自身難保

一名牧師遇着一個牧童，牧師說：「請問，郵局在那裏？」牧童說：「就在前面加油站旁邊。」牧師問：「那你知道天堂在那裡嗎？」牧童說：「我不知道。」牧師說：「今晚我在教堂傳道，晚上八時，你到教堂來，我指點你上天堂的路。」牧童說：「牧師先生，你連郵局的路都不知道，還能知去天堂的路嗎？」

接觸太多壞消息 身心健康均受損

你感覺身體不適，但醫生却沒有發現你的身體出現什麼毛病，有沒有想過，這可能是電視、收音機、報紙以及你朋友的壞消息所帶來的不良影響。

心理學家的最新理論，認為社會和身邊親友有關的壞消息和煩惱，有可能令你感到心理上的無助和無望，有關的研究甚至還顯示：太多的壞消息和煩惱，會影響體內的免疫系統，使人感到健康失調和身體不適。

阿拉斯加大學的心理學教授基斯·克蘭克指出，下列的一些方法可以用來和充斥世上的「壞消息」抗衡：

△如果你聽見身邊親友遇到不幸事情時，設法給他們一些幫助，有錢的話可以給他們經濟上的援助，如果你不能在經濟上幫助他，起碼也要探訪一下他們，慰問他們，這樣你的心情亦會好過一點。

△當有壞消息令你感到不安和恐懼時，找朋友傾訴一下，說過後心情自然會好一點。

△聽過壞消息後，看一場喜劇，看一些輕鬆的書籍和雜誌，希望可以冲淡心內的不安。

△選擇看報章上你喜歡看的東西，如副刊、卡通漫畫、趣味性報道和特寫等，不要認為看報紙必須一定要看世界大事和新聞，它們可能會使你感到心理不安。

△不妨多看娛樂性、趣味性豐富的雜誌，甚至是八卦周刊，可能令你精神上更正常愉快。

△多看電視的娛樂節目，少看新聞報道，每天電視台會報道好幾次新聞，看得多對你怕聽壞消息的心理有害無益，每天可以選擇只看一次。□榮

三文治的誕生

「三文治」是誰人發明的呢？原來要拜很久之前英國一位貴族約翰·蒙塔古所賜。他嗜賭的程度到達廢寢忘餐，但不吃飯又不夠體力支持繼續賭下去，他便叫僕人把一塊厚厚的牛肉夾在兩件麵包內，就這樣創出了「三文治」這種食品的觀念，他還被譽為「三文治伯爵」。

小兄妹天生怪病 吃糖菓維持生命

小孩子最喜歡吃糖菓，但糖菓吃得多，却會對健康構成障礙，因此，家長們經常不准孩子吃糖，結果令他們異常不高興。不過，如果情況剛好相反，家長日日夜夜催促孩子吃糖菓的話，孩子同樣會感到苦惱的，對英國沃爾兩兄妹來說，糖菓已經失去它的美味吸引，只不過是一種藥物罷了。

八歲的查爾斯和五歲的索菲兩兄妹，從來沒有被爸爸媽媽阻止過不准吃糖菓餅乾，他們的父母事實上只有催促他們多吃糖菓，因為這對兄妹染上一種怪病，如果他們的血糖跌得太低，便可能在數日間有生命之憂，所以，沃爾夫婦只有日日夜夜不停地嘮叨子女多吃點糖菓餅乾。

日日夜夜都忙於吃糖菓餅乾，對很多孩子來說，簡直就是夢寐難求的事，但對沃爾一家四口來說，事情却並非如此理想。

查爾斯和索菲所患的，是一種名爲「二羧酸症」的罕有怪病，患有這種病的人，要經常注意體內的血糖是否下降，稍有下降，便需要立即吃一些多含糖份的糖菓餅乾作爲補充，否則身體便會出現不適。

這對兄妹對糖菓餅乾實在已失去一般孩子的熱誠，哥哥查爾斯說：「我每天也要帶一大袋糖和餅返學校吃，因為它們是救我命的藥物，我告訴同學說那些糖和餅是我的藥，但他們都不肯相信，當我吃這些「藥」的時候，他們都會妒忌我。」

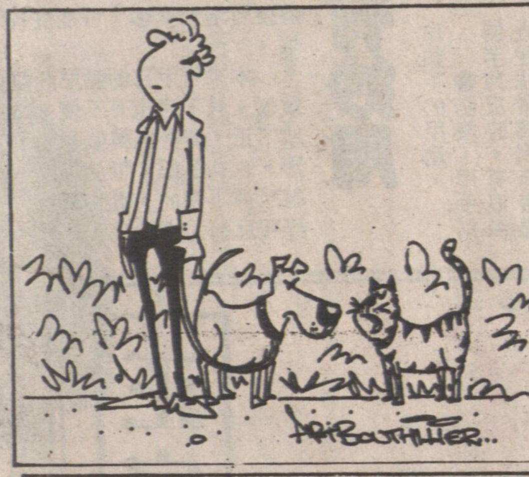
對這兩兄妹來說，吃糖菓並不是什麼開心的事情。

沃爾夫婦對於子女在這方面的需要亦感到十分煩惱，因為他們必須兩人輪流不停地看守兒女的變化，一有不妥就要催促他們吃糖和餅。

自然，這一家人必須儲存足夠份量糖菓餅乾，他們的廚房到處都是曲奇和甜餅，雪櫃裏就是一盒盒的朱古力和糖，數量之多，沃爾夫婦說隨時可以開一間糖菓店。

這對兄妹經歷了重重波折，才被尋出病源來，查爾斯曾經進行急救的胃部手術，妹妹索菲則多次被誤診為腦脊膜炎、偏頭痛、雷耶症等……，直至最近，英國設菲爾德兒童醫院的醫生，才發現這對兄妹患的是一種罕有怪病，由於他們缺乏了一種酵素，不能像常人一樣，當體內糖份降低時，就把脂肪變化為熱能，因此需要立即吃下含糖份的食物，補充熱能。

對於一對子女這種怪病，沃爾夫婦現在已有一些經驗了，沃爾太太說：「當他們開始出現黑眼圈的時候，我就知他們必須再吃糖了。」□齡



貓狗鬥吻：至少我可以自己去厠所！

早上九時 心臟病發

美國哈佛大學醫學院的研究人員在一項研究中發現到，心臟病發作大多在上午九點左右，他們最初認爲這是一種「人爲的假象」。但後來觀察的病例越多，就感到不僅僅是心臟病，而且中風、心絞痛和猝死都傾向在上午九點左右發生。

上午九點發作的非致命性心臟病要比在晚上十一點發作的心臟病多三倍左右。目前，研究人員正試圖解釋爲什麼心血管病發作多在上午，希望通過這項研究弄清其病因。□華

十二成員均是監躉 名副其實犯罪世家

犯罪行爲是否會有家庭影響？別的家庭可能沒有什麼關係，俄勒岡查爾斯這一家卻是名副其實的犯罪世家，一家十二口，人人都和監獄極有緣，全家人經常保持有幾個成員在獄中過日子的紀錄。

查爾斯一家十二口，包括現年七十三歲的父親，一九八四年去世的母親和十名現年由三十三至十四歲的子女。

不過，這個罪犯家庭，却並非像那些黑手黨家族一樣，全家一起齊心協力地做大案，進行大買賣，這一家十二口是完全沒有黑社會背景和後台的，只不過是人人都喜歡犯事，動不動就被拉入監倉罷了。

經常要和這家人打交道的律師戈勤姆說：「這家人的犯罪是完全沒有組織的。」

這家人最先犯罪的是其父親艾弗里，他在一九三〇年因和警察打架首次被判入獄，跟着就經常因盜竊、詐騙等罪名被判入獄。

去世已幾年的母親魯思亦是一名積犯，一生共有九次入獄紀錄。

大女兒維爾達（亦是這家唯一的女兒），十八歲就因犯了二級詐騙罪被判入獄十八個月。

大兒子阿朗十五歲就因攜帶違例武器被判六年徒刑。

跟着的其他八名兒子，就一個比一個年少有「爲」，有些在八、九歲的時候就開始被關進少年監獄裏。

最近，這家人就有四名男子被關進州政府的監獄中，其中有兩名被判謀殺，另外三名未成年的男孩因犯事被關進少年監獄，另一名兒子則在假釋，女兒維爾達則在守行爲，十名子女中只有一人現在是自由在外的。□榮

犯罪世家的其中五名成員，包括父母與三子女。

Jim's WELDING LTD.
百福燒銲
防盜＊平安
（工場）324·1020
（住家）325·8922
鐵窗鐵門
防盜花窗·大小鐵閘·花園欄杆·貨車鐵架·交貨快捷·上門燒銲·
鐵門防盜窗 每日24小時。保護府上家人及財產安全。電銲部份保用十年以上。

思維裝修
大小工程店宅柏文
內外油漆水電門鎖
鋪磁磚燕梳保險機
業生意移民顧問電
洽五二二九一六〇

土木維修公司
水喉電器 內外油漆
泥水瓷磚 大小維修
收費相宜
請電874·8216（光治）

1988年榮獲北京中國旅行總社委託代理
華安旅遊服務社
1988 年中国旅遊观光团

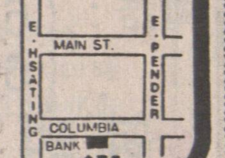
溫哥華出發日期	入中國日期	遊覽城市	全程	費用連機票
3月28日	4月1日	香港•廣州•桂林•北京•南京•無錫•蘇州•上海•杭州•廣州•	19天	$2488
6月11日	6月15日	香港•廣州•北京•南京•鎮江•無錫•蘇州•上海•杭州•桂沐•廣州•	21天	$2550
7月10日	7月14日	香港•廣州•桂林•杭州•黃山•屯溪•南京•蘇州•上海•西安•北京•廣州•	22天	$2695
8月2日	8月6日	香港•廣州•桂林•昆明•成都•重慶•宜昌•武漢•北京•廣州•	21天	$2995
8月28日	9月1日	香港•廣州•桂林•北京•南京•無錫•蘇州•杭州•上海•廣州•	21天	$2588
10月1日	10月5日	香港•廣州•桂林•貴陽•昆明•成都•西安•北京•廣州•	22天	$2650

中國風光遊：香港•廣州•桂林•北京•南京•無錫•蘇州•上海•杭州•廣州•
全程：20天•費用：$2,350
出發日期：3月26日 4月9日 4月23日 5月7日 5月21日 6月4日 6月18日 7月2日 7月16日 7月30日 8月20日 9月3日 9月24日 10月8日 10月22日 11月5日 11月19日
在龍的年代相逢•在龍的故鄉相會！
隆重推出十條綫路•歡迎各界人士參加！
信譽第一•顧客至上•經驗領隊•保証滿意！
垂詢電話：(604)681·8531 或駕臨本公司 溫哥華奇化街223號
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD. 223 KEEFER ST., VANCOUVER, B.C. V6A 1X6

Roulette ∴ Blackjack ∴ Roulette ∴ Blackjack ∴ Roulette ∴ Blackjack
VANCOUVER CASINO
娛樂兼贏錢 最高賭注額$5.00
冷氣開放·免費地下停車場
地卡羅式卡士設備、輪盤、10張21點枱、番攤
Royal Mandarin Centre
611 Main Street (& Keefer)
Vancouver, B.C.
文華樓二樓
三月十一日及十二日
（星期五、六）
SURREY MONTESSORI SOCIETY
下午六時至凌晨二時
Château Granville Hotel
1100 Graville St.
Vancouver, B.C.
三月十五日及十六日
（星期二、三）
ACADIA ROAD
COMBINED DAYCARE
下午六時至凌晨二時
下期 賭城之夜 將於
三月十三日及十四日
Royal Mandarin Centre
三月十五日及十六日
Chateau Granville Hotel
詳情請電：253·4263
SUPPLIER VANCOUVER
CASINO SUPPLY INC.
如團體有興趣舉辦 CASINO
請電：253·0013
文華二樓 地方更闊大
燈色更光猛 歡迎各界人事參觀
Blackjack ∴ Roulette ∴ Blackjack ∴ Roulette ∴ Blackjack ∴ Roulette

新新
珠寶金行
溫哥華緬街547號
TEL:(604)683-1920
SUN SUN JEWELLERY & ART CO. LTD.
547 MAIN STREET VANCOUVER B.C.
珠寶翠鑽 鑑定估價
千足黃金 純正白金
各國金幣 歡迎選購

爲你保留好時光
金寶貝 一小時冲印
特價 彩色入籍相、護照相
各兩張 $9.95
送回相底
一小時有取
凡冲晒菲林 送5"×7"一張
冲晒時 多晒一套
24張 只收1.99
36張 只收2.99
溫哥華
唐人街
NOVA SCOTIA BANK 隔鄰
433 COLUMBIA ST.
電話：688-8148
（國泰用戶，另有特價優待）



萬成肉食中心
MAN SING MEAT CENTRE
片打東街 二二四號 電話：681-4491
價錢實際 歡迎惠顧
探親攜帶手信
送禮自奉佳品
大特價酬賓
特製風乾 鴨肝腸 特瘦白油腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
本埠各零售商同價發售
顧客惠上 服務週到
七天營業 貨靚價實
牛孖筋 咖喱尤魚
咖喱鷄 紋牛什
特製燶蹄 南乳豬手
柱候牛腩 蠔油鴨掌
家鄉扣肉 豉椒鳳爪
特製柱候鴨
＊特設熟餸部門＊
特製臘味
肥鷄大鴨
燒味鹵味
新鮮肉類
＊專營＊
歡迎零沽批發

何桐攝影院 HO TUNG STUDIO
19 E. Pender St., 中華文化中心對面
電話：(604)688-2933, 681-5848.
樓上影院，特設各類佈景拍攝結婚、家庭、學生、藝術人像貨辦、廣告等相·別俱風格，新款婚紗免費借用，專家化裝又平又靚·
三人以上 入籍相（黑白）4張7·20
護照相（彩色）4張8·80
護照快相，即影即有
（逢星期三休息）
主理人 何桐 英國皇家攝影學會會士 B.C.省國際沙龍評判員 會榮獲B.C.省冠軍獎·

正大參茸藥行
YCY Prosperity Holdings Ltd.
548 Main St., Vancouver, B.C., V6A 2T9, Tel. 685-3778
藥材補品 成藥雜貨 健康食品多種
冬節及新年酬賓大減價
名中醫 王建英 免費爲僑胞解答中醫保健問題
楊毓智 提供按摩推拿指壓對肩臂痛、腰腿痛、頭痛、風濕痛、跌打傷痛、胃痛、難睡等之極有效保健辦法·
溫哥華華埠緬街五四八號 電話：（六〇四）六八五·三七七八
（天仁茗茶隔鄰） 七天營業 上午九時至下午六時

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
1490 FRANCES STREET, VANCOUVER, B.C.
電話：255-6571（五線）, 255-6010
源源運到，大量供應
中國去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
中國AAA牌去頭有殼蓑蝦，及去殼蝦肉
緬甸去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
越產去頭有殼各西士白蝦及去殼蝦肉
香港澳門各西士白蝦肉，及IQF蝦肉
中國各類有頭蓑蝦，青島大對蝦
大小西士龍蝦尾，大小西士扒蝦尾
急凍香港產鮮魷魚，去衣鮮魷筒
常備各種魚類
紅衫魚，紅魟魚
黃花魚，白鯧魚 供應
牙帶魚，生魚
獅子魚，墨魚
總經銷金冠牌
香味實肉 三牙或咸魚
歡迎遠近採購
寄送貨快捷

世運分銷公司
OLYMPIC DISTRIBUTORS
4091 McCONNELL CRT. BURNABY, B.C.
TEL:(604)420-8022
本號統辦
唐山雜貨
豉油醬料
時菜鮮菓
外埠訂購
快捷妥當
零沽批發
一律歡迎
金然棧 臘味廠
Kam Yen Jan
CHINESE SAUAGE
美加風行
風味特佳
肉質鮮美
皮衣薄脆
材料純正
不含味
送禮名貴
自用實惠

元昌肉食公司
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.
PHONE: 681-1052 七天營業
馳名琵琶鴨
掛爐鴨
脆皮大乳鴿
爽嫩白切鷄
美味桂花腸
鮮明肉類
承接金豬
本公司自置
設備一流新工場
特製白油腸及特
瘦白油腸，鮮鴨
干腸，油王，臘鷄
鮮蝦肉腸，臘梅
肉，臘鴨餅。
探親攜帶手信
送禮自奉佳品
大特價酬賓
特製風乾 鴨肝腸 特瘦白油腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
本埠各零售商同價發售
歡迎僑胞駕臨選購