

台加月刊

TCCS Monthly April 2025



TAIWANESE CULTURAL CENTRE COMMUNITY DAYS *Spring Edition*

台灣文化中心-春季社區日

Saturday and Sunday,
May 17-18, 2025 12pm - 5pm

8853 Selkirk St. Vancouver BC | 604-267-0901

FREE
ADMISSION
免費入場
歡迎闔家光臨



- Live Music Performances 現場音樂演奏
- Taiwanese Street Food 台灣小吃
- Papercraft Workshops 台灣紙藝工作坊
- TCCS Art Gallery 台加藝廊
- TCCS Taiwan School 台加台灣學校課程介紹及成果展示



台加文化協會
Taiwanese Canadian Cultural Society
台灣文化中心
Taiwanese Cultural Centre
8853 Selkirk St. Vancouver B.C V6P 4J6
Office Hours:
Monday - Friday | 9:30am-5:00pm
Weekend & Statutory Holiday Closed

Contact:
Web: <https://tccsvancouver.ca>
Facebook: <https://fb.com/tccsvan>
Email: info@tccsvancouver.ca
Tel: 604-267-0901



TCCS Website
台加官網



TCCS Facebook
台加臉書



2025 TAIWANESE ARTS & HERITAGE MONTH
JULY 4TH - JULY 26TH

加拿大台灣加拿大 TAIWANESE CANADIAN CULTURAL FESTIVAL

DOWNTOWN VANCOUVER
DOWNTOWN SURREY

多元藝術文化、音樂與舞蹈、觀光旅遊展
藝術家走廊、台灣電影院、台灣學校、義診
台灣特色小吃伴手禮

TCCF

贊助夥伴 | 義工招募

SPONSORSHIP | VOLUNTEER OPPORTUNITIES

台加文化協會誠摯邀請您與我們攜手合作！有興趣加入贊助夥伴行列，歡迎與我們聯絡 **604-267-0901** 或 **info@tccsvancouver.ca**
https://tccsvancouver.ca | **https://tccfestival.ca**



藍玉梅 Michelle Lan

意像之旅

抽象的
渲染潑墨畫

2023-2024 兩年馬不停蹄的東方之旅：北京、嵩山、大理、景德鎮、上海、長沙... 未來還有更多的地方，將去拜訪。

旅遊中就輕便帶著些許原料，幾隻筆，幾張紙，就這樣開啟了自由行。一群藝術的愛好者，想畫什麼就畫什麼，海闊天空任翱翔，在旅遊中互相觀摩和學習。

藝術的境界是什麼呢？其實不必那麼的堅持單一。在創作上，運用不同的原料，因時因地因景，都有不同的創作方式和迸出火花。我們欣賞美的作品不分國界。真正做到了生活就是藝術，藝術就是生活的至高人生境界。

Michelle recently created her watercolor paintings while traveling in Asia, using calligraphy brushes and rice paper for the abstract compositions. Using three different watercolors - warm, cool, and black - transformed with stroke blending, her technique is different from traditional watercolor painting. Michelle also created porcelain and clay pottery and painted them while in Jingdezhen, China.

Michelle hopes that this different style enhances your appreciation of her work.

展期：2025/04/05 - 30 | 週一至五 | 10am - 5pm
茶會：2025/04/06 1:00pm 週日下午一點
TCCS Art Gallery 8853 Selkirk St Vancouver BC
604-267-0901 | tccsvancouver.ca

藍玉梅 Michelle Lan
Email: michellelan.gallery@gmail.com
網址： michellelan.com
電話： 778-6889092



【財稅講座】Financial Seminar

【健康講座】Health Seminar

講題：**台灣移民資金回流的稅務規劃：稅務居民與非稅居民匯款的案例與文件準備**

時間：4月3日(四) 1:00PM~2:30PM

地點：台加文化協會

免費講座，座位有限，請掃描右方 QRCode 報名留位！

資深會計師及理財師將深入淺出，探討分析移民如何預先規劃資金回流，並將分享稅務居民及非稅務居民匯款的案例與文件準備，幫助您建立步步為營的稅務規劃。

主講：

Kevin Huang 註冊會計師，在會計稅務領域已超過 10 年以上。專精於個人稅務分析，企業資本、海外資產、及稅務審計分析。

Jerry Liu 資深理財顧問，同時也是知名電台主持人，口才辯捷，妙語如珠，能化枯燥主題生動有趣，他的講座精采可期！



講題：**漫談癌症(下)**

時間：4月3日(四) 10:45AM ~ 11:45AM

地點：台加文化協會

免費講座，歡迎參加！

主講：吳秉琛醫師 Dr. Sammy Ng

香港大學內外科醫學士
澳洲雪梨大學公共衛生科碩士
加拿大西三一大學商業管理碩士
香港社會醫學學院院士
香港醫學專科學院院士（社會醫學）
英國皇家內科醫學院公共衛生科院士
香港公共衛生醫學專科醫生



吳醫師在香港出生及接受教育，1995 年在香港大學醫學院畢業，1998 年加入香港政府衛生署任職醫生，直至 2021 年離開香港到加拿大進修及定居。曾任香港社會醫學學院及英國皇家內科醫學院公共衛生科考官、香港中文大學醫學院公共衛生及基層醫療學院名譽臨牀副教授。在香港衛生署任職期間，吳醫師曾於港口衛生、食物公共衛生、環境公共衛生、長者健康、傳染病防控，基層醫療規劃及衛生規管等不同範疇工作。

【健康講座】Health Seminar

講題：**樂活認識耳穴緩解失眠頻尿保健預防疾病**

時間：4月24日(四) 1:00PM~2:30PM

地點：台加文化協會

免費講座，歡迎參加！

主講：林美香 加拿大/BC 省針灸師

國立海洋大學畢業

溫哥華 PCU 中醫學院畢業

NAHA/CFA 國際認證芳香療法 400 課程學員

台灣國際貿易公司執行長&顧問 40 年

耳朵上有許多穴位，中醫有個耳穴圖，是全身的縮影。早在二千多年前中醫典籍「黃帝內經」中有記載：「視耳好惡，以知其性。」耳穴診斷是指當人體有病時，直接觀察耳穴區有無變形、變色等現象，如脫屑、水泡、丘疹、充血、硬結，節，色素沈積，以及血管形狀，顏色變異等，利用這些訊息對人體各部位的疾病做出定位，定性診斷。耳穴治療可以預防疾病如消炎、解毒、瀉火、抗過敏、流行性感冒、止痛、鬆弛肌肉痙攣、降血壓、降血脂、抗憂鬱、戒菸、增強免疫力、改善視力、保健和預防疾病都有獨特的效果。

根據世界衛生組織資料顯示，世界上有三分之一的病人是死於藥源性所導致的疾病。有病早預防，平常少吃藥，一旦病發了，可以選用非藥性療法（如耳穴療法），以激發身體天然的抗疾病能力，祛除疾病，減少肝腎負擔，即可達到抗衰老目的。

本講座內容分享：

- 1) 如何在耳廓上找到人體的五臟六腑，四肢百骸、五官七竅的部位存在。舉例幾個病例，實操貼耳痘。
- 2) 流行性感冒
按壓 主穴：肺、內鼻、氣管、神門、腎上腺
配穴取「交感、大腸、內分泌、皮質下」
- 3) 坐骨神經痛
取穴：坐骨神經、神門、肝穴
配穴：取膀胱、腎、下肢髁踝、皮質下、腎穴。
- 4) 失眠症
主穴：神門、心、腎、肝、皮質下，內分泌
- 5) 頻尿
主穴：前列腺、尿道、腎、內分泌、皮質下



小班教學
8人成班!

飲食衛生初級證書課程 (中文授課) Food Safe Level 1 Certificate Course

日期: 4/26 ; 5/24, 2025

時間: 9:00AM - 6:30PM (含 1 小時考試時間)

地點: 台灣文化中心 8853 Selkirk St, Vancouver

費用: \$130, 含 GST 稅/中英文對照課本及註冊證書費

繳費後才算完成報名, 請親臨台加或致電付款!

及格者 (70分以上) 將於 4 - 6 週內領取 BC 省衛生單位核發證書

604-267-0901 | info@tccsvancouver.ca



REGISTER
NOW!



台式高粱酒香腸 DIY

指導: 詹元稜 顧問

地點: 台加文化協會 8853 SELKIRK ST. VANCOUVER

日期: 4月29日 (星期二)

共3梯次, 每梯次5組, 額滿即止

第一梯次: 10:00 -11:30 / 第二梯次: 11:30 -1:00

第三梯次: 1:00 -2:30

費用: 每組 \$180 / 20磅, 費用含豬肉、腸衣、高粱酒及其他原味調味料。

報名方式:

請以組別為單位(每組2-4人), 請致電台加 604-267-0901

告知參加梯次及參與人數, 並付費以完成報名

※ 自備: 個人偏好口味如紅麴、辣味、蒜味等。拌肉用手套及大盆

※ 本活動盈餘將全數用於台加金齡日午餐計畫。



來自台灣 -
58度金門高粱
不含防腐劑
天然腸衣





2025 台加文化協會會員大會開會通知

時間：2025 年 3 月 30 日(星期日)

下午 1:30 報到 / 2:00 會員大會

地點：台灣文化中心 8853 Selkirk Street, Vancouver, BC

內容：本年度會員大會將依例舉行各項工作報告、財務報告、提案討論、理事選舉。

投票資格：凡加入台加會員 2 個月以上，並持有有效會員資格者。

誠摯地邀請台加文化協會會員，參加今年度的會員大會，一起來了解台加過去一年的現況發展，同時一起來關心台加的近期計劃與對未來的展望。台加自成立、成長至今天，無不是全體會員的努力與貢獻。台加在面對世代接替與深耕永續的此時，更是需要所有會員的持續關心、參與、支持。為順利進行議程，大會只接受書面提送之臨時動議，若您有提案，請於會議十日前，以書面提出。

若您確定出席，請於 3 月 20 日前致電 604-267-0901 或電郵 info@tccsvancouver.ca 登記，俾便會場座位安排及準備茶點，謝謝！期待 3 月 30 日見！

敬祝 健康平安 萬事如意

理事長 張亦凱 敬邀

January 20, 2025

Invitation of 2025 TCCS Annual General Meeting

As a member of TCCS, you are cordially invited to attend the Annual General Meeting.

Time: 2:00PM, Sunday, March 30, 2025

Place: Taiwanese Cultural Centre (8853 Selkirk Street, Vancouver, BC)

Please join us at the Annual General Meeting to learn about TCCS's recent developments, near-term plans, and prospects for the future. Since its inception, TCCS has grown strongly with the efforts and contributions of all members. When TCCS is facing the succession of generations and deep cultivation and sustainability, it needs the continuous care, participation, and support of all members. The AGM only accepts provisional motions submitted in writing. Please submit it in writing 10 days before the meeting.

Please kindly **RSVP by Thursday, March 20** to call 604-267-0901 or info@tccsvancouver.ca so we can plan accordingly. I hope to see you at the AGM and thank you for your continued support. Please Note: Only members in good standing are eligible to vote.

Yours sincerely,

Steven Chang
Chairperson, Board of Directors
Taiwanese Canadian Cultural Society



誠邀支持台加 Support TCCS



誠邀支持台加!

台加文化協會是於 1991 年成立的聯邦註冊慈善非營利機構，協會透過舉辦及參與各項多元文化藝術活動，讓本地的人士瞭解台灣文化藝術，促進不同文化族裔的相互認識及和諧；以及幫助弱勢及長者獲得需要的服務和參與社區活動。經過多年的努力，台加這三十四年的發展，成績斐然，也希望認同我們的朋友繼續與我們一同努力。請加入台加會員，支持台加永續經營，並贊助我們舉辦更多幫助社區及藝術文化活動！

歡迎加入/更新台加會員以支持台加，一般會員年費\$40，永久會員\$1,200

更多詳情，敬請與我們聯繫 604-267-0901 或 info@tccsvancouver.ca





台加台灣學校 TCCS Taiwan School

小班教學 個別指導

創校校長：廖純如

校長：連淑惠

報名洽詢：604-267-0901

info@tccsvancouver.ca / tccsvancouver.ca

兒童中文閱讀力養成班 Chinese Reading Club

教師：羊羊 Yenyu Chen 招收對象：4歲以上，5-6人
時間：週三 3:30-4:30PM 費用：\$120/4次，單堂：\$35

(歡迎沒有閱讀基礎或中文為第二語言的孩子)

羊羊老師有多年的中文教學經驗，並擁有台灣合格教師證書。本身很喜歡閱讀，也很喜歡和小朋友一起閱讀，一起探索中文的美妙。

我們的兒童繪本閱讀班，將透過精選的中文繪本和樂樂分級讀本，課程將從初階閱讀開始，慢慢提升階級，激發孩子們對中文學習的熱情，同時加深他們對漢字的認識。我們堅信，閱讀不僅能豐富孩子的想象力和創造力，更是學習語言不可或缺的一部分。透過我們的課程，孩子們將學會如何閱讀、愛上閱讀，並從中獲得樂趣和知識，這將對他們的語言發展和整體學術成長帶來深遠的影響。課程中老師會透過故事及延伸活動，幫助孩子們認字、學習中文和體會閱讀的魔力。

兒童華語班 Children's Mandarin

教師：莊怡芬、洪毓凌 招收對象：6歲以上，6-7人
時間：入門班週一 4:00-5:30PM 費用：\$240 / 8次，單堂：\$35
時間：進階班週四 4:00-5:30PM 費用：\$330 / 11次，單堂：\$35
日期：4/10, 17, 24, 5/1, 8, 15, 22, 29, 6/5, 12, 19
時間：初級班週五 3:45-5:15PM 費用：\$270 / 9次，單堂：\$35
日期：4/11, 25, 5/2, 9, 23, 30, 6/6, 13, 20

莊老師擁有台灣教育部教育學程的專業證書，足以掌握全面的教學情境。具有多年的海外教學經驗。教師善於依照孩子不同的需求和年齡段設計不同的課程，教學內容貼近生活經驗，採用互動式的教學方式，讓孩子們在輕鬆愉快的氛圍中學中文。您的孩子將會發現學習中文可以很有趣並自信地在雙語環境中成長。

洪老師擁有加拿大幼兒教育 (ECE) 與教育助理 (EA) 的專業證書並擔任中文講師多年。基於在幼兒中心、公立學校與中文機構的教學經驗，具有掌握教學技巧的能力以及在教育工作上的專業與熱忱。教師將以生動活潑的教學方式來引導學生學習中文，並加入歌曲帶動唱、勞作DIY和遊戲等方式來激發孩子對中文的興趣並在快樂中學習。著重因材施教，以提升每位小朋友在聽、說、讀、寫的能力，並鼓勵在在日常生活中實踐。期許每位孩子在多元文化的環境中，能體驗到學好中文的優勢。

青少年溝通與人際關係

Empowering Self-Esteem For Teens

教師：張妍婕 Joyce Chang 招收對象：13-18歲，6人以上
時間：週二 3:30-5:00PM 費用：\$400 / 8次

張老師曾任台灣卡內基訓練講師，台灣修平科技大學、銘傳大學兼任講師，現為加拿大持證營養師。

老師授課風格生動幽默，擅長培養青少年設定目標、自信、人際關係、溝通表達、處理壓力、自我管理 etc. 結合課堂所學，確實應用於生活與校園。透過反覆運用練習，進而看到孩子真正的脫胎換骨。

圍棋班 GO Chess

教師：戴振華 招收對象：6歲以上，12人以下
時間：週三 3:30-5:00PM 費用：\$360 / 12次，單堂：\$35
日期：4/2, 9, 16, 23, 30, 5/7, 14, 21, 28, 6/4, 11, 18

戴老師曾擔任中學教師、學務主任及教務主任，圍棋業餘3段。

課程以練習個別化教材、生生對弈、師生對弈的多元方式，進行有品味、有趣味及邏輯思考訓練的教學。在簡單黑白子的無窮變化中，帶領習慣思考的孩子，開啟學習旅程的新紀元。

書法水墨班 Calligraphy & Ink Painting

教師：甘錦城 招收對象：青少年及成人，4人以上
時間：週三 2:00-3:30PM 費用：\$120 / 4次，單堂：\$35

甘老師為國立台灣藝術大學書畫藝術碩士。曾獲第53屆台灣美展膠彩畫第一名，第67屆台陽美展膠彩畫首獎，第4屆桃園美展、宜蘭美展國畫第一名，宜蘭美展宜蘭獎，加中藝術橋書畫大賽書法金獎等。受邀請參加台灣水墨新貌展，第3回回牙山國際書畫展，台日篆刻家、兩岸篆刻家交流展等。

每4次一單元，完成一件作品，包括講解、分解示範、練習以及完成作品講評。(四月暫停)

台灣民俗手藝坊 Taiwan Craft Art

教師：周元英 招收對象：青少年及成人，4人以上
時間：週一 10:00AM-12:00PM 費用：\$100 / 4次，單堂：\$30

周老師長期投入民俗手藝的創作與指導，經常代表台灣社團參與多元文化節慶活動，深受各界好評。

課程透過生活取材，運用巧思與巧手，以摺紙、剪紙、布藝等方式製作簡單玩具、小禮物、小飾品等。在充滿趣味的課程中培養手眼協調、空間概念、細心與耐心。歡迎親子共同參與創作。

芳香療法介紹與實作應用

The Introduction and Practical Application of Aromatherapy

教師：方嘉蘭 Maggie Fang 招收對象：18歲以上，6人以上
時間：週二 10:00AM-11:30AM 費用：\$200/4次

(含每堂課提供之芳療精油調和小樣品)

Maggie老師持有美國NAHA認證的芳香療愈師，doTERRA芳香調理認證，美國The Healing Institute of Knowledge官方認證希塔能量療愈師，KCCA韓式香薰蠟燭導師認證執照。

對於芳香療法一般大家比較熟悉的是在生活薰香與SPA的應用，其實它是屬於自然療法 (以改變飲食和生活方式等方式來達到最佳健康狀況)的一部份。老師將介紹芳香療法的歷史，精油的成分，精油萃取方式，精油在生理與心理的功效，精油的應用與如何調香。每堂課中老師將實際操作精油的應用方式，並提供芳療精油調和小樣品讓學員回家練習。

成人中文班 Mandarin Class for Adult

Instructor: Sophia Wang

Time: Wednesday 10:00-11:30AM

Fee: \$300/10 sessions

Using a wide range of materials to guide adults who are learning Mandarin as a second language. Whether it's for work or for fun. Practicing listening and speaking the language in a casual setting. Making the learning experience more enjoyable. Let's appreciate the beauty of the language and culture together.

台加徵求新班開課企畫，邀您發揮專長；歡迎具教學熱忱之各領域人才，備妥教案及履歷以電話或電郵與我們聯繫。



台加身心靈成長中心



學習身心靈成長 開創幸福圓滿人生

我們一起學習、一起探討，幫助自己在身心靈各方面成長；讓自己更健康、更快樂。
需要個人成長探索者，請打預約電話：604-267-0901

四月身心靈活動

Death Cafe

時間：4月8日 (二) 10:00AM-12:00PM

主持人：許建立老師



♥天使的翅膀，是愛與守護。
~張晉 / 摺紙作品

Death Cafe (死亡咖啡館) 提供平台，讓眾人對諸多禁忌的「死亡」，提出問題、分享經驗與看法，也討論種種與死亡有關的論題。第一個稱為Death Cafe 的活動於2011年在東倫敦舉行。到現在為止，這個組織已經擴展至七十多個國家，共舉辦了超過一萬九千次的集會。

Death Cafe每次聚會，沒有既定的議程、或特定的主題，也不會試圖取得任何結論，更不會推銷任何理念或產品；而是希望在溫馨的氣氛中，大家毫無拘束地談論、分享個人對死亡的經驗、看法、疑問，以及任何與死亡有關的事。其目的在於鼓勵大家打破禁忌，自由談論生死大事。希望藉著這種機會，我們能夠減少對死亡的恐懼，進一步快樂自在地過活，等時候到了之時，可以瀟灑自得地離開。

台加在上個月舉行了大溫地區台裔社區的第二個死亡咖啡館。二十位參與者在會中都圍繞著「死亡」這個題材，踴躍分享、討論並提問，頗有欲罷不能之勢。因此決定本月再次舉辦，讓大家

繼續探討、學習、分享生命中最大奧秘之一的「死亡」。

歡迎您來參加今年第二次的Death Cafe！曾經參與過的朋友，同樣歡迎！

主持人介紹：

許建立於2008年接受安寧志工訓練後，加入溫哥華總醫院安寧病房 (Palliative Care Unit, VGH) 的志工團隊，服務末期病人與其家屬。另外，從2016年開始，他也同時在溫哥華安寧院 (Vancouver Hospice Society) 擔任志工；期間，他並曾多年參加「撫傷伴行」(Bereavement Walking Group)，陪伴喪親家屬走過傷痛。

120歲不是夢

時間：4月15日 (二) 10:00AM-12:00PM

講師：林豐富老師

現代科學家認為人類有活到120歲的潛能，需要的諸多因素中，以下是我們可以開始思考、努力學習的：

時時喜樂；不要懷有一絲敵意；不要自滿、自以為是；不要批判、諷刺、生氣；要懷有一片愛心；要虛心向人學習；要微笑、肯定、鼓勵；憂傷的靈使骨枯乾，喜樂的心乃是良藥；完滿人生一個字 - 謝



講師介紹：林豐富(Peter Lin)

ATL養老中心綜合開發 (ATL Senior Living) 事業夥伴

120養生長壽中心會長

120 開心俱樂部創始人



台加金齡中心 TCCS Golden Age Centre

參加台加金齡活動資格：週四金齡日65歲以上、其餘55歲以上

台加金齡日 TCCS Golden Age Day 每週四 10AM - 3PM ● 參加金齡日資格為 65 歲以上

10:00AM - 11:00AM 肢體律動 - 蔡雅玲老師
 11:00AM - 15:00PM 創意繪畫/專家講座/義診/平甩功太極拳
 手工藝/歡樂歌唱/影片欣賞/節慶聚餐

- 感謝鄉親對台加金齡日的喜愛，受限場地，已暫停接受新人，敬請包涵。

4月3日

10:45AM - 11:45AM 【健康講座】

講題：漫談癌症(下)

主講：吳秉琛醫師 Dr. Sammy Ng

在任職香港公共衛生醫學專科醫生期間，吳醫師曾於港口衛生、食物公共衛生、環境公共衛生、長者健康、傳染病防控，基層醫療規劃及衛生規管等不同範疇工作。

1:00PM - 2:30PM 【財稅講座】

講題：台灣移民資金回流的稅務規劃：稅務居民與非稅居民匯款的案例與文件準備

主講：Kevin Huang 註冊會計師
Jerry Liu 資深理財顧問

4月10日

11:00AM - 12:00PM 【家電常識及日常保養(下)】

主講：詹元稹顧問

1:00PM - 2:30PM 【法律講座】

講題：加拿大憲法小學堂

主講：張瑋麟 律師 Wade Chang

4月17日

12:30PM - 2:30PM 【金齡創藝學堂】

指導：李佳慧老師

在佳慧老師指導下，即使初執畫筆的金齡學員，都能享受創作過程樂趣及完成作品時的成就感！

4月24日

11:00AM - 12:00PM 【平甩功太極拳】

指導：劉仲明醫師

1:00PM - 2:30PM 【健康講座】

講題：樂活認識耳穴緩解失眠頻尿保健預防疾病
主講：林美香 加拿大/ B C 省針灸師

健行社 Walking Club

主持：詹元稹 604-581-6191 / 778-985-1138

時間	健行地點	109 walks	行程 (km)	領隊/導覽	集合地點
04月05日 9:15AM	Shell Rd Trail Richmond			鐘淑汝 604-275-1357	West side of Shell road close to Westminster
04月12日 9:15AM	溫哥華東區賞櫻路段 E 1st Ave & Rupert St. 西北角			詹元稹 604-581-6191	Graveley St. & Windermere St., Vancouver
04月19日 9:15AM	Mountain Park Burnaby	14	8	曹永通 604-421-9816	Hastings St. (or Gagliardi) > Burnaby Mountain Parkway > Centennial Way > Parking
04月26日 9:15AM	Tynehead Regional Park Surrey			詹元稹 604-581-6191	#1 HWY E. > 104 Ave (exit 50) > 160 St, S > 16701 96 Ave, Surrey
05月03日 9:15AM	Capilano Canyon North Vancouver	43	8	葉茂雄 604-299-0496	#1 HWY (exit 14) > Capilano Rd N.> Capilano Regional Park > Hatchery Parking Lot (Southern)

沿途風光明媚，請別忘了攜帶相機。

備註：1. 務必穿登山鞋或球鞋，請自備雨具，風、雨、雪無阻。

2. 健行詳細內容請依編號參閱 Douglas & McIntyre 出版「109 Walks in British Columbia's Lower Mainland。」

3. 每星期會由 Line 健行社官網傳送詳細停車位置 Google 地圖。



台加金齡中心 TCCS Golden Age Centre

參加台加金齡活動資格：週四金齡日65歲以上、其餘55歲以上

桌球社

Table Tennis Club

主持：詹元稹

費用：\$200 / 年費；\$30 / 月費

(因場地限制，不收新社員及Drop-in)



高爾夫球社

Golf Club

主持：黃泰志 604-805-3008

聯絡：李友志 604-275-6365

歡迎有興趣的台加會員加入球隊。



鄭子太極拳練習

Cheng Tzu Taichi Practice

指導：沈于順 & 吳明芳 604-985-8687

時間：每週一 10:00AM - 11:30AM

費用：\$2 / 次 (滿6人開班)

鄭子太極拳功架，太極拳推手，無極站樁 & 健身十二段錦鄭子太極拳37式緩和鬆柔的動作，功效宏大老少咸宜，每天利用空閒幾分鐘，能達到幼者壯，老者健，是最王道的養生功法。青年者習練，增加關節柔軟度，心肺功能，矯正不良脊柱姿勢，學得防身武術。年老者習練，下盤穩固不易跌倒，改善一些慢性病，強化內臟，腦幹和中樞神經，達到健康延年。



平甩功及太極拳

Pingshuai Gong and Taichi

指導：劉仲明醫師

時間：每週二 & 五 8:15AM - 9:45AM

費用：\$2 / 次

許多養生的道理，都需要透過鍛練去體會，不是背誦經典來的。

平甩功可調節身體的規律，通經疏脈，兼顧五臟六腑。許多人每天定時鍛練，每次練完感到身心舒暢，睡眠安穩，工作精神集中。獲益良多。

太極拳傳承自老祖宗的養生智慧，練的時候平心靜氣，全身放鬆，是所有愛好修行，養生，氣功的人都應該學習的首要功法。歡迎您加入我們的行列。



復健運動操

Active Rehab

指導：

潘子瑩 Jessica Pun 脊骨神經科醫師

陳榮海 Aaron Chan 運動治療師

方穎怡 Cheryl Fong 運動治療師

蔡慧儀 Isabel Choy 運動治療師

每月一次，2025年課程表：

日期：4/27, 5/25, 6/22, 7/27, 8/31, 9/21, 10/19, 11/16

時間：2:00PM - 3:00PM

費用：免費，受限場地，每次只收4-10人由專業運動治療師帶領學習及自我養護以強化肌肉、拉筋、訓練平衡感。加強訓練以促進血液循環，鎮定神經，搭配呼吸調息，放鬆身心，緩減壓力，改善睡眠品質，若持之以恆，對健康有很多的好處。

※參加者請自備軟墊及著寬鬆衣物前來

♥感謝「威傑綜合醫療」長期支援本活動



土風舞

Taiwanese Folk Dance

時間：每週一 & 三 10:00AM

報名：名額有限，請預先報名。

費用：\$30 / 月

台加土風舞社致力推廣世界各地的土風舞，以民族音樂配上肢體律動和簡單舞步，人人都可樂在其中，跳土風舞也像在遨遊四海，行進間交換舞伴，有趣又能聯誼，在律動中培養協調性、節奏感，結交同好。我們的團體是一個快樂的大家庭，大家因共同的喜好而聚合，經由不斷的研習，激盪腦力，經由快樂的舞動，活絡筋骨。歡迎呼朋引伴，一起以動人音樂、暢快舞步穿梭於世界各民族文藝之間。



排舞

Line Dance

指導：謝依霖

時間：A班 「拉丁排舞」

每週二 10:30AM - 12:00PM

B班 「動感排舞」

每週五 10:30AM - 12:00PM

報名：名額有限，請預先報名。

費用：\$6 / 每堂 (月繳)

拉丁排舞：拉丁風及流行樂曲為主，注重技巧、律動、重心、音感及熟練度。

動感排舞：著重運動及記憶強度。

以上不分程度，皆屬國際排舞。

(四月至六月暫停)



【台加理財講座】

免費講座，座位有限，歡迎預先登記留座

長者財經常識須知 及小心金融詐騙



- 時間: Thursday, May 1st, 2025 | 1PM-2PM
- 地點: 台加文化協會 604-267-0901
8853 Selkirk St. Vancouver BC

REGISTER NOW !

Scan QR code now
to book your seats !



Katrina Chen 陳葦蕙
安信 Community Savings
President

安信 Community Savings
(社區儲蓄信用合作社)
卑詩省第一個為華語社區打造、
會員擁有、以服務社區為目標的
信用合作社



Sean Fan 范翔
安信 Community Savings
Branch Manager



Super Achievers Financial
凌志財富

游小玲 Esther Yu

CEA,MDRT

遺囑執行人

百萬圓桌會員

Super Achievers Financial
凌志財富創始人

電話: 778-929-0008



IBYC
艾佰客



Jennifer Chen

公關媒體

活動 & 婚禮製作人

Ai Health Care

智能健康手錶報警系統

電話:

778-708-1341



美加關稅下的另類投資~保險

- ✓ 善用保險，對抗風險，為人生增值
- ✓ 聯手會計師，解決龐大“增值稅”
- ✓ 與律師合作，通過法律保護財產

讓品牌閃耀、
讓婚禮難忘、
讓健康智能、
讓安全隨行~

我們是您全方位的專業夥伴！

星期日 Sun	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri	星期六 Sat
<p>台加藝廊 策展顧問：盧月鉛</p> <p>4月5日-4月30日 藍玉梅意象之旅 抽象的宣染潑墨畫</p> <p>開幕茶會： 4月6日 1:00PM</p>		<p>1</p> <p>平甩&太極 8:15AM 桌球社</p>	<p>2</p> <p>土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社</p>	<p>3</p> <p>金齡日 10AM-3PM 健康講座：漫談癌症 10:45AM 財稅講座：台灣移民資金回流的稅務規劃：稅務居民與非稅居民匯款的案例與文件準備 1:00PM 桌球社</p>	<p>4</p> <p>平甩&太極 8:15AM 桌球社</p>	<p>5</p> <p>健行社 9:15AM Shell Rd Trail, Richmond 桌球社</p>
<p>6</p> <p>畫展開幕茶會 1:00PM 桌球社</p>	<p>7</p> <p>鄭子太極拳 10:00AM 土風舞 10:00AM 桌球社</p>	<p>8</p> <p>平甩&太極 8:15AM 身心靈講座 10:00AM Death Cafe 桌球社</p>	<p>9</p> <p>土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社</p>	<p>10</p> <p>金齡日 10AM-3PM 家電常識及保養 11:00AM 法律講座：加拿大憲法小學堂 1:00PM 兒童華語進階 4:00PM 桌球社</p>	<p>11</p> <p>平甩&太極 8:15AM 兒童華語初級 3:30PM 桌球社</p>	<p>12</p> <p>健行社 9:15AM 溫哥華東區賞櫻路段 桌球社</p>
<p>13</p> <p>桌球社</p>	<p>14</p> <p>鄭子太極拳 10:00AM 土風舞 10:00AM 桌球社</p>	<p>15</p> <p>平甩&太極 8:15AM 身心靈講座 10:00AM 120歲不是夢 桌球社</p>	<p>16</p> <p>土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社</p>	<p>17</p> <p>金齡日 10AM-3PM 創藝學堂 12:30PM 桌球社</p>	<p>18</p> <p>Good Friday 休館</p>	<p>19</p> <p>健行社 9:15AM Mountain Park, Burnaby 桌球社</p>
<p>20</p> <p>桌球社</p>	<p>21</p> <p>Easter Monday 休館</p>	<p>22</p> <p>平甩&太極 8:15AM 桌球社</p>	<p>23</p> <p>土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社</p>	<p>24</p> <p>金齡日 10AM-3PM 平甩功太極拳 11:00AM 健康講座：樂活認識耳穴緩解失眠頻尿保健預防疾病 1:00PM 桌球社</p>	<p>25</p> <p>平甩&太極 8:15AM 兒童華語初級 3:30PM 桌球社</p>	<p>26</p> <p>飲食衛生初級 9:00AM 健行社 9:15AM Tynehead Regional Park, Surrey 桌球社</p>
<p>27</p> <p>復健運動操 2:00PM 桌球社</p>	<p>28</p> <p>鄭子太極拳 10:00AM 土風舞 10:00AM 桌球社</p>	<p>29</p> <p>平甩&太極 8:15AM 台式高粱酒 10:00AM 香腸DIY 桌球社</p>	<p>30</p> <p>土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社</p>	<p>訂閱電子報</p> 		