任達華（華哥）與太太琦琦、鍾鎮濤（B哥哥）昨日到亞博出席科技論壇開幕儀式，華哥台上致辭時表示高興見到香港復常，希望之後有更多內地和世界各地人士來港舉行論壇；獻唱金曲娛賓的B哥哥將於2月23日迎來70大壽，他還未想到如何慶祝，但家人很有儀式感，估計太太已有安排。

親下廚陪散步做瑜伽

女兒推Job考大學 任達華助減壓

■任達華與太太琦琦有影皆雙。

■鍾鎮濤大唱金曲娛賓。

華哥表示現在香港復常，要支持推介「香港，歡迎你」，除了美食外，希望香港能舉辦更多大型論壇和體育賽事。之前新年與家人去旅行的華哥，表示之後要留港為新片試造型和做準備，亦會宣傳另一新作《斷網》。提到華哥有份演的《燈火闌珊》獲金像獎最佳女主角和最佳新演員提名，片中飾演張艾嘉老公的華哥，表示參與電影主要想幫助新人，所以他戲份不多，也對張姐奪獎很有信心。

鍾鎮濤「奔七」未知如何慶祝

華哥女兒任晴佳近期頻頻影封面硬照，琦琦表示女兒要應付考大學，近期會推掉所有工作，「她自己說要專注學業，她對自己要求很高，要保持到好成績。」琦琦稱現在也多留家陪女兒，明白現在小朋友讀書壓力大，希望女兒不用太緊張。華哥就笑稱閒時會親自下廚給女兒，又會與女兒散步和做瑜伽減壓。另外，華哥好友張婉婷的紀錄片《給十九歲的我》惹來不少爭議，他表示不清楚事件來龍去脈，而且他又沒看過電影就不想胡亂評論。

即將「奔七」的B哥哥還未想到如何慶祝，個人而言最重要是家人齊齊整整在一起，不過家人很有儀式感，相信太太可能已有安排。他又稱現在的體力與50歲無異，只是相對過往連踩10小時工作的黃金時期，回氣慢一點。「最重要是心態好，我可以分享一些自己保健和年輕的秘訣：就是不要成長得太快，我成熟得很慢，在40歲時仍像20多歲，成長慢一點、自然就老得慢一點；還要學懂減壓，不要給予自己太大壓力。我亦很少需要減肥，除了不吃消夜、少油多菜，感到體重過磅就會『收』，但亦不建議年紀大的人太瘦，因雙頰凹陷不好看，重點是了解自己的身體和外形怎樣適合，由於各有不同，因此要保養得宜也算是一門學問。」至於今年大計，他計劃舉行個人及樂隊溫拿演唱會，還有個願望就是到70歲寫7首歌，講述多年來與自己有關的事，並希望以黑膠碟形式面世，「我沒想過要退休，要保養就不要退休，做人一定要有工作，有少許壓力刺激腎上腺才能保持年輕！」

■亭亭玉立的任晴佳對自己要求甚高。

劉穎鏇雙腳似「千島湖」 愛拍打戲不介意周身瘀傷

■戴上逾千萬元翡翠首飾的劉穎鏇笑言要步步為營。

劉穎鏇（Tiffany）昨應邀爲珠寶展擔任模特兒，穿上黃色吊帶長裙配襯總值1,500萬元緬甸翡翠的她笑言要步步爲營，「我眞係好驚，因爲戴住成層樓喺身，萬一唔小心跌咗眞係唔知點算。」問她可有收藏珠寶首飾？她稱還是首次佩戴如此貴重的珠寶，都希望有一日可以擁有多件珠寶，但暫時還未有經濟能力去收藏一些貴重的珠寶首飾，亦從未收過異性送贈的首飾。

提到Tiffany有份主演的劇集《隱形戰隊》將於下月初播映，她指劇中打鬥與槍戰戲，可說是拍戲以來最多的一次，爲此她要不停做gym，拍攝期間亦是人生最弗的階段。而劇中她繼續有性感打扮，但性感程度就要拭目以待。另外，她近日正忙於拍攝另一新劇《奪命提示》，同樣不乏打鬥場面，「雖然拍打鬥戲相當辛苦，但我好鍾意，打到手腳瘀傷亦在所不計，好開心今日着長裙，可以遮住腳嘅瘀傷，攝影師幫我影相嘅時候都笑我腳上面嘅瘀傷好似『千島湖』咁。」提到同劇的張振朗早前在拍攝期間弄傷左額要入院縫針，她指振朗重新埋位拍攝後，心理狀況相當好，不但沒有後遺症，對拍攝武打場面仍然好有幹勁，相信他早已克服心理關口。

周家怡 拍戲現實一樣Dry

導演梁國輝、周家怡、ERROR、譚旻萱（Mandy）、郭思及太保等，昨出席英皇電影《陰目偵信》開鏡拜神儀式，周家怡表示戲中與Mandy及郭思飾演鄰居，不過感情戲方面就同現實一樣Dry。她又大爆肥仔（梁業）經常對她口花花：「佢成日都花言巧語話好鍾意我，又話我好可愛，（有冇被溶化？）太慣喇，因爲之前合作佢都成日咁整蠱我。」已第二次拍戲的Mandy，表示今次因是喜劇感覺很好玩，片中她與阿Dee（何啟華）較多對手戲，希望可以沾沾他的旺氣。身形高挑的她跟阿Dee演對手戲可需低着頭？她強調二人一樣高，所以視線差不多。

■右起譚旻萱、周家怡及郭思。

胡定欣 憑「忍」功演活角色

劇集《廉政狙擊》將於下周一首播，而劇集早前在內地開播時已引起關注，胡定欣亦正亦邪的角色更令人眼前一亮。劇中爲報仇耍盡心機兼不擇手段的她坦言演繹有難度：「個角色最難係忍耐，因爲佢會遇到好多刺激到佢嘅嘢，例如要忍住啲壞人忍到最後一刻；面對失散多年嘅至親，明明見到都不能相認，呢啲感覺幾辛苦。」

應智越執導MV給歌迷驚喜

應智越（細貓）得到歌迷爲他舉辦生日和出道3周年的慶祝活動，特意公開自己自導的《雪人》MV給歌迷驚喜，報答大家一直的支持。而歌曲是他與中學同學Elton共同創作，他更邀請對方任MV男主角，他自己則退居幕後執導，「我自小很喜歡周杰倫，希望自己有朝一日也可以同自己的好朋友一同拚搏，做出成績來。」