

2023年如期而至，新冠疫情、经济民生、治安和平仍是全球三大议题。而对于加拿大而言，经济问题算是大头，今年大家的日子似乎不会好过到哪儿去。

根据1月12日的最新汇率数据，
加元兑人民币最低已到达5.0160，险些“破5”，达到4字头！

最近这段时间，加币对人民币就一直呈现下跌趋势，但这一跌，直接就跌到了近9个月以来的最低点。

与此同时，加拿大央行可能在未来几年内损失高达\$88亿加元！

CD Howe

Institute最新数据报告显示，未来2-3年，央行总损失将达到\$3.6到\$88亿。

经济不好，最终受影响的还是老百姓。

由于加拿大通货膨胀持续，几乎所有东西都在涨价。一项民意调查显示，现在绝大多数加拿大人对经济状况感到“非常沮丧”——

83%受访者认为，加拿大目前正处于经济衰退之中，这是自2008年金融危机以来，本国民众对经济最悲观的看法。

全国范围内，东部安大略省人对加拿大经济最担心，有85%的人认为经济已经衰退；

38%加拿大人表示，他们在个人财务方面正在失去优势——比去年增加了13个百分点。

大多数受访者（52%）担心自己的财务状况，一年前这一比例仅为41%。

46%受访者表示，**食品价格飙升**

是经济压力的

主要来源；34%受访者表示

，他们最大的压力来自**住房支出**；**汽油价格**排在了第三大经济压力来源。

超过一半的加拿大人认为，经济会在未来12个月内恶化。

那么问题来了，大家都说经济会变差，对我们的日常生活影响在哪里呢？

日常支出，就是一大问题。衣食住行，样样要钱，工资不涨，物价、房价、税收狂飙，哪里受得了？

刚刚过去的圣诞新年假期，就有不少人感受到了什么叫做“生活紧紧扼住了我的喉咙”，圣诞大餐、新年旅游，很多人都迫于“荷包羞涩”，统统取消，在家简单过。

为了省钱，大家算是使出了各种方法。

家里有好几口人要养的，大部分都到Costco买日常杂货，毕竟分量大。

然而，在经历了2022

年通过膨胀疯狂的一年。2023年，**Costco可能也要涨价了！**

鸡蛋

由于北美多地爆发禽流感，鸡肉本身已经很贵了。上周，加拿大安省甚至还惊现**“37刀的4块无骨鸡肉”**！

现在，几乎所有地方的鸡蛋价格都在上涨，消费分析师Ramhold表示，即便如

此，Costco的鸡蛋价格仍然比普通杂货店要便宜。

另外，黄油价格也在上涨。

枫糖浆

加拿大的特色产品枫叶糖浆，恐怕是也要涨价了。“如果今年内某个时候再次出现增长，我不会感到惊讶。”

早餐麦片

由于通货膨胀和原材料成本，早餐麦片价格也上涨了，“即使今年小麦价格下跌，我仍然怀疑麦片的价格会保持不变。”

培根

说到早餐，加拿大人的餐桌上怎么能够少了培根。

2023年，预计培根也没有降价的迹象，但Costco会员还是有一点优势的，那就是量大。

“在Costco，你可以用 \$19左右的价格买到4磅培根，也就是每磅 \$4.75，在其他商店，你可能要花更多的钱，”

会员费

Costco会员们关心的不全是食品价格，还有会费。

2023年，Costco两种级别的会员费用预计都会上涨——普通卡和黑卡分别涨 \$5和\$10。

Costco早前已经表示，涨会员价只是时间问题。

对此，不少精打细算的加拿大人都表示，可能会考虑在今年取消Costco会员。

一份由Field Agent进行、向2739名加拿大消费者采访的调查结果发现，有23%的人表示将取消Costco会员。

说到生活开销，怎能不说到BC。本地物价高昂，甚至有人都戏称BC=Bring Cash，意思就是如果你准备搬到这里生活，最好是带现金来，因为这里的物价会让你开眼界！

近日，一个本地妹子就在抖音上分享自己的日常买菜省钱小诀窍，带大家看看112刀究竟能买到什么。

这个妹子名叫Chelsea，是一名专门研究生活方式和省钱诀窍的博主。

她表示，她和男友一起住，平日里杂货都是平分的，但即便一个人住，也是可以省的。

平日里，Chelsea主要都是到No Frills买新鲜蔬果的，经常会查看传单和店内折扣信息，出门前先写好要买什么，然后保持在每个月的预算之内。

除了充分利用折扣和优惠券，Chelsea还办了PC Optimum Card和PC Mastercard积累积分。

这一天，Chelsea出趟门买菜一共花了112.81刀，买回来24样东西，其中最令人吃惊的是，她用4.53刀就买回来超大分量的鸡腿。

不过有一样东西，Chelsea没有占到多少便宜——生菜，一颗生菜居然比整包鸡肉还要贵。

除了日常生活节俭，BC政府也正在发钱——

2022年底，BC省长就宣布：从今年秋天开始，所有BC省民都将获得一次性的“生活成本信贷”！且这个月，大家就可以获得新的BC负担能力信贷（BC Affordability Credit），帮助人们抵消开支！.

BC负担能力信贷将通过CRA发放，针对中低收入人群，成人最高可领164刀、儿童最高41刀！

尹大卫（David Eby）表示，“我们知道BC省人如今正面临成本压力，不断上涨的物价影响了他们购买杂货和租房的能力。”

除了负担能力信贷外，1月20日起，BC省府还将向本省家庭提供三笔福利中的一项——

“1月、2月和3月的付款将包括每个孩子每月额外的58.33刀。一个有2个孩子的家庭，将获得高达350加元的补助”。

2023年，生活依旧艰难，希望大家都能好好过。