

# 陳柏宇操肌有成 向Tyson Yoshi取經

## 太太陪健身吃雞胸肉

陳柏宇、雲浩影、黃淑蔓等歌手前晚(13日)出席「愛心滿東華」免費醫療服務捐助計劃暨慈善晚會；身形明顯較以往健碩的陳柏宇透露是因為年紀問題開始操肌。

**陳**柏宇稱，年紀愈大肌肉流失就愈快，兩年前有次從鏡中看到自己都覺得似個阿伯，就是因為沒有肌肉，因此「冇起心肝」，今年很用心的操練及控制飲食，還向Tyson Yoshi請教如何降體脂，但相信以自己的年紀和資質就沒可能練到對方的胸肌。那麼太太是否喜歡他的健碩身形？陳柏宇表示太太也有跟他一起健身及吃雞胸肉，最厲害的是早上6時起床後沒有「翻馴」，又「識做」的說：「其實太太不論Fit或肥，我對她的身形都不會投訴。」



■ Tyson Yoshi 勁大隻。 Ig 圖片

破天荒的演出，打趣謂：「我要穿上西裝跳海，沒想到我竟然要42歲下海！」

雲浩影之前受皮膚敏感困擾，但當晚所見臉部並無異樣，她表示服藥後已告痊癒。問到男友有否安慰？她笑指男友沒有安慰，也沒有嫌棄她的樣子，希望喜歡她的人是喜歡她的內在美，正如之前推出的歌曲《你的損失》，內容講述另一半離棄自己是對方的損失，相信能道出很多人的感受，自言愛情上很柔弱的她稱希望借歌曲鼓勵到大家，至於月底發行新歌《我們還有幾多時間》是講述一段情侶關係不知能維持多久；同門的黃淑蔓亦高興指本月底會推出新歌，並且新歌是回歸校園，並非情歌。笑問是否有愛情故不用唱情歌？她自言一直被愛情環繞着，因本身靚女，說罷也忍不住大笑：「當然係講笑啦，哈哈！」



■陳柏宇露臂晒健身成果。

### 雲浩影藉新歌自勉

至於操肌成功會否Show肌？陳柏宇笑稱也好應該，但預計最快都要明年，因暫時還有成績，但透露稍後拍攝的新歌MV就有



■愛心大使雲浩影(左)及黃淑蔓出席活動。

## 姚焯菲紐約留學 破解治安迷思

「聲夢小花」姚焯菲(Chantel)近日已飛往美國紐約展開大學留學生活，然而其海外生活同樣備受粉絲「小菲象」(粉絲暱稱)的關注。到埠兩星期的她，特意拍片向粉絲分享近況，並親自回應了粉絲們最關心的紐約治安問題。

姚焯菲在影片中提到，最多人問的問題就是「紐約究竟安唔安全？」對此，她表示：「其實紐約我覺得比我想像中安全好多。雖然呢度係比較多一啲流浪漢，或者一啲飲醉咗嘅人。但係我生活嘅一區，佢哋唔會點樣去冒犯你，或者去掂你。佢哋最多都會淨係問你『冇冇散紙』，其實已經非常之安全。」姚焯菲補充，自己暫時從未遇過偷竊或槍擊案等問題，請粉絲們不用過於擔心。

■姚焯菲入行後未有荒廢學業。 Ig 圖片



■苟芸慧回復單身。 Ig 圖片



## 苟芸慧復出想拍劇 對感情生活隨緣

2009年國際中華小姐冠軍，前TVB藝人苟芸慧近期因離婚新聞成為眾人目光，她昨日(14日)受邀出席觀塘海濱舉行的露天活動。苟芸慧接受訪問時被問到感情狀況，她回答：「好多謝大家關心，我而家好自由，都係以工作為主。(文件)都處理好啦。」有記者笑言：「即係可以追你？」苟芸慧笑一笑，也回答：「你哋真係，我可以點樣答。(你可以話好多人排緊隊)其實我而家好enjoy同狗狗相處嘅時間，我都希望可以將個心擺喺工作上面，緣分嘅嘢就隨緣啦。」她又表示，有意願重返幕前演出和拍劇。問及TVB有否向她招手，她回答：「舊公司暫時未有搵我傾偈。(ViuTV有冇搵你拍嘢?)可能要將我電話擺喺social上面。」

## 袁文傑結婚5年突做新手奶爸

藝人袁文傑憑處境劇《愛·回家之開心速遞》「潮偉」一角入屋，現實中他與張潔蓮拍拖多年，並在2020年尾拉埋天窗，結束愛情長跑。他們婚後未有小朋友，惟近日袁文傑竟突然爆出做新手奶爸，其實他是照顧初生貓BB，並嘗試餵食，他拍片分享過程，並以「8天大小貓BB和我」為題，發文表示：「生命有時候很脆弱，但想要生存的力量卻很大，小貓BB其實是早產了，所以不能有任何一刻掉以輕心。」

他透露到義工團體探望初生貓BB「小林」，惟他餵食糊仔的舉動卻引起網民爭議，網民指出初生貓BB不應餵食流質食物，因容易瀉親及流入肺部造成肺炎，應該改為飲奶，提醒貓義工多加注意。



■袁文傑照顧貓B。

小紅書