



# 廣東月刊

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

KWONG TUNG MONTHLY

第二十八卷第五期(總三二三)

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

出版日期：二〇一七年五月二十日

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

贈閱

## 祈康護愛服務中心

真誠關愛 ♥ 服務老人



- ✓ 唯一由華人創立和主理並取得政府簽發護理服務執照的家居護理中心，所以「祈康」護愛是正確的選擇！
- ✓ 我們的護理員通過嚴格挑選、背景調查、肺病檢查，與及接受全面的護理培訓，她們精通多種語言。
- ✓ 我們協助你申請由 Medicaid 提供的護理服務及相關福利，讓長者安在家中，享受良好的生活素質。
- ✓ 你可以安心信賴把至親交託，我們的優質服務包括：

陪伴關愛、預備飯餐、整理家居、個人護理、陪同赴診、

沐浴更衣、提醒用藥、其他個人切身需要

詳情請電 (678) 929 8328

## 園藝天地:

## 資深園丁教路 後院有機除害蟲

每天早上，多倫多植物園(Toronto Botanical Garden, TBG)的首席園丁Sandra Pella都會帶一盆肥皂水，在植物園各處走來走去。她在幹什麼？

原來，是在抓蟲子。「日本甲殼蟲(Japanese Beetles)是現在多倫多很常見的蟲害。其實對付它們最直接有效的方法，就是在早上的時候用手捉捕。」所以每看到有日本甲殼蟲，她就逮住丟進肥皂水中，將牠們殺死。

### 引進益蟲滅害蟲

當然，「有機天然」並不意味要完全依靠這種「最古老」的人力方法。有時候也可以利用大自然中的食物鏈，讓益蟲來除掉害蟲：

「在一些苗圃，現在都可以買到有益的螳螂、瓢蟲的蟲卵。將牠們孵化後放入後院，可以幫忙除掉一些害蟲。」

此外，要是花園裡有蟾蜍的話，也能夠幫助消滅很多害蟲。Sandra指，「多倫多的一些後院的確有可能吸引來蟾蜍。屋主可以在院子裡提供一些陰涼、潮溼的棲息地，蟾蜍就會願意前往。」比如，就可以試試把一個倒置的陶土花盆開一側口子，放在後院裡蔭庇的地方，給蟾蜍搭建一個可供休憩的小家，請牠們來幫忙吃掉害蟲。

### 多樣性減少蟲害

園藝設計師石針也建議，不要隨便使用殺蟲劑：「院子裡的害蟲、益蟲都能見到。只要害蟲不成災，就什麼也不用做。殺蟲劑會對益蟲有更大的傷害，所以使用時一定要慎重。」

他強調，減少蟲害最好的辦法，其實是增加花園裡的多樣性：「一般來說，本地土生土長的植物，在對抗蟲害方面，會比外來植物更好。同時，如果植物的種類越多，能吸引來的昆蟲種類就越多，而其中就有益蟲消滅害蟲，本身能形成生態平衡，害蟲就越不容易成災。」

他舉了個例子：比如玉簪(Hosta)是很多人花園裏都有的常見植物。「玉簪葉子好看，大家都喜歡種植。有的人院子裏甚至會很大一片全是玉簪。」但問題在於，玉簪特別容易招來鼻涕蟲(Slug)，「鼻涕蟲是比較麻煩的蟲子。牠們和蝸牛有些像，但是沒有殼，所以比較難逮捕。牠們會去吃葉子，留下千瘡百孔的植物。如果院子裏大片都是玉簪，那麼鼻涕蟲就很容易氾濫起來。」

(文轉下頁)

(文接上頁)

所以他建議，在選擇觀葉裝飾植物時，可以把容易招惹鼻涕蟲的玉簪，和日本森林草(Japanese Forest Grass)這類觀賞草一起搭配：

「這樣不僅增加了裝飾草的種類，有助於避免鼻涕蟲氾濫，而且玉簪寬大的葉子和日本森林草細長的葉子形成對比，也會讓院子更漂亮。」

要阻止玉簪受到鼻涕蟲大幅侵害，他還建議不要澆水太多。「很多人覺得玉簪喜陰，就認為它們需要很多水，其實並不是這樣，玉簪雖然喜陰，但其實也是耐旱的。所以在玉簪栽種的第二年之後，就不需要專門給它們澆水了：

如果水分太多，它們的葉子就會變大變薄，這樣更容易受到鼻涕蟲的青睞；而如果水分不多，它們的葉子就更厚一些，被鼻涕蟲咬食的機會就更少。」

他還建議，選擇抗蟲害的植物，可以說是避免蟲害最省心省力的方法：「比如大家都喜歡的玫瑰，在購買的時候除了看花朵漂不漂亮，更要注意看上面的說明，有沒有標示是抗蟲害品種。像玫瑰這類品種很多的花朵，經過了很長時間的培育，其實已經有不少能夠抵抗害蟲的類型了。所以在購買時就留意選擇，栽種後也能省心。」

### 有機殺蟲

除了完全天然的除蟲辦法，有時也避免不了需要使用殺蟲劑的情況。多倫多資深園丁協會(Toronto Master Gardener)就介紹一些常見有機除蟲產品，以及對付一些常見害蟲的方式。

### 有機除蟲產品

#### 殺蟲皂液(Insecticidal

Soap)：殺蟲皂是現在比較常見的有機殺蟲劑，其組成是按一定比例配置的脂肪酸鹽、水和酒精。可以噴射到植物的葉子上，對蚜蟲等有效。

#### 矽藻土(Diatomaceous

Earth)：白色粉末的矽藻土，是由磨細的海洋生物化石製成的。它能让很多昆蟲和毛毛蟲的皮膚穿孔死亡。但是矽藻土也會殺死蜜蜂，所以最好在清晨花朵開放之前使用。

#### 休眠油(Dormant

Oil)：如果種有果樹，就需要用休眠油。主要是在樹木葉子長出之前，用它來殺死過冬的蟲卵和幼蟲。

(文轉下頁)

(文接上頁)

## 各種害蟲除滅方式

### 蚜蟲(Aphid)

蚜蟲很小，只有1/16到3/8英寸長，粘附在葉子上。牠們的存在會讓葉子捲曲、枯萎，在植物上留下有粘性的蜜水，或者黑色的霉。

除蟲方法：最有機、有效的方式就是用較高水壓的水龍頭對·蚜蟲，將牠們沖洗掉。還可在每年早春用休眠油除蟲。

### 蠼螋(Earwig)

蠼螋是身型約有3/4英寸的棕色甲殼蟲，身體尾部有一對螫，屬於夜間活動的昆蟲。牠們會咬食葉子。不過，如果牠們數量不多，也不會帶來太大危害，因為牠們主要是吃腐壞植物，以及包括蚜蟲在內的其他昆蟲。

除蟲方法：若太多成災，可以把花園用軟管(Garden hose)放在土地上，天亮時蠼·會爬進去。等到早上把軟管浸入到肥皂水中除去牠們即可。

### 蚧蟲(Scale)

蚧蟲是1/12-1/5英寸長的橢圓形小蟲子，棕黑色。牠們通常一··地出現在植株的莖或者葉子的背面，會讓植物枯萎。還沒有成熟的蚧蟲，可以通過噴塗殺蟲皂液除掉。

### 葉甲蟲(Cucumber Beetle)

葉甲也是比較常見的害蟲，長約1/4英寸，黃綠色或者橙色，身上有條紋或斑點。牠們會在葉子上咬洞，甚至會把受害植株的葉子完全吃掉，並且能把病毒、細菌等傳播給植物，特別是栽種的蔬菜。

除蟲方法：在購買植物特別是蔬菜種子和苗的時候，選擇有抗蟲性的類型。在蔬菜生長過程中，用薄膜覆蓋。若發現成蟲，可以用有機殺蟲皂液噴射，每隔2-3天噴射一次，持續兩周。

### 鼻涕蟲(Slug)

鼻涕蟲和蝸牛很像，但沒有殼，牠們會咬食葉子，留下黏液痕跡。

除蟲方法：可以將碎藻土散佈在受影響的植株下方，還可以在花床邊緣，或者植株的莖幹上貼一層光滑的金屬薄膜，讓牠們無法爬上。

## 生活常識：

## 美國綠卡的一些福利要取消了？

川普(特朗普)上任至今，會對很多奧巴馬在任內的很多法案作出修正和改善，包括移民，醫療保險，社會福利等等問題。最近很多中文網站就此事大作文章，謠言內容涉及範圍之廣，讓很多華人產生恐懼，下面就為大家一一澄清。

### 謠言文章部分一：

“新任美國總統特朗普推出的新政改移民行政命令，措施之嚴厲，波及範圍之廣泛，介入層級之深，牽扯到的人群之多是史無前例，甚至令人毛骨悚然的。

此項新政不僅將使那些非法入美或滯留不歸人員被毫不留情地遣返回國，尤其令人擔憂的是，眾多合法在美留學人員、綠卡持有者及探親旅游人員恐怕也將受到影響。赴美留學或探親旅游簽證將更加嚴格，即使是那些已經取得美國綠卡的人也將面臨綠卡不保，甚至被迫遭遣返的危險。”

闢謠：擁有了美國的綠卡，就有了在美國的合法居住身份，除了選舉權外，享有和公民身份一樣的各種權利和義務。只有犯罪記錄嚴重的綠卡，才有可能遭遣返，一般還是服刑後，或者被通緝的綠卡持有人，被抓才有可能被遣返。這純粹是一篇嚇唬人的謠言！從來沒有的事情，川普移民令第一次主要針對是穆斯林7國，第二次修正的移民令，明確表明與綠卡無關係。而且與華人，更沒有關係。別被誤導了。不知道寫這篇文章的人是什麼心理？為什麼要嚇唬綠卡持有人？

### 謠言文章部分內容二：

“持旅游簽證來美國後，逾期不歸，在美國非法工作、讀書、生孩子、結婚都會越來越困難，成為不可能。在美出生的嬰兒將不再自動擁有美國國籍。即便是合法的留學生，若不具備較強的競爭力，很難在美國工作、停留。”

闢謠：在美國生活的人都知道，這內容純粹造謠，在美出生的嬰兒將不再自動擁有美國國籍？這不是川普說了算的，最多是議員搞個提案，最後通過還要投票，所以純粹的假新聞。美國也明確規定，任何來美國旅游的人都是受歡迎的。

### 謠言內容三：

綠卡持有者不準居住老年公寓，不得享受美國的公共免費醫療，住在老年公寓的移民將被遣返。這標志著那些隨子女進入美國，且經濟條件并不優裕的老年人將面臨危機，居住和醫療都會發生困難，隨時隨地面臨被遣返的風險。

闢謠：老年公寓也是根據報稅和收入條件來的，申請時都是要符合條件的。另外，申請白卡的條件是允許申請人可以有一棟房子，一輛車子，用白卡政府也不會追討用白卡的福利，而且還會持續擁有。

#### 謠言內容四：

對於那些持旅遊簽證的非法滯留者，並已取得美國身份的人，將採取極為嚴格的手段進行整肅，統統遣返。

闢謠：這個謠言本身就是自相矛盾的，當滯留者已取得了美國身份後，就是合法的。

#### 謠言內容五：

美國已開始對有綠卡的人進行甄別，包括那些在美國期間享受過福利的人，評估很嚴格，凡是拿過食物券，在學校里享用過免費午餐的兒童，也將成為遣送對象。綠卡人士長期享受政府福利的將收回綠卡。

闢謠：連學校學生免費午餐都被剝奪了？大家都知道學校免費午餐是根據報稅來定價的，報稅少的才是免費的，根據收入去算的，能享受福利的人，也是經過審查，符合條件的。這樣的謠言能信嗎？

#### 謠言內容六：

多年來一些加入美籍的國人，利用便利給自己退休的父母和親屬辦領了美國綠卡，在美享受醫療和補助福利，這批人將是川普新政清理的對象。

闢謠：可能會查這些享受醫療和福利人的實際收入，因為確是有些華人隱瞞自己在國內的資產，本來就生活富裕，還在美國申請福利，那屬於欺騙政府行為，雖然不會成為清理對象，但也要對自己的欺瞞行為負責。

#### 謠言內容七：

川普新政令對中國赴美人員的影響已開始顯現，近期一些回國的美國綠卡持有者（這些人大部分是年齡較大的在美人員的父母）在談到即將實施的新移民令時，表現出憂心忡忡的心態，擔心綠卡被剝奪，以後赴美與親人團聚將不那麼容易了。

闢謠：取消綠卡也不是總統說了算，川普的太太就是個外來移民！尤其謠言內容涉及範圍之廣，讓人產生恐懼，造謠者們唯恐天下不亂，請大家分清，看清，不要驚慌。美國是個法制國家，一切都會依法行事，不會亂來的！

**\*以上內容僅供參考，如有問題，請諮詢律師和專業人士\***



## 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
--	--

我們時常聽到醫生說：「什麼食物不要多吃，什麼食物對你的身體健康不好。」很多時候，病人都會問：「那麼吃什麼才對身體好呢？有沒有什麼會保護腎臟的食物呢？」

最近美國的全國腎臟基金會提出幾項健康小食的小貼士，這些健康小吃並不是什麼稀奇古怪的食品，而是一些十分常見的小吃，專家們相信這些小食對腎臟健康有幫助。

我們都知道都市生活節奏急促，人們都匆匆忙忙的進食，快餐式的食品固然對身體健康不好，它們大都含有大量的鹽、糖、不健康的脂肪和人造色素，而這些成分都遠遠超出我們身體日常的需要。進食過多的糖和鹽，分別會增加糖尿病或高血壓的風險，這兩個疾病正正是引起慢性腎衰竭的主要原因。

### 6種小食 有利腎臟健康

以下這些健康小食，可以幫助我們保持身體健康。當然這些小食在西方是常見的食物，在香港和中國，則有些食物可能是比較少見的。

#### 1. 堅果 (Nuts)

堅果含有對心臟健康有益的脂肪，而且不需要冷藏；最好是選擇一些無鹽和不加糖的堅果。

#### 2. 牛油果 (Avocados)

牛油果富含健康的脂肪和礦物質，可以預先預備一個成熟的牛油果，把它放到保鮮袋，建議和全麥餅乾或低鈉粟米片一起進食。

#### 3. 蘋果乾 (Dried Apple)

這些都是普通乾果，並且比普通蘋果或藍莓更容易攜帶，但請注意一定要購買那些不加糖的蘋果乾。

#### 4. 鷹嘴豆泥 (Hummus)

這食品在美國非常流行，香港則並不多見；主要是用來搽麵包吃的，比起牛油和芝士更為健康，而且非常美味。

#### 5. 爆谷 (Popcorn)

鮮為人知的是，爆谷原來是低熱量和含有高抗氧化成分的小食，因為我們經常用牛油和鹽覆蓋着爆谷一起進食，我們都知道牛油和鹽並不健康。最好的選擇是自己動手預備爆谷，並只用少許鹽灑在爆谷上。



(文接上頁)


### 6. 香蕉三文治 (Banana Sandwich)

把香蕉切成一片片，放在烤好的麵包上，可做出令人滿意的香蕉三文治。

當然，並不是說腎病病人應該多吃這些小食，或是吃了這些食物之後腎臟功能就會變好了。專家們只是說這些健康小食對身體健康是沒有太大的負面影響，健康的人可以進食；並不是腎病病人吃了這些食物後腎臟功能會改善。

要注意，堅果、牛油果、鷹嘴豆泥和香蕉都是含鉀高的食物，病人如果已經患上了腎病，或正在接受透析治療，或對鉀的飲食有限制，都應遵照醫生的指示，不可胡亂自行改變食物餐單。

## 只停一站，財路全開



**張麗** (文太太)  
財經分析專家、商學碩士

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

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)

誠征  
經紀人



## 金洋玻璃行

**Complete Glass S&S Inc**



商業店面    住宅門窗  
玻璃臺面    大小鏡牆  
浴室套間    避彈有機  
安全玻璃    雙層節能

歡迎來電諮詢及估價

電話：404.512.1668  
傳真：678-278-8032



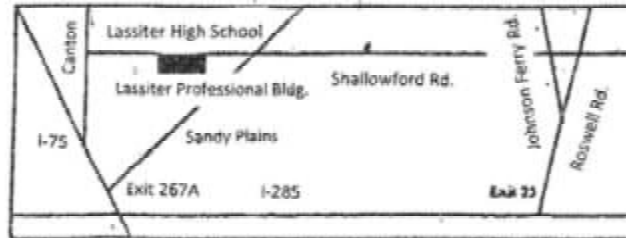
# 關 穗 章

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您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  
 批發銷代理及  
 個人創業代銷。
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

## 紅棗黨參釀雞中翼

材料：

雞中翼	8-10隻	紅棗	約6顆	黨參	1-2條
熟芝麻	半湯匙	日本燒肉汁	2湯匙		

做法：

1. 黨參隔水蒸20分鐘，趁熱去頭切絲備用。紅棗用溫水浸泡，也一同去核切絲備用。
2. 雞翼切掉兩端關節骨，抽出中間兩條骨，用生抽、胡椒粉醃片刻後，將紅棗和黨參絲釀入雞中翼內備用。
3. 燒熱平底鑊，倒入少許油，將雞中翼煎至兩邊金黃色及熟透，將日本燒汁倒入，讓雞中翼沾滿燒汁即可上碟，最後灑上芝麻即成。

廚房筆記：

黨參可一次過蒸多一些分量，然後趁熱切段，待涼後放入雪櫃內存放，平日可用來煲瘦肉湯。如沒有日本燒肉汁，可轉用少許生抽加糖代替。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在State Farm<sup>®</sup>，您不僅可以享有優惠價格，同時，我們的代理人更致力於幫您獲得最合適的保障以及應得的折扣優惠。無微不至的關照，只有我們做得到。請立即與我聯絡。

**梁劉經穗**      **404-266-8118 (B)**  
Wendy Leung, Agent    **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 Insurance Company, 100 North Dearborn Street, Chicago, IL 60610  
State Farm Insurance Company, 100 North Dearborn Street, Chicago, IL 60610  
State Farm Insurance Company, 100 North Dearborn Street, Chicago, IL 60610





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

**Main Office**  
5441 Buford Highway,  
Suite #109  
Doraville, GA 30340  
770-455-4989

**Duluth Branch**  
3725 Old Norcross Road,  
Suite #A  
Duluth, GA 30096  
770-495-1774

**Norcross Branch**  
5385 Jimmy Carter Blvd.  
Suite #100  
Norcross, GA 30093  
678-689-0093

**Johns Creek Branch**  
10820 Abbotts Bridge Rd  
Suite #140  
Johns Creek, GA 30097  
770-495-2423

**Sugarloaf Branch**  
1295 Old Peachtree Road  
Suite #180  
Suwanee, GA 30024  
678-735-6150

**Suwanee Branch**  
2790 L'ville-Suwanee Rd.  
Suite #105  
Suwanee, GA 30024  
678-482-2996

**East Alabama Branch**  
1805 Gateway Drive  
Opelika, AL 36801  
334-741-1300

**Montgomery Branch**  
2779 Bell Road  
Montgomery, AL 36117  
334-260-4926

**Centreville (VA) Branch**  
5900 Centreville Crest Lane  
Unit #B  
Centreville, VA 20120  
571-490-7656

CDARS Member

[www.metrocitybank.com](http://www.metrocitybank.com)

SWIFT CODE: GMCRUS3A

聯邦中小型企業管理局貸款總額全海治亞州第一名 (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