

■ 熊黛林的完美身段
羨煞不少媽媽們。

重投工作
搵番自信

熊黛林（Lynn）再獲邀擔任醫學美容中心代言人，早前拍宣傳照時她穿上多套以白色為主調的服裝，大騷素爆身形。問她如何保持完美身段？她笑言：「以前有大 Job 都會做 gym、減肥，但最近媽咪返咗南京又少咗個工人，所有嘅我都鍾意落手落腳做，所以連減肥做 gym 都唔得，可能平時湊 B 嘅時候已經鍛煉咗，當做運動。」



育有一對孖女的熊黛林
不甘於居家做湊仔婆。

自己唔食睇人食 熊黛林「隱弗」 有絕招



Lynn 還有一些瘦身小秘技，「之前有食消夜嘅習慣，而且食幾多都唔會肥，但生完之後身體有少少唔同，食得太飽會胃酸倒流，又會肥啲，所以戒咗消夜，當肚餓嘅時候就唔好自己食，要睇人哋食，睇人哋食嘅嘅片好開心就等於食咗，好過癮！」除了節食，心態上也重要，「如果成日諗啲唔開心嘅嘢會好効，夜晚又瞓唔着，瞓唔着皮膚會唔好，又有黑眼圈，對身體唔好，係惡性循環，所以個人諗開啲，瞓得好啲精。」

神又好啲，係唔同嘅。」

育有一對孖女的她，在孖女 BB 時為了親自照顧她們，她幾乎沒私人生活，故有少少迷失的感覺，現時囡囡開始返學，她亦開始重拾自己的私人空間，「雖然返學只係兩、三小時，我會趁呢段時間去做吓 facial 及做機，買吓自己嘅扮靚靚，做番做女嘅，已經好享受，甚至乎趁呢啲時間出去做嘢，唔做嘢好似同社會脫咗節，之前兩、三年有少少冇自信，出番嚟工作搵番嘅自信！」她坦言之前做家庭主婦

不是那麼開心，因習慣了工作，她亦會教導囡囡每個人都要工作，這是一個人的社會價值，不可以叫人養你一世，不過屋企始終是她的首位，會盡量去平衡家庭與工作。

孖女輪流醒冇覺好瞓

另外，Lynn 前晚為無綫節目《日日媽咪聲》擔任嘉賓分享做「孖媽」心得，她透露孖女在肚裏時已展露出不同的性格，「一個好懶，一日先踢兩、三下，另一個就不停係咁踢，Feel 到佢以後一定好好動。」講到湊 B 最辛苦必定是夜晚「冇覺好瞓」，更何況一次過要照顧兩個 B，「有時會噃噃呢個瞓咗，另一個就醒咗，跟住可能佢又會嘈醒另一個，成晚係咁循環發生，完全冇瞓過覺。」她笑指起初餵母乳時覺得「一邊一個」好幸福，但後來因為太辛苦，最終改泵母乳餵哺。最近重投工作的她更笑言完全沒掛住孖女，因終可重拾「一覺瞓天光」的感覺，「之前要隔離 14 日好開心呀，我從來冇咁好瞓。」

■ 胡楓與馬海倫送曾江最後一程。



□洪天明與陳靜為角色都作出了犧牲。

洪天明化爛面妝演濕疹患者

羅守耀導演的懸疑電影《被消失的凶案》定於 6 月 16 日上映，戲中洪天明飾演居住於劏房、患有類風濕關節炎及濕疹問題的角色，每次開工都需要花 6-7 多小時化上特技妝變成「爛面超」，天明說：「淨係塊面都化咗 3 個鐘，手肘、面都要加水皚，仲有啲細節位，如嘴角乾咗抓損咗嘅位置亦做埋，拍足全日都無乜甩，化妝師好手勢。」另一演員陳靜今次有大突破，除素顏上陣，還飾演育有 8 歲兒子的母親，更多次被丈夫虐打，相當慘情！

馮素波 6 月開唱紀念亡父

馮素波（波姐）為紀念爸爸馮峰對藝術作出的貢獻，將於 6 月 6 日假西九戲曲中心舉行一場《峰波情未了》音樂會，她更聯同演出嘉賓徐小明、粵劇名伶劉惠鳴接受薛家燕主持的節目訪問，波姐憶述爸爸當年給她一批手稿，入面記載了好多他以前的情史同成就，她好想記錄爸爸所有的事情及自己的經歷，所以有今次這念頭。

小明哥自爆遺失了波姐電話而搞出個笑話，「我開頭不知是波姐找我，所以冇聽電話，之後她傳訊息兼一張自拍照過來，說自己是馮素波，我以為是詐騙電話也不敢聽，直至找朋友要回波姐電話後，才知道真的是她找我！」



□左起徐小明、薛家燕及馮素波。

曾江喪禮低調舉行 胡楓馬海倫送別亡友

資深藝人曾江上月於隔離酒店倒斂，享年 87 歲，曾江家人前日（17 日）低調以天主教儀式為他舉行喪禮。當日遺孀焦綱和女兒曾慕雪一早到達教堂打點，出席的只有少數摯親好友，圈中藝人有胡楓、馬海倫、曾江第二任妻子鄧拱璧及夫婿阮兆輝，追思會結束後，曾江遺體隨即移奉火葬場火化，火化儀式後，胡楓和馬海倫離開時有上

前擁抱焦綱作安慰。

曾江社交平台帳號的工作人員亦發文悼念：「曾老師，今天是您的告別儀式，此別已無再見，此後餘生再無您，你常眠，我常念。我最尊敬的曾江老師，您一路走好，你曾說過，您的人生過得很爽，願你在天堂也是。」帖文還有一張是曾江本人站在靈堂自己遺照旁的照片，是他 5 年前拍劇的留影，可見他百無禁忌。



□曾江生前在劇中自己的靈堂留影。