

曾以為做「大碼演員」有優勢

吳文懿因TVB高層之言減百磅



●吳文懿以規律運動保持健康體態。
網上圖片

文匯專訪

●吳文懿用了3年時間，狠甩近100磅。
香港文匯報記者北山彥攝

TVB新晉演員吳文懿初入行時重達180磅，其後更增至210磅，本以為可以憑「大碼角色」殺出一條血路，但事與願違，最終因TVB高層樂易玲及監製鍾澍佳的說話令她面對現實，決心減肥。對於獲封「苟芸慧2.0」，她坦言不敢當，並視對方為學習對象。

●採訪：香港文匯報記者 梁靜儀



●吳文懿視苟芸慧為學習對象。
香港文匯報記者北山彥攝

她笑言：「當時因為新年食多咗少少，但已經比入行時瘦咗，佢哋問我係咪想挑戰大碼角色，但話公司好少呢啲機會，於是我就認，下次見到佳導要再瘦啲，要演多啲戲。」

獲封「苟芸慧2.0」不敢當

Kate用了3年時間，成功由210磅減至約110磅，狠甩近100磅。她分享最激烈、曾於3日減掉7磅的地獄式減肥血淚史：「嗰時早、午、晚都游水。頭一兩日只食一個蘋果加少少菜，因為同朋友打賭，第三日索性含冰，真係瘦咗7磅，但之後食一碗米線，即刻肥返5磅，徒勞無功。」其後她改變心態及方法，採用「長期飲食控制」、「規律運動」及「熱量赤字」，以健康方式慢慢減磅，並持之以恆。她亦大方分享減肥餐單，早餐會吃兩隻焗蛋加番薯、粟米或蘋果。她表示不會完全戒吃澱粉質，因為能夠增加飽肚感，亦會以瘦肉為主，少汁少油是基本原則，再配合帶氧運動，但切忌心急經常上磅。Kate開心透露，目前體重維持在112磅，是她小學以來最瘦的狀態，令她十分滿意。她笑言，最開心是聽到服裝間的姐姐說衣服已不合身：「我話係呀，鬆得濟。」

Kate被指貌似華裔小姐冠軍苟芸慧，對於獲封「苟芸慧2.0」，她謙稱比不上對方：「我怕俾人鬧，唔敢當，好感謝有人話我似，但同時都有壓力，對方真係好靚女，我比唔上佢，佢係我嘅學習對象。」



●未瘦身的吳文懿曾飾演暴食角色，與陳豪對戲。
網上圖片

●場地：船嘉·福

將參與音樂會致敬黎彼得 陳美齡欣賞對方作品取材廣泛

香港文匯報訊（記者 余雁）《黎彼得杯酒當歌致敬音樂會》將於12月5日及6日在香港演藝學院歌劇院舉行，是次門票部分收益將捐贈予仁濟醫院作慈善用途。今次致敬音樂會演出歌手陣容包括尹光、彭健新、張武孝（大AL）、余安安、鄭俊弘、JW王灝兒、張與辰、顏米羔、陳美齡、夏韶聲、黎瑞恩及組合農夫，新加盟參與演出的將會是黃山怡（糖妹），再加上音樂大師杜自持擔任音樂總監，這個新配搭令一眾樂迷眼前一亮。

黎彼得可說是開拓粵語流行曲的先行者之一。上世紀七十年代中與《歌神》許冠傑合作無間，成為香港流行音樂史上第一對黃金拍檔，二人聯手打造無數金曲。黎彼得也同時為其他歌手寫下不少經典作品，陳美齡表示：「我覺得黎彼得老師的作品取材範圍真的很廣闊，有一些作品很搞笑很得意，令我們聽得很過

癮；有一些充滿哲學式的人生道理，令我們在欣賞過後會點頭及沉思；有一些則是非常溫馨的作品，他曾經寫過一首名叫《願你繼續醉》的歌給我，這首歌也是我其中一首代表作，我自己非常喜歡這首歌，它描述當一段感情結束時人的心態會是如何。另一首黎老師寫給我的作品是《紫荊花》，當時我正在製作一張歌曲和香港有關的專輯，他用《紫荊花》代表香港，寫出我懷念和思鄉的感情。我非常感恩可以得到這兩首歌，我覺得黎老師的廣東詞是絕世天才先可以寫出來，他的用字只有說廣東話的朋友才能欣賞到。」她認為雖然黎彼得已經離世，但他留給我們很多廣東經典歌曲，相信這些歌會一直流傳下去，陪伴我們。

原唱與後輩歌手聚首顯薪火相傳

新加盟演出的糖妹說：「好高興能夠參加《黎彼得杯酒當歌致敬音樂會》，讓我們一起用音樂向黎彼得先生致敬，期待和大家一起回憶，分享黎彼得先生的經典作品。」

主辦單位環星娛樂表示，今次一連兩場致敬音樂會得到一眾原唱及後輩歌手，以最真誠之演繹風格向黎彼得致敬，無論是貼地的《咪當我老襯》《加價熱潮》《尖沙咀Susie》，或充滿人生哲理的《浪子心聲》《世事如棋》等，相信必定能令樂迷更進一步了解黎彼得，以及其作品薪火相傳的影響力。



▲糖妹加盟為《黎彼得杯酒當歌致敬音樂會》演出。
受訪者供圖



和《紫荊花》兩首歌。
受訪者供圖



●草蜢即興邀請容祖兒上台合唱。
大會供圖



●古天樂宣布草蜢成為「健力士世界紀錄」的「華語最長壽不變陣組合」。
大會供圖

成「華語最長壽不變陣組合」 草蜢獲古天樂頒健力士證書

(Friend+Family)，認識咗你哋之後，我多吃三個大哥哥。」

阿智難忘在前輩羅文家拜年時初次見到祖兒，蘇志威爆料：「其實更早之前嘅歌迷聚會見過你啦！」祖兒說：「我由細到大都係

香港文匯報訊（記者 余雁）一連兩場的草蜢《THREE IN LOVE 演唱會—澳門站》日前於澳門威尼斯人綜藝館舉行。草蜢在頭場即興邀請觀眾席上的「鐵粉」容祖兒上台合唱，而第二場的表演嘉賓則是老友古天樂。除了跳唱《今期流行》外，他更以「演藝人協會會長」身份，宣布草蜢成為「健力士世界紀錄」的「華語最長壽不變陣組合」。

當晚，容祖兒原本在觀眾席睇騷，突然被草蜢召喚上台，她立即急急躍穿過觀眾席登場。四人互相擁抱問好後，蔡一智（阿智）說：「我知道祖兒好忙，因為佢明年一月將會喺香港啟德主場館開演唱會。」蔡一傑（傑少）感性地说：「我萬係好開心睇住祖兒唔同嘅階段，一路變好，一路進步，成為今日嘅天后，真係好正！」祖兒說：「好似阿智所講，我哋係FRAMILY

你哋嘅歌迷，好細個就聽你哋嘅歌，當我入咗行真係可以同你哋合作，你哋好錫我，睇住我唔同階段嘅成長，呢個經歷真係好特別，可以一齊為香港嘅樂壇努力。」

而第二場的表演嘉賓古天樂出場，與草蜢跳唱《今期流行》，全場High爆！其實草蜢與古天樂識於微時，非常老友，傑少表示在古天樂未出道時已互相認識，蘇志威與他更拍劇朝夕相對半年，至於阿智是他的健身教練。之後他們合唱30年前、由古天樂為草蜢MV做男主角的歌曲《原諒我是我》。唱畢，古天樂認真地表示另有重要任務，就是以「演藝人協會會長」身份，宣布草蜢成為「健力士世界紀錄」的「華語最長壽不變陣組合」並頒證書，亦邀請「健力士世界紀錄」官方認證官Jacob Yip上台詳細說明。

解散之說純屬誤傳

認證官Jacob說：「要得到呢個紀錄要符合三個條件：第一，草蜢係《華語組合》，作品主要係廣東話和普通話，過去超過40年，佢哋為華語地區注入咗音樂及舞蹈既力量。第二，《最長壽》，我哋以年和工作計算，以1985年7月4日草蜢嘅香港利舞臺參加第四屆新秀複賽，參賽歌《一起衝》，呢個紀錄衝到嘅家嚟到威尼斯人呢個舞台，總數係41年112日，每一年都要對演藝有相當嘅貢獻，例如唱片、演唱會、廣告、商演同埋代言等。我同資深傳媒人鄭丹瑞先生、音樂人陳光榮先生，由1985年睇到2026年，的確係每一年沒有斷續嘅音樂同埋舞蹈嘅貢獻。其實係極其艱難，好似馬拉松咁三個人要一齊跑，仲要係世界級嘅水準。」

「第三，《不變陣》，成員人數由1985年7月4日起，都係蘇志威、蔡一智、蔡一傑，三位，中間沒有任何變更。呢段關係的確好厲害，真係做到無論順境逆境、貧富、健康與否，都係一起衝。」蘇志威說：「I Do」全場爆笑。然後由古天樂頒發證書給草蜢及大合照留念。

阿智說：「我哋三個會繼續努力，應承大家，我哋會有更多更好嘅作品，更好嘅演唱會送畀大家。」蘇志威說：「有幾年曾誤傳我哋無嘢做解散，其實嗰幾年我哋一直都係世界各地演出，今日得到健力士證實我哋係有試過分開，多謝！」

申請酒牌轉讓公告 海港酒家

現特通告：譚進傑其地址為九龍新蒲崗六合街29號宏輝工業大廈3樓，現向酒牌局申請位於九龍觀塘觀塘道414號壹太中心7樓海港酒家的酒牌轉讓給溫群卿其地址為九龍新蒲崗六合街29號宏輝工業大廈3樓。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交九龍深水埗基隆街333號北河街市政大廈4字樓酒牌局秘書收。

日期：2026年10月29日

NOTICE ON APPLICATION FOR TRANSFER OF LIQUOR LICENCE Victoria Harbour Restaurant

Notice is hereby given that TAM CHUN KIT of 3/F, Wang Fai Industrial Building, 29 Luk Hop Street, San Po Kong, KLN, is applying to the Liquor Licensing Board for transfer of the Liquor Licence in respect of Victoria Harbour Restaurant situated at 7/F, One Pacific Centre, 414 Kwun Tong Road, Kwun Tong, Kowloon to WIAN KWAN HING of 3/F, Wang Fai Industrial Building, 29 Luk Hop Street, San Po Kong, KLN. Any person having any objection to this application should send a signed written objection, stating the grounds therefor, to the Secretary, Liquor Licensing Board, 4th Floor, Pei Ho Street Municipal Services Building, 333 Ki Lung Street, Sham Shui Po, Kowloon within 14 days from the date of this notice.
Date: 29th October 2026

申請新酒牌公告 成興大排檔

現特通告：劉佩雯其地址為九龍吳松街49-51號地下，現向酒牌局申請位於九龍吳松街49-51號地下成興大排檔的新酒牌。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交九龍深水埗基隆街333號北河街市政大廈4字樓酒牌局秘書收。

日期：2026年10月29日

申請新酒牌公告 長友酒家

現特通告：潘敬駒其地址為香港長洲建新里1-2號地下及舖前的露天座位，現向酒牌局申請位於香港長洲建新里1-2號地下及舖前的露天座位長友酒家的新酒牌。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交香港灣仔軒尼詩道225號駱克道市政大廈8字樓酒牌局秘書收。

日期：2026年10月29日

關於何始、陳福興遺囑的查詢

關於何始遺囑的查詢
姓名：何始，英文姓名：HO, CHE，性別：男，香港身份證號碼：XXXX294(2)，死亡日期：1995年11月12日。

關於陳福興遺囑的查詢
姓名：陳福興，英文姓名：CHAN, FUK HING，簡體姓名：陳福興，性別：女，香港身份證號碼：XXXX487(3)，死亡日期：2022年10月9日。
如何何人士曾為上述死亡人士何始、陳福興立下遺囑或存有何始、陳福興的遺囑、遺囑修正或其他遺囑文件正本或複印本，請於今日起1個月內，聯絡及知會鄧兆駒律師事務所，地址：香港九龍旺角彌敦道639號雅蘭中心辦公樓1期16樓1605室，聯絡人：吳小姐，電話：2599 2607(2599 2699)，檔案編號：ET/A28166/26/EN。
日期：2026年10月29日

關於趙士彰遺囑的查詢

姓名：趙士彰(英文名：CHIU, SZE CHEUNG)，性別：男
出生日期：1932年09月28日
香港身份證號碼：C041***A
死亡日期：2002年05月18日死亡
如何何人士曾為上述死亡人士趙士彰立下遺囑或存有趙士彰的遺囑、遺囑修正或其他遺囑文件正本或複印本，請於今日起1個月內，聯絡及知會鄧兆駒律師事務所，地址：香港九龍旺角彌敦道639號雅蘭中心辦公樓1期16樓1605室，聯絡人：吳小姐，電話：2599 2607(2599 2699)，檔案編號：ET/A28166/26/EN。
日期：2026年10月29日

關於呂銀萍遺囑的查詢

姓名：呂銀萍(英文名：LUI, NGAN PING)，性別：女
出生日期：1937年
香港身份證號碼：C041***6
死亡日期：2010年07月01日死亡
如何何人士曾為上述死亡人士呂銀萍立下遺囑或存有呂銀萍的遺囑、遺囑修正或其他遺囑文件正本或複印本，請於今日起1個月內，聯絡及知會鄧兆駒律師事務所，地址：香港九龍旺角彌敦道639號雅蘭中心辦公樓1期16樓1605室，聯絡人：吳小姐，電話：2599 2607(2599 2699)，檔案編號：ET/A28166/26/EN。
日期：2026年10月29日