

蔣嘉瑩、施匡翹 (Zaina) 及謝高晉日前為經理人公司旗下「Malluxe Life 嘉珀生活」網上平台節目《職業試工隊》，到「歐羅有機農場」親身體驗做一日農夫，親手收割紅菜頭及椰菜。

**拍**攝當日天氣相當炎熱，且遇上滂沱大雨，幸好最後太陽伯伯出來了，在年輕農夫 Kelly 指導下，3位客串「農夫」在烈日當空下分工合作，蔣嘉瑩負責除草、Zaina負責施肥、謝高晉則負責除蟲；完成農夫每日例行工序後，3位再到紅菜頭田及椰菜田收割又大又新鮮的紅菜頭及椰菜，大家都十分興奮。

蔣嘉瑩開心表示學會好多農場知識，而且體會到農夫的艱辛：「好似清除紅秋葵附近雜草，要好高技巧及要小心，要睇清楚是菜還是草？拔錯了就會浪費了菜，鏟刀要插深一點將草連根拔起，好彩我冇拔錯，農夫 Kelly 好滿意我的表現，可以請我做兼職，哈哈！」Zaina負責為潺菜施肥，初時大家都以為是用「大便」施肥一定很臭，她說：「一點也不臭，原來他們是用有機肥料，混合了花生麩和骨粉，仲有，原來施肥不可以直接灑在菜裏，否則吃的時候有機會吃到殘留物，影響味道。」至於除蟲任務當然是交由男子漢謝高晉負責，他笑言：「簡直是跟蟲蟲捉

迷藏，青色的菜青蟲好古惑，有時會躲在葉面，有時就躲在葉底，最困難是剛剛下完大雨，蟲蟲會匿埋避雨，所以更加難搵，要好仔細逐片菜葉翻開望，終於找到一千……零一條大肥蟲，哈！」

**每片菜葉都是農夫心血**

做了一日農夫的工作，他們學到很多知識，例如：拔完椰菜後，農夫要再將椰菜的葉撕掉，而且外層的葉比較硬，也很多蟲咬過，撕掉的葉會用來堆肥，有時就會曬做冬菜，是不會浪費的。他們更加體會到農夫的辛勞，由開始耕種，到運送農作物往市場出售，過程完全不簡單，每一片菜葉都是農夫的心血，大家一定要珍惜食物。

做一日農夫體會耕種艱辛

蔣嘉瑩 施匡翹 謝高晉  
畚畝惜食



3人乖乖聽從真農夫指示。

蔣嘉瑩(左)、施匡翹及謝高晉對落田做農夫大感新鮮。

同惠英紅嘈交有火花

吳千語睇回放眼濕濕

電影《一路瞳行》講述父母失明，誕下視力健全的女兒，女兒長大後深覺只是父母的盲公竹，對家人又愛又恨。電影公司昨率先發放主題曲《面對黑暗》MV，片中有飾演失明父母的惠英紅(紅姐)、吳岱融及女兒吳千語一家人的寫實畫面外，並請來去年「傑青」視障女高音蕭凱恩主唱。

60人管弦樂隊配以蕭凱恩的動人歌聲，穿插着紅姐、吳岱融陪伴着女兒成長畫面，當中有開心、有爭拗，最吸睛是紅姐在大雨中哭訴「我好驚佢冇自己嘅世界唔要我喇！」吳岱融回應「女大嘞，要放手！」最後一家三口雨中擁抱，十多秒的畫面令人動容；MV最後紅姐一句「我最大嘅心願係你可以開開心心做自己想做的事。」相信正正亦是天下父母的心聲。



千語指惠英紅好快令她入戲。

身在內地工作的紅姐第一次看MV



惠英紅與吳岱融飾演失明父母。

時亦感動非常，「自己特別喜歡同千語嘈，佢衝入房扯爛所有錄音帶一場，拍嘅時候已經好有火花，好有被傷害傷心感覺，入場時記得留意。」千語好開心可以同兩位實力派前輩合作，「呢場鬧交戲我都好難忘，因為紅姐好快令我入咗戲，覺得佢就係媽媽，同媽媽發生咗矛盾，事後又唔識解釋畀佢知，結果不停鬧交，睇 playback (回放) 同MV都會眼濕濕。」

魚毛精神好  
開始約好友飲茶

資深演員余慕蓮(魚毛)去年因肺纖維化入院，一度傳出危殆要轉入深切治療部，幸最後化險為夷，上月已出院返家休養。資深傳媒人汪曼玲日前往探望魚毛，透露她最開心能返家，且精神也愈來愈好。魚毛自稱現在精神很好，只是行動不便，上廁所和洗澡時要傭人幫忙，平時行路就要用步行架輔助。現時她可以吃普通食物，所以已開始約朋友外出飲茶。至於藥物方面，她之前曾接受標靶治療，現在要經醫生評估後才決定是否繼續這種療法。



衛詩接受 TVB 娛樂新聞台《StarTalk》節目專訪，暢談推出歌曲《面對後悔的各種方法》的感受。談到工作上的後悔事，「有時唱 Live 覺得自己唱得唔好，後悔甩歌詞同唔夠氣唱，又或者訪問時唔知道自己講咗啲咩嘢最驚！因自己中文唔好，講嘢時候會好緊張。」她又後悔兒時沒有好好跟他手爸爸學結他，「歌家發現年紀大彈結他好困難，通常細個學嘢都會容易啲、入腦啲。」

衛詩後悔冇跟爸爸學結他

衛詩接受主播許文軒專訪。