

温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

2021.11.20

第7期 总7期

桑榆之光 Newsletter



重阳节庆典聚焦 The Double Ninth Festival Event Highlight

The Speech of the President Yan Jiang in the Double Ninth Festival Event

Hello guests and friends:

Tonight, we gather here to celebrate the Double Ninth Festival as one of the Manitoba 150 events. Chinese people believe that the number nine means "long lasting". As a result, in modern times, the Double Ninth Festival is also called the Senior's Festival. Traditionally, celebration of the Double Ninth Festival includes activities like climbing a high mountain, enjoying the view, drinking chrysanthemum liquor, planting cornel plants, paying respect to our elders with offerings of food, and eating Chongyang cakes etc.

The Winnipeg Chinese Senior Association is a non-profit and volunteer-run organization. We are very happy that our Canadian government recognizes the importance of the seniors in our community. We have received support and sponsorship from all three levels of Government. We love to help elders by assisting with their needs in order to help them flourish. Since 2017, we have had many programs for seniors, such as online lectures, clubs, and classes in a variety of areas, including gardening, cooking, sewing, painting, music, and photography etc. Since the pandemic started early in 2020, we delivered free masks to community residents. Also under the sponsorship of the federal government and the Canadian Red Cross, we delivered many free pandemic prevention items and daily essential goods to more than 100 elders during the Winter time. According to our records, in March, 2021, the Safe at Home program has more than 800 individuals who participated in our activities. This adds up to more than 7,000 hours of participation and nearly 3,000 volunteer hours. In short, our purpose is to ensure that the residents of our community, especially seniors can live healthily and happily. I believe that with our efforts, our association will continue to be better and stronger in the future.

Thanks to everyone for attending the celebration of the Double Ninth Festival Event. I wish all of you to be healthy and safe!

目录

1 重阳节庆典聚焦

1 协会动态

9 活动回顾

11 华协消息一瞥

12 会员之窗

Table of Contents

1 The Double Ninth Festival Event Highlight

1 WCSA News

9 Activity Glance

11 WCSA News Glance

12 Member's Window

主编 Kris

责任编辑 杨素萍

编委

Grace W

尹荔

雨朦

王琳

丛岩

协会动态

10.8 华协参加温尼伯社区长者资源博览会

10.16 重阳节暨MB150庆典活动圆满结束

10.20 英语班师生郊游

10.23 第2届社区种子交换活动圆满成功

10.23 冬瓜种植竞赛活动揭晓

10.23 重阳节庆典义工答谢宴会成功举办

11.2 参加"Age-friendly Manitoba"研讨会

WCSA News

10.8 WCSA attended the Pros Know 55+ Active & Living Resource EXPOS in Winnipeg

10.16 The celebration of Double Ninth Festival and MB150.

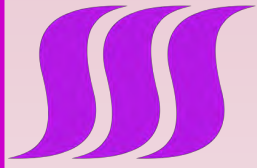
10.20 The teacher and students of English class had a field trip.

10.23 The 2nd Community Seed Exchange was well done.

10.23 The Winter Melon Planting Competition was announced.

10.23 The Double Ninth Festival celebration volunteer appreciation banquet held Successfully.

11.2 WCSA participated in "Age-friendly Manitoba" workshop for collaborations to support Age-friendly neighborhoods.



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

姜彦会长在重阳节庆典晚会上的讲话



尊敬的嘉宾们、朋友们：大家好！

今天晚上，我们相聚在这里，在庆祝曼省建省150周年的同时，跟大家一起，欢度中华民族的传统节日——重阳节。

重阳节，已经有两千多年的历史，是融合多种民俗为一体的节日。传统上，庆祝重阳节一般会包括登高远眺、观赏菊花、遍插茱萸、摆宴敬老、吃重阳糕等活动。在中国人的观念中，“九”有着长久的意味。因此，近、现代，它又被称作“老人节”、“敬老节”，寓意为生命长久、健康长寿等。这个节日有着厚重的历史感，有着对家人的思念，有着对老年人的尊重。

唐朝诗人王维的《九月九日忆山东兄弟》说到，“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”说的就是在重阳节思念家乡的亲人。对于我们这些远离故土的人来说，对亲人和故乡的思念，与日俱增。现在，全球很多国家的人口都呈现出老龄化的趋势。截至今年7月份，加拿大有近7百万人达到并超过65岁，占全国人口的18%。这些人的生活质量和健康水平，对加拿大政府构成了挑战。幸运的是，加拿大的各级政府对老年人非常重视，在疫情期间，协会能得到政府的大力赞助，就是一个很好的例子。

温尼伯华人老年协会，是一个由义工组成的公益性组织，以55岁以上的华人主体。在疫情初期，协会为社区居民免费派送防疫口罩，创办了网上种菜养花，厨艺和缝纫俱乐部，举办了征文活动、绘画和摄影作品展览，组织了多场有关新冠的健康讲座。同时，还开办了各种免费的健身项目，包括太极、八段锦、各种舞蹈、和柔力球等等。从去年疫情开始，协会的所有活动都改成了网上形式。为了让会员们在这个特殊的时期不焦躁、不郁闷，我们开动脑筋，让会员们聚焦于充满乐趣的集体活动中。今年的3月份，我们利用曼省的Safe at Home项目，在近30名义工们的努力下，除了每天开展12个小时的健身活动外，还利用周末开办了8场网上活动，包括生活常识、理财报税、健康旅游、太极之夜等等，仅仅这一个月，参加活动的就超过7000多人次，近3000个义工小时。另外，在联邦政府和加拿大“红十字会”基金会的资助下，我们的数十位义工，在寒冬腊月，曾为100多位老人多次递送防疫物品和生活用品。所有这些，都是按照协会的宗旨，让社区的居民和我们的会员，包括上了年纪的会员，生活得更健康、更快乐。

现在，我们很多会员都已经升级做了爷爷、奶奶，可是，追求像我们的前辈人那样儿孙绕膝，子孙满堂的情景，似乎是一种奢侈。那么，让我们考虑换个活法：夕阳中，踏着晚霞细碎的余晖，我们一起互相搀扶着、互相倾听着、互相记挂着、互相帮衬着，在可能的情况下，把自己的时间和技能与他人分享，给自己带来满足，也为他人带来快乐，这是一幅多么美妙的人生风景啊！同时，也使我们自己生命的价值得到了提升！

我相信，在协会义工和会员们的共同努力下，在各级政府的支持下，在社区商家和朋友们的帮助下，华协一定会越办越好。

在天高云淡、秋风飒爽的季节，让我们共同祝愿天下所有的老人都能幸福安康，让我们的会员都能在集体的活动中，健康、快乐！

祝愿各位朋友健康、平安！





温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

WCSA 欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动纪实

杨素萍

“庆重阳，乐无央。祈寿康，赢大奖”。温尼伯华人老年协会(以下简称华协)一场酝酿已久，欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动于2021年10月16日正式拉开了序幕。这项活动是由曼省150周年庆典委员会资助，由华协承办的。华协对这项活动十分重视，开展了全天候庆祝，大致分成两个部分：第一部分是引领大家开展从早8点至晚6点之间的适合老年人的健身活动；第二部分是晚上7-10点之间的重阳节@Manitoba文娱晚会。承办的这项活动有着重要的现实意义：庆祝重阳节，继承敬老、爱老的光荣传统，教育年轻人珍惜和老人们在一起的时光，让爱留住时间的脚步，使老年人更加健康长寿；同时，弘扬中华文化，使曼省的多元文化之花更加璀璨灿烂。参加晚会的家庭达200多个(约300多人次)，海外华人一家亲，大家在一起度过了一个非常愉快的节日。

岁岁重阳，今又重阳

“芙蓉金菊斗馨香，天气欲重阳。”说起我国传统的节日——“重阳节”，大家都不陌生。这是根据我国传统经典《易经》中的“六阴九阳”之说得来的。在《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月初九，日月并阳，两九相重，所以将这一天称为“重阳”或“重九”。随着近、现代社会的发展，“九九重阳”中的“九九”与“久久”同音，又因为“九”在单个数字中排行老大，有长久、长寿的寓意，所以“重阳节”又逐步地演化成了敬老、助老的节日。全国各地对“重阳节”的庆祝都非常重视，活动内容丰富多彩，一般包括登高祈福、观菊赏菊、遍插茱萸、吃重阳糕、饮菊花酒等等。近若干年来，国内许多地方也开展了尊老、敬老的活动，如：通过茶话会或宴会的形式，把一些对国家、对人民有贡献的老人们团聚起来，回顾历史，畅叙现在，展望未来，既让他们了解社会发展现状和未来发展前景，又让他们感受到政府对他们的关心和尊重，听说老人们都非常开心。作为在加拿大曼省长期定居的华人们，我们虽然很难沿袭上述这些传统的风俗习惯，但华协为我们举办了欢度“重阳节”文娱晚会，会前大家无不翘首以盼。

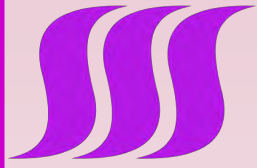
同喜共庆，歌舞飞扬

10月16日对华协来说是一个双喜临门，同喜共庆的日子。早上刚刚8点，义工们就迫不及待地打开了面向大众、网上健身的大门。他们播放了优美动听的音乐，引领大家一起快乐健身，许多会员和义工们都加入了锻炼的行列，云端教室里洋溢着一派欢乐、祥和的气氛。据屏幕显示，参加当日平台健身登记的大约有106人次。

晚上的文娱晚会，尽管是网上举行，仍挡不住义工们和表演者们高涨的热情，气氛十分热烈。晚会筹委会为大家精心准备了14个精彩的节目，这些节目有现场表演，也有提前录制好的录像。大致有以下几个方面的类型：集体舞方面的，如：腰鼓，舞龙，旗袍秀，广场舞，排舞等；娱乐健身方面的，如：太极拳，八段锦，健身操，柔力球等；还有声乐、器乐弹奏和书法方面的，如：女声独唱，钢琴、笛子独奏，和中国书法演示等，这些具有中国特色的节目，蕴含着深厚的中华文化的底蕴。下面让我们一起来分享一下晚会的盛况。

晚上6:30-7点之间，是观众们陆续登录进场的时间，借这个宝贵的机会，义工们播放了华协的一些活动录像，向大家展示了近几年来华协所开展的丰富多彩的公益活动，场内场外不断爆发出欢声笑语。随着时钟的嘀嗒声，7点整，两位节目主持人朱蕾和丛岩，已经装扮齐备，出现在晚会现场。她们容光焕发、喜气洋洋，负责中、英文的解说。

(下转第4页)



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

WCSA欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动纪实（接续）

杨素萍

（上接第3页）

晚会 在曼省北极光腰鼓队《开门红》热热闹闹、欢天喜地的鼓乐声中正式开启。首先有华协会会长和来自政府以及其它不同团体的特邀嘉宾们向晚会表示祝贺并发表重要讲话。

姜彦会长首先代表协会向所有的来宾们和会员们表示了热烈的欢迎，指出了举办这次晚会的重大意义，并重点地总结了协会近几年来在弘扬中华文化和丰富社区老年人生活方面所做的工作。她说：“尊敬的嘉宾和朋友们：大家好！今天晚上，我们相聚在这里，在庆祝曼省建省150周年的同时，欢度中华民族的传统节日-重阳节。重阳节，已经有两千多年的历史，是融合多种民俗为一体的节日...温尼伯华人老年协会，是一个由55岁左右年龄段的义工们组成的公益性组织。在疫情期间，华协为社区居民特别是65岁以上的老年人做了许多工作，诸如：免费为众多会员派送防疫口罩和为老年人派送防疫物品和生活用品等；组织举办了多场有关新冠防疫方面的健康知识讲座；开办了各种免费的网上娱乐、健身活动等等...我相信，在华协义工和会员们的共同努力下，在各级政府的支持下，在社区商家和朋友们的帮助下，华协一定会越办越好。让我们共同祝愿天下所有的老年人都能幸福安康，让我们的会员都能在集体的活动中，得到健康和快乐！”姜会长的讲话内容，大家都有目共睹，引起了会员们的阵阵掌声。



接着是特邀嘉宾们对晚会的祝贺和讲话。此次到会的嘉宾有加拿大联邦国会议员(The Member of Parliament for Winnipeg South), Terry Duguid; 有曾担任曼省第24届省督的李绍麟(Philip Lee)先生; 有曼省政府议员(The Minister of Economic Development and Jobs, and the Member Legislative Assembly for Waverley), Jon Reyes; 有温尼伯市政府议员(Winnipeg City Councillor, Waverley West Ward), Janice Lukes; 有温尼伯中华文化社区基金会主席(The Chair of the Winnipeg Chinese Cultural Fund), 蔡镇潮博士; 还有温尼伯中华文化中心副主席(The Vice President of Winnipeg Chinese Community and Cultural Centre), 关晓峰博士。他们都充分肯定了华协成立以来所取得的非凡成绩，特别是在关爱、尊重老年人方面做了大量的工作，同时向会员们致以节日的问候并预祝晚会圆满成功。

(下转第5页)



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

WCSA欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动纪实（接续）

杨素萍

（上接第4页）

嘉宾们的讲话以后是文娱节目表演的时间。14个节目轮番上演，让人感觉眼花缭乱、目不暇接、心旷神怡。

温尼伯中华舞龙队表演的《旗舞龙翔》，很有节日的喜庆气氛。演员们各执旗杆一支，随着音乐的节奏，挑起龙身，变换着不同的舞姿，犹如龙腾虎跃一般，煞是壮观。

“今夜无眠，今夜无眠；当欢乐穿越时空，激荡豪情无限；来吧，亲爱的朋友；来吧，亲爱的伙伴...”这是WCSA广场舞班的学员们在王茜老师的带领下正伴随着悠美的音乐、向大家展示着飘逸如仙的舞姿，传送着美好的祝愿——“心相连风雨并肩，未来不在遥远；情无限祝福永远，幸福岁岁年年...”

“嗒嘀嗒，时间很忙，我们一起老了，却没能一起忘，别忘了我的模样，忘了吻我脸庞...”青年央视歌手李赛儿(Sherry Li)为晚会献上的是是一部音乐剧——《阿尔兹海默的爱》。它表达的是一对父女刻骨铭心的亲情故事：尽管父亲患上了阿尔兹海默症，但他们的父女之爱却生命不息、爱情不止——“嗒嘀嗒，我又来看你啦，今天天气怎样，气色还好啊，你突然讲，那个故事里年轻的样子，明明就是我们俩，我怎么会忘...”赛儿震撼心灵的歌声把重阳节晚会的气氛推向了高潮，弘扬了中华优秀传统文化中尊老、敬老的美德。



WCSA“八段锦”班的学员们为大家表演的《传统八段锦》动作优美流畅、动静结合，给人以骨正筋柔的感觉。“八段锦”不受场地和器械的限制，特别适合曼省慢慢长冬的室内锻炼，老少皆宜。

钢琴独奏《Beethoven Sonata op 2 no 2》(First movement) 是由温尼伯一个17岁的高中生，Angela Ng, 演奏的，别看她年纪轻轻，已是6个奖杯的得主。Angela Ng 很有艺术天赋，不仅弹得一手好钢琴，小提琴也齐头并进，这6个奖杯就是钢琴和小提琴获奖的总和。她演奏的贝多芬钢琴奏鸣曲，技艺娴熟，音色优美，节奏轻快，让人感觉美仑美奂。

书法演示录像中为大家进行书法演示的是79岁高龄的胡德川先生。胡先生是一位书法爱好者，对楷书、草书和行书情有独钟。他为大家演示的“海内存知己，天涯若比邻”草书，遒劲有力，龙飞凤舞，不仅展示了他对书法经久习练的艺术成就，也借着这个脍炙人口的名言佳句表达了所有海外游子们心怀故土的心声。

（下转第6页）



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

WCSA欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动纪实 (接续)

杨素萍

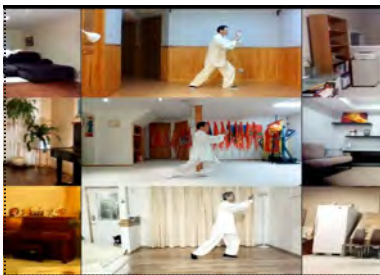
(上接第5页)

由义工Dani女士引领的国色天香舞蹈队表演的《金秋旗袍秀》，如春之花，夏之叶，秋之果，冬之雪，在大自然中闻风起舞，飘飘欲仙，给人以极其优美、高雅的享受，充分展示了我国传统旗袍服饰的特有魅力。

WCSA太极拳班的学员们在彭继伟先生的指导和直接参与下表演的《快慢太极》展示了中国太极文化的博大精深，慢可健身，快可防身，还可以作为艺术作品来欣赏。快打部分的音乐《男儿当自强》更唱出了中华男儿自强不息、顶天立地的精神，感谢学员们完美的演绎和精彩的表演。

WCSA 排舞班的学员们，在老师Lynn Tran的直接带领下，为大家献上了两支排舞表演，它们分别是：Carazo Rosa and Loyal Brave True (花木兰)。这两首曲子节奏都比较欢快，跳起来让人感觉轻松自如。感谢排舞班学员们的精彩表演！

WCSA太极柔力球班的学员们为大家表演的《飞龙二套口令》动静结合，以柔克刚，体现了中华民族博大精深的太极文化。这是自1991年起在国内新兴的一种太极化的球类运动，它吸收了太极文化的精华，并融入了现代球类的元素，活动起来让人感觉随心所欲、自由自在，老少皆宜。感谢太极柔力球班的学员们为大家带来的精彩表演。



快慢太极表演



页子先生笛子独奏



金秋旗袍秀表演

每一首歌，每一首曲子都在诠释着一个或悲或喜的故事。页子先生的笛子独奏—《寂静之声》(The Sound of Silence)是一首世界经典名曲。它借助于一个孤独者与他的好友“黑暗”的聊天，揭露了对社会现实的不满，认为人们贪恋物质享受而忽略了对周遭事物的关心，人们的沉默就像癌症一样生长，他想为之呐喊，而他的话语却像雨滴一样悄然落下...页子先生是一个专业的演奏工作者，他的演奏完美地表达了这个故事所包含的深刻内涵，让人难以忘怀。

WCSA健身操班由王茜老师指导和直接参与表演的《今夜舞起来》是晚会的最后一个节目，音乐节奏明快，舞姿优美，令人跃跃欲试。“歌儿舞起来心儿舞起来，我们和快乐一起舞起来；探戈摇滚三步踩尽情舞起来，我们在这星空下一起舞起来...”这悠美的歌声在秋高气爽的夜空中久久地回荡...毫无疑问，大家在一起度过了一个非常美好的夜晚。

(下转第7页)



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦

WCSA欢度中国“重阳节”暨曼省150周年庆典活动纪实 (接续)

杨素萍

(上接第6页)

商家赞助，奖品多多

本次活动不仅得到了曼省150周年庆典委员会的大力资助，同时也得到了温尼伯一些商家的捐赠。这些赞助的商家有：以王睿先生为总监的显达理财投资集团 (IG Wealth Management)，以马冠云先生为经理的三诚地产 (I.H.S Realty)，以张学勇先生为主帅的张学勇移民公司，以蔡镇潮为主席的温尼伯中华社区基金会 (Winnipeg Chinese Community Fund)，以王丽女士为领导的Thomson IN THE PARK Funeral Home and Cemetery，以及北苑酒家和加拿大皇家银行 (Royal Bank of Canada)。由于他们的慷慨赞助，使协会有了足够的实力为大家购买了高档、实用的日常生活用品，如：高级电饭锅、空气炸锅、雪铲，徒步杆，还有餐馆的优惠卡等。本次抽奖活动共产生了一等奖1个，二等奖2个，三等奖2个，四等奖4个，普通奖12个。

晚会赞誉，络绎不绝

晚会在华协婉转悠扬的会歌-《共济多元乐未央》的乐声中，缓缓地降下了帷幕。尽管已经到了夜深人静的时候，华协下属的4个“温城健康公益会员群”里，仍然热闹非凡，大家发自肺腑的感言像秋天的落叶一样纷至沓来。他们发来了对晚会节目的赞誉，并对晚会组织者和义工们的辛勤劳动给予了充分的肯定。一位网名叫小宝妹妹的会员说：“晚会很棒！主持人漂亮又甜美。演员们和节目都超级精彩！”另外一名叫Sandi的会员说：“Thank you everyone for a very entertaining night. Yes, it was a success.”还有许多会员们说：“祝贺重阳节晚会圆满成功！导演、主持及幕后的每一位工作者，你们辛苦了！”一位网名叫潇湘凌空的会员也表达了他对晚会的即兴感叹“重阳敬老桑榆暖，协会欢歌鬓少霜”。老年协会副会长牛育廉女士也向大家表示：“感谢大家的参与和支持，恭喜中奖者。老人是国家的财富、社会的宝藏，关爱老人、让所有的老年人都能有一个幸福美满的晚年，我们一起努力。”更为可喜的是，省议员Jon Reyes, 和市议员Janice Lukes 也很快地在脸书(Facebook)上对晚会作出了高度的评价。

“宜雅壮，可清方，常行公益自馨香...”华协的会歌时常在心中唱响，是啊，“常行公益自馨香”！温尼伯华人老年协会自2017年成立以来，以推广健康生活方式，改善社区老年人生活质量为宗旨，举办了一系列的公益活动，受到了加拿大各级政府和社会的广泛关注，这次能够将以关爱老人为主题的“重阳节”庆祝活动纳入到曼省官方庆典系统，并邀请到加拿大三级政府议员和其它重要社会团体参加，就是一个很好的明证。一方面说明华协的工作做出了成绩，另一方面，说明政府和社会对老年人尊重和爱护的社会意识在逐步增强，这对华协今后的发展来说，是一个良好的机遇，同时也意味着华协今后的工作任重道远。让我们共同努力，铸造一个辉煌的未来--帮助营造一个和谐的社会。在这个社会里，不仅爱幼，而且尊老，使社区老人老有所爱，老有所养，开心度晚年，不负好时光！相信华协的目标一定会实现！





温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

重阳节庆典聚焦



义工幕后花絮

WCSA义工为欢度中国“重阳节”暨MB150庆典活动保驾护航

为确保欢度中国“重阳节”暨MB150庆典活动顺利举办，WCSA于9月初，提前一个半月，开展全面活动筹备工作。

WCSA按照活动宣传、节目排练、直播控场三个环节，明确任务细分，包括社交媒体推广文案、海报制作、合作方洽谈、嘉宾邀请、受众互动、节目排练及录像、节目后期制作、节目彩排和现场活动直播。同时，协会义工按照任务分工，组建各项工作群，随时汇报工作进展，完善落实各自分工。

10月16日活动当天，40余名协会义工各司其职，相互配合，确保从早上8点到下午6点连续10小时的各类健身活动的顺利进行。在晚上文娱表演环节，现场工作人员为保证节目效果，时刻关注演播实况：实时纪录影像、控制节目及广告播出顺序、按时提醒嘉宾及演员、义工们开启或关闭音视频、调整播出效果、临时充当替补、提前做好物料备份以备突发情况等，圆满完成了长达3小时的直播晚会。

一分耕耘，一分收获。本次晚会得到了嘉宾，省议员Jon Reyes和市议员Janice Lukes 的高度评价。今后，WCSA将继续携手义工，为华人社区提供更多优质健身娱乐活动。(本文由Amber 供稿)

说说 Mrs. Mah, Lily 的捐款和“WCSA理事会奖”的诞生

“WCSA 设理事会奖了，听说是专为奖励义工们设置的...”消息不胫而走，义工们无不欢欣鼓舞。那么奖金是如何得来的呢？这就不得不说起Mrs. Mah, Lily 的捐款。

Mrs. Mah, Lily是Mr. Mah, Victor的遗孀。协会里许多人都知道，Mr. Mah, Victor 曾于2020年2月加入协会理事会，任理事，不幸于今年年初逝世。Mr. Mah生前一直积极参加和支持协会的公益活动，而且还是他最早倡议协会申请承办MB150庆典活动的，并一直不遗余力地敦促项目的实施工作。今天，Mrs. Mah, Lily的捐款可以说是他们夫妇共同的心愿，现在我们可以放心地告慰Mr. Mah的在天之灵：Mr. Mah, 您的愿望已经实现了，请好好地安息吧！同时协会对Mrs. Mah, Lily的慷慨捐赠表示了深深的谢意！

长期以来，义工们的辛苦付出无以奖励，协会的领导者们是看在眼里，急在心头。当收到了Mrs. Mah, Lily 的\$1000活动捐款的时候，他们便毫不犹豫地做出了决定：将这\$1000元加币设定为“WCSA理事会奖”，一方面以此来纪念2021年逝世的理事和优秀义工Mr. Mah, Victor，另一方面鼓励现有的优秀义工，弘扬义工精神，并吸引更多的义工参与到公益事业中来。看到协会的启事以后，会员们交口称赞说：“WCSA理事会奖诞生了，这个决定真是太棒了！”(本文由Sophia789 供稿)

会奖励基金启事

所设立“WCSA 理事会奖”以此表彰义工和理事Victor Mah。Victor Mah 曾于2020年2月加入协会理事会，任理事，不幸于今年年初逝世。Mr. Mah生前一直积极参加和支持协会的公益活动，而且还是他最早倡议协会申请承办MB150庆典活动的，并一直不遗余力地敦促项目的实施工作。今天，Mrs. Mah, Lily的捐款可以说是他们夫妇共同的心愿，现在我们可以放心地告慰Mr. Mah的在天之灵：Mr. Mah, 您的愿望已经实现了，请好好地安息吧！同时协会对Mrs. Mah, Lily的慷慨捐赠表示了深深的谢意！

健康公益群> follow
hotmail.com www.winnipegchinese.com

WCSA Council Award Fund

Winnipeg Chinese Senior Association Council Award Fund to commemorate volunteer and director Victor Mah who joined the board of directors proposed to host the 150th anniversary Manitoba (MB150). His selfless dedication deeply inspired us to continue to work.

Victor Mah's widow Lily Mah donated \$1000 to the WCSA Council Award Fund to promote his spirit of volunteerism, the up the WCSA Council award fund to co-volunteers. Details will be announced.



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

活动回顾

WCSA 第二届“社区种子交换”活动圆满结束

金秋时节不仅意味着收获，也是蕴育希望的季节。WCSA (Winnipeg Chinese Senior Association) 组织的“种子交换”活动正成为一个颇具特色的社区项目。继去年成功举办首届种子交换活动之后，10月23日下午，第二届种子交换活动在King's park举行。本次活动属于WCSA 公益项目，会员们相互免费交换及赠送各自庭院收获的花卉果菜种子。园艺爱好者们也利用这一机会，认识朋友、交流心得、相互学习园艺知识。

本次活动吸引了126名会员朋友们报名参加，其中78位提供了94种花卉果菜种子用于交换及赠送。活动中约送出了1200余份种子小包裹。今天交换的种子将会发芽、生根、开花、结果，明年展现在华人社区庭院里的将是姹紫嫣红、花草飘香、果实累累。(本文由秦葵嗣供稿)



会员感言

种子交换畅想曲

作者 Sophia 789

天寒林稀，
敞开一片青草地。
莺歌燕舞，
赞华协公益。

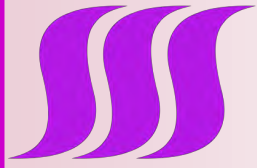
种子交换，
幻梦花满地。
待来年，
果蔬飘香，
举杯庆友谊。



种子牵着我的心

作者 毛晓燕

一粒种子一颗心，
错装袋子牵着心，
千呼万唤是热心，
朋友感动我的心。



温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

活动回顾

WCSA 2021 冬瓜种植比赛揭晓

WCSA 2021年6-10月份之间的冬瓜种植交流活动受到了大家的关注和参与，一张张冬瓜图片背后的故事，反映着大家对园艺的兴趣爱好。经评委们审定，现将比赛结果公布如下：

第一名：单株上冬瓜数量之和的总重量排第一的：

Susan W (其中一个单瓜的重量为13500g)

第二名：

1.单瓜总重量排第一的：

Wendy Huang 单瓜总重量为21111g

2.单株结瓜最多，总重量排第一的：

严新洁 单株结瓜3个，总重量为12258g

第三名：

1.单瓜总重量排第二的：

孙振刚：单瓜重量为13200g

2.单株上冬瓜数量之和的总重量排第二的：

赵成军：单株结瓜2个，总重量为13000g





温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

华协消息一瞥

华协参加温尼伯社区长者资源博览会

金秋十月，温尼伯社区长者资源博览会于不同时间在不同社区隆重召开。它们分别是10月1日的Seven Oaks社区，8日的Fort Gary社区，22日的West Wood社区和29日的Henderson Hwy社区。该博览会在4大社区吸引了众多单位和个人参加。温尼伯华人老年协会也应 Manitoba Association of Senior Centers 的邀请，参加了在Fort Garry社区举办的此项活动。

温尼伯社区长者资源博览会是将那些为老年人服务的各种社会团体和商家集合在一起，方便老年人在同一地点就可以得到各种专门针对老年人服务的资源和信息。尽管受到疫情的影响，今年仍然有几十个社会团体和商家踊跃参与。各种社会团体和商家提供的服务范围非常广泛，诸如：食品健康，健身器材，单身老人安全设备防护(听力和视力检测设备)，老年脑病预防和防治信息(如针对老年性痴呆患者的特殊服务等)，老年人住房买卖和租赁信息，搬家公司，网络应用以及有关财务、法律方面的服务等。每个展台都摆满了各种产品的样品和服务项目信息介绍，还有琳琅满目的免费生活小用品等。

本着为社区老年人提供优质服务的宗旨，也为了宣传华协活动并积极支持这次博览会的成功召开，华协印制了大量的介绍华协活动的材料，还展示了华协的宣传广告和过去的一些活动照片。华协还为所有与会者们提供了近百件印有“Protect MB - 接种疫苗，珍惜生命”的T恤衫和北苑酒家的优惠餐券。华协的参与以及提供的礼品受到了组织者、参展者和与会者们的欢迎和称赞。(本文由刘松岩供稿)





温尼伯华人老年协会

Winnipeg Chinese Senior Association

会员之窗

诗声秋韵

七律•重阳登高

作者 秦葵嗣

羁怀登眺近重阳，
山意川容逸韵长。
满野丹枫攒秀色，
盈畦紫菊遣馀香。
晴云无定峰林静，
宿露留痕涧水凉。
尽兴何须开锦席，
携壶唤友约秋光。



七律•重阳登高（与秦葵嗣和）

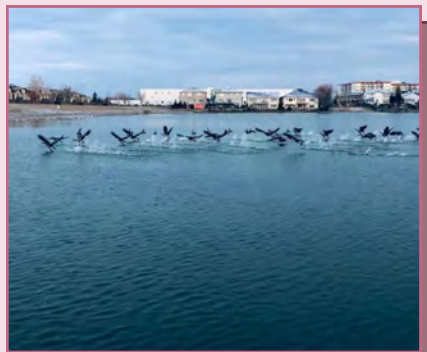
作者 毛晓燕

重阳远眺须登高，
韵长尽在五堊梢。
秀色可餐山野僻，
余香藜稷明德昭。
林静山涧潺潺处，
水凉露宿不留痕。
锦席邀友一堂聚，
秋光流觞曲水酌。

飞鸿雁影

作者 曾经芳龄

蒹葭苍苍露为霜
昨夜梦里又还乡
仰慕万里双飞客
比翼云天自翱翔



雁声喧

作者 杨素萍

艳阳天，秋风寒。
正是南下时间，阵阵雁声喧。
不撝一鸟受饥寒。
万里长空舞，频相传。