

約翰遜湖、卡斯卡德時光花園

8月6日第一個星期三免費入省立公園，駕車從1號公路轉入40號公路南下，9點半抵達「卡納納斯基斯訪客資訊中心 Kananaskis Visitor Information Centre」停車場集合，「長青好行」組員已到齊；領隊彭先生外遊，由經驗豐富貝先生任領隊，當日應該前往肘湖 Elbow Lake，連日豪雨引發泥石流Mudslide，40號公路關閉。貝先生決定改往班芙國家公園 Banff National Park 的約翰遜湖 Johnson Lake。今年6月20日至9月2日國家公園免費入園，營地租金85折，趁機享受難得福利，車隊跟着貝先生的車駛回1號公路浩浩蕩蕩直奔約翰遜湖。

11點抵達「約翰遜湖 Johnson Lake」，不要與「約翰斯頓峽谷 Johnston Canyon」混淆。平靜約翰遜湖，夏日可玩獨木舟canoe、皮划艇kayak或立式槳板 stand-up paddleboard，甚至在「溫暖」湖水盡情游泳，貝先生親手浸入水中，證明湖水真是暖的，還有一片小沙灘，野餐桌享用午餐，適合全家大小一同玩樂，十分受歡迎。

湖邊有條環湖健行步道，入口在洗手間後木樓梯，雨後樹林長出各式各樣「磨菇」，眼看手勿動，磨菇可能有毒性。這邊步道是新建的非常平坦，翠綠湖泊如寶石般鑲嵌在深綠林中，高聳卡斯卡德山 Cascade Mountain，壯麗山景明媚陽光下，顯得格外立體，藍天白雲，印在湖中似仙子翩翩起舞。貝先生是植物學家，沿途介紹各樣鮮花，呢呢！鮮紅草莓是熊的食物，熊經常出沒，我們講話要大聲嚇走熊。這些深藍色草莓可以食，組員紛紛摘來品嚐。他指着湖中冒起浮葉上有一朵朵小紅花，慧芳找到小紅花名稱「水蓼 Water Smartweed」，湖中枯木逢春長出植物，可惜找不到拖鞋蘭芳踪。寓教於樂，令旅途變得更有意思。走走停停看看，12點半返回起點停車場。湖畔野餐區已高朋滿座，改去附近3.5公里明尼旺卡湖午餐。

「明尼旺卡湖 Lake Minnewanka」原住民語意為「靈魂之湖 Water of the Spirits」，傳說湖裡發現人頭魚身「人魚」。班芙鎮內，1903年創立「班芙貿易站 Banff Trading Post」，陳列櫃就有具人魚標本，是真是假？信不信由你。湖後方是吉魯阿爾山 Mount Girouard，1941年因為興建水壩供電，把「Minnewanka Landing」村淹沒在湖底，狹長型人工湖，長21公里，深142公尺，是班芙國家公園最大最深的湖，唯一可以乘搭1小時機動船隻遊湖，船駛至由冰河的冰蝕作用形成U型冰蝕谷便駛回（V型是水蝕作用形成河蝕谷）。還有設施齊全廁所，一間熟食店，成為觀光熱點，遊客慕名而來。很幸運在免費停車場找到車位，樹蔭下野餐桌享用自備簡單午餐，多謝Cathy的茶葉蛋、貝太的迷你月餅，非常美味！

貝先生又有好介紹 --- 探索「鬼鎮」，聽到「鬼」字就毛骨悚然，其實鬼鎮意思是廢墟。10分鐘車程抵達「班克赫斯特鬼鎮 Bankhead Ghost Town」，這條1.1公里長的環形步道，沿途路標講述這座礦業小鎮故事，步道輕鬆易行，適合帶孩子們一起穿越時空歡樂中了解亞省歷史遺產。篇幅所限，下一篇會詳細介紹這條步道，敬請留意。

4點半，走畢鬼鎮步道，意猶未盡，情緒高漲，雖然烏雲密布，還是跟着貝先生的車前往卡斯卡德時光花園，高速公路突然慢駛如蟻，原來大鹿過馬路，公園屬於動物，牠們有優先權。進入班芙小鎮，大街遊客無懼滂沱大雨，著名食肆依舊排着人龍，羨慕洋人連雨具都不用，悠閒地沐浴在雨中。車駛上「弓河大橋 Bow River Bridge」，建於1921年鋼鐵和混凝土石橋，橫跨弓河，橋身每邊外牆3個混凝土澆鑄不知名原住民浮雕，橋上球形燈柱，這條雙車道和行人橋，美得難以傳言。過了橋對正是「公園行政大樓 Parks Administration Building」，建於1936年，一座大型L形三層建築，採用哥德復興式建築風格，大樓主入口位於突出的方形塔樓中央，塔樓設有凸窗、垛口和砂岩裝飾，位於「卡斯卡德時光花園」內與山景渾成一體。

「卡斯卡德時光花園 Cascades of Time Garden」免費停車場泊好車，組員撐着雨傘、穿着雨衣微風細雨下漫步，12英畝公園建於1935年，Cascades意思「瀑布」，是指公園在瀑布山下？還是如同瀑布般多層階梯式設計？超過5萬株繽紛鮮花，配有長椅、池塘、噴泉、涼亭和廁所。花園以季節性花卉景觀著稱，5-6月以鬱金香、風信子為主，7-8月主栽大麗花、天竺葵、矮牽牛，9-10月以五彩繽紛花卉。任何時間來都花朵盛開，美得讓人咋舌人間仙景，最受歡迎拍結婚照場地。未完待續。



約翰遜湖 Johnson Lake



明尼旺卡湖 Lake Minnewanka



卡斯卡德時光花園
Cascades of Time Garden



早前，日本萬事得汽車（MAZDA）推出了其品牌最暢銷車型2026年款CX-5的重大改款，為該車款近十年來首度大改造，北美地區預計今年底前上市。從表面上看，新款CX-5依然教人十分熟悉，但是2026年款萬事得CX-5卻是一台從零開始，全新打造的新世代車款，其軸距比以前長了3.0吋，總長度增加了4.5吋，達到184.6吋，讓車身尺碼更接近本田（HONDA）CR-V（184.8英吋）和日產（NISSAN）Rogue（183英吋）等競爭對手。

增長了的車身使其具備更大的門開口，更方便人員上下車，這是目前這代CX-5最受買家抱怨的地方，儘管萬事得尚未提供官方數據，但廠方承諾CX-5在同級距車款中，車身之寬敞也是數一數二的。增大了車身尺寸連帶地，行李廂空間也獲得改善，後廂口有一個加寬了半吋的下開口，方便裝載物品。此外，行李廂置物的深度也增長2.0吋，置物高度則增加了1.0吋。

新款CX-5採用該品牌經典的「魂動（Kodo）」設計語彙更新版本，擁有獨特的車頭表情和分離式車頭燈組。廠方承諾，新的設計語彙未來將擴展到該系列的其他車型上。經典的飛翼式格柵也變得更加銳利，而前保桿上的額外細節則變得比較突出，讓新款CX-5的身形變得更加寬闊。

車尾在行李廂蓋上引入了一個全新的「MAZDA」字樣廠徽（同樣也運用在車內方向盤上），而尾燈設計也變得更加銳利，讓人聯想起同廠車型更大的CX-70。而買家還可以在頂規車型上選擇運動化造型的19吋規格輪圈。

2026年款CX-5的動力配置是和去年相同的自然吸氣的2.5公升四汽缸引擎，可產生187hp的最大馬力和185磅呎的最大扭力，匹配六速自排變速箱和標配的四輪驅動。而萬事得也終於不再拘泥於純內燃機動力，到2027年，CX-5將配備一套全新的油電複合動力系統。不過，CX-50使用的是日本豐田汽車（TOYOTA）的油電複合動力系統，和新款CX-5以2.5公升引擎為核心的油電動力有所不同，新CX-5也將是第一款配備該品牌全新的「Skyactiv-Z」引擎車款，同時配置自家開發的油電動力系統。萬事得將其新的「Skyactiv-Z」動力單元稱之為「理想的內燃機」。該公司承諾會比目前CX-5中的「Skyactiv-G」引擎具備「更高的熱效率和更寬的扭力高原」。

新CX-5最重大的改革是其座艙，擁有相當大的15.6吋中控觸控螢幕，這是迄今為止所有萬事得車款中尺寸最大的。使用Google內建技術的全新使用者介面，並具有Google Assistant、Google Maps等功能。

儀錶台或排檔桿附近都沒有半個實體按鍵和旋鈕。2026年款CX-5放棄了以前的聲控命令控制器和音量旋鈕，它們都位於排檔桿附近，專門用於觸控螢幕和方向盤的操控。也就是說，方向盤操控是實體按鈕，但沒有電容式觸控元件。新CX-5還承諾提供一套強大的駕駛安全輔助科技員輔助功能，包括作為汽車製造商最新高級駕駛輔助系統一部分的一些新選項。







Mercedes-Benz CLA Shooting Brake

跨界休旅車和SUV已經占據全球車市的主導地位多年，但德國平治汽車（Mercedes-Benz）堅信，在豪華車的領域中，仍有空間容納一輛優質的旅行車。平治於本年三月推出電動化的全新CLA轎跑車，早前再推出CLA的衍生車型 CLA Shooting Brake，此車具備比CLA更寬敞的乘坐空間和容量更大的行李廂空間，目前車價尚未公布。

全新第二代 CLA Shooting Brake 比上代型大許多，和第一代車型相比，車身增長了35mm，達到4,723mm，車高則增高27mm，達到2,790mm的水準。因此，其後排頭部空間增加了7mm，比新款雙門轎跑車型增加了26mm，而前排座則是增加14mm，而前後排座椅的腿部空間各自增加11mm。行李廂容積為455升，比全新改款雙門轎跑車多了50公升，但比上一代少了30公升，但是增加一個101公升的前行李箱來為補償。當所

有後排座椅摺疊時，總行李空間最多可增加至1,290公升。

在鈹金之下，CLA Shooting Brake 與 CLA Coupé 的設置相同，採用85kWh電池獲取電力，續航里程為473英哩，比雙門轎跑車型少了19英哩。入門車型250+採單一電動馬達配置，最大馬力268bhp，而雙馬達車型350的最大馬力為349bhp。四輪驅動車型的大拖曳能力為1,800公斤。與標準車型的CLA一樣，1.5公升油電複合動力車型將於明年上市。

在座艙內部，Shooting Brake 也與 CLA Coupé 相呼應，採用以技術為中心的座艙設計，配備10.25吋數位儀表和14吋中控觸控螢幕，而儀表台右側是有自發光的星光面板，但有前排乘客專屬的14吋螢幕作為選配，另有 CLA Shooting Brake 配備旅行車型專屬的全景式天窗，具有隔熱夾層安全玻璃，配有紅外反射和低輻射率（LowE）塗層，使車內不會有太過燠熱。





Mercedes-Benz CLA Shooting Brake



IGNITE TV 912 台 HD
登記熱線 1-888-472-2222

Shaw 516 台
登記熱線 1-888-472-2222

Bel 677 台
登記熱線 1-888-759-3474

TELUS 2810 台 HD
登記熱線 1-888-811-2323



龍祥頻道
LS TIMES TV

龍祥賭神

One more chance

週日首映

8月24日 5PM / 10PM

主演：周潤發、袁詠儀

每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四
THURSDAY
Aug 21

0:55 新聞重播
1:40 見招拆招風水局之佈局
2:05 龍慶下半場
3:00 明月照尖東
4:55 我愛一碌蔥
7:00 拳霸 2
8:55 妹兒鈴
10:40 PTU
12:30 川流不熄
15:10 明月照尖東
17:00 解救吾先生
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 邊走邊煮滋味行
20:30 龍慶下半場
21:20 綠破狼II
23:40 一個複雜故事

星期五
FRIDAY
Aug 22

1:50 新聞重播
2:35 邊走邊煮滋味行
3:00 龍慶下半場
3:50 海峽兩岸
5:50 解救吾先生
7:50 綠破狼II
10:10 一個複雜故事
12:20 海峽兩岸
14:15 香港大夜總會
16:30 智取威虎山
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 一個人鐵道行 2
20:30 龍慶下半場
21:20 臥虎藏龍
23:35 我老婆係夠秤2之我老公唔生性

星期六
SATURDAY
Aug 23

1:40 新聞重播
2:25 一個人鐵道行 2
2:50 龍慶下半場
3:40 川流不熄
6:20 白色風暴
8:10 智取威虎山
10:50 臥虎藏龍
13:15 我老婆係夠秤2之我老公唔生性
15:25 青年時探
17:30 椰菜
19:30 香港有線新聞
20:00 猜猜我是誰
22:25 功夫喻加

星期日
SUNDAY
Aug 24

0:35 香港有線新聞
1:05 臥虎
3:10 川流不熄
5:50 椰菜
7:55 猜猜我是誰
10:25 功夫喻加
12:35 臥虎
14:45 花好月圓
17:00 別叫我「賭神」
19:30 香港有線新聞
20:00 財神客棧
22:00 別叫我「賭神」

星期一
MONDAY
Aug 25

0:10 香港有線新聞
0:40 專約大鱷
2:40 洪熙官
4:25 天旋地轉
6:25 別叫我「賭神」
8:40 財神客棧
10:40 專約大鱷
12:50 洪熙官
15:00 天旋地轉
17:10 天旋口
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 週一特探
20:30 龍慶下半場
21:20 無價之寶
23:10 葉問 2

星期二
TUESDAY
Aug 26

1:05 新聞重播
1:50 週一特探
2:20 龍慶下半場
3:10 Touch
5:15 運財五福星
7:20 天旋口
9:10 別叫我「賭神」
11:15 無價之寶
13:10 葉問 2
15:20 Touch
17:30 勁抽福祿壽
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 馬田點食記台灣篇
20:30 龍慶下半場
21:20 黑白戰場
23:00 一九四二

星期三
WEDNESDAY
Aug 27

1:35 新聞重播
2:20 馬田點食記台灣篇
2:45 龍慶下半場
3:35 一樓一隻
5:15 旺角大家姐
6:50 勁抽福祿壽
8:35 黑白戰場
10:15 別叫我「賭神」
12:35 一九四二
15:25 一樓一隻
17:15 身臨肉戰
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 見招拆招風水局之佈局
20:30 龍慶下半場
21:20 鐵拳刀II：修羅戰場
23:35 凶宅



务必警醒。

一氧化碳警报器可挽救生命。

一氧化碳是无声无味的无形杀手。

什么是一氧化碳？

一氧化碳 (CO) 是一种不可见的无声无味的有毒气体。在住宅或车库等密闭空间内，一氧化碳暴露可导致严重疾病或死亡。

一氧化碳暴露有哪些迹象？

- ✓ 头痛和头晕
- ✓ 疲劳和虚弱
- ✓ 眼睛流泪和灼热
- ✓ 恶心和呕吐
- ✓ 肌肉失去控制

一氧化碳来自哪里？

天然气设施操作不当：

- ✓ 加热炉
- ✓ 热水器
- ✓ 烘干机
- ✓ 炉灶
- ✓ 壁炉

废气来源：

- ✓ 汽油和柴油交通工具
- ✓ 天然气动力机器
- ✓ 燃木壁炉

立即通过当地家装零售商获取一氧化碳警报器。

浏览 [ATCO.com/CO](https://atco.com/co)，了解如何保护您的家

ATCO