



主曆 2026 年 2 月 8 日(甲年)

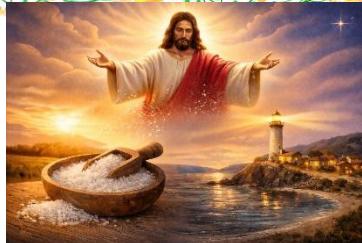
## 常年期第五主日



### 神父片語

李志雄神父(耀漢小兄弟會)

Fr. Chi Hung Ly, CSJB



### 從自己開始，活出鹽與光的精神

瑪竇福音 5:13-16

親愛的弟兄姊妹：

在今天的福音中，耶穌對門徒說：「你們是地上的鹽……你們是世界的光。」這不是一個榮耀的稱號，而是一份生活中的使命。鹽若失了味，光若被遮住，便無法完成它們存在的目的。同樣，基督徒若只停留在名義上，而沒有在日常生活中活出信仰，福音的力量也會被削弱。

這正是我們堂區正在推動的方向——八年牧民計劃《從自己開始的信仰更新之路》。堂區的更新，並非先從外在結構或活動開始，而是從每一位教友內心的轉化開始；從「我」願不願意改變，開始發生。

親愛的弟兄姊妹，為了幫助教友更具體地實踐「從自己開始」，堂區八年計劃我提出了三個行動方向，讓我們能在日常生活中，活出鹽與光的精神。

第一，以祈禱更新內心——每天為天主留一個位置。信仰的根基來自與天主的關係。無論是每天片刻的默想、誦念一段聖經、和家人一起祈禱，告解，參與彌撒領聖體，我邀請每位教友重新把天主放在生命的中心。當心被天主的光照亮，我們自然能成為照亮他人的光。

第二，以生活見證信仰——在平凡中活出福音。鹽的作用是在日常中發揮。我們被邀請在家庭中多一份包容，在工作與學習中保持誠實，在人際關係中選擇寬恕與尊重。這些看似微小的選擇，正是福音最有力量的見證。

第三，以關懷建立團體——讓堂區成為有溫度的家。光不是孤單地照亮自己，而是為了照亮周圍的人。八年計劃也鼓勵教友更積極參與堂區生活，關心有需要的人，主動伸出援手，讓堂區成為彼此扶持、彼此陪伴的信仰家庭。我們要活出「聖堂是我家，不分你我他」的精神。

親愛的弟兄姊妹，耶穌說：「願人看見你們的好行為，光

# 天主教聖方濟堂 · 華人教務中心

## St. Francis Xavier Parish · Chinese Catholic Centre

438 Great Northern Way, Vancouver, B.C. V5T 4S5

電話 Tel: 604-254-2727 傳真 Fax: 604-254-7557

電郵 Email: [parish.sfx@rcav.org](mailto:parish.sfx@rcav.org) 網址 Website: <http://sfx.rcav.org>

Sunday, 8th February, 2026 (Year A)

## Fifth Sunday in Ordinary Time

榮你們在天之父。」我們的行動不是為了表現自己，而是讓人透過我們，看見天主的愛仍然活在這個世界中。

今天，耶穌邀請我們不要等、不要推、不要比較，就從自己開始。讓我們在這八年的信仰更新之路上，一步一步地活出鹽的味道、光的溫度，讓我們的家庭、堂區、社會，因著我們的改變，慢慢被天主的愛更新。

願仁慈的上主常常保佑我們。

李志雄神父 CSJB

### “Live as Salt and Light of the World”

Dear brothers and sisters in Christ,

in today's Gospel, Jesus says to his disciples, "You are the salt of the earth and the light of the world". This isn't simply a title, but a mission in life. Salt that has lost its taste and light that is hidden away cannot fulfill the purpose for which it was created. Likewise, if we are Christian only in name, but do not live out our faith in our daily lives, the power of the Gospel would be weakened. This Gospel message is the direction of our parish with our eight year pastoral goal. The renewal of our parish does not start with our structure or functions, but rather with the heart of each of our parishioners. Transformation happens when we are willing to change to cooperate with God's will for us.

Dear brothers and sisters in Christ, in order to help our parish community to strive tangibly for our eighty year pastoral goal, I would like to recommend three action plans that will allow us to live out the spirit of salt and light.

First, we need to renew our hearts with prayer - we must leave room for God each and every day. Our faith is rooted in our relationship with God. We can spend time each day meditating, reading scripture or praying as a family; we should also frequent the sacrament of confession and attend daily masses whenever possible. I want to invite everyone to put Jesus at the centre of our lives. When our hearts are illuminated by God's love, we will naturally reflect this light onto others.

...To be continued on p.3

### 堂區司鐸

李志雄 神父(主任司鐸)

張世協 神父(助理司鐸)

### Pastor

Rev. Chi Hung (Joseph) Ly, CSJB

### Assistant Pastor

Rev. Thomas Truong, CSJB

### 感恩禮時間

星期六提前感恩禮: 下午四時半 (國語)

主日感恩禮: 上午八時正 (粵語)

上午九時半 (粵語)

上午十一時十五分 (英語)

下午二時 (國語)

平日感恩禮: 頤園 星期一至星期六上午八時

聖方濟堂 星期一至星期六上午九時

修和聖事 彌撒後或預約: 604-254-2727

明供聖體小堂, 每日上午八時至晚上七時

### Mass Schedule

**Saturday Anticipated Mass:** 4:30pm (Mandarin)

**Sunday Masses:** 8:00am (Cantonese)

9:30am (Cantonese)

11:15am (English)

2:00pm (Mandarin)

**Weekday Mass :** Happy Manor 8am Monday to Saturday

SFX Parish 9am Monday to Saturday

**Reconciliation** After Mass or By appointment: 604-254-2727

The Adoration Chapel is open from 8am to 7pm every day

天主教聖方濟堂  
華人教務中心

# 病人傅油彌撒及 年廿七迎春長者宴

2026年2月14日(星期六) 年廿七  
上午11時 病人傅油彌撒  
Feb 14, 2026 at 11:00am Anointing of the Sick Mass

病人傅油彌撒後隨即舉行《年廿七迎春長者宴》，歡迎教友陪同長者一同出席。  
費用每位\$15, 70歲或以上長者費用全免。  
有意參加者請於主日彌撒後，到堂區活動中心(PLC)登記。  
如長者需要接送，請於登記時提供接送地址，堂區會作出安排。  
Mass followed by luncheon at the Parish Life Centre (PLC). You are invited to accompany your senior family members. Tickets are \$15 per person. Seniors over 70 years old are free of charge. Please register at the PLC after Sunday Masses. For seniors who need to be picked up, please provide the address when registering. The Parish will make arrangements for the pickup.

如有意於當天協助接送長者的兄弟姊妹，或查詢長者宴詳情，請聯絡：  
Volunteers willing to offer senior pick up service on the day of or other inquire regarding the luncheon, please contact:  
Vivian Chan 604-992-0636  
Louie Lui 604-318-2668

天主教聖方濟堂：  
家庭牧民 (Family Ministry) & 聖母軍 (Legion of Mary)  
438 Great Northern Way, Vancouver, B.C. V5T 4S5

溫哥華天主教聖方濟堂  
St. Francis Xavier Parish

# 新春彌撒及團拜 Lunar New Year Celebration

農曆除夕團圓感恩祭  
Lunar New Year Eve Chinese Mass  
2月16日(星期一) 上午10時 Feb 16 (Monday) 10:00AM  
家庭日公眾假期 Family Day Statutory holidays

丙午年新春大年初一  
Lunar New Year Day Chinese Mass  
2月17日(星期二) 上午9時 Feb 17 (Tuesday) 9:00AM  
農曆新春求恩中文感恩祭

丙午年新春大年初六  
Lunar New Year Cantonese, Mandarin & English Trilingual Mass & Rite of Honouring Ancestor  
2月22日(星期日) 上午10時 Feb 22 (Sunday) 10:00AM  
新春主日廣東話、普通話、英文三語感恩祭及敬拜天主、紀念祖先大典  
彌撒後舉行春節團拜，歡迎教友攜同賀年糕點與神父、修女們互相祝福，分享新一年到來的喜悅。  
請注意：當日早上11時15分及下午2時彌撒將會取消  
After Mass, parishioners are welcomed to bring festive treats to share blessings with priests and sisters in Lunar New Year Tea Party, expressing mutual joy for the upcoming year.  
Please note: 11:15am and 2:00pm Masses will be canceled.

## 四旬期粵語退省

LENTEN RETREAT IN CANTONESE

耶穌基督

常是一樣。  
昨天、今天、直到永遠，

主講神師：龔家仁執事  
Deacon Andrew Kung

日期：2026年2月28日(星期六)  
上午9時 - 彌撒聖祭  
上午10時至下午3時45分 - 退省

退省內容：講座、拜苦路、朝拜聖體、修和聖事、聖體降福

請各位參加退省的教友自備午餐及有蓋水杯

溫哥華聖方濟堂 St. Francis Xavier Parish  
438 Great Northern Way, Vancouver, BC V5T 4S5  
查詢: Lisa Leung (604) 781-5405

## LENTEN RETREAT

THE TEMPTATION OF JESUS IN THE DESERT AS A GUIDE FOR OUR LENTEN JOURNEY

Spiritual Director: Deacon Tony Gray

March 1, 2026 (Sunday)  
11:15am Holy Mass  
1:15 - 4:45pm Retreat

St. Francis Xavier Church  
438 Great Northern Way, Vancouver BC  
Contact: Pamela Ho (604) 763-7782



## 平日感恩祭意向 Intentions For Daily Eucharist

日期 Date	意向 Intention	奉獻者 Offered by
主日 Sunday 2月 8 日	為全體信友 求恩 主賜平安 為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 為身體健康, 平安快樂 求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 為 John Jiang 及兩女兒求恩 主佑恩寵滿溢 謝恩 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	本堂神父們 Yvonne Chan Janice Ip Mavy & Vyanna Cheung Teresa Lu Teresa Lu Nick & Cass Janice Ip & Family
星期一 Monday 2月 9 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 謝恩 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	Janice Ip Teresa Lu Yvonne Chan Janice Ip & Family
星期二 Tuesday 2月 10 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 追悼 母親 / 嫂嫲 何有葉 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	Janice Ip Teresa Lu 李宅 Janice Ip & Family
星期三 Wednesday 2月 11 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 謝恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 為 John Jiang 及兩女兒求恩 主佑恩寵滿溢 追悼 Josephine Chan 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	Janice Ip Eric & Maria Lau Teresa Lu Teresa Lu Joseph Chan Janice Ip & Family
星期四 Thursday 2月 12 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 為 John Jiang 及兩女兒求恩 主佑恩寵滿溢 追悼 母親 何桂卿 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	Janice Ip Teresa Lu Teresa Lu Francis & Emily Janice Ip & Family
星期五 Friday 2月 13 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 為 John Jiang 及兩女兒求恩 主佑恩寵滿溢 追悼 施華文 追悼 葉氏大家姐 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英	Janice Ip Teresa Lu Teresa Lu 施素蘭家人 李宅 Janice Ip & Family
星期六 Saturday 2月 14 日	為 Stephen & Ivy Lee 健康求恩 求恩 為父母親人求恩(主寵滿溢, 身體健康) 為 John Jiang 及兩女兒求恩 主佑恩寵滿溢 為 Pat Li, 黃佩卿 健康 求恩 為 Oliver Anthony Wong 求祝福 為 Oliver Anthony Wong 及家人謝恩 追悼 Josephine Chan 追悼 父母親 葉樹鏞, 葉盧惠英 追悼 Mary 吳敘行	Janice Ip 王繼群 Teresa Lu Teresa Lu 堂區活動中心 SFX Parish Photo Team SFX Parish Photo Team Joseph Chan Janice Ip & Family 朱方明, 朱佳嘉

若要查詢或發現錯漏之處, 請與敬雅潔修女聯絡:  
604-254-2727 內線 105 或電郵 [sfx.parish.bulletin@gmail.com](mailto:sfx.parish.bulletin@gmail.com)

.....Continued from page 1 .....

Second, we need to be witnesses of our faith - we must live out the Gospel in our ordinary lives. Salt is a very common item and its function is simple and plain. We are asked by God to be forgiving in our family, to be genuine in our workplace and school, and to be merciful and respectful in society. These are small decisions but are powerful tools of witnessing to the Gospel.

Third, we need to build our community upon compassion - we must allow our parish community to feel like home. Light is not selfish and does not illuminate itself, but its surroundings. Our eighty year goal encourages our parishioners to participate actively in our parish events, to care for those in need and support each other as a family would. We need to live out the spirit of unity so that we put the needs of others before ourselves.

Dear brothers and sisters in Christ, Jesus tells us that when others see us do good, our Father in heaven is glorified. Our action isn't simply for our own sake, rather it is so that others may see that God's love is alive and active in the world. Today, Jesus wants us to not wait, not ignore our responsibility and not compare ourselves with others; we must start with ourselves. Let us walk steadily on the path of reaching our eighty years goal. With each step, may we provide flavour with our salt and warmth with our light. May our families, our parish community, our society be transformed by God's love mediated through each of us.

May the merciful God bless us and guard us always.

Fr. Chi Hung Ly, CSJB

### 二零二六年教宗二月份的祈禱意向 請為身患不治之症的兒童祈禱

願身患不治之症的兒童及其家人得到必要的醫療照護和支持, 永不失去力量和希望。

### Pope's prayer Intention for February 2026 For Children with Incurable Diseases

Let us pray that children suffering from incurable diseases and their families receive the necessary medical care and support, never losing strength and hope.

### Rite of Christian Initiation of Adults (RCIA) Coordinator email: [rcia.sfx@gmail.com](mailto:rcia.sfx@gmail.com)

#### 成人慕道班

負責人聯繫: [rcia.sfx@gmail.com](mailto:rcia.sfx@gmail.com)



# 堂區及教區消息

## Parish and Archdiocesan News



### \* 聖方濟堂八年牧民計劃：

天主教聖方濟堂正式推動「八年牧民計劃（2025–2033）」，期望在祈禱、培育、共融與福傳中，陪伴教友穩步前行，在基督內不斷更新。

為堂區成立 100 週年作準備應從自身開始，李神父為教友預備了八年牧民計劃的第一個步驟的資料，彌撒後請大家在聖堂門口領取一份中文版或英文版的八年牧民計劃之「從自己開始的信仰更新之路」。

李神父誠邀並鼓勵堂區善會及小組積極參與及支持此牧民計劃的推行。敬請各位負責人將《堂區八年牧民計劃之「從自己開始的信仰更新之路」》轉發予各成員，並安排時間一同閱讀、分享及反思其內容。謝謝。

### \* 2025 退稅收據

2025 退稅收據已經準備好，堂區辦事處員工將在星期日(2月15日和2月22日)於堂區辦事處派發退稅收據。如果您無法在週日領取，請幫助我們節省郵費，可以在堂區辦事處於辦公時間領取(星期一至星期五，上午八時半到下午四時)，若你有什麼問題，請與堂區辦事處聯絡，電話 604-254-2727。

### \* 2月14日(星期六) 病人傅油彌撒及年廿七迎春長者宴

李神父將於2月14日(星期六)上午11時為60歲以上長者及病弱者舉行病人傅油彌撒，在彌撒中施放傅油聖事。10時30分開始頌唸玫瑰經。彌撒後於堂區活動中心(PLC)舉行年廿七迎春長者宴，歡迎教友帶同長者一同出席，費用每位\$15，70歲或以上的長者費用全免。如欲參與者請於主日彌撒後到堂區活動中心(PLC)登記。若長者需要接送，請於登記時提供接送地址，堂區會作出安排。

另外，此次活動需要義工在當天幫忙接送長者。如有意為長者服務的兄弟姊妹或查詢長者宴詳情，請聯絡：Vivian Chan 604-992-0636 或 Louie Lui 604-318-2668

### \* SFX Parish 8-Year Pastoral Plan:

St. Francis Parish has officially launched the Eight-Year Pastoral Plan (2025–2033), with the hope that, through prayer, formation, communion, and evangelization, we may accompany our parishioners as they move forward steadily and be continually renewed in Christ.

In preparation for the 100th anniversary of our parish, we are invited to begin this journey with personal renewal. Father Ly has prepared materials for the first step of the Eight-Year Pastoral Plan. After Mass, please pick up a copy of the Chinese or English version of the Eight-Year Pastoral Plan resource entitled "A Journey of Faith Renewal Beginning with Oneself" at the church entrance.

Father Ly sincerely invites and encourages all parish sodalities, ministries, and small groups to actively participate in and support the implementation of this pastoral plan. Leaders are kindly asked to forward "A Journey of Faith Renewal Beginning with Oneself" to all members, and to arrange time to read, share, and reflect on the contents together.

Thank you for your cooperation and support.

### \* 2025 Tax Receipts

2025 Tax receipts are ready for pick up. Parish office staff will be distributing the tax receipts on Sundays Feb 15 and Feb 22 at parish office. If you cannot pick up by these Sundays and please help us to save the postage, kindly pick up the tax receipts at parish office during regular hours (Monday to Friday 8:30am - 4pm). If you have any questions, please contact parish office at 604-254-2727.

### \* February 14 (Sat) Anointing of the sick Mass and Senior Luncheon

There will be a special mass with Anointing of the sick celebrated by Fr. Ly. The date will be Saturday, February 14 at 11:00 am. All parishioners over 60 years of age and those with needs are welcomed. 10:30 am will start to recite the Rosary. It will be followed by a luncheon at Parish Life Centre (PLC). You are welcome to take your senior family members to attend. The fee is \$15 per person. Seniors over 70 years are free of charge. Those who like to attend, please register at the PLC after Sunday Masses. For seniors who need to be picked up, please provide the address when registering. The parish will make arrangements for the pick up.

In addition, the parish needs volunteers to help pick up and drop off the seniors on the day. If you are willing to serve the seniors or inquire about the details of the Senior Luncheon.

Please contact: Vivian Chan 604-992-0636,

Louie Lui 604-318-2668

本通訊歡迎各團體及善會刊登活動消息，雙語為佳，並於每星期四晚上八時截稿，如欲刊登照片或圖片，請於星期三晚上八時投稿，  
稿件請電郵至 [sfx.parish.bulletin@gmail.com](mailto:sfx.parish.bulletin@gmail.com)。本堂神父保留刊登稿件的一切權利，不得異議。

請注意：非本堂的團體或其將舉行的活動不在聖方濟堂行事曆中，請預先發電郵提交申請：parish. [sfx@rcav.org](mailto:sfx@rcav.org) 及副件(cc) [sfx.parish.bulletin@gmail.com](mailto:sfx.parish.bulletin@gmail.com)，經本堂神父批核後，堂區辦事處會發電郵回覆及堂區通訊小組會安排刊登。

\* 2月16日(星期一) 農曆除夕(家庭日假期)

上午10時：舉行農曆除夕團圓彌撒

請注意：當日早上9時彌撒將會取消

\* 2月17日(星期二) 丙午年新春大年初一

上午9時：舉行農曆新春求恩中文感恩祭

\* 2月18日(星期三) 四旬期聖灰禮儀日

上午9時05分：學校英語彌撒及聖灰禮儀，彌撒中舉行施放聖灰

晚上7時：團體修和聖事

晚上8時：中文彌撒及聖灰禮儀，彌撒中舉行祝福及施放聖灰，鼓勵教友踴躍參禮

《守齋》

當日教友須按教會規定守大、小齋。

所有十四歲以上的教友須守小齋，即當天應放棄取用熱血動物的肉類食品。所有十八至五十九歲的教友須守大齋，即除了放棄取用熱血動物的肉類食品外，當天只可以飽食一餐，其餘時間只可飲用流質飲品，但不能進食其他食物。(藥物除外)

\* 2月22日(星期日) 丙午年新春大年初六

上午10時：舉行新春主日廣東話、普通話、英文三語感恩祭及敬拜天主、紀念祖先大典

彌撒後舉行春節團拜，歡迎教友攜同賀年糕點與神父，修女們互相祝福，分享新一年到來的喜悅。

請注意：當日早上11時15分及下午2時彌撒將會取消。

\* 2月28日(星期六) - 粵語四旬期退省

主題：「耶穌基督---昨天，今天，直到永遠，常是一樣。」

主講神師：龔家仁執事 (Deacon Andrew Kung)

彌撒：上午9時

退省內容：上午10時至下午3時45分

(講座、拜苦路、朝拜聖體、修和聖事、聖體降福)

查詢/登記：Lisa Leung (604) 781-5405

請各位 \*自備午餐及有蓋水杯\*

\* 3月1日(星期日) - 英語四旬期退省

主題：“The Temptation of Jesus in the desert as a guide for our Lenten Journey”

神師：Deacon Tony Gray

彌撒：上午11時15分

退省：下午1時15分至下午4時45分

查詢/登記：Pamela Ho (604) 763-7782

\* Feb 16 (Monday) Lunar New Year Eve (Family Day Holiday)

10:00AM: Lunar New Year Eve Chinese Mass (No Mass at 9am)

\* Feb 17 (Tuesday) Lunar New Year Day

9:00AM: Lunar New Year Day Chinese Mass

\* February 18th Ash Wednesday

9:05 AM English School Mass with distribution of Ashes

7:00 PM Communal Penitential rite

8:00 PM Chinese Mass with distribution of ashes.

《Fasting》

For members of the Catholic Church, the norms on fasting are obligatory from age 18 to 59. When fasting, a person is permitted to eat one full meal, as well as two smaller meals that together are not equal to a full meal. The norms concerning abstinence from meat are binding upon members of the Catholic Church from age 14 onwards.

\* Feb 22 (Sunday) Lunar New Year Celebration

10:00AM: Lunar New Year Cantonese, Mandarin & English Trilingual Mass & Rite of Honouring Ancestor

After Mass, parishioners are welcomed to bring festive treats to share blessings with priests and sisters in Lunar New Year Tea Party, expressing mutual joy for the upcoming year.

Please note: 11:15am and 2:00pm Masses will be canceled.

\* February 28 (Saturday) - Cantonese Retreat

Theme: 「耶穌基督---昨天，今天，直到永遠，常是一樣。」

Spiritual Director: 龔家仁執事 (Deacon Andrew Kung)

Mass: 9:00 am.

Retreat: 10:00 am to 3:45 pm.

(Retreat Content: Lecture, the Stations of the Cross, Eucharist Adoration, the Sacraments of Reconciliation and Benediction.)

Inquiry/Registration: Lisa Leung (604) 781-5405

Please \* Bring your own lunch and a covered water bottle \*

\* March 1 (Sunday) - English Retreat

Theme: "The Temptation of Jesus in the desert as a guide for our Lenten Journey"

Spiritual Director: Deacon Tony Gray

Mass 11:15am

Retreat: 1:15 pm to 4:45 pm.

Inquiry/Registration: Pamela Ho (604) 763-7782

## \* 哥倫比亞騎衛會會員卡發放

哥倫比亞騎衛會將於二月十五日（星期日）在早上每台彌撒後在堂區服務中心派發會員咭，如果你還未交會費或其他需要，可前來與當值兄弟接觸。

## \* 聖堂插花組誠意招募志願者

現誠邀有插花經驗的弟兄姊妹，加入聖堂插花組，每週五上午奉獻約2-3小時，一同為聖堂準備鮮花，以美麗的花藝光榮天主。服務內容包括：

- ✿ 購買鮮花
- ✿ 插聖堂鮮花
- ✿ 清理舊花及搬運花盆

您的雙手，能讓聖堂更溫馨、讓祈禱更美好。有意參與者，請聯絡 Florence Cheng ☎ 604-649-2829

✿ 感謝您以行動回應召叫，無私奉獻！

## \* 愛❤廚房

為慶賀馬年來臨，提供蘿蔔糕，芋頭糕，焗年糕，歡迎訂購，每盤售價\$20。詳情如下：

每星期有兩日的取糕時段。由二月一日至十五日：

- 星期六：下午3:00至5:00
- 星期日：早上8:30至11:30。

取糕地點：學校廚房

取糕時請自備環保袋。星期四為每週的訂糕限期。

請 WhatsApp 聯絡： Susan:778-838-3912 /

Maria:778-230-3902 / Petty:236-778-8042

## \* 天主教徒遺產與紀念規劃研討會（粵語）

這是一項免費講座，旨在為您提供寶貴的資訊與資源，幫助您為未來作好周全準備。

日期：2026年3月4日（星期三）

時間：上午11時30分至下午1時

地點：天主教聖方濟堂 - PLC 堂區活動中心

研討會內容包括：

- 立遺囑的重要性及如何選擇合適的遺囑執行人
- 遺囑認證（Probate）程序、費用及如何避免進行遺囑認證
- 授權書與監護人的安排
- 透過慈善捐贈獲得的稅務減免
- 醫療護理計劃的實用建議
- 天主教殯葬禮儀的意義與提前規劃的好處

參加者將獲贈《天主教徒遺產與紀念規劃指南》，並可使用我們的網上工具和實用資源，以協助您作進一步規劃。

請於此網站登記：

<https://beholdvancouver.org/events/estate-and-memorial-planning-for-catholics-chinese>

如有查詢，歡迎聯絡堂區辦事處的 Helen 電郵：[parish.sfx@rcav.org](mailto:parish.sfx@rcav.org) 或電話：604 254 2727。

誠邀您蒞臨參與，讓我們一起邁出這重要的一步，為自己與摯愛的家人帶來安心與保障。

## \* K of C Membership card distribution

Knights of Columbus membership cards will be distributed in the PLC on Sunday, February 15<sup>th</sup> instead of 8th after the morning masses.

## \* Parish Flower Arrangement Ministry – Volunteers Needed

We warmly invite brothers and sisters with experience in flower arrangement to join our Parish Flower Arrangement Ministry. Volunteers are asked to serve 2-3 hours every Friday morning, assisting with:

- ✿ Purchasing flowers
- ✿ Arranging flowers for the church
- ✿ Carrying flower pots around the church and cleaning up old flowers.

Your service will help beautify our parish and support our community's prayer life. If you are interested, please contact:

Florence Cheng ☎ 604-649-2829

Thank you for your generous spirit and loving service!

## \* Caring ❤ Kitchen

Cake Sales to celebrate the Year of Horse with Lo Bak Go, Taro Go and baked CNY cake, (\$20 each).

Ordering details are as follows : There are 2 days per week to pickup your orders : From Feb 1 to 15.

Pickup time: Sat: 3pm to 5pm; Sun: 8:30am to 11:30am

Pickup at: School Kitchen \*please bring your own recycle bags\*

**Order deadline is Thursday of the week.**

Contact Persons WhatsApp at: Susan : 778-838-3912 / Maria 778-230-3902 / Petty : 236-778-8042

## \* Estate and Memorial Planning Seminar (in Cantonese),

Date: March 4, 2026 (Wednesday)

Time: 11:30 AM - 1:00 PM

Location: St. Francis Xavier Parish – Parish Life Centre (Parish Hall)

What You Will Learn:

- Importance of a Will and choosing the right Executor
- Understanding the Probate process, fees, and how to avoid them
- Power of Attorney and guardianship
- Tax benefits of charitable giving
- Healthcare planning tips
- The beauty of the funeral rite and making pre-need funeral arrangements

Attendees will receive a complimentary Catholic Estate and Memorial Planning Guide, along with access to online tools and practical resources to assist in your planning journey.

Register at:

<https://beholdvancouver.org/events/estate-and-memorial-planning-for-catholics-chinese>

If you have any questions, please contact Helen at the parish office at email address [parish.sfx@rcav.org](mailto:parish.sfx@rcav.org) or phone number 604 254 2727.

I look forward to seeing you there and helping you take this important step toward securing your future and providing peace of mind for your loved ones.



溫哥華天主教聖方濟堂  
St. Francis Xavier Parish

FEB 18, 2026 (WEDNESDAY)

2026年2月18日 (星期三)

9:05 am English School Mass with distribution of ashes  
學校英語彌撒及聖灰禮儀，彌撒中舉行施放聖灰

7:00 pm Communal Penitential Rite  
團體修和聖事

8:00 pm Chinese Mass with distribution of ashes  
中文彌撒及聖灰禮儀，彌撒中舉行祝福及施放聖灰

#### Fasting

For members of the Catholic Church, the norms on fasting are obligatory from age 18 until age 59. When fasting, a person is permitted to eat one full meal, as well as two smaller meals that together are not equal to a full meal. The norms concerning abstinence from meat are binding upon members of the Catholic Church from age 14 onwards.



#### 《守齋》

當日教友須按教會規定守大、小齋。  
所有十四歲以上的教友須守小齋，即當天應放棄取用  
熟血動物的肉類食品。所有十八至五十九歲的教友須  
守大齋，即除了放棄取用熟血動物的肉類食品外，當  
天只可以飲食一餐，其餘時間只可飲用流質飲品，但  
不能進食其他食物。（藥物除外）



## 天主教徒遺產與紀念規劃研討會

2026年3月4日 (星期三)

上午11時30分至下午1時

天主教聖方濟堂 - PLC 堂區活動中心

#### 講者:



Rick Lam  
林詒良先生, 財務顧問,  
Rick Lam Financial



Shermin Chan  
陳佩妍小姐, 天主教溫哥華  
總教區發展事務主任,  
Archdiocese of Vancouver



Danny Yuen  
袁秋華先生,  
天主教慕園家庭服務顧問,  
Gardens of Gethsemani

此次講座將提供有關遺產規劃  
的基礎知識，包括如何選擇合適  
的遺囑執行人、遺囑認證、授權  
書和慈善捐贈的稅務優惠，以及  
有關醫療保健計劃的簡介。  
你亦將了解天主教殯葬禮儀之  
美以及提前規劃準備的好處。  
此講座為您提供遺產及紀念儀式的  
規劃指南、線上工具和實用資源。

## 2月10日 聖思嘉 (St. Scholastica 480—542)

雙胞胎常會在一些特定的想法  
與興趣上有相同的熱度；無怪  
乎，聖女思嘉與她的雙胞胎兄長  
聖本篤，會在距離彼此不遠的地  
方同時創建了隱修院。

聖女與她的兄長本篤誕生於  
480年（出生地在義大利的諾西  
亞），他們在一個很富有的家庭裡一起成長，直到本篤  
前往羅馬讀書時，二人才短暫地分離。關於聖女早年  
的生活，我們所知甚少。她在Plombariola的加西諾山  
(Monte Cassino)，為婦女創建了一座隱院，該處距離  
她兄長本篤所建立的團體，僅距離五哩之遙而已。

這對雙胞胎兄妹每年會在附近的農舍中彼此會晤一  
次，這是因為本篤自己規定，女性不得進入男隱院內；  
他們只能藉由這些會晤的機會，彼此討論屬天的事物。  
按《聖大額我略的對話錄》所載，這對兄妹在世的最後  
一天是在祈禱與對話中度過的；思嘉由於已意識到自己  
死亡的時刻已到，因此懇請她的兄長本篤能陪同她直到  
次日。

可是，本篤拒絕了聖女，因為他認為修道人在修院外  
過夜並不妥，違反了他自己所訂下的會規。為了讓其兄

長留下，聖女便向天主祈求。於是，雷聲大作、滂沱大雨便從天而降，聖本篤與他的修士們便因大雨而無法回去會院了。

本篤見狀便呼喊道：「妹妹，願天主寬赦妳！妳究竟做了  
什麼呢？」思嘉回答說：「我請你留下，你拒絕了；我只好向  
天主請求，而祂卻應允了我！現在，你若能回去，就離開我回  
到你的隱修院去吧！」

在促膝長談一夜之後，這對兄妹隔天早晨便各自回會院去  
了。三天後，本篤在會院內祈禱時，在異象中看見了妹妹的靈  
魂以一隻白鴿的樣式往天堂飛奔而去。於是，本篤便向其他修  
士宣佈聖思嘉的死訊，並將其安葬在原先預備給自己的墳墓  
內。

聖女約在542年過世，不久後，她的兄長聖本篤也隨著過世  
了。

「...妹妹勝過了哥哥，並不足為奇，因為按聖若望的話：  
『天主是愛』，那麼，誰愛得更多，便能做得更多。

三天後，當天主之人站在斗室中舉目望天時，看見他妹妹  
的靈魂，藉著鴿子的形狀出離肉體，昇入雲霄。他因妹妹受到  
如此榮耀而欣喜莫名，便以詩歌讚頌並感謝全能的天主；又派  
弟兄們前去，把妹妹的遺體抬到隱修院來，安葬在為他自己所  
預備的墓穴裡。

這樣，兄妹的心靈既然在天主內合而為一，墳墓也沒有使  
他們的遺體分離。」



ROYAL PACIFIC  
REALTY  
怡富地產



杜子龍

Samuel Toa

Personal Real Estate Corporation

604-710-1717

samueltoa@gmail.com

經驗豐富 忠誠服務 免費估價 保證滿意

再次多謝我們多年的客戶，天主保佑



永利肉食

服務大溫地區多年  
供應高級會所食肆  
歡迎訂購  
604-329-8862(麥太)

FLOWERS ON 22

Wedding · Funeral · Bouquet · Party

婚禮 · 悼念 · 花束 · 派對

672-276-2980

2980 E 22nd Ave, Vancouver BC  
fleurdebrise.studio@gmail.com  
www.flowerson22.com



We are Here to Help · 我們在此協助您

Serving Our Catholic Community Since 1908  
從1908年起誠心服務天主的子民們



Kearney  
BURQUITLAM FUNERAL HOME  
FAMILY OWNED



Jeannette Fong

Vancouver Manager  
Funeral Director



Alex Huang

Funeral Director  
Pre-Need Advisor  
殯儀師/殮容師

Claudia Cho

Pre-Need Advisor

Our Team draws from our in-depth knowledge of Catholic tradition to ensure your Loved one's funeral is carried out with dignity and care.

百年家族經營，專業信譽保證，以周詳卓越領先  
專門服務天主教的溫哥華殯儀館，  
為天主教教友辦理安葬安排，  
提供可靠專業殯儀服務。

Call today to ask about our FREE Pre-Planning guide booklet  
and how to save money by locking in costs.

請電話聯絡索取免費手冊和省錢妙招

236 416 0006

Vancouver

604 736 0268 450 West 2<sup>nd</sup> Avenue

New Westminster | Burnaby | Burquitlam | Cloverdale | Fraser Valley

www.KearneyFS.com

www.BurquitlamFuneralHome.ca

RSR Family Holdings Ltd.

**Yuen Tai Hong  
Herbal Centre**

530 Main St, Vancouver, BC V6A 2T9  
(778) 688-8937

麥草燕窩 京果海味 中國名茶 保健良藥



**Andrew Law**

羅崇基

778 889 0665

andrew@lawrealty.ca

住宅, 商業, 投資地產買賣  
Buy and Sell Residential,  
Commercial, Investment Properties



All Natural Chinese Health Clinic Ltd

張文君中醫、針灸診所

BC Registered TCM & Acupuncturist

世代傳承  
針到病除  
平衡氣血  
治病強身

擁有 30 年臨床治療經驗

2573 Kingsway Vancouver BC V5R 5H3

預約電話：604-600-5658 (Wendy Zhang)

電郵：allnaturalchinesehealth@gmail.com

接受 ICBC, WCB, MSP 及額外醫療保險

Edward Jones

edwardjones.ca

Protect your financial future.

- Retirement planning
- Intergeneration planning
- Investing

Call or email me today



Alison Law  
Wealth Management

Alison 擁有 20 多年國際金融經驗，能操流利  
英、粵和國語。

- 有閒錢應該投放在 RRSP 或 TFSA ?
- 境外還有 MPF / 退休金該怎樣處理？
- 剛回流 / 移民到加拿大，稅務上有 什麼  
要注意？

Alison 累積提供免費諮詢，談話內容絕對保密。

Alison Law, CFA, CPA, CMA  
羅翠妍 (財富顧問,投資管理經理)  
電話: 778-682-6323  
電郵: [alison.law@nbc.ca](mailto:alison.law@nbc.ca)  
\*財富積累 \*稅務 \*教育 \*保險  
\*退休 \*個人財富及企業傳承計劃  
\*遺產規劃

National Bank Financial - Wealth Management is a division of National Bank Financial Inc. (NBF), as well as a trademark owned by National Bank of Canada (NBC) that is used under license by NBF. NBF is a member of IIROC and CIPI, and is a wholly-owned subsidiary of NBC, a public company listed on the Toronto Stock Exchange (TSX: NA).



Jake Wang, CFP®, CLU®, CIWM

Financial Advisor

1437 Kingsway  
Ste #201  
Vancouver, BC V5N 2R6  
604-730-5352  
[Jake.wang@edwardjones.com](mailto:Jake.wang@edwardjones.com)  
<https://www.edwardjones.ca/jake-wang>  
(604) 671-2668

Financial goals

- Plan for retirement.
- Have an emergency fund.
- Have insurance.
- Get out of debt.
- Find extra income.

Jesus: And I will ask the Father, and He will give you another Advocate to help you and be with you forever

John 14:16 NLT



Dr. Jimmy Loo 盧錦明牙醫博士  
超過20年牙科治療經驗  
英、國及粵語

5411 West Boulevard Vancouver V6M 3W5

778-907-0734 / 604-218-1298 (Emergency)  
[info@advocatedental.ca](mailto:info@advocatedental.ca)  
[www.advocatedental.ca](http://www.advocatedental.ca)

The Holy Spirit advocates for your soul; we advocate for your smile ☺



換機油、換煞車皮  
電池更換、輪胎更換

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

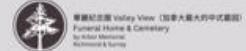
**James Lin**

Manager

**Oil & Brake change, Battery  
replacement Services**

**All Season Tires Specials**

5622 Imperial St.  
Burnaby, BC, V5J 1E9  
604-430-6666 (O)  
604-803-2628 (M)  
604-435-2557 (F)  
[uasi66@hotmail.com](mailto:uasi66@hotmail.com)



**永久福地 · 家族花园 · 骨灰安置**

百年仪式服務 | 支持分期付款 | 定期线下讲座

【免费领取】遗嘱和家庭遗产规划工具



**Jonna Hou**  
778-708-4484  
[houjonna@gmail.com](mailto:houjonna@gmail.com)

(中文 粤语 英文)

C&C Insurance Agencies  
(Richmond) Ltd.  
140-3411 No. 3 Rd, Richmond BC

**Tong(Leslie) Li 李璇**

Insurance Specialist

**604.751.6185**

[tong.li@insuranceany.cc](mailto:tong.li@insuranceany.cc)

Auto / Home / Commercial / Travel

汽車、房屋、商業、旅遊

堅強而信賴的保險專家

On solid rock the house stands firm; with protection, your home is secure. -Matthew 7:25

磐石之上，萬固不倒：保障在旁，家業無憂。-瑪爾福音 7:25

**VIVIAN JUN**

MAKEUP ARTIST

**604.723.7320**

[makeupbyvivianjun@gmail.com](mailto:makeupbyvivianjun@gmail.com)

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

