上飯何須太大碗的白飯,我曾對不少做 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的年代開始便有這 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一棵之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一樓之外,往往還要加個「細晏」,或者是加碗白飯。 一樓之外,我並不是跟上潮流,少吃飯,而是不能吃得那樣多,叫能 一樓之下,已有點太大的感覺。 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的年代開始便有這 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的年代開始便有這 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的年代開始便有這 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的年代開始便有這 「粒粒皆辛苦」的散意,由小孩子的感覺。

重要礦物質」,而每日需要量低 重要礦物質」,而每日需要量超過一百毫克的,稱「 日需要量超過一百毫克的,稱「 日需要量超過一百毫克的,稱「 電要礦物質」,而每日需要量超過一百毫克的,稱「 日需要量超過一百毫克的,稱「 質

目前命名的礦物質,「重要」 目前命名的礦物質,「重要」 類種。前者(Major Minerals) 類種。前者(Major Minerals) 類種。前者(Major Minerals) 即 A osphorus)、鎂(Magnesium)),鈉(Sodium)、鉀(Photassium)、氦(Chlorine))和硫黄(Sulfur),而後者 (Trace Minerals)則包括鐵 小(Iron)、銅(Copper)、鋅 (Zinc)、碘(Iodine)、氟(Flourine)、鉻(Chromium 雲)、硝酸鈷(Cobalt)、錳酸鹽)、硝(Selenium)、矽(Silic 湯 (Nickel)。 葱薑三二片 兩 原

25 November 1989

未能分曉。 在西方民主國家,執政黨 市,加拿大打算 問減老年人福利,惹起老人家 們反感,集體示威表示不滿, 加上傳媒的支持,政府迫得取 加拿大目前赤字支出需要 平衡是事實,增加税收,其實 平衡是事實,增加税收,其實 平衡是事實,增加税收,其實

有損害的建議,也不管國家的 有損害的建議,也不管國家的 苦衷與長遠計劃,總之大聲疾 呼,拚命反抗,利用選民高貴 的神聖一票作為犀利武器,使 執政者不得不為大選成敗而顧 忌三分,以致很多時迫令國家 高三分,以致很多時迫令國家

責任,似乎没有捷徑,不

,提升了他就等於賭博。再舉前幾天寫的「釣魚」文 書為例,她的主管因為她在機構磨了不少日子,没有

功也有勞,提升她為主任,希望刺激她奮發,此舉實 如買大小,而往往結果都是全盤輸了,因為胡亂提升 做成人心的壞影響,其他同事覺得公司不以能力和工 二、他是否有與人有效地溝通的能力?

升上牽涉決策、指揮的職位,溝通的能力很重要 。打一個比方,一塊設計精美可以做 到電腦中去,你不能與之溝通,得物 無所用。人亦如是,你主意(ideas 慧)再好,都不能使同事明白你的主意 並付諸實行,就等於廢物。

掉。 做人二奶比自己辛辛苦苦打工好得 多,最主要為錢,大概那男人越老越好 多,最主要為錢,大概那男人越老越好 有錢。」 相子在屋裏七嘴八舌。都是有好家庭出 如不單止是一個人的想法,一班大 如不單止是一個人的想法,一班大 驷



然此一个 然此一个 然此一个 然此一个 然此一个 有可能通過每晚降低 有可能通過每晚降低 自體體温的方法達到 延長壽命的目的。 圖特羅説,他和 圖特羅説,他和 圖特羅說,他和

→ 未 東,總覺跟以前没兩樣,面貌反似更加年 東,思想也更幼稚。最近一次碰見他, 是五星酒店公云,口沫横飛。 幸好早已認識此人,明白他心智未 幸好早已認識此人,明白他心智未 一程,每次



兩個孩兒多由丈夫及老人家照顧。 不過,紅紅一點兒也不疏忽對 有節奏 孩子的管教。她雖然人在外面,却 與孩子保持密切聯絡。由於孩子年紀尚小 燥,於是她就花時間和心思,用繪畫的方 式和孩子溝通,每次都將自己的想法,或 者對兒子有什麼囑咐,都用簡單的圖畫描 看得懂,亦感覺有趣,與媽家家長媽的距離,也因此而拉近了短

望能找到一種對人體 望能找到一種對人體 心圖特羅説,他還希 你愿 物體温的方法

,每週

延長三十至四十年。 惟温下降五度以上。 他强調説,如能做到 他强調説,如能做到 學家認為,頭髮色黄為潤、化黄為烏。醫為潤、化黄為烏。醫為潤、化黄為烏。醫為國人, 用蛋白洗髮能使頭髮回復光澤

伯乾,充滿光澤 他食,頭髮便會 於一種症狀,只 所一種症狀,只 所一種症狀,只

市售的龍泉劍,型制與東京 市售的龍泉劍,只宜舞線或 作懸掛裝飾,蓋其非真劍,不 作懸掛裝飾,蓋其非真劍,不 作懸掛裝飾,蓋其非真劍,不 有 宣以真劍 一 如鳳毛麟角,有過一個時期,如鳳毛麟角,有過一個時期,如鳳毛麟角,有過一個時期,如鳳天善,劍剛子一大之數也。 「中國一個一個時期,如鳳毛麟角,有過一格而已。」 「中國一個時期,如鳳毛麟角,有過一格而已。」 「中國一個時期,如鳳毛麟角,有過一個時期,如鳳毛麟角,有過一個時期,如鳳毛麟角,有過一個時期, 你有否注意音樂對身 了。 村鎮板。 村造的開鋒劍,不可避免笨重粗大, 然亦可砍開五、六



從合北時裝節匆匆趕回來,

只為本月十五號至十七號的德國 INTERSTOFF 在香港的週年

INTERSTOFF ASIA 布料展

雷聲大

三年前開始,展覽便在香港事行了。從五 十年前開始, INTERSTOFF 在法蘭克福一 年兩次的布料展覽早已超過法國的 PREMIE

)的布料作預測設計。香港今年亦於亞洲還中 用上本地設計師代表。無論對歐洲或亞洲的被 選者説來,参加這…… 項展覽都是一份光

中心的第一步——亞洲時裝 中心。而我們香港從這麼多 年以來的成果便是毫無疑問 ,日本以外的亞洲時裝中心 。無論如何,我們一定要做 得更好以保障這個漢城、台 北、曼谷及新加坡也虎視眈 耽的寶座,這是風風雨雨的 史價值か日月神全字珠・充満



中文電視

CHINAVISION OPMPIC

	1178/03/48 1 008	
100 M	星期一至星期五	
2:30	節目表 / 160 情報站	短
2:35	每日新聞 (重)	1
3:15	粤語長片	2
4:30	銀色劇場 俠客行	1
	莫少聰 曾亞軍 主演	1
5:15	下午茶(婦女節目)	1
6:00	國語新聞	-
6:25	華視新聞	
6:40	飛虎隊 (兒童節目)	
7:00	每日新聞	1 / I I I
7:45	第一度劇場 上海風雲	I I
1000	(鄭少秋、張敏主演)	7.
8:30	第二度劇場: 皇家檔案	10-10-10-0
	(吴毅將、苗金鳳主演)	7
9:15	開心 Plaza	B
9:45	第三度劇場: 歷代奇女子	1
	(苗可秀、魏秋華主演)	1 1 1
10:30	金色劇場 情韻保青天	F
11:15	每日新聞 (重)	
12:00	國語新聞(重)	11
12:30	華視新聞(重)	
12:45	節目表	
	2:35 3:15 4:30 5:15 6:00 6:25 6:40 7:00 7:45 8:30 9:15 9:45 10:30 11:15 12:00 12:30	2:30 節目表 / 160 情報站 2:35 每日新聞 (重) 3:15 粤語長片 4:30 銀色劇場 俠客行 莫少聰 曾亞軍 主演 5:15 下午茶 (婦女節目) 6:00 國語新聞 6:25 華視新聞 6:40 飛虎隊 (兒童節目) 7:00 每日新聞 7:45 第一度劇場 上海風雲 (鄭少秋、張敏主演) 8:30 第二度劇場: 皇家檔案 (吴毅將、苗金鳳主演) 9:15 開心 Plaza 9:45 第三度劇場: 歷代奇女子 (苗可秀、魏秋華主演) 10:30 金色劇場 情韻保青天 11:15 每日新聞 (重) 12:00 國語新聞 (重) 12:30 華視新聞 (重)

		11/25 12/2 5 10 25	
伊拉	2:30	節目表 / 160 情報站	
-	2:35	每日新聞 (重)	~
-	3:15	戲曲欣賞	+
40	In the	杏林春雨 蝴蝶杯 哭祖廟	'
加		第一集 第二集 第三集 第四集	
拿	4:00	週末電影	F
拿大		容梯 雷雨 警告進妻	++
1	100	斷劍無情 瓜繼女傑 五花箭神	H
中		CONTRACTOR OF THE PROPERTY OF	E
CONTROL OF STREET	5:30	香港一六八	
文	6:00	國語新聞	日
電	6:25	華視新聞	
視	6:40	掌相與風水	元
7万	7:00	每日新聞	
有	7:45	週末劇場錦衣衛(每日2集)	及
限		(王偉、林國雄主演)	第
	9:15	全國華人通訊網	大
公司	10:00	今夜不設防	音
٦,			电
7	10:45	體運縱横	扁
*	11:15	每日新聞 (重)	*
10	12:00	國語新聞/華視新聞(重)	
	12:30	節目表	
HOSPING TO STREET	THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN	品。在1000年1000年100日日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本日本	Carried Services

六 11/25 12/2 9 16

23

30

		TO THE RESIDENCE OF THE PARTY O
	2:30	節目表 / 160 情報站
:	2:35	每日新聞 (重)
-	3:15	國語綜藝
	130	吕洞賓 龍女牧羊 敦孤記 林冲
	LI BERGE MEDIE	X-8 X-8 X-8X-8
	3:45	孫中山與宋慶齡
5	BIT	第一集 第三集、第五集、
		第二集、 第四集、 第六集
	5:00	中國新聞一週
	5:30	Commission of the Commission o
		an statement of the second of the second
	6:00	45 分鐘時事追擊
•	6:40	認識加拿大
7	100000000000000000000000000000000000000	週日劇場: 夜琉璃
[(毎日3集)(孫興、森森主演)
282	8:15	加家添歡樂
	Inches.	CONT. PROPERTY AND ADDRESS OF THE PARTY AND AD
I	9:15	猛片精選
	10:45	全國華人通訊網 (重)
		45 分鐘時事追擊(重)
	100000000000000000000000000000000000000	節目表
	12:30	ир н ч
	2.00	Marie Carlo Control Co

11/26 12/3 10 17 24 31

超值月費·只需\$5或\$9.95

由十二月起,中文電視(36台)月費調低至\$9.95, 如已安裝有付費電視如電影台(SUPER CHAN-NEL)、家庭台(FAMILY CHANNEL),或國 泰電視(CATHAY TV)等,每月只需繳付\$5即可 收看中文電視所有節目,此超值月費,加拿大中文 電視有限公司,經已與羅查士有終電視公司簽訂台 約,將長期保持。此特價優待首先在羅查士有發公 司推出,其他公司詳情容後公布。

强質路映一星期

由十一月廿三日至卅日,中文電視(36台)免費播 映皇牌節目,先睹爲快。

治馬受製

所有基本羅查士有袋電視用戶於十一月廿三日至十 二月卅一日,安裝中文電視,可獲免費自行安裝, 或平價(\$10.00)上門安裝優待。安裝詳情請電:

加拿大中文電視有限公司 地址:緬街629號、金門中心108室 電話: 684 · 1666

©))) Rogers

羅渣士有綫電視(查詢電話) 溫哥華、本拿比及烈治文733-3333 高貴林至米信941-9431

電話查詢時間:由早上八時至晚上八時(七天營業)

自行贸裝智請到下列炮址: * 5522 CAMBIE STREET, VANCOUVER

* 4277 KINGSWAY, BURNABY *1820 KINGSWAY AVENUE, PORT COQUITLAM

營業時間:星期一至五:8:30A.M. to 6:00P.M. 星期六:9:00A.M. to 5:00P.M.