



會員專享
最高 5折 優惠

卡加利餐飲設備及用品專業供應商



卡加利分店



種類齊全



品質可靠



價格優惠



專業廚房設備

烹飪設備、備料、保溫、清潔



冷藏冷凍設備

冷藏、冷凍、製冰



前廳用品

餐具、服務、用餐、展示



後廚用品

廚具、清潔、維護、收納



儲存與運輸

貨架、收納箱、手推車



餐飲制服

主廚服飾、圍裙、手套



外帶包裝

餐盒、杯具、紙袋、包裝



12000平方尺展廳，歡迎親臨參觀

2928 Sunridge Way NE #10, Calgary, AB T1Y 7H9



www.chefcoca.com



周一至周五 9:00 a.m. - 5:00 p.m.



info.chefcocalgary@gmail.com

(403) 984-3888



微信掃碼添加



Whatsapp 聯繫



鄭家超市 (總店)

地址: #165 8220 Centre St NE
403-263-6663
ZHENG SUPERMARKET Beddington
(原Coop Beddington舊址)

超市特價商品

活動時間 **星期五 10/30** ▶ **星期四 11/05**

現凡購物滿 \$88, 即可獲贈2027羊年精美掛曆一本!
會員還可使用98,800積分兌換一本!
數量有限, 送完即止!
喜歡的朋友記得抓緊時間來領取哦!

只限星期五、六、日



游水肉蟹
Live Dungeness Crab
(1.7磅以下)
\$11⁹⁸ /Lb磅

只限星期五、六、日



三文魚
Salmon Fish
(Whole原條)
\$8⁹⁸ /Lb磅



魚滑
Fish Paste
(小/S) (大/L)
\$2⁹⁸ /半磅 **\$5⁹⁸** /一磅



脆皮燒肉
Crispy Roasted Pork
\$12⁹⁸ /Lb磅



蘑菇雞包
Chicken Mushroom Bun
\$1⁷⁹ /Ea個



咸蛋芋頭酥
Salted Egg Yolk Taro Pastry
\$3⁵⁸ /Ea個

只限星期五、六、日



油菜芯
BC You Choy Sum
\$1⁹⁸ /Lb磅



西蘭花(紅雙喜)
Broccoli
\$1⁹⁸ /Lb磅 **\$3⁸** (25磅) /Cs箱



娃娃菜
Siuchoy Baby
\$1⁸⁸ /Lb磅



白蘿蔔/紅蘿蔔
White Lobok / Carrot
\$35⁹⁸ /Cs箱 **\$12⁹⁸** /Cs箱
\$0⁸⁸ /Lb磅



冬瓜
Wintermelon
\$0⁹⁸ /Lb磅



榴蓮蜜薯
Durian Yam
\$2³⁸ /Lb磅



豬頸骨/豬筒骨(凍)
Pork Neck/Soup Bone(Frozen)
\$0⁹⁸ /Lb磅



豬後腿肉
Pork Leg
\$2⁴⁸ /Lb磅



牛尾
Oxtail
\$9⁹⁸ /Lb磅



(整隻,可切塊)
澳洲帶皮草羊
Australia Goat with Skin
\$7⁵⁸ /Lb磅



白柚/紅柚
White / Red Pomelo
\$2⁹⁸ /Ea個 **\$5⁵⁰** /2個



砂糖橘
Shatang Mandarin
\$2⁵⁸ /Lb磅

(去鱗去臟)



得哥鯽魚
SC Tilapia GS
(3LB)
\$6⁹⁸ /Pk袋



平和日式贊岐烏冬
HW Sanuki-Style Udon
(1.25Kg)
\$6⁴⁸ /Pk袋



白玉蘭八寶飯/紅糯米八寶飯
BYL White / Red Glutinous Red Pudding
\$1⁶⁸ /Pk袋 **\$2⁵⁰** /2袋



海林火鍋什錦
Ocean Forest Hot Pot Fish Ball
(454g)
\$4⁵⁸ /Pk袋



甄選七兩素雞
BC Frozen Vegetarian Chicken
(350g)
\$2⁹⁸ /Pk袋

(煙熏迷你/蒜味/臘味)



台灣味香腸
Taiwan Way Sausage
(375g)
\$7⁹⁸ /Pk袋



山藥吐司麵包
Paramount Food Toast
\$3⁹⁸ /Pk盒



潮樂福牛奶山藥片
Chinese Yam Slices(Milk Flavor)
(240g)
\$4⁹⁸ /Pk袋



樂錦記手撕棒麵包
LJJ Pull-Apart Bread
\$4⁹⁸ /Pk袋



靠山屯真空甜糯玉米
KST Sweet Glutinous Corn
(280g)
\$2⁵⁰ /2根



康師傅冰紅茶
KSF Black Tea With Lemon
(2L)
\$2⁹⁸ /Ea瓶

(草本/椒鹽/奶香)



思宏手剝核桃
SH Hand Peeled Roasted Walnuts
(210g)
\$2⁹⁸ /Pk袋



新 帝 國

Empress Palace Restaurant

地址：8650 112 Ave NW, Unit 3105, Calgary, AB T3R 0R5 (Royal Oak)

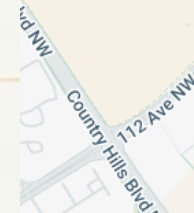


(587) 296-3098

營業時間：10AM-9PM

茶市點心：10Am-3PM

Empress Palace Restaurant



Cheor BBQ

ROYA

慶祝

15
周年

15th ANNIVERSARY

點心

\$4.95
起

點心師傅自家製作 傳統廣東點心

即叫即蒸

片皮鴨三食

特價 \$48.99

1 片皮鴨

2 鴨湯

3

鴨絲炒麵 或
菠蘿鴨粒炒飯

晚市精美小菜 \$16.50



粟米斑塊
椒鹽蝦球
滑蛋炒蝦仁
豉汁牛肉四季豆
牛肉炒時菜
豉汁味菜牛肉
京都肉排

黑椒洋蔥豬排
菠蘿咕嚕肉
川椒雞片
黑椒蘑菇雞片
西湖牛肉羹
雞蓉粟米羹
乾煸四季豆

鹹魚炒芥蘭
沙爹牛肉粉絲煲
斑楠豆腐煲
柱侯牛筋腩煲
紅燒豆腐
金沙豆腐

晚餐惠顧贈送絲苗白飯精美糖水



Jessica Chan 房地產及物業管理公司




JCRE.ca

403.241.9800



最新樓盤
一掃即看

35 年卓越經驗



感恩節限時優惠

\$15,000 折扣*

Panorama Hills 全新 Townhouse

\$15,000 折扣*！先到先得！



— SHOWHOME HOURS —
**SAT & SUN
NOON - 5PM**

PRICES START FROM

\$479,900 起



**67 PANATELLA
SQUARE NW**



SCAN FOR
MORE INFO





MODERN LIVING
STYLISH & FUNCTIONAL DESIGN



GREAT LOCATION
CLOSE TO SCHOOLS, PARKS & AMENITIES



ALBERTA NEW HOME WARRANTY

開放日	10月31日 (星期六) 2 - 4 pm	2 289 Lucas Avenue NW	11月1日 (星期日) 2 - 4 pm	1 78 Hamptons Circle NW
-----	-----------------------------	-----------------------	----------------------------	-------------------------





西北 Hamptons 獨立兩層屋

18呎高家庭廳及窗戶，二樓Loft俯瞰！5 睡房，3 浴廁，2567呎，廚房花崗岩檯面，全屋LVP，無地毯，南向後院，瓦片屋頂。步行至學校及大公園，近高爾夫球場。

\$948,800




西北 Nolan Hill 兩層排屋

雙主人房各連浴廁！1282呎，冷氣，9呎樓底，石英檯面，不銹鋼電器，二樓洗衣房，前進雙車房。近Sage Hill Crossing及Beacon Hill。

\$379,900




東北 Vista Heights 兩層排屋

3 睡房，1.5 浴廁，1010 呎。2025年3月全面翻新：全新廚房、樓上新地毯及浴室。靠背公園，光猛通爽。近學校、Sunridge Mall、機場及市中心。

\$269,900



西北 Banff Trail 獨立兩層屋

4 間套房！4+2 睡房，5.5 浴廁，3488呎，完成土庫，特大娛樂廳，酒窖，主層10呎、二樓9呎樓底，獨立三車房。步行至中小學，近大學、C-Train及Brentwood商場

\$1,899,000




西南 Aspen Woods W/O 獨立兩層屋

背後無鄰居，2133呎+694呎土庫，3睡房，2.5浴廁，1房1廁Illegal Suite。拱形天花Bonus Room及主人房，配冷氣(2024)，精緻後院。近學校及C-Train。

\$1,075,000



西北 Carrington 獨立兩層屋

背靠池塘及濕地，南向綠地及步行徑！4 睡房，2.5浴廁，2688呎。豪華裝修，三層均9呎樓底，全屋LVP地板，廚房石英檯面，訂製櫥櫃，逾150,000升級。

\$899,900



Highland Park 全新半獨立兩層屋

Cul-de-sac，全新2026年建！1847呎，3 睡房，2.5 浴廁，2房1廁W/O Legal Suite。三層9呎樓底，獨立雙車房。步行至大型遛狗公園，緊貼Centre Street，生活便利！

\$899,900



西北 Sherwood W/O 獨立兩層屋

背靠綠地及步行徑！3+1 睡房，3.5浴廁，2435呎，W/O土庫全部完成，設廚房。主層及土庫9呎樓底，前進雙車房。近天主教小學、Costco、大草地及遊樂場。

\$899,900




西北 Carrington 獨立兩層屋

4+1 睡房，4.5 浴廁，2559呎，完成土庫。主層及二樓均9呎樓底，廚房石英檯面，LVP地板，較新屋頂及外牆(2024)，配置冷氣，前進雙車房。近T&T超市及Costco。

\$779,900




西北 Sherwood 獨立兩層屋

3+2 睡房，2書房，3.5浴廁，2345呎，完成土庫。18呎挑高門廳，主層9呎樓底連實木地板，Bonus Room拱形天花，南向後院。近學校、Costco 及商場。

\$745,000

服務卡加利 35年，專業卓越，值得信賴！

📷 jessicachanteammyc



JessicaChanHomeSellingTeam

即掃即睇
樓盤影片



西北 Highland Park 半獨立兩層屋

近Confederation Park及各項生活配套！3+2睡房，書房，3.5浴廁，1848呎，完成土庫。主層實木地板及9呎樓底，全屋花崗岩檯面，獨立雙車房。步行至兩所學校。

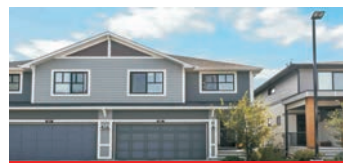
\$739,900



西北 Panorama Hills 獨立兩層屋

逾2000呎，3 睡房，3.5 浴廁，完成土庫。主層9呎樓底，書房，廚房花崗岩檯面，特大Bonus Room及娛樂廳，前進雙車房。步行可達公園及遊樂場，近學校及商場。

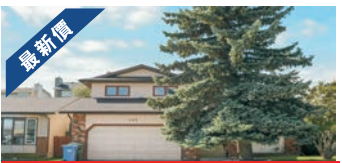
\$688,800



東北 Harvest Hills 半獨立兩層屋

背靠綠地及步行徑，後無鄰居！3+1睡房，3.5 浴廁，1930呎，完成土庫。主層9呎樓底，全LVP地板，廚房石英檯面，前進雙車房。近T&T超市、Costco及公園。

\$680,000



西北 Edgemont 獨立兩層屋

3+1 睡房，2浴廁2半廁，約1673呎，土庫全部完成，主層11呎拱形天花連天窗，特大娛樂廳，前進雙車房。步行至 Tom Baines中學，近Superstore及網球場。

\$679,900



西北 大學區 兩層排屋

前門面向寧靜中庭，設遊樂場及花園！2 睡房，2.5 浴廁，1205呎。兩層9呎樓底，不銹鋼電器，石英檯面，配冷氣，連屋雙車房。步行至餐廳、咖啡店、超市及Market Mall，近大學。

\$629,900



東北 Harvest Hills 獨立兩層屋

Cul-de-sac, Pie Shape Lot, 後無鄰居！3+1睡房，2.5浴廁，2300呎，完成土庫。南向後院連磚地露台，全新屋頂及外牆。近學校、Country Hills Village及T&T超市。

\$619,900



西北 Panorama Hills 半獨立兩層屋

背靠草地及兒童遊樂場！3 睡房，2.5 浴廁，1464呎，W/O土庫。主層9呎樓底及LVP，廚房花崗岩檯面，新屋頂及外牆(2025)。步行至步行徑，鄰近購物中心、超市及Vivo。

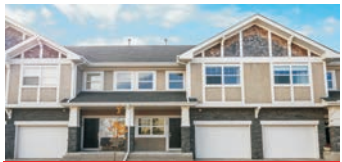
\$579,900



西北 Livingston 平房式排屋

END UNIT, 1137呎，2+3 睡房，3浴廁，土庫全部完成。9呎樓底，10'9"挑高客廳廚房，全LVP地板，石英檯面，連屋雙車房。近商場及Livingston Hub會所。

\$540,000



西南 West Springs 兩層排屋

3 睡房，2.5 浴廁，1411呎，完成土庫，特大娛樂廳。主層9呎樓底，不銹鋼廚房電器，配冷氣，連屋單車房。近學校、C-Train及West Springs Village商場及超市。

\$499,500



東北 Huntington 獨立平房

3+1 睡房，2.5 浴廁，1021呎，土庫全部完成，獨立單車房。廚房花崗岩檯面。近Nose Hill公園，鄰近學校及商場，生活便利！

\$499,000



西北 Evanston 三層排屋

End Unit, 東向露台背向大草原。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



西北 Hamptons 二層排屋

背向樹林公園及行人小徑，End Unit, 1788呎，3睡房，2.5浴廁，主層9呎樓底，設天窗，前進雙車房。近高爾夫球場、學校、Costco及Superstore。

\$488,000



西北 Evanston 三層排屋

尾端單位，3 睡房，書房，2.5 浴廁，1,490呎。設計寬敞，連屋雙車房，配置冷氣，主層 9呎樓底，LVP地形，石英檯面。近學校、公園，遊樂場，商場及餐廳。

\$474,900



西北 Sandstone 兩層排屋

3 睡房，1.5 浴廁，約1167呎。新油漆，不銹鋼家電，東向後院，前進單車房連Driveway。可步行至大草地及遊樂場，鄰近學校及巴士總站。

\$329,900



唐人街香港花園公寓

五樓東向End Unit！2 睡房，1 書房，1 浴廁連雙盆，1,147呎。樓下食肆、銀行、超市、公園及Bow River河畔步道一應俱全，都市生活盡在腳下。

\$299,900



東北 Harvest Hills 柏文公寓

地下單位，露台獨立出入口！1 睡房，1 浴廁，560呎，9呎樓底，LVP地板，石英檯面，不銹鋼電器，露台連煤氣喉，專屬車位。近T&T超市、Superstore 及 VIVO。

\$249,900



東北 Skyview Ranch 柏文公寓

2 睡房，1 浴廁，寬敞睡房，1個停車位，低管理費含暖氣及用水。東北Skyview Ranch，近學校、T&T、Costco、Walmart，首置投資皆宜！

\$218,800



西北 Evanston 柏文公寓

南向單位，望庭園景！1睡房連書房，1浴廁，583呎，實木地板。露台連煤氣喉，1個地下停車位連儲物室。近 Creekside商場 及 Evanston Towne Centre。

\$209,900



西北 Dalhousie 複式柏文公寓

位於4樓，約860呎，2 睡房，1.5 浴廁。會所設有室內游泳及健身室。步行至C-Train站、商場及公園。近U of C、SAIT、醫院及餐廳。

\$209,900



東南 Forest Heights 排屋

首置超值！2 睡房，1 浴廁，944呎，1個停車位。特大私人圍欄露台，寧靜綠化社區。近學校、遊樂場、公園、商場及餐廳，公共交通便利。

\$189,900



西北 Collingwood 獨立平房

向南後院望市中心景觀！3 睡房，1 浴廁，1121呎。較新窗戶、暖氣爐、熱水缸及冷氣，獨立單車房。步行可至St. Francis高中，鄰近大學、醫院及SAIT，生活便利。

\$678,000



西北 Hamptons W/O 獨立兩層屋

Corner Lot！4+2睡房，書房，3.5浴廁，2368呎，完成W/O土庫。東向後院，廚房花崗岩檯面，桑拿房，配冷氣，前進三車房。近學校、T&T超市及Costco。

\$959,888



西北 Sage Hill 兩層排屋

背向綠地 End Unit, 3+1 睡房，2.5浴廁，1413呎。主層9呎樓底，全LVP地板，石英檯面廚房，東南向露台連BBQ煤氣，冷氣，雙車房。近商場及公園。

\$569,000



市中心 Beltline 柏文公寓

25樓Corner Unit，飽覽市中心及Stampede景致！2睡房，2浴廁，778呎，落地玻璃窗，1個地下停車位，會所設施齊全。步行至C-Train及Sunterra Market

\$395,000



西北 Edgemont W/O 獨立兩層屋

近大公園及步行徑！4睡房，書房，2.5浴廁，2310呎，廚房花崗岩檯面，無PolyB水喉，前進雙車房。近學校，Superstore及Costco。

\$839,900

富麗宮海鮮大酒家

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

七天營業 (星期一至五) 11am~10pm (星期六、日) 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 菠蘿咕嚕肉 腰果牛片芋粒 金菇鴨絲羹 X醬龍鳳球 北京片皮鴨

\$198

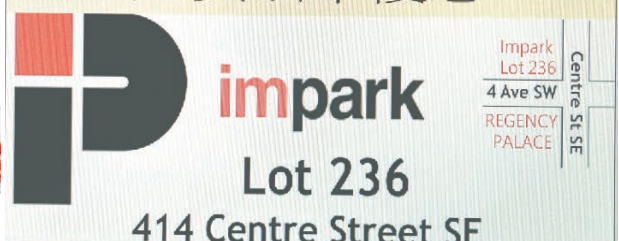
超值歡樂宴

游水龍蝦 (雙鉗) 特價: \$32.99 隻
加麵底+\$1.5 (售完即止)
游水蟹 (單鉗) 加麵底+\$1.5 (售完即止) \$29.99



\$48

FREE PARKING
免費泊車優惠



每天早上 10am-5pm
每次免費泊車 3小時
每天5pm後免費泊車

免費泊車只限惠顧本酒樓之賓客，不適用於社團宴會。賓客毋須在車場付費，只須到本酒樓登記車牌才生效，本酒樓對任何沒登記之車輛罰單恕不負責。

特價精選小菜

全日供應，堂食外賣無任歡迎
(堂食下午1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
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



(包湯底)

任食自助火鍋

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

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

萬利來

萬利來超市

A & P

Asian Supermarket

地址: 405-8120 Beddington Blvd. NW

營業時間

10am - 6pm

Tel: 403-228-2828

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）

所有優惠，數量有限，售完即止

本週特價

Oct 30 - Nov 03 2026

熟食之選，新鮮美味



叉燒雞腿雙拼飯

\$10.99/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



鹹香雞腳

\$8.88/磅+GST



滷水鴨翼

\$3.49/磅+GST



片皮鴨三食

一日前預訂優惠價

\$46+GST 註: 即日取 \$48+GST

本週特價

脆皮燒肉
燒腩仔

\$11.99/磅+GST

(限於星期五、六、日、一)

優惠
①

(限於星期五、六、日、一)



油菜芯

\$1.99/磅



紹菜

\$1.09/磅



台灣菠菜

\$2.79/磅



西芹

\$1.99/棵



台灣椰菜

\$0.99/磅



冬瓜

\$0.99/磅

優惠
②

著數停不了



游水黑鯽魚

\$6.95/磅



游水單鉗肉蟹

\$12.99/磅



比目魚魚鮫

\$6.99/磅



紫番薯

\$1.69/磅



紅蘿蔔

\$0.99/磅



橙椒

\$0.89/磅



海鮮菇

\$0.99/包



白果

\$1.25/包



芋仔

\$1.99/磅



鴨梨

\$1.39/磅



白蘿蔔

\$1.39/磅



洋蔥

\$0.99/磅



薑

\$1.48/磅



李錦記蒜蓉醬

\$5.99/樽



A&P醬汁鳳爪(1磅)

\$9.99/盒



A&P鮮蝦餃

\$13.68/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



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

廚師
推介

精美小菜

每款 **\$7.8-50**



\$8.95

灌湯小籠包(8粒)
每日下午三時後供應



\$28/隻

馳名紅燒乳鴿 一日前預訂

十月份

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	生菜鯪魚粥
蒜香蒸排骨	清蒸鯪魚球
香菇滑雞包	百花釀玉子豆腐

每款 **\$4.95**

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
豉汁涼瓜牛肉

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
豉汁涼瓜排骨

竹笙羅漢齋
XO醬碧綠蝦球
避風塘豬扒
蔥爆羊肉
上湯響鈴浸菠菜
牛鬆菠菜
滑蛋炒蝦仁
四川水煮魚
黑椒牛仔骨

勁辣

高級食府，選料上乘，優質保證！



聚豐園



營業時間

星期一至五：下午4時-晚上12時
星期六、日：早上11:30-晚上12時
(七天營業)



HARVEST GARDEN 403-453-8489

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



特價精美小菜

每款 \$18⁹⁹

全日供應 堂食/外賣 無任歡迎

椒鹽鮮魷

辣子雞翼

椒鹽斑塊

魚香茄子煲

蒜蓉時蔬

九菜豬紅

涼瓜肉絲

椒鹽多春魚

金湯酸菜魚

雪豆斑塊

鹹魚雞粒豆腐煲

羅漢上素

牛肉芥蘭

魚香肉絲

椒鹽白飯魚

菠蘿咕嚕肉

金沙斑塊

海皇豆腐煲

紅燒豆腐

雞片芥蘭

鐵板豉汁魷魚

椒鹽中蝦

菠蘿生炒骨

甜酸斑塊

三子煲

味菜炒豬大腸

牛肉番茄

鐵板蔥爆牛肉

金沙甜薯中蝦

蜜汁蒜子骨

粟米斑塊

乾煸四季豆

火爆肥腸

麻婆豆腐

鐵板四川炒雞片

美極中蝦

京都肉扒

八珍豆腐煲

豉汁牛肉豆仔

豉汁味菜炒豬肚

涼瓜牛肉

鐵板XO醬三鮮茄子

滑蛋蝦仁

椒鹽肉扒

斑腩豆腐煲



白飯每碗 \$2

堂食附送糖水



周六日增設午市

粥 粉 麵 飯

推出多款打冷小菜

打冷宵夜至凌晨12點

Calgary



Stage

4

限水令

由11月4日起生效

在我們連接新水管期間，請節約用水。



禁止
戶外用水



僅在滿載時才開動
洗碗機或洗衣機



僅在需要時
才沖廁



縮短淋浴時間。
盡量保持在3分鐘內

請瀏覽 calgary.ca/savewater 瞭解詳情。

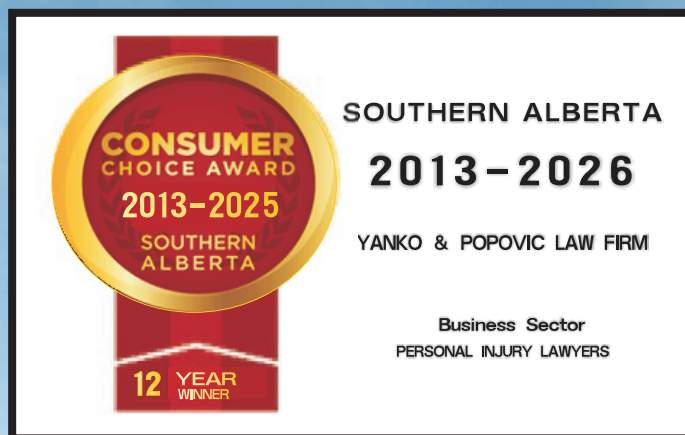


www.yankopopovic.ca

DAVID YANKO

KC . Barristers . Solicitors

楊大偉律師樓



多謝各界人士的認同及支持！

**本律師樓連續十三年榮獲
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)

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

生意買賣及餐館租賃/買賣

A2354118 餐廳 (生意轉讓) - SW Calgary, AB

位於 17th Avenue SW 核心地段，面積 2,131 平方呎，配備 14 呎商業排煙罩、步入式冷藏庫及冷凍庫。可靈活改裝為全新餐飲概念 (須房東批准且具備餐飲經驗)。租約尚餘 9 年並附續租選項，稀有長租約黃金地段物業。年租 \$52 平方呎，售價 \$349,900。

NEW

A2353268 披薩餐廳 (生意轉讓) - SW Calgary, AB

披薩餐廳轉讓，位於成熟商業區，環境住宅社區與商業夥伴，地理位置極佳。月租 \$2,917，售價 \$250,000。

NEW

A2352619 外賣連鎖加盟店 (生意轉讓)

- High River, AB

外賣連鎖加盟店轉讓，加盟總部提供完整培訓，主打披薩、雞翅、焗烤義大利麵、肉汁起司薯條及沙拉等多樣化熱門菜單。月租 \$2,028.25，售價 \$299,000。

A2350669 餐廳 (生意轉讓) - NW Calgary, AB

位於商住混合高熱度社區，白領及居民客源充足。面積 1,176 平方呎，配備全新商業廚房及用餐區。月租 \$3,136，售價 \$99,000。

NEW

A2281724 亞洲餐廳 (生意轉讓) - NE Calgary, AB

亞洲餐廳轉讓，面積 2,200 平方呎，成功營運超 13 年且持續盈利，年銷售額突破 80 萬加元。廣場停車位充足，營運成本已含水費及天然氣費。月租 \$10,000，售價 \$268,000。

A2347827 美黑沙龍 (生意轉讓) - NW Calgary, AB

美黑沙龍生意轉讓，成功營運 25 年，系統記錄超過 10,000 名客戶。配備 2 標準臥式美黑床、2 高功率臥式美黑床、1 立式美黑室及 1 台 HD Mystic 噴霧美黑室。財務記錄清晰，收益穩定且利潤率高。年租 \$29/平方呎，售價 \$65,000。

NEW

A2345139 印刷店 (生意轉讓) - SW Calgary, AB

印刷店生意轉讓，操作簡單，非常適合自用業主接手。售價含全套設備 (僅需承接一台影印機租約)，月租 \$2,205，售價 \$70,000。

NEW

LIANG

COMMERCIAL

專業餐館生意買賣 商業物業出租買賣

加拿大 #1 商業銷售冠軍團隊
加拿大 #1 餐館銷量第一團隊

賣家諮詢



買家諮詢



免費生意/物業評估



A2350723 加油站及連鎖餐廳 (生意轉讓)

NEW

- Drayton Valley, AB

加油站及知名連鎖地中海餐廳生意轉讓。加油站附設便利店，連鎖餐廳設備完善，兼具在地居民及過路客流量。月租 \$14,500，售價 \$1,299,000。

A2345131 連鎖快餐店 (生意轉讓) - NW Calgary, AB

NEW

連鎖快餐店轉讓，全套商業廚房設備，接手即可盈利。擁有 300 多間分店，總部提供完整培訓與營運支援。停車位充足，客流量大。月租 \$3,878，售價 \$349,990。

商業物業/土地出租買賣

A2350307 餐廳店面 (出租)

NEW

- 4068 Ogden Rd SE Bay #1, Calgary, AB

Alyth/Bonnybrook 社區全新翻修餐廳出租，鄰近 Ogden Road SE，約 3,200 平方呎，配備 12 呎商業排煙罩。現場停車位充足，可設置大型立柱招牌。年租 \$20/平方呎。

A2174959 餐廳物業 (出售) - 108 17 Ave NW, Calgary

餐廳物業出售，位於 16 Ave NW 及 Centre Street 熱門交界角地，佔地約 6,376 平方呎，可用面積約 3,800 平方呎，配備完善設施及 14 個以上停車位。業主退休誠意出售。售價 \$1,990,000。

A2341684 重工業用地 (出租)

NEW

- 6620 86 Ave SE Calgary, AB

SE 重工業用地出租，位於 Foothills 工業走廊，占地 8.28 英畝 (約 361,000 平方呎)。全圍欄安全監控、壓實碎石地表，專為重型設備、車隊及戶外倉儲設計。距 CPKC 鐵路樞紐 6 分鐘。年租 \$1.60/平方呎。

A2322807 土地 (出售) - 12421 15 Street NE Calgary, AB

NEW

旗艦級巨幅土地出售！佔地近 105 英畝，位於精華工業走廊，毗鄰高潛力住宅開發區。此土地已指定為工業用途，土地需求強勁且持續上升，為極具遠景的戰略性投資！售價 \$20,000,000。

A2332578 商業單位 (出售)

NEW

- 64 Homestead Gate NE # 1150 Calgary, AB

優質商業單位出售，面積約 1,120 平方呎，周邊環繞 Tim Hortons、加油站及健身中心等多家知名連鎖企業。適合各類零售、專業辦公或服務型行業。售價 \$750,000。



Enoch Lui 國·粵·英語

403-512-8140

enochlui

@liangcommercial.ca



Dan Duong 粵·英語

587-888-3883

danduong

@liangcommercial.ca

A2352131 酒吧及商業物業 (出售) - Consort, AB

餐飲酒吧及兩處商業物業整體出售，酒吧面積約 4,530 平方呎，含 7 台 VLT、商業廚房，現金流充沛。獨立產權物業，面積約 4,270 平方呎，緊鄰公路，前身為汽車旅館，已完成大部分翻新工程。可作旅館、零售、酒類專賣店或自助倉庫。售價 \$999,000。

NEW

A2354201 商業單位 (出售)

NEW

- 3170 114 Avenue SE # 30 Calgary, AB

商業單位出售，實心混凝土結構建築。面積 1,090 平方呎，格局方正，配備後側大型裝卸車門，兼具辦公與倉儲功能，現有租客租約至 10 月 31 日。售價 \$390,000。

A2304666 工業 Bay (出售)

- 3610 29 Street NE #8, Calgary

優質工業 Bay 出售，面積 1,120 平方呎，18 呎淨空高、12' x 10' 卷簾車門及 100A 3相 240V 電力，設 2 間獨立辦公室、3 間洗手間及步入式冷藏庫。附 2 個專屬停車位及園區充足公共車位。售價 \$560,000。

A2343584 商業單位 (出售)

- 3730 108 Ave NE #2134, Calgary, AB

商業單位出售，附帶已開發二樓空間，目前上下兩層均已出租予穩定租客，即買即享穩定租金收益。售價 \$1,990,000。

NEW

A2320344 高爾夫球場 (出售)

NEW

- Rural Rocky View County, AB

Calgary 近郊高爾夫球場出售，距離市中心僅 15 分鐘車程，緊鄰 1 號公路坐落於 Kananaskis 入口，坐擁壯麗山景。物業總面積達 404 英畝，包含一個維護完善的 9 洞球場及餐飲會所。該地段也極具開發 RV 露營車公園或度假村潛力。售價 \$6,999,900。

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。

NEW

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



戚育民

Rick Qi

Double Centurion Producer

www.rickqi.com




403-605-0504

全新 Walk out

Livingston 2496尺

投資佳品

Livingston

全新，獨立屋，兩層，2496尺，全屋 5 睡房，4全浴室。主層9尺樓底，有睡房和全浴室，全層 Vinyl 地板，廚房及浴室雲石櫃面，樓梯鐵枝扶手。二樓有4睡房（2套間），Bonus Room，及洗衣房。全屋設計寬敞，前進雙車房。交通方便。

\$744,000

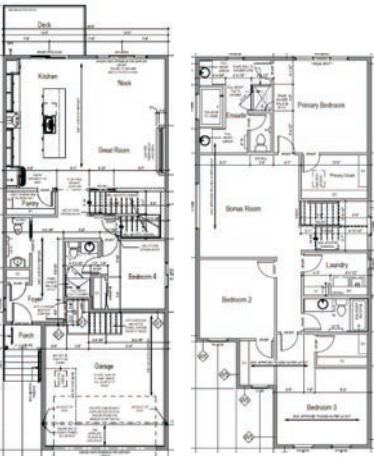
第一次購房還可以再減 5% GST

全新Walk out 背靠Pond草地

Livingston

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，享受優美景觀。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。

\$899,000



新裝修

Harvest Hills

獨立屋，兩層，1317尺，共 3+1 睡房，2.5浴室，新油漆，LVP地板，大客廳，飯廳推拉門可出大陽台，二樓上有3睡房，主人房有套間。土庫已經完成，有睡房和大家庭廳，前進雙車房。近學校，巴士，操場公園，交通方便。

\$559,900

walk out 起新屋

Livingston

獨立屋，兩層，2000尺，主層 9尺樓底，有書房(可upgrade 成爲睡房)，全層Vinyl 地板，廚房及浴室雲石櫃面，二樓有4睡房，Bonus Room，及洗衣房，2.5 浴室。全屋設計寬敞，前進雙車房。近操場公園，交通方便。

\$698,000

第一次購房還可以再減 5% GST



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

QR CODE:







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：

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





QR CODE:



Client Directed Home Care | Alberta Blue Cross®

ab.bluecross.ca

攬月號·極光號
九塞溝·成都·重慶
長江新船玉豐月號/極光號13日
\$779起

江南全景奢華游8日
0團費起
升級酒店選項
加CAD **49**/位 北外滩索菲特酒店+和平飯店
加CAD **99**/位 深坑洲際酒店+和平飯店

夏威夷 夢幻之旅
2027年1-2月
\$873/人起 8天7晚

多瑙河華爾滋之旅
Danube Waltz
8天7晚 | 6大精選導覽 | 暢遊4國
每位團費 (加幣) **\$4,999起**
兩人一室 包含機票
帕紹 Passau 林茲 Linz 維也納 Vienna 布拉提斯拉瓦 Bratislava 布達佩斯 Budapest

冬日落磯山·雪境之旅
走進銀白山巒，收藏冬日美景
班夫一日遊 優鶴(雙湖)一日遊
每人 **\$118起**
享受冬季雪景

中國·馬來西亞·越南·文萊
愛達花城號郵輪17日
CAD **898起**
出發日期: 11月20日 1月13日 2月22日

深秋楓華之旅
中國 & 日本 & 韓國
13天海陸盛宴
五星海陸晚餐盛宴，亞洲巡禮
特別贈送 日本 & 韓國岸上觀光
出發日期: 11月29日·12月6日·12月13日
CAD **\$0**

大灣區 廣東美食6日
CAD **\$259/人起**

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

保險代理
Allianz (德) Manulife (加)
營業時間: 週一~週五 上午 10:00-下午 06:00
週六 上午 10:00-下午 03:00
專線: 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
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 網址: www.panasiaholidays.ca E-mail: panasiaholidays@shaw.ca

汎亞旅遊 PANASIA Holidays
CAVA Travel 珈華旅遊

Queen's UNIVERSITY
Graduate Diploma in Immigration and Citizenship Law
網上開啟您的移民事業，並迎接來自世界各地的客戶。
immigrationdiploma.ca

代客管理物業 溫哥華房地產買賣
JULIA YAN 麗珠
手提: **403.700.5676**
Email: info.juliayan@gmail.com

Livingston NW
西北區Livingston全新、從未入住過的獨立屋，未完成地下室有獨立入口。超大雙車庫。3間臥室、2.5間浴室。位於未來學校及遊樂場對面。鄰近購物區，可快速通往Stoney Trail。
開價: \$599,000

Livingston NW
西北區Livingston 獨立屋，前進雙車位，佔地 2,200 平方呎的大lot，設有步行式地下室。3間臥室、2.5間浴室，以及一間可眺望市景的大型多功能室。
開價: \$729,000

NE Harvest Hills
東北區Harvest Hills 獨立屋，前進雙車庫。1,400 平方呎，共 6 間臥室。已全面翻新。鄰近各類生活設施，如 Shoppers Drug Mart、Scotiabank、Superstore、T&T 超市，並可快速通往Deerfoot Trail 和 Stoney Trail。
開價: \$644,900

Huntington NE
東北區Huntington 新上市房獨立屋，設有 3 間臥室 + 2 間浴室。鄰近學校、餐廳及公車站。
開價: \$419,900

Springbank SW
西南區 Springbank SW新上市獨立屋，附帶前側連體車庫，3 間臥室 + 2.5 間浴室。寬敞的多功能室。步行即可抵達學校及公車站，鄰近購物中心。
開價: \$829,900

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

RE/MAX
Realty Professionals

Amy Long
梁詠媛
403-540-1688



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

新上市 Cougar Ridge SW 絕美兩層獨立屋，主層採用開放式設計。精美硬木與磁磚地板。舒適客廳燃氣壁爐。配備花崗岩檯面與大型中島、楓木櫥櫃及步入式儲藏室。兩層各處均設有嵌入式揚聲器。用餐區可俯瞰景觀，樓上設有寬敞多功能室、設備齊全的衛浴，三間寬敞的臥室。主臥室配備大型步入式衣帽間，及設有獨立淋浴間和按摩浴缸的豪華套間衛浴。全面裝修地下室，鄰近學校、公園、購物中心及奧林匹克公園 (C.O.P.)。 \$825,000	新上市 龍成商場商舖 位於龍成商場內，商舖面積約為260呎，地點優越，人流暢旺，曝光率高。適合零售、髮廊、精品店及各類專業服務。交通便利，鄰近公共交通及停車設施，投資自用皆宜。 \$138,000	Tuscany NW 新上市 1,834平方呎兩層獨立屋。主層採用開放式設計，寬敞、舒適。時髦客廳、餐室、非獨立家庭室及招待親友。設有3間睡房、2.5間浴室，主人房享有步入式衣帽間及私人套房。另有 Bonus Room+煤氣壁爐，可作家庭廳、書房或兒童活動室。附雙車位連體車庫，Full Basement 尚未裝修，發展空間充足。私人圍欄後院連石鋪 Patio。鄰近學校、公園及購物商場。 \$659,000	Crescent Heights NE 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。 \$278,000	唐人街商舖 新上市 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。 \$295,000	Tuxedo Park NE 兩睡房兩廁柏文 Condo，石屎建築，693平方呎，高天花，包括兩個地下車位。交通方便。 \$299,999
新上市 龍成商場商舖 龍成商場內，約350呎舖位，人流旺盛，位置顯眼。適合零售、美容、精品及專業服務，交通方便，投資自用皆宜。 \$98,000	新上市 中央街商舖 近500呎，零售/辦公皆可。適合會計，律所，諮詢，美妝等行業。位置絕佳。售價包括2個地下停車位。 \$229,000	Aspen Woods 新上市 西區獨立屋，呎呎共房，廁，車庫。豪華裝修，絕佳地段，近曼寧學區。 \$1,529,000	新上市 龍成商場商舖 位於唐人街龍成商場主層，人流旺，商舖數由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。 \$295,000	唐人街鴻圖商場 位於唐人街中心地段，人流旺，商舖數由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。 \$295,000	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
COMMISSIONER FOR OATHS
服務卡城房地產
超 26 年經驗
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

1 西北靚區，HAMPTONS，豪華兩層獨立屋，2825呎，位內街，後向高爾夫球大片草原。共五大睡房，三個半全廁，高天花客廳，WALK OUT BASEMENT，有另一大家庭廳，睡房及全廁。全新電器，新暖爐，熱水爐，新窗等等，保養良好，實用面積超4200呎。199 HAMPTONS Terrace NW
\$1,239,900

2 西北Beddington。獨立平房，1032呎，三睡房，兩個半全廁。主層客廳，飯廳，土庫全成有另一家庭廳，一睡房及一全廁。屋後一大陽臺及大車房。位內街，交通極方便。224 BERWICK WAY, NW
\$469,000

3 西北靚區，大型中餐館出賣，5600呎，120座位，新裝修，高雅時尚，生意好，發展潛力高。餐館在這地點經營已超越15年。每月生意約20萬，租金及管理約二萬。店主有另一生意發展計劃。急售。
\$309,900

4 西北靚區，Nolan Hill，獨立，兩層，雙車房，2390呎。主層客廳，飯廳，廚房及OFFICE。上層三大睡房，兩個半全廁及大家庭廳。全屋加料建做，保養好，位內街。(68 Nolanlake Point NW) 開價**\$816,900**

5 東北區Temple，獨立平房，958呎，后特大雙車房，主層三睡房及一全廁。土庫完成，有一特大家庭廳，及一睡房，地大。CORNER LOT，近巴士，交通方便。(6772 Temple Drive NE) 開價**\$470,000**

6 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**\$349,900**

CALLISTER COMMERCIAL
专注商业地产
AB省 | BC省 | 工业 | 办公楼 | 多单元 | 土地 | 酒店 | 餐厅 | 生意买卖

退休割爱
餐厅生意出售

生意 **\$180,000**
生意连物业 **\$380,000**

独市经营 **30年** 生意稳定
适合家庭或 聘人经营
离卡城 **1.5小时** 车程

Norm 子飛 Z. Xu | **403.400.7007**

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

TopCanada TOURS 至尊旅遊 一站式旅遊服務

私人訂制旅行 機票 郵輪 團遊/自由行 代辦各國簽證 旅遊保險

新鮮100店: 403-276-9818
地址: 新鮮100超市對面 (#188 7623 Centre St. NW, Calgary AB)

丰山店: 403-276-9819
地址: 丰山大廈內 (#1007 9650 Harvest Hills Blvd N, Calgary AB)

印加古國秘魯深度9天游 春假

【至尊旅遊獨家推出】
報名前十名送豪華火車豪華車廂

包往返機票 **3380 USD/人起**

出團日期: 2027年3月18日

東瀛日本關東美西6天

東京、富士山、名古屋、京都、大阪、奈良
// 遊東京、靜岡、富士山、京都、大阪、奈良、關西、美西 //

買一送一
兩人一送一 **CAD 598**

● 確定日期 ●

加東、加西、美國系列

溫哥華維多利亞深度4日遊 CAD 464起
加東夏季經典5日遊 CAD 619起
加東海洋省PEI 9日遊 CAD 1179起
美西黃石大環線7日遊 USD 998起
夏威夷三島深度6日遊 USD 1508起

2027江南8日游

CAD 899/人起

✈ 包括往返機票 + 團費

江南水乡 古鎮風情 品質住宿 行程可延期

極光邂逅黃刀 3-5日

AURORA YELLOWKNIFE

*** 539 CAD/人起**

24小時 機場接送 1人成行 天天發團 贈送極光 攝影留念

摩洛哥12天

11.22 出发

2980 USD/人起

✈ 包國際往返機票

地中海郵輪 亞美利加號

2027.3.20 春假 早鳥優惠

MSC World America

帶孩子 吃喝玩樂

邁阿密往返 8天7晚

遊覽美國、多米尼加、波多黎各、巴巴多斯等國家

最低價格 **890** 加幣/人起

2027 江南+大灣區14天

水鄉古鎮、人文美食、現代都市

CAD 1299/人起

✈ 包指定往返機票 + 團費

江南水乡風情 歷史人文 特色美食 品質住宿

至尊亞洲系列

華山論劍古都西安5日純玩遊	USD 399
孔孟之鄉齊魯文化7日純玩遊	CAD 699
海南島海口三亞5日純玩遊	CAD 799
原生態秘境貴州民族風情5日遊	CAD 849
錦繡山河重慶+三峽郵輪7日遊	USD 899
東北全景長白山漢河北極村9日遊	CAD 1299
醉美西藏拉薩日喀則西寧8日深度	CAD 1499

愛達·花城號

冬季盛夏游17天 **CAD 888/人起**

買一送一

佳美旅遊 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

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

2027紐芬蘭全陪團

(包機票、食宿、門票, 國粵語全陪服務)

6月底, 7月初 早鳥大優惠

中美加免費漫遊 手機計畫: 25/25G起, 保留加拿大號碼, Telus信號 招聘電信銷售代理

大陸護照 \$120 (加稅)
香港護照 \$180 (加稅)
可刷美國簽證面試日期

美國簽證 • 申根簽證
英國簽證 • 日本簽證
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

港味餅家 Hong Kong Delights Bakery

港式風味 · 新鮮出爐 · 用心製作 · 好味道
Hong Kong Style · Freshly Baked · Made with Love

本周特價 This Week Special

10月30日 (星期五) 至 11月5日 (星期四)
Oct 30 - Nov 5

每天下午 Every Day **4:30-5:30 PM**

\$10 任選7個麵包 Pick Any 7 Buns for \$10

多款口味 · 任君選擇 Many Flavors to Choose From

生日蛋糕接受訂做! CUSTOM BIRTHDAY CAKES

各種口味 · 精美裝飾 · 適合生日、慶祝、聚會
Various Flavours · Beautiful Designs · Perfect for Birthdays, Celebrations and Parties

歡迎預訂 Welcome to Order!

正價麵包低至 **\$1.99 每個**
Regular Buns From **\$1.99 each**

菠蘿叉燒包 Pineapple BBQ Pork Bun 蛋撻 Egg Tart 腸仔包 Sausage Bun 奶皇包 Custard Bun 紅豆包 Red Bean Bun 馳名老婆餅 Wife Cake (Hong Kong Style) 虎皮卷 Tiger Skin Roll 咖啡瑞士卷 Coffee Cake Roll 椰絲包 Coconut Bun 菠蘿包 Pineapple Bun 更多款式 And Many More!

掃碼加微信訂購 Scan to Order on WeChat
微信號: HKBaker8886 WeChat ID: HKBaker8886

587-229-8886
6710 4 St NE, Calgary (鄭家超市老店內) (Inside the Old Zheng's Supermarket)

本店營業時間 Business Hours
早上 9:30 至 5:30 9:30 AM - 5:30 PM
歡迎零售和批發 Retail & Wholesale Welcome!

廿一世紀百福地產

THE KING OF RESTAURANT

www.KingofRestaurants.com

Century 21

Bravo Realty

Each office is independently owned & operated.

廿一世紀百福地產有限公司

Each office is independently owned & operated.

餐館皇帝

百萬元經紀會員

Peter Dam 譚家榮

手提: 403-560-3638

傳真: 403-269-7808

mail@peter88.com

peterdam288@gmail.com

Joanna Dam 譚春月

手提: 587-888-1908 (英文)

傳真: 403-776-9126

joannadam8@gmail.com

Nga Dam 譚春娥

手提: 403-978-9832

傳真: 403-366-6650

ngadam@shaw.ca

專業服務 信心保證

www.KingofRestaurants.com

www.joannadam.com

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3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\$49,900

2 SW唐餐外賣店

西南中心地段唐餐外賣店, 發展潛力高, 生意好, 穩定每日生意約\$850, 工具多, 保養好, 叫價\$99,900

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, 有數嘸, 工具齊, 保養好, 停車位足。叫價\$169,900

4 SW GLOBE FISH

位於 MACLEOD TRAIL 最佳地段日本餐館, SUSHI店。裝修大方得體, 54座位, 發展潛力高。每月生意約12萬, 本少利高。店主另有發展割愛出讓。工具多, 保養好, 叫價\$399,000

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\$98,000

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 旺舖出讓

位於Airdrie 最佳地段, 發展潛力高, 面積4877呎, 交通方便, 適應各行各業, 請來電。

8 埠仔唐餐連物業

Red Deer市中心最佳地段餐館連物業, 發展潛力佳, Building面積3700呎, 地大停車足, 150座位, 有特大Basement, 工具多, 保養好。叫價\$1,599,000

9 髮廊按摩及甲店

中央街北近大都會中心按摩店, 地點佳, 發展潛力高, 裝修大方, 停車位足, 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, 3間房, 有大的over head door, 適應於多種發展。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, 有數嘸, 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, 裝修大方, 生意好穩定, 每日生意\$1500, 有數嘸, 東主經營超過30年, 退休。叫價\$79,900

13 西南唐餐館

位於SW最佳地段中餐館, 發展潛力高, 裝修大方中上, 約50座位, 租平生意好, 穩定年報\$720,000, 有數字嘸, 工具齊, 保養好, 叫價\$328,000

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 西北唐餐館

NW地點佳唐餐館, 發展潛力高, 82座位, 裝修開朗大方, 生意好, 年報\$860,000, 有數嘸, 每年有Bo. 收入。停車位足, 工具多, 保養好。叫價\$299,900

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\$69,900

17 NW 小型餐館

NW小型亞洲餐館, 12座位, 裝修好, 發展潛力無窮, 生意好, 每日生意約\$800多元, 工具齊, 保養好, 叫價\$129,900

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座位, 裝修大方, 適應於多種類型餐館, 生意好, 日本及韓國餐館。叫價\$49,999

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

位於中央街北繁華地段按摩店, 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, 小鎮, 裝修大方, 68座位, 發展潛力高, 生意好, 保養好, 人口一萬左右。叫價\$119,900

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

24 唐人街快餐店

位於中心最佳地段, 裝修大方, 約30多座位, 發展潛力佳, 裝修大方, 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, 生意好, 穩定, 年報約25萬, 本少利高, 東主經營超過24年, 退休, 工具齊, 保養好。叫價\$550,000

26 餐館連物業

離卡城約2個小時車程, 繁華區, 獨市生意, 餐館連物業, 裝修大方, 多清雅大方, 80座位, 生意好, 每月生意約\$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, 每月\$175,000, 有數嘸, 工具齊, 保養好, 東主退休。叫價\$333,000

29 NW甲舖

位於Hampton, 人流密集區, 小mall內甲店, 裝修大方得體, 發展潛力高, 生意好, 每月\$20,000, 停車足, 工具多, 保養好。叫價\$105,000

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\$800, 工具齊, 東主經營超過11年, 退休。叫價\$69,900

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\$139,000 新價\$99,900

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, 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, 約40座位, 生意好, 穩定, 每日生意約\$700, 本少利高, 工具齊, 保養好。叫價\$69,900

37 NW亞洲餐館

位於西北14 ST最佳地段, 車水馬龍餐館, 發展潛力無窮, 生意好, 穩定, 每日生意約\$800多, 有數嘸, 工具齊, 保養好。叫價\$139,000

38 SE唐餐館

南面MACLEOD TRAIL唐餐館, 裝修大方得體, 發展潛力高。117座位, 生意好、穩定, 每月生意七萬多元, 工具多, 保養好。東主人手不足 割愛出讓。叫價\$299,900

39 小型中西餐館

位於東南旺區17 Ave, 餐館, 裝修清簡, 38座位, 生意好, 每月生意約\$900, 停車位租, 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, 每月生意約\$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。叫價\$580,000

45 小鎮生意連物業

離卡城30分鐘車程, 小鎮, 面積0.66公頃, 裝修大方, 生意好, 現在是餐館, 100座位, 車位足, 樓齡28年。物業叫價\$799,000

46 西南改衣舖

位於SW Elbow Dr. 最佳地段, 改衣舖, 發展潛力高, 客路, 生意好, 車位足, 每月生意約\$2200, 東主經營超過30年, 工具多, 保養好。叫價\$88,800

47 WOK WITH DAVE

位於西北, 地點佳, 唐餐外賣店, 裝修中上, 發展潛力高。生意好, 穩定每日生意約\$650。工具多, 保養好。叫價\$118,800

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。



頤景樓

頤景樓 於2025年榮獲 Canadian Accreditation Council of Human Services認證

我們相信長者的生活不只是照顧，更是陪伴、尊重與快樂。
從每日活動到貼心的關懷，我們用心營造一個充滿笑聲與溫暖的家。



輔助式生活單位 價錢由 \$2,660 起

請即致電查詢, 預約參觀!

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



永援聖母堂蒙特梭利幼兒中心

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

ADMISSIONS

現正招生
12 個月 ~ 6 歲



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

「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

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

INSURANCE BROKER

☎ (825) 413-1336

✉ lily.leung@insureline.com

梁莉彦

Daisy Gong

INSURANCE BROKER

☎ (825) 415-7823

✉ daisy.gong@insureline.com

巩芳

☎ WeChat/微信: 2043964095

我們代理以下保險公司



and MORE.....

Tsuut'ina 大道最後一段正式開通

連接 Taza Park 與 Westhills

一條進一步連接卡加利西南部與 Tsuut'ina Nation 的新道路於上週四正式開通。

新路段於中午通車，完成 Tsuut'ina 大道的最後一段，並在 Taza Park 與 Westhills 地區之間建立直接連結。

這次開通標誌著 2013 年一項協議的最後一塊拼圖完成，該協議協助促成卡加利西南環路得以實現。居民表示，這條道路將使卡加利與鄰近 Tsuut'ina Nation 之間的往來更加便利。

「我總是告訴人們，我們在 Tsuut'ina，你們友善的鄰里保留地，」一名 Tsuut'ina 居民說。「我們距離卡加利只有五分鐘。能稍微更靠近一點很好。」

一名卡加利西南部居民表示這項連接已經改善了該地區的交通連接。

「我們住在 Signal Hill，這讓出行變得容易多了，」他們說。「所以我認為這是一個早該進行的項目，但現在正開始帶來回報。」

雖然這條道路預計有助於緩解交通壅塞，但 Tsuut'ina 領袖表示，其意義不僅限於交通運輸。

「我相信這是一條連接人們的通道，」Tsuut'ina Nation 的 Xakujaa (小酋長) Zachary Manywounds 說。

「Tsuut'ina 長期以來有大型通道把我們與鄰居分隔開來，現在我們有更多入口，把我們與卡加利人和亞伯達人連接起來。」



Taza Park 是 Tsuut'ina Nation 在 Glenmore 水庫與 Grey Eagle 賭場附近的一項開發項目，由該第一民族與一家房地產開發商合作進行；該項目將讓人們能透過租賃產權在保留地購買住宅，也就是業主擁有自己的房屋，但不擁有房屋所在土地。

總裁 James Robertson 表示，Taza Park 的發展已逐漸成形。

「Taza Park 約有 470 英畝的混合用途開發，主要以商業為主，所以你們已經看到沃爾瑪宣布在我們旁邊興建，」Robertson 說。「我們對面這裡有汽車經銷商。未來零售商將沿著 Santana Parkway 進駐，還有雜貨店、餐廳，所有這些我們未來都會宣布。」

隨著 Taza Park 擴張，這條道路預計將成為未來居民、企業與訪客往返該開發項目、卡加利西南部及全市其他地區的重要連結。

Manywounds 表示，這條路線也可能有助於加強該民族與鄰居之間的關係。

「卡加利西南部大多數人長期以來並不真正了解 Tsuut'ina，」他說。「我認為這條道路將給他們機會，開始看見我們的人民、我們的演變以及我們文化的元素。所以我認為這真的將重塑卡加利人與 Tsuut'ina 合作的方式。」





卡加利房價仍讓 潛在買家望而卻步

房屋平均價格從 **571,500 加元**
降至 **569,000 加元**

卡加利房屋平均價格從 571,500 加元降至 569,000 加元。

根據房地產統計數據顯示，儘管卡加利近幾個月的購屋負擔能力略有改善，但改善幅度仍不足以讓潛在買家感到購屋壓力明顯減輕。

根據房地產分析機構 Ratehub 的數據，在 9 月份受調查的 13 個主要市場中，加拿大僅有一個城市 Fredericton, N.B. 的購屋負擔能力有所改善；而 Halifax 則出現最大幅度的變化，與 8 月相比，上個月購屋所需的年收入減少了 4,160 加元。

與此同時，卡加利 (Calgary) 9 月的所需年收入較上月僅減少 350 加元，降至 124,320 加元。同期，該市房屋平均價格從 571,500 加元降至 569,000 加元。

Ratehub 房貸專家賈維斯 (Clay Jarvis) 指出，另一個因素是卡加利及其他地區的房貸利率變化不大。「當平均每月房貸還款額降幅不到 20 加元就像上個月卡加利、埃德蒙頓、溫尼伯和聖約翰市的情況一樣購屋者自然會質疑，何時才能在房貸上獲得實質性的減輕，」他在 Ratehub 2026 年 9 月的購屋負擔能力報告中表示。

賈維斯表示，持續的伊朗局勢所帶來的影響，也將繼續對貸款利率形成上行壓力。

根據該報告，在卡加利，平均每月房貸還款額從 8 月的 2,950 加元微降至 9 月的 2,941 加元。

卡加利房地產委員會 (CREB) 首席經濟學家盧里 (Ann-Marie Lurie) 表示，這是一則關於該市兩種房型截然不同走勢的故事：過去一年間，公寓價格下跌了 8%，而獨立住宅的跌幅則不到 1%。盧里表示，由於公寓單位供過於求，其基準價格目前維持在 291,000 加元，而獨立屋則為 740,000 加元。

「而且 (房價) 去年還創下歷史新高，」她說。「卡加利住宅市場的零售端價格長期以來相當平穩，而我們持續增加大量房源。」

她同時指出，卡加利連排屋的價格在過去一年內下跌了 5%。

她說，雖然這些價格對購屋者幫助不大，但這反映出當地經濟比多倫多和溫哥華等其他大型市場更具活力。

「我們並未像其他市場那樣面臨經濟壓力那些市場的就業增長疲弱甚至停滯；此外，由於能源是我們經濟的核心部分，我們也未受到 (美國) 關稅同樣程度的影響，」盧里表示。

「即使我們看到了一些調整，獨棟住宅市場依然相當穩健，數據已回歸至較為正常的水平。」

但她補充道，若利率上升，將抵銷近期實現的購屋負擔能力改善。

在大多倫多地區，9 月份的房地產成交價格同比下降 5.1%，平均為 1,006,409 加元。與此同時，大溫哥華地區的基準價格為 1,075,900 加元，較一年前下跌 5.5%。



主要城市及Bow Valley地區 對「九號提案」投下反對票， 但移民相關議題仍獲得多數支持



主要城市與其他地區

投票取向有別

按選區細分的公投結果顯示，卡加利、埃德蒙頓及Bow Valley的大部分選民對第一至第九個問題投下「反對」票，這與該省其餘地區的情況形成鮮明對比。

截至週四晚間已統計的選票中，前九個問題的票數仍十分接近，其中關於移民的問題獲得微弱多數支持，而關於憲法的問題則獲得微弱多數反對。

在大多數議題上，投票結果幾乎呈五五開，主要城市和鮑谷地區對上省內其他地區而少數異數則左右了結果，包括萊斯布里奇、小斯萊夫湖以及卡加利少數幾個選區。

但談到移民相關議題時，政治學家Lori Williams表示，新移民集中度較高的地區反對擬議的政策變更，這並不令人意外。

「人們越是習慣、熟悉、與移民共事，或是在社區中與移民相處，特別是那些外貌和口音與自己不同的人接觸得越多，就越覺得這並非威脅，」皇家山大學政治學教授Williams表示。

「這幾乎是一種對未知的恐懼。」

她指出，在經常能遇到並與新移民互動的地方，「人們會對他們的身分有某種了解，而這將帶來天壤之別。」



接觸與理解

有助於消除陌生與疑慮

移民教育協會（TIES）主席兼執行長Sally Zhao趙表示，她並不意外看到各大城市和Bow Valley地區對前五項公投問題投下反對票，並認同Williams「關鍵在於熟悉度」的分析。

她指出，在新移民人口較多的社區中，居民通常能看到新移民所帶來的價值、知識與經驗；然而，居住在移民較少地區的人們，則可能擔心新移民會搶走他們的工作或住房。

「他們沒有意識到，是移民在建造房屋、是移民在創造就業機會、是移民在填補當地人不願擔任的職缺，」她說。有些人可能也不曉得，絕大多數移民所繳納的稅款與其他人並無二致。

「作為一個服務移民的組織，我認為今後我們確實需要加強對那些沒有機會接觸移民群體的人進行教育。」

卡尼指《印第安人法》 是種族主義 對廢除持開放態度

總理卡尼週一在渥太華與第一民族舉行高峰會後，為改革甚至廢除《印第安人法》敞開了大門。



在曼尼托巴省省長基紐（Wab Kinew）同一天呼籲聯邦政府廢除《印第安人法》後，卡尼回應指：基紐省長提出了這一思考中的一個重要方面：改革、甚至是廢除《印第安人法》，令我們的關係現代化，並與原住民共同開創更美好的未來；我贊同他的觀點。

他直指《印第安人法》是種族主義，是我們過去的時代錯置：法律本身的名稱就已經難以啓齒了，但這至今仍然是國家的一部法律。卡尼又重申，自己並非在玩文字把戲，他切實對廢除《印第安人法》持開放態度。

基紐在出席原住民領袖與聯邦政府及省長舉行的會議後向記者展示他的身份卡：我不知道加拿大有多少人以前見過這東西，但這就是一張身份卡，上面寫著你們的朋友基紐是《印第安人法》所界定的印第安人。

他批評加拿大依然存在基於種族的身分證明形式：廢除《印第安人法》是時候了，而且這項工作必須與第一民族人民及第一民族政府攜手完成。

《印第安人法》Indian Act

這部充滿爭議的法律於1876年生效，150年來一直主導著第一民族人民的生活，規定了諸如社區管理方式以及何人可被視為印第安人等事項。儘管該法案經歷了多次修訂，但它仍然是統轄加拿大第一民族的核心法律檔。

週一的高峰會，與會者包括總理卡尼、多名省長及第一民族各酋長，以共同商討原住民權利議題。對上一次同類會議已要追溯至21年前，因此今次會議被視為歷史性時刻。

與第一民族之間關係緊張

卡尼去年當選後不久，渥太華與第一民族之間的關係緊張，當時自由黨政府立法成立重大項目辦公室（MPO），以求加快發展項目審批，令原住民有感權利不獲尊重。

這是120年來首次所有議題均由第一民族自主決定的同類會議，議題以第一民族自身權利、條約和確立管轄範圍等優先事項為核心，然後是經濟議題。卡尼贊揚各界促成這場歷史性會面的協商能力，又指這重要契機必須好好把握。

第一民族大會（Assembly of First Nations）全國總酋長伍德豪斯 內皮納克（Cindy Woodhouse Nepinak）表示，會議旨在幫助子孫後代建立繁榮，稱還有很多滯後的工作需要彌補，希望大門不會就此重新關閉。

卡尼直言，加拿大正面臨對其經濟、安全及主權的威脅，會晤恰逢關鍵時刻，：為了應對這些挑戰，需要一個強大的國家。惟有團結一致時，加拿大才最為強大。

他演講的其餘部分多次提及某些重大項目，尤其是第一民族參與其中的項目。自卡尼政府上臺以來，其對這些重大項目的重視恰恰是渥太華與第一民族之間最主要的分歧焦點。

全國總酋長伍德豪斯 內皮納克指出，最重要的是，不能只管全速強推重大項目。但她亦重申，第一民族並非必然反對國家的發展：加拿大處於最佳狀態。即便討論充滿挑戰，我們依然站在一起。

三省長未有出席

然而，卑詩省、魁北克省及阿伯達省省長並未有出席會議。對於選擇不出席的魁省新任省長普拉蒙東（Paul St-Pierre Plamondon），卡尼間接指：依我的經驗，如果想要執政，就必須出席。必須到場，必須參與，必須傾聽。





卑詩省保守黨上臺

臨時黨魁杜朗恩成省長

經過週六卑詩省省選投票後，由省長尹大衛（David Eby）帶領的新民主黨大敗，將省長一職拱手相讓予保守黨領袖杜朗恩（Lorne Doerkson），是該黨近百年來首次再度在該省執政。

省保守黨領袖取得大多數議席，黨魁杜朗恩（前稱多克森）帶領該黨以多數政府姿態上臺。在省議會93個議席中，保守黨取得63席，新民主黨取得28席，餘下兩席由省綠黨獲得。

提前兩年舉行省選、一心希望奪取更多議席的尹大衛可謂打錯如意算盤，令該黨經歷了25年來最嚴重慘敗，他已宣佈下臺。保守黨在五周前宣佈選舉前數天，仍處於內亂狀態，就連黨魁的知名度亦不高，今次選舉結果，令很多人大感意外。

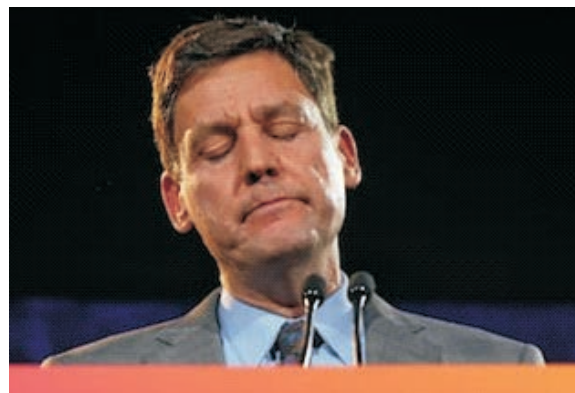
誰是杜朗恩？

杜朗恩自2020年起以自由黨候選人身份當選省議員，四年後脫黨改投（John Rustad）當時剛起步的保守黨黨團黨保守黨。

杜朗恩出生於新西敏（二埠），在（Surrey）和卑詩省內陸長大，隨後在（Williams Lake）定居並養育家庭。年輕時，他曾是一名牛仔競技騎手。從政前，他從事社區報紙出版工作20年，並參與地區商業和社區服務團體的義工活動。他告訴支持者：那是一次很好的歷練，你能瞭解到鎮上正在發生什麼：誰在招人、誰在歇業、誰在滿懷希望。

意外掛帥

數月前，省保守黨內部地震；續數月的醜聞導致十多名省議員離職或被開除而宣佈辭職，就前黨魁（Kerry-Lynne Findlay）最後亦請辭。此時杜朗恩被保守黨黨團召喚，要求他接任臨時黨領。他直認當時情況倉促。



卑詩省新民主黨領袖尹大衛（David Eby）周六在溫哥華向支持者發表演講時宣布辭職

勝出原因

對於這次翻天覆地的選舉結果，加拿大廣播公司記者（Justin McElroy）分析（新視窗）指，這首先與尹大衛突然提前大選令省民不滿而起。加上新民主黨已執政多年，連任本就不容易，提前大選的消息，令很多本來支持該黨的選民，如非改變立場，就是沒有前往投票。

其次，麥克爾羅伊認為杜朗恩展現出常態感：他經營小企業，背景普通，鮮有發表有爭議性的觀點。這時加上保守黨即使才剛經歷地震，卻仍能在尹大衛宣佈提前大選後展現出槍口一致對外的團結立場，有助爭取選票。

保守黨承諾

杜朗恩在週六晚的勝選演說中，提起早年到該省開拓的淘金者。他說，這種精神依然激勵著該省：那就是卑詩省的開拓精神，它從未消失，它只需一個站在它這邊的政府。

杜朗恩承諾將全力為省內發展的限制松綁，如加快林業和采礦業的審批許可，並在2035年前將天然氣產量提高兩倍。他還承諾不徵收新稅，保證醫療保健服務完全由公共資金支持，甚至每年削減1000元所得稅，令外界對他如何兌現這些承諾不無疑問。

目前該省2026-27年度的赤字預計已達138億元。新民主黨在競選期間就不斷警告，若按照保守黨的政綱，省就得削減醫療和教育支出。

總理卡尼（Mark Carney）在X上發文祝賀多爾克森勝選。「我期待與你作為省長合作，建造更多住房，釋放我們作為能源超級大國的全部潛力，並為所有人建設一個更強大的卑詩省和更強大的加拿大，」他寫道。

鄒至蕙強勢連任 多倫多市長

安大略省市政選舉，多倫多原市長鄒至蕙在週一晚大勝前市議員白雷德，將繼續領導多倫多四年。

雖然白雷德（Brad Bradford）在選舉後期的民調中與鄒至蕙不相上下，但根據非官方計票結果，鄒至蕙獲得約53萬張選票（所有選票官方結果有待核實，下同），與獲40萬票的白雷德保持約13%的安全距離。

多變的選情

在2023年市長補選中僅獲得1%選票的白雷德，今次成功持續縮窄與鄒的差距，在競選尾聲提前投票之際，給人他有力一拼的印象。

然而鄒至蕙的競選團隊亦精準抓住其政綱作反擊，特別是白雷德承諾設公司來管理城市自來水及廢水處理系統的提議，被鄒反指這將令多市失去這運作良好的資產的控制權，並為私有化打開大門，有分析指這成功觸動了選民的神經。

加上鄒至蕙的競選團隊動員能力高，就連白雷德的團隊也不得不承認，進步多倫多組織（Progress Toronto）、安大略省新民主黨支持者以及支持鄒的工會聯合起來，形成的力量不可小覷。

多名進步派盟友，包括前聯邦自由黨議員厄斯金-史密斯（Nate Erskine-Smith）及其繼子雷頓（Mike Layton）在今次選舉中亦同時當選市議員，外界認為鄒至蕙在議會中贏得更多盟友，未來施政將更順暢。

陳聖源打敗麥智謀、董含鵬

值得注意的是，在多市的士嘉堡北選區（Ward 23 Scarborough North），八月宣佈因健康問題辭去聯邦國會議席、其後轉戰市政選舉的前自由黨議員陳聖源（Shaun Chen）亦贏出選舉，以9828票從原任市議員麥智謀（Jamaal Myers）手上取得席位（麥智謀得票6943票）。



同樣在該區競選的前自由黨議員董含鵬（Han Dong）則以3676票排第三。

萬錦市鄭敬基及蔣震宇均告敗選

至於在華人聚居的萬錦市，原市長薛家平（Frank Scarpitti）以72%得票率輕鬆連任，至於市議員選舉中，之前曾在聯邦選舉中引起爭議的候選人鄭敬基及蔣震宇均告敗選，兩人分別得票1.6萬及2.1萬票。



因健康理由辭去聯邦自由黨國會議員一職的陳聖源（Shaun Chen），改選市政選舉後亦贏出選舉



星期三，在西班牙中部，一列高速列車追尾撞上一列停靠的列車，導致其兩節車廂脫軌，造成至少64人遇難。

總理卡尼表示，至少有兩名加拿大公民在列車相撞事故中受傷，並稱加拿大政府已準備好提供協助。他在渥太華對記者表示，在這段艱難的日子裡，我們的心與他們的家人、遇難者及其至親同在，並補充稱，聯邦政府已隨時準備提供任何所需的支援。

西班牙鐵路系統運營商ADIF表示，事故發生於週三（Toledo）的（Urda）和（Los Yébenes）之間一處平坦地帶，周圍環繞著橄欖林。劇烈的撞擊導致其中一節車廂被撕碎成金屬碎片等殘骸，散落在碎石斜坡上。

事故涉及西班牙國有鐵路公司RENFE和私營鐵路公司IRYO旗下的列車。據西班牙媒體報道，現場跡象顯示，是RENFE的列車追尾撞上了IRYO的列車，導致其兩節車廂脫軌。

卡斯蒂利亞自治區發言人（Esther Padilla）稱，事故發生時，RENFE列車上載有397名乘客，IRYO列車上有147名乘客，兩列車當時都是從首都馬德里開往西班牙西南部的（Seville）。軍方應急救援旅已出動，協助應急部門、消防員和警方。救護車和醫療直升機在現場與醫院之間穿梭往返，未受傷的倖存者則被安排乘坐大巴撤離。

西班牙首相桑切斯取消了既定日程，以全力處理這起事故。正面臨下月大選的桑切斯表示，應急部門正在現場全力救助受波及的乘客，我全心牽掛著遇難者及其家屬。

週三早些時候，卡斯蒂利亞自治區主席佩赫表示，至少有80人

受傷，隨著搜救人員繼續在殘骸中尋找倖存者和遇難者遺體，死亡人數肯定還會上升。

乘坐RENFE列車的乘客告訴西班牙國家廣播電視臺（TVE），列車曾在鐵軌上短暫停車，隨後重新啓動，緊接著便撞上了IRYO的列車。他描述說：我們都感覺到列車突然急減速，隨後就是一聲巨響的撞擊。車廂向一側傾斜，就像要翻車一樣。我的鼻子撞到了，行李、手機所有東西都在亂飛，一切都在劇烈晃動。

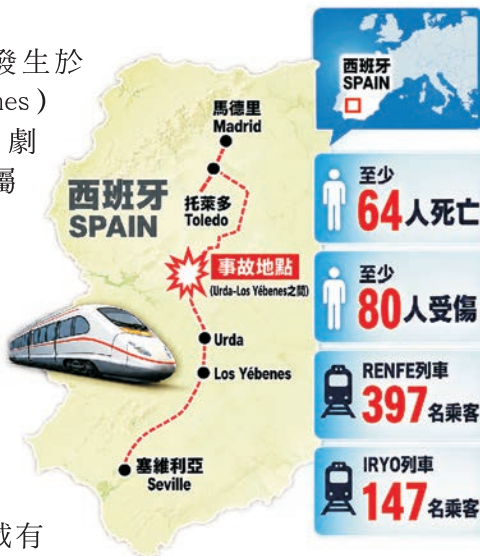
上面提到的這兩家公司的列車在今年1月也曾捲入一起致命相撞事故。

週三這宗事故的慘烈廢墟讓許多人回想起今年一月的另一起列車相撞慘劇。當時，一列IRYO列車在西班牙南部發生脫軌，撞上迎面駛來的RENFE列車，造成45人遇難。受沖擊列車的前兩節車廂墜下了四米深的山坡。

那是自2013年造成80人死亡的事故以來西班牙傷亡最慘重的一次鐵路災難。一月份的事故已重創了外界對這個歐洲國家龐大高鐵網絡的信任。

近幾十年來，西班牙對高速鐵路進行了巨額投資，該國鐵路工會將時速250公里及以上的軌道定義為高鐵使其成為該領域的全球領跑者之一。在三十多年的時間裡，西班牙為其4900萬居民修建了約3900公里的高鐵線路。

根據國際鐵路聯盟的數據，其高鐵里程僅次於擁有14億人口、運營4.5萬公里高鐵的中國。西班牙直到近期才向私營公司開放其鐵路網，引入競爭與RENFE抗衡。IRYO於2022年開始在西班牙正式運營。西班牙鐵路工人工會發言人羅德里格斯表示，私有化帶來的客流與運力激增給鐵路基礎設施帶來了額外的負擔。





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



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 2026 年 7 月的 Allstate 基本利率計算。您的節省金額可能會有所變動。保障、風險、折扣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。©2026 年 Allstate Insurance Company of Canada 版權所有。266457 | 08-26



Winnie Hui

許蘊妍 (國粵英)

Senior Agent

#234, 40 Country Hills Landing

NW Calgary

(即大戶人家對面)

(587) 316-3142

whui@allstate.ca



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



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)
Email: info@centrestdental.com

403-290-0303

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	星期二、三&四	星期六
	9am至4pm	9am至5:30pm	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
全口局部牙托
即時加改
耆英政府補助
歡迎預約查詢

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: Themadison dental.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
可幫你申請耆英補助 35年經驗

令你引以自豪的笑容!



前
後

- 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)

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

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

由汽車、房屋，到事業、人壽與財務未來，所有保障一應俱全。

我們的產品及服務

◆ 財產及意外保險

房屋保險
租客保險
短期出租保險
柏文（公寓）單位保險
流動房屋保險
度假屋保險
船艇及設備保險

個人額外責任保險
(Umbrella)
私家車保險
商用車保險
露營車（RV）保險
電單車（摩托車）保險
雪地電單車保險

◆ 商業保險

承建商保險
酒店及飲食業保險
商業及專業服務保險
零售及批發保險
物業保險
共管物業法團（Condo Corp）保險

◆ 生活保障

危疾保險
傷殘入息保障
醫療保險

◆ 人壽保險

終身人壽保險
定期人壽保險



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

1220 Kensington Rd NW Unit 220, Calgary AB
clara@anitaip.com





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

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

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

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 Dr. Carmen 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

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

Memorial East Physical Therapy Clinic

蔡廣長 Kelvin Cai

專業物理治療診所

PT, DPT, BSc.PT, BSc.Med. 註冊物理治療師

- 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

國、粵、英語

- 工傷, 車禍, 運動損傷及各種痛症
- 提供物理治療, 按摩和針灸

我們接受
(Direct Billing)

- 公司或私人醫療保險
- 汽車保險
- 工傷醫療保險 (WCB)
- * 可協助申請保險

服務卡城27年

Tel: (403) 272-9628

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

網址: www.memorialeasteptphysicaltherapy.com 星期一至五: 10am-6pm 星期六: 10am-2pm 星期日 (休息)

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

Darren J. Hamilton Lawyer & Notary Public

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

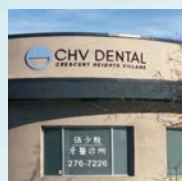
韓美頓大律師

► 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



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 伍珣瑜
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

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@mvchurch.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
詹啟誼傳道 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：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(普英): 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
粵語崇拜:星期日 上午11:15 - 下午12:15
國語崇拜:星期日 下午12:30 - 1:30
粵語成人主日學:星期日 上午10:00 - 11:00
國語成人主日學:星期日 上午11:15 - 下午12:15
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1:30

設有適合不同年齡的團契活動-請瀏覽網頁: ccefc.ca
1706 - 20 Avenue NW, Calgary AB T2M 1H1
電話: 403-282-0288 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
精彩主日信息至啱尋求突破的你
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	第一、四個星期日 上午10時正	教會實體
成人詩班	第二、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

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、 成年人、退休人士	聚會時間，歡迎來電或電郵查詢	實體

電話：403-630-2755
地址：8007 Bowness Rd NW Calgary AB Canada, T3B 0H5
網址：www.allcc.ca



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

耆英園地

NEWSLETTER



第2108期 2026年10月29日至11月4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

Social Dance

社交舞研習班

中英雙語授課

11月14 - 12月12日 - (5堂)

逢週六早上10:00-11:30

會員: \$30 / 非會員: \$45

耆英會禮堂

導師: 陳穎生 (Thomas Chan)

本課程旨在為「社交舞」愛好者提供交流平台。
學員可在老師的指導下，學習社交舞步及提升技巧。

報名及查詢: 何姑娘

WELLNESS CENTRE
耆英會保健中心
為會員提供免費的醫療服務

無需報名
即場參與

2026年
11月6日及20日(五)
上午9:15至12:00
地庫醫療室

量血壓 身高體重
身體質量指數 檢驗血糖
測血含氧量 外觀觀察
護士諮詢 健康資訊

我們誠意招募具有 **醫療/護理** 經驗的您
成為保健中心義工！擔當我們的健康先鋒！

查詢: Wing Yi 陳姑娘 義工需操粵語或國語。

10月30日
無記性定腦退化?
拆解早期警號與社區支援

嘉賓: 阿茲海默症協會
Fianee 陳姑娘

「社區透視鏡」
加拿大中文電台FM94.7 (粵語)
週五 上午10:30-11:00
下期預告:
11月6日
亞省及卡城
長者福利大盤點

11月4日
正念與自然
如何利用屋企中的小植物和靜觀正念
方法，幫自己放鬆心情、舒緩情緒！

講者: 註冊社工
章姑娘

「奇聞書事」
週三 下午2:00-3:00
網上講座 ZOOM ID:
875 977 9955
下期預告: 11月11日
公眾假期
暫停一次

華人長者 社區及家居支援服務

醫療傳譯 長者交通接送



Welcome!

義工招募

假如你...

熟悉卡城道路

可使用智慧型電話
作GPS及溝通用途

駕駛紀錄良好

願意出席義工
訓練活動



報名/查詢: 黃先生



A network of
community allies
for older adults.

足部護理診所 2026年11月

11月2日及23日(一)
上午10:00至下午2:00
耆英會地庫醫療室·敬請預約
每次收費\$32 需即場以現金支付
如正接受政府援助者可申請政府補貼
由足部專家-李先生提供足趾護理服務

查詢及預約: Wing Yi 陳姑娘

耆英會假期通告

11月11日(星期三) 為和平紀念日
法定假期, 本中心將於此日休息及
關閉, 敬希垂注。

招聘啟事
家居清潔員
Housekeeper

主要職責包括:

- 為客戶提供安全及清潔的環境, 於住宅提供一般清潔服務
- 根據本會政策、程序和指引履行職責, 確保工作符合安全和衛生標準
- 按要求彈性安排工作時間
- 處理簡單行政工作
- 履行活動聯絡員指派的其他職責

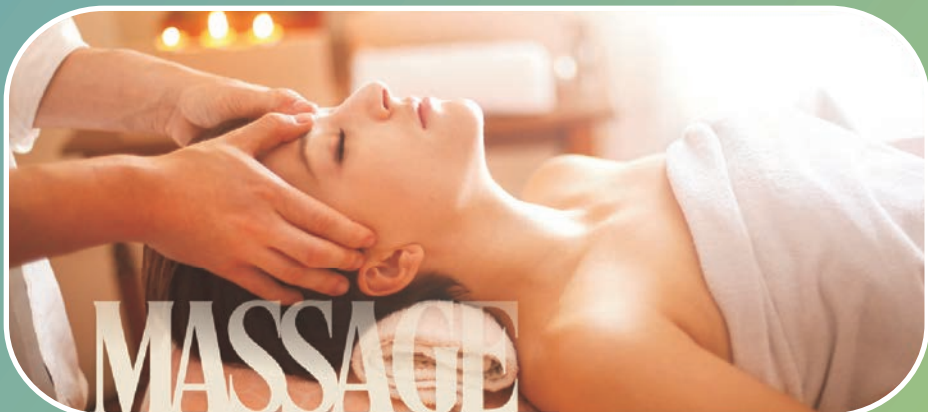
申請資歷:

- 擁有家居清潔基本知識
- 有清潔工作經驗優先
- 保持對客戶尊重及持守專業態度, 並注重細節, 有效執行清潔家居工作
- 通過無犯罪紀錄證明
- 能操流利粵語或國語及能書寫中文

有意者, 請將求職信及個人履歷電郵至
elaine.ogada@cceca.ca, 合則約見

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 mononucleotide) 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

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



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

祛邪安正 抗炎最佳

漳州片仔廣
ZHANG ZHOU PIEN TZE HUANG

漳州片仔廣藥業股份有限公司
Zhangzhou Pientze Huang Pharmaceutical Co., Ltd.
Shaan Si, Zhengzhou, Fujian, China

【用法用量】口服
每次0.6克，每日2-3次；或遵醫囑

利胆

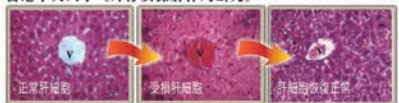
片仔廣

NPN 80016198
Box/boîte # 44472
CITES Permit # 2017CN/EH0013/EZ
Lot No. 1785648, Exp. 05-2023
Imported & Imported by Classical Remedia Ltd., Toronto, ON M5T 1G7

每盒/每粒片仔廣均有原廠獨立防偽編號。

片仔廣以及獨特的“清熱解毒、涼血化腐、消腫止痛”功效保護人們的健康，使用範圍廣，功效卓越。天在五行中屬木，而人體的五臟之中肝也是屬木性，因而春氣通肝。在春天，肝氣旺盛而升發，中醫認為，春天是肝旺之時，趁勢養肝可避免暑期的陰虛。片仔廣能夠呵護健康，消除不適，既防病治病，又能提高生活質量，一年四季經常服用可以改善身體健康的狀態，若是在春季服用，更能達到事半功倍的效果。冬季養肝：從冬分節氣開始，每天適當服用一至兩次片仔廣，持續一周，可使肝氣順達，氣血調，達到防病保健之目的。

香港中文大學《片仔廣保肝作用研究》



研究表明：片仔廣具有修復肝細胞、促進肝細胞再生、保護肝臟功效。片仔廣對各種慢性肝病肝性肝硬化顯著，可以顯著改善患者乏力、發熱、納呆、泛惡、腹脹等不適症狀。片仔廣治療慢性肝炎療效顯著。片仔廣對改善慢性乙型肝炎合併膽囊炎患者症狀有明顯改善作用。認明入口商 Imported by: Classical Remedia Ltd. Toronto, ON. M5T 1G7

用戶熱線：(416) 538-2200 • 加拿大政府藥品批號 02238959 / NPN80016198

關懷從未變改 可靠始終如一

腸胃不適 痾嘔肚痛 酒醉食滯
感冒不適 舟車暈浪 水土不服

堂勝眾李
保濟丸
PO CHAI PILULES
Made in / Fabriqué à HONG KONG
PO CHAI PILLS (CANADA)

用戶熱線：(416) 532-5896

CCC-2897296/PCP002

保濟丸 認明 NPN 80127206 正貨

DIN02244263 **幸福傷風素** 成人配方

*可預防咳嗽，鼻敏感

頭痛 發燒 鼻塞

全面夾擊 傷風感冒

Contains Acetaminophen and other Ingredients/
Contient de l'acétaminophène et d'autres ingrédients
SAFELY SEALED / SCÉLÉ EN SÉCURITÉ

COLTALIN
COLD & ALLERGY TABLETS/
Comprimés pour le rhume et les allergies

幸福傷風素

敏感

- Reduces fever
- Temporarily relieves symptoms of common cold
- mild to moderate aches and pain • sneezing • runny nose
- nasal congestion
- Abaisse la fièvre
- Soulagement temporaire des symptômes du rhume
- douleurs légères à modérées • éternuements
- écoulement nasal • congestion nasale

DIN 02244263

各大中藥房及超市有售 • 用戶熱線：(416) 532-5896

+Hoyu 日本 No.1 染髮產品製造商—INTAGE SRI/SRI+ 日本染髮劑市場1995年1月—2025年6月根據市場佔有率。

真正日本No.1染髮專家

絲滑染髮 盡善盡美
無須混合 簡單一按

栗栗棕色 自然棕色

極速上色 推薦 一按染髮霜 4色

特設專用梳 輕易均勻塗抹

一按染髮 簡單方便

6種護髮成份 髮絲柔順亮澤

深棕色 深棕黑色

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

廖碧兒 訂製4卡巨鑽戒指



默認戀

70歲百億富商

lg放閃 天空高掛
「I Love B」

指年齡不是問題：最緊要兩個人夾



47歲的藝人廖碧兒近來傳出與富商相戀，該富商身份是現年70歲的東華三院前主席、擁百億身家的呂禮章（John），之前一直未有公開認愛的她，今日（25日）出席活動時春風滿面現身，並高調認愛，問到會否介意另半年齡差距大？她直言：「不𨵮都無關年齡嘅事，最緊要兩個人夾。」

提到她之前於社交網大晒4卡鑽戒，是否準備出嫁？她笑言：「呢o的唔諗住，最緊要開心，一路都有呢個壓力，我媽咪、爹o地都有畀，我都唔畀自己壓力，順其自然。」並指該鑽戒是找專人（曾為Taylor Swift設計珠寶）為自己設計紀念入行25周年的戒指。至於薛家燕早前指要祝福她，並已「準備好人情」，廖碧兒即扯開話題：「我都祝福佢，大家祝福大家，最緊要開心健康。咁一路我都當佢（薛家燕）係媽咪，我o地成日約，好多o野都同佢分享。」

而她在社交網上載化學煙霧造成的空中文字「I Love B」照片，她解釋那是由飛機造成：「只係見到o岩o岩有咪影囉，係唔關我事。（係咪驚喜？）唔係呀，其實係送畀全世界，唔係專登送畀我，你o地諗多左。（有乜o野只係送畀你？）Friendship、感情、愛情，好似朋友咁支持我做緊o嘅野（咖啡、酒），我有咩活動佢都支持。（結o左婚先話畀外界聽？）唔知喎，未諗呢o的o野，最緊要開心，我依家仲追求緊我o嘅夢想。」

恭喜舊愛劉愷威覓真愛

提到舊愛劉愷威早前公開宣布跟黎紀君拍拖，她指剛從內地返港並不知情，但她亦有戇朋友開心，更會祝福對方。

近年紅透半邊天的香港網球首席男單代表黃澤林（Coleman），感情生活又有新動向。今年初才獲陳奕迅愛女陳康堤（Constance）甜爆認愛的他，近日竟被發現身旁的女主角悄悄易角，換上了身高177公分的「籃球女神」譚旻萱（Mandy）！

早在今年春季，陳康堤高調造訪網球賽場為黃澤林喊破喉嚨助陣，更在社交平台貼出同框合照放閃，親口證實這段深受外界關注的「體娛戀」。不料好景不長，近月兩人宣布分手。

黃澤林日前出戰《ATP 75 廣州南沙國際挑戰賽》勇奪亞軍，賽後一段在社交媒體瘋傳的短片卻瞬間奪去全場焦點。片中所見，身穿便服的譚旻萱親臨現場撐場，黃澤林完賽後隨即上前與女方熱聊，期間男方更情不自禁伸手溫柔撫摸Mandy臉頰，並親暱地當眾攬攬，Mandy亦隨即報以極度甜美笑容，甜蜜氛圍溢於言表。目擊網民更大讚 Mandy「本人好靚好白，果然美女是自帶發光體的」。

譚旻萱混血長腿女神逆襲成名

事件中另一主角譚旻萱現年25歲，擁有俄羅斯、加拿大及香港血統，身高達177cm，出道時憑精緻洋娃娃外貌獲封為「港版朴敏英」及「零死角女神」的美譽。近期更在賀歲片《夜王》中飾演寸嘴公關「ChiLing」演技備受肯定。如今身形高挑火辣的她，曾自爆中學時期體重一度高達170磅被同學取笑為「坦克」，後來靠瘋狂打籃球與跳舞成功減磅減脂，逆襲成為新一代「籃球女神」。她曾坦言減肥路上兩度復胖，全靠愛犬陪跑才得以堅持。早年Mandy曾與導演男友凌偉駿（Christopher Ling）拍拖睇音樂節，一度視對方為結婚對象，惟近年事業起飛已絕少提及感情；如今突然與網球一哥爆出跨界熱戀，令外界大感意外。

陳康堤獲讚「星二代顏值天花板」

自小在全港市民注視下成長的康堤幼時長相精靈可愛，遺傳了陳奕迅徐濠縈藝術氣質，一雙深邃大眼與高挺的鼻子曾獲部分網民稱讚為「星二代顏值天花板」。而康堤與爸爸陳奕迅合照時，曾被發現與1米73的陳奕迅幾乎一樣高，有網民推測約有1.75米，身形絕對高挑。

眾所周知爸爸為「歌神」陳奕迅，媽媽亦是曾為演員的時尚界達人徐濠縈，早年曾擔任父親《Baby Song》的MV女主角及專輯封面而備受關注，陳奕迅早於康堤幼年時已為其創作歌曲《大得太快》，自小坐擁強大娛樂圈資源人脈。2025年康堤正式簽約華納唱片，6月憑英文單曲《doll》出道，出道半年即在今年初的《2025年度叱咤樂壇流行榜頒獎典禮》中奪得「生力軍女歌手」及「第47屆十大中文金曲」頒獎音樂會「最有前途新人獎」金獎，前途無限。

賽場親暱舉動被捕捉

黃澤林與康堤分手後

火速搭上

女神譚旻萱

中學重達170磅被嘲「坦克」



20日上演驚天逆轉 盧拉第四度 贏得巴西總統大選

成巴西首位四度贏得總統直選領袖

亦是1989年以來首位首輪落後、第二輪反勝的候選人

10月25日，巴西總統盧拉在聖保羅市中心與支持者共同慶祝他獲得連任。

當地時間25日晚，巴西總統大選第二輪投票結果出爐。現任總統、勞工黨候選人盧拉擊敗前總統博索納羅之子弗拉維奧·博索納羅，成功連任，成為巴西歷史上首位四度贏得總統直選的政治人物，亦是自1989年恢復總統直選以來，首位在首輪落後、第二輪成功反勝的候選人。

據美國有線新聞網絡（CNN）報道，10月4日首輪投票中，弗拉維奧取得約47%選票，領先盧拉約兩個百分點。然而，短短三星期後，盧拉以51.79%得票率反勝，對手則取得48.21%。期間盧拉增加逾1,000萬張選票，遠超對手新增的約360萬票。

關鍵州份反勝 選民動員奏效

盧拉今次逆轉，關鍵在於成功爭取搖擺選民及提高投票率。在全國第二大選民州米納斯吉拉斯州，他由首輪落後近59萬票，逆轉至第二輪領先約9.9萬票，前後差距扭轉約69萬票。

雖然博索納羅在聖保羅州及里約熱內盧州仍然領先，但盧拉成功贏得兩州首府，並橫掃東北部全部九個州。第二輪棄權率亦由21.08%降至約19.2%，額外吸引約300萬名選民投票。

首輪落後後，盧拉加強社交媒體宣傳及基層動員，爭取中間選民，並促使原有支持者走進票站。同時，他針對經濟、債務及治安等民生議題提出新措施，包括提高微型創業者營業收入上限、協助民衆重組債務，以及主張取締網上博彩。

在治安方面，盧拉亦採取較強硬立場，支持降低涉及特別嚴重罪行的刑事責任年齡，以回應民衆對打擊犯罪的訴求。這些策略有助他在最後階段擴大支持基礎，實現歷史性逆轉。

右翼勢力仍強 連任後挑戰重重

儘管盧拉勝出，弗拉維奧·博索納羅仍拒絕承認結果，並宣布循司法途徑挑戰選舉，質疑聯邦最高法院法官延長投票時間兩小時的決定。

更大的挑戰來自國會。右翼政黨將在眾議院513個議席中佔據303席，並控制參議院接近三分之二的議席。盧拉未來推動政策，勢必要尋求中間派及部分保守派議員支持。

經濟方面，生活成本高企、家庭債務、財政赤字及高利率，亦將考驗新政府。盧拉必須在維持社會福利與控制公共開支之間取得平衡，兌現競選期間作出的承諾。

拉美右翼浪潮下 盧拉續掌左翼旗幟

CNN指出，在拉丁美洲右翼勢力持續擴張、部分國家與美國政府關係日益密切之際，盧拉成功連任，對區內左翼陣營具有重要象徵意義。

美國政治學者認為，今次結果反映博索納羅主義的支持度存在上限，不少選民認為其政治立場過於激進。他又指出，白宮支持及特朗普政府的經濟措施，並非決定選舉勝負的關鍵。

盧拉將於10月27日迎來81歲生日。這位再創歷史的巴西領袖，未來四年既要面對國內政治分歧及經濟壓力，亦要在國際舞台上維持巴西的影響力。如何將選舉勝利轉化為實際施政成果，將成為他第四個總統任期的最大考驗。

敗選弗拉維奧經阿根廷出逃終抵邁阿密

據《路透社》於10月28日的報道引述，阿根廷移民局於週三指，弗拉維奧於（27日）凌晨攜帶妻子及兩個女兒，先經過（Tancredo Neves International Bridge）進入阿根廷，該地點距離巴西首都巴西利亞約19小時車程。

阿根廷移民局續指，他們在當地乘坐Baires Fly S.A公司營運的私人飛機，飛往厄瓜多爾城市瓜亞基爾。弗拉維奧最終於28日乘坐飛機抵達美國邁阿密（Miami）。





河口湖命案內幕曝光 死者疑夫為騙保行兇 稱「我活不到年底」 丈夫被拘捕

38歲台灣女遊客井雲蓉遇害。
(井雲蓉臉書)

27歲台灣女子楊閔涵。
(楊閔涵IG)

日本山梨縣富士河口湖町一間酒店10月19日發生命案，一名參加旅行團的38歲台灣女遊客井雲蓉陳屍酒店房間內，警方之後拘捕27歲同團台灣女遊客楊閔涵，犯案動機仍然未明。台媒《鏡週刊》27日刊登獨家內幕稱井雲蓉在遇害前曾致電《鏡週刊》求助，稱懷疑今年7月剛新婚、小她9歲的老闆兼丈夫李姓男子為高額保險金將殺害她。

井雲蓉透露，丈夫李男婚後不但逼她簽下巨額本票，更為她購買高額意外險後，詢問她「要不要斷手腳詐保」，她極度恐懼，甚至直言自己恐「活不到年底」。台灣警方目前已拘捕其丈夫。涉嫌在日本持刀殺害井雲蓉的女疑兇楊閔涵與李男疑似曾是情侶關係，兩人在台灣期間通訊極為頻密。警方目前正深入追查李男是否教唆楊女犯案。

死者婚後被逼簽高額本票丈夫買高額保險

井雲蓉今年5月透過Threads應徵兼職助理，因此結識了年僅29歲的李姓老闆。入職不久，李男便向她求婚，更稱若生兒子可獲400萬元（新台幣，下同）獎金，生女兒則有500萬元。兩人在7月閃電結婚。

婚後李男聲稱自己曾為詐騙集團洗黑錢，為防井雲蓉洩密，逼迫她簽下4張共1475萬元的銀行本票作為擔保，更逼她拍片謊稱這筆錢是「代墊賭債」，以此要脅。李男隨後以「保障小孩」為由，為井雲蓉一次過付清購買高額傷害險及意外險。保單生效沒幾天，他竟一臉嚴肅地問妻子：「要不要斷一隻手或腳？可以領高額理賠金喔！」此舉令井雲蓉大感震驚及恐懼。

9月21日，井雲蓉原本準備獨自赴日旅遊，卻在台南高鐵站意外跌落路軌，事件曾被媒體報道。雖然她事後向警方強調並非企圖輕生，僅是不慎跌落，但仍被依公共危險罪嫌移送法辦。此事讓她內心深處「丈夫謀財害命」的恐懼徹底爆發，她曾向友人吐露心聲，更向友人和台媒《鏡週刊》求助，絕望地表示自己可能「活不到年底」。

10月17日，李男再次為妻子安排赴日行程。當時井雲蓉因腰部受傷本不想出門，但因害怕丈夫動怒而勉強答應。井雲蓉出發前曾向友人透露，丈夫聲稱會安排接駁車，在她返台時接送回台南；惟井雲蓉深怕丈夫會趁機下毒手，一度暗中請友人協助租車以求自保。

台灣警方接獲《鏡週刊》情報後深入調查，發現李男與女疑兇楊閔涵通訊頻密，兩人疑似曾為情侶關係，此外李男自稱曾替詐騙集團洗黑錢，而楊女亦被查出疑似有詐騙集團成員背景。警方懷疑李男涉嫌為騙取保險金而教唆楊女殺人，趁李男10月24日從日本返台時，在機場將他拘捕。

日本《YBS山梨放送》報道指出，命案發生於山梨縣知名觀光勝地富士河口湖町的一間溫泉飯店。38歲台灣籍女子井雲蓉，因10月19日上午8時未按時前往集合，經飯店人員開門查看，驚見她倒臥在下榻客房床上，左側頸部動脈遭利刃深刺造成大出血，已無生命跡象。在警方調查期間，疑犯供稱是在這次旅行中與井雲蓉變得親近，當時「為了找她談話，我去了她的房間」。

但調查人士發現，嫌犯楊女疑似在17日入境當天，即於山梨縣外的大型商業設施預先購入該把刃長約12公分的菜刀。19日上午，井雲蓉被發現陳屍客房，遭割頸慘死，距離入境僅過30多個小時。

報道指，由於嫌犯供詞前後對不上，日本警方目前已擴大調閱沿途商業設施的監視器畫面，以精準還原購刀時間點，並同步釐清兩人於旅途中的互動及通訊紀錄。警方已在案發現場房間內查獲一把菜刀，以涉嫌違反《銃刀法》為由逮捕楊閔涵，警方認為她與井雲蓉死亡有關，目前仍在調查導致事件發生的詳細經過。警方又發現疑犯手腕上有疑似自行造成的割傷，認為可能曾試圖自殺，正展開調查。

中國電動車進軍加拿大

售價或可低至三萬元以下

在卡尼政府與中國達成協議后，多家中國汽車製造業公司宣布近期將進入加拿大市場。其中一些電動汽車的售價可能低于三萬加元。

云云中國汽車製造商中：
比亞迪（BYD）已開始在多倫多地區作招聘，加拿大交通部已批准該公司作為直接預清關的進口商；
東風（Dongfeng）七月份在蒙特利爾展示了部分電動汽車；
吉利（Geely）十月初宣布計劃于2027年在加拿大推出產品；
歐萌達-杰酷（Omoda-Jaecoo）設立了針對加拿大的網站，并在加拿大進行招聘。

惟目前所有中國汽車商仍未公布哪些車型將在加拿大銷售，以及具體的上市時間和價格。

行內人士認為，比亞迪的微型電動車海鷗（Seagull）在加拿大的售價可能低于3萬元。

渥太華與中國達成的協議規定，進口價格低于3.5萬元的中國電動汽車，比例將從明年的10%增加到五年內的50%以上。

更便宜？

魁北克電動汽車協會的德羅萊（Robert Drolet）解釋說，購買中國制造電動汽車的加拿大人，將無法享受渥太華提供的最高5000元補貼。

然而，這些車輛或有資格獲得魁北克省的省級獎勵補貼。



預計在加拿大上市的中國電動車車型			
製造商	車型	估計續航里程（公里）	估計售價（加元）
比亞迪 BYD	元PLUS（Atto 3，緊湊型SUV）	350-450	4萬元以下
比亞迪 BYD	海豹U（Seal U，中型SUV）	500	5萬元以下
比亞迪 BYD	海鷗（Seagull，微型車）	305	3萬元以下
比亞迪 BYD	海豚（Dolphin，緊湊型車）	427	3.5萬元
杰酷 Jaecoo	J5（緊湊型SUV）	325-350	3.5萬元
吉利 Geely	EX2（微型車）	300-350	3萬加元
吉利 Geely	EX5（緊湊型SUV）	400	4萬元以下
東風 Dongfeng	BOX 01EV（緊湊型SUV）	300	3萬元
東風 Dongfeng	Vigo（緊湊型SUV）	300-325	3.5萬元以下

資料來源：魁北克電動汽車協會（AVÉQ）預測；並非官方上市定價

德羅萊認為，消費者將能夠節省開支

我們樂見這些車輛的到來，因為中國製造商以更有競爭力的價格提供了優質的產品。

話雖如此，德羅萊指出，考慮到目前加拿大車輛價格相對較高，預計中國製造商為了爭取利潤，不一定會在本地提供其入門級車型。

他估計中國電動車商會將重點放在較高級的車型。

拉瓦爾大學（Universite Laval）管理科學學院策略學教西蒙（Yan Cimon）相信，比亞迪將在加拿大銷售其海豹（Seal）車型。

比亞迪海豹本質上是一款尺寸與特斯拉 Model 3 相當的車型，它在世界其他地方非常受歡迎，如果價格調整得當，在我們這裡也有可能同樣受歡迎。



根據加中協議，目前每年僅有4.9萬輛中國制造的電動汽車可以享受6.1%的優惠關稅進口到加拿大。

到目前為止，根據該協議進口的大多數電動汽車，都是在上海組裝的特斯拉 Model 3，售價在4萬加元及以上。

續航里程更短？

德羅萊指出，中國電動汽車通常比加拿大目前提供的同尺寸車型更便宜，但其電池提供的續航里程通常較短。

這要由消費者來決定。是購買價格更貴、但續航里程更長的 Kona 純電動車，還是購買中國車輛來省錢？

他又指出，中國電動汽車的內飾往往比北美同類車型更豪華，配備大量屏幕，后排腿部空間更大，但後備箱空間則較小。

西蒙說，出口到海外的中國車輛質量普遍非常好。這些電動汽車常常在技術上比我們在本地道路上看到的車輛更為先進。

麥克馬斯特大學退休教授、豐田公司前管理人員莫杜（Greig Mordue）認為，中國制造商可能會利用進入加拿大電動汽車市場的機會，在當地銷售混合動力車輛。

他說，混合動力汽車對奇瑞（Chery）這樣的中國制造商來說，可能是一個更有利可圖的市場。反過來看，競爭加劇也對加拿大消費者是個好消息。

適合冬天嗎？

加拿大電動出行組織（Mobilite électrique Canada）總裁兼首席執行官布雷頓（Daniel Breton）說，答案是肯定的。大家往往會忘記中國也有冬天，而且中國車輛已經在挪威的道路上行駛多年了。

布雷頓又指出，自2019年以來，制造商比亞迪的 e6 車型，一直

以出租車姿態在蒙特利爾行駛。

他表示在市場競爭下，期待出現低於三萬元的車輛，有些則在3.5或4萬元。這對年輕人以及正在尋找第二輛車的家庭等群體而言，可能是個好消息。

個人數據安全

安大略省省長福特曾經說：當你將手機連接到車輛時，他們就會監聽你，事情就是這麼簡單。

中國間諜車是否屬實？

西蒙教授反駁道，確有多個問題需要解決。不過他強調，已經在加拿大道路上行駛的特斯拉 Model 3，也是在中國制造。德羅萊表示：已向聯邦政府建議，從中國制造的智能網聯汽車收集的數據，應存儲在加拿大服務器上，並建立控制機制以確保數據不出境。另一個問題是：中國電動汽車是否必須配備北美 NACS 標準的充電接口？加拿大交通部回應稱，指導方向將很快公布。



▲ 東風于2026年7月在蒙特利爾展示了其嵐圖FREE (Voyah Free) 車型



▲ 比亞迪的海豹 (Seal) 車型可能會成為特斯拉 Model 3 的競爭對手



▲ 吉利是另一家可能在加拿大銷售電動車的中國制造商

該部門表示，它將鼓勵電動汽車制造商使用與北美標準兼容的充電插頭，同時為電動汽車充電技術的創新留下空間。

經銷商何時在加拿大開業？

德羅萊相信，中國電動汽車將在年底前開始在卑詩省銷售。擁有龐大潛在買家群體的多倫多地區，也很有可能成為多家希望在那里開設經銷商的中國制造商的首要目標。魁北克省，剛可能要等到2027年。

進場時間表



卑詩：有望最先開售

電動車接受度高、基礎設施完善，預期將成為首批開售市場。



多倫多：經銷重點市場

加拿大最大城市、華人聚居地，被視為經銷車重點市場。



魁北克：或待至2027年

因法規及市場評估等因素，可能要等到2027年才會有中國品牌正式進入。

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
- Dignitymemorial 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。

每一次重陽登高。念念不忘。

「預先計劃」限時優惠萬勿錯過！



請掃描二維碼或聯絡我們查詢詳情：

ArborChineseCalgary.ca**Joana Ng – (403) 818-9975****Chilee Lau – (368) 599-3388****山景殯儀館和墓園****Mountain View****Funeral Home & Cemetery**

by Arbor Memorial

**預先計劃
優惠折扣可享高達****85折*****享最長
4年*
免息分期**

*有條款和條件限制，聯絡分圖了解詳情。優惠有效期為2026年9月28日至11月29日。

Arbor Memorial Inc.



花麗雅

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

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



何小姐 (Stephanie Ho)

403-243-8200

www.MHFH.com



McInnis &
Holloway
Funeral Homes

充滿關懷的告別

Compassionate Care
Meaningful Goodbyes



金鐘殯儀館

位於市內西北、西南、東北
東南及中央街，共設八個地點
提供完善的殯儀服務
並適合不同宗教信仰舉行喪禮。



連續10年榮獲消費者選擇獎
以表彰其卓越的商業表現

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



Here for you.
Here for your family.

Today, tomorrow,
and always.

8 CONVENIENT LOCATIONS TO SERVE YOU

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.



我們在這裡
為您和您的家人服務。

今天、明天、
永遠



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



海外華人血淚史 花旦韓嘉燕以戲曲慰華工

加拿大《排華法案》中謀生 冒險認親屬助華人家庭團聚

1938年的廣州，空襲警報響徹雲霄。敵機轟炸震動戲院屋頂，台上耍著彩帶長劍的粵劇花旦狄嘉燕（後改名韓嘉燕，婚後英文名Jacqueline Gar Yin Hune，下文統一稱韓嘉燕），被母親一把拽住手腕。「快?!去逃命!得你可以去金山。」母親將她推往港口，韓嘉燕隨小劇團擠上客船。這是廣州港口被炸毀前，最後一艘駛離的客船，當時加拿大正實施長達24年的《排華法案》，她憑藝人特別簽證才得以踏足北美。18歲的韓嘉燕在溫哥華登岸，沿橫貫加拿大的鐵路輾轉各地華埠演出。在唐人街，她的粵劇舞台成為底層華工難得的精神庇護所，而巡演結束後她留在多倫多，成家育有4子，仍一直堅持登台。排華法案廢除後，她冒著風險透過「紙兒子」（即購買虛構身份文件偽造親屬關係），幫助無數華人實現家庭團聚。半生戲曲半生守望，這位粵劇花旦，在那些年北美設有重重種族壁壘下，為海外華人撐起一處帶著鑼鼓聲的精神家園。

18歲踏足溫哥華突破排華禁令與獵奇視線

據口述紀錄，當年離開家鄉時韓嘉燕年僅18歲，坐上輪船經過漫長航行，於1938年靠泊溫哥華。當她與劇團成員踏上碼頭時，當地英文報紙記者早已等候多時，鎂光燈閃得人張不開眼。第二天，劇團的照片登上頭版新聞，當時的北美社會極少見到中國女性，而在法律嚴格限制華人家庭團聚的背景下，唐人街幾乎完全由獨身或被迫與妻兒分離的華工組成。面對全城好奇甚至獵奇的目光，韓嘉燕展現了職業表演者的鎮定，她挺胸抬頭，面帶微笑走過人群。據多倫多博物館典藏紀錄，韓嘉燕自幼在廣州茶樓接觸粵劇，長年練就的唱念做打與武術功底，成為她在異國生存的最大支柱。她們搭上橫貫

加拿大的火車，車輪在鋼軌上滾動，而那條鐵路

，正是數萬華工用血汗乃至生命

築成的。

粵劇戲台如何成為華人精神庇護所？

劇團沿著鐵路線一路東行。納奈莫（Nanaimo）、萊斯布里奇（Lethbridge）、穆斯喬（Moose Jaw）只要有華人聚居的地方，就有她們的腳步。當時的唐人街極其微小，華工們每日要做長達十幾個小時的高強度體力勞動，微薄的收入大半拿去償還人頭稅（Head Tax，加拿大政府於1885至1923年間專門針對中國移民徵收的人頭稅），或是寄回僑鄉撫養家人。在白人主導的社會環境中，華人被邊緣化，被要求「安分、隱形」，但當粵劇團進城時，一切就不一樣了。

據Koffler Arts華裔藝術史檔案記載，那次巡演由洪門振華聲劇社擔保組織，小小的劇院被擠得水洩不通。鏘鏘鏘鏘、鏜鏜鏜鏜，當鑼鼓聲響起，華麗戲服登場，美猴王翻著跟斗躍上舞台，皇帝與將相的故事重新顯影。辛苦勞動整個星期的華工們，在這裡找到久違的歡笑與慰藉，劇院成了華人唯一能堂堂正正聚集、大聲說話、展現自豪感的空間。台上的花旦揮舞長劍，台下的觀眾就能在那時那刻暫時卸下沉重的生活枷鎖。

《排華法案》生效期間 華人移民總數不足50人

據《52個獨白》劇本收錄的韓嘉燕口述，在長達24年《排華法案》生效期間（1923-1947年），全加拿大正式獲准以移民身份永久定居的華人總數官方統計不足50人，女性更是屈指可數，而韓嘉燕是藉由劇團短期演藝文化特別工作簽證（Special Entertainer Permit）受邀抵加巡演，戰後方取得永久居留身分。加拿大政府歷史遺產檔案記載，1923年至1947年《排華法案》實施期間，華人入境名額被壓制到極低水平。韓嘉燕是那段黯淡歲月裡，少數能穿梭於各省華埠的女性文化播種者。

租脫衣舞廳唱粵劇 透過「紙兒子」拯救離散家庭

巡演結束後，韓嘉燕選擇留在多倫多，與西海岸相比，這座東部城市更為現代，社會氣氛也相對溫和。1940年代的多倫多，華人人口約為2,000人，然而性別比例極度失衡，每100個華人男性中，僅有1個華人女性。年輕貌美且自立的韓嘉燕不乏追求者，她最終選擇了在加拿大本土出生的華人Don Hune，2人在多倫多共組家庭。韓嘉燕用在加拿大巡演唱戲積攢下來的血汗錢，在榆樹街（Elm Street）買下1幢屬於自己的物業。即便是婚後生下4個孩子，她依然沒有放棄舞台，每逢星期日，多倫多皇后街（Queen Street）市政廳對面的Casino Club都會呈現極具反差的一幕：這家平時經營歌舞雜耍與脫衣舞表演的俱樂部

，會在週日被華人社群整體租下，孩子們在樓座看台間奔跑嬉戲，舞台上則響起熟悉的粵劇唱腔。

1947年，加拿大官方廢除《排華法案》，但移民門檻依然重重設限，家庭團聚遙遙無期，為了讓被迫分離多年的親人重聚，韓嘉燕與丈夫開始主動協助其他華人家庭，韓嘉燕回憶，在那個法理與人性高度衝突的年代，她與許多華人一樣，不得不透過「紙兒子（Paper Sons）」與「紙女兒（Paper Daughters）」的方式，在法律條文的縫隙中鑿出1條讓血脈團聚的通道。她先後接來自己的母親、妹妹與弟弟，也讓無數分崩離析的家庭在多倫多團圓。

舊華埠的推土機下：華人家族如何實現向上流動

隨著法律與環境的改善，多倫多的唐人街不斷擴展，昔日華人寄居的伊利沙伯街（Elizabeth Street）舊華埠，後來因城市規劃被推土機推平，建起全新的市政廳與溜冰場。華埠被迫搬遷至鄧達斯街（Dundas Street）。地景變了，但韓嘉燕的家族與這座城市的連結早已生根，她的4個孩子長大成人，分別成為了教授、牙醫、律師和藝術家，實現了華人移民家族的階層向上流動。韓嘉燕自己雖然早已不再擔任主角登台，但直到晚年，她依然會前往鄧達斯街上的劇社，聽聽熟悉的鑼鼓，與老友敘舊，甚至擔任籌款晚會的司儀。

從廣州茶樓的聽戲少女，到戰火之中登船遠渡金山的18歲花旦，再到多倫多華埠家庭團聚的幕後推手，韓嘉燕的人生軌跡，恰好是一部海外華人跨越種族偏見與法規藩籬的生存史詩。那些在戲台上揮舞過的長劍與彩帶，最終在異國的土地上，劃出了屬於華人的尊嚴與天地。





椰子水帶有甜味，還能補充電解質，不少人都覺得它比白開水好飲，比飲料健康。網上更流傳著各種「椰子水減肥法」，吸引許多人躍躍欲試。然而，盲目跟風隨時變「催命符」。一位26歲女子爲了減肥每天狂喝椰子水，3天真的瘦了1.1公斤，結果險些送命。尤其留意以下4類人應避免飲用，以免得不償失。

椰子水禁忌 | 26歲女日飲1000毫升椰子水險死

據《上觀新聞》報道，杭州一名26歲的女子小玫（化名），從事互聯網營運工作，身高162厘米，體重68公斤。3個月前，在體檢時發現腎功能中度受損，醫生叮囑她必須控制體重。後來，在同學聚會中，小玫聽聞飲椰子水可以減肥、消除全身水腫，便信以爲真。之後她就只飲椰子水，每日平均喝下約1000毫升。

連續喝了3日後，小玫真的瘦了1.1公斤，臉部浮腫也完全消退，這讓她更加相信這個偏方有效而繼續飲。直到某一日，她在會議室匯報工作時，突然出現嘴唇發麻、心慌、胸悶等症狀，甚至當場暈倒。送醫檢查後，醫生發現她心跳每分鐘僅45下（正常爲每分鐘60至100下），血鉀濃度高達6.8 mmol/L，於是判斷爲超高血鉀引發的嚴重心律不整。幸好醫護人員全力搶救了約1小時，小玫脫離生命危險。

椰子水禁忌 | 過量易致高血鉀症 小心6症狀

市面上出現許多「網紅減肥法」例如：椰子水煮菜、椰子水液斷（即1日中只飲椰子水）等方法。但事實上，每100克的椰子水就約含有200毫克左右的鉀，雖然鉀離子有助排鈉消腫、護心血管，但過量極易引發高血鉀症，一般可能會出現以下主要症狀：

- ~全身無力
- ~疲倦
- ~手指、腳部、臉部發麻
- ~說話困難
- ~心悸、心律不整
- ~嚴重可能導致心跳停止甚至猝死

椰子水禁忌 | 4類人不宜 避免與6食物同食

對於腎功能不全、心血管疾病、糖尿病或低血壓患者來說，身體無法正常排出鉀，過量攝取極易引發高血鉀症。而小玫本身腎功能就不好，又盲目大量飲用，才會險些死亡。一般成年人每日可攝取3500毫克的鉀，若飲了椰子水，可盡量避免與香蕉、橙、西梅、菠菜、提子、西蘭花等高鉀蔬果同食，以免體內鉀超標。

「數羊」助眠愈數愈清醒？

清華教授揭翻譯烏龍 改「數水」成妙招

你試過「數羊」助眠嗎？北京清華大學心理與認知科學系教授彭凱平指出，中文使用者靠數羊入睡，可能是一場「翻譯事故」！這套方法源自英語語境，利用與睡眠相關的發音聯想幫助放鬆，但翻譯成「羊」後，爆發音收尾反倒可能「越數越精神」。

sheep和sleep發音相近 中文「羊」語音聯想斷

根據《羊城晚報》報導，彭凱平表示，導致入睡困難的原因主要有兩種，一是對睡眠產生焦慮，二是對自己入睡抱持過高期待。當人躺在床上不斷想著「怎麼還沒睡著」，反而容易讓大腦持續運轉，形成越想睡、越睡不著的循環。

彭凱平指出，睡前可以嘗試讓大腦專注於與睡眠有關、簡單且重複的聲音，減少反覆思考其他事情的機會。由於重複單一字詞不需要太多主觀努力，也有機會幫助注意力從焦慮轉移，讓身心逐漸放鬆。

至於為什麼西方人習慣數羊，中文使用者卻不一定適用？彭凱平以語言差異解釋，英語中的「sheep」與「sleep」發音相近，可能讓數羊與睡眠產生聯想；但中文的「羊」與「睡」並沒有相同的語音關聯，「羊」和「睡」不押韻，且「羊」是爆發音收尾，嘴裡一下彈出來，不像sleep那種氣聲延續，反倒「越數越精神」，因此照搬數羊的方法，未必能達到相同效果。

不數羊改數水？「水餃」也成助眠妙招

彭凱平建議，中文使用者可以嘗試反覆默念「水」字，並在腦海中想像一滴雨露從樹葉尖端緩緩滴落湖面，一滴接著一滴，讓思緒隨著平靜的畫面慢慢沉澱。

至於網路上流傳的「數水餃」助眠法，則是利用「水餃」的發音與「睡覺」相近的趣味聯想，將原本的數羊改成更符合中文語感的方式。

不過，這類方法主要是透過注意力轉移及重複思考，協助部分人放鬆，並不代表只要默念特定字詞就一定能入睡。若長期受到失眠困擾，仍應留意睡眠習慣及可能的身心因素，必要時尋求專業協助。

宏福苑大火調查
委員會今早向特首
李家超提交報告
料會詳述相關部門
監管機制的疏漏及
責任問題

宏福苑報告今提交特首

料點名4個部門追責

房屋局ICU首當其衝 報告將對打擊圍標提出建議

調查大埔宏福苑五級大火的獨立委員會歷經近一年運作後，委員會三名成員將於今早（10月22日）向行政長官李家超提交報告，但不會有公開說明。據了解，報告共有超過十個章節，會詳述委員會對火災成因的調查發現，以及指出四個在聽證會中被揭示存在監管問題的政府部門的責任，包括在聽證會中被點名的相關公務員。報告還將有章節對工程物料標準及打擊圍標提出建議。

報告列四部門責任 房屋局ICU首當其衝

去年11月26日發生的宏福苑五級火災，造成168人死亡，李家超在火災發生後，委任高等法院原訟庭法官陸啓康、行政會議成員陳健波及港鐵董事局原主席歐陽伯權組成獨立委員會展開調查。委員會共舉行了30場聽證會，傳召了與火災息息相關的宏福苑屋苑維修工程的承建商、居民代表、相關政府人員等作供，歷時四個月，今年7月完成。

獨立委員會代表律師在聽證會總結陳辭中詳述了四個政府部門的責任，包括勞工處、消防處、屋宇署及房屋局獨立審查組（ICU），直言是監管機制失效令騙徒有機可乘，造成這場災難。據了解，調查報告亦是以此為基調，指出政府方面的直接責任，而在四個涉事部門中，ICU責任最大。

聽證會揭ICU人員巡查失職「放水」

聽證會揭露 ICU 多個問題，其中高級屋宇保養測量師古小平在作供時承認曾多次到宏福苑巡查，但對大維修期間以發泡膠封窗的問題「未有特別關注」，亦沒有及早察覺棚網阻燃性不足，更被揭發曾事先通知承建商查棚網；屋宇保養測量師劉嘉敏則曾在回覆居民查詢時，指大維修的註冊檢驗人員由法團委任，相關資料由法團交給ICU，被質疑單靠文件監管、未有實質把關。據了解，調查報告會再「點名」指出相關公務員的問題。

追責重點

監管失效四部門

ICU (建築工程監督)	<ul style="list-style-type: none"> 監察只靠文件 處理投訴卸膊
屋宇署	<ul style="list-style-type: none"> 房屋檢驗擔當 強制驗樓個案
消防處	<ul style="list-style-type: none"> 火警風險外判處理 濫視投訴
勞工處	<ul style="list-style-type: none"> 對法例理解有問題 工人吸煙零檢控

刑事調查同步 報告先交律政司把關

據了解，委員會三名成員將於今日早上向李家超提交報告，但特首與三名委員均不會公開見記者交代。消息人士日前向《香港01》解釋，由於報告中有一定內容與目前正在進行的刑事調查案件（如承建商被控誤殺及串謀詐騙等）高度相關，為免影響司法程序，一般做法必須先交由律政司審視。律政司將會把與刑事調查相關的內容遮蔽，待完成相關法律把關程序後，才會向公眾公開文件。

報告逾10章節 將對打擊圍標提建議

根據授權，宏福苑獨立委員會有兩大職責，除了審視火災成因及相關工程監管人員，包括政府部門人員、授權負責的專業人士及承建商等的角色和責任外，亦要審視大型樓宇維修工程有否涉貪圍標，違規招標等問題。據了解，報告共有逾十個章節，除了詳述火災成因、部門責任，還將有章節對工程物料標準及打擊圍標提出建議。

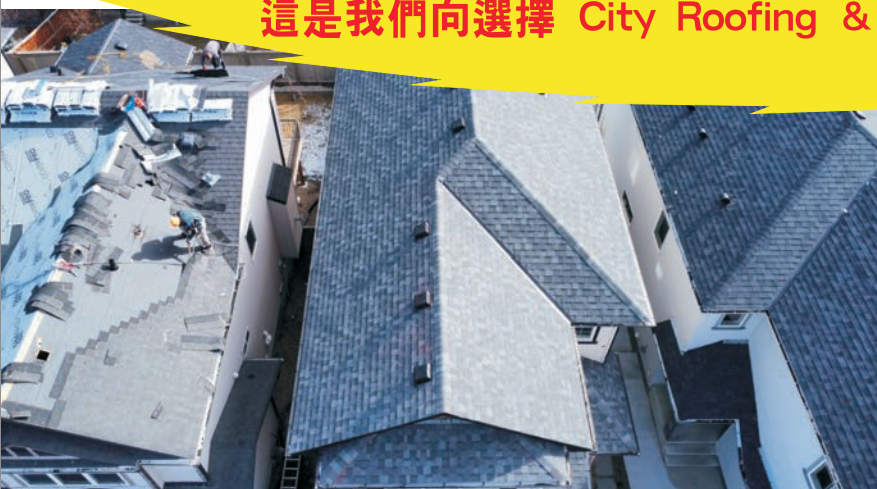




City Roofing & Exteriors



2026 標誌著 City Roofing & Exteriors 成立 15 週年，
為慶祝此里程碑，我們將為客戶提供以下任選一項優惠：
免費升級頂級 IKO Dynasty 屋頂瓦片（抗冰雹及抗強風）
這是我們向選擇 City Roofing & Exteriors 的客戶表達感謝的方式！



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



迅達冷暖工程

- 反應迅捷，價錢公道。
- 幫助申請政府補貼，長者補貼。
- 持煤氣，水工牌技師專業服務。

暖熱冷加靜水管商業商業
氣水氣濕電除煤業屋
爐爐機器器塵氣管冷庫頂
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
- 水櫃
- 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
- 冰電檢查
- 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

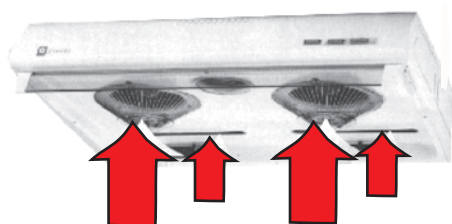
手提電話: 403-966-9299 林生

電郵: info@focusroofingab.ca

網址: focusroofingab.ca



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@excellentroofing.ca
 网址: www.excellentroofing.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



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

42年老字號、工藝精湛、服務範圍廣

大公司服務, 小公司收費

徹底清潔 所有工程包括

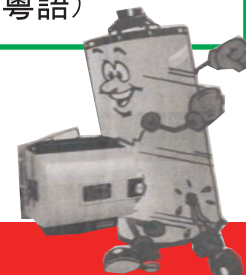
- * 免費檢查、保養、修理(零件另計)
- * 拆除摩打風扇加油及檢查清潔
- * 高壓氣流清洗冷暖氣主導管
- * 暖爐重點項目檢查
- * 點火系統、燃燒系統、冷氣迴避

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\$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: hsjong@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)

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

價格合理 免費估價

趙生: **403-608-6698**

快平靚裝修公司

專業商業油漆 圍欄陽臺 廚房浴室 瓷磚膠板 門窗修理 水電維修 土庫隔間 舊屋翻新

歡迎來電 免費估價

電話: 403-701-0981 Don 楊

宇豪屋頂

屋頂 · 外墙 · 水槽专业工程

服务 Calgary 及周边地区

- 屋頂/天窗更換維修
- 水槽/落水管
- 10年屋頂施工保修
- 外墙 Siding
- 冰雹保險工程
- WCB · LIABILITY INSURED

免費估價 司徒 **403-629-3668**

經驗豐富 價錢公道

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

馬兆奎 (持牌專業技師)
403-554-4928 (Cell) 403-280-2255 (Office)

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

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、外墙更新維修、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

勞工保險 WCB # 7734954

(58)

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
- 保証滿意
- 免費估價

專裝車房門，遙控機，彈簧

David 徐 403-680-7984



室內門

厚登設計室內門 為每個空間打造相率選擇 風格·功能·完美契合

18"/24"/28"/30"/32"/36"

現代設計
多種尺寸可選

本店另有供應:
防風門·防火門
鐵門·標準入戶門
側玻入戶大門·及
門類五金配件

外框線板 踢腳板 門飾条 地板

403-250-5286 | www.aleedoor.ca | #16 1431 40 Ave NE



聯合車身修理

United Auto Body

地址：4608 12st NE, Calgary

- 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

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



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

總機：403-264-3322

餐 館

福臨門Country Hills 403-265-1616
福臨門Marlborough 825-413-0913
匯豪軒 587-351-0788

牙 科

牙托牙科工場 403-612-8937

電腦公司

普瑞電腦 403-277-0566

招牌 / 廣告

民樂招牌製作公司 403-708-3929

會 計 師

楊天華會計師 403-234-9094
陽光會計及稅務服務 403-397-6738

律 師 樓

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

跌 打

趙威跌打醫館 403-680-3813

裝 修 工 程

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

教 會

卡城信望愛基督教會 403-248-5988
基督教華人神召會 403-263-6059
卡城信義會豐盛堂 403-630-2755
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
卡城華人協和教會 403-262-4388
卡城聖公會牧愛堂 403-619-6988

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
越棉寮華誼聯誼會 403-262-0219
江浙上海聯誼會 403-269-3996
潮州同鄉會 403-266-4939
順德聯誼會 403-263-3668
龍崗公所 403-262-1077
李氏公所 403-262-2247

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

Specializing in
Weight Loss & Pain Relief
A holistic solution and alternative to medication

Magnetic resonance repairing (MRR) is a self-balancing system that feeds constant energy to boost metabolism and cell regeneration. The constant energy helps to melt down blockages and realign the nerves to make the pain disappear!

磁共振自我修復系統對：
**提升免疫力、活動困難、重症復康
長期痛患、減肥塑身，特別見效！**

服務卡城近廿載，歡迎新老客戶垂詢預約

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)

幸運屋頂

屋頂 平頂 外牆 水槽
Soffit Fascia 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

真誠屋頂 專業承接

- ✓ 屋頂
- ✓ 外牆
- ✓ 水槽更換翻新
- ✓ 維修補漏
- ✓ 面板底板等各項業務

我們的團隊有資深的經驗，價格公道，售後有保障，品質保證，工期保證！

詳情請致電或短信：**587-968-8887**

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)

加華報

The Canadian Chinese Times

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

宋記專業裝修公司

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

手提：**403-703-6688** 宋生

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

RDV 裝修公司

— 專業可靠 用心施工 品質保證 —

- ★ 內外油漆
- ★ 屋外圍欄
- ★ 門窗更換
- ★ 土庫間隔
- ★ 廚房浴室
- ★ 各類地板
- ★ 瓷磚地磚

免費估價 • 大小工程

電話：**587-288-2899** 鄭生

專業施工 • 價格合理 • 信譽保證 • 服務卡加利及周邊地區

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)

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)



嘉華裝修公司

承接

質量保證

免費估價

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

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** ★



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**

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**

新潮裝修公司

二十多年裝修經驗

舊土更門屋修實內大免
屋庫換窗外建木外小費
翻新廚更圍陽地油工估
新隔具換欄台板漆價價

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

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

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

加華報

The Canadian Chinese Times

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

功德山·卡加利道場

共修時間
周二
6.30-8.00pm
周四
10.00-11.30pm
周日
2.00-3.30pm

消災吉祥

福慧增長

所求滿願

持大悲咒

联系方式: 悲慧 **403 830 6088**
地址: Silvergrove Dr., NW, Calgary.

北京

一座繁華都市的
另一面，
數以萬計的日結工，
在這裡尋找生計……

網紅峰哥體驗打零工
破200萬人觀看

北京馬駒橋再次進入公眾視野

曲「如此生活30年，直到大廈崩塌」的背景音樂中，中國網紅「峰哥亡命天涯」（本名周麗峰）到北京馬駒橋零工市場體驗做日結工的影片在網絡熱傳。「北京折疊」下的「另一個中國」，再次進入公眾視野。

京馬駒橋零工市場體驗做日結工的影片在網絡熱傳。「北京折疊」下的「另一個中國」，再次進入公眾視野。

因拍攝中國社會底層群體走紅的周麗峰，10月25日在影片網站哔哩哔哩（B站）發佈題為《峰哥在馬駒橋體驗做日結的一天》的25分鐘影片，記錄他本月到訪馬駒橋的所見所聞。影片發布後短短一天，僅在B站上就獲得200萬次播放、逾15萬人點讚和7萬人次轉發。

中國超過3億人的靈活就業群體中，有一群每天打著不同零工、領不固定薪水的「日結工」。他們穿梭在城市與農村的邊緣，掙扎在日薪與生計的夾縫中，代表了目前中國勞動力市場最底層勞動者的生存狀態。

在北京，「落難必闖馬駒橋」的說法口耳相傳。位於北京東南郊的馬駒橋鎮，緊臨1990年代設立的北京經濟技術開發區，周邊施工工地和園區工廠眾多，旺盛的臨時工需求催生出華北規模最大的馬路零工聚集地。來自五湖四海的日結工每天凌晨便聚集在馬駒橋街頭，試圖得到一份日結工作。

周麗峰的影片呈現出馬駒橋的零工生存生態，包括一天100元（人民幣，下同，20加元）到200元左右的日結工資，住宿僅需每晚15元的髒亂群居環境，10多元就能管飽的小飯館，有人隨地小便的嘈雜街頭，找不到全職工作的年輕



▲ 每天凌晨，大量日結工聚集在馬駒橋街頭，等待工作機會。

人，將人當作貨物運往打工地點的違法貨車，號稱薪資上看999萬9999元、只招身材勻稱女性「人活一世大膽嘗試」的招聘廣告等等。

周麗峰形容這期影片是吃喝玩樂的「綠色版」，他在馬駒橋的實際經歷「比去烏克蘭前線還狠」，「正片啥的都給刪了」，「不能做任何傷害國家的事情」。即便如此，在以年輕用戶為主的B站上，點到為止的影片內容依然讓不少中國網民感到震驚。

獲得高讚的熱門評論中，有人感慨「看不下去這種內容，過得太苦了，好悲慘」，也有人緊跟中國官方推動社保「應保盡保」的時事話題，調侃這是「麗峰亡命臥底馬駒橋，揪出未繳納社保惡徒」。一條獲周麗峰點讚的評論則寫道：「愛國不是抽象的，是具體的，是愛每一個人，希望中國老百姓都能過上好日子。」

馬駒橋人口「越趕越多」

中國官媒《工人日報》2023年曾報道，與正規招聘市場不同，在馬駒橋謀生的人中，不少都是那些被正規勞務市場拒絕的低技能勞務工：超齡的老年農民工、因病無法通過體檢的青年人、微信黑名單上的「老賴」、破產待業的小老闆等等。

報道稱：「他們也想著找一份穩定的工作，停止漂泊，然而現實的種種經歷也常常讓他們無奈地選擇了馬駒橋。」

《看天下》雜誌的報道提到，在馬駒橋街頭能找到的日結活，不面試、不體檢、不簽勞動合同，也沒有聘用證明，「嚴格來講，這是個非法勞務市場，沒法見光」。

據報道，2019年，馬駒橋鎮曾在半年時間內組織一百多次「大馬行動」，清理「非法勞務市場」。「只是這些人走了又來，來了再被趕，越趕越多。」2000年到2020年，馬駒橋鎮戶籍人口從2萬2100人翻了一倍，常住人口卻從2萬6700人增長近七倍。

2024年，北京官方印發《關於規範建設零工市場的指導意見（試行）》，明確提出逐步清除佔路佔道、無序對接零工供求的「亂象」。隨後，馬駒橋鎮政府將一處廢棄停車場，改建成官方的「馬駒橋零工市場」，引入20余家正規人力資源機構。

儘管官方設有規範的勞務市場，但尋找生計的人們依然習慣自發聚集在街頭，其中多數是青年與中年男性，女性大多結伴同行，因為「在馬駒橋的女性有獨特的困境，包括生育、生理期以及性騷擾」。

中國媒體《每日人物》曾形容，馬駒橋是產業鏈的最尾端，大量日結工依存於超級大廠中剩下的零碎機會，在分揀、裝卸、搬運、保潔的工作中流轉。「它不僅是一個地標，甚至已成為一種現象。這裡容納著無數懸浮著的人，身體不在家鄉，精神又無法融入這座城市，他們漂流在水面上，只能和馬駒橋相互依偎。」

清華大學政治學博士生叢瑞安，今年5月出版新書《馬駒橋的時間：我打零工的那些日子》。他從2018年起多次到馬駒橋進行田野調研，住進狹小的隔斷房，擠進凌晨等工的人群，跟他們一起分揀快遞、當保安、進電子廠，積累了大量第一手田野資料。

叢瑞安8月在微信讀書上撰文稱，馬駒橋的打工者中，有的人為了家人而奮鬥，有的人則看起來躺平。「但無論如何，他們都用自己的汗水支撐起了北京。就像在馬駒橋外，在北京外，全世界無數的城市中，無數的勞動者們也在用自己的汗水支撐起了這個社會。」

零工市場遍布各地

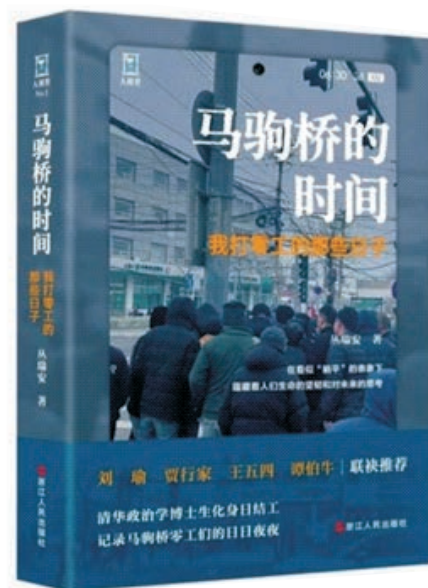
目前中國四大一線城市郊區都形成規模龐大的日結工市場，除了北京的馬駒橋外，還有上海的松江、廣州的獅嶺鎮、深圳的三和人才市場等。在勞動力豐富的河南、安徽、四川等地，也在省會城市發展出日結市場。叢瑞安說，如果打開地圖軟件，不少人或許會發現幾公



里內就有打工者們聚集的城中村，或者零工市場，只不過自己從未留意過。「我們如此貼近，又如此遙遠。」

馬駒橋不是中國就業市場的全部，卻像一面被城市繁華遮住的鏡子，照見了靈活就業背後的陰影。

叢瑞安說，要解決馬駒橋的問題，本質上是解決勞動權益與體制保障的問題；簡單粗暴的取締與驅逐無法解決問題，「我們這個國家，始終需要為底層留一個兜底的空間」。



Fax: 403-230-8790

(65)

(68)

誠聘：炸爐，炒獲，
雜工一名，無需經
驗。請電Helen: 403-
852-8018 。 101 555
11 Ave SW (68)

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

1. 有經驗粵菜炒鍋
2. 有經驗執碼、廚房學徒
3. 全職或兼職企檯

人工加小費，糧期準。

有意者請電：587-839-9588 或
親臨 150-25 Heritage Meadows Way S.E.

(67)



TinTin DimSum

(Chinook Mall 南邊)

* 誠聘全職炒鑊廚師

* 廚房幫工

有意者請致電：403-991-6965

(67)

卡城北1小時15分車程
埠仔(Sundre)誠聘中
西廚，需略懂英文，
薪優，提供食宿，請
短信或電話至 403-
830-7118馬生。(67)

江記京菜館誠聘全職
/兼職炒鑊、炸爐、執
碼各一名。薪優糧
準。請電 403-690-5638;
403-235-4652 (68)

NE粥粉麵飯 聘請
晚間兼職炒鑊。
有意請電：403-
891-6806 或 403-
250-8436 (67)

西南唐餐
(門前3 號巴士站)
誠聘油爐、幫廚，
全職或兼職。
請電：403-259-3853
(63)

OKOTOKS小鎮請後廚
幫工一名，男女不
限，全職或兼職均
可，有經驗優先，薪
資面議，有意請電
204-227-0976 (71)

匯豪軒誠聘全職經驗
炒鑊師傅數名，麵
檔，洗碗(五、六、
日)，企檯，傳菜。
有意請電：587-351-
0788 (64L)

紅鹿市中餐館誠聘
炸爐，炒鑊一名，
包食住。有意者請
電：(403) 318-8881
鄧生 (66)

西南區外賣餐館
請炒鍋師傅。有
意者聯繫204-962-
8863 (67)

Far East 中餐聘
請有經驗執碼，請
電 587-434-8615
李太 (67)

誠聘洗碗打雜和幫廚師
傅。工作認真、責任心
強、手腳麻利、注重衛
生。薪資面議，包吃住。
4036807739; 3683377115
OKOTOKS 卡城南部小鎮
(67)

匯鼎軒誠聘服務員
10人底薪+小費，洗碗
工3人\$18 起小時，幫
廚5人\$17小時起。9727
Macleod Trail SW.
電：306-717-0558 (86)

急聘全職或半職幫廚
在越南快餐店，需能
講廣東或越語，不需
經驗。請聯繫587-438-
8818 或 587-896-2168
(66)

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

雄記麵廠誠聘

* 兼職司機兼倉儲人員 (1名): 每週約 25-35 小時。需具備基本英語能力、持有有效駕照並提供良好駕駛紀錄。負責倉庫理貨、送貨及物資採購。

* 全職生產人員 (1名): 需體力勞動。有麵包廠或有關經驗者優先, 無經驗亦可, 提供培訓。過試用期後享有員工福利。

薪金面議。現金免問。逢週一、週三至週六上班。

有意者請致電: 403-250-1663

(65)

私房菜 誠聘

全職或兼職:

炸爐、炒鑊、打雜、點心幫工、
拉腸粉、洗碗、企檯。

有意者請電: 403-473-4288 萍萍

(60)

聘請家居女護理護理女長者 日常生活工作需有愛心責任 心勤勞每週工作4天每天十 點至2點時薪\$27.28需有工卡 有經驗者優先需懂講粵語。 請簡歷短訊 5879663693 (67)	友愛護理誠聘 全職 及兼職居家護理員， 有意者歡迎致電： 587-284-6136。地址： 228-100, 4 AVE SW 現金免問 (85)	西北Market Mall快餐店誠 聘廚房師傅及學徒，前 臺服務員，經驗不拘， 薪高糧准，須輪班工 作，有工卡，有團隊精 神！請電 587-777-1928 洽。 (66)	東北區外賣店聘廚 房幫工一名，全職 或兼職，新資面 議。有意者請電 204-573-5351 (66)
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) (69)	唐人街桃園茶餐廳誠聘 全職或兼職洗碗、西餐 麵檔廚師、廚房幫工、 打雜、服務員，有意請 親臨面洽或電Andy 403- 2 6 4 - 7 8 9 0 或 電 郵 tasteofasia@shaw.ca (66)	近 Deerfoot City Mall 製衣廠誠聘生產線女 工一名，懂粵語者優 先，薪酬面議。請致 電：403-681-9578或電 郵：lynn@gpcresting.com (66)	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 (65)
西南唐餐館高薪誠聘 全職油爐，兼職送餐 司機，兼職包餐，薪 酬面議，有意者請致 電：587-893-3248，余 生 (66)	近大豐山大統華 京菜館誠聘經驗 炒鑊。有意請聯 繫 黃 生 :403-830- 6163，薪水面議。 (66)	Canmore小鎮誠聘 炒鍋，油爐上居 下鋪，有意請電 403 978 2938 馬生 (65)	龍島餅店誠聘廚 房員工一名，全 職，有意者請電 403-230-1688 (65)

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)



Calgary 大信食品廠

誠聘多名生產線員工

男性，可full time，也可以part time，需有工卡，現金免問，有意者請於週一至週五致電403-250-3363，如未能及時接到你的電話，請留言，會儘快給你回電。

(65)

西北區，近大學，同興樓誠聘兼職炒鍋師傅，請電403-286-0488或403-617-8211彭生或親臨面洽416-4625 Varsity Dr NW (66)

卡城銀龍酒家誠聘全職經驗執碼、炒鑊、點心師傅、幫工。有意請電403-264-5326或電郵至Silver.dragon@live.ca (24L)

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

(68L)

東江小菜 誠聘點心熟籠，煎炸，幫工。全職或周末洗碗及傳菜，工作勤快，薪優糧準。有意請電：403 547 0239 (48L)

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)

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 或電郵至Silver.dragon@live.ca (27L)

福臨門 Country Hill 現聘請全職或兼職廚房打雜，熟手拉腸粉，傳菜，企檯及Cashier多名。有意者請電：403-650-0296 王小姐洽 (54L)

TOP GUN 第一點心誠聘全職或兼職包點心幫工，及廚房什工。可提供培訓。有意電 403-453-8671 (65).

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)

市南錦恆京菜館誠聘晚間經驗炒鍋及炸爐，有意者請親臨103 12445 Lake Fraser Dr. SE 或致電403-701-3888 (65)

加華報

The Canadian Chinese Times

加華報電子版，請瀏覽網頁：
canadianchinesetimes.ca

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

唐人街柏文出租

112-3 AVE SE

一房加書房

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

(62L)

房屋出租

中央街夾61Ave NE主層一睡房
出租，包水電煤WiFi。
4038745688 (66)

西北樓上單間及單個室內車庫
出租，走路可到大統華，交通
直達市中心。4036673056 (66)

生意出讓

卡城西北外賣店
出售，有意者請
聯繫：403-918-
6040 (66)

聘請

房屋出租

中央街78Ave樓下一房分租廚廁
齊分門包水電煤上網，近
3, MG多路巴士5878899666 (66)

由愛問頓機場向
南半小時，3650呎
餐館物業出讓。
有意請短訊 780-
222-3354 李生。
(65)

生意出讓

二十年老字號點心店
出讓，東主退休。生
意穩定，有固定客
戶。近西北16 Ave 超
市內。有誠意者請電：
403-998-6188 洽 (68)

西北區16 Ave老字
號中醫中葯、針灸
按摩診所，因東主
退休而割愛轉讓。
有意者請電：
403-681-6811. (68)

富麗宮海鮮酒家和金玉滿
堂誠聘全職或兼職企檯。
(需有經驗和懂英語)。
富麗宮海鮮酒家誠聘全職
炒鍋，洗碗及保潔。請
電403-777-2288. (60)

唐人街河濱大廈
有一房一廳及單
人房。請電：
403-265-2003
(70)

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 (66)

西北近大中小學，有房出
租 \$625.00 交通方便，403-
861-8682 (68)

西北區仙宮樓誠聘晚間洗
碗雜工一名。請電403-283-
5564 (68)

中央街地庫一房出租。交通方
便，巴士10分鐘直達市中心。免
寵。有意4036818928 (67)

冰淇淋小鎮中餐館距離卡城西
北區20分鐘車程，請廚房打雜
包餐。電：403-690-2933 (68)

近年全新裝修NW樓上房間出租。
適合夫妻或單身人士，包水電煤
網洗乾衣。電403-616-8931 (67)

拉丁舞運動興趣初級小組
ChaCha, Rumba, Swing, Samba

主要學習：美麗舞蹈姿態，基本步法

逢星期日下午 2pm-4pm (單堂7元)

地址：(阿爾伯塔省西北同鄉會)

2/F Bay 9, 1431. 40 Ave NE Calgary

電話留言：(403) 681 0717 Ming Ming

社媒症候群

我們如何度過人生中的「數字奧德賽時期」？

在演算法推動的時代，我們總在害怕錯過任何一片剛被發現的「新大陸」。FOMO（錯失恐懼症）讓我們不斷追逐別人的精彩，在比較、焦慮與自我懷疑中，航向一場看不見終點的數字奧德賽。

世界一直在更新，
你以為的終點，
可能只是別人故事的起點。

下一片「新大陸」
真的更幸福嗎？

一只虛擬的「龍蝦」，在2026年初春引發了一場千人排隊的盛況。我們陷入了一場集體的「數字奧德賽」。這不僅是對一項新技術的追逐，更是一代人在技術狂潮與社交身份的焦慮中，對自身意義的不斷追問為什麼我們總是在害怕錯過任何一片「新大陸」？

在社交媒體時代爆炸的FOMO情緒

「FOMO」始於2000年，行銷專家Dan Herman提出「害怕錯過」的消費心理。2004年，哈佛學生Patrick McGinnis以此描述精英圈層對社交與機會的焦慮。2013年，心理學家Andrew Przybylski將其學術化，定義為「因他人擁有更充實體驗而產生的普遍憂慮」。

在如今的社交媒體時代，FOMO情緒引來了集體的爆發，各種社交平台設計的限時動態、點讚機制，把用戶偶爾和別人的比較，變成了一場24小時不停歇、全方位上演的「別人家生活」大直播從假期去了荷蘭還是河南，從年薪百萬還是失業啃老，從別人健身照裏的馬甲線到自己鏡中的贅肉。FOMO就這樣，從一種本身僅存在於精英圈層的攀比心態，變成了每個普通人手機裏的「標配焦慮」，變成了驅動人們不停刷手機、買同款、湊熱鬧的絕對動力。

我們為何要向互聯網證明「過得很好」？

在社交媒體的精密設計中，一些無聲的自我質問，已成了生活的背景音：「為什麼她跳過了我的動態卻給共同朋友點讚」、「為什麼他能每天都在旅遊，是財務自由了嗎」、「她竟然拿到了這家大公司的offer，我是不是也得提升一下學歷」、「這樣發動態，不得有100個讚！」、「為什麼我精修的九宮格照片沒人點讚，要不還是刪了吧」、「我分享的這首歌這麼好，大家真沒品味」。

社交平台大數據的個性化推薦，亦為我們每個人編織了一個看似舒適、實則狹隘的「信息繭房」。我們既恐懼錯過繭房

外的重要資訊，又依賴繭房內同質化的內容獲得安全感。當金價暴漲的分析與「囤金故事」塞滿你的首頁，你是否被「現在不買就永遠錯過」的恐慌吞沒，再也無暇思考理性配置？當你的社群突然被某個醫美項目或「理財神器」洗版，你是否感到「全世界都在變美、賺錢，只有我錯過」的窒息緊迫？最終，這種「內外交迫」的壓力催生了持續的「人設表演」，甚至催生出更極端的集體消費。

如何度過人生中的「數字奧德賽時期」？

當旅行、用餐、消費的意義，不知不覺讓位於「出片率」與「打卡價值」，我們精心排版佈局的九宮格照片與Vlog，往往不再是生活的記錄，而是不斷證明「我過得很好」的工具。然而，我們為什麼要向外界證明「我過得很好」？

「如何度過20多歲焦慮的奧德賽時期」一度成為內地社交媒體的熱門詞條。它描述了當代20至30餘歲年輕人在學業結束與穩定成家之間，普遍經歷的漫長、迷茫且充滿試錯的過渡階段。在這個年齡階段，同齡人有人結婚買房，有人仍在求學，有人事業有成，有人居家「躺平」，這種參差多態的對比通過社交媒體的流行成倍放大，加劇了年輕人「我到底該做什麼、我是誰、屬於哪裏」的價值焦慮。或許，我們這代人的共同旅程，正是一場焦慮又迷茫的「數字奧德賽時期」，我們在技術的浪潮與社交媒體的鏡像之海中不斷漂泊，追逐著一個又一個如「龍蝦」般的新島嶼，深怕錯過任何一片人們剛剛發現的「新大陸」我們到底有無限可能，還是無限焦慮？

那些偽精緻行為 —— 社交媒體上的「完美日常」

群眾名媛



與朋友拼單高級下午茶，
拍出精緻合照，營造名媛生活。

AI修圖



精心修圖，讓日常看起來
像是另一種人生。

健身擺拍



在健身房拍照打卡，
記錄「自律」與「進步」的形象。

假包擺拍



背上Logo包拍照，追求質感，
即使只是租借或仿品。



法國示威 | 蘋果店遭洗劫

賊搶iPhone秒變磚

全自動鎖機定位報警



法國近日爆發大規模示威，部份抗議活動演變成暴力衝突，多家精品店及零售商遭到洗劫。位於法國里爾（Lille）的蘋果直營店也未能倖免，然而，竊賊偷走展示用iPhone後，手機隨即顯示警告訊息，指出裝置已遭停用並正在追蹤，當局也將接獲通報，讓竊賊難以將贓物據為己有。

《紐約郵報》21日報道，這起事件發生於17日法國示威期間。社群媒體流傳的影片顯示，一部疑似在里爾蘋果門市遭竊的iPhone，螢幕出現安全警告，要求使用者將裝置歸還至「Apple Lille」，並明確指出手機已遭停用、正在定位追蹤，當地執法機關也將收到通知。

竊賊偷走展示用iPhone後，手機隨即顯示警告訊息，螢幕上寫著「請將此裝置歸還至Apple里爾店。此裝置已被停用，目前正在進行定位追蹤。」

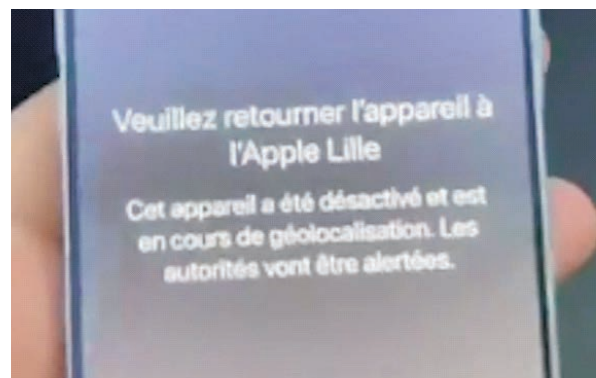
蘋果展示機具備特殊的防盜機制，當裝置離開門市的使用環境後，便可能自動鎖定，使其無法正常使用。相關影片在網路上迅速流傳，不少網民嘲諷竊賊，即使成功將手機帶走，最終也只落得一部無法使用的「磚頭」。

此次遭洗劫的並非只有蘋果門市。法國多個城市的精品店也成為攻擊目標，包括里爾、波爾多（Bordeaux）及馬賽（Marseille）等地，路易威登（Louis Vuitton）、愛馬仕（Hermès）及迪奧（Dior）等品牌店面均傳出遭破壞或洗劫。

示威活動最初與教育資源不足、生活成本上升等問題有關，但隨後演變成大規模騷亂，部份地區出現店面遭砸毀、商品被搬走及街頭暴力等情況。法國有關部門已展開維安及調查行動。

報道指出，這波暴動造成的保險損失恐達13億至16億美元，接近2023年法國騷亂造成損失的兩倍。當年騷亂起因於警方射殺17歲少年納赫爾（Nahel Merzouk），事件引發全國多地抗議及暴力衝突。

目前，網路流傳的影片顯示部份遭竊蘋果裝置已被鎖定並追蹤，但蘋果公司尚未公開證實這次事件中所有遭竊裝置的處理情況。法國各地商家則持續清點損失，當局也面臨如何遏止暴力、追查竊賊及防止贓物透過網路平台轉售的壓力。



自今年9月中下旬起，以克雷泰伊等巴黎近郊高中為代表的高中生抗議在短短幾周內迅速與工會、「黃背心」群體及農民組織合流，演變為針對高裏通脹與公共服務萎縮的全國性跨界別運動。本文試圖以此為線索，剖析法國制度演進中長期形成的結構性特徵，藉此梳理當前政局的來龍去脈，並探討其對法國乃至歐洲未來格局的潛在影響。

法國「強國家」困境是什麼？

法國的困境，在於國家所承擔的政策承諾與其實際的財政汲取能力和政治整合能力之間出現了結構性落差；而法國在制度設計與政治文化上的若干特點，又使這種「期望與能力的落差」缺乏體制內的緩衝機制，極易轉化為激進的「街頭政治」，這也解釋了近年來法國社會衝突為何頻頻爆發。

半總統制的政治獨特性

這種獨特性主要體現在四個方面。其一，半總統制與行政集權的設計。簡言之，政府中既有全民直選、在外交與國防等領域掌握實權的總統，又有需要對議會負責、主持內閣日常運作的總理，是總統制與議會制相結合的混合模式。但在政黨高度碎片化的今天，當選民結構分化到沒有任何一派能取得議會絕對多數時，總統既不願任命反對派人士出任總理，自己任命的少數派總理又隨時可能被議會推翻，最終形成「總理頻繁更替」的局面。加之法國缺乏北歐或德國那種組建聯合政府、進行跨黨派政策妥協的傳統，這一治理困境更為突出。

國家干預主義需龐大財力

其二，深厚的「國家干預主義」傳統，即法國式的「強國家」傳統。法國歷史上深受柯爾貝主義影響，習慣由中央政府充當經濟的規劃者和社會福祉的最終擔保人。這種「國家主導」不僅體現在對內的全面統籌，也延伸到外交領域：從戴高樂時期追求獨立防務、1964年在西方大國中率先同我國建交，到今天馬克龍多次呼籲「歐洲戰略自主」，法國始終保持著強烈的「大國榮光」情結。但問題在於，無論是對內維持高福利的「全能型政府」，還是對外維持大國地位的「獨立外交」，都需要極為龐大的國家財力和稅收作支撐。

精英決策與基層政策的脫節

其三，高度同質化的技術官僚培養體系。法國社會學家在剖析法國精英教育時曾深刻指出，這種選拔表面上基於機會均等的業績主義，實則在標準化考試的形式下不斷進行文化資本與階層差異的再生產。在公共政策制定中，這種封閉性容易導致精英決策與基層政策受眾的體感脫節。

法國的「街頭政治」文化

其四，源於1789年大革命的「街頭政治」文化。在法國特有的共和主義傳統中，民衆對直接政治參與抱有極高推崇，對代議制機構則始終保持著某種審視甚至懷疑。歷史社會學家查爾斯·蒂利梳理法國數百年社會運動史時發現，大罷工、街頭集會等「抗爭劇目」在法國早已演變為世代相傳的常規利益博弈方式。與此同時，由於國家權力高度集中於中央科層，而工會、行業協會等中間社會組織的常態化協商功能相對薄弱，基

法國體制為何

極易激化街頭政治



層訴求缺乏日常的微調機制。在第五共和國「強行政、弱議會」的制度框架下，當技術官僚推行的改革觸及既有利益分配時，法國各利益群體往往不傾向於漫長的議會遊說，而是習慣於直接通過罷工與街頭動員來向政府施壓。

危機外溢重塑歐洲格局

跳出法國看歐洲，這場危機不僅在重塑法國國內的政黨光譜，也可能對歐洲的政治與政策格局產生深遠的溢出效應。放寬視野，法國的政局演變並非孤立現象，而是歐洲政治極化與民粹主義上升的一個縮影。德國選擇黨（AfD）影響力的擴大，與法國極右翼的壯大相互呼應，意味著法德這對傳統的「歐盟雙引擎」同時面臨國內政治碎片化的掣肘。當然，歐洲各國的政黨生態存在差異，並非單向度的「集體右轉」。右翼力量的上升也呈現出不同光譜與執政形態，既有在議會中充當關鍵少數的，也有融入傳統中右翼、組建執政聯盟的（如意大利梅洛尼政府），對其政策走向需作具體甄別，不宜一概而論。

但總體而言，2010年代歐債危機與難民危機埋下的身份焦慮與經濟緊縮種子，正在2020年代下半葉轉化為重塑歐洲政局的強大力量。如果2027年法國大選最終促成極右翼上台執政，其政策衝擊將直接體現在四個層面：第一，歐盟財政紀律的執行與共同預算分配將面臨更大阻力；第二，作為歐元區第二大經濟體，法國的財政赤字走向可能再次考驗歐元區的金融穩定；第三，法德協調機制可能弱化，歐盟綠色轉型與移民政策將面臨回調；第四，歐洲在烏克蘭問題、中東局勢及跨大西洋關係上的內部共識將更難凝聚。這些變化都將對二戰後形成的西方自由主義國際秩序帶來深遠的不確定性。

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



全日供應



堂食外賣



無任歡迎



七天營業

星期一至日

11am - 9pm

\$ **18.99** 每款



貴妃走地雞

\$ 22.99



真材實料

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)
XO甜豆豬頸肉
XO豆仔豬頸肉
豉汁涼瓜豬頸肉
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
咖喱薯仔牛腩煲
羅漢豆腐煲
蒜香一字骨
金沙一字骨

用心製作

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

傳統風味

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
藥膳雞煲 (\$43.98)
麻辣水煮牛肉 (\$20.98)
口水雞 (\$23.98)
砂鍋紅燒肉 (\$22.98)
椒鹽軟殼蟹 (\$29.98)

堂食加送例湯及糖水 白飯每碗 \$3