



炒外幣之二

金融界內耍花臣
一早起身吼到實
澳元英鎊吵吵滾
朝生暮死隨時見

炒股而外又炒銀
整天醒目假成真
紐幣加金嘸嘸新
轉眼回頭富亦貧



炒外幣

猶記當年一千七
今炒外幣亦相同
斬吓眼睛撈粗嘢
明朝風險將如何

人人面孔如來佛
早晚行情吼到實
岳高頭殼賺幾筆
未便大聲喊得失

諷時幣



敬書

相信大家年青時，閱讀報紙時，必會喜歡「睇漫畫」，因為一看便知畫意，加上閱讀有關配文後，定會立時令你領會當中要傳達的訊息。

你是否是張艾先生的「粉絲」？那時你拿起報紙時，是否必先搜尋其「浮世吟繪」嗎？

30多年前的香港，正值從經濟

練的文字，將那時弔詭的時代、千奇百怪的事、見利忘義的現象，盡顯出來。

本期試將當時人們追求富貴、奪利必爭的瘋狂情況，借張老先生的圖繪及文字以舊喻今，大家不妨與現代人熱衷追求炒股，追求金錢與富貴，面對金融海嘯下的現象相比，有否不同呢？

低谷慢慢起步，那時人們在金錢中掙扎，在各門，在各利，施各法中，張艾先生以其銳利的筆觸及歷史的筆觸，將那時弔詭的時代、千奇百怪的事、見利忘義的現象，盡顯出來。



餘音

一千七點有餘哀
富貴逼人隨手接
今天暴雨雖重襲
但願月圓花又靚

話你唔聽我又來
財神送錢好心開
明日時光未必衰
各唱風騷幾十台



鬼推磨

話明有錢鬼推磨
是非黑白雖還在

冇錢點能指鼻哥
轉眼鹹魚會過河



百四億

世事直情一局棋
理財不在開車快
有讚有彈知進退
而今純利百四億

輸多贏少不為奇
按步還憑躍馬追
無憂無慮豈便宜
預算原來不可窺

水中太極班 歡迎參加

◆學一慈

水中也能玩太極？究竟甚麼葫蘆賣甚麼藥？據香港聖公會福利協會的物理治療師劉嘉祈表示，此水中運動，既能強身健體，又能令肢體欠缺靈活的長者的肢體，得到復康與治療及身心靈的舒緩。查此逐漸流行於歐美日的

水中太極，是一套有流動性，全套 19 式的運動，於暖水之中可令參與者得到最大的運動功效。全套運動適合長者單獨或集體參與，是有助長者身體平衡、手腳協調及活動四肢關節之用；再配合音樂，令人輕鬆舒暢，更可以收放鬆肌肉、舒緩壓力之效。

據劉姑娘介紹，只要長者可以站立於水中，便可參與水中

太極的運動；此運動特別適合患有關節痛症、關節切換、受盡壓力及想改善姿勢的長者。對於患有柏金遜症的老人，更有效於平衡、身體協調及控制肌力，進而可改善步履及減低跌倒危機；對於中風康復者，更可有效改善其患肢肌肉力量及張力的問題，平衡左右協調，改善步履及生活功能；而有心肺系統毛病、高血壓人士必先諮詢醫生意見。故該會的社區醫療支援服務網絡將於本年六月九日起舉辦長者「水中太極」運動班，詳情請電 2251 3652 查詢。