

卡城 Downtown Summer

夏日樂享

芒果布甸整理翻譯



今年卡城夏季上半段連連降雨，滋生極多蚊蟲。至下半段又因隔壁BC的山火導致空氣質量下降。數日的高溫加霧霾，讓不少市民想出去遊玩的心情也大受影響。好在下周的氣溫略有下降，天氣預報也表示或將降雨，趁著好天氣，不妨到卡城Downtown感受這接近夏日尾聲的樂趣。在市中心漫步，發現色彩繽紛的壁畫和互動公共藝術，參加各類節慶活動，或者在歡樂時光享受陽光下的露天飲品。城市以全新的方式活了起來。從市集和節慶到戶外課程和季節性餐飲體驗，都可以與朋友聚會或



結交新朋友，並在城市的心臟地帶創造夏日回憶。再到各種文化節慶，包括 Carifest 和 Expo Latino，在那裡你可以欣賞現場音樂、學習傳統舞蹈，並品嚐美味的國際料理。從現場劇場到街頭表演，8 月的卡城藝術節應有盡有，還有本月的戶外喜劇節，讓你笑到夜晚。隨著 Bow 河邊的 River Hall 回歸，這個友善、包容且寵物友好的地點，周四到周日都有各式戶外活動，讓週末更加精彩。在市中心高聳的建築之間，散布著許多公園、綠地和花園，讓你可以享受戶外時光。在 Eau Claire 的沙灘城市海灘曬太陽，在 Century Gardens 挑戰陌生人一場籃球賽，在 Lot 6 參加免費瑜伽課和踢拳課，或者沿著 Jack & Jean Leslie RiverWalk 悠閒散步。之後，犒賞自己夏天的極致甜點：雪糕。你可以找到各式各樣的甜點店，包括就在河邊的 Parlour Ice Cream 和位於 Centre Street 的 Sweet Tooth Rolled Ice Cream。



Alzheimer *Society*

ALBERTA AND
NORTHWEST TERRITORIES

亞伯塔省阿茲海默協會，深耕社區長達三十八年，是加拿大極具歷史的認知障礙症服務機構。本會的服務源起於一九八零年代初期，當時亞伯塔省一眾照顧者與專業人士，自發組成互助圈子，彼此分享認知障礙症的資訊、照顧心得與支援經驗，開啟了在地認知障礙支援的濫觴。

歷經數年社區扎根，一九八七年全省已建立九個穩定的認知障礙支援小組，成為正式組織成立的堅實基礎。一九八八年，亞伯塔省阿茲海默協會正式成立，同時納入加拿大阿茲海默協會全國服務體系，與全國標準接軌，提供專業、規範、連續的在地服務。

本會的核心使命，始終以「人」為本：提升大眾對認知障礙症的正確認知、為患者及家庭照顧者提供全面支援、資助相關醫學與照護研究、推動社會政策優化，建立更包容的社區環境。

現時，本會於亞伯塔省及西北地區設有七間辦公室，持續透過教育推廣、個案諮詢、社區活動與專業培訓，拆解社會誤解、減少照顧孤獨、消除疾病標籤，破除大眾對認知障礙的刻板迷思：認知障礙是腦部健康問題，並非單純老化，更不是個人或家庭的過錯。

本專欄將以淺白、溫暖、實用的角度，帶讀者認識腦健康、認識疾病、理解照顧者的壓力與付出，陪伴每一個家庭坦然面對、從容生活。

潮汕美食3天遊 廣濟橋

午餐後，前往位於潮州市古城東門外「廣濟橋」，廣濟橋旁有「民物館」，介紹和出售入選為「潮州國家級非物質文化遺產」工藝品，這些手藝代代傳承：有栩栩如生「潮州木雕」，以獨特出神入化多層鏤通雕技藝，作品玲瓏剔透具立體性，有些髹漆貼上金箔，又稱金漆木雕。有凹凸有致「潮州刺繡」，屬中國四大名繡中「粵繡」，以金銀線勾勒、墊高立體，形成浮雕效果，色彩濃艷聞名。有精美細緻「潮州麥稈剪貼畫」用小麥稈紋理，經平整、染色、剪裁、黏貼，拼出山水、花鳥和人物等濃厚地方民俗色彩剪貼畫。有傳統陶瓷製作「潮州彩瓷燒制技藝」和「潮州楓溪燒制技藝」，陶瓷用畫中國畫方法彩繪後，放入窯中高溫烘烤，彩瓷再描金點綴，製成品富麗堂皇。楓溪造型精巧、質地潔白，製成品人物雍容高貴。

潮州俗語「到廣不到潮，白白走一場；到潮不到橋，枉費走一遭」，廣濟橋橫跨韓江東西兩岸，古代廣東通往閩浙交通要道，是潮州八景之一。與北京的盧溝橋，河北的趙州橋及福建的洛陽橋，並稱中國四大古橋。為什麼這條橋能入選四大古橋？廣濟橋建於南宋幹道七年（公元1171年），明朝嘉靖九年（1530年）修建成「十八梭船廿四洲」格局，歲月洗滌，殘破不堪，直至2003年，依明代風格全面維修加固，2007年竣工。廣濟橋是中國唯一集樑橋、拱橋、浮橋於一體，亦是世界上最早「啟閉式大石橋」。幾百年來，橋每天一定時間一定地點開啟關閉，名符其實過河拆橋。很好奇，橋八百多年前怎樣造成「開啟關閉」？不看廣濟橋真的會後悔嗎？從橋畔看大橋，連綿飛簷翹角牌坊、橋亭巍峨壯觀，氣勢磅礴，相比遠處時尚優雅「潮州金山大橋」，2007年6月正式通車，一座五跨無風撐繫桿混凝土拱橋，雙向六車道公路橋，毫不遜色。

過橋要買票，可在白色小屋購買，或用二維碼付費，票當天有效，僅用一次。心情興奮踏上大橋，人來人往，十分熱鬧，但絲毫不影響它的魅力。橋分東西二段，中間一段浮橋組合而成。傳說「廣濟橋」是「仙佛造橋」，道教韓湘子和佛教廣濟和尚鬥法造橋，韓湘子從江的東岸往西修，廣濟和尚則從西岸往東修，看誰建成的橋墩多，中途兩人作弊導至法力失效，令中間一段未能連接，因此東邊橋名為「湘子橋」，西邊橋稱「廣濟橋」。東邊湘子橋283.35公尺長，有12個橋墩和一座橋台，12個橋孔；西邊廣濟橋137.3公尺長，有8個橋墩，7個橋孔；中間浮橋97.3公尺長，因水流湍急，未能架橋，用18隻木船連接而成，全橋約520公尺長。橋亭都建在橋墩上，當中有12座樓閣，18座涼亭，橋亭用石柱支撐厚重結木構大屋頂，重量令橋身增強穩定性，為行人遮風擋雨，還可以通風透氣和迅速排洪功能。每個樓閣裝飾以簡樸為主，配上匾額和對聯，這座匾額以「觀瀾」為名。

古時小販在橋亭裡買賣，為過往船隻提供食品和日用品，故有「廿四樓台廿四樣」、「一里長橋一里市」美譽。清朝道光二十九年（1849年），韓江水漲，廣濟橋橋墩屢次被毀，潮州知府吳均盡心盡職重修橋樑，深得民心，在東邊湘子橋建立「民不能忘」紀念牌坊。

清雍正二年（1724年），知府張自謙鑄造二隻生鐵牛祈福，分立西橋第八墩和東橋第十二墩，鎮守洪水、保護橋梁。道光二十二年（1842年）一場大洪水，沖毀廣濟橋多個橋墩，東墩鐵牛墜入江沖走，下落不明。有此民謠：「二隻銼牛一隻溜」。據說：「摸摸牛頭，獨佔鰲頭，摸摸牛屁股，股氣沖天，股票賺得盆滿鉢滿」，太多人摸牛，幾經辛苦才拍到鐵牛真面目。

站在石板造的橋上看，韓江寬敞，視野開揚，滔滔江水，沿岸倒影，動靜皆宜，輕風吹來，頓覺寫意。來到為名「濟川」樓閣，內裡左右各安裝一座捲絞鐵齒輪，用作開關機器，另一邊「右通」有同一裝置。中英雙語溫馨提示牌「小心！台階陡峭！」。橋圍欄告示牌提示，浮橋段由下午5點半至次日10點關閉。行人止步，讓船隻通過。果然，樓閣有一段陡峭樓梯落到通往接駁浮橋，浮橋用18艘，外形如梭小木舟，故稱梭船，梭船橫向並排，再用鐵索緊緊相連成浮橋，浮橋二端用鐵鍊固定在樑橋的磯頭墩。梭船中間用鐵鍊連接插紅色旗幟木圍欄，船中央鋪設木板作為橋面。人生能有幾次可以漫步浮橋上？老實講！來潮州不過橋真的好後悔！橋上人頭湧湧，步行時毫不覺搖晃，浮橋非常穩固。如此穩固，如何開啟？工作人員先疏散橋上旅客，再解開鐵索和固定錨繩，由艘拖船一次拖走三艘梭船，把梭船分別拉靠東西兩側石墩旁，半小時便完工，空出寬闊水道供船隻通行。真佩服祖先如此聰明！未完待續。



廣濟橋



橋亭



浮橋

旅遊資料只供參考，更多相片請登入 chewing33.blogspot.com 或聯絡電郵 chewing33@gmail.com

加強早期幹預支持服務



亞省政府正投資逾300萬加元，以幫助家庭在危機發生前獲得支持服務。

家庭資源網絡項目現已開放撥款申請，旨在為亞省的家庭（包括兒童和青少年）提供預防及早期幹預服

務，幫助他們在遭遇困境演變為危機之前渡過難關。政府將通過此次撥款申請投入320萬加元，使亞省全省家庭資源網絡的年度總投資達到6,670萬加元。申請將持續開放至9月29日截止。

城市、農村及原住民社區的家庭資源網絡提供免費服務，包括家長和照護者教育、居家支持、兒童早期及青少年發展活動，以及基於社區的短期心理健

康支持。這些服務幫助家庭重新建立聯系、增強信心、鞏固關係，並讓他們能夠就近獲得所需的服務。

"亞省的家庭理應獲得能幫助他們及早應對困境的支持與服務。通過這項投資，我們正在加強各類服務的可及性，幫助兒童、青少年及家庭建立更牢固的關係，並持續在各自的社區中蓬勃發展。"

塞爾·特頓，兒童與家庭服務廳長
此次撥款申請正在征集針對關鍵服務領域的項目申請，包括強化型青少年及照護者支持、兒童發展支持以及入戶服務，這些均是亞省各地家庭資源網絡所確定的需求領域。這項投資是亞省對家庭資源網絡更新方針的一部份，其依據來自項目評估結果及服務提供方的反饋意見。這一方針將

有助於確保亞省各地服務提供的協調性，加強對需求最迫切的兒童、青少年及家庭的支持力度，並確保資金投向最需要的領域。

家庭資源網絡於2020年啟動，旨在通過為兒童、青少年及家庭提供預防及早期幹預支持，減少對兒童保護幹預的需求。

資料提供：Alberta Government

余慕慈加拿大特許專業會計師

JAMES YEE PROFESSIONAL CORP.

Chartered Professional Accountant

三十多年會計經驗

提供英、國、粵、台山

多種語言服務

•會計 •簿記 •年結及財務報告

•公司及自僱報稅 •公司註冊

•Payroll / GST

歡迎
電話查詢

#10, 1015 Centre St. NW Calgary AB T2E 2P8
Tel: 403-230-8685 Fax: 403-230-2799
Cal: 403-606-6878 Email: jamesyee@telus.net



美加餐具設備公司

B&J RESTAURANT SUPPLY LTD.

新址：BayD, 1601 Centre St. N.W., Calgary 電話：403-230-0039

專營 酒樓用具 家庭用品 瓷器缸瓦
中西餐具 塑膠器皿 鋼鋁製品



Thalca Florist
花麗雅花店

花麗雅花店

#14 132 3rd Ave SE, Calgary (華埠東方商場內)

Tel: 403-265-3388 / 403-660-3017 (Diana Ma) Fax: 403-262-6522

✧ 結婚花球 ✧ 靈柩花被
✧ 開張花籃 ✧ 長壽花圈
✧ 剪綵花球 ✧ 花牌、花籃

✧ 祭帳、檯圍



《亂世佳人》電影中的多套經典戲服

奇路迪雲整理翻譯



1939年，投資超過3百萬美金的初代彩色電影《亂世佳人》Gone with the Wind，創收4億票房，成為電影史上投資最高，票房最高以及口碑兩級的荷里活電影之一。戲中女主角 Scarlett O'Hara及Melanie Hamilton的戲服更讓觀眾一睹當年美國南北戰爭時的真實面貌。這部改編自同名小說的電影，拍攝時曾經歷一波三折。雖然男主角早敲定由奇勒·基實出演，但女主角，一位年輕美貌，有需要右邊眉毛能靈活上挑的，非常不容易。當時超過1400多名女演員試鏡，最後確定尚未出名的英國女演員慧雲·李。



當時25歲的她意外被選中，隨後便開始將近1年的拍攝。影片播出後票房大爆，慧雲·李也一躍成為荷里活搓手可熱的女明星。舞台設計師Walter Plunkett參考不少18世紀美國的歷史圖片，為該電影設計了近5000多套戲服，其中最吸引的，自然是女主角30多套不同時代背景及身份的著裝。從年輕未嫁時活潑的形象（多蕾絲及粉色系列），到打仗時的簡介造型，再到後期人物形象的轉化，設計一直在變，凸顯了Scarlett從涉世未深的少女到後來飽經滄桑卻堅韌不倒的形象。另外，戲中另一女主角的著裝也非常符合其溫婉的角色。該電影部份經典戲服曾在英國及奧地利展出。





位於美國密芝根州的Mackinac Island是一個島嶼及度假區。在17世紀歐洲殖民開始之前，該島嶼長期以來是土著文化的所在地。19世紀後期，這裡變成旅遊勝地。由於有不少本地的歷史建築及地標，每年吸引上萬遊客前來參觀。1898年，出於對本地居民及馬匹的保護，當地政府決定採取“禁止汽車通行”的法例，並延續至今。所有居民出行都使用自行車，連附近的主幹道及公路也能見到自行車慢行。Amazon要送貨怎麼辦？可使用當地的馬車幫忙。當然，若緊急事故發生，市政府還是會使用車輛解決，如救護車，警車及消防車等。不少遊客留言，彷彿乘坐時空列車到達一個19世紀的世界，到處充滿浪漫童話的風景。馬車，古建築，海邊以及綠地，美不勝收。



禁止汽車通行的童話島嶼 美國 Mackinac Island

芒果布甸整理翻譯



毛里求斯神奇的水下瀑布

奇路迪雲整理翻譯

我們通常看到的瀑布，都能見到水流從高處傾瀉而下。但位於毛里求斯的莫納山，下面的清水則有一個奇景。這裡附近的島嶼，是由海底火山活動形成的。這些島嶼——被稱為 *Iles Mascareignes*——坐落在一個海底高原上，也就是所謂的大陸架。這個大陸架距海平面不超過150米，但它的斜坡會突然下落到四千多米的深度。所以，並不是水直接衝過這個斜坡掉到四千米的深度，而是沙子和淤泥被海流慢慢從邊緣帶走。因此，不少人從高處看，怎能看到一個“水下瀑布”的奇景。與其說是水下瀑布，不如說是水下沙瀑更貼切。這個半島還有另一個島上知名的景點：高聳的山澗中，海拔超過500米，也是聯合國教科文組織世界遺產。由於是毛里求斯出名的旅遊景點，附近有很多奢華旅舍以及非洲美食。毛里求斯曾受荷蘭，法國和英國統治，因此人口由印度裔、法非混血種（克利奧人）、華裔、歐洲人等組成。位於印度洋上的這個島嶼，閒時遊客還可以玩帆船，步行沙灘以及各種Hiking。這裡還有更多有趣的自然景觀，因為生長著兩種極為稀有的植物：*Hibiscus fragilis*和*Boucle D'Oreille*。你可以透過攀登Le Morne Brabant看到瀑布的大致輪廓。從這座 500 米高的山峰頂端，你能俯瞰整個島嶼以及環繞它的驚艷珊瑚礁。不過，要真正看清水下瀑布的具體形態，唯一的方法就是飛越它。直升機觀光遊覽可以帶你高空俯瞰這一自然奇觀——從空中欣賞*Iles Mascareignes*和閃亮潟湖的鳥瞰景象，還有機會感受大自然的驚人力量。你也可以包租私人水上飛機，享受水上起飛的額外樂趣。





Mercedes-AMG GT 53 4-Door Coupé

早前，德國平治（Mercedes-Benz）推出了採用全新純電動力及架構的新一代 Mercedes-AMG GT 4-Door Coupé 車系，首波提供 GT 63 4-Door Coupé 及 GT 55 4-Door Coupé 兩款車型選擇，已於歐洲市場開放新車預售，建議售價分別為154,700歐元及196,350歐元起。

接續，平治汽車宣布新一代 Mercedes-AMG GT 4-Door Coupé 車系追加新入門車型 GT 53 4-Door Coupé，售價則為115,430歐元起，GT 53 4-Door Coupé 已於8月13日於德國市場開放新車銷售。

在動力設定上，GT 53 4-Door Coupé 並非採用 GT 63 4-Door Coupé 及 GT 55 4-Door Coupé 所配置的軸向磁通電動馬達，而

是改採前後各一的PSM永磁同步馬達設定，具備544匹最大綜效輸出馬力以及81.6公斤米綜效扭力，持續輸出功率輸出則為367匹馬力。根據原廠測試數據顯示，由靜止加速至每小時100公里可在3.5秒完成，極速則採用電子限速在時速230公里，並可透過選配AMG駕駛套件將時速提升至250公里。

GT 53 4-Door Coupé 延續與其他車型相同的電池配置，皆採用800V高壓架構並配置容量106kWh高壓電池，新車峰值充電功率可達600kW，且僅需10分鐘即可補充約534公里的續航距離，電量由10%補充至80%僅需11分鐘即可完成。根據原廠測試數據顯示，GT 53 4-Door Coupé 在WLTP測試規範下具備809公里最佳續航里程。





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

週日首映

8月30日 5PM / 10PM

主演：廖啟智、趙善恆

每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四
THURSDAY
Aug 27

星期五
FRIDAY
Aug 28

星期六
SATURDAY
Aug 29

星期日
SUNDAY
Aug 30

星期一
MONDAY
Aug 31

星期二
TUESDAY
Sep 1

星期三
WEDNESDAY
Sep 2

0:35 娛樂頭條
0:50 香港有線新聞
1:20 家居設計解密室
1:50 娛樂中毒
3:55 瀟江風雲
5:35 無人駕駛
7:15 晴花
8:50 黃飛鴻2男兒當自強
11:00 兄弟
13:05 至尊三十六計之偷天換日
15:10 純愛中毒
17:20 海洋天堂
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 女行團
20:30 黑白道
22:15 記憶大師

0:30 娛樂頭條
0:45 香港有線新聞
1:15 女行團
1:45 化骨龍與千年蟻
3:35 至尊無上2之永霸天下
5:20 和空姐同居的日子
7:15 海洋天堂
9:10 黑白道
11:00 記憶大師
13:25 化骨龍與千年蟻
15:20 至尊無上2之永霸天下
17:15 情義我心知
19:15 香港有線新聞
20:00 日式流行
20:30 熱唱吧
22:25 女拳霸

0:15 娛樂頭條
0:30 香港有線新聞
1:00 日式流行
1:30 至尊三十六計之偷天換日
3:35 七夫愛上你
5:35 兄弟
8:05 瀟江風雲
10:00 情義我心知
11:50 熱唱吧
13:50 女拳霸
15:40 七天後上你
17:35 指甲刀人魔
19:30 香港有線新聞
20:00 四大名捕2
22:15 花樣年華

0:05 香港有線新聞
0:35 情聖
2:30 血戰到底
4:20 至尊三十六計之偷天換日
7:15 指甲刀人魔
9:10 四大名捕2
11:20 花樣年華
13:15 情聖
15:10 血戰到底
17:00 世上只有爸爸好
19:30 香港有線新聞
20:00 龍圖列車
22:00 世上只有爸爸好
23:55 香港有線新聞

0:25 男人四十
2:30 唔該借至
4:20 港督最後一個保鏢
7:20 世上只有爸爸好
9:15 龍圖列車
11:00 男人四十
13:05 唔該借至
15:05 港督最後一個保鏢
17:05 迷城
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:40 戀愛行星
22:50 火鋸英雄

0:50 娛樂頭條
1:05 香港有線新聞
1:35 週一怪談
2:10 驚變
4:10 爆裂刑警
6:40 迷城
8:40 世上只有爸爸好
10:45 戀愛行星
13:00 火鋸英雄
15:05 驚變
17:10 大嫂1從零開始
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 酒與全亞洲
20:30 迷蹤兄弟3
22:10 分手說愛你

0:20 娛樂頭條
0:35 香港有線新聞
1:05 酒與全亞洲
1:35 龍的傳人
3:20 扣殺機
5:15 花樣年華
7:25 大嫂1從零開始
9:20 迷蹤兄弟3
11:00 世上只有爸爸好
13:00 分手說愛你
15:15 龍的傳人
17:15 解碼遊戲
19:15 娛樂頭條
19:30 香港有線新聞
20:00 家居設計解密室
20:30 第六感
22:10 一個人的武林



早前，日產汽車（Nissan）宣佈旗下 Qashqai e-Power 創下健力士世界紀錄（Guinness World Records），以非插電式油電混合動力（non plug-in hybrid），單一缸汽油行駛距離1,980公里。Qashqai e-Power 近期可說是非常熱衷於挑戰最長續航新紀錄，在該車廠推行的真實世界能效計畫（Nissan's real-world efficiency programme），Qashqai e-Power 接連寫下能耗紀錄。從7月14至17日，由南美哥倫比亞首都波哥大出發向北抵達加勒比海沿岸，以單一缸汽油總行駛里程達到

1,980公里，成功寫下非插電式油電混合動力，單一缸汽油最長行駛距離健力士世界紀錄。

當然，以地形與海拔來看，坐落在南美安地斯山脈北端的波哥大，海拔高度達到2,625公尺，往北行駛到加勒比海沿岸有可觀的海拔高度落差，是利於長距離行駛，但是 Qashqai e-Power 創下近兩千公里的續航成績，仍然相當亮眼，也值得被納入健力士世界紀錄中。



