413-1336
 lily.leung@insureline.com

Daisy Gong 巩芳芳
 INSURANCE BROKER
 (825) 415-7823
 daisy.gong@insureline.com

WeChat/微信: 2043964095

我們代理以下保險公司



olph 永援聖母堂蒙特梭利幼兒中心
 MONTESSORI CHILD CARE CENTRE
 625 4th Ave, NE T2E 0J9

課程特色

- ◆ 蒙特梭利教學
- ◆ 精心準備的學習環境
- ◆ 中英雙語環境
- ◆ 混齡互動學習
- ◆ 個別化教學

歡迎查詢

歡迎聯絡我們了解更多資訊
 587.577.4180
 admin@olphmc.org
 www.olphmc.org

ADMISSIONS 現正招生 12個月~6歲



「教育不只是知識的傳遞，更是引導孩子發展潛能的過程。」
 ——瑪利亞·蒙特梭利

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
Each office is independently owned & operated.

#1 餐館皇帝

專業服務 信心保證

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 (英文)
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 甲舖按摩店
市中心旺盛地段, 按摩及甲舖面積約1850sqft, 裝修開朗大方, 現有三間房出租, 每月租金收入\$3,360元, 發展潛力高, 生意好穩定, 租平, 保養好, 東主退休, 叫價\$69,900

2 埠仔餐館
小鎮小型餐館, 離卡城約15分鐘車程, 裝修中上, 發展潛質高, 22座位, 租平, 約長, 生意好, 穩定每日生意約\$1500, 工具齊保養好, 叫價\$149,900

3 SE唐餐館
位於東南人流密集區中餐館, 裝修好, 發展潛力無窮, 84座位, 現只做外賣, 生意好、穩定, 年報\$65萬多, 有數嘍, 工具齊, 保養好, 停車位足。叫價\$169,900

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

5 N 越南餐館
位於西北近Deerfoot Trail 越南餐館, 東主花近\$30萬setup. 30座位, 發展潛力無窮, 裝修大方得體, 生意好穩定, 生意每日超過1千元, 停車位足, 工具如新, 保養好, 東主人手不足, 割愛出讓。叫價\$108,000

6 AIRDRIE唐餐館
埠仔離卡城約15分鐘車程, AIRDRIE中餐館, 裝修清雅大方, 50座位, 發展潛力高, 生意好穩定 每日生意約\$1600多元, 工具多保養好, 東主人手不足割愛出讓, 叫價\$419,900

7 旺舖出租
位於Airdrie 最佳地段, 發展潛力高, 面積4877呎, 適合各行各業, 請來電。

8 快餐出租
班美Food court內快餐出租, 裝修好, 生意好, 穩定, 發展潛力高, 定金\$50,000, 滿期後可以全退還, 工具多, 保養好, 東主退休。

9 髮廊按摩及甲店
中央街北近大華華髮廊按摩甲店, 地點佳, 發展潛力高, 裝修好, 租平, 店內可以分租。叫價\$1,500

10 修理及油漆房
地點佳, 發展潛力高, 車位特油漆房, 面積約3771 sqft, 租平, 適合各行各業, 叫價\$1,150,000

11 大型日本餐館
Lethbridge最佳地段, 高尚日本餐館, 發展潛力無窮, 170座位, 生意好穩定, 2024年報\$136萬多, 有數嘍, 本少利高, 工具多, 保養好, 東主經營超過26年, 割愛出讓。叫價\$799,000

12 NE中泰餐館
位於Edmonton Trail最佳地段, 近中心, 麻辣restaurant, 裝修好, 生意好穩定, 每日生意\$1500, 租平, 東主經營超過30年, 退休。叫價\$79,900

13 SE 唐餐館
位於東南, 地點佳, 近市中心, 中餐館, 裝修大方得體, 發展潛力無窮, 99座位, 生意好, 穩定, 年報超過一百萬, 工具多, 保養好, 東主經營超過17年, 割愛出讓。叫價\$269,000

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。

15 埠仔唐餐館
位於小鎮唐餐館, 離卡城約15分鐘車程, 地點佳, 65座位, 生意好, 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

16 中心髮廊
市中心美髮店地點佳, 裝修中上, 發展潛力高, 生意好穩定, 生意每日過千元, 東主經營超過20年, 現有特大投資, 割愛出讓。叫價\$39,900

17 埠仔小型餐室
位於IRRICANA小型快餐店, 26座位, 裝修大方得體, 生意好, 每日生意約\$500多元, 工具齊保養好, 叫價\$49,000

18 NW西餐館
西北16 AVE地段西式餐館, 傳統式裝修, 發展潛力無窮, 140座位, 生意好穩定, 年報佳, 車位足, 工具多, 保養好, 叫價\$245,000

19 大學區餐館
位於大學區最佳地段, 車水馬龍西餐館, 發展潛力高, 50多座位, 裝修清雅大方, 適應於多種類型餐館, 特別是日本及韓國餐館。

20 NW 台灣小食店
位於中央街北車水馬龍地段, 台灣連鎖小館, 發展潛力無窮, 裝修高尚大方, 生意每月約\$130,000元, 成本低, 易操作。叫價\$79,900

21 按摩店
位於中央街北繁旺地段, 有3間按摩房, 每間內都有車位, 發展潛力高, 車位足, 東主離埠, 割愛出讓。叫價\$59,900, 包工具。

22 埠仔餐館
離卡城約45分鐘車程, 裝修大方, 68座位, 發展潛力高, 保養好, 人口一萬左右。叫價\$1,150,000

23 唐人街舖位
唐人街最大商場內, 地點佳, 發展潛力高, 東主退休, 年報佳。叫價\$85,000 有現成租客

24 唐人街快餐店
位於中心最佳地段獨特快餐店, 約30多座位, 發展潛力佳, 裝修開朗大方, 工具多如新。叫價\$99,900

25 埠仔生意連物業
埠仔, 離卡城約20分鐘車程, 發展潛力高, 面積約2000多呎, 65座位, 生意好, 穩定, 年報約25萬, 本少利高, 業主經營超過24年, 退休, 工具齊, 保養好。叫價\$599,900

26 餐館連物業
離卡城約2個小時車程, 繁旺, 獨市生意, 餐館連物業, 裝修好, 裝修清雅大方, 80座位, 生意好, 年報生意約\$1000多元, 工具多, 保養好, 有4間睡房, 叫價\$238,800

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, 生意好, 生意每月\$175,000, 有數嘍, 工具齊, 保養好, 東主退休。叫價\$333,000

29 冷暖氣工程
流動式住宅和商業冷暖氣工程, 專為商業和住宅工程, 服務工具、暖氣爐、冷氣系統, 熱水爐, 東主經營超過5年, 年入約\$580,000, 消費低, 不需要付房租。叫價\$500,000 (發展潛力無窮)

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

31 Cochrane 改衣舖
離卡城15分鐘車程Cochrane改衣舖, 生意好穩定, 每日生意約\$900 - 租平, 工具齊, 東主經營超過11年, 退休。叫價\$59,900

32 東北小生意
位於32 AVE交26 ST N.E., 小型外賣店, 面積1200呎, 租金\$2370/月, 生意每月約\$20000/月, 有少量工具, 叫價\$49,900

33 埠仔唐餐館
位於地點佳小鎮Lethbridge, 人口十多萬, 發展潛力高, 裝修高上得體, 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

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\$129,900

35 Airdrie商舖及地皮
AIRDRIE埠仔, 地點佳, 發展潛力無窮, 可以建, 現收租\$3,000。叫價\$888,000

36 素食館
近大型亞洲人超市, 小鎮, 裝修清雅大方, 發展潛力高, 40座位, 生意好, 穩定, 每日生意約\$7,000, 本少利高, 工具齊, 保養好。叫價\$69,900

37 COCHRANE餐館
位於小鎮地點佳, 離卡城約15分鐘車程, 亞洲餐館, 裝修好, 發展潛力高, 48座位, 租平約\$800/月, 工具多, 保養好, 如新。叫價\$99,900

38 埠仔生意出讓
位於美國邊界小鎮, Warner Curling Club餐館, 發展潛力高, 裝修好, 約48座位, 生意好, 租平, 每月租金\$800/月全包, 部分工具是業主的。叫價\$89,900

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

40 舖位出租
位於唐人街小型商場內舖位出租, 面積約200呎, 適合各行各業及髮廊, 不接受餐館, 租平約長。

41 商舖出租
離卡城約10分鐘車程Airdrie商舖出租, 面積約1200多呎, 適合於各行各業, 有興趣者請電。

42 西北小型唐餐館
位於人口稠密區, 裝修大方, 生意好, 租平, 每日生意約\$500多元, 停車位足, 工具齊, 保養好。叫價\$99,000

43 Airdrie越南餐館
位於盛旺Airdrie區, 越南餐館, 裝修大方得體, 約80多座位, 生意好穩定, 每日生意一千元, 工具多如新, 東主離埠, 急讓。叫價\$179,900

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年生意。叫價\$580,000

45 小鎮生意連物業
離卡城30分鐘車程, 1.6公畝小鎮, 面積0.66公頃, 裝修好, 租平, 現在是餐館, 100座位, 保養好, 樓齡28年。物業叫價\$799,000

46 西南改衣舖
位於SW Elbow Dr. 地點佳, 改衣舖, 發展潛質高, 客路, 生意好, 租平, 車位足, 每月生意約\$22,000, 東主經營超過20年, 工具多, 保養好。叫價\$88,800

47 NE唐餐外賣店
位於東北唐餐外賣店, 地點佳, 競爭少, 裝修式上上, 生意好, 穩定, 每日生意約\$950元, 工具多, 保養好, 東主經營超過19年, 退休。叫價\$139,900

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, 餐館不接受。

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



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 Million Dollar Club Award of Merit
Lifetime Achievement Award

REMAX
Realty Professionals

Amy Long
梁詠媛
403-540-1688



地址: #10, 6020 1a Street SW Calgary, AB T2H 0G3

<p>Livingston NW</p> <p>新上市</p> <p>時尚設計兩層鎮屋1398平方呎，3睡房，2個半浴廁，W/O土庫直出後園，全湖景噴水池，高級裝修，9呎天花，家電齊備，居住環境如渡假地段佳。</p> <p>\$575,000</p>	<p>Crestmont SW</p> <p>新上市</p> <p>SOLD</p> <p>1965呎獨立屋，3睡房，2.5浴室，雙車庫，2019年建，walk-out土庫，主層有bonus room。</p> <p>\$799,900</p>	<p>Crescent Heights NE</p> <p>1507 Centre A Street NE # 307, 兩房兩全廁，743平方呎，9呎天花，位處清淨內街。凝混土建築。</p> <p>\$295,000</p>	<p>Crescent Heights</p> <p>位於1623 Centre Street NW #250 新亞洲商場。</p> <p>\$250,000</p>	<p>唐人街商舖</p> <p>唐人街龍成商場908平方呎商舖，醫務診所及專業設備齊全，管理完善，可即時運作。</p> <p>\$295,000</p>	<p>NW Royal Vista</p> <p>SOLD</p> <p>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。</p> <p>\$250,000</p>	<p>Eau Claire</p> <p>新上市</p> <p>SOLD</p> <p>928呎市中心河景豪華condo，2睡房，2浴室，帶車位、超豪華配套，近一切市中心設施。</p> <p>\$850,000</p>
<p>Bankview商舖</p> <p>新上市</p> <p>1463呎，現成酒舖，位於17 Ave繁華地段，客群穩定，大空間零售區，冷餐區，發展潛力高。</p> <p>\$75,000 出租: \$9,000/月</p>	<p>Aspen Woods</p> <p>新上市</p> <p>西區獨立屋，3睡房，2.5浴室，豪華裝修，絕佳地段，近曼寧學區。</p> <p>\$1,529,000</p>	<p>中央街商舖</p> <p>新上市</p> <p>近500呎，零售/辦公皆可。適合會計、律師、諮詢、美妝等行業。位置絕佳。</p> <p>出租: \$2,500/月 (包condo fee)</p>	<p>唐人街商舖</p> <p>位於唐人街中心商場零售舖，人流廣，784呎。</p> <p>\$250,000</p>	<p>唐人街商舖</p> <p>SOLD</p> <p>位於市中心唐人街，繁忙購物中心內。</p> <p>\$249,000</p>	<p>唐人街鴻圖商場</p> <p>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。</p>	<p>唐人街商舖</p> <p>位於唐人街中心地段多間零售舖，交通方便，人流廣，合各類零售生意</p> <p>\$79,000 - \$130,000 可買可租</p>

Calgary



免費。簡單。安全。

請將油漆、電池、清潔用品及化學品等家庭有害廢物
送到全市11個指定地點棄置。



這些物品不應投進藍色、綠色或黑色垃圾箱中。

在此尋找免費棄置地點: calgary.ca/HHW。



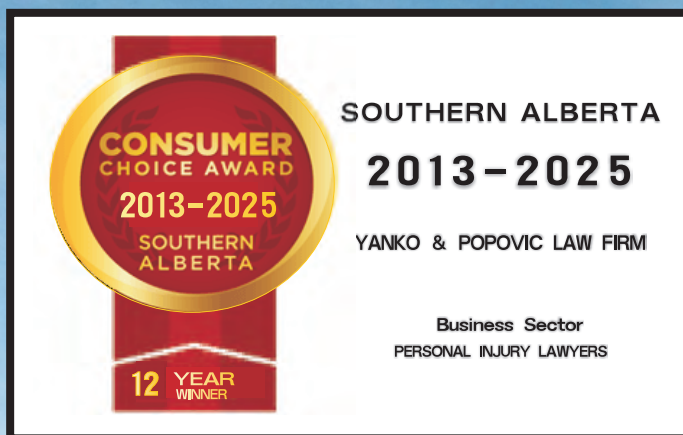
Y & P

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！

**本律師樓連續十二年榮獲
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！

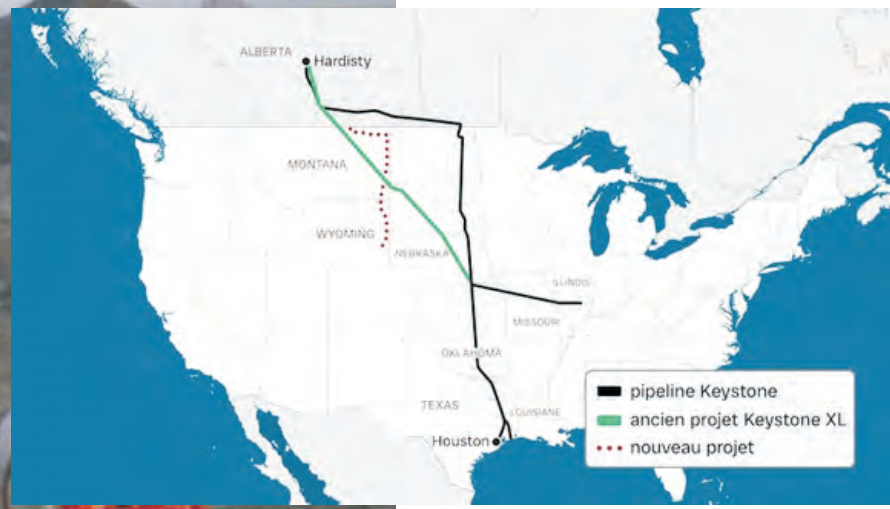


資深英語、粵語、潮語、普通話法律助理

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)



特朗普批准一條連接加拿大輸油管道

美國總統特朗普今日簽署了一項總統許可，授權修建一條連接加拿大與美國、全長約 1,038 公里的輸油管道。

這條擬建的新輸油管一旦完工開通，每天可輸送 55 萬桶石油，令加拿大對美國的石油出口量可能會增加超過 12%。

輸油管道將經薩斯喀徹溫省連至蒙大拿州 (Montana)，再輸送至懷俄明州 (Wyoming) 的倉儲中心。

負責項目的 Bridger Pipeline，將與曾負責 Keystone XL 的加拿大輸油管道公司 South Bow 合作。

項目將重啟部分 Keystone XL 輸油管道的工程。South Bow 正考慮重啟部分位于艾伯塔省和薩省境內已建成的管線。

當年 Keystone XL 項目在原住民和環保人士長年反對下，在 2021 年被美國前總統拜登所廢棄。但加拿大境內已鋪設的管道已獲得全面許可，包括在艾省的約 150 公里管道。

去年十月，總理卡尼在白宮會晤期間，首次向

特朗普提出重啟 Keystone XL 的設想。

特朗普的顧問沙爾夫 (Will Scharf) 在向他呈遞待簽的許可證時表示：這是在能源主導地位和能源安全方面邁出的關鍵一步。

特朗普回應稱上屆政府不會採取這樣的舉措：他們不會簽署關於輸油管道的協議，而我們卻在發展輸油管道。

雖然他在 2025年1月才表示 美國不需要加拿大的石油和天然氣。



去年十月，總理卡尼在白宮會晤期間，首次向特朗普提出重啟 Keystone XL 的設想。

卡尼任命前大法官阿布爾為加拿大新總督 法語背景曾聲援加沙



總理卡尼 (Mark Carney) 5月5日宣布，任命前加拿大最高法院法官、資深法學家阿布爾 (Louise Arbour) 為第31任總督，並已獲英王查理斯三世批准。她同時將擔任國王的代表和加拿大武裝部隊總司令，接替即將退休的 Mary Simon，其5年任期將於7月屆滿。

綜合外媒報道，現年79歲的阿布爾，生於蒙特利爾，精通英法雙語，是世界知名的法學學者、法官，亦是人權及司法領域的領導者。她還擁有包括42個榮譽博士在內的顯赫資歷，及擁有加拿大最高級別的勳章。她的職業生涯包括擔任聯合國盧旺達與前南斯拉夫戰爭罪法庭首席檢察官，以及聯合國人權事務高級專員。



2026年5月4日，總理卡尼 (Mark Carney，中) 表示，世界無需屈從於一個「更加註重交易和封閉的世界」。卡尼強調：「我個人強烈認為，國際秩序終將獲得重建，但重建將以歐洲為中心。」

卡尼讚揚阿布爾將體現加拿大的最佳價值觀，成為國家「和平、秩序與良政」傳統的典範。阿布爾表示將懷著強烈的責任感接受此職務，並稱加拿大的力量在於穩健的制度和法治。

阿布爾過去曾發表進步派觀點。如90年代，她曾調查監獄女囚受虐待情況，並倡導囚犯權力。她還曾反駁了關於穆斯林是西方民主「生存威脅」的言論，主張加拿大應歡迎所有人。她亦曾批評以色列在加沙的行動，相關言論過去曾引起加拿大保守派人士不滿。

加拿大龍蝦經港轉運澳門 鮮活快線首實現三地一站直送

香港海關首次將「粵港澳三地一鎖 (港澳段)」應用於鮮活快線，透過電子鎖及全球定位系統技術，達到「一鎖到底、全程監控」管理。

食物環境衛生署豁免參與鮮活快線的食物進口商的登記要求，讓鮮活貨物於香港國際機場完成清關後，可直接運抵澳門市內，大幅縮短通關時間，減少鮮活水產損耗。澳門進口商對新模式亦表示滿意，認為有效提升物流效率及產品質素。

鮮活快線自去年開通至今，已有超過420噸海外鮮活產品經香港中轉至中國內地，轉運產品包括冰鮮吞拿魚、活龍蝦、活象拔蚌、活鱧、車厘子及葡萄等。

空陸鮮活產品專屬快線於去年9月26日全面開通，旨在利用香港國際機場和港珠澳大橋優勢，簡化水果、冰鮮及活海鮮的清關

流程，便利外地的鮮活食品經香港引進內地消費市場，同時亦助力內地鮮活食品走出海外市場。



聯邦政府向金屬業提供優惠貸款

以應對美國新關稅打擊

渥太華宣布撥出15億元資金，以助企業應對美國近期的進一步關稅打擊。

工業部長喬美蘭宣布，政府將通過加拿大開發銀行（BDC）設立一項10億元的貸款計劃，使受美國計劃影響最嚴重的鋼、鋁或銅產品企業能獲得維持運營的資金。

收入受美國關稅影響達20%或以上的制造商，將有資格獲得200至5000萬元不等的貸款，且三年內無需還款，第一年免息。

此外，政府還將設立一項單獨的5億元基金，以幫助那些進行轉型的企業。

喬美蘭特別指出，木材和林業部門也將能夠受益於這些措施：我們無法控制白宮及邊境以南發生的事情，但我們可以掌控自己在這裏的應對。

南安大略省聯邦經濟發展署部長所羅門（Evan Solomon）稱，資金將協助中小企應對關稅影響，並獲得必要的融資以實現戰略轉型、提高生產力及多元化市場。

四月起的新關稅

自4月6日起，美國政府擴大了對加拿大鋼、鋁或銅的產品的關稅，對含有至少15%鋼、鋁或銅的產品總價值征收25%的附加稅。

此前，美國稅制是對進口產品中的金屬部分加征50%附加稅。



雖然《加美墨協定》（CUSMA）曾保護大多數加拿大出口產品，但目前今非昔比。

喬美蘭表示，政府的決策是為企業提供短期資金流動性，同時繼續執行中長期戰略，以幫助出口商適應并開拓新市場。但她坦言這絕非易事。

加拿大統計局的數據顯示，自美國採取貿易行動后，鋼鐵產品的出口實際上已經崩潰。

加拿大的鋼鐵產品大多銷往美國。去年這些產品的出口價值僅為美國實施保護主義前的三分之一。位于安大略省蘇聖瑪麗市的（Algoma Steel）因此已裁減了數百名員工。

卡尼語氣變硬

公告發布前兩周，總理卡尼指責華盛頓違反了自由貿易協定。

卡尼說，特朗普政府的激進保護主義標志著一種決裂：對鋼鐵和鋁征收50%的關稅，對汽車征收25%的關稅，還有所有對林產品的關稅。這些已不僅是摩擦，而是違背了我們的貿易協議。

加拿大和美國必須在7月1日前啟動對《加美墨協定》的審議。美國要求卡尼政府支付“入場費”，以便在審議框架內重新展開對話。



美媒： 美伊接近達成 諒解備忘錄 將宣布終戰

伊朗： 正評估美方14點和平方案

美媒Axios於5月5日引述知情人士和官員消息報道，白宮方面相信正接近與伊朗就一份一頁紙、含14點內容的諒解備忘錄達成一致。該備忘錄旨在結束戰爭，並為更詳細的核談判設定框架。美媒CNBC則引述伊朗外交部指，正評估美方的14點和平方案。

報道稱，該備忘錄將宣布結束戰爭，並開始為期30天的談判，商討達成一項詳細協議，以開放霍爾木茲海峽（Strait of Hormuz）、限制伊朗的核計劃，並解除美方的制裁。

目前，美伊雙方就鈾濃縮暫停期限分歧較大，美方要求20年、伊方提議5年，初步協商可能定為12至15年。此外，伊朗還將承諾不發展核武器、接受突擊核查。但有消息人士表示伊朗領導層內部存在分歧，部分美國官員對協定達成存疑。

據報道，美方預計伊朗將在48小時內對關鍵問題作出回應，目前雙方向未達成任何協定，但消息人士稱，這是自戰爭爆發以來雙方最接近達成協議的一次。

報道指出，該備忘錄中許多條款以達成最終協議為條件，因而「可能導致戰爭再次爆發，或者陷入長期僵局」。

伊朗議員：僅美方「願望清單」

伊朗議會外交政策和國家安全委員會發言人Ebrahim Rezaei在社交網站指「Axios的文章與其說是現實，不如說是美國的願望清單。美國人在面對談判得不到的東西，在一場失敗的戰爭中也不會得到。」

特朗普稱極有可能結束伊朗戰爭 訪華前或能與德黑蘭達成協議

特朗普5月6日接受美國公共廣播電視（PBS）電話訪問，他在通話中對美國與伊朗達成協議表示樂觀，認為伊朗戰事有非常高的機會結束，否則「我們就必須重新猛烈轟炸他們」，還指自己在下周訪華前，美國有可能與伊朗達成協議以結束戰爭。

他在電話訪問中表示美國快要與伊朗達成協議，「但我以前也有過這種感覺，所以還要看看會發生什麼」，他還回應外界流傳協議條款包括伊朗可能會將高濃度濃縮鈾輸出海外的說法，稱伊朗的高濃縮鈾「不是『可能』，而是會運往美國。」



FARES LAW FIRM

Abraham A. Fares 方毅思 律師

Barrister, Solicitor, Notary Public

專辦房地產買賣以及再按揭

二十八年經驗 最優性價比
(各大銀行及財務公司按揭劃一收費)

LiLi Han (韓小姐)

Email: LiLihan@fareslaw.ca

提供英語, 普通話, 廣東話服務

(403) 508-1906

Edward Wan 國語

Email: edward@fareslaw.ca

Alanna Situ 粵語

Email: support@fareslaw.ca

提供 Wills and Estates (遺囑和遺產) 服務

*費用包括所需的法律文件, 不包括政府索取的登記費

*80萬以上的房產, 請與我們聯絡

General Line: (403) 508-1900 Email: info@fareslaw.ca
134 17Ave. NE, Calgary, AB T2E 1L6 (near 16 Ave & Centre St.N)

立即聯絡我, 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)



須受條款及條例限制。*多項產品折扣的平均節省金額, 以艾伯特省在 2023 年 3 月的 Allstate 基本利率計算。您的節省金額可能會有所變動。保險、風險、折扣及供應情況可能會視乎地區而有所不同。商標由 Allstate Insurance Company 擁有, 並授權 Allstate Insurance Company of Canada 使用。
©2024 年 Allstate Insurance Company of Canada 版權所有。
242369 | 12-24

Allstate
交託在手 放心無憂



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 41 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



Rockies
Immigration Services
洛 | 磯 | 移 | 民 | 服 | 務



WeChat



WhatsApp

無論您需要那個層面的服務
我們都能迎合您的需要

全方位代辦

從諮詢評估、釐定可行方案、整理材料到遞交申請，專業不在嘴巴，在我們的工作細節裏

DIY專業支援

如果您準備自己辦理申請，我們可在您遞交前提供專業審核服務，避免無可挽回的錯漏

公益免費諮詢

每月第一個星期五中央圖書館二層2-05A室，請掃二維碼預約



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	拒簽個案
外勞批文(LMIA)	換領楓葉卡	家庭團聚	難民申請

Suite 503, 100 – 4th Avenue SW,
Calgary AB T2P 3N2
敬請電話預約 (587) 353-4111



Lawyer & Notary Public

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

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



Allstate

交託在手 放心無憂

最適合您的屋保和車保，
來自值得信賴的保險經紀



Bernice 黃

精通英，粵語
電話：(587) 330-2422
電郵：BWong2@allstate.ca
Facebook：BWongAllstate



Country Hills Road NW
7-Eleven
Haven Hills Branch
T&T Supermarket



Ricky 蔡偉傑

精通英，粵，國語
電話：(587) 413-1936
電郵：rchoi@allstate.ca







交託在手，放心無憂
免費估價：汽車，房屋，
商業，人壽及旅行保險
234-40
Country Hills Landing NW
(近新大統華)

同時投保  + ，節省更多

商標由 Allstate Insurance Company 所擁有，經 Allstate Insurance Company of Canada 授權使用。
©2025 Allstate Insurance Company of Canada. 252125 | 5-25

上網學習，
拓展全球
客戶群！



Queen's
UNIVERSITY

Graduate Diploma
in Immigration and
Citizenship Law



immigrationdiploma.ca

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

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

免費諮詢
不成功，不收費

王天罡會計師事務所

STARR WANG CPA FIRM

粵語 國語 英語

Bookkeeping

Payroll/GST

公司註冊

公司報稅

個人/自僱報稅

20多年來，我們致力於為各行業中小企業提供一條龍服務，涵蓋公司註冊、薪資、記帳、稅局溝通和報稅等，價格透明合理，尤其在餐飲等行業中積累了豐富經驗。

地址：112 16 AVE NW, Calgary Alberta T2M 0H2

電話：403-269-7028

傳真：888-636-9390

辦公時間：週一到五 9am to 5:30pm

郵箱：starrcga@gmail.com 免費停車

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



360 LEGAL SERVICES

MATTHEW CHEUNG

- BARRISTER, SOLICITOR & NOTARY PUBLIC -

房地產買賣 / 按揭 | Real Estate Transactions

商業交易 | Business Transactions

公司註冊 | Corporate Registration

合約諮詢 | Contracts Review

遺囑 | Wills & Estates

遺囑認證 | Probate

公證服務 | Notary Services



(Matthew Cheung | 張律師)

Sanne (San) Lo (盧小姐) - Sr. Paralegal

直線: 587-329-6281

Email: sanne@360-legal.ca

提供英文、廣東話、普通話服務

地址: C-2017 CENTRE STREET NW, CALGARY

TEL: 403-233-0841

info@360-legal.ca | www.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

脊骨神經科

#155, 1518 Centre St. N.
Calgary, AB
(中央街北維德廣場)

梁嘉韻醫生 梁錫波醫生

Dr. Carmen Leung

Dr. Calvin Leung

Tel: (403) 230-9300

www.chirocalgary.com

附設針灸兼特許勞工受傷治療中心

	上午	下午
星期一、三、五	9:00-12:00	1:30-5:00
星期二、四	closed	1:00-6:00
星期六	9:00-12:00	closed

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

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

誠聘全職或兼職助理，
經驗不拘，提供培訓。

請把履歷電郵：

waterfrontoptics@gmail.com



CHV DENTAL

CHV牙科診所 403-276-7226

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

精通全牙科服務

成人及兒童牙齒護理，檢驗，治療牙周病，
Botox，牙根治療，補牙，假牙，加牙改托，
牙冠，牙橋，植牙，植骨，牙周整形手術，
隱形箍牙，固定牙齒矯正，智慧齒拔除，
加設電腦立體斷層掃描機 (CBCT)，
植牙時必須X光檢查

約診時間：

星期一至六 9:00 AM - 6:00 PM

精通語言：國、粵、英、Tagalog、Korean

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

歡迎新症、急症

美國三藩市碼頭近日一隻
胖海獅在網絡上爆紅，
瞬間吸引來自全國各地的
遊客前來，只為一睹牠的廬山
真面目。

體型巨大「像一輛車」

這隻被暱稱為「肥肥」
(Chonkers) 的雄性北海獅
(Steller sea lion) 近來經常出現
在三藩市 39 號碼頭 (Pier 39)，
牠的體重約為 2,000 磅 (約
907 公斤)，是當地常見加州海
獅體型的三倍，常被形容為「像
一輛福士汽車」一樣巨大。

北海獅「肥肥」(Chonkers) 體
重約為 2,000 磅，是當地常見加
州海獅體型的三倍：



美國三藩市碼頭

2000磅
肥海獅爆紅

體型是同伴2倍 遊客蜂擁而至



39號碼頭港務長希拉錢德勒 (Sheila Chandler) 表示，北海獅體型如此龐大，是因為牠們潛入深海，而且生活在比三藩市灣還要寒冷的水域，所以牠們肯定需要那麼多脂肪來保暖。

「牠體型大得多，簡直是加州海獅體型的兩倍，而加州海獅是你在外面能看到的最大的。牠性情非常溫順，從我們在這裡看到的來看，牠似乎不太愛叫。肥肥不需要和其他海獅爭鬥來證明誰才是老大，這似乎是一種不言而喻的事。」

自從肥肥爆紅之後，每天都有遊客聚集在碼頭，希望能一睹牠的風采。



牙科 CENTRE & 12TH DENTAL 醫務所



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

中央街牙科診所

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

Email: info@centrestdental.com

Dr. Zhendan Pan 潘震旦
Dr. Belinda Le
Dr. Harris Zou 鄒浩

精通全牙科服務:

- 植牙，牙根治療，智齒拔除，牙齒矯正，補牙，牙冠，牙橋
- 電腦立體掃描機 (CBCT) • Botox
- GBT 最新科技無痛洗牙 • 專業牙托師傅 (假牙)

We accept CDCP

接受聯邦政府牙科保險

約診時間	星期一、星期五 9am至4pm	星期二、三&四 9am至5:30pm	星期六 9am至3:30pm
------	--------------------	-----------------------	-------------------

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

超過十年做牙經驗
自設先進工場
用最新歐美技術

精配

全口局部
即時加牙
即英政府
查預約
歡迎

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**

網址: Themadisondental.com
(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)

鍾卓倫 專業執照牙托師

John Chung DD Denturist
可幫你申請耆英輔助 35年經驗

令你引以自豪的笑容!

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



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2083期 2026年5月7日至5月13日

查詢及報名: (403) 269-6122 外展部查詢及預約(福利申請/宣誓/認證服務): (403) 457-6609

草地滾球友誼賽

費用全免
名額4-8位
先報先得

6月7日(星期日)
 中午12:00 - BBQ午餐 (CHARTWELL 贊助)
 下午1:00 - 草地滾球對賽

CALGARY LAWN BOWLING CLUB
 (3375 SPRUCE DRIVE SW)

- Ctrain Westbrook Station下車
- 轉乘93號往Coach Hill巴士(乘坐約3分鐘)
- Hemlock CR SW下車後步行1分鐘

需自行前往活動場地

合辦機構: Legios, GELS, UNISON, etc.

查詢及報名黃先生

美善囑福計劃

醫療講座: 為未來醫療決定做好準備

內容: Advance Care Planning (事先照護規劃/照護指定目標) 及 個人意願書

日期: 5月27日(星期三)
 時間: 下午2時-4時
 地點: 耆英會禮堂
 費用: 免費
 講者: 亞省衛生局職員
 (活動以英語進行. 粵語傳譯)

報名及查詢: 馬姑娘

5月8日

健康飲食與營養篩查

嘉賓: 亞省基層護理部 Yvonne 侯姑娘

「社區透視鏡」
 中文電台FM94.7 (粵語)
 週五 上午10:30-11:00
 下期預告: 5月15日 交通意外證人陳述書

5月13日

藝術可以好簡單! (粵語)

介紹本地免費/低收費藝術活動

講者: 藝術愛好者 雲雁林女士

「奇聞耆事」
 週三 下午2:00-3:00
 網上講座 ZOOM ID: 875 977 9955
 下期預告: 5月20日 「金曲情懷·圓滿人生」 (粵語) - 介紹美善囑福計劃

園藝講座及工作坊 - 豆仔植物的照顧、肥料運用與扶苗搭架實務教學

5月27日(三) 下午2:00 - 4:00
 粵語講授
 歡迎社區人士參與, 現場名額12

耆英會地庫活動室/花園

- 2:00-3:00PM 講座, 與「奇聞耆事網上講座」同步進行 (ZOOM ID: 875-977-9955 加入會議)
- 3:00-4:00PM 「植物扶苗、搭支架實務教學」

由資深園藝導師 Sander 親自教授。
 解答植物日常照料疑問, 提升實用園藝知識與信心。

歡迎致電本會查詢及報名

FOLK DANCE & LINE DANCE

土風舞與排排舞同樂日

5月21日(週四) 下午1:30-3:00
 耆英會大禮堂
 歡迎參與同樂日
 免費體驗這兩類舞蹈的樂趣
 無需報名 費用全免
 活動查詢請致電耆英會

足部護理診所

5月11日及25日(一) 上午10:00至下午2:00
 耆英會地庫醫療室. 敬請預約
 由足部專家-李先生提供足趾護理服務

查詢: 劉姑娘 RACHEL

WE'RE HIRING 本會現正招聘以下職位

- Fundraising Organizer (Summer Job)
- Administrative Assistant (Summer Job)

詳情請留意本會網站

免費健康講座(國語) 骨質疏鬆和跌倒預防

5月13日(星期三) 上午11:00-12:00
 網上講座 ZOOM ID 822 7718 8317
 ZOOM密碼: 813874
 現場轉播 耆英會地庫活動室

講者: Dr. Jes Huo 脊骨醫生

報名及查詢: 劉姑娘 Rachel

初探腦健康

記憶變差, 是正常老化還是認知障礙症?
 中風與腦血管粥樣硬化會損害記憶嗎?
 什麼是阿茲海默症?

講者: Selina Lau
 • 國家註冊普通科護士 (英國)
 • 國家註冊精神科護士 (英國)
 • 國家認證助產士 (英國)
 • 護士教師 (香港)
 • 註冊護士 (加拿大)

5月13日(三) 9:30 - 11:00 AM 地庫活動室

報名及查詢: 王先生 Geoff

耆英會祝各位母親 母親節快樂!

Happy Mother's Day

耆英會假期通告

5月18日(星期一) 維多利亞日法定假期
 本中心將於當日休息一天

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)
website: www.calgarylaserhealth.com

接受比特幣



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

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



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



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

澳洲美人魚罐鮑



澳洲名牌天然野生，
無污染，口感佳，
真正深海鮑魚香味可
造菜，伴麵，煮粥，炒飯。

備有
一頭半
及
二頭

認明紅罐底美人魚牌鮑魚



美人魚鮑魚食譜
食譜：豆粉一茶匙，罐內鮑魚湯小三湯匙，
食糖一茶匙，蠔油三至四湯匙，把鮑魚切成薄片，
三分鐘，離火，放在煮好西生菜上。
一茶匙，離火，放在煮好西生菜上。
一茶匙，離火，放在煮好西生菜上。

各大超市海味店有售·用戶熱線：416-532-1762

痰多容易養菌；除痰可以快些康復。



海底椰咳糖
含豐富薄荷；大茴香。止咳、喉痛、
通鼻塞、除痰、除口臭；潤喉提神。
錫袋獨立衛生包裝。

(16粒/盒)
NPN80051572

海底椰止咳露
含豐富除痰草藥。對慢性支氣
管炎及感冒所引起咳嗽痰多
均有幫助。

NPN80004997

177ml

最緊要除痰

真標!

非洲海底椰止咳露·止咳潤喉糖

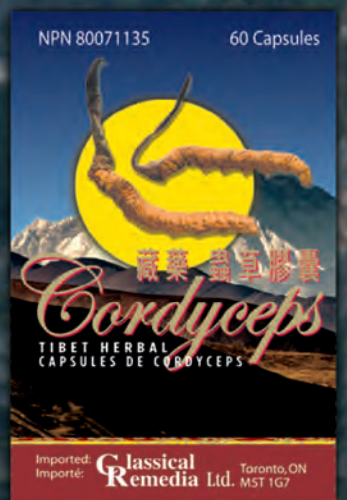
各大中西藥房及超市均有售 · 用戶熱線：(416) 532-1762

精力充沛 強身健體

西藏精華 西藏蟲草膠囊

NPN 80071135

蟲草傳統中醫藥功效：
益精髓，補虛損，止血化痰。
調節免疫，排毒解結，保肝護腎，
調理血糖。



各大中藥房有售，用戶熱線：(416) 532-3967

西藏雪山帶給您健康的禮物

強力 跌打止痛膏

正廠正貨 五羊牌

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，頸項及腰膂等活動位置。



**市面上唯一止痛，
理骨消痛的膏布。**

小錦囊：浴後貼上倍添效力。

各大中西藥房有售 · 用戶熱線：(416) 532-5896

卡城東北播道會 Northeast Calgary Evangelical Free Church

主日崇拜：星期日下午2:30 (粵語)
主日學：星期日下午4:15 (粵語) 夏季時間
晚上7:30 Zoom 冬季時間
查經祈禱會：每週三早上10:00
事奉人員研經班：逢二、四、週六早上10:30 Zoom

教會電話：(403) 648-1938
電郵地址：info.necfec@gmail.com
帶領牧者：皇甫許詩如傳道
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，盧永康牧師，王大為牧師，
謝志衡傳道，魏凱輝傳道，黃伍芳原傳道(粵語義務同工)
國語事工：蔡軍牧師 英語事工：Pastor Samuel Ruigrok
兒童事工：馬怡娜傳道 青少年事工：Pastor Martijn Van Ramshorst
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 11:00 am/ 7:30 pm
各團契/小組：星期四、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 2pm
星期日：設有主日學課程
祈禱會為星期四晚上7:00pm Zoom Link
並設有耆英、成人、青年和少年人等不同團契，
主日學後有兒童繪畫班和兒童手工班。
歡迎查詢及參加。

地址：4018 Centre B St NW
電話：403 863 2318
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

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
詹致誦傳道 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：鮑士祈牧師(英語領導)
助理牧師：請參閱網址: www.wccac.net
週六(粵、國語、兒童崇拜)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)週六 11:00am、主日 9:30am (英、兒童): 主日 9:30 am
祈禱會: (粵)週三 9:30am & 7:30pm
(國)週三 7:30pm (英): 主日 10:40am - 11:00am
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: 耆、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



卡城華人信義會頌恩堂 Hosanna Chinese Lutheran Church

地址：210 10 Ave NE, Calgary, AB, T2E 0W9
電話：403-701-2938; 403-827-6312
中文堂牧者: 張詠儀傳道 Pastor Joey
電話：825-449-3160
電郵：hosannalutheran.pastor@gmail.com

湯兆華牧師(顧問)，成爾靜宣教師
主日崇拜：星期日 下午二時正 (粵語)
主日學：星期日 下午三時半
祈禱會：星期一 晚上八時半 (網上舉行)
加男天地：週六早上 (每月一次)

卡城華人播道會 Calgary Chinese Evangelical Free Church

英文堂牧者:Lorne Trudgian 牧師
中文堂牧者:苗延漢牧師 Rev. Anthony Miu
兒童及青少年牧者:馮黃詠滋傳道 Pastor Joanne Fung

英語崇拜:星期日 上午10:00 - 11:00
國粵語聯合崇拜:星期日 上午11:15 - 下午12:30
粵語/國語成人主日學:星期日 上午10:00 - 11:00
英文成人主日學:星期日 上午11:15 - 下午12:15
兒童/青少年節目:星期日 上午10:00 - 下午12:30
設有適合不同年齡的團契活動-請瀏覽網頁:www.ccefc.ca
1706 - 20 Avenue NW, Calgary AB T2M 1K1
電話: 403-2712-3718 電郵: office@ccefc.ca

命定神學 加拿大華人網路社區 www.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)
路加福音
精彩主日信息至暗尋求突破的你
YouTube Channel: BOAL-CA
聯繫方式(粵/國)
WhatsApp 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
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 Zoom 網上視像
婦女天地 每月第二個星期二 上午10時正 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
查經班 逢星期六 上午9時30分
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

卡城華人協和教會 Chinese United Church Calgary

教會自1901年在唐人街成立至今
宗旨與使命
信仰三一上帝，強調基督的愛與救贖
在社群中實踐基督教的價值觀
推動社會公義，關注弱勢群體
主日崇拜：星期日 上午10:30 (中/英文)
小組查經：星期四 上午10:30-12:00
信仰尋問班：音樂班
查詢電話：403.262.4388
電郵：cuccalgary@gmail.com
地址：120-2nd Ave., SW Calgary (頤景樓)
顧問：卓謙順牧師 Samson (國語)
盧志棠牧師 Tom (粵語)

加華報

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

卡城信義會豐盛堂 Abundant Life Lutheran Church Calgary

教會使命：尋找人，傳福音，作門徒
長老：沈永良長老 牧師：伍偉業牧師 堂主席：黃秉勳執事
聚會 時間 形式
粵語崇拜 星期日 上午9:30 教會實體
兒童崇拜及主日學 星期日 上午9:30 教會實體
豐盛園地-讚美操 星期二 下午2:30-3:30 教會實體
週四上午初信查經 星期四 上午10:00-11:30 zoom
週四書卷查經 星期四 晚上7:30-9:00 zoom
小組-職青、年輕夫婦、聚會時間，歡迎來電或電郵查詢 實體
成年人、退休人士
電話：403-630-2755
地址：8007 Bowness Rd NW Calgary AB Canada, T3B 0H5
網址：www.allcc.ca



美國聯合航空（United Airlines）一架從意大利威尼斯起飛的波音767型客機，5月3日準備降落新澤西州紐瓦克國際機場時，其起落架及飛機底部撞上了附近高速公路的路燈以及一輛貨車，司機僅受輕傷送院治理。飛機最終安全降落，機上221名乘客和10名機組人員皆沒受傷。

美國哥倫比亞廣播公司（CBS）等美媒3日報道，新澤西州警方稱，初步調查顯示飛機起落架上的一個輪胎及機底，在降落時撞上一根路燈和一輛貨車，隨後該路燈倒下時又撞上了另一輛吉普車。

涉事貨車的行車紀錄儀拍下事發一刻，司機當時正在駕駛，突然傳來飛機近距離飛過的巨響，貨車下一秒即遭到撞擊，鏡頭劇烈搖晃，玻璃碎片散落車內各處。放慢影片播放速度的情況下，似乎可看到飛機輪胎撞上貨車頂的一刻。

據航班追蹤網站Flightradar24數據顯示，該客機在飛越涉事公路時，時速超過250公里。

CBS引述H&S Bakery公司聯合負責人Chuck Paterakis，稱司機當時正運送麵包產品，前往位於紐瓦克的倉庫。當後者準備駛出公路時，就被客機撞上。警方指，該司機的手臂和前臂被玻璃碎片劃傷，但無生命危險，目前已出院。

車Cam拍下撞擊一刻!

聯合航空客機準備降落 飛越公路 機底撞貨車 時速達250km/h

聯合航空其後發聲明表示，飛機最終安全降落並正常滑行至登機口，沒有乘客或機組人員受傷，其維修團隊正在評估飛機受損情況，

聯合航空稱，他們將對事件進行調查，相關機組人員將暫時停職；美國國家運輸安全委員會（NTSB）也宣布派員參與調查，將對飛行數據記錄等資料進行分析，初步報告預計將在30天內發布。

司機驚恐回憶：以為地震

受害的貨車司機在接受初步檢查後仍餘悸猶存，他驚恐表示：「那一瞬間我以為發生了大地震。整台車突然劇烈晃動，我根本不知道發生了什麼事，直到我停下車往窗外看，才發現一架巨大的客機就在我頭頂正上方飛過，那景象簡直像世界末日。」

報導表示，這宗事故再次引發航空界對於紐瓦克機場（Newark Liberty International Airport）「29號跑道」視覺進場（Stadium Visual Rwy 29）風險的討論，報道指出，該航線要求飛行員在極低高度進行一個70度的急轉彎，且周邊高速公路與體育場的燈光，極易造成干擾。

一名曾向美國聯邦航空局（FAA）匿名舉報該跑道的資深飛行員透露：「在那裡要找到跑道非常困難，地面的燈光雜亂無章。只要一個轉彎角度沒抓好，飛機與地面車輛的距離就只剩下幾英尺。這次沒發生大規模傷亡，真的是奇蹟。」目前美國國家運輸安全委員會（NTSB）已介入調查這宗事故。





講真咁快紅，
點會唔飄呀？



姜濤

自爆崩潰時曾打玻璃兼鬧人

姜濤（29日）於啓德體藝館舉辦27歲的生日會，預祝他4月30日生日。生日會上姜濤分享了不少心路歷程，除承認自己留級兩次，及只讀到中一之外，姜濤亦有坦承出道之後經歷多個崩潰點。

姜濤曾打玻璃兼鬧人

他說：「第三個崩潰點.....可能好多人以為係掃掃掃個件事。其實掃掃掃之前個段時間，我已經漸漸開始崩潰，我做野既時候會打玻璃、會鬧人、會對客人不禮貌。當時人話飄呢，係會飄既。喂，講真咁快紅，點會唔飄呀？但我會感激身邊的人帶我返黎，個個就係人生第三個崩潰點。」

「第四個崩潰點就係，廿六歲呢一年，好彩今日廿七歲，廿六歲呢年經歷過的咩崩潰既事，我就將來先同大家講因為太長，咁但係.....總之.....(台下fans想他說)我生日我話事

ok?總之我就叫捱過左拉，好希望自己黎緊新一歲有越來越好表現，無論係做人、做事、表演上。」

姜濤自爆學歷 只讀到中一

姜濤之後唱出《追愛狂想》，佻皮的他更走下台跟姜糖互動。在他唱完歌之後，他向在場的姜糖細說心聲：「我想係今晚呢一刻講既野，就係想係呢個環節入面講，其實你地知唔知我以前係點樣既？出道之前既我，個段人生，好似係訪問入面講過。係呀，好頑皮，我唔係一個好乖既年青人。其實我以前係小學、中學既時候，真係一個好曳既人，但係因為自己既性格、身形、學習，其實我都唔係一個好受人鍾意既人。」

隨後，姜濤大方承認曾經說謊，報大自己的學歷：「我人生第一次最迷惘既狀態，就係我離開中學，學校話有書讀，讀書太差。你地知唔知我有留班？不過好多人唔知既係.....我其實留左兩年班。個陣時

我唔好意思同大家講，我留了兩年班。其實我讀到中一架的，我係以前既訪問入面講過，我剩係讀到中3其實係假既.....因為（台下觀眾讚但都好叻）你諗下中一既野有幾難，但我點樣讀都讀唔到喎」

姜濤最後用自身的經歷勉勵大家：「總之，我生日個日我會講。總之我熬過左，好希望自己新一歲可以有越來越好的表現，無論做人定做事。我好欣賞，希望你地記住，無論幾艱難，你想放棄都好，想點都好，好老套，好多人都講唔好放棄，但當你真係遇到個刻，要唔放棄，講真，呢件事有幾難。係呀，所以以後我會繼續發展，我都希望你地信我，因為我每一個選擇都係我自己做，我相信自己可以做到。希望你地支持，多謝。」而他向大家坦言完心聲後，就唱出自己偶像羅志祥的歌曲《愛不單行》。



4月30日是人氣男團MIRROR成員姜濤的27歲生日，大批「姜糖」（姜濤粉絲暱稱）為偶像舉行盛大生日應援活動。



炎明熹 姜濤

超近距離

對唱

笑言「零」心動：
心跳出場前跳完



同姜濤對唱「零」心動：心跳出場前跳完

談到台上超近距離對唱，炎明熹坦言綵排時「距離」較遠。「我地大家都係戴頂帽，撞埋左一齊囉。（有冇貼面個part？）有咁近，因為我們有戴帽，有一個安全的距離。（頭先距離安唔安全？）安全既，但係我地綵排有戴帽，所以距離遠左少少。（有冇心跳加速？）其實我心跳出場前跳完。台上時候有少少緊張，因為大家未出場，咁姜生話……佢問我的咩？我地傾了少少，佢可能唔想大家咁緊張，佢安慰我話OK的。」被問道想不想和姜濤唱合唱歌，她大表贊成。

炎明熹激罕與姜濤同場

姜濤先出場演唱《Gotta Make A Change》、《作品的說話》，他似乎未受「虛報」學歷風波影響，狀態仍然相當不錯。而之後炎明熹出場，演唱《風旅》和新歌《Colors in the Air》，人靚聲甜，可謂頒獎禮上半場最靚聲歌手之一。

其後姜濤再出場與炎明熹繼續合唱《Colors in the Air》，兩人以超近距離對唱畫面完成歌曲。最後兩人一齊合唱姜濤歌曲《Master Class》，畫面新鮮！

ViuTV年度音樂盛事《CHILL CLUB推介榜 年度推介 25/26》（5月3日）盛大舉行。節目每一部分都是看點！開場有許志安驚喜登場和後輩齊齊jam歌，之後又有姜濤與前TVB「台柱」炎明熹超近距離對唱，最後更有古天樂超壓軸登場跳唱《世紀大騙局》，真是驚喜一浪接一浪，一個比一個精彩。

炎明熹接受訪問時大談與姜濤合作的趣事。「今日係一個好似發夢一樣的感受，係我新一年企在咁大的舞台，同埋以咁樣方式唱歌畀大家聽，開心可以唱到新歌《Colors in the Air》。」

Coco憶述

謝賢叮囑交新男朋友要給他看



我不允許
對你不好的

一定要帶回來給我



身体健康身体健康四哥

Coco分享影片提到「如何體面結束一段戀愛關係？」

謝賢與比自己年輕近49年的前女友Coco曾經有著一段持續12年的感情，然而，隨著謝賢逐漸意識到自己年齡與健康上的差距，他坦然選擇放手，希望Coco能擁有更美好的未來。Coco在最近分享的一段影片提到「如何體面結束一段戀愛關係？」Coco在分享影片中談及與謝賢分手的過程，坦言謝賢希望她擁有更美好的未來。她表示，某次兩人一起爬山時，謝賢似乎突然意識到兩人之間身體機能的差距，於是主動建議：「你不要在香港待太久了，要多出去看看，多跟朋友、合作夥伴交流。」這一番話讓Coco明白，謝賢是想為她著想，希望她能實現自己的理想與事業。

坦率的Coco在影片中提到，兩人並未明確談過分手，而是因她日漸繁忙的工作逐漸聚少離多。她回憶，2018年底最後一次與謝賢共進晚餐時，他給了她一個大大的擁抱，並微笑著說道：「這次分開，我們不知道什麼時候再見了。」Coco認為，這是一種滿含祝福的告別，而非傷感的終結。

即便在分開後，謝賢對Coco的關心依舊。Coco回憶道，謝賢曾真誠地表示：「四哥一直在你身邊，如果有一天，你找到一個很優秀的男人，一定要帶回來給我看看，因為我閱人無數，我不允許對你不好的。」他甚至半開玩笑地補充道：「即使我不在這個世界，我也從另外一個地方，站起來打他的。」這些話語雖幽默，卻充分顯示了謝賢對舊愛的深情與保護。

Coco被質疑消費謝賢

不過，Coco近期頻繁提及與謝賢的往事，卻引來部分網民的不滿，有人質疑她在「消費」謝賢，同時亦有不少聲音稱讚謝賢在感情中的風流而不下流。

89歲的金像獎影帝謝賢（四哥）近日再次成為大家的焦點，除了早前被捕獲坐住輪椅現身山頂外，細49歲的前女友Coco又不停在社交平台講述昔日二人相戀細節，被指過度消費四哥，令這段過去式「爺孫戀」再度炒熱。Coco日前又分享二人的過往：「關於和他的ending，我知道他為我好。」

初見四哥即玩「欲擒故縱」 Coco：佢心跳好快

Coco在影片回憶2004年與四哥在上海初相識的經過，說話甜絲絲模樣，甚是回味。她透露第一眼見到四哥在酒店大堂抽雪茄時，就被四哥的風度吸引：「Oh my god，這個男人好帥，穿西裝的樣子。」

翌日四哥邀約午餐，Coco坦言當時大玩心理戰：「我就欲擒故縱，我說這樣你等一下，我安排一下，如果朋友可以取消，我就過來跟你吃午餐，其實我根本沒有安排午餐。」飯後四哥要求Coco送他去機場，並在寒冷的室外上演浪漫一幕：「陪他到外面抽雪茄，2004年冬天很冷，我只穿一件羊絨大衣，他一隻手抽著雪茄，把自己的皮夾克打開，他說『我的身體很暖的，你把你的手放在我衣服裡面，我來幫你暖，你不要冷，不怕的』。我輕輕地放在他肩膀上，能感覺他心跳好快，我就知道這個男人是100%喜歡我了，一見鍾情。」

揭四哥借囡囡珠寶供約會 更向方中信霸氣「示威」

Coco隨後更獲四哥邀請來港，由司機接送到酒店，而房間內早已準備好禮服，但字條卻寫得直白：「My dear Coco 此珠寶需歸還，珠寶是我女兒的，裙子是我為你選的。」讓她覺得非常有意思。當時Coco雖然知道謝賢很有名，但心目中的男神其實是方中信。後來四哥帶她去打波遇到方中信，更當面「示威」：「你知道嗎？我女朋

友很喜歡你。後來她跟了我之後，她就不喜歡你，我不是比你帥？」令方中信只能尷尬承認：「大哥，你永遠是全香港最帥。」

謝賢經歷過兩段失敗婚姻

謝賢於1960年憑《神鵬俠侶》走紅，以風流倜儻形象聞名，自認專一但拍拖皆用盡全力，緋聞女友包括嘉玲、蕭芳芳等。謝賢經歷過兩段婚姻，與甄珍離婚後，跟狄波拉育有一子一女，謝霆鋒和謝婷婷，可惜最終仍是分手收場。

不想再生仔與Coco想法不一致

謝賢之後遇上比他年輕49歲女友Coco譜「爺孫戀」，兩人拍拖12年，期間四哥供對方留學，照顧周到。他曾自爆交往最後三年「有愛無性」，僅靠吃飯跳舞排解寂寞。直到Coco 33歲時渴望生小朋友，80歲的四哥自覺體力難支，不願浪費女方青春而忍痛分手，更傳聞豪擲2,000萬港幣作補償，縱使Coco苦求挽回，四哥亦心意已決。

Coco開直播大談2千萬分手費

當年69歲的謝賢（四哥）和20歲的Coco發展「爺孫戀」令不少人觸目，然而這一段戀情卻維持了12年，就在2018年二人就分手。

在這段「爺孫戀」結束後，Coco就鮮少公開露面，繼上月罕有地現身接受內地視頻受訪後，近日竟破天荒開直播回應網上傳聞，針對是不是復出又想欺騙老人家等傳聞，她就強調：「我Coco不是那樣的人，第一我從來不講別人的隱私和八卦，第二我想澄清的是，我不會誣陷任何一個人，尤其是曾經對我那麼好，視我如珍寶，把我當孩子一樣愛的一個人，教育我的人，我怎麼會去講他的不好和壞話呢？」雖



我當孩子一樣愛的一個人，教育我的人，我怎麼會去講他的不好和壞話呢？」雖然，她並沒有指名道姓，但不少網民都猜測她口中所講的人應該是前男友謝賢。

回應2000萬港元分手費

當年二人分手後，傳出謝賢支付了2000萬港元予Coco作為對她的補償，對此她就表示：「我想說不要再問這個問題，一個家庭在一起共同生活10幾年，我們也像普通的老百姓一樣，家庭的開銷，銀行的帳戶都是透明的，我們不存在誰給予誰，反正家裡有的大家就一塊用。」

欣賞不來謝霆鋒的帥

另外，曾與謝賢有一段情的Coco自然與謝霆鋒有所接觸，她在另一個直播中被問到謝霆鋒真的很帥嗎？她就二話不說：「他的帥我是不懂得欣賞的，我怎麼會欣賞一個胸肌還沒有我大，身高還沒有我魁梧的人呢？當然是他爸爸比他高，胸肌練得比他大。」還回憶起當年謝霆鋒與張柏芝在菲律賓秘密結婚回港後的一段小相處：「我就一不小心又升了一個級別，（他敬你茶了嗎？）他沒有敬我茶，但是他說『Coco我來了』，我說『哦，你要喝甚麼呀』，他說『我們結婚了』。」



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。

每一場清明的細雨。 念念不忘。

「預先計劃」清明優惠活動包含以下獨家折扣：

- 所有墓地組合享9折優惠*
- 葬禮服務享9折優惠*

墓園及葬禮服務享高達

85折*

優惠

享最長

4年*

免息分期



Arbor Memorial

立即致電分園，預約免費參觀。

伊甸殯儀館和墓園
4223 Township Rd. 242,
Calgary, AB T3Z 3K2

山景殯儀館和墓園
1515-100th Street SE,
Calgary, AB T1X 0L4

伍林淑君 Joana Ng
(587) 318-1802

劉文莉 Chilee Lau
(587) 318-4086

伍林淑君 Joana Ng
(587) 318-1802



ArborChineseCalgary.ca

*有條款和條件限制，聯絡分園了解詳情。優惠有效期為3月23日至6月28日。 Arbor Memorial Inc.



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 Receipt 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

你和家人的早餐是不是也是這樣：一碗白粥、一個燒餅或饅頭、一碟鹹菜，或者一碗清湯麵，清清淡淡，吃得舒服又順口？尤其是老一輩人更喜歡這種「傳統中式早餐」。但今天必須認真地提醒你：這種高碳水、低蛋白質的早餐模式，看似清淡養生，實則可能正在悄悄損害健康！

別再白粥配饅頭！

營養師揭 高碳水早餐3危害 高血壓 肌肉流失

蛋白質食材怎配搭？

這絕不是危言聳聽。營養師特別提醒，早餐如果「猛吃」碳水，尤其是精米白麵，三大隱藏危害會像「溫水煮青蛙」一樣，危害健康。

愛吃「高碳水早餐」的人，三大危害悄悄找上門。近日，中國註冊營養師曹展在健康時報刊文提醒，老年人早餐別吃太多碳水，會引發血糖波動、導致營養失衡和加速肌肉流失。

危害一：血糖坐「過山車」，損害代謝

尤其是精製碳水化合物，如白粥、白饅頭、白麵條等，消化吸收速度快，會導致餐後血糖迅速升高，隨後胰島素大量分泌又會讓血糖快速下降，形成過山車式的血糖波動。

這種波動會直接加劇身體的氧化應激反應，加速細胞衰老，同時增加胰島素抵抗的風險，長期下來可能誘發或加重糖尿病、高血壓等代謝性慢性病。

危害二：飽腹感差，容易引發營養失衡

精製碳水化合物易消化吸收，帶來的飽腹感持續時間較短，通常餐後1小時就會出現明顯飢餓感。

有些老人可能會在上午隨意吃一些餅乾、糕點等零食填肚子，而這類零食往往富含精製碳水化合物、飽和脂肪，加重身體負擔。

危害三：肌肉流失，也不利於骨骼健康

隨著年齡增長，老人本身就存在肌肉流失、骨骼鈣含量下降的問題，而過多碳水化合物會影響蛋白質的攝入、吸收和利用，不利於肌肉的合成與骨骼的養護。

長期高碳水、低蛋白的早餐，導致蛋白質供能比例不足，可能會加速肌肉萎縮、骨骼變脆，增加老人跌倒、骨折的風險，影響晚年生活質量。

營養師提醒：早餐一定要有蛋白質

《中國居民膳食指南(2022)》推薦，健康成人的早餐熱量應占全天總熱量的25%~30%。一頓「高質量」的早餐最好包含以下4類食材：

- 1份谷薯類（多選優質複合碳水）
- 1份肉蛋類
- 1份奶豆堅果類
- 1份果蔬類

核心關鍵：早餐必須要有優質蛋白質！

時隔13年再重聚



走過 歷史 大地

洪永城爆黃翠如著「阿婆底褲」？

有「金牌旅遊拍檔」之稱的洪永城和黃翠如現馬不停蹄為綜藝節目《走過歷史大地》飛往世界各地進行拍攝，繼首站羅馬、第二站倫敦之後，第三站就去到有「世界時尚之都」美譽的巴黎，走訪聖母院、香榭麗舍大街、巴黎鐵塔等地拍攝，期間二人不忘互整打鬧，真實自然的主持風格相當爆笑。

洪永城慘遭翠如幕後逼迫

根據製作組在今日（4日）發布的巴黎拍攝花絮搶先看片段，洪永城和翠如先後走訪著名景點聖母院、point d'Arcole（阿爾科萊橋）、巴黎鐵塔等多個地方拍攝。難得來到「世界時尚之都」，又怎麼能不瘋狂Shopping？當兩人去到「世界三大購物大道」之一的香榭麗舍大街時，翠如即告知洪永城梁諾妍Inez（Tony太太）有一個想買很久的名牌手袋在遠處有售，洪永城聞言即藉口多多故作忙碌：「我要拍片喎」、「記住話佢聽，我成程日接夜、夜接日拍攝，冇時間休息同買袋。」豈料語氣未落即遭翠如及幕後輪流踢爆得閒，最後只能心不甘、情不願地步向買袋之路，十分爆笑。

洪永城翠如去到邊都勁掛住小朋友

雖然最終未知洪永城有否真的買手袋送老婆，但二人確有百忙中抽空掃戰利品。洪永城除勁Sweet地為家中工人姐姐突破「老土」心理關口破例買磁石、並為兩名囡囡買了兒童餐墊，寄望她們用了後能專心吃飯之餘，自己也能發揮所長順道講解當地歷史。至於翠如，則買了一件法國水手裝送給兒子「蕭哈哈」，並笑言：「買大了少少，兩歲架，等佢著耐點先。」盡顯慳家本色。

洪永城爆黃翠如著「阿婆底褲」？

今站二人繼續瘋狂留倩影，當翠如在point d'Arcole上瘋狂擺Pose拍照時，在旁呆等的洪永城即「出口術」搞破壞，一時叫黃翠如跳落海、一時話黃翠如頭上有屎、一時又話黃翠如著「阿婆底褲」，十分Naughty。

洪永城和翠如還原13年前Pose掀回憶殺

洪永城和翠如再次合作拍攝旅遊節目，的確掀起大家不少回憶殺。而日前他就在社交網站上載了一段短片，復刻13年前在節目《走過浮華大地》的經典Pose，就好像在倫敦塔橋旁燦笑拍攝，二人細心地還原當時的Pose動作，多年來容貌幾乎零變化，還不忘展現鬼馬本性，互相打趣，畫面相當爆笑。Tony留言寫道：「是我們的回憶，也是你的回憶。」吸引不少網民紛紛湧入留言：「你地都Keep得咁好」、「好喜歡你兩個既默契」、「也是我的回憶殺」急不及待想收看節目。

在加拿大要住大房子就得到二線城市？

加拿大的中型城市，從哈利法克斯到基洛納，近年正以高密度住房重塑中，使其向上發展，而非向外擴張。

這與幾十年來加拿大中型城市的增長模式截然不同。過去這些二線城市，都以向外擴展為主：城市邊緣興建新住宅區、加建獨棟住宅，然後延長道路。

大城市的發展早已改為高密度住房主導，當你以為想要大房子就要到二線城市時，才發現其他城市早也在走上同一條路。

這都是拜土地成本上漲、經濟負擔加重、人口變化以及公共政策更新所賜。

CBC新聞查閱了加拿大抵押貸款和住房公司（Canada Mortgage and Housing Corporation, CMHC）對七個中型市長達15年的數據，它們包括安大略省的倫敦和基奇納-滑鐵盧（Kitchener-Waterloo）、哈利法克斯，以及卑詩省的阿伯茨福德（Abbotsford）、納奈莫（Nanaimo）、基洛納（Kelowna）和維多利亞，以捕捉加拿大大型城市外的增長模式。



單戶住宅在加拿大一二線城市已經買少見少。

還是這樣嗎？

住房趨向高密度

公寓、聯排住房和其他多單元住房形式，日漸成為這批中型城市的新工程主角。在維多利亞、阿伯茨福德和基奇納-滑鐵盧，10套新建住房中，就有9套屬於此類。

在納奈莫，多單元住房開工量，由2010年僅占總建設量的一成，增加至2025年的三分之二；倫敦和基洛納的多單元住房則占比增長了50%。

中型城市一直被視為雖屬城市，但同時仍能予人更多生活空間的地點。但多單元住宅的急升，卻帶來一個深刻的分歧：中型城市需要甚么住房，及住房究竟是為誰建造的。

諷刺在租金未有降低

哈利法克斯的公寓建設熱潮早在2010年開始。但戴爾豪斯大學（Dalhousie University）副教授托馬斯（Ren Thomas）表示，它們並沒有解決該市的住房危機。

她說，絕大多數住房都以市場為導向，即屬於居民根本負擔不起的高利潤單元。她說，學生就曾表示負擔不起這些單元。

該市甚至在四月份放棄要求新建項目中必須包含可負擔單元的要求，以確保建房項目的可行性。

CMHC的數據顯示，新租戶的租金通常會較平均租金高出數百元。以哈利法克斯為例，2025年10月兩居室新租約的平均月租金為2058金



新斯科舍省達特茅斯 (Dartmouth, N.S.) 的King's Wharf公寓綜合體。

元，而同期非新租約的租金為1764元。

數學邏輯通常支持高密度

安大略省發展商 Empire Communities 的辛格拉 (Kartik Singla) 表示，中型城市往往較大城市對發展商更吸引。

土地價格依然比多倫多便宜，但租金并非多倫多的一半，所以在倫敦、基奇納、溫莎這些地方，賬目更化算，他說。

他指，當中要使項目變得更可行，關鍵在於高密度興建。

但高密度發展亦非總是最安全。

在基洛納，不列顛哥倫比亞大學 (UBC) 的市中心塔樓將高達43層，擁有超過470個單元，使其成為溫哥華和卡爾加里之間最高的建築之一。

然而在施工期間被迫搬離的居民正在起訴該大學，指控挖掘工程導致地面移動，進而損壞了附近的建築物。

UBC指損壞非全由它而起，基洛納市政府則未有回應。

即便如此，辛格拉表示，推動建設大型項目的壓力並不會消失：你不能一直對增長說‘不’，然后又抱怨沒地方住。某程度上，單元必須建在某個地方。

抵制高密度住房

倫敦市的活動人士凱科寧 (Kate Kaikkonen) 表示，與鄰居共同抵制的對象，正是這種由數學而非社區需求驅動的規模。

凱科寧是社區組織 Stoneybrook for Community-First Development 的成員。成員反對一個欲在四棟單戶住宅土地上改建成八層高近300個單元大樓的地產提案。

盡管提案符合當前的城市分區規劃，凱科寧說這種極端密度並沒有足夠的配套基礎設施來支持。

社區道路有限，一旦完工將迫使車流涌入住宅街道，而且停車位數量也將嚴重不足。

密度轉變未必能持續

這表明向中型城市大型建築轉變的趨勢可能無法持續。

CMHC南安大略省首席經濟學家帕薩雷利 (Anthony Passarelli) 表示，隨著市場狀況走軟，開發商可能會轉向規模更小、風險更低的各種項目。

市場將會出現向這些低層至中層建築的轉變，因為從開發商的角度來看，風險較小，他說。

帕薩雷利表示，CMHC已經開始看到這種轉變在多倫多和溫哥華等大城市發生。這種影響往往會向外漣漪式擴散，規模較小的城市最終會遵循同樣的建設和銷售模式。



基洛納不列顛哥倫比亞大學 (UBC) 市中心塔樓的效果圖。

腰斬

北京20-29歲人口10年間幾乎減半 學者分析三大原因 「推走」年輕人

銳減212萬

機會少成本高落戶難

“若人口趨勢不變

北京到2030年會是一個沒朝氣活力的城市。”



內地多地統計部門發佈的《2025年統計年鑑》數據顯示，2015至2024年，北京20至29歲（下稱「年輕人」）常住人口從461.8萬人降至248.9萬人，累計減少212.9萬人。十年間，北京年輕人人數近乎「腰斬」引發熱議。

北京改革和發展研究會研究員王明遠發文分析，就業機會減少、生活成本高以及戶籍制度僵化是北京吸引力降低的三大原因。

北京年輕人人數10年近乎「腰斬」，但對外來吸引力仍強勁

據《經濟觀察報》綜合統計的數據顯示，2015至2024年，北京年輕人常住人口累計減少212.9萬人，比重從21.3%逐年下滑至11.4%，逐漸趨近10.56%這一全國平

均水平。同年，廣東常住人口比戶籍人口多2500萬左右（即「淨流入人口」），人口吸納規模位居全國首位。

報道指出，北京常住年輕人佔比波動最大。2020年是北京年輕人數量減少最明顯的年份，常住年輕人數量從2019年的380.5萬人降至325.5萬人，年內減少了55萬人。

報道稱，儘管年輕人佔比逐步向全國平均水平靠攏，北京對外來人口吸引力依舊強勁。2015年，北京常住外來人口達862.5萬人，創下1978年有統計以來的歷史峰值。2024年，常住外來人口仍有819.3萬，北京常住人口比重達37.5%。此外，北京就業承載能力依然十分顯著，薪資水平位居全國前列。

北京為什麼愈來愈留不住年輕人了？

北京改革和發展研究會研究員、改革開放史研究學者王明遠在公眾號發文分析，北京年輕人數量已經遠低於深圳、上海、廣州、成都、重慶，這一方面是北京治理大城市綜合問題的成績，但客觀上也帶來城市競爭力的流失。

他表示，20到29歲的年輕人，是一個城市未來各產業人才存量、生育率、大量消費的基礎，他們的數量決定了城市的近期發展經濟動能





大小。他指出，若人口趨勢照此發展，到2030年，北京的年輕人將下降到100餘萬，變成一個「沒有朝氣活力的老齡化城市」。

在分析北京吸引力變小的原因時，王明遠指出，從就業方面來說，北京雖是全國最有活力的科創中心之一，但資源集中，中小企業所佔比重愈來愈小，導致青年成長機會減少。

他以北京高校畢業生為例，2013年，有72%的本科畢業生選擇留京，本碩博總體去上海和廣東的比例不超過8%。而2024年就業報告顯示，畢業生留京比例下降到42%，滬粵兩地總體比例上升到25%左右。

其次，房價和生活成本極高，遠超京外中產家庭出身的孩子在北京安家的經濟承受能力，導致在京大學生留京意願降低，也導致外地精英大學畢業生不願進京，寧願選擇深圳、東莞等地。

北漂分享：在北京不是在為夢想奮鬥，是在為房東奮鬥

自媒體公眾號「粒子漫遊記」發文稱，對於一個「北漂」來說，工資條上過萬，扣除五險一金及房租生活費，剩下的，要在「通勤2小時」和「生活品質」之間做艱難的取捨。「在北京，你不是在為夢想奮鬥，你是在為房東奮鬥。」

學者：僵化的戶籍制度降低北京吸引力

王明遠還在文章中指出，僵化的戶籍制度也是降低北京吸引力的一大原因。他將北京和上海對比為例，兩市早前每年落戶指標在10-12萬之間，然而，上海近兩年放鬆到30萬左右，北京仍然不變。

他表示，有大量年薪100萬人民幣以上的家庭，因為在民企或外企工作，十幾年無法落戶，孩子一直是借讀生，最後不得不去天津落戶，或者南下深圳，成為深圳人。

文章發出，引發網民熱議。許多網民認同北京生活成本高、落戶難：「一戶口，二房價，經濟下行，大家的預期都悲觀，很難再像之前掏空六個錢包，兩代人強行買房留在北京」；還有人表示，「就算清華北大畢業的高薪年輕人，在北京的生活質量也低的令人髮指」。一位IP地址在北京的網民提到，自己「賣房要走」離開北京是因為「高考制度」，稱「因為『滬漂』孩子不用戶口就能高考，『北漂』你試試，不去上海去哪？我也要賣房走了。」

不過，也有喜歡北京的網民表示：「就沒有我這種因為單純的喜歡北京才來並且一直待的嗎？真挺喜歡北京的，但不是首都的北京，就是喜歡老北京的歷史文化，逛不完的公園博物館，聽不完的話劇，文化資源豐富。」



王明遠指出，若人口趨勢照此發展，到2030年，北京的年輕人將下降到100餘萬，變成一個「沒有朝氣活力的老齡化城市」。

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.pbfasterheating.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



工程保修 WCB 政府註冊

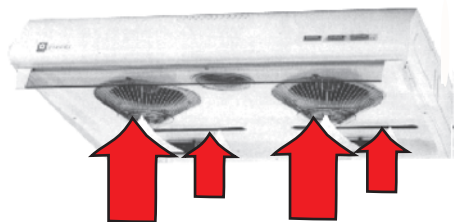


地址：D5 624 Beaver Dam Rd. NE Calgary AB
公司電話：403-475-9288
手提電話：403-966-9299 林生
電郵：info@focusroofingab.ca
網址：focusroofingab.ca



SAKURA

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

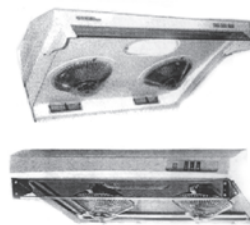
電話：403-273-0012 傳真：403-269-7808

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/國)

冰雹損毀一條龍服務



亞省屋頂協會會員



安全認證許可



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

a) UV Light (germicidal) Installation

b) System Sanitization 原價\$90, 現半價 \$45
(chemicals approved by FDA)

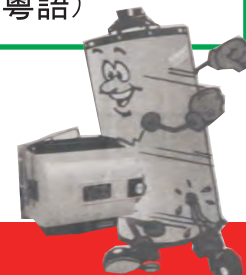
本公司\$60,000出售

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)

惠達裝修公司

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

電話: 587-215-0130 陳生 (國、粵、英)

宋記專業裝修

緊急修理 內外油漆 盜磚地磚 圍牆陽台 廚房浴室 水喉水電 舊屋翻新 土庫裝修

手提: 403-703-6688 宋生

快平靚裝修公司

專業商業油漆 圍欄陽台 廚房浴室 瓷磚膠板 門窗膠修 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

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

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

安逸電力 EAGO Electric

GARY (雷先生) Master Electrician 持有工程保險

精通 (英、國、粵、台山話)

- 安裝新舊房屋及商業電路
- 電箱換新 ● 電力升級 ● 電車充電

電話 403-399-2445

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

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

馬逸生 (持牌專業技師)

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

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



金盛屋頂

屋頂、外牆更新維修、水槽清理
 Soft Metal、Fascia、Soffit 維修更換

20年行業經驗

403-918-2292 鄭生

285923818@qq.com



(58)

HILTON 希爾頓裝修公司

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

專裝車房門, 遙控機, 彈簧

David 徐 403-680-7984

華樂冷暖氣公司

Airtrade Heating and Cooling Ltd.

专业安装, 维修:

- 暖气机 (Furnace)
- 冷气机 (Air Conditioner)
- 热水炉 (Hot Water Tank)
- 加湿机, 干湿机 (Humidifier/HRV)

华师傅 (持牌技师)

電話:

403-966-6078



(51)

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

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**

專業維修家用和商用電器

Blue Sky Electronic Appliance Repair

- 冰箱、冰櫃、冷庫、製冰機
- 洗碗機、爐頭、暖氣爐
- 洗衣機、烘乾機、空調

電話: **403-909-5366** (Jerry)

20多年工作經驗

專業 價優 快捷

TLY 裝修

- 廚房改造 地下室綜合裝修
 櫥櫃設計 室內外油漆粉刷
 地板安裝 衛生間改造
 樓梯安裝和改色

Victor 587-859-6688

Thangly1688@gmail.com (65)

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
 替換水閘 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)



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)

卡城搬運

CalCity Moving



代客拋棄廢物

Commerical-Office
-Home-Piano

電話: **403-818-8099**

(67)

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

★ **403-389-7298** 張 ★

新潮裝修公司

二十多年裝修經驗

- 舊屋翻新 土庫間隔 更換廚具 門窗更換 屋外圍欄 修建陽台 實木地板 內外油漆 大小工價 免費估價

電話: **403-870-2802** 余生

George 車房門專業安裝, 維修

新車庫門新馬達安裝

- *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

24/7 Service



Bright door services Ltd www.garagedoorcare.ca

info@garagedoorcare.ca

電話 (中英) **587-287-2225**

Wechat: Jordon3933

政府註冊
專業技師
經驗豐富

WCB 保險

200萬工程保險

Sam**地毯蒸汽清洁**

最先进蒸汽清洁系统、
新一代技术

住宅、餐厅、办公室

地毯，瓷砖清洁

认证技师、专业团队

口碑生意、
软水作业、质量第一



电话: 8253654893

微信号: samcleaning

邮箱: samscleaninginc@outlook.com

网站: www.samscarpetcleaning.ca

**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。

聯合車身修理現在招聘：車身修理學徒以及機械修理學徒
有意者請聯絡 4032913193

電：403-291-3193；403-277-7988

電郵：info@unitedautobody.ca

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

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

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

卡城聖公會牧愛堂 403-619-6988

餐館

福臨門Country Hills 403-265-1616

福臨門Marlborough 825-413-0913

匯豪軒 587-351-0788

移民服務

Rockies洛磯移民服務(林順旺) 587-353-4111

牙科

律師樓

宗親會

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

牙托牙科工場 403-612-8937

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

普瑞電腦 403-277-0566

燒臘麵家

跌打

昌平麵家 403-291-3681

趙威跌打醫館 403-680-3813

黃強跌打專科 403-651-9833

裝修工程

招牌/廣告

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

華美膠片招牌 403-606-0621

民樂招牌製作公司 403-708-3929

高價收購廢車

TOP \$\$\$ PAID FOR SCRAP CARS

DJ'S TOWING AND SCRAP CAR REMOVAL



來電估價
403-847-8021

Fortune Property Services and Construction

幸運建築服務 (原公司名: 幸運草地花園服務)

總裁: 黃益豐(Andy) 電話: 403-818-4203

微信號: Andy4038184203 網址: ForAndy.ca

WhatsApp: Yifeng Huang +1(403)818-4203



2006年成立

經營業務範圍

棄置廢物 價值優惠 服務快捷



草地、磚木陽台、護土牆、圍欄、淋水系統
種花、樹、砍樹、各項目應有盡有。

園藝建築曾獲2007年亞省技能大獎

請認定唯一電話403-818-4203, 其它號碼與本公司無關

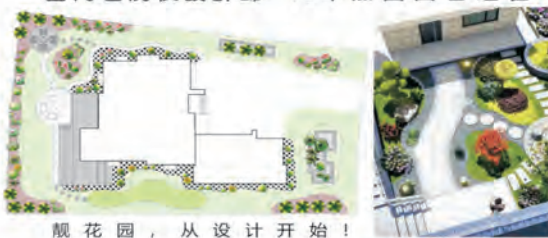
現與持牌照
電工合作,
增加服務項
目:
安裝電車充
電裝置, 安
裝屋頂太陽
能電板。



各種露臺、圍欄、擋土牆、磚、石砌
鋪, 假山、溪流瀑布、魚池工程。
草地、綠化、自動噴淋系統安裝工程。
各種混凝土工程。
掘土車、沙石運送服務。

沒有“金剛鑽”, 不攪園藝活!

國內名院校設計師 16年加國園藝經驗



觀花園, 從設計開始!

大量工程實例, 歡迎參觀! 403-889-7123

專業車房 Garage

承建各款大小車房工程

電話: 825-288-7123

楊生

(47)

J & J Kwoks Service

專殺黃花

· 修剪樹木

587-894-8168

(廣東話)

587-894-5325

(國語及英語)

- 春天清理草地
- 除雜草
- 電機耙枯草
- 草地打氣孔
- 包月剪草
- 搬運雜物
- 冬天割雪

歡迎來電預約

幸運屋頂

屋頂 平頂 外牆 水槽

Soffit Fassia 專業維修更換

368-887-3306

網址: www.abluckyhomeroofing.com



特價車庫門



Clopay classic steel 16ft x 7ft

(經典鋼製保溫層)

\$1980 包拆除和安裝

網址: www.ca668.org

STAR PLUMBING & HEATING LTD

水喉暖气维修安装

热水炉 暖风炉

经验丰富 价格公道

Master Plumber & Gasfitter

冷先生 403-880-0303

興強 家庭電器修理

KEN'S HOME APPLIANCE REPAIRS



專門修理



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

專業通用水泥公司

Universal concrete

混凝土、鏟泥推土服務

價格合理

免費估價

* 行人路 * RV 泊位 * 庭院

* 路邊 * 車房路 * 梯級

電話: 403-604-4282 403-607-3475

Sam (英語)

真誠屋頂 專業承接

屋頂、外牆更換翻新

維修補漏、面板底板

水槽清潔等各項業務

即日起更換屋頂

即贈送兩個渦輪通風器

諮詢熱線: 587-968-8887 林



掃碼 微信

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

Suite I, 100 - 3rd Ave. SE 華埠嘉達樓三樓

加華報

The Canadian Chinese Times

閱讀加華報電子版, 請瀏覽網頁:

canadianchinesetimes.ca

湖南瀏陽爆炸26死

湖南宣布全省煙花爆竹企業全面停產整頓

5月4日16時43分左右，長沙瀏陽市華盛煙花製造燃放有限公司車間發生爆炸。截至目前，爆炸事故已致26人死亡，61人受傷。5月5日，湖南省应急管理廳宣佈，即日起，全省煙花爆竹企業全面停產整頓，全力防範和消除各類安全隱患。

值得注意的是，早在2019年，瀏陽一家煙花廠因違法違規生產引發爆炸事故，造成13人死亡、13人受傷的慘劇。事故發生後，有將近200多家企業遭整治關停。

據《湖南日報》報道，5月5日期，湖南全省煙花爆竹企業全面停產整頓此次停產整頓將聚焦生產、經營、運輸、燃放、產品質量、出口等環節，重點查處企業「三超一改」、分包轉包、生產經營超標違禁產品、多股東獨立生產等問題。嚴格落實「五個一批」要求，即：打擊一批非法違法行爲，關閉退出一批違法從業單位，清理銷毀一批超標違禁產品，集中曝光一批典型案例，通報約談一批問題突出地區，確保煙花爆竹行業領域非法違法行爲得到有效整治。

同時，舉一反三，在全省進一步深入開展安全生產隱患大排查、大整治，對重點行業拉網式排查，堵塞漏洞，壓實責任，全力提升本質安全水平，守牢守嚴紅線、底線。

此外，5月5日，國務院副總理張國清赴事故現場指導應急救援處置工作，要求深入推進煙花爆竹和危化品行業「打非治違」，嚴打超人數、超藥量、超許可範圍、超設計產能等行爲，提高排查整治質效，絕不能「以罰代管」。

瀏陽煙花國內市佔率60% 曾因爆炸事故關停逾200企

據湖南政協報道，煙花爆竹產業是湖南傳統優勢產業和文化特色產業，在促進縣域經濟發展、帶動就業增收等方面發揮了重要作用。而對於瀏陽市而言，煙花爆竹是重要產業。

據《湖南日報》報道，2025年，瀏陽花炮總產值突破500億元，出口板塊快速發



为防止救援过程中发生二次事故
救援队员在事发厂区周边设置隔离带 防火带
采取喷淋 加湿等措施 消除隐患



展，全年監裝出口貨櫃13758個，歐美傳統市場佔比超七成，中東市場同比激增321.05%，東南亞市場穩步增長5.32%。

《人民日報》去年2月報道，瀏陽市集聚了煙花爆竹生產企業431家，國內市場佔有率約60%，帶動從業人員超30萬人次；2024年，瀏陽全市花炮產業實現總產值502.2億元人民幣。爆炸發生當天，瀏陽剛剛舉辦「恰同學少年」主題焰火秀，吸引了大批遊客。

據《中國新聞周刊》報道2019年12月4日，瀏陽一家煙花廠因違法違規生產引發爆炸事故，造成13人死亡、13人受傷的慘劇。事故發生後，瀏陽市政府加強安全整治，對不達標的小廠實施退出機制。政府與行業協會籌集數億元資金，支持企業退出或升級改造，當地一名行業內人士稱，「這一輪整治淘汰了200多家企業」。

瀏陽當地一位村民表示，當地煙花廠很多，其也有親屬從事這個行業。「瀏陽的煙花廠，普通線（無火藥）一個車間不到十個人，有火藥的線一個車間一個人，我們本地人也想不出是什麼原因，怎麼會傷亡那麼多人，很久沒出過這種事故了。」其表示，煙花廠通常在山中，與居民區有一定的距離。「煙花行業養活了很多（當地）人，沒有人想出事的。」

好 傢伙，購物車都能變成時尚單品背在身上了！是的你沒看錯，就是逛超市常見的那種不鏽鋼手推車-設計工作室Nik Bentel Studio在倫敦時裝周期間，為德國平價超市Lidl，設計了一款購物車造型的單肩包。

把手、不鏽鋼網格、車身輪廓，幾乎復刻了超市購物車。包上自帶的硬幣鑰匙扣，可以直接扣在超市的真車上。

想像一下你逛超市，前面推著大車，肩上還揹著小車，有種一本正經搞幽默的反差感。

但是有個bug，這包基本裝不了甚麼。網眼太大，口紅、鑰匙放進去，沒走兩步就給你漏一地。

最有意思的還得是網友的調侃：
[就不能選個貴一點的超市嗎.....]

不過話說回來，這隻包本來就不是奔著能裝去的。從設計角度看，這包幽默感拉滿。從營銷上，品牌宣傳效果也有了，畢竟誰看了不想拍張照？

你們怎麼看，覺得這包是好玩還是離譜？



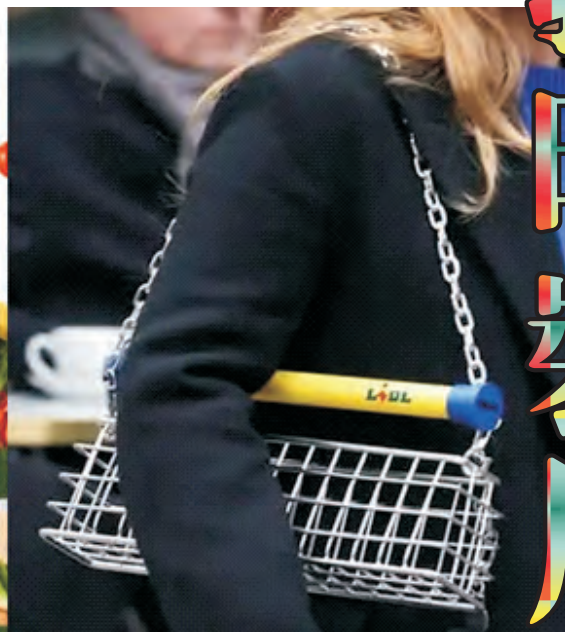
超市手推車造型手袋

衝擊

倫敦時裝周

網民：

可以選個高級一點嗎？



馬國5米無牙巨鱷藏溝渠！

民防隊花2小時拖上岸

疑迷路加乾旱被困

無牙鱷魚出沒！馬來西亞有工廠工人在休息時意外發現1條鱷魚「迷路」被困在乾涸的溝渠內，當地民防部隊派員到場，發現是條高齡鱷魚長達5米體型龐大，雖然已無牙但非常兇猛。他們用繩索及車輛將老鱷從溝渠中拉出，並在附近居民的協助下才成功將鱷魚制伏。民防部隊推測是近日天旱令渠水過淺，鱷魚才會被困，目前已將牠移交野生動物部門。

5米無牙老鱷被困溝渠 被捕捉時相當兇猛

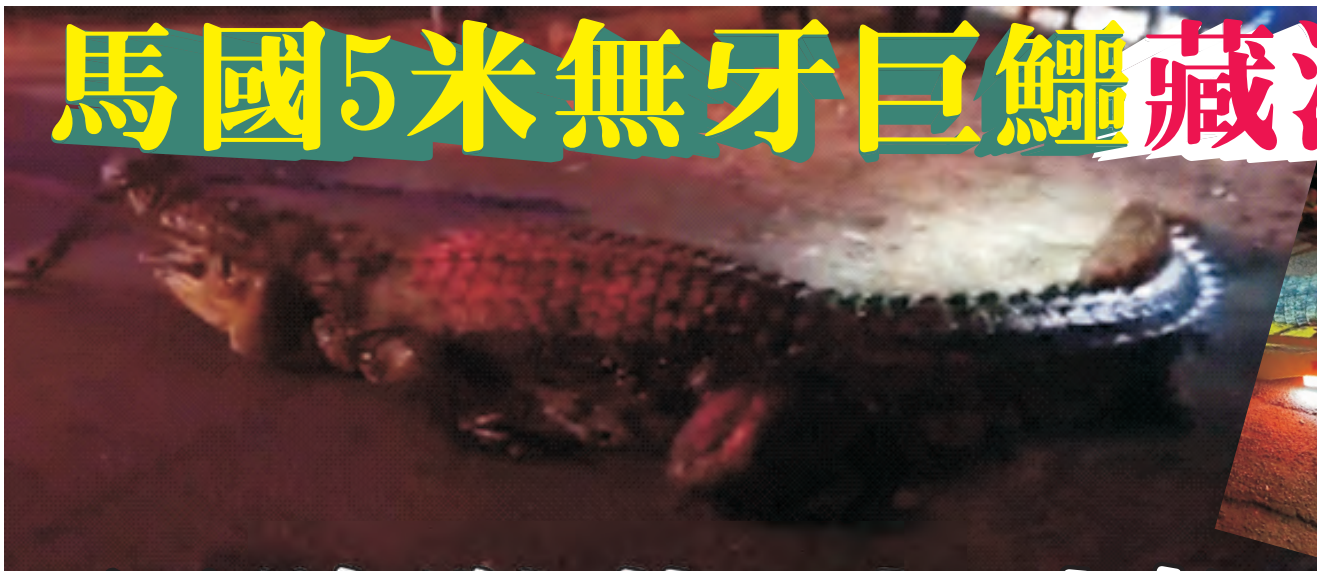
當地報道，事發於柔佛州峇株巴轄，4月7日傍晚6時50分，中江附近一間工廠的員工休息期間，發現1條巨鱷「被困」在1條溝渠內部，向民防人員求助。

峇株巴轄民防部隊派出6名隊員拯救被困鱷魚，他們懷疑是天氣乾旱令渠水過淺，令鱷魚迷路走入溝渠內無法脫身。民防隊發現該條雄性巨鱷，已高齡令牙齒脫落，接近捕捉時牠仍相當兇猛頑強抵抗，隊員以繩索套緊其嘴部，配合四輪驅動車將牠拖上岸。

附近居民和民防隊合力 花2小時成功捕捉

老鱷被拖上岸後不斷翻滾掙扎，意圖攻擊，最後在附近居民協助下，花費約2小時才成功捕獲，移交野生動物局處理。

有在場村民指，得知鱷魚出沒後趕到現場，見到牠被困在乾涸溝渠內，體型龐大，當時很多人前去幫忙，但一起去拉牠上岸時還是很吃力。



加華報

The Canadian Chinese Times
#201, 126-16 Ave. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 1J5.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

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，需體魄強健，刻苦耐勞，有責任心，需懂些英語，薪優。應徵者請致電**403-804-4886** (英語)。



櫥櫃廠

誠聘 生產線員工，薪優面談。

早班 6:00 - 14:30 晚班 14:30 - 23:00

週一至五，視需要安排星期六上班

有意者請將簡歷電郵至:

hiring@kingswoodcabinets.com或致電: **(587)-812-8868**

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

(52)

誠聘兼職廚師一名，需操流利中英語及前檯/收銀員，需懂英語。有意者請致電話 (403) 830-1808 練先生洽。

(41)

離東面半小時車程 Strathmore 小鎮中餐館聘請炸爐，糧準，包食住。有意請電: 403-554-2188 Vivan (41)

福臨門 Country Hill 現聘請全職或兼職企檯及 Cashier。有意者請電: 403-650-0296 王小姐洽 (36L)

市中心中式快餐店，聘全職，兼職幫廚，Counter help。電話 403-992-8259, 403-870-7043 地址: 751 3 Street S.W. (4樓) (43)

市南錦恆京菜館誠聘晚間經驗炒鑊，有意者請親臨 103 12445 Lake Fraser Dr. SE 或致電 4037013888 (43)

外賣中餐館請一名 part time or full time 熟手油爐，有意請聯繫電話: 587-664-3753 (42)

招聘啓事: 阿省 Medicine Hat 中餐館招聘炒鍋師傅，有經驗者優先。可包吃住，具體工資待遇面議: 詳情請致電: 403-957-2778 (42)

江記餐館誠聘炒鑊、炸爐、傳菜、打雜。全職或兼職均可。電 403-690-5638; 403-235-4652 (42)

面廠招聘制麵師父，學徒 (男女不限) 和送貨司機，有意者請聯繫 403-607-8099。 (43)

SE 中餐館誠聘抓碼，油爐，服務員，幫廚，糧準薪優! 有意者請致電: 587-889-6625 (42)

東南工業區麵包加工廠招聘全職生產線員工，地址 3-4511 Glenmore Tr. SE 電話 403-651-3930 發短信約時間面議 (李生) (42)

唐人街中餐廳 高薪聘請經驗炒鍋，油爐，抓馬，服務員 有意請電 403-399-3810 (42)

加華報

The Canadian Chinese Times
#201, 126- 16 Ave. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 1J5.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790



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，有木工經驗者優先。

****全職員工將享有醫療保險(包括牙醫)****

有意者請致電: (587)-998-7812

或電郵履歷至: hr@stileinteriors.ca

地址: 1626 115 Ave NE # 101, Calgary, AB T3K 2E4 (13)



金樂食品廠招聘

- 維修技術員 • 倉庫管理員
- 生產部包裝部員工

有意者 E-MAIL : ghb@goldenhappiness.ca

或致電: 403-207-3383

地址 : 3636 46 Ave SE, Calgary AB T2B 3P9

(44)

福臨門 Marlborough

現聘請熟手炒鑊、熟籠、熟手拉腸粉、點心、傳菜及洗碗。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)

BUBBLEMANIA CAFE

455 16 Ave NE 誠聘晚間洗碗及幫廚數名，略懂英文，現金免問。有意者電 403-708-8832 王先生洽 (41)

越南菜及京菜館誠聘廚師、幫廚及企檯(需流利英語)，近 Chinook Mall。有意請電: 403-836-2699

(41)

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)

金沙海鮮酒家誠聘有經驗傳菜、炸爐及打雜。有意電: 403-560-9130 (42)

西北中餐館
誠聘炒鑊、炸爐、炒鑊、樓面及傳菜。全職或周末洗碗，幫廚，無需經驗，工作勤快，薪優糧準。有意請電: 403-547-0239 (27L)

粥粉麵飯 聘請兼職炒鑊。有意請電: 403-891-6806 或 403-250-8436 (40)

近豐山大統華京菜館誠聘經驗炒鑊和送餐司機各一名，有意請聯繫黃生 403-830-6163 薪資面議。(40)

卡城銀龍酒家誠聘全職、兼職經驗執碼、點心熟籠、廚房及點心幫工。有意請電 403-264-5326 或電郵 Silver.dragon@live.ca (24L)

江鼎軒餐廳，誠聘全職廚房幫廚4名，前廳服務4名(需懂英文)，薪資略高於市場，有員工餐。電話: 306-717-0558 (46)

匯豪軒誠聘全職經驗執碼。有意者請電: 587-351-0788 (12L)

班芙快餐店招聘: 中餐廚師，日本餐師傅，幫廚，前臺，提供員工宿舍，幫助留學生移民，可以辦Imia，聯繫電話/短信: 4039210438 (69)

加華報

The Canadian Chinese Times
#201, 126-16 Ave. NE,
Calgary, Alberta,
T2E 1J5.

分類廣告專欄

CLASSIFIED AD.

The Canadian Chinese Times

Tel: 403-230-8118

Fax: 403-230-8790

唐人街中餐館招聘

唐人街連鎖米線店誠聘

廚房全職出餐師傅、油爐（無需經驗，提供培訓）

以及全職或兼職

切配、洗碗

時薪+小費

有意請致電 **780-885-0723**

(43)

膠袋廠誠聘

全職日班及夜班員工，

經驗不拘，可培訓，

有福利津貼。

請把履歷電郵 info@triplethree.ca

或傳真至403-246-6106人事部收

(43)

亞省餐館

誠聘

炒鑊及炸爐各一名，
包食宿。營業時間請電：

1-403-528-3399

(40L)

精誠餐館工程有限公司

3E Sheet Metal & Food Equipment Ltd.

- ★ 餐館、倉庫、廠房設計裝修、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

聘請

唐人街河濱大廈
有一房一廳出
租。請電：

403-265-2003

(43)

Coventry Hills 樓上房出租，
\$490女士，近T&T，巴士站，
學校。免煙籠。587-718-8980
(42)

生意出讓

必定順卷猛套房及單個房新裝
修各自200呎，交通方便。
4037300040陳 (43)西北區16 Ave老字
號中醫中藥、針灸
按摩診所，因東主
退休而割愛轉讓。
有意者請電：403-
681-6811. (40)金玉滿堂誠聘全職或兼職炒
鑊、執碼，全職企檯或煎
炸。請電403-200 9618 (39)唐人街瑞明會誠聘客家人周
末教客家話有意打一四零三
二六三八六九九留言胡伯
(38)西北Sandstone光猛土庫兩房一
廳廚廁，水電網傢俬齊全小學
巴士免煙籠。403-808-2398 (43)Panorama w/o光猛土庫，近
大統華商場學校403-703-
1886;403-295-1550 (42)

房屋出租

加華報

The Canadian Chinese Times

加華報電子版，請瀏覽網頁：

canadianchinesetimes.ca



佛山南海美食推薦



1. 河鮮

既然南海漁業發達，當然先說吃魚。嚐了第一口，我再三確認這真的是那不值錢的草魚嗎，竟能如此鮮嫩。魚肉下面墊豆腐，不仔細品嚐真分辨不出誰更嫩了。吊水鮭魚就是將草魚轉移到吊水池，進行不投餵的暫養，時間通常為20-60天。在這個過程中，魚體內的藥物殘留和土腥味會逐漸減少，肉質和口感得到提升。吊水鮭魚真的沒有什麼土腥味，肉質結實緊緻。更令我驚歎的是，多刺的草魚竟然被完全剔骨，幾乎吃不到一根魚刺，這樣吃魚真是超過癮的。

再說菜量，單看魚你可能不知道，那對比下普通盤子吧，這一條魚足夠3-4個人吃了。所以，人少去吃，想點第三個菜，服務員都不讓。

全國人民都知道尋美食到順德了，可少有人知道，作為廣東「四小虎」、改革開放最前沿的南海，也是一片美食熱土。就拿著名的順德魚生來說，這魚其實是產自隔壁南海的九江鎮。

要知道南海連續10年榮獲全國綜合實力百強區第二名，雖說現在靠的是發展產業經濟，但南海人向來富庶，以前主要靠農業、漁業，遍地都是桑基魚塘，來九江吃魚生，可不就是直達原產地了嘛。



說到九江，九江雙蒸的名聲可能更大。不要誤會，不是江西的九江，是南海的九江。「九江雙蒸酒」創始於清道光年間，距今已有近200年曆史，是廣東人的家鄉水。九江雙蒸入菜的用途也很大，就跟紹興黃酒在江南地區的地位一樣。

只有到了深入嶺南腹地的南海，你才能發現廣府菜的精華。南北融合、改良口味是不存在的。這裏講究一個「鮮」字，選材鮮活，多用清蒸、白切、白灼等手法，講究烹飪火候，注重保持食物的原汁原味。

反覆來了幾次南海，發現踩雷概率幾乎為0。這裏既有高端大氣的名廚酒樓，也有小家碧玉的特色餐館。美食老饕來了也絕不會失望。更令南海美食擁有群眾基礎的一大原因是，這裏物價喜人且菜量驚人。在廣州吃一頓早茶的錢，能在南海吃一桌魚宴了。

2. 江景灣河鮮坊



西江邊的小飯館，靠江吃江，離渡頭很近。來這裏嚐嚐南海人如何把鮮活的食材激發出鮮美的本味。

豉汁白鱈，真的好好吃。其它地

方叫 鰻魚，廣東人叫白鱈。不管是烤鰻魚還是清蒸鰻魚，習慣了鰻魚糯糯的口感，第一次吃到這脆生生有勁道的鰻魚，有點意思。個頭不大，有點像野生的，就這麼簡單的切片加上豆豉一蒸，好鮮美！

紫蘇炒蜆，分量也很足，鮮香入味，帶紫蘇的清香。





肉香

1. 燒鴨佬農莊

村裏開了15年的農莊，外面看非常不起眼。可是，酒香還怕巷子深嗎？農莊像個小宴會廳，估計村裏宴請酒席少不了這裏辦的吧。

招牌必點就是燒鴨。如果來得巧，趕上剛出爐的燒鴨，那可太幸運了。當燒鴨端上來的瞬間，這令人垂涎的色澤已經讓我不想耽誤時間拍照了。

趕緊記錄兩張就開動了。燒鴨皮實在是太脆了，肉還很入味多汁，香到嗦骨頭，可以算今生吃過的燒鴨top3。整整半隻，只要38元（人民幣），還要什麼米其林啊！



2. 海邊餐廳

這家位於平沙島西邊的小餐廳，是看夕陽的好地方。雖說它叫海邊餐廳，但其實招牌菜是一鍋雞湯。

用新鮮木瓜煲雞，大部分人應該都是第一次聽說。有加牛奶和不加牛奶兩個版本。我試了牛奶版，沒有想象中奶香濃郁，倒是木瓜讓雞湯有了清甜的風味。

因為是走地雞，雞肉肉質超級緊實（我更喜歡煲得酥爛的口感一些）。其它小炒調味不錯，食材新鮮。雖說是在小島上，食材是不缺的。你要見過島上農民自產自銷的新鮮瓜果蔬菜，也不會想錯過的。

3. 巖哥農莊

西樵山風景秀美，還有兩個仙境中的村子，雲端村和雲路村。這裏好幾家農家菜，口碑都不錯的，本地人都是提前預訂，上山開席。山中景色也是很送飯呢。走低雞、泉水魚，自然不必多說了，都是山裏的尖貨。



誠記新派粵菜

Marco's Kitchen

Chinese Fusion Cuisine

2-222 16 Ave NE T2E 1J8

Uniko Center 高邦中心, Peter's Drive In 對面

電郵: marcoskitchen88@gmail.com

403-457-6622

Business Hours

營業時間

10am-2pm

4:30pm-9pm

星期二休息 Tuesday Closed



誠記晚市特價精選

- | | |
|-------------|------|
| 1. 香芒沙拉脆蝦球 | \$10 |
| 2. 私房麻辣煮羊片 | \$10 |
| 3. 豉汁紅燒松子魚 | \$10 |
| 4. 避風塘乾炒肥蜆 | \$10 |
| 5. 家鄉梅菜蒸魚扒 | \$10 |
| 6. 金蒜火腿蒸魚扒 | \$10 |
| 7. 薑蔥燒焗鱒魚煲 | \$10 |
| 8. 頭抽煎封鱒魚扒 | \$10 |
| 9. 招牌湛江走地雞 | \$10 |
| 10. 蒜香生炸龍崗雞 | \$10 |
| 11. 生炸酸甜咕嚕肉 | \$10 |
| 12. 沙拉京都炸豬排 | \$10 |
| 13. 生煎四寶豬肉餅 | \$10 |
| 14. 糖醋松子炸魚柳 | \$10 |
| 15. 陳皮燒汁牛仔骨 | \$10 |
| 16. 雀巢乾燒牛仔粒 | \$10 |
| 17. 美極乾燒海中蝦 | \$10 |
| 18. 招牌特色煲仔飯 | \$10 |

任選其一，上限一例。
須惠顧兩款或以上正價菜

午市精選特價點心

每款 **\$4.98**

- | | |
|-------|-------|
| 日式炸春卷 | 金勾鹹水角 |
| 生炸鯪魚餅 | 鮮奶蛋撻仔 |
| 上湯鯪魚球 | 糖姜皮蛋酥 |
| 上湯腐皮卷 | 蜜汁叉燒酥 |
| 魚籽燒賣皇 | 雪山奶黃包 |
| 鮮竹牛肉球 | 焗叉燒餐包 |
| 香滑流沙包 | 牛肉鮮腸粉 |
| 生煎菜肉包 | 蜜汁叉燒腸 |
| 奶黃煎堆仔 | 香脆炸兩皇 |

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)

七天營業
星期一至日 11am - 9pm

訂餐熱線：**587-351-0788**

全日供應

堂食外賣

無任歡迎

特價超值小菜

堂食加送例湯及糖水 白飯每碗 \$3

\$18.99
每款

椒鹽雞軟骨
南乳豬手煲
魚香茄子煲
茄子玉子豆腐煲
金沙去頭老虎蝦
椒鹽去頭老虎蝦
秘製去頭老虎蝦
蒜香雞 (半隻)
炸子雞 (半隻)
XO甜豆豬頸肉
XO豆仔豬頸肉
豉汁涼瓜豬頸肉
避風塘豬頸肉
鹹菜炒豬大腸
乾煸四季豆
腐乳四季豆雞片
柱侯蘿蔔牛腩煲
咖哩薯仔牛腩煲

羅漢豆腐煲
豆腐火腩煲
蒜香一字骨
金沙一字骨
士多啤梨一字骨
菠蘿生炒骨
菠蘿咕嚕肉
京都肉排
沙拉骨
麻辣水煮魚
上湯酸菜魚
靈芝菇扒菜芯
北菇扒菜芯
三菇扒玉子豆腐
金沙魚塊
咕嚕斑塊
油泡班球
滑蛋蝦球

豆腐班腩煲
蜜汁牛仔骨
黑椒牛仔骨
椒鹽牛仔骨
XO薯仔牛仔骨煲
涼瓜炒牛肉
豉汁豆仔雞片
涼瓜煎蛋角
涼瓜炆排骨
瑤柱扒小棠菜
蒜蓉芥蘭
薑汁芥蘭
鹹魚蓉炒芥蘭
芥蘭炒牛肉
上湯浸菜芯
蒜蓉炒菜芯
金銀蛋浸小棠菜
椒絲腐乳通菜

貴妃走地雞

\$21.99

金牌燒鵝

歡迎預定

HAPPY
mother's
DAY



東江小菜

Edgemont Palace

209-45 Edenvold Dr. NW, Calgary

訂座
電話

403-547-0239

壽筵喜酌 派對外賣訂餐

七天
營業

早茶 10am~3pm

晚市 4:30pm~9pm

(星期一至星期日)

震撼優惠

每款 \$17.95

堂食外賣無任歡迎

- 班腩豆腐煲
- 京都肉扒
- 菠蘿咕嚕大蝦球
- 香煎龍利魚
- 菠蘿咕嚕肉
- 乾煸四季豆
- 豉汁炒蜆
- 椒鹽多春魚
- 薑蔥牛肉煲
- 貴妃走地雞(1/2)
- 雜菜炒牛肉

- XO醬肉片炒芥蘭
- 豉汁味菜涼瓜鳳片
- 合掌瓜龍鳳球
- 合掌瓜炒臘肉
- 滑蛋蝦球
- 靈芝菇扒菜心
- 鹹魚雞粒豆腐煲
- 洋蔥豬扒
- 黑椒牛仔骨
- 牛鬆菠菜
- 金沙茄子

- 秘製臘肉西蘭花
- 蒜子蜜汁骨
- 椒鹽鮮魷
- 魚香茄子煲
- 八珍豆腐煲
- 蒜蓉蝦球西蘭花
- 上湯金銀蛋時菜
- 蒜香黃金雞(1/2)
- 菠蘿咕嚕魚塊
- 鮮茄脆魚塊
- 鮑汁紅燒豆腐

御皇十人餐

- 鮮果大明蝦沙律
- 東江大蝦丸
- 翡翠龍鳳球
- 陳皮花膠鴨絲羹
- 薑蔥雙龍蝦(脆麵底)
- 清蒸海上鮮
- 馳名貴妃走地雞
- 原隻鮑魚扒豆苗
- 魚子海皇炒飯
- 干燒伊麵

送精美小食
汽水10罐

優惠價
\$398

歡樂十人餐

- 富貴京式片皮鴨
- 翡翠龍鳳球
- 黑椒珍菌牛柳粒
- 海皇魚肚羹
- 薑蔥雙龍蝦
- 清蒸海上鮮
- 馳名貴妃走地雞
- 靈芝菇扒豆苗
- 魚子海皇炒飯
- 干燒伊麵

送精美小食
汽水10罐
優惠價
\$338

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



四月份特價

片皮鴨三食

(鴨絲酸辣羹、菠蘿鴨粒炒飯)



\$58.95



羊腩煲 \$38

◀店內設急凍點心外賣
歡迎光顧