



星光闪耀·华二代系列 - 刘双博医生

长江后浪推前浪 一代新人一代强
身体力行家训在 常思公益自馨香

北京冬奥会华二代们摘金夺银揭示着华裔新生代们的华丽出场。温尼伯的华二代们也毫不逊色地在各自行业里崭露头角，星光熠熠。

St. Boniface 医院的心脏科专家刘双博医生，华协刘松岩副会长的女儿，在专业领域获得成功的同时，也积极地参与社会公益活动。

2022年2月24日星期四，刘双博医生在 St. Boniface Hospital Foundation 组织的谈话节目中分享她的工作、生活及公益活动经历。

刘双博医生还参加了 Global News Morning 节目的电视采访，推广 St. Boniface Hospital Foundation 超级百万彩票慈善公益活动。

刘双博医生早在2017年就参加了华协组织的公益活动，为华协会会员做了<心脏健康>讲座。

本期内容:

- 行业新星 - 刘双博医生
New Star
-Dr. Shuangbo Liu1
- 华协动态/信息分享
WCSA News/
Information2
- 健康宣传
Health Promotion3
- 活动掠影
Activity Glance4-6
- 春节活动后续资讯
Spring Festival Activities
Following7-8

本期编辑: 戴蓉

编委: 尹荔 旭影
杨素萍 王凤岐
雨朦 王琳
丛岩 Rose Ju
主编: Kris



WCSA News

- 1.30-2.8 Hold 2nd Cooking Show “My New Year’s Eve Dinner”
- 2.14-3.2 Promoted WCSA Facebook lucky draw event
- 2.19 Participated COVID Rapid Test event with Red Cross
- 2.19 Hold Raising Seedlings workshop
- 2.24 Introducing CBC Volunteer series (1) Dr. Liu
- 2.28 Hold Vegetable & Fruit Photography workshop
- 3.2 Promoted “Heart Attack: Dial Don’t Drive” with ACS
- 3.5 Hold Tax workshop with Z&A
- 3.12 Hold Best Vegetables to Grow in Canada workshop
- 3.13 Organized Volunteer Appreciation event
- 3.15 Launched campaign of COVID test kit & mask free pickup
- 3.15 Announced WCSA Community Service Centre opening

活动预告
信息分享



Winnipeg Chinese Senior Association

溫尼伯華人老年會

社
区
信
息

夏令时提醒

今年夏令时开始时间为 3月13日
(周日) 凌晨2点, 时钟将调整为凌晨3点。









Community News

关注「WCSA健康公益群」 Follow WCSA
 



Winnipeg Chinese Senior Association
温尼伯华人老年协会

HEART ATTACK
Sweating
Chest Pain
Short of Breath
Dial 911
Don't Drive

冬天容易诱发心肌梗塞。
Manitoba ACS Network
提醒华协会会员们：心梗时
Dial Don't Drive

当出现心梗征兆时
记住任一条即受益

冬季心梗高发期
胸痛气短真危急
自驾求医不可取
致电9-1-1要牢记
-雨朦

出现心梗症状
胸痛气短出汗
致电求救911
切勿自驾误事
-Dani

心梗莫自驾
速电911!!
-Rose

心梗征兆宜安静
自驾就医莫逞强
不如速电911
争分夺秒可保命
-Sophia

救护车可救命
自驾车易误事
-Rose

电话能救命
心梗莫开车
-Sophia

Community News
关注<WCSA健康公益群> follow WCSA
Email wcsa_wpg@hotmail.com www.winnipegchineseseniors.ca

曼省医疗健康宣传 “Dial Don't Drive”

- 邓硕 译自Global News 2022-02-23



“Dial Don't Drive (打电话,勿开车)”宣传活动告诉曼尼托巴人在心脏病发作时该怎么做：丢掉车钥匙，拨打911去医院。

心脏病专家刘双博医生在680 CJOB 电台访谈中说到，“我们的主要信息是让患者知道，如果他们因为胸痛而需要寻求帮助，最好应争分夺秒地赶去医院。”“我们非常热切期望分享这个重要信息。”

据刘医生说，最近的数据显示，近一半的曼尼托巴患者自驾去医院。许多有心脏病发作症状的患者，通常要等几天才能去医院。对于非常严重的心脏病发作，每18人中就有一人会发生心脏骤停而无法就医。Dial Don't Drive (打电话,勿开车)活动将试图改变这些事情。

HEART ATTACK

Chest Pain
Short of Breath
Sweating
Dial 911
Don't Drive

MANITOBA ACS NETWORK
DIAL DON'T DRIVE

CRISE CARDIAQUE

Douleur à la poitrine
Souffle court
Transpiration
Composez le **911**
Ne conduisez pas

5个理由： 打电话，不要开车



心肌梗塞是 常见的

曼省每年有3000多例
心肌梗塞

心肌梗塞是 危险的

在加拿大，心脏疾病是
第二大致死原因



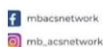
时间就是保护心脏!

心肌梗塞如不及时救治，梗塞面积会加大，病情会更严重，每延误一个小时死亡率会增加10%

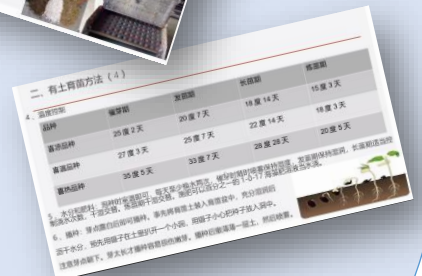
拨打911使得致命的心肌梗塞的诊断速度提高3倍



只有53%的曼省人在患心肌梗塞时拨打911，全加拿大最低



常見蔬菜瓜果種子育苗



活动掠影

花草果蔬拍摄技巧讲座



税务知识讲座

三月五日学雷锋纪念日，温尼伯华人老年协会有幸再次邀请到华信会计师事务所的资深税务专家Tina 和华信合伙人，CPA张素娟老师为华协会会员们普及税务知识。

华信会计师事务所一直热心于公益活动，对华协工作给予大力支持，为协会的健康发展提供了很多专业建议，也为社区居民提供了多次税务知识讲座，更为把温尼伯打造成为一个“人人为我，我为人人”的宜居社区贡献了力量。

活动掠影

华信会计师事务所

税务知识讲座

温尼伯华人老年协会 & 华信会计师事务所
2022年3月5日 晚 7:00 - 8:30

主讲人: Tina Lu 资深税务顾问
主讲人: Sujuan Zhang 华信合伙人, CPA

01 税务居民如何判定	04 海外公司海外资产
02 2021个税新变化	05 遗产/最终税务申报
03 离境税务如何申报	06 税务纠纷如何解决

税务有疑问 就来找华信

参加方式: Zoom线上讲座
Zoom ID: 2049994321
Passcode: 1234

ZHANG & ASSOCIATES
CHARTERED PROFESSIONAL ACCOUNTANTS INC.

Suite 306 - 1 Wesley Ave
Winnipeg MB R3C 4C6

Suite 215-1460 Chevrier Blvd
Winnipeg, MB R3T 1Y6

电话: 204-944-8000
电邮: info@zhangcpa.ca
网站: www.zhangcpa.ca

服务于华人，取信于华人

目录

个税制度

- 税务居民还是非税务居民
- 个人报税中常见的收入减项和税额抵扣项
- 买退休计划，教育基金，免税存款账户
- 离境税申报
- 海外资产和海外公司申报 (T1135 和 T1134)
- 最终和遗产申报

税务纠纷

税务纠纷

当纳税人收到税务局的税务评估或要求补税通知时，可以以英文或中文的税单或通知向上诉争讼

税务申诉部门接到申诉时一般会先和纳税人沟通

对税务局的评估结果可以上诉到税务法庭

一般税务和会计税需要合作来协助

ZHANG & ASSOCIATES
CHARTERED PROFESSIONAL ACCOUNTANTS INC.

新客户 脱享专享

报税季 脱享专享

报税季 脱享专享 2021 报税季 脱享专享

报税季 脱享专享 2021 报税季 脱享专享

 春节活动后续资讯

 华协春节庆典小结

今朝举杯庆功酒 明日携手展鸿图

华协虎年春节庆典活动采用云端形式，跨越时间、空间、疫情的障碍，集纳中西方特色节目，每场活动无不洋溢着热闹和谐、喜庆吉祥的节日气氛。所有庆典活动已圆满落幕，欢乐的场面令我们久久难忘。直至今日，仍有一种华协的温情在深沉的蔓延，其意义和价值远远超越了庆典本身带来的欢歌笑语。

在春节期间，华协持续不断推出形式多样的庆典活动，增强了会员参与感。与外省协会的积极联谊扩大了活动范围和影响力。活动信息不仅在协会网站和社交平台上发布，还被加拿大广播公司，温尼伯自由新闻报和枫华之声(电子版)采访报道，提高了活动的传播效果和华协的知名度。庆典活动受到加拿大各级政府、中西社团、社会各阶层和协会会员的广泛关注和喜爱，从而协会形象得以不断提升。

活动的成功与广大义工们的热心支持和真诚付出密不可分。从活动的策划执行到节目的编排演出，从信息的宣传发布到幕后的技术支持，处处可见义工们热情的身影和无私的奉献精神。越来越多的义工在奉献爱，关注爱，传递爱。下面的义工故事概述摘自杨素萍老师精心整理和撰写的《2022年华协春节庆典活动义工故事特辑》。由于篇幅所限，不再赘述，完整版请阅读2022年3月Newsletter特辑。

义工故事概述

-摘自杨素萍老师精心整理和撰写的
《2022年华协春节庆典活动义工故事特辑》

故事之一 华协春节庆典活动中的节目主持人

华协春节联欢晚会的三位主持人朱蕾、丛岩和孟晓波已被大家熟知，他们默契风趣的主持犹如行云流水一般。朱蕾主持节目时仪态优雅，谈吐晓畅。她在华协的主持道路上大放异彩的同时，也感谢华协为她圆了年轻时的主持梦。丛岩的英文主持展现了她学识和谈吐的知性美。近年来，她的主持风格愈加老道，流利的英文更是为节目锦上添花。晓波作为主持新人，风格稳健却不失幽默。他对获得的成功报以谦虚回应。加拿大出生长大的Michael Guan也是华协的英文主持人之一，虽因学业暂时无法参与主持工作，但他温文尔雅的主持风格亦被大众喜爱。戴蓉在虎年春节庙会活动中首次主持，她的表现获得大家好评。庙会活动中的专题节目主持人有Dani, Grace W, 王琳, 和Sunny女士，她们尽职尽责的圆满完成各项工作。

故事之二 太极映雪舞翩跹，独为春晚庆新年

华协太极班教练彭继伟师傅带领他的学员们表演了《太极映雪-庆新年》。由于疫情，他们只能选择在户外雪地里录制节目视频。为呈现最佳视觉效果，他们不畏严寒，不负韶华，动作舒展大气，开合有序。他们使太极与雪相遇，人与自然相融。

故事之三 倾力打造精品，演绎《岁月》之歌

刘晓梅和刘娟为了完美演绎《岁月》之歌，无论是选歌练唱，还是制作音频视频，她们不惜花费大量业余时间，反

复推敲打磨。除了对歌曲本身的勤学苦练之外，她们不放过节目画面的每一处细节，因曲风选择现在元素，为节目注入中国元素，也为二人合作添加友谊的画卷。她们在岁月长河中成长，在《岁月》之歌中享受。

故事之四 国色天香舞蹈队和《琵琶语》排练经过

华协会员Dani带领国色天香舞蹈队表演的《琵琶语》，展现了中国旗袍的魅力，让中华传统文化在异国他乡的大地上绽放光彩。舞蹈队成立于2017年，队员们一直利用自己休息时间刻苦练舞。这次，她们克服时间和疫情带来的困难，在舞蹈难度较大的情况下，Dani倾心编排舞蹈动作，成员姐妹们坚持不懈练习。功夫不负有心人，她们的演出受到各界人士的喜爱。

故事之五 小品《出名之后》的创作及排练经过

金岩、李咸宝，刘松岩和孟晓波组成小品创作组。因为由线下改为线上演出，小品的创作过程遭遇些周折，几经研究，多次易稿。网络演出无疑为小品表演增加了难度，所以在排演中，他们不放过对任何细节的把控，比如灯光，服装，电脑设备等因素。几位创作者从题材的选取，角色的确立，语言的编排上都进行了细心的创作。

故事之六 音乐短剧《宝藏姐姐的音乐频道》编创人员采访录

《宝藏姐姐的音乐频道》是华协声乐班的姐妹们自编自导自演的一个音乐短剧。杨素萍老师对节目的编创人员进行采访。朱蕾介绍了节目的编排经过和参与人员的职责，雨朦讲述了创作中的执笔工作，咸宝浅谈作为参与者的体会。

春节活动后续资讯

义工故事概述 (接续)

故事之七 春晚中集体舞节目的印象及排练花絮

义工们表演了不同形式的集体舞，有Westend 排舞队的《Senorita la la la》，华协排舞班的《罗克珊的探戈》，广场舞班的《最亲的人》，健身操班的《送你一支吉祥的歌》和柔力球班的《花开的时候你就来看我》。在这些视听享受的背后，蕴含着老师们精心的编排和耐心的指导，舞者们扎实的学习和艰辛的训练。

排舞班的排练花絮令人深受感动。为了凸显节日氛围，Lynn Tran老师为排舞班先明确服装设计意图，后选配的舞蹈。心灵手巧的义工——唐俊女士为演员们缝制服装和配饰。当出现队员受伤的突发事件时，排舞班齐心协力共度难关。

八十七岁的张瑞英老师创建了柔力球队，后经姜彦会长纳入到了华协，队伍也不断壮大。赵焯队长尽职尽责的带领队员学习更加规范的动作。队员们为这次的柔力球演出克服重重障碍，为观众奉献了活力四射的精彩表演。

故事之八 卡城新家园老年服务中心排练花絮

卡城新家园老年服务中心的朋友们带来了两个精彩纷呈的节目：形体舞《芦花》和京歌《粉墨情缘》。他们在接到华协邀请后，立即集结演出人员，放弃假期休息时间，迅速投入到排练中。卡城华人和华协的积极合作进一步激发了华人的凝聚力。

故事之九 好节目，短评论

1. 钢琴、小提琴合奏《牧歌》：李慧和金以宏老师用合奏的表演形式让观众们从音乐中领略着草原风光，也用扎实的演奏功底讲述着他们多年刻苦练习乐器的故事。

2. 吉他伴奏女声小合唱《一生有你》张学勇移民公司选送的女声小合唱深受观众们的喜爱。就像歌曲表达的一样，张学勇移民公司和华协携手并肩，永远相伴！

3. 两首诗朗诵——周曦的《岁月》和水一方的《新年的祝福》：两首诗朗诵表演者都具有专业朗诵水平。观众们深深感受到了中国语言的艺术魅力。

4. 王悠然童声表演演唱《学唐诗》：温尼伯中文学校王悠然小朋友的表演感心悦耳。她既弘扬了中华文化，也是小朋友们学习中文的榜样。

故事之十 夫妻同乐，共编“中国结”

手工编织节目《中国结》由华协义工Grace Wang女士和她的丈夫朱好勤先生共同演出。Grace Wang 女士心灵手巧，她为了春晚的节目类型更加丰富多样，耐心教会本无闲暇时间的朱先生编织中国结，共同完成节目，共度美好时光。

故事之十一 第一次做华协春晚舞台总监的感受

首次担任春晚舞台总监的Grace Wang分享了她工作中发生的小事和感受。在华协团队的信任和支持下，她的忐忑心态逐渐被安抚。她顺利完成春晚的总监工作，并协调好工作中的问题。

故事之十二 春晚大舞台，幕后小舞台

春晚筹委会是这场文化盛宴的坚实后盾。筹委会成员们精心组织策划，通力协作宣传，高标准，高质量完成各项准备协调工作，确保为华人朋友们献上精彩的文化大餐。宣传团队取得的成绩体现在五个方面：节前气氛烘托得热烈；春晚筹备工作做得充分；晚会的同步截图和与观众们的互动解说做得细致；晚会结束后的报道及时、广泛和深入以及举办顺应时代发展的春晚“抢红包”活动。技术管理工作是确保晚会质量的重要组成部分。各方面人员的同心合力换来春晚的圆满成功。

故事之十三 热心公益、携手华协的赞助者们

华协的不断壮大离不开团结的领导集体和具有无私奉献精神的义工们，也离不开热心公益、携手华协的赞助者们。予以协会大力赞助的商家及其代表有：IG Wealth Management的王睿、三诚地产公司的马冠云和张学勇移民公司的张学勇先生等。从2021年开始，加拿大皇家银行也开启了与协会合作的新模式。今年春节的节庆活动，协会还得到了其它一些团体和个人的赞助。如：RDTs Technologies Inc, Dignity公司，曼省兽医医院的郑文超先生，Thomson in the Park Funeral Home and Cemetery的胡毅先生等。近年来，在协会公益事业不断取得成绩的同时，加拿大各级政府也给予精神和物质上的支持。