

2025年11月06日-堂區消息



祝聖拉特朗大殿

厄則克耳:47:1-2, 8-9, 12; 格林多前書 3:9c-11,16-17;
若望 2:13-22

我們需要以現實生活的方式來敬拜永生的上主。既然我們的上主是永生的上主，那麼我們對這位永生上主的敬拜也必須是充滿活力的。這意味著我們在彌撒中參與祈禱和歌唱時應當積極主動，我們在教堂中的舉止應虔誠，因為我們要以悔改和感恩的心，將我們的生命和一切活動獻給祭台上永生的上主。

「主啊，求您以從您寶座流淌而出的慈悲與愛的生命之泉潔淨並更新我們，使我們成為您聖神的真正殿堂，與您的聖子耶穌基督、我們的教宗良一世以及彼此在愛中合而為一。阿門。」



早期教會經歷教難和迫害，達三百多年，終在313年得到自由。當時的君士坦丁大帝，皈依聖教，並將拉特朗宮殿獻給教宗，又於殿旁建一所大殿，供舉行禮儀之用，亦即今日之「拉特朗大殿」，又名「救主大殿」，別名「聖若翰大殿」。324年，由教宗西物斯德祝聖。

拉特朗大殿的祝聖紀念，最初只在羅馬舉行，後因它是羅馬的主教座堂（即宗徒之長、伯多祿繼承人、教宗的座堂），故被尊為「全球聖堂的母堂」。於是，自十二世紀，拉特朗大殿的祝聖紀念，便推行到普世拉丁禮的教會，作為各地教會敬愛聖座和團結一致的象徵，正如安提約基亞的聖依納爵所寫的：聖座「在這充滿愛德的整個團體（教會）中位居首席」。

祝聖拉特朗大殿



梵蒂岡新聞



請為預防自殺祈禱

十一月



教宗影片

教宗全球祈禱網絡



2025年11月意向 請為預防自殺祈禱

願那些與自殺念頭作鬥爭的人，能在各自的團體內找到各自所需的支持、幫助和愛，向美好的生活敞開心扉。



梵蒂岡新聞網 2025年11月05日

教宗公開接見：主耶穌的臨在使我們的生命充滿意義

教宗本月5日在週三公開接見活動中默想了復活基督的臨在。復活的宣告如同堅固的錨：愛永遠戰勝了罪惡，生命終將戰勝死亡。

教宗說，那位“萬世萬代都活著”的主耶穌，承諾永遠與我們同在。祂的臨在使我們的生命充滿意義，也使我们發現對永生的渴望不僅合情合理，而且觸手可及。讓我們祈求復活主幫助我們在各種境遇中都能認出祂的臨在，從而在日常生活中體驗復活主的勝利。而且，“即使在人類歷史看不到一絲曙光的地方”，信徒也能成為復活基督的“見證人”。“在每日的旅程中真心實意相信基督的復活，意味著徹底改變我們的生活，改變自己，從而以基督徒望德溫良與勇敢的力量去改變世界”。



梵蒂岡新聞網 2025年11月02日

教宗：天主在死亡的幽谷中開啟生命之路

愛德戰勝死亡

教宗回顧他最近的一次教理講授，基督“是我們旅途的終點”。祂“保證我們能抵達對岸”，那將是一場“愛的相遇”。天主以這份愛創造了我們，祂的聖子也以這份愛“把我們從死亡中拯救出來”，也正是這份愛，“使我們與所愛之人永遠生活在一起”。教宗強調：“我們只有在愛中生活、在愛中行動，尤其關懷最貧窮和最脆弱的人時，我們才能邁向那條指向終點之路，並與先我們而去的人保持那牢不可破的聯繫。”



人生感語

放棄自己優勢的鱷魚

鱷魚最大的優勢是驚人的咬合力和著名的死亡旋轉，而這些優勢的發揮必須是在水中，鱷魚畢竟不是智者，只是古老的物種，爬行動物的佼佼者，一旦它們放棄自己的優勢等待它們的同樣是死亡。

一條鱷魚從水中爬到岸邊曬太陽，每天清晨是鱷魚最脆弱的時候，它們必須從太陽中吸取熱量，血液快速流動起來，才能渾身充滿了活力。

就在鱷魚感覺體溫恢復正常的時候一頭小獅子怯生生地來到河邊，探頭探腦地想喝水，鱷魚忘記了自己是在河岸上，處於不利的地位，



即使如此，對付一頭小獅子也是綽有餘，但是它忘記了另一點，小獅子通常都是在母獅陪伴下的，母獅會捨命相拼。

果然一頭母獅攔住了鱷魚的退路，一頭母獅攻擊鱷魚的尾巴，一頭母獅伺機攻擊鱷魚的頭部，這樣一來鱷魚不僅首尾不相照應，而且腹背受敵，雖然它竭盡全力拼死一戰，最終也是無濟於事，小獅子的肉沒吃到，自己卻成為了獅子的盤中餐。

這個故事告訴我們放棄自己的優勢，以自己的劣勢對付別人的優勢無異於自尋死路。



一個陽光明媚的早上，袋鼠媽媽抱著袋鼠寶寶去菜場買菜。一路上，她倆有說有笑，別提有多開心。一會兒就到了菜場，哇，菜場裡的菜真多呀！有紫瑩瑩的茄子，黃澄澄的南瓜，身穿綠衣裳的黃瓜，還有活蹦亂跳的海鮮，真是應有盡有。

袋鼠媽媽和寶寶看得傻眼了，這樣也喜歡，那樣也喜歡。她們買了很多很多的菜，足足有兩大包呢。

袋鼠媽媽提著菜，抱著寶寶回家了。沒走多遠，袋鼠媽媽就氣喘吁籲了，豆大的汗珠直往下流，腳步也放慢了。

這時，在媽媽懷裡的寶寶覺得媽媽很累很累了。她想，如果自己繼續讓媽媽抱著，媽媽會累得筋疲力盡的，不行，我得自己走路。

她連忙說：“媽媽，我已經長大了，我想自己走路，你讓我試試，行嗎？”袋鼠媽媽看著懷中懂事的寶寶，露出了滿意的笑容。

我會自己走



她連忙輕輕地放下寶寶，溫和地說：“寶寶，慢慢走，當心摔跤。”寶寶跳到路上，緊緊地跟著媽媽，她一邊走路，一邊還唱歌給媽媽聽呢！寶寶美妙的歌聲消除了媽媽的疲勞，媽媽也情不自禁地哼起了歌。她倆唱著歌興致勃勃地回家了。

在我種下滿天星那天起，我都先把種子照照太陽，如果是雨天，我就會把滿天星收回進來，讓它在裡面避雨。

沒過幾天，芽兒從土裡探出頭來，我要給它喝點水，再放在太陽下，再曬太陽呢！然後我經常給它喝水，曬太陽，它在我的精心照顧之下，根越來越長，但是長得慢極了。

媽媽說：“它們是你的孩子，你要好好地保護它。”我說：“知道了。”

種子要喝水，就喝水，要曬太陽，就曬太陽。我的種子活的多麼快樂，多麼幸福呀！





11月10日-紀念

聖良一世(教宗、聖師)

以下文字節錄自聖良教宗講道集：

「**天**主的普世教會是由不同的階層所組成，然而，這身體雖有許多部分，但卻是個神聖的整體，就如同宗徒保祿所說的：『我們大家都在基督內合而為一』。

在洗禮中，十字架的標記使所有在基督內重生的人成為君王；他們全因聖神的傅油而成為司祭。因此，除了我們這些肩負特殊職務的司祭之外，所有領受精神與超性恩寵的基督徒，也都應知道自己有份於王家的種族與司祭的職務。一個靈魂由於服從天主而做肉體的主人，還有什麼比這更像似君王的？一個人將純潔的良心奉獻與主，並在自己心靈的祭台上，呈上虔誠無玷的犧牲，還有什麼比這更屬司祭的職務呢？」



11月11日-紀念

聖瑪爾定．都爾(主教)

馬爾定年輕時，有一天他出去。時值隆冬，朔風怒號，在城門口遇到一個貧人，衣不蔽體，渾身顫慄，向過路人乞討。走過的人，一文錢也不肯給。瑪爾定好生不忍，想佈施些銀錢，可是一摸口袋，沒有帶錢，就拔出寶劍，將自己的外套，割為兩段，一半送給那貧人，一半留給自己穿。當夜，瑪爾定在睡夢中，耶穌顯現給他，身上穿的就是瑪爾定白天送給貧人的半件外套，耶穌對他說：「瑪爾定，你雖然不過是一個望教徒，你很慷慨，把這半件衣服送給我。」

瑪爾定得了耶穌顯示的特恩，愛主之心，蓬勃如焚，就領洗入教。

“主！假如你的子民仍需要我的話，我願繼續為他們服務。我願承行你的旨意”（聖瑪爾定）





11月12日-紀念

聖若撒法(主教、殉道)

東方禮儀的主教聖若撒法為教會團結而捨身殉道的，因為他死使東正教會的一部分與羅馬聯合。

聖若撒法在若望福音(16：2)宣講時說：“的確，要殺了你的人會以為這樣做就是向上主敬拜。”

他告訴人們：“你們想殺了我。你在街頭，橋樑，高速公路，市場，無處不在的伏擊中等我。我在這裡；我是作為牧羊人來找你們的。

你們知道我很樂意為你們獻出生命。我準備為聖伯多祿及繼任者教皇領導下的教會聯合而死。”



堂區報告



OLPH Parish Pastoral Council (PPC) Annual General Meeting (AGM) will be held on Sunday, **Nov 9, 2025** at 1pm at the Upper Hall. A light lunch will be provided on the day, All parishioners are welcome to join.

永援聖母堂堂區牧民議會週年大會

堂區牧民議會週年大會將於**11月9日**下午一時於上禮堂舉行，當天將有簡便午餐供應，歡迎所有教友參加。

ANCHORED IN CHRIST,
BEACON OF HOPE

Celebrate Catholic Education Sunday
November 22–23, 2025 Masses

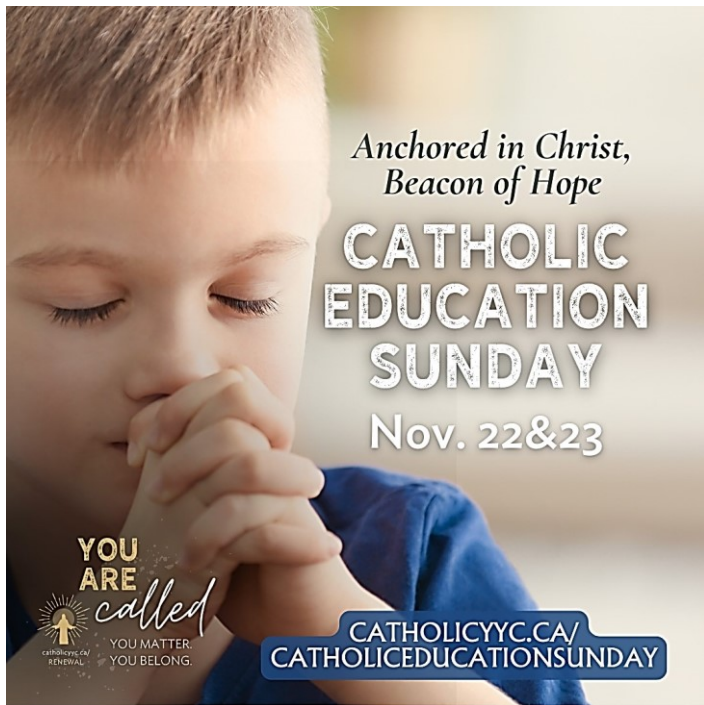


Your donation in support of Catholic education is greatly appreciated.
Please see the bulletin for more information.



為何我們慶祝天主教教育主日

天主教教育是給所有人的恩賜。卡加利天主教學校局（CCSD）轄下 120 所學校、超過 64,000 名學生，正在以基督為中心、滿載信德的團體中學習。藉著您對卡加利天主教教育基金會（CCEF）的支持，我們得以繼續提供資源與機會，培育學生成為基督的門徒。讓我們珍惜這一百四十年的傳承，並承諾共建未來。您今天的奉獻將帶來改變
bit.ly/CCEFCES



*Anchored in Christ,
Beacon of Hope*

**CATHOLIC
EDUCATION
SUNDAY**

Nov. 22&23

**YOU
ARE
called**
YOU MATTER.
YOU BELONG.

CATHOLICYC.CA/
CATHOLICEDUCATIONSUNDAY

There will be a second collection for Catholic Education Sunday in the Diocese of Calgary **on November 22–23, 2025 Masses.** Thank you for your understanding and for your continued witness to the gift of Catholic education.

卡加利教區將於2025年11月22日至23日彌撒期間，為天主教教育主日舉行第二次募款。

感謝您的理解，也感謝您一直以來對天主教教育的奉獻

將臨期靈修活動

將臨期第一主日（11月30日）至將臨期第四主日（12月21日），一連四主日，10時彌撒及11:30彌撒後，在上禮堂有20分鐘由鄔維揚執事及林偉良執事帶領靈修講座，更新基督徒的信仰生活，並準備慶祝即將來臨的聖誕節。

為了鼓勵大家踴躍參加這項靈修活動，堂區各善會輪流為參加教友提供簡單並美味午餐。餐券由11月9日至23日發售，定價為1個主日\$10，4個主日全套票為\$20元。期望大家踴躍參與及購票，但不鼓勵現場購票，以便籌備小組能確定人數，預備食物不浪費、也不欠缺，多謝合作！

將臨期 ADVENT
Peace • Hope • Joy • Love

平安 • 希望 • 喜樂 • 愛

Advent Spiritual Talks & Lunch
將臨期靈修講座及午餐

Date: Nov 30, Dec 7, 14, 21 Time: After 10 a.m. & 11:30 a.m. Mass Cost: \$10/adult 4-week full pass \$20/adult Free for children under 12 Venues: Upper Hall	日期：11月30日、12月7、14、21日 時間：上午10時及11:30彌撒後 收費：每位\$10 4星期全套票每位\$20 12歲以下兒童免費 地點：上禮堂
---	--

Our Lady of Perpetual Help Church
401 Edson Avenue, Calgary, AB, Canada
電話：403-243-7108



10月29日 阮神父帶同聖母像到 Dominic Leung 家舉行家庭玫瑰經聚會，雖然生活忙碌緊張，Dominic 仍然十分用心培育兒子的信仰，實在難能可貴！

Fr. Nguyen brought the statue of the Blessed Virgin Mary to Dominic Leung's home for Family Rosary on October 29. Though with a busy schedule of 3 young children, Dominic is still dedicated to faith & nurturing their son's faith! Bravo!



Family Rosary gathering was held at the new home of Care Lau and her father Che Ming Lau on October 30. Fr. Nguyen also blessed their new home, and representatives from the Pastoral Care Team also joined the prayer gathering.

10月30日在劉潔妍和爸爸劉志明的新居舉行家庭玫瑰經聚會，阮神父並為他們祝聖新居，牧靈關愛組代表也齊來參加。



主日學帶領11月1日的明恭聖體，主日學導師和學生一起唸經祈禱，帶領兒童與基督建立一份更深厚、更親密的關係。騎士會也加入「奉獻耶穌聖心」敬禮，喚醒大家熱愛耶穌聖心，孝愛聖母。



11月1日阮神父、牧靈關愛組成員及一眾教友共32人前往聖瑪利墓園、山景墓園、伊甸墓園及皇后公園墓園為亡者祈禱；特別為已故麥振群神父、王榮和神父、去世教友及親人祈禱。今年校巴由牧靈關愛組贊助，午餐盒十分方便經濟，更感謝山墓園當日免費提供餐廳及飲品給參加者享用。



永援聖母堂公教童軍300旅資
深童軍繼續第二星期收集眼鏡送給加拿大獅子會回收中心，目的是讓發展中國家有需要的人可以免費收到回收再用眼鏡。

Senior scouts continued to collect glasses for donation to the Lions Club recycling center in Canada, with the aim of allowing people in developing countries in need to receive recycled glasses for free.



11月2日聖母會在上禮堂舉行雙月午餐例會，會員及家屬參加午餐共60人，感謝會員們同心合力泡製豐富美味午餐，然後計劃未來數月的活動。

Mary, Queen of China held their bimonthly lunch meeting at Upper Hall on November 2, with a total of 60 members and their families attended the lunch. We thank the members for working together to prepare a delicious meal, and then planned activities for the upcoming months.



Last Sunday donations : \$7,852



THANK YOU, YOUR SPONSORSHIP - 謝謝您的贊助



亞省中文學校 The Chinese Academy

亞省教育廳認可
亞省最大的祖裔語言學校
華文教育示範學校
加拿大註冊慈善機構



註冊或了解詳情

唯一與卡城公立教育局合作，提供 International Baccalaureate (IB) 中文課程的學校
高中每年級 5 學分，共可獲亞省教育廳 15 個高中學分，中文成績可用作報讀大學

- 普通話及粵語課程（設有獎學金和助學金）
 - 主流班：三歲至十二年級（高中 IB 中文及 AP 中文輔導課程）
 - 初學者中文班 Chinese as a Second Language: 一至十二年級（高中 IB 普通話初學者班）
 - 高中函授課程 Independent Studies
- 興趣班：網上英文輔導、網上雅思培訓、數學輔導、羽毛球、親子中文唱遊
- 成人班：交誼舞、健康舞、武式太極拳健身、普通話、粵語、中醫養生



校舍 Campuses: John G. Diefenbaker High School 6620-4 Street NW Calgary 星期六 Saturday 9 am - 4 pm
Sir John A. Macdonald School 6600-4 Street NW Calgary 星期六 Saturday 9 am - 4 pm

校務處及通訊地址 Office & Mailing Address:

維德廣場 Madison 191, 1518 Centre St. NE., Calgary AB T2E 2R9 電話 Telephone: 403-777-7663

校務處辦公時間 Office Hours: 星期二至四 Tuesday to Thursday 9:30 am - 5 pm 星期五 Friday 9:30 am - 12:30 pm

電郵 E-mail: thechineseacademy@gmail.com 網址 Website: www.chineseacademy.ca

誠聘各級普通話、粵語語文老師及興趣班導師 請電郵履歷至本校，合則約見



中天地產

李子豪 | 新房定制 二手房買賣
卡爾加里專業地產經紀



Cell: **403-926-9938**
贏在專業，勝在盡心

微信號：zzzihao666



馮栢明

PETE FUNG CIP, FCIP, CRM
Team Lead / Insurance Broker

Direct / 手機 (403) 850 - 2883
Email : pete.fung@insureline.com
Website: www.clearcutinsurance.ca

卡誠保險

Insureline

CLEARCUT



Address: 1911 - 34 Avenue SW, Calgary, AB T2T 2C2
Office: (403) 455 - 2260 Fax: (780) 487 - 8770

保險專才為你服務



formula
AUTO SERVICES LTD
方程式
汽車服務有限公司

- ❖ 維修保養
- ❖ 代客檢查汽車
- ❖ 專業執照技師
- ❖ 主理各類型入口及本地汽車
- ❖ 經驗豐富先進儀器

Ken Chhan

Tel: 403-291-0801
手機: 403-650-6502
[A] : 4623 -12St N.E
Formula.evelyn@gmail.com

Jewels By Lisa

- ❖ Custom Design
專營珠寶鑽石代客設計
- ❖ Gemologist Appraisal
珠寶鑒定
- ❖ Jewellery & Watch repair
各類珠寶首飾手錶修理



新亞洲廣場地下125室
#125 -1622 Centre Street NW, Calgary
電話 403 277 8018

週三至週六 11:00 AM - 5:00 PM

启航建材五金

FORTUNE BUILDING SUPPLY

#421 4615 112 AVE SE CALGARY AB T2C 5J3

Office: 587-577-6908

本店主营水暖,电的配件及其他产品

- ❖ 冰箱,洗衣机的各种软管
- ❖ 进水管的各种配件及出水管BS,PVC各种配件
- ❖ Deck螺丝和Drywall螺丝
- ❖ 电盒,开关,插座等
- ❖ LED灯,各种型号的油漆滚筒及油漆工具
另:承接各种大小工程
- ❖ 室内装修翻新地板铺装,墙面粉刷,厨房卫生间改造,门窗更换
- ❖ 水电改装:水管,电线等线路改造升级,确保安全使用
杂工维修与维护
- ❖ 墙面修补,局部地板更换,满足需求
- ❖ 各类安装灯具,厨卫设备安装更换(如水龙头,马桶等)

服务优势:全程跟进,任何问题迅速解决琐碎杂活轻松搞

联系我们: 647-980-7698 (英语,普通话) HONG
587-999-0819 (普通话) John



Olive Medical Clinic

Effective June 01, 2021

Dr. John Poon Medical Clinic
Will be relocated to

Olive Medical Clinic

潘振鵬醫生診所將於
2021年6月1日
搬遷新址

Address:
地址: #272, 1623 Centre St. N.W

Phone:
電話: 403-276-8866



LS

**Chartered Professional
Accountant**

梁思樂會計事務所

Shirly Leung CPA, CGA

[A] Suite 218, 1623 Centre Street N.W
Calgary, AB T2E 8S7

[P] 403-287-9925 Ext 114

[E] Shirly@lseto.com



真善美旅行社

GO-GO TRAVEL & TOURS (ALTA.) LTD

SPECIALIZING IN CRUISES

國際遊輪協會特許高級遊輪
專業顧問

ECC, MCC, ACC

電話/Tel: 403-263-4033

電子郵件/Email: gogotravel@yahoo.com



I & J

駕駛學校



DRIVING SCHOOL INC.

IVAN & JENNY LAI

Instructors
教練

英語 - 粵語 - 國語

Automatic & Manual

Jenny: 403-667-1877 自動 & 手動 擋 Ivan: 403-540-4554



Certified Home Inspection

Inspected once, inspected right.

馬先生
註冊驗屋師

專業房屋檢查

Anthony Ma

Certified Master Inspector, CMI

Mold Inspector

403.629.6338

Mr. Anthony.Ma@gmail.com

英國粵語

English, Mandarin, Cantonese



Patrick Yan

Right In Hairstyling & Beauty Salon LTD.

慧妍髮型屋

星期一休息 / Monday Off

星期二至星期五 / Tue - Fri : 10 Am to 6Pm

星期六 / Saturday : 9Am to 6Pm

星期日 / Sun : 9 Am to 4Pm

720 Edmonton Tr. N.E

Tel: 403-230-1628

(由 C-Train 站乘搭5號巴士
北上直達7 Ave NE 落車)



Registry Express

Our Services Include:

- ❖ Vehicle Registrations
- ❖ Operator License Renewals
- ❖ Corporate Registry (Full Service)
- ❖ Land Title Searches (Spin)
- ❖ PPR(Personal Property Registration & Search)
- ❖ Birth, Marriage & Death Certificates
- ❖ Marriage Licenses
- ❖ Road & Knowledge Testing
- ❖ Commissioner For Oaths

Tel: 403-282-3820 **North Hill Centre Mall**
#1841, 1632-14 Avenue N.W



福之源裝修及維修服務

承接各種大小工程，提供免費上門評估，價格合理，優質高效
Free Estimates, Better prices, High quality and efficiency

室內：牆面修補、油漆粉刷、地板安裝、門窗維修及鎖具更換。
室外：混凝土工程及各種破損修復；Deck、Fence維護及修理。

(403)632-7888(國語) 微信號: happylandcanada
(403)632-7999(ENG) E-mail: wdgc999@gmail.com



Program Feature:

- ◆ Authentic Montessori Daycare
- ◆ Prepared Environment
- ◆ Bilingual Environment
- ◆ Multi-Age Learning
- ◆ Individual Learning



September 2025 Enrollment

19 months - 6 years

Register Now

And receive a 10% Grand Opening Discount

587.577.4180

admin@olphmc.org

www.olphmc.org

Also on social media:  

Contact us for more information:

"Education should no longer be mostly imparting of knowledge, but must take a new path, seeking the release of human potentialities." Maria Montessori

North Calgary Location
3625 12 Street NE ♦ 403-879-8834
(Just 10 minutes from Our Lady of
Perpetual Help Church)

South Calgary Location
5502 2 Street SW ♦ 403-265-1199

Services and Prices Online
Catholic Family Owned



EVAN J. STRONG

FUNERAL SERVICES

www.evanjstrong.com

❖ 服務殯儀

❖ 經驗老練

❖ 豐儉由人

❖ 保證滿意



Mountain View Memorial Gardens

山景墓園 • 山景殯儀館

提供殯儀、墓地、墓碑服務

查詢及預約

伍太 Joana Ng 403818-9975



McInnis & Holloway
Funeral Homes

PROUD TO SERVE THE CATHOLIC COMMUNITY

Chapel of the Bells
2720 Centre Street North
Crowfoot
82 Crowfoot Circle N.W.

Park Memorial
5008 Elbow Drive S.W.
Deerfoot South
12281 40 Street S.E.

Fish Creek
14441 Bannister Road S.E.
Heritage
1708 16 Avenue N.W.

Eastside Memorial
5388 Memorial Drive N.E.
Calgary Crematorium
3219 4 Street N.W.

403-243-8200
info@mhfh.com



LEYDEN'S FUNERAL HOME

CALGARY CHAPEL

**Funeral Home Cremation
And Reception Centre**

304 - 18 Avenue SW
www.leydens.com

*Over 75 Years of Service
In Our Catholic Community*
Tel : 403-228-4422

禮頓殯儀館

查詢及預約

伍太 Joana Ng 403 - 818 - 9975

