



# 廣東月刊

Kwong Tung Association of Atlanta  
5137 Hampton Lake Dr.  
Marietta, GA 30068

KWONG TUNG MONTHLY

第二十七卷第一期(總三〇七)

[www.gd-atlanta.net](http://www.gd-atlanta.net)

出版日期：二〇一六年一月二十日

Please put  
stamp here.  
The Post Office  
will not deliver  
mail without  
postage.

贈閱

## 亞特蘭大廣東同鄉會

盛情邀請全體會員，各界友好光臨農曆丙申年春宴

宴會時間：二零一六年二月二十七日（星期六） 晚間 6：30 PM

宴會地點：喜萬年海鮮酒家 Happy Valley Asian Seafood Restaurant  
5495 Jimmy Carter Blvd.  
Norcross, GA 30093  
Tel: 678-218-0888

費用：每位\$38元。票價統一（不設兒童席）。

備註：今年春宴仍繼承過往多年來傳統，不但有豐盛的美味佳餚，並有精彩歌舞表演和現場中樂伴奏的傳統粵曲演唱等節目。還有豐富的獎品以供抽獎，希望大家多多捐贈獎品。並請所有會員屆時自動自覺繳交二零一六年會費。

報名方式：請電：永久榮譽會長 郭順瓊 770-565-6507  
會長 沙國華 770-565-0081

如何使室內植物平安地度過冬天是一件壓力不小的事情，尤其是當它們必須應對不太理想的生長條件時，如自然光線不足以及來自暖氣的乾燥空氣；所有這些問題使得室內植物更容易受到害蟲和疾病的影響。下面是一些保持室內植物健康快樂過冬的簡單操作指南。

1. 你的室內植物有黃葉嗎？如果有，它可能是水太多的信號。由於一些室內植物在冬天處于半休眠狀態，它們不需要夏天時那麼多的水分。要解決這個問題，首先要剪掉變黃了的葉子，然後暫停澆水直到泥土看上去乾了。如果植物保持綠色，那麼問題解決了；如果葉子繼續變黃，那有可能是植物缺鐵，這就要給泥土補充鐵添加劑了。
2. 你看見有死了的或者殘舊的葉子嗎？如果讓它在花盆中腐爛，這不僅不美觀而且會引發真菌的產生或其他病害；你應該掐掉并丟掉它們。
3. 檢查葉子上的灰塵。葉子上的氣孔被堵塞後會防礙植物自身的蒸騰發散；用一塊柔軟的棉質抹布清洗葉子的上面和底部。
4. 查看乾的、脆弱的葉子。如果你的皮膚因為室內暖氣而感到異常乾燥，那麼你的植物也會有同樣的感覺。為了防止過于乾燥，可在植物的周圍空間增加濕度；方法是把花盆放在用石子隔著水的托盤上或者使用濕度調節器。
5. 檢查水通過土陶瓷或有漏洞淺碟花盆的滲漏情況。水分太多會損壞地板和家具；最好是使用光滑的、有釉彩的防水花盆，或者在土陶瓷和沒有釉彩的花盆底部放一塊軟木墊以防止損害。
6. 檢查生長過度的新芽。冬天是室內植物保存自身資源的最好時機。從長遠來看，現在生長得太多太快會減弱植物的自身能力。為了防止這點，應剪掉嫩芽和新長出的頂部枝葉，使之與根部保持平衡（根在冬天生長緩慢）。
7. 查看害蟲。如果你看見白色絨毛，那有可能是細蟎和粉蚜（mealy bugs）；如果在枝桿上看到微小的褐色盔狀花冠，那說明有介殼蟲（scale）（一種刺吸汁昆蟲）；如果看到網狀和紅點，那就是蜘蛛蟎（spider mites）的信號了。怎樣除去它們呢？用棉簽浸泡外用酒精輕輕塗抹在細蟎和粉蚜上面；剪掉布滿介殼蟲的枝莖；用冷水沖洗有蜘蛛蟎的植物。

## 生活常識：

## 防止空調病

外熱內冷，這可不是在形容人的個性，而是夏天室內外溫度的真實寫照。炙熱的暑氣把人逼到空調房內，室內外溫差大，就像季節交替忽冷忽熱，容易引發一系列「空調病」。

夏天從外面進入室內，尤其當室內外溫差超過5°C時，腦血管從擴張狀態急速收縮，最容易頭痛。由冷入熱，若身體中樞無法正常調節，會出現中暑、嗓子疼、鼻塞等風熱感冒症狀。在空調房內待的時間過長，還容易導致皮膚乾燥、發癢等問題，特別是患有慢性皮膚病的人，對溫度變化相當敏感。下面教大家6招，能有效防止「空調病」。

### 第1招

#### 分段進出室內外

帶著一身熱氣進入空調房，由於熱脹冷縮，極易導致頭疼、心臟病甚至中風。建議採取分段進出法：在室內先待3至5分鐘，然後走出室外到陰涼處待幾分鐘，扭扭腰、伸展下身體後再進入室內，反復2至3次，等身體較能適應室內低溫，就可留在空調房內了。這種方法特別適合中老年人，尤其是高血壓、糖尿病患者。

### 第2招

#### 控制溫差和濕度

控制室內溫度和濕度同樣重要。老年人身體代謝減緩，血液循環較差。關節對溫度、濕度的變化很敏感，不應長時間待在空調房內。室內濕度過大，還容易誘發過敏，這時最好能開啟空調除濕功能。建議室內外溫差最好不要超3°C至5°C，室內濕度保持在60%左右，溫度在25°C至26°C之間。

### 第3招

#### 多喝溫水

經常待在空調房內，容易導致水分流失，造成鼻腔和黏膜過乾，甚至引發支氣管炎。所以需要多補充水分，水溫不宜過冷或過熱，35°C至40°C的溫水是最佳選擇。

### 第4招

#### 保濕工作不可少

醫生強調，長期受冷氣侵襲，肌膚容易乾皺，影響光澤和彈性。嚴重時，皮膚還會發癢、起疹子。除了多補充水分，身體也要經常保濕。夏天容易出油、出汗，建議使用清爽型乳液，既不容易堵塞毛孔，還有利於排汗。洗澡後，趁身體含水量較高時塗上一層乳液，讓水分留在皮膚底下，讓肌膚「喝飽水」。

除了呵護身體，環境也得保濕。隨時放一杯水在身旁或適度栽種植物，也能增加環境濕度。而且，植物能減少二氧化碳濃度，起到調節空氣的功能。

## 第5招

### 給眼睛一點溫暖

眼睛乾澀是一種常見的「空調病」，特別好發於戴隱形眼鏡或有慢性結膜炎的人。結膜是一層透明的薄黏膜，當身體缺乏維他命A、喝酒、吸煙、或者空氣污染時，都會出現結膜乾燥的症狀。在空調房內除了適度滴防眼睛乾燥的眼藥水外，不妨拿條溫毛巾敷眼，給眼睛一點溫暖，這樣既有助於減緩症狀、又能夠消除視疲勞。平時還可適度補充維他命A，譬如多吃檸檬、葡萄、蔬菜、魚、雞蛋等，能改善眼乾等不適。

## 第6招

### 保持放鬆，調整呼吸

傳統中醫認為，溫度與人的情緒息息相關。太熱，體內生燥火，情緒變得不安、暴躁易怒；過冷，身體易被寒濕侵襲，人也容易拘謹退縮、放不開。所以當從高溫的室外進入空調房，溫度轉化的同時，情緒也會跟著波動。要學會養成放鬆、調息的習慣。靜下心來工作，呼吸保持細慢長勻，可使體內充滿溫暖之氣，從而抵禦寒邪入侵。

### 剛覺起身去廁所原來有4件事唔做得！

雖然說是冷天，但要上廁所總是不能避免的。但起左身去完廁所番到被窩，才發現自己變成了眼光光的，點都瞓唔番，弄得那天睡眠質素變差，第二天沒精神的。究竟我們犯了甚麼的錯，才會搞成咁呢？

#### 錯誤1：玩電話

可能你會想：「都醒左，不如睇下電話。」錯錯錯！電話的強光其實會刺激你的大腦，令你心理上以為睡夠了，要起來工作。而且在查看Facebook、Whatsapp的時候，亦會令時間在不知不覺間流走，看看時鐘才發現已經天亮，那又怎會有優質的睡眠呢？

#### 錯誤2：開大燈

起來去廁所，黑漆漆的，來讓我開個燈。停啊！如之前所說，光線是會刺激大腦，一下子面對過光的環境是會令你精神為之一振，到你返回床上的時候，就不會再有睡意。所以建議廁所要採用柔和色調的燈，另外亦可在前往廁所的通道上安裝光線柔弱的壁燈。

#### 錯誤3：喝冰水

冬天雖然是冷，但有時從被窩走出來，身體卻會是熱辣辣的，而且睡覺時水分流失，喉嚨乾渴，就想在上廁所之後喝一啖冰水。那就是其中一個令你不能入睡的原因了！人所共知，冰冷的水會喚醒你的頭腦，所以就算是要補充水份，也應喝溫水。

#### 錯誤4：看了鐘

不是嘛？看鐘也不行？對啊.. 因為在看過鐘後，心理上會不斷想著自己還有幾多個小時可以睡，從而為自己加添了無形的壓力，令自己急著要睡，而又無法入睡，如是者就成為了惡性循環，想睡又睡不著，最終變成失眠。

知多D:

### 自助餐五戒

節日氣氛正濃，即使愛美女性，也隨時失守而暴飲暴食。不論肉食分子、素食分子，緊記自助餐五戒：

- 一) 戒「唔抵」想法：食自助晚餐時，覺得要大量進食才值回票價，更有人不食午餐，結果進食過量，甚至「食到嘔」。每取新一碟食物時，先問問自己是否已飽。
- 二) 戒進食過快：進食足夠時，腦下垂體會分泌飽感信號，令人停止進食。然而進食過快，信號未接收到，便已食得過量了。
- 三) 戒主攻肉類：應以25%蔬果、25%肉類、50%五穀類食物的比例取食物，可確保攝取足夠纖維。
- 四) 戒過量醬汁：以為沙律比三文魚、生蠔低脂，卻添加大量沙律醬，隨時熱量相若；應選擇檸檬汁、黑醋等。
- 五) 戒高熱量食物：甜品、汽水等高熱量食品，是自助餐的高危食物。

## 只停一站，財路全開



**張麗**  
張麗 (文太太)  
财经分析专家·商管碩士

六十五歲了? 請馬上聯繫我!  
了解老人醫保(Medicare Plans)

- \* \$0 月費 PPO、HMO 保險 (part A、B、D)
- \* 免費牙醫及視、聽力保險
- \* 免費醫療保健用品
- \* 免費參加健身俱樂部
- \* 更多免費的醫護服務

誠征  
經紀人

還提供以下服務

- \* 個人、公司醫療保險
- \* 個人、公司關鍵人物人壽保險  
(免費贈送“生前利益”理賠附約)
- \* 退休儲蓄—贈送 15%獎金。  
年回報率 6%以上 \* 商業貸款
- \* 商業貸款

E-mail: [Li.Wen56@yahoo.com](mailto:Li.Wen56@yahoo.com)  
電話: **678-772-5390**  
Website: [askzhangli.blogspot.com](http://askzhangli.blogspot.com)



# 金洋玻璃行

## Complete Glass S&S Inc



商業店面  
玻璃臺面  
浴室套間  
安全玻璃

住宅門窗  
大小鏡牆  
避彈有機  
雙層節能

歡迎來電諮詢及估價

電話: **404.512.1668**  
傳真: **678-278-8032**

## 中醫食療：素炒三鮮的好處 - 有助消化 補脾養胃

不知道最近你是否胃口總不好，不思飲食呢？或是經常應酬，吃膩了油膩食物，腸胃負擔太重，想讓腸胃休息調整一下？如果答案是「是」的話，那就來試試下面這道素炒三鮮吧。這道菜不單單清爽可口有助於消化，而且能補養脾胃。

材料：荷蘭豆 8盎司，蘆筍 8盎司，鮮百合 6盎司，油、鹽、糖適量。

做法：

1. 荷蘭豆去根，洗淨，切半；
2. 鮮百合剝開，浸泡一下，洗乾淨備用；
3. 蘆筍洗淨，切好，略焯水，過涼水；
4. 油燒熱，放入荷蘭豆，略翻炒；加入蘆筍，翻炒；八分熟時，加一點蠔油、鹽、少許糖；最後加入鮮百合翻炒出鍋。

那麼，為什麼這道素炒三鮮能有有助消化，補脾養胃的功能呢？讓我們來看看這三鮮的功效是什麼吧。

### 荷蘭豆

性平、味甘，具有和中下氣功效，能益脾和胃、生津止渴、除呃逆、助暖去寒、生津補虛、強肌增體。常食用對脾胃虛弱、小腹脹滿、煩熱口渴均有療效。

### 蘆筍

蘆筍是一種高檔而名貴的蔬菜，含有多種維他命和微量元素的品質優於普通蔬菜，其蛋白質組成具有人體所必需的各種氨基酸，含量比例恰當，無機鹽元素中有較多的硒、鉬、鎂、錳等微量元素，還含有大量以天門冬醯胺為主體的非蛋白質含氮物質和天門冬氨酸。經常食用對心臟病、高血壓、心率過速、疲勞症、水腫、膀胱炎、排尿困難等病症有一定的療效。同時蘆筍對心血管病、血管硬化、腎炎、膽結石、肝功能障礙和肥胖均有益。而且蘆筍對於淋巴腺癌、膀胱癌、肺癌、腎結石、皮膚癌以及其它癌症、白血症等也有很好效果。

### 百合

百合是著名的保健食品和常用中藥。百合主要含生物素、秋水城等多種生物鹼和營養物質，有良好的營養滋補之功，特別是對病後體弱、神經衰弱等症大有裨益。支氣管不好的人食用百合，有助病情改善，皆因百合可以解溫飽潤燥。常食有潤肺、清心、調中之效，可止咳、止血、開胃、安神，強身健體、增強體質作用。





## 彩虹康樂中心--專為華人長者設計的日間 樂園

彩虹康樂中心是由政府提供資金的長者日間活動中心。中心以華人的文化傳統為基礎，為亞城的華人長者帶來最貼心的服務。

我們的服務項目包括：文娛活動，社交活動，交通協助，健身，日間看護，健康管理，教育，家中協助，法律援助，多文化交流等等活動。

我們的服務特色是：

- 中文服務，中式餐飲
- 接送來中心/就醫/買菜
- 華人喜歡的娛樂設施：卡拉OK、棋牌、按摩椅、瑜伽、舞蹈、健身器材等。

申請條件：持有 Medicaid、SSI。

彩虹康樂中心地址：5522 New Peachtree Rd Suite 129, Chamblee, GA 30341.

諮詢電話：770-454-7979, 678-918-1808。

# 第一市場

## FIRST ORIENTAL MARKET

本店獨家總代理  
香港無線電視帶  
國、粵、越、泰  
東語各種錄影帶

★會員特別優待★

404-377-2185  
404-377-6950

南北雜貨·新鮮蔬菜·海鮮肉類

---

冷凍食品·金豬烤鴨·叉燒滷味

---

參茸補品·各國影帶·應有盡有

---

種類繁多·零售批發·一律歡迎

2774 E. PONCE DE LEON AVE.  
DECATUR, GA. 30030

## 預防運動創傷：

## 高速性運動

「學會」技術，已經可以減少高速性運動的意外。然後再加強身體的穩定性、協調及靈敏度，以減低運動創傷的發生或嚴重性。

### 提早訓練 最佳狀態

預防滑雪及滑水運動的運動創傷，重點是要有一個「最佳狀態(Well-prepared)」的身體。

滑雪或滑水前才進行熱身拉筋運動，當然不足夠，要身體的肌肉骨骼系統有良好準備，除了日常的心肺功能鍛鍊外，還要日常針對性的訓練。特別是滑雪，應該提早兩至三個月練習。訓練包括穩定軀幹、鍛鍊肩膊、強化下肢、肢體協調等練習，好讓身體遇上意外時有足夠對應能力。

調整正確的姿態，即頭頸、肩背、腰盆保持正中，收緊腹部，不「寒背」，不「拗腰」，這已能使深層軀幹肌肉強健及紮實。這樣滑雪或滑水時的身軀，可以隨着快速滑動而穩定地搖擺，而不會前仆後傾。

心肺功能：半小時或以上的弧步旋轉器(Arc Trainer)練習，不但能提升心肺耐力，而且能學習及適應滑雪時，手腳肌肉及關節的協調。

穩定軀幹及訓練關節的感應力：站在不穩定的軟墊及傾斜的平面，再加上高速的拍球和接球的動作，並且迅速改變方向來提升反應的靈敏度及協調能力。

強化臀部負責旋轉的肌肉、大腿前後及小腿肌肉，能增加下肢的穩定度，奠下紮實根基。

利用健身器械強化大腿後肌，就有足夠力度穩定下肢，減低膝頭因滑雪俯衝的扭力，減低膝頭前十字韌帶受傷。

### 精力充沛 減少意外

有了紮實的根基，運動前夕亦要有良好的體能及精神。特別是滑雪，單單是穿着厚重的裝備，要在傾斜的雪場行走，一個下午就可以消耗不少熱量及汗水。但很多人為趕着放假，連日開夜趕工，然後再要應付長途飛機，抵達後為爭取時間，沒有休息下就即時趕赴滑雪場；或者滑水多為年青人，多數忽視休息重要，前一晚捱夜玩通宵，翌日就出海，結果疲乏身軀誘發意外。

### 選對用具 保障安全

身體機能做足準備後，創傷機會自然減少，若然再加上合適的運動用具及認識安全守則，這就絕對能保障高速運動者的安全。例如滑雪運動，一般人多數會在雪場租借用具，揀選時有幾點要留意：雪撬勿過重及過長，以防身體容易疲倦；雪靴大小要適中，過細或過大都會令腳掌磨擦出水泡。



更重要是，租借同時務必提供準確的滑雪技術程度及體重資料。因為職員會基於這些資料來調整用具，務求切合租用者的需要，及於跌倒時，能容易脫掉雪橇及雪靴，減低因下肢被鎖死而致使膝關節中的前十字韌帶撕裂的機會及嚴重性。

#### 由低滑起 適應斜度

謹遵安全守則，是預防運動創傷的首要誠條。特別是滑雪，需要於陡峭的高山上進行高速的運動，少點技術也會發生意外。故此，滑雪運動者應按照自己的技術水平，來揀選滑雪場地的斜度。初學者當然在較平坦的斜度(Beginners Slope)，待上堂學習及有充足練習後，在教練陪同下才嘗試較斜的高度，而且別冒險滑出雪場安全邊界。不過，即使滑雪技術已純熟，剛到雪場時，亦應由低處滑起，好讓心臟功能逐漸適應高山及寒冷環境。

#### 安全至上 謹遵守則

至於滑水方面，滑水的船隻應到安全水域，不要在淺水進行，留意船隻速度限制區域，與其他船隻保持適當距離。切勿超載，如滑水者跌入水或離開水面，必須關掉引擎。而滑水者必須穿上救生衣，運動前檢查各項設備，跌落水時可以將身體重心捲曲及保持柔軟度，可以減少受傷機會，並且要懂得使用與駕駛員溝通的手號。

資料：養和醫院 物理治療部

### 博君一笑

一對戀人在散步，  
男的想法探女友是否能做到守身如玉！  
便問女友：如果你深夜一人在街上走，  
突然來了一個男人要和你親嘴，你怎麼辦？  
女友答道：「我會反抗，並打他一個耳光。」  
男的又問：如果又來一個喝醉酒了的男人  
一下子要抱住你，你怎麼辦？  
女友答道：「我會全力反抗，不讓他得逞。」  
男的聽了，高興地連連點頭！繼續問道：  
假如又走來一個很帥的男人，  
向你提出那種要求，你怎麼辦？  
女友聽了回答說：你要知道，  
一個女人反抗的力量畢竟是有限的！



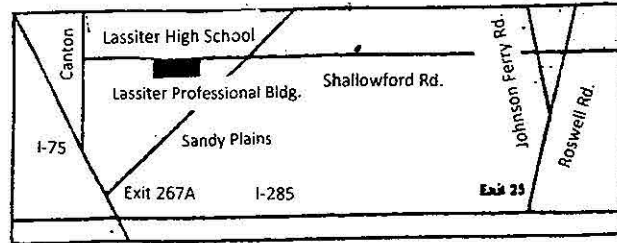
# 關 穗 章

全科牙醫 JEFF KWAN D.M.D

FAMILY & GENERAL DENTISTRY

★ 新設備 ★ 新儀器 ★ 家庭牙科醫生

電話：770-924-1232  
 地址：Lassiter Professional Bldg.  
 2525 Shallowford Rd., NE,  
 Suite B  
 Marietta, GA 30066



# 岑 明 發 律 師 行

PATRICK SAM & ASSOCIATES

喬州註冊律師 喬州大學(UGA)法學博士 Emory 大學化學碩士, Kennesaw 州立大學化學, 生物學學士

明 「謀」 正 「取」

用光明磊落的方法替你爭取正當身份及公正待遇

專辦：各類移民事務，工作簽證，綠卡，勞工卡，商業事務，成立公司，買賣餐館，契約  
 精通 國、粵、越語

4584 Chamblee Dunwoody Rd., Chamblee, GA 30341 WWW.SAMLAWYER.COM

電話：770-451-5077； 電傳：770-451-5877

大同印刷公司



菜單餐牌 • 信紙信封  
 海報傳單 • 貼紙表格  
 喜壽請帖 • 圖章名片  
 燙金包膠 • 期刊書冊

1. 專利易銷產品多項  
微經銷代理及  
個人副業代銷。
2. 專業收購二手機械  
及印刷設備。
3. 代客規劃機械及  
印刷廠  
40年經驗。

大同機電顧問

458-8588大同印刷祝您發

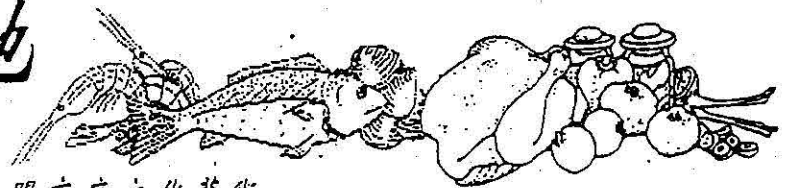
5420 NEW PEACHTREE RD., CHAMBLEE, GA. 30341 中國城對面

電話 Tel: (770) 458-8588

傳真 Fax: (770) 458-0366

# 美食天地

食是人生最高享受



簡易烹飪食譜 烹調是一門高度文化藝術

## 電飯煲糯米飯

材料：

糯米 3杯      臘腸 3條(切粒)      臘肉 1條(切粒)      芫茜1棵(切粒)      蔥粒 適量  
冬菇 4朵(浸軟，切粒)      蝦米 2湯匙(浸透切粒)      瑤柱 2粒(浸軟，撕碎)

調味料：      蒸魚豉油2湯匙 + 水2湯匙

做法：

- 1) 濾去浸糯米的水，放糯米進電飯煲內，按電掣煮至自動跳掣。
- 2) 用蒜頭爆香臘腸、臘肉、冬菇、蝦米和瑤柱。
- 3) 電飯煲跳掣後，將配料倒入，攪勻，再按掣。
- 4) 跳掣後，加調味料，再按掣。
- 5) 前後三次按掣後，讓糯米飯「焗」一會再揭蓋，讓糯米「焗」得夠時間。
- 6) 按個人喜愛，灑上芫茜和蔥花便可上枱。

廚房筆記：

這個分量要用5杯米容量的電飯煲才可做得到，因為除了米外，還要另加配料及要讓材料有空間翻攪，這樣煮出的飯才美味。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在State Farm，您不僅可以享有優惠價格，同時，我們的代理人更致力於為您獲得最合適的保單以及應得的折扣優惠。無微不至的照顧，只有我們做得到。請立即與我聯絡

**梁劉經穗**  
Wendy Leung, Agent

**404-266-8118 (B)**  
**404-266-8115 (F)**  
wendy.leung.bwvd@statefarm.com  
or  
wendy@wendyleung.org  
9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324



**做個好鄰居，日日好安心**

State Farm 提供保險及理財服務  
請致電State Farm保險代理人洽詢有關承保範圍、費用、服務及條件性問題  
State Farm保險保單、表格及所需通知均以英文書寫





聯邦中小企業管理局優先審核貸款銀行 (SBA Preferred Lender)  
住宅房屋貸款 (Residential Mortgage) NMLS# 874399

<b><u>Main Office</u></b> 5441 Buford Highway, Suite #109 Doraville, GA 30340 770-455-4989	<b><u>Duluth Branch</u></b> 3725 Old Norcross Road, Suite #A Duluth, GA 30096 770-495-1774	<b><u>Norcross Branch</u></b> 5385 Jimmy Carter Blvd. Suite #100 Norcross, GA 30093 678-689-0093
<b><u>Johns Creek Branch</u></b> 10820 Abbotts Bridge Rd. Suite #140 Johns Creek, GA 30097 770-495-2423	<b><u>Sugarloaf Branch</u></b> 1295 Old Peachtree Road Suite #180 Suwanee, GA 30024 678-735-5150	<b><u>Suwanee Branch</u></b> 2790 L'ville-Suwanee Rd. Suite #105 Suwanee, GA 30024 678-482-2996
<b><u>East Alabama Branch</u></b> 1805 Gateway Drive Opelika, AL 36801 334-741-1300	<b><u>Montgomery Branch</u></b> 2779 Bell Road Montgomery, AL 36117 334-260-4926	<b><u>Centreville (VA) Branch</u></b> 5900 Centreville Crest Lane Unit #B Centreville, VA 20120 571-490-7655

CDARS Member      [www.metrocitybank.com](http://www.metrocitybank.com)      SWIFT CODE: GMCBUS3A  
聯邦中小型企業管理局貸款總額全喬治亞州第一名 (2009 - 2012 & 2014 年度)

# 喜萬年海鮮大酒樓

## Happy Valley Seafood Restaurant

亞特蘭大最新、最大、最豪華、最高品味的粵菜海鮮酒樓

港式飲茶	★	正宗粵菜
歐陸式裝璜	★	帝王級享受

筵開 60 席 ● 預訂全年酒席

地址：5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093

電話：678-218-0888