



◆卡城本地資訊 **獨家中文**新聞內容◆

每日本地新聞更新 歡迎到 **閒情一周** TREND WEEKLY https://www.facebook.com/trend.weekly 查看

卡城節假日看燈展

奇路迪雲整理翻譯

隨著假期即將到來，季節性的燈飾開始陸續出現。雖然像 Lighten Up Calgary 這樣的資源可以幫助你找到市內一些裝飾最奢華的房屋，但你也可以沉浸在一些覆蓋整個社區或商家的大型燈飾展中。以下是今年在卡加利將會設置的一些令人驚豔的燈飾展。

Lions Festival of Lights

日期：11.21, 2026-1.8, 2027

獅子會燈光節協會今年邁入第40年，他們舉辦這個年度燈光秀，每年都在這個時候為本地市民帶來一些節日的歡樂。燈光將於11月21日下午5點亮起，之後每天從下午5:30到午夜開放，直到2027年1月8日。而且，參觀是免費的。

地址：Confederation Park Golf Course

網址：lionsfestivaloflights.ca

Zoolights at the Wilder Institute's Calgary Zoo

日期：11.13, 2026-1.3, 2027

Zoolights在Wilder研究所的卡加利動物園歡慶30周年。這項節日傳統活動在園區點亮超過一百萬盞燈飾，還有許多每晚舉行的節慶活動。你可以在明亮的樹木、亮眼的節日花園和投影燈光前拍照，還能享受火盆、節日飲料，以及從下午5:30到晚上9:30的野生動物旋轉木馬免費乘坐。動物園還提供特別的「日光到Zoolights」入場票，可以從下午1點到晚上9:30進入園區，體驗動物園的一切設施和活動。還有熱朱古力可購買。

地址：210 St. George's Dr. N.E., 403-232-9300

網址：calgaryzoo.com



Holiday Wonder

日期：12.3-31, 2026

對於想要在室內享受燈光體驗的人來說，Holiday Wonder可能就是你的理想活動。這個活動在 BMO 中心內舉行，保證有大量的節日燈光展示。此外，還有一個室內場地可以進行「雪球」大戰、手作工作坊，以及一個全新的歐洲聖誕村，裡面有很多當地商家和獨特的手工禮品。

地址：BMO Centre, 1912 Flores Ladue Parade S.E.

網址：holidaywonder.ca







Enchanted Festival at Spruce Meadows

日期：12-23, 2026

準備好迎接 Spruce Meadows 變成冬季仙境吧。從下午 5 點到 9 點，這個節日設有戶外步行小徑，讓遊客可以欣賞絢麗的燈光展示和節日裝置。當你需要暖和一下時，可以前往 Equi-Plex 的室內活動區，這裡有零食和飲料、室內聖誕溜冰場、寵物區等等。遊客甚至可以帶著自己的狗狗，只要購買 Paw Pass 就行。

地址：18011 Spruce Meadows Way S.W.

網址：sprucemeadows.com





亞伯塔省及西北地區阿茲海默協會｜認知障礙症與正常老化：區分健忘與認知衰退



不少長者及其家人都存有一個疑問：年長而出現記憶減退，究竟屬正常老化現象，抑或是認知障礙症的徵狀？大眾往往容易將兩者混淆，誤以為記憶衰退是年老必然伴隨的結果。事實上，二者存在根本差異，必須加以辨識。

正常老化過程中，的確會伴隨輕微的認知轉變。隨年歲增長，大腦處理資訊的速度會有所減緩，間或會一時未能記起人名、物件存放位置，或是需要較長時間回想事情。這類情況有明顯特徵：屬偶發性，經提示或一段時間後大多可以回憶起來；最重要的是，這類輕微健忘不會干擾日常作息，長者依然可以獨立處理膳食、家務、理財、赴約等事務，判斷、理解及表達能力維持穩定，亦不會持續惡化。

認知障礙症則截然不同。認知障礙症並非單一疾病，而是腦部病變引發的一組認知症狀。當腦細胞受損、腦部供血異常，或是蛋白質代謝紊亂時，記憶、思考、語言、判斷及執行功能會逐步受損。

兩者最核心的**關鍵差異**，在於**持續性與漸進惡化**。認知障礙症帶來的記憶問題，並非偶發的忘記，而是持續遺忘近期發生的事；即使旁人提示，亦未必能夠回憶。隨時間推移，困難會逐步增加：無法處理原本熟習的家務、難以理解指令、容易迷路、判斷失誤，最終影響獨立生活的能力。這一系列轉變會持續阻礙日常起居，並非單純一時忘事。簡而言之，正常老化的健忘，是「偶有忘記，仍可自理」；認知障礙症的認知衰退，是「持續遺忘，逐步失去自理能力」。

清楚辨別兩者，並非引起公眾恐慌，而是協助大眾及早察覺警號。若發現長者的記憶、思考能力持續轉差，並已影響日常生活，建議盡快安排醫護評估，亦可聯絡本會，取得適切資訊與支援服務。

油砂增長新紀元

全新的油砂增長計劃將吸引新的油砂投資、提高產量、注滿新的輸送管道，並推動經濟增長。

油砂增長計劃（OGP）將為新油砂項目的增長投資提供必要框架。新增油砂產量將在10年內享有油砂增長計劃特許權使用費，對有意在新項目中投資數十億加元的企業更具吸引力。透過提高興建和擴建油砂項目的吸引力，亞省正為長期增長、新增就業和增加特許權使用費收入創造條件。這將有助於維護亞省的稅收優勢，增加省級遺產基金的儲蓄，並為亞省居民所仰賴的學校、醫院、道路及社會福利計畫提供資金。

亞省制定了一項雄心勃勃的目標，計劃將石油日產量提高一倍，達到800萬桶。此舉預計到2040年可累計帶來約2,050億加元的額外收入，到2060年累計額外收入有望超過1.3兆加元。隨著新的輸油管道運輸能力即將投入使用，亞省需要大量新增投資，以提高產量並充分利用這些管道的運輸能力。

亞省省長史密夫（Danielle Smith）認為：「亞省擁有豐富的資源、專業技術和雄心壯志，有能力繼續保持全球能源領導者的地位。油砂增長計劃將進一步提升本省對投資者的吸引力，推動新的油砂項目啟動，並促進油砂產量長期增長。」

獲批項目將獲得為期10年的固定特許權使用費制度。參與計劃的項目在首五年按2%的費率繳納特許權使用費，此後每年提高一個百份點，至第九年和第十年達到6%。

油砂增長計劃支持亞省履行《加拿大—亞省—油砂聯盟諒解備忘錄》（Canada-Alberta-Oil Sands Alliance Memorandum of Understanding）所作出的承諾，包括建立協調一致的財政與監管框架，以持續促進油砂投資及產量增長。

能源與礦產部長布賴恩· 讓（Brian Jean）表示：「油砂項目需要大量前期資本投入和長期穩定的政策預期。透過在符合資格項目的早期關鍵階段提供可預期的特許權使用費制度，油砂增長計劃將協助企業把投資決策轉化為亞省居民可共享的豐厚收益。」

財政委員會主席兼財政部長尼克遜（Jason Nixon）認為：「石油產業是亞省經濟的引擎，也是『亞省優勢』（Alberta Advantage）的重要支柱。透過為新投資敞開大門，我們將為亞省居民創造更多優質就業機會，並增加財政收入，用以支持各個家庭日常所仰賴的醫療保健、教育及公共服務。」

該計劃帶來的效益將不僅限於特許權使用費收入的增加。它還將為亞省帶來數百億加元的投資，創造數以萬計的就業機會，並透過數十億加元的財產稅收入為鄉郊市鎮提供資金支持。

資料提供：Alberta Government

高中畢業的新要求

亞省政府將更新高中畢業要求，為學生提供更多選擇，並協助他們更好地為高中畢業後的生活做好準備。

自 2028 年秋季起，更新後的畢業要求將繼續保留數學與科學等穩固基礎，同時為學生提供更多選擇，讓他們探索自身興趣，並為下一階段做好準備，無論是接受高等教育、參加技術行業培訓，或是尋找工作。

「過去 30 年間，學生畢業後所面對的世界已發生巨大變化，我們的畢業要求也需要與時俱進。這些變革將為學生提供更多選擇，讓他們探索自身興趣、培養實用技能，並選擇一條能為職業生涯、高等教育及人生成功做好準備的道路。」

—— 教育及兒童保育廳長 Demetrios Nicolaides

為學生提供更多選擇

不同的學生各有不同的優勢、興趣與目標，他們的高中經歷應給予他們足夠的彈性，讓他們選擇適合自己的道路。

學生們仍需修滿 100 個學分才能取得高中文憑，但在取得這些學分的方式上將擁有更大的彈性。與目前的44個學分相比，學生將最多可修讀 53 個學分的選修課程。

10 年級學生將繼續完成英語、社會研究、數學與科學科目的必修學習。他們亦將修讀經過更新的職業與生活管理以及體育與健康必修課程。

在 11 和 12 年級，個別的必修課程要求將由範圍更廣的必修學習領域取代。學生需要：

- 透過英語語言藝術、社會研究或兩者結合，修滿 10 個人文學科學分
- 修滿 5 個數學或科學學分
- 修滿體育、健康與理財素養方面的規定學分

「在保留基本學術基礎的同時，這種彈性使學生能夠將高年級學習與自身興趣及職業目標直接結合。這些不僅僅是『選修』課，而是能夠傳授生活技能，並將個人熱忱與切實可行的職業道路連結起來的至關重要的階梯。Chinook's Edge 學區期待協助每一位學生選擇能夠通往有意義的高等教育課程及充實職業道路的課程。」

—— Chinook's Edge 學區主席 Holly Bilton

隨著選修課程空間的增加，學生可以探索技術行業、金融、農業、工程及法律研究等領域。希望修讀更多核心學術課程（包括數學、科學、英語或社會研究）的學生，仍可繼續作此選擇。

「更具彈性的畢業要求是我們喜聞樂見的，這將讓學生有更多機會修讀符合其興趣、抱負及未來職業道路的課程。這種連結是推動學生投入學習的強大動力。讓學生在學習上擁有更多選擇，將幫助他們發揮自身優勢，並在畢業時具備邁向未來成功所需的技能、自信與方向感。」

—— Fusion Collegiate 校長暨共同創辦人 Bradey Thompson

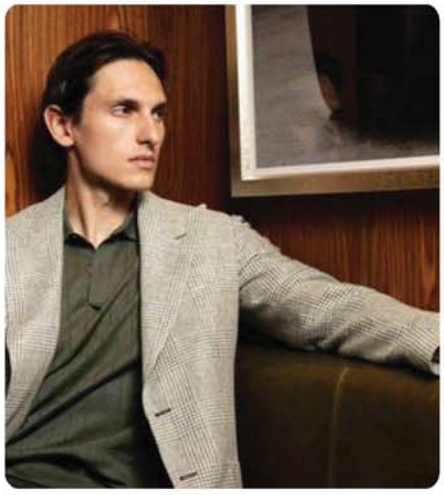
這些變革亦將更加注重學生在高中畢業後生活所需的實用技能，包括理財素養、健康及職涯規劃。更新後的畢業要求將自 2028-29 學年開始，分三個學年逐步實施。

資料提供：Alberta Government



2026年節假日購物推介

奇路迪雲整理翻譯



HENRY SINGER

自1938年以來，Henry Singer一直在亞省定義奢華男裝。探索來自Kiton、Isaia、Canali、Jacob Cohën、Eton等品牌的優質服裝、配件和節日禮品。

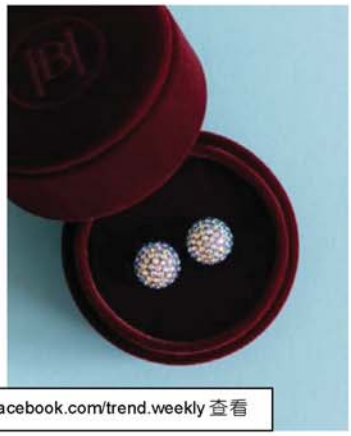
地址：#120 - 545 8 Ave SW

網址：henrysinger.com

HILLBERG & BERK

給你清單上每位珠寶愛好者。在 Market Mall、Southcentre 和 Crossiron Mills 發現禮品套裝和熱賣商品。

網址：hillbergandberk.com



◆卡城本地資訊 **獨家中文**新聞內容◆ 每日本地新聞更新 歡迎到 聞情一周 TREND WEEKLY https://www.facebook.com/trend.weekly 查看







VINTAGE WEST WINE AND SPIRITS

讓每個節日慶祝活動因Brilla而閃耀！是人生難忘時刻的完美選擇。

網址：liquorconnect.com/brilla

CURL WAREHOUSE

在 Curl Warehouse 線上或店內選購 60 多個捲髮品牌，加拿大捲髮護理的首選地點。

網址：curlwarehouse.com

CARRIAGE HOUSE HOTEL

送上一份放鬆的宅度假禮物吧。全年開放的戶外加熱泳池；季節性客房套票；可購買禮品券。

地址：9030 Macleod Trial S | Calgary, AB T2H 0M4 |

網址：carriagehouse.net







MODERN STEAK

亞省頂級牛扒餐廳之一，提供頂級AAA牛扒、獨家神戶牛以及世界級和牛，帶來豪華的農場到餐桌用餐體驗。

分店：(403) 300-1424 Stephen Avenue | Southport

網址：modernsteak.ca





DIY小型盆栽 Terrarium



芒果布甸

冬日宅在家中的時間較多，不少人喜歡有多點綠色植物裝飾家居。一盆Terrarium小盆栽就能把一小片綠意帶進家裡！只要有一個透明玻璃罐、幾層簡單的材料，以及合適的植物，你就可以打造一個迷你室內花園，放在書架、窗台或書桌上都很漂亮。這既是植物小工程，又是居家裝飾，而且組合起來出乎意料地簡單。





所需材料

玻璃瓶或玻璃碗作為容器，喜歡的綠色植物，卵石或小石頭，熱帶植物盆栽土，活性炭

步驟

首先，在容器底部放一層小卵石或小石頭來排水。這樣可以讓多餘的水聚集起來。建議在石頭上鋪一片網布或園藝布，作為屏障，防止土壤被沖入排水層。接下來是一層活性炭。炭可以幫助淨化水質，並且像過濾器一樣，抓住氣味和氣體，還能為你的生態瓶增加另一層有趣的視覺效果。然後加入讓植物生長的土壤或基質，建議使用熱帶植物專用的盆栽土。然後加入讓植物生長的土壤或基質。最後，把喜歡的植物放進去。也可以加幾塊較大的石頭和漂流木來增加結構感和裝飾。

維護小建議

1. 若是使用封閉式的容器，切勿澆太多水。封閉式的玻璃容器只需要少量的水，因為水份會留在罐子裡並在容器中循環。如果水在生態瓶底部積聚，表示裡面的濕氣太多了。
2. 避免讓你的玻璃容器放在強烈的直射陽光下。玻璃會放大熱度，強烈的陽光可能讓容器內的植物過熱。最好是放在明亮但間接的光線下，比如靠近北向的窗戶，或者在明亮的房間裡，確保玻璃箱不會直接曬到太陽。
3. 選擇生長需求相似的植物。避免在同一個玻璃容器中混合沙漠植物和熱帶植物，因為它們需要的濕度差異很大。熱帶植物在封閉的玻璃容器中生長最好，而多肉植物和仙人掌則應該種在通風較好的開放式容器中，這樣能有更多的空氣流通和較低的濕度。



Cavën Atelier HOMMAGE 26

雖然，Lamborghini Gallardo 早已被後續亮相的Huracán和Temerario所取代，但是這款產品週期長達10年、最終一共生產14,022輛的超級跑車，不僅翻新了品牌新頁，至今也依舊在超跑市場佔有一席之地。於是，來自西班牙的Cavën Atelier 特別找回當年Gallardo的設計師 Fabrizio Giugiaro 操刀，以Gallardo為基礎、推出全球僅會生產25輛的 Hommage 26。

Gallardo Hommage 26 沿用了不少Gallardo的設計，線條與輪廓看起來也也沒有進行太多的變更，但是除了車身鈑件大量改以輕量化的碳纖維製作外，Cavën Atelier 還替 Hommage 26 換上了啟閉式的 LED 頭燈組，並重新設計了前（後）保險桿、下擾流，以及整個車尾的造型，且於車尾兩側裝上電動尾翼，搭配20吋的輪圈組。

座艙內，Hommage 26 保留了Gallardo的雙座佈局與空間規劃，但是 Cavën Atelier 不僅可提供多樣的客製材質改變，還以Alcantara類麂皮包覆了儀表板、排檔桿頭與手煞車拉桿等處，並換上縫有六角形圖案的車門飾板。

性能表現方面，Hommage 26 續用Gallardo車系搭載的5.0公升V10自然吸氣汽油引擎，並提供較標準Gallardo車型更高的540匹（GT車型）或560匹（Performance 車型）最大馬力，搭配滿滿情懷感的六速手排變速箱。

Cavën Atelier 表示，Hommage 26 最多只會生產25輛，每輛由90萬歐元起，價格不含用來改裝的Gallardo，未來並會有更多設計靈感同樣源自90年代的復古車型陸續推出。









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

Shaw 516 台
登記熱線 1-888-472-2222

Bell 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

星期一至四
8PM
主演：李尚正、盧頌恩、麥沛東

每週節目時間表 WEEKLY SCHEDULE

星期四 THURSDAY Nov 19

0:45 HOY娛樂
1:00 香港有線新聞
1:30 你的保安 李寶安
2:00 叛逆情緣
3:40 最遙遠的距離
6:05 解放・終局營救
8:05 西遊記之孫悟空三打白骨精
10:20 繡春刀
12:30 南京照相館
15:15 叛逆情緣
17:10 棟篤特工
19:15 HOY娛樂
19:30 香港有線新聞
20:00 你的保安 李寶安
20:35 復仇
22:35 從你的全世界路過

星期五 FRIDAY Nov 20

0:40 HOY娛樂
0:55 香港有線新聞
1:25 你的保安 李寶安
1:55 愛的發聲練習
4:05 廢柴同盟
6:25 棟篤特工
8:25 復仇
10:35 從你的全世界路過
12:50 愛的發聲練習
15:10 廢柴同盟
17:10 白蛇傳說
19:15 HOY娛樂
19:30 香港有線新聞
20:00 臨海峯答問大會
20:35 無限復活
22:30 深夜食堂

星期六 SATURDAY Nov 21

0:30 HOY娛樂
0:45 香港有線新聞
1:15 臨海峯答問大會
1:45 南京照相館
4:20 半生緣
7:30 迴轉壽屍
9:10 白蛇傳說
11:10 無限復活
13:05 深夜食堂
15:05 半生緣
17:25 九品芝麻官
19:30 香港有線新聞
20:00 激戰
22:10 塚愛

星期日 SUNDAY Nov 22

0:00 香港有線新聞
0:30 新不了情
2:25 夏日的麼麼茶
4:20 南京照相館
7:00 九品芝麻官
9:05 激戰
11:20 塚愛
13:15 新不了情
15:10 夏日的麼麼茶
17:00 法內情大結局
19:30 香港有線新聞
20:00 鬼吹燈之九層妖塔
22:00 法內情大結局

星期一 MONDAY Nov 23

0:10 香港有線新聞
0:40 龍在邊緣
2:45 百分百o岩Feel
4:35 龍虎新風雲
6:20 法內情大結局
8:25 鬼吹燈之九層妖塔
10:40 龍在邊緣
12:50 百分百o岩Feel
14:50 龍虎新風雲
16:45 新少林寺
19:15 HOY娛樂
19:30 香港有線新聞
20:00 你的保安 李寶安
20:35 古董局中局
22:55 新紮師妹3

星期二 TUESDAY Nov 24

0:45 HOY娛樂
1:00 香港有線新聞
1:30 你的保安 李寶安
2:00 Bad Boy特攻
4:00 刑<殺之法>
6:00 新少林寺
8:30 法內情大結局
10:40 古董局中局
13:05 新紮師妹3
15:05 Bad Boy特攻
17:10 黑社會
19:15 HOY娛樂
19:30 香港有線新聞
20:00 你的保安 李寶安
20:35 追女仔
22:20 男兒王

星期三 WEDNESDAY Nov 25

0:15 HOY娛樂
0:30 香港有線新聞
1:00 你的保安 李寶安
1:30 偷窺無罪
3:15 愛情故事
5:15 新不了情
7:15 黑社會
9:15 追女仔
11:00 法內情大結局
13:10 男兒王
15:15 愛情故事
17:20 連體孤魂
19:15 HOY娛樂
19:30 香港有線新聞
20:00 你的保安 李寶安
20:35 翠絲
22:45 幾人



ASTON MARTIN VALHALLA SPIDER

Aston Martin 於早前發表了Valhalla的敞篷版本 Valhalla Spider，這款目前旗下性能最強悍的中置引擎插電式油電 (PHEV) 敞篷超跑，並宣布實車在美國 Las Vegas 永利（Wynn）酒店舉辦的超跑/古董車展舉行首秀，新車目前已開放接單、預計明年第三季開始交車，但售價與產量目前原廠尚未公布。

由於是品牌第一款量產中置引擎敞篷超級跑車，所以 Aston Martin 在開發 Valhalla Spider 時，特別加強了與 Aston Martin Performance Technologies（AMPT）性能技術部門的合作，投入更多來自F1賽場上的知識、材料與技術，不僅為其修改了碳纖維單體座艙，並且還配備了與Valhalla相同的先進且全面之主動式空力系統，將可移動的空力系統與車底氣流結合，最大限度地提升抓地力、操控平衡性和反應一致性，還讓此車能根據路況和所選之駕駛模式來降低風阻，實現最佳空氣動力學效率。

為了進一步提升開篷後的駕駛體驗，Valhalla Spider 雖然保留了Valhalla標誌性的碳纖維鷗翼式車門、延續了獨特的視覺效果，但是車門的設計更為精良，操作亦更加順暢，並採用了無窗框之設計；車門玻璃頂部的邊緣還略微增加，能使安裝車頂較為便捷。

Valhalla Spider 的車頂，標配為可拆卸、可收納的黑色織布車頂，且軟頂敞篷關閉的狀態下，車輛一樣可達到時速200公里的極速（開篷狀態下的極速則可達350公里）；選配的碳纖維硬頂則提供了另一種選擇，除了能讓駕駛可以不受限地體驗 Valhalla Spider 電子限速下的350公里極速，最大下壓力還可達600公斤，並配備有防雨罩，方便車輛停放時使用。

此外，為了提升駕駛舒適性，Valhalla Spider 配備了獨特的導流板，可管理開篷時駕駛艙內的氣流，還能夠將擋風玻璃頂部的冷卻氣流導引至進氣口，同時將氣流提升至駕駛上方，從而提升舒適度，且導流板可以折疊成三個部分，收納在新增的15公升車門檻儲物格內。

座艙內，Valhalla Spider 則是標配全新碳纖維旅行座椅，進一步提升了乘坐舒適性，並能方便駕駛與乘客上下車，但如果車主想要擁有更強大的駕駛支撐，也可以免費更換為Valhalla上的原廠碳纖維座椅。

性能表現方面，Valhalla Spider 搭載的是與Valhalla相同、由一具4.0公升V8雙渦輪增壓引擎結合三具電動馬達所構成的高性能油電系統，綜效輸出一樣可達1,079匹（PS）、最大扭力112.2公斤米，搭配所有輕量化套件後，車重只有1,680公斤、僅較Valhalla多25公斤的 Valhalla Spider，由靜止加速至時速100公里同樣只需2.5秒。

Aston Martin 執行長 Adrian Hallmark 表示：「Valhalla開創了許多先河，此車是我們首款量產中置引擎超級跑車，也是品牌第一款插電式油電車型，並首次搭載八速雙離合器自手排變速箱；而 Valhalla Spider 則是在這些令人矚目的『首創』基礎上又更進了一步，不只保留了Valhalla的美學魅力和動態性能，還引入了只有在敞篷超跑才能體驗到、更廣闊的駕駛樂趣。」



ASTON MARTIN VALHALLA SPIDER















ASTON MARTIN VALHALLA SPIDER





