



函公長市

CITY OF VANCOUVER
BRITISH COLUMBIA
V5Y 1V4

OFFICE OF THE MAYOR

MICHAEL F. HARCOURT
MAYOR

CONGRATULATIONS

On behalf of the people of Vancouver and our City Council, it gives me a great deal of pleasure to send best wishes to all those organizing the "Evergreen News" monthly newsletter.

This ambitious project is an excellent communication tool for the many Chinese-speaking seniors who contribute to our city.

Your enthusiastic approach to including the seniors in community affairs is an excellent and timely one, and you all deserve commendation.

I look forward to seeing many future issues of the "Evergreen News" in circulation.

Michael Harcourt

Michael Harcourt
MAYOR

祝一帆風順

中僑互助會
董事會主席

黃月娥

本人能够有機會，在「松鶴天地」創刊號綴詞，極感欣悅。這份刊物乃是由「新境界計劃」贊助，並由一群華裔耆英親自籌辦。從許多方面來看，「松鶴天地」具體表現出中僑互助會創辦者的心迹。該會於一九七三年成立，旨在協助僑胞們克服在語言及文化上的障礙，並引導他們承擔更重的責任，以建立自信心和對加國社會作出充份貢獻。如今，華裔耆英們，決心為溫哥華一般華裔耆英編印十五期的月刊，以減輕他們在日常生活中的語言及諮詢隔膜所引起的不便。這群耆英又發動在溫哥華市十個八個華語耆英團體之間，設立聯繫管道，及共同使用資料。而最重要的是，這份刊物的撰寫及編輯工作，都由耆英負責，其熟練的技巧及豐富的經驗，將可

溫哥華市長賀詞譯文

本人能够代表溫哥華市民及市議會，向各位籌辦「松鶴天地」月刊的人士致賀，深感愉快。華語耆英對本市貢獻良多，這份雄心勃勃的刊物，就是以他們為對象的最佳溝通工具。各位竭心盡力，使耆英能够接觸到社會事務。其崇高抱負，正適合時代需要，值得加以讚揚。本人盼望「松鶴天地」能陸續出版，以饗讀者，謹此致意。

溫哥華市長米夏葛

詞賀事參市榮宏余

本人欣喜異常，能藉此寸簡，衷心恭賀「松鶴天地」全體員工，他們以滿腔熱誠，端盡全力，使「新境界」的一項重要而令人興奮的計劃得以實現，深信「松鶴天地」的創刊號，能在華埠耆英積極參與社會發展及促進社會進步方面，揭開新的一頁。讀者們將可透過這份刊物，進一步瞭解你們的生活體驗和感受，以及得失成敗的關鍵，作為借鏡，以資反省，故你們的刊物，不獨可使耆英生活更為豐富，對於消弭華埠社會代溝，亦有助焉。現在貴刊物即將首次出版，本人翹首以待，冀能先睹為快。謹此向各位致意，順祝健康愉快。

雲埠市參事余宏榮

華裔耆英新境界

衛生及福利部「新境界計劃」外勤代表白斯莉

「新境界」委員會為華裔耆英籌辦「松鶴天地」月刊，本人詢問閣下之請，很高興給予他們一些鼓勵。此地的華裔耆英，由於不懂英語，對社會情況常感隔膜。該委員會的成員有見及此，乃籌辦這份極有價值的刊物。他們集編撰、出版，及發行等工作於一身，在推動過程中所表現的熱忱及實幹精神，使我深為感動。「松鶴天地」對耆英讀者及出版方面，加以推行，但也需要富有經驗的老手給與忠告及批評，然後可收相輔相成之效。「松鶴天地」一方面可以便利此地華僑，去瞭解溫哥華市的現況及未來的事物發展；另一方面又使貴委員會及特約撰稿人有篇幅發表他們的見地，以供僑胞參考。一個生氣勃勃的社會，必須彼此能够互相溝通聯繫。因此你們出版這份刊物所花的精力，是萬二分值得的。

中僑互助會。

美布朗市參事賀詞

各位親愛的讀者：欣悉「松鶴天地」創刊號問世，本人謹以喜悅心情，向你們道賀，並預祝這項嶄新的嘗試獲得成功。加國耆英歷年來在家庭，工作，及社會活動中，積聚了豐富無比的智識與經驗，今日得有機會將這些成果與別人分享，實屬難得。我們無疑需要新的構思，及要有年青人去

EVERGREEN NEWS

松鶴天地

中僑互助會



出版：中僑互助會
溫哥華喜士定東街四四九號
電話：二五三·五五六一
編輯：松鶴天地編輯委員會
印刷：大漢公報印刷部

寶刀仍未老
松鶴寄心聲

溫哥華華埠扶輪社

中華會館賀詞

中僑互助會「松鶴天地」執委會：
欣聞貴會創辦「松鶴天地」月刊，為不諳英語之耆英提供資料，藉以了解一般政府法則和社會動態，並互相抒發心聲，交流信息。此舉甚為必要，必將獲得廣大耆英的歡迎和贊賞。
際茲貴刊創刊在即，謹以中華會館全體同人之名義，向你們表示熱烈的祝賀，祈望貴刊事業成功，動過生動有趣的文字和圖片吸引讀者，為我國華人耆老提供優良有益的讀物。此祝

撰安

中華會館全體同人上

一九八五年九月四日

一紙風行

譽滿華埠

「松鶴天地」創刊號即將問世，本人很高興在這裡說幾句話。

閣下首倡出版這份以華語耆英為對象的刊物，深信必能適合此時此地之需求。謹代表四一耆英中心會董事局及各會員，恭祝你們一紙風行。

中華文化中心賀詞

松鶴天地執委會代主席李汝榮閣下：

欣悉貴會獲聯邦政府衛生福利部門之助，撥款出版「松鶴天地」月刊，向耆英們傳遞訊息，從而協助加深他們對加拿大社會情況之瞭解，與及豐富他們之日常生活情趣，誠是美舉。我謹代表中華文化中心理事會全體理事與全體會員，向閣下、向貴會全體執事暨全體耆英們致熱烈的祝賀。

溫哥華中華文化中心主席：蔣北扶啓

一九八五年九月三日



振林：起左排後。照合員人作工體全刊月「地天鶴松」敬劉、餘沛鄭、雲陳、堅樹梁、榮汝李、（編主）河江、材）顏月郭李、珍秀潘李、志文譚、妍乃吳陳：起左排前。文席缺（告廣）香自梁。亞利瑪謝、文善方、華季張、（席主

祝萬事如意。

此致

中僑互助會主席

四一耆英

中心會會長

吏利他萊

(ROY SLATER)

頃悉貴會出版

一份刊物，以協助溫

精神樂園

耆英齊頌

世界電視公司

電視修理

D.K. TV & STEREO

歡迎舊換新

專業技師負責

到府修理各款電視

及音響器材

耆英惠顧 八折優待

閣下惠顧請電 270-4489



哥華東區的市民，四一耆英中心會願藉此機會，恭祝貴會此舉獲致成功。本會同人深盼貴會能不斷擴展，為會員提供種種福利。希望貴會一如英文名稱縮寫的含義，「成功」在望。

此致

溫哥華中僑互助會

四一耆英

中心會

行政主任

當菲立斯

(DON PHIPPS)

一九八五年

九月四日

裕恒豐

KONG'S A-1 FINE FOODS LTD.

香港安康寧藥房聯號

Retailing General Chinese Edible Goods of Superior Quality

參藥海茶雜
茸材味葉貨
專售中國高級食品

455 MAIN STREET, VANCOUVER, B.C. V6A 2T7
Tel: (604) 688-3125

加拿大溫哥華華埠街四五五號·電話(六〇四)六八八·三一二五

合誠車身修理

UNITED

COLLISION REPAIRS

車身修理 精工噴油

協助辦理 I C B C

有車借用

免費估價

一切服務

包你滿意

每週六天營業

253-5955

526 Clark Drive
Vancouver, B.C. V5L 3H7

各方鼎助

衷心感謝

李郭月顏

僑互助會
耆英組開
會和上課
前後，常
看到不少

耆英三五成群聚集一處閒談，吐露心聲。一部份耆英因初到加拿大人生地疏，生活苦悶；又不諳英語，有如聾啞一樣，以致不能獲悉及了解耆英有着密切關係的政府法例、福利、社會動態。更未能參與加拿大社會或作出貢獻。

有感移民到加拿大之華裔耆英日增，中僑互助會於是聯合低陸平原耆英，計劃出版一份通訊。希望藉此刊物傳遞訊息，提高耆英們互相間的聯絡；更深入地了解加拿大社會，抒發心聲和交流經驗。

這理想終能實現。中僑互助會耆英組獲得聯邦政府新境界部門接納並撥款資助。此刊物定名「松鶴天地」，每月出版一次。慶幸又得一班熱心人士鼎力編撰；政府各部門、社團、宗親的鼓勵；更得各商戶的支持，終能以非賣品形式面世。趁創刊機會，略綴數語，以表謝忱。

熱愛生命
光輝四射

助會耆英們替僑胞從事多項活動之餘，還要出版這份刊物，確實令人振奮。

親愛的耆英們：「松鶴天地」創刊號問世，本人謹此致賀！中僑互助會及整個社會所作出的種種貢獻，使我十分敬佩。我們相信再沒有比你們更好的榜樣，顯示一個人不論老幼，都可以享受豐富人生。你們的經驗、智慧、及所參與的事務，都使中僑每一位成員獲益不淺。而你們對工作的熱誠，

耆英喉舌

金刀

我是個職業寫稿人，亦是七十老人，又是香港聖雅各福

群會主辦的老人報紙「松柏之聲」義務寫稿人，因此深知老人心理。做了溫哥華居民，接觸一些老人，知道寄居異地，代溝更大，適應又難，精神痛苦，心境寂寞，十分難堪。因此覺得如果有一份類似「松柏之聲」的報紙，或者對華裔耆英有所幫助。

老人都希望下一代人把自己當「人」看待。老人需要尊重，需要關懷，需要身心兩方

面的照顧。老人亦如年青人，需要朋友，需要有人聽聽自己的心事。如果老人報紙能使老人得到此種幫助，便是做了件好事。

中僑互助會籌辦「松鶴天地」的心願是：透過此刊物傳遞訊息，提高耆英互相間聯絡，使耆英有園地抒發心聲，交流體驗……期望不算太大，相信此心願定能達到。

但是老人報紙如無耆英贊助、推廣，便會辦得不好，倘若老年人既是讀者亦是作者，報紙一定一期比一期出色。

溫哥華藏龍伏虎，「龍」一虎」之中，不乏耆英人士。松鶴延年，有待諸君子。

對生命的熱愛，以及求知慾的永無止境，在在給予我們莫大的鼓勵！我們除向你們全體祝賀之外，更表示衷心景仰！

中僑互助會理事暨會員及義務工作發展委員會主席郭蘊霞

輝煌貢獻
可以預卜

喜聞「松鶴天地」

一月刊誕生，本人能與其他人士有機會致賀，感到十分快樂。據悉，這份中文刊物係以此地耆英為服務對象，目的在向他們報導社會新聞及動態，及登載有關教育及娛樂等文章，此舉極有意義，值得社會人士大力支持。近年來，溫哥華的華裔加入，數字有顯著增加。其中耆英為數不少，而需要這種服務的亦大有人在「松鶴天地」在這

時間世，可謂眾望所歸。「松鶴天地」宗旨崇高，主辦人又全力以赴，因此這份刊物在提高耆英們生活素質方面，將來能夠作出輝煌貢獻，自可預卜。你們出版這份刊物，饒有價值，謹祝前途無限。此致「松鶴天地」列位執事

華埠通訊總編輯

馬來

(ROY MAH)

大昌有限公司

專營：

參茸藥材補品
鮑參翅肚海味

溫哥華片打東街二五四號

電話：六八五 - 八七一七

溫哥華

永興有限公司國貨商場

加拿大

WING HING CO. LTD.

Importers & Exporters of Chinese Goods

Wholesale and Retail

Tel.: 688-6025 or 688-9032

280 E. Pender St., Vancouver, B.C.

本號統辦

唐山雜貨

罐頭食品

糖果餅乾

國產名茶

藥材補品

江西瓷器

冰霜海產

鼓油醬料

山貨銅鐵

鮮豬牛肉

燒烤風味

及時瓜菜

零沽批發

外埠函購

如何申請加拿大養老金

加拿大養老金是中央政府設立的一項老人福利，凡年齡超過六十五歲而又符合養老金申請條件的耆英，每月均可領取養老金一份。至於申請者是否工作，有無其他收入，是否加拿大公民或移民（擔保移民）均無影響他的申請資格。不過，領取養老金有全數或是部份之分。

甲 申請全數養老金之資格：

1. 申請人在十八歲至六十五歲間，曾在加國境內居住最少四十年。或

2. 雖然在十八歲至六十五歲間，未在加國境內居住滿四十年，但

(甲) 在一九七七年七月一日，滿廿五歲，和

(1) 住在加國境內，或在滿十八歲以前

(2) 在加國一段時間，或

(3) 持有有效的移民證件，並且

(乙) 符合下列兩類居住要求的一種：

(1) 申請之前的十年均住在加國境內，或在加國境內；而在十八歲至申請前之十年間，在加國境內所居

住之時間應三倍於離境的時間。

例：甲君由五十五歲至六十五歲間，曾離開加拿大六年，而他在十八歲以後曾在加拿大居住了十八年；此外，在他六十四歲至六十五歲這一年間，他也是居留於加國境內。

問題：甲君有資格申請全數的養老金嗎？

答案：有資格，因為他符合第2項資格。

乙 申請部份養老金之資格：

任何不符合上述的居住要求，但在足十八歲以後，曾在加國境內居住滿十年。部份養老金的計算方法是每足一年的居留可以獲得四十分之一份的養老金，而最高額是四十分之四十。

例：乙君在十八歲以後曾在加拿大居住了十五年，其後他移居別國，當他六十

年，現在決定永久居留，閣下仍可領取部份的養老金。

申請手續：

在滿六十五歲前半年或是符合居留條件前半年，可以到各郵局或養老金分區辦事處索取申請表格，此外，亦可帶同申請所需的資料及證件到僑互助會，由本會代為填報申請。

溫哥華養老金分局之地址：

HEALTH AND WELFARE
CANADA
OLD AGE SECURITY
1525 WEST 8TH AVE.
SUITE 107
VANCOUVER, B.C.
V6J 1T5
TEL. 666-3040

申請加拿大養老金所需的資料及文件：

1. 出生證明書或領洗證明書，或：下列能證明你（妳）出生日期的證件：

——結婚證明書

——學校文件

——保險單據

——以前的軍人紀錄

——入籍卡，移民紙，護照或旅行證件

2. 你與配偶之工作號碼

3. 如果配偶已領取加拿大養老金，應出示他（她）的養老金號碼與他（她）的

出生日期。

4. 詳細列出從出生後到現在之地址及居住時期。

5. 如曾離開加拿大超過九十天者，應詳細列出何時離開，所到的地方，離加國的理及回加日期。

6. 列出兩名能證實你（妳）在加拿大居住期的朋友的姓名，地址及電話。（此兩名證人不能為申請人的親屬。）

7. 過去十年內如曾在加拿大工作，應列出最後兩間公司的名稱，地址及工作期間。

8. 如在別國曾繳

交福利金（類似加拿大的養老金），應列出這些國家的名稱，閣下社會保險號碼及交費日期。

卑詩省耆英彩票協會董事局欣聞「松鶴天地」創刊在即，謹綴數言，對籌辦這刊物的委員會衷心致賀。

我們深信，該刊物將能發揮寶貴功用，使加拿大華裔耆英動態，在八六年世界博覽會多姿多采的一

年，此舉尤為重要。

卑詩省耆英彩票協會董事局主席 高文

(BRIAN COTEMAN)

彩票協會賀詞

萬成肉食中心

MAN SING MEAT CENTRE

片打東街 二二四號 電話：681-4481

特製臘味
肥雞大鴨
燒味肉類
新鮮肉類
歡迎零沽批發

特設熟餸部門
特製臘味
肥雞大鴨
燒味肉類
新鮮肉類
歡迎零沽批發

價錢實惠 歡迎惠顧
每日供應 各式飯食
送禮自奉佳品
探親攜帶手信

司公食肉昌元

DOLLAR MEAT STORE LTD.

256 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.

PHONE: 681-1052 七天營業

本埠各零售店同價發售
歡迎僑胞駕臨選購

特製臘味
肥雞大鴨
燒味肉類
新鮮肉類
歡迎零沽批發

馳名琵琶鴨
掛爐大乳鴨
脆皮白切雞
美味桂花腸
鮮明肉類
承接金豬

大華肉食公司

專營果菜雜貨

274 E. Pender St.
681-9047



(BRIAN COTEMAN)

貼津偶配

「配偶津貼」乃是聯邦政府轄下的一種老人福利金。基本上，它分為兩大類：即(甲)申請人之配偶健在，而正在領取養老金，及(乙)申請人之配偶現已去世。在申請此項福利金的時候，申請人必須具備下列各項的資格：

- (1) 年齡必須在六十至六十五歲之間。
- (2) 在加拿大居住滿十年。
- (3) 全年入息不超過政府所訂定之標準：(至於入息並不包括養老金、補助金及配偶津貼)按一九八五年聯邦政府衛生與福利部所出版之刊物所顯示。

申請(甲)類者，其夫婦之全年總收入應少於約一萬五千元，而申請(乙)類者，其全年之收入應少於約一萬一千元。申請表格可於滿六十歲前一年內遞交有關部門。在遞交表格時，請攜帶本人之身份證明文件，例如：公民證，入境紙，工咭等。倘若只打算呈交上述證件之副本，則此副本必須經律師，或醫生，或銀行經理等人士簽署證明其真確性。

申請表格，可於「社會保障部」分區辦事處索取。在填寫表格時若遇到任何之問題，可親身前往或致電上述辦事處查詢。溫哥華區辦事處電話為六六六·三〇四〇，地址為一〇七一—一五二五 WEST 8TH AVE. VANCOUVER.

卑詩省政府

給予耆英之服務

A、有關入息之服務 IN SUPPLEMENT (1) 低入息補助 (GA) — 人力資源廳。

舉凡年齡在六十歲以上而領取中央政府之養老金及補助金之卑詩省居民均可申請。此等補助乃保障資格者有最低限度之入息。

- 一、領取資格：中央政府之養老金及補助金領取者，或
- 二、前者之配偶而年逾六十歲且為中央政府之配偶津貼領取人。

(2) 耆英入息補助 (GAIN FOR SENIOR SPILAN 7) 資源廳。

本省小部份之移民，因未滿規定之居住期而不能領取中央政府之養老金者，有時仍可申請入息補助，資格則將按照申請人之入息及產業而定。

(3) 耆英免稅額——財政廳

於一九八三年特准耆英享有二千多元之入息免稅額。此免稅額之款項將經常受調整，使與消費指數相衡。

(4) 耆老入息減稅額——財政廳

舉凡領取養老金之耆英於計算應課稅入息時可減除一千元

，此等減除只適用於領受養老金之人士。

(5) 延緩地稅法例——財政廳

特准耆英緩延其住宅之物業稅，直至申請人逝世或物業轉手日期。利息則按照延遲之款項計算。申請人必須為寡婦、鰥夫、傷殘人士並或為耆英。

B、有關醫藥衛生之服務

(6) 藥物補助——甲及乙種補助——資源廳

供給全部或部分補助予指定之處方藥物，骨科供應用品及人造器官之裝配費用。補助可分四類，每類均有不同的申請資格及補助額。甲種補助只適用於耆英，乙種補助專為傷殘及失業者，或其領有醫務廳或醫藥補助卡，而同時領取低入息補助之家屬。

(7) 長期護理、留院護理——醫務廳

以長期性之醫療及護理予非緊急情況、無需急性、康復或精神院服務病人。此等護理只適用於加籍公民或在申請前曾居住卑詩省達三月之久之移民。申請人且須

經醫師鑑定為無需廿四小時巡迴護理、目為無急性、康復、或精神院料理之必要。

(8) 個人護理、中期性護理之設備——醫務廳

供給居留期之護理及緩助予身體或精神上患有慢性疾病之人，彼等須為無法獨立生活而無需留在急症院者。申請人須為加籍公民、或十九歲以上曾於申請前在卑詩省居住達十二個月之久之移民。彼等須被證明為不能在家接受護理者。

(9) 居家援助——醫務廳

供應非醫療性之服務及護理予因健康有關問題而不能獨自生活者。申請人必須符合第(8)項內之居留期及年齡限制，同時必須為服務區範圍內之居民。

C、有關住屋之服務

(10) 耆英租金援助 (SAFER)——資源廳

直接以現金援助合資格之耆英租戶，以減輕彼等之租金負擔。大凡耆英付租超於其入息之百分之三十者，本計劃將津貼百

(下轉第六頁)



新新珠寶金行

Sun Sun Jewellery & Art Co. Ltd.
溫哥華維多利亞街547號

547 MAIN STREET VANCOUVER B. C.
TEL: (604) 683-1920

珠寶翠鑽 鑑定估價
千足黃金 純正白金
各國金幣 歡迎選購

龍鳳大餅家

E 號七四式街華奇華哥溫

LOONG FOONG RESTAURANT & BAKERY

247 E. KEEFER STREET, VANCOUVER B. C.
TEL: 688-0837 688-3135

出爐麵飽 熱辣蛋撻 生日蛋糕 結婚禮餅 用料上乘 品質精良 價格公平 華僑惠顧 特別歡迎

(上接第五頁)

分之七十五於其剩餘租金。資格則按照每年入息限額及最高租金限制而定。

(11) 屋主補助金——本計劃減低地稅內之學校稅及市政稅項。申請者必須查英或傷殘人士，並為其主要住宅之屋主及有付物業稅。

(12) 公共房屋——房土廳卑詩省房屋管理委員會經常租出政府所屬之單位予耆英，租英按照入息而定。計算方法為三年期平均入息之百分之三十。管理費之短缺將由中央及省政府分擔，除非單位為省政府所屬。

(13) 租戶保險計劃——卑詩保險公司本計劃專為本省耆英而設，目的在使彼等以廉價購買保險以保障其個人所屬品及動產。申請人可選擇比一般最低保險額少之保險，而保險費則通常少於常例之費用。

(14) 耆英購買保險之折扣——卑詩保險公司凡年逾六十五歲

之耆英，無論為屋主或租客，在購買住宅保險時皆有八折優待。此折扣只應用於證券持有入之主要住宅保險。

(15) 巴士年票——D、有關交通之服務資源廳

此計劃之目的在鼓勵及幫助耆英及傷殘人士可到處活動。申請人可以廿元購買年票，通用於區內之交通工具。申請人必須為傷殘人士入息補助、耆英入息補助、或中央政府之養老金補助領取者。

(16) 考車牌試——交通及公路廳年逾六十五歲之耆英免費考車牌試，領駕駛執照費用則減半。

(17) 渡海輪通行證——交通廳年逾六十五歲之耆英於週一至週四(法定假期除外)均可免費乘搭渡海輪。此等免費乘搭只限於乘客而不包括汽車在內。

(18) 耆英汽車保險津貼——卑詩保險公司年逾六十五歲之耆英於購買一般制定之汽車保險時，可申請七五折保險費之特

價。此等汽車必須為娛樂專用。一旦安全駕駛折扣消失則申請作廢。

(19) 個人服務之快捷便車——卑詩省公用汽車公司快捷便車乃特為不能普通交通工具之傷殘人士及耆英而設。此種便車通常有特別設備而且上門供

應服務。於省各中心地區均有此種服務。資料取自「GO

阿婆今年八十四歲元豐門前擺報攤

沈娣嫻女士訪問記

雲埠華人城，可稱為早年華僑必需聚散處，我們何曾想到幾十年前到加拿大的華僑心底下的苦惱。因與本地文化言語各殊，唐人街便是他們唯一好去處，對找工作或居住方面，雖受種種因素阻隔，但仍可適應惡劣環境，因華僑擁有刻苦勤儉的美德，所以並不能阻礙他們尋找生活上的需要，如沈娣嫻女士便是其中之一個典型。雖現已八十四歲，仍一星期七天從不間斷地在元豐商行門前擺賣報紙呢。以下是我專誠拜訪沈娣嫻女士的對話：

問：沈婆婆，你現在的年紀，應是安享晚年的日子啦！
答：我的兒媳和孫都住在雲埠，有暇我常去探望他們，對我亦相當孝順，但我喜歡獨立自由生活。現在在唐人街租一間房，有一廳一房，地方闊大，租金每月二百元，已感頗滿足；在此販報紙已七年，錢賺得雖不多，每天有專人送報紙給我，若生意旺，便早些收工。

問：沈婆婆什麼時候來加拿大的？
答：我到加拿大已卅年了，初在亞伯

致謝

本刊乃非賣品，編刊人員均義務。所刊稿件，亦不能奉酬。謹向本期作者及工作人員致敬及道謝。

應服務。於省各中心地區均有此種服務。資料取自「GO

VT·OF·B·C·SER
VICES SUPPORT
ING THE INDEPE
NDENCE OF SENT
ORS

息息相關



採訪手記



華僑金行

本行增設鐘錶部

正價收買金銀首飾鑽石玉器

WAH KIU JEWELLERS LTD.

504 Main St. (唐人街) Vancouver, B.C. Canada V6A 1T7

電話 (604) 669-3247

專營：
●黃白金飾 ●鑽石玉器 ●紅藍寶石
●結婚金牌 ●賀壽金座 ●專人主理
●名師設計 ●款式新穎 ●價錢特平



老人處世之道

老年人處世之道，應採取下列幾節課題，藉作借鏡，自警自勵。

凡人進入耆年歲月，對人對事，一切都要看得開，不必事事認真，得過且過，因為體力已衰，雄心應斂，須有自知之明。

閒事少理，閒話少講，襟懷坦蕩，氣度恢宏，小損能忍，不介於心，這樣才是頤養天年之道。

時代不斷推進，人生過程，每隔一段時間，生活環境，必然有些變化，因此不可憑着個人的主觀，循用舊的律例，以老方法、老思想、老理論，來做核子時代的今日事情，更不可以舊眼光來批評他人，指責晚輩，如果執迷不悟，仍然以老套方法教人，就不足以適應當代環境，即使你的原意，立心

良善，意圖導人於正，但時當末世，叛逆流行，往往會得到不良的反應，受到他人討厭，那時會引起你自己老懷抑鬱，有自討沒趣之譏。所以應該要平心靜氣，改變方針，跟着時代走，待人接物，一切從寬，隨遇而安，虛懷謙遜，如此做去，受益良多。

在家庭裡，尤需笑口常開，嘻嘻哈哈，樂人樂己，和諧相處，乳水交融。對於少輩的瑣屑事情，不必理會。講話要簡單明瞭，切忌絮絮不休，即使見到有些少不順眼處，也勿發牢騷，這便會受到少輩尊重。

在生理上而言，年紀老了，身體上若干部份，總會逐漸退化，甚至神經系統，也會遭到多少破壞，視覺遜了，手脚動作慢了，聽覺差

了，有些人甚至耳聾了，這些都是自然退化律度，不用悲觀，何況可以由於耳聾，少聽一些是非說話，反而身心有益。至於記憶力弱了，容易每事遺忘，這雖是跡近糊塗之象，但是到了這一把老大年紀，胸無掛慮，樂得糊塗，任何重大事情，讓給少輩接辦，便不會因糊塗而誤事了。

年紀老了，環境換了，生活起居，大異從前，尤其是在權力方面，不由自己操持，最好避作。緬懷往事，叱咤風雲，讓它付諸流水，如果回想太多，會把一生榮華過程湧上心頭，反復思量，無能自己，想到深處，暗自流淚，這種追憶，有害身心，切記毋犯此項毛病，做到心境開朗自然，才是長生不老之道。

忘懷往事 隨遇而安
樂天知命 珍惜餘年

耆英訪問……談心得

辱承編者雅意，

殷殷囑我為本刊撰稿，盛情難却，爰率爾操觚，胡謔幾句，文成交差，如釋肩重負。

俗語道：「崩口

人忌食崩口碗。」陰念垂垂老了，尚肆意談老，不曉避忌，這就不啻擱着自己嘴巴，示人以弱！

人生大抵可以略

分四個段節：從個別來說，即是幼、少、壯、老四字。如果形容幼是一生的開場，而老正是一輩子的煞

外不老之丹。就事論事，英雄和美人，也不能抵受老的折磨。「美人自古如名將，不許人間見白頭。」英雄而至於不能「彎弓射鵰，策馬渡懸崖」，美人而至於「雞皮鶴髮，龍鍾偃蹇」，那該是多麼難堪，多麼煞風景！使李小龍和林黛今猶健存，「長江後浪推前浪」，寧無英雄老去，美人遲暮之感！

有時我總不免神思恍惚，瞎思當時倉頡造字，幹嗎造出一個老字遺世後世？單憑下意識的觀點判斷：要是字彙中沒有那個令人厭惡的「老」怪物，我人大可以渾噩無知，灑脫而受「老」的威脅。老字的引伸，其壞處有如上述，可是物極必反，其優點並非全付缺如。比方老薑、老熟地、老招牌，具體而微，這些東西，非老不足以抬高它們的身價。他若老年陳酒，却是愈老愈妙。落筆至此，我仍

憶起法國的佛蘭地佳釀，法文叫做COGNAC，二次大戰後，出口商為着廣事招徠，每在商標下端，附貼V.S.O.P.四字，我曾向人請教，據說與老年陳酒同義。概括引述，寢至格物致知，想見老原不足以深惡痛絕。

我們的民族性，秉受先後天多方面的影響，姑無論從什麼角度去審察，總比不上人家的強勁靈活。人到中年萬事休以及未老先衰的，時迄乎今，仍大不乏人！倒是東漢光武帝名將馬援，壽至八十高齡，尚不服老，終至戰死沙場，一償馬革裹屍壯志！三國時代的曹操，他所作的短歌行，其中的一老驥伏櫪，志在千里一兩語，信口讀來，猶有一寶刀未老一的英雄氣慨！去年秋，中僑互助會幸獲當局撥款資助，組織了華裔耆英探訪組。成立伊始，曾先後邀請多位社會經驗有識之士，蒞臨

中僑講解，指導關於探訪的綱要步調，猥以不佞，初時列席恭聽，真覺得茫無頭緒，自忖不識應循何種方法，方得稍盡棉薄，以期毋忝驥尾之附。猶記首次出發探訪，初出茅廬，心懷羞怯，面對許多父老，竟至嚟若寒蟬，不知怎麼樣措辭，庶能衝過冷場，並解狼狽之困。「靡不有初」，到了那種地步，才體會到「活到老，學到老」的原則，正是人生昇華的至善境界。身經十多次的現場探訪，我自知經驗還是十分幼稚，惟歷來我個人所謹持的方針：除遵守儒家的「禮誠」而外；兼揉和不執着；再加上了和顏悅色以待人。我這樣做，不知是否合於邏輯？茲乘筆便，附言謹向諸兄弟姊妹請益，他山之石，匡我不逮，

洪夏飛

採訪手記





中僑耆英入籍服務

由於加拿大政府除了希望每一個移民能够在加拿大安居樂業之外，更願意他們把加拿大當作第二個故鄉，成為加國的公民。為了支持政府這個理想，中僑互助會便於七、八年前創辦了入籍班；然而，隨著移民法例之放寬，年長的移民人數漸增，亦因為原來的入籍課程太過深奧，加上他們記憶力漸衰，故此，在學習的語言上遭遇到重重的困難。為了解決這個問題，中僑互助會於去年特別為耆英們設立耆英入籍班，並集合了入籍法庭之法官們的意見，按實際的需要而重新編訂一本新的課程和錄音帶。此外，亦提供問話翻譯之服務和與入籍法庭聯合舉辦參觀入籍法庭之活動。

人到晚年 老伴親



洛英

人到老年，沒有老伴更親的了。兄弟姊妹也是親人，但各有各的家，那能聚在一起？兒女長大成，人，各奔前程，也不能守在老人面前。只有老伴，才能朝夕相處。一般都認為，愛情為青年人所專有，我却不以爲然。我覺得老年人更爲真摯，更爲深厚。老伴共同生活數十年，什麼脾氣都摸透了，可算知心。幾十年來，在人生的旅途中，歷盡坎坷，同甘共苦，風雨同舟，也可謂肝膽相照。如今退出工作崗位，在家相處的日子更多了，儘管耳聾眼花，行動不便，老伴還能知冷暖，體貼入微，相濡以沫，相依爲命。這種深厚的感情，豈是年青人的卿卿我我所能比擬？

我年過七十，老伴健在。共同生活了四、五十年，相知甚深。生平功過，可以互相訴說，平日心裡想什麼，口裡說什麼，彼此都能猜到。有共同言語，互相照顧，互相安慰，互相鼓勵。說來好笑，我怕他先我而死。我心想，他死了，我怎能活下去？最好我先死。

介紹團社

有點自私，也有點痴，你說對不對？

不少溫哥華的社會團體都提供歡迎耆英參加的活動，本欄日後會陸續介紹各耆英組織及活動，以下是一些耆英團體簡介：

一、中僑互助會耆英組 449 E. HASTINGS STREET. 電話：二五三一五五六一。服務對象爲六十歲以上耆英人士，旨在促進耆英間互助互愛，並透過下列活動令耆英們認識如何適應加拿大及多關心社區。該組活動計有英文班（逢星期三上午十時至十二時，逢星期六中午十二時至下午二時），講座（包括醫學、福利等）、生活體驗、旅行、參觀及生日會等文娛活動。更加設「耆英探訪組」，務求增進耆英間互相關懷，同時以「松鶴天地」去分享大溫哥華區內各耆英間之心聲及藉以互通消息。

二、士達孔拿成人康樂中心 400 CAMPBELL AVE. 電話二五一六四一一。服務對象除耆英外，還包括傷殘或健康上有問題的人士。活動包括保健常識、手工藝製作、座談會、電影或幻燈欣賞、體育或戶外活動、聚餐和提供有關其他機構的資料。

三、快樂街坊服務中心 2131 KENNEWICK STREET. 電話二五一二二二五。服務中心設有三個耆英組：樂群耆英會，健康耆英會和快樂耆英會。活動包括手工藝講習班、聚餐、生日會、旅遊及健體班等活動。該中心現設有一個開放給耆英使用之休息室，歡迎各耆英（無論會員與否）盡量利用該處作聚會。四、溫哥華南區華人耆英會 6470 VICTORIA DRIVE. 電話二五四一五六二一。服務及活動包括英語班、各項有關健康、房屋、社會福利、及老人需要的講座，參加政府社區和其他民族社團舉辦的活動，生日聯歡，電影或音樂欣賞，旅遊及體育等活動。

五、溫哥華華人耆英會 601 E. KEELER ST. 電話二五一四九四五。活動包括暑期旅遊（六至八月），遊覽美加旅遊勝地、午餐聚會、電影欣賞、體育及健康活動等。

六、東區居民協會華人耆英組 5-9 EAST HASTINGS ST. 電話六八二一〇一九。活動範圍包括諮詢服務、代申請廉租屋、業主與租客糾紛、中英翻譯、填報入息稅、免費英文班、編織班、郊遊及其他康樂活動。歡迎五十五歲以上的華人參加。

松鶴天地 歡迎投稿

讀者諸君如有下列題材之大作，希即寄來，限於篇幅，最好每篇字數在四百字至一千字之間。

徵稿內容：營養、健康常識、耆英生活、家庭代溝等問題的探討和論述。手工藝、園藝、烹飪、家務心得、消費常識等。介紹各地文化、風光、旅遊知識、棋藝、猜謎、遊戲、掌故事物、杜撰小說。介紹各處民風、習俗、節日風貌、應節食品等。創作詩詞、小品文等。

凡六十歲以上的華人均可申請成爲會員。

六、來稿請寄「松鶴天地」編輯部。溫哥華喜士定東街四四九號，電話：二五三一五五六一，中僑互助會。