



◆「是非精」再次出動，為市民拆解坊間抗疫疑難。

香港文匯報訊（記者 李思穎、凡文、達里）香港第五波疫情確診個案再幾何級數跳升，近年身在內地的成龍也時刻關注香港情況，除參與獻唱抗疫歌曲《獅子山下同心抗疫》，向全港醫護人員致敬外，更在廈門親自搬運捐助香港的防疫物資，名副其實身體力行助港抗疫。而無綫繼推出《爭分奪秒同抗疫》後，2日晚起推出另一相關節目《學是疫學非》，提高觀眾的抗疫意識，並請來專家拆解各項抗疫疑難。



◆成龍出錢出力，支持香港抗疫。

無綫續推抗疫知識節目《學是疫學非》

成龍心繫香港 親自在廈門搬運捐贈物資

有內地網友前日在微博貼出成龍現身廈門某醫療機構，正賣力搬運幾十箱醫用防護口罩物資的圖文，上面寫有「國際巨星成龍先生向香港捐贈防疫物資」字樣。有網友留言感嘆：「這個搬運工不是一般人請得起啊！」亦有網友點讚並為香港加油：「希望早點戰勝疫情！」

此次捐贈物資的數量隨後曝光，包括10萬盒快速檢測盒、100萬隻口罩、3萬件防護服等，是成龍聯合某醫療捐贈的，成龍希望能切實幫助家鄉渡過難關。

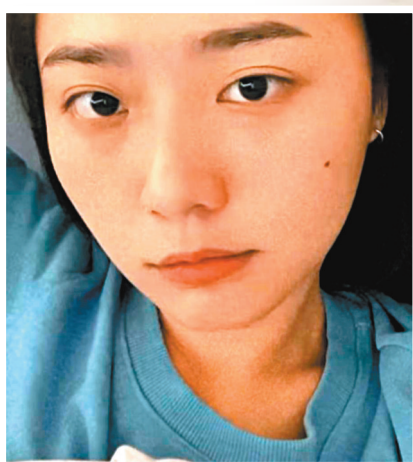
戴祖儀確診隔離期報平安

無綫近日陷疫情恐慌，先後有台前幕後人員中疫，藝人胡定欣、羅樂林、周嘉洛、戴祖儀、馮盈盈、潘靜文及伍文生均告確診，前日再有傳出《東張西望》外景主持「一蚊Joe」游良維，以及兩名導演確診。集中在廠內主持的林博來接受傳媒訪問時透露有聽聞過，但大不確定，而他就每日開工前都做快檢，沒事先返工，以保障各人安全。

至於確診正在隔離的戴祖儀便在社交平台放上自拍視頻報平安，素顏的她精神不錯，還做出不同表情，並留言：「多謝大家關心，小妹精神同身體都好好，除咗食粥食到懷疑人生，其他都有乜特別……」

她在隔離的日子，已經睇完韓星南柱赫演出的劇集，所以叫大家推介其他劇集動漫，與此同時，對於近日來都是好天，對回暖感到寫意，得閒又會望住座山打發時間，兼且畫畫，似乎過得很充實，但她不忘提醒大家好好保重，小心身體。不少圈中藝人均留言慰問，有洪永城、林夏薇、陳敏之、林穎彤，其中張寶兒就指她那碗落足材料的粥不簡單，戴祖儀回話是充滿母愛的粥，都將所有健康材料放在一起。

由於第五波疫情肆虐，繼《爭分奪秒同抗疫》後，無綫2日晚起推出另一抗疫節目《學是疫學非》，由「是非精」張寶兒、戴祖儀、何泳芍、陳詩欣、陳欣茵及何依婷主持，請來《醫醫，我不想再病了》的護士何沛珈客串。為提升觀眾的抗疫意識，「是非精」再次出動請來各個領域的專家，透過深入淺出的實驗，拆解各項抗疫疑難，與觀眾一起對抗疫情。



◆戴祖儀素顏亮相，面帶病容。

在新一輯節目中，每集邀請不同範疇的專家，繼續以科學角度及透過科學實驗，解答坊間的種種抗疫疑難，節目內容包括市民可以怎樣在日常生活中減低感染風險、食肆隔板是否有效減低傳播、處理確診兒童的方法、該如何清潔載過確診者的車廂等。此外，更有專家講解疫苗技術原理、水渠播毒危機等熱門話題。因應政府呼籲市民減少外出，長時間留在家中工作和抗疫，節目也請來雷德博士及註冊中醫師，分別推介多款家居運動與防疫食療，讓觀眾在抗疫同時亦能保持健康。

疫情下戶外跑步 余安安分享安全貼士



◆余安安愛做好戶外運動。

香港文匯報訊（記者 李思穎）由香港演藝界協會與多間慈善機構合辦籌款活動「與星齊跑 HAPPY RUN 2022」慈善線上跑已開始接受報名，該活動除了做善事之外，並鼓勵大家用自己的身體建立一個良好的抵抗力面對疫情，更可互相幫助有需要的人，共同加油！

身為演協秘書長余安安更向大家分享五個小貼士，在疫情下如何安全地在戶外進行跑步。首先戴上口罩跑步要注意事項，戴上口罩跑步可能呼吸比較困難及會比較快耗盡體力，建議可以緩步跑、或步行！

一般社交距離為1.5米可用於靜態活動，然而通常跑步時你會呼出更多的飛沫並會噴出得更遠。因此在跑步時可能需要與人保持至少3米距離，令自己及他人更安全。

第三是眼向前方，避免與他人太近。如果在一條狹窄的小路上跑步，注意其他人從相反方向跑來，盡早離開小路及人多擠迫的跑道，以避免飛沫。第四是避免接觸任何公眾物品如欄杆、長椅之類，因為這些東西可能有感染的人曾經觸摸過。如果觸摸了可能被污染的東西，要立即徹底清潔雙手。

最後，如果沒有經常跑步，身體可能不習慣，建議開始非常緩慢，每天逐漸增加距離和速度，最重要的是養成良好的運動習慣。

網民料Aster及Crystal直入《聲夢2》 Gigi勉勵學員學懂分析意見免混亂

香港文匯報訊（記者 梁靜儀）無綫音樂競技真人騷《聲夢JUNIOR》上週日（27日）播出第一集後掀起不少熱話。其中Aster繼續穩坐熱門席位，有網民更留言好渴望盡快見到Aster同Yumi拍檔跳舞《跳舞街》或《狂野之城》。而擅長跳舞及彈結他的Crystal更被指很大機會殺入四強，與Aster一起直入《聲夢2》。

在《聲夢JUNIOR》番外篇更收藏了很多驚喜的彩蛋，其中一大彩蛋，就是炎明熹（Gigi）與姚焯菲（Chante）以過來人身份真誠地分享經驗之談，Gigi謂：「呢個階段好多人人都想為你好，係咁一啲自己

經驗或者意見你，你要去分析，否則上到台可能就一片混亂。」Chantel則謂：「我哋15個（聲夢學員）經歷咗咁多嘢，將來返係會好美好，所以都希望你哋好好珍惜嗰啲段時間，同埋享受呢個舞臺。」

日前，《聲夢JUNIOR》主題曲《夢想這信仰》亦正式推出足本版MV，為了拍出陽光氣息及勵志Feel，大家晨早起床到郊外進行拍攝，效果理想。



◆祝文君（右）去年11月跟鄧萃峰、汪明荃及羅蘭獲TVB頒發金牌。

樂易玲指文君開心活到最後。



祝文君肺癌夢中離世 終年55歲 娛圈好友錯愕 樂易玲：真正生命戰士

香港文匯報訊（記者 達里）曾主持多個不同節目及演出劇集的資深演員祝文君於2月28日因肺癌離世，終年55歲，消息指祝文君在睡夢中離世，家人一直陪伴在側，又囑咐好友轉告噩耗，好友麥德羅亦證實其死訊。

祝文君在上世紀八十年代初加入邵氏藝員訓練班，當時任職銀行職員的她並未有直接加入娛樂圈，到1989年參加《歡樂今宵》的歌唱比賽獲獎後，才報考第3期TVB藝員進修班，畢業後先後任《K-100》、《娛樂新聞眼》、《城市追擊》等節目主持而為人認識，甚至連周星馳的經典電影《食神》也邀請她客串。劇集方面，祝文君多演出支援的角色，新近播出的《星下的仁醫》、《十月初五的月光》，以及《鐵拳英雄》當中，都見到她的身影，最後作品則是尚未播出的《痞子殿下》。

獲TVB頒長期服務獎

祝文君的突然離世令圈中好友錯愕，大部分人也不知她有癌病，方伊琪在去年出席TVB拿服務金牌時最後見過祝文君，指

當時對方從沒提及過患病，亦不覺她有異樣。劉錫賢從朋友群組中見到鄧英敏提及祝文君的死訊，他表示很愕然，因為完全不知道祝文君患重病，並稱去年11月與對方一起為朋友的生日宴會司儀，當時不見對方有任何異樣，只是見她消瘦不少，就奇怪地問她有什麼事，祝文君也只回應是減肥。

祝文君生前是藝進同學會的永遠榮譽會長，會友鄧英敏對「師妹」離世表示難過，因他從未聽過對方患病的消息。黃澤鋒透露：「去年與祝文君合作劇集《拳王》，當時也看不出有異樣，並稱每年的藝進會會慶，祝文君一定會出席，想不到她仍後生就走了。」黃智賢與祝文君相識多年，最近合作是劇集《親親我好媽》，他表示開時會在公司見到對方，收到對方離世消息真的好突然，真的不知說什麼好。

TVB前日也對祝文君離世發聲明深表惋惜，並向其家人致以深切慰問，亦會提供適切協助。聲明指祝文君1990年9月加入無綫大家庭，在無綫工作超過30年，去年



◆祝文君最後作品是尚未安排播放的《痞子殿下》。

11月獲頒發30年長期服務獎金牌，以表揚其敬業樂業精神。無綫高層樂易玲表示：「文君很樂觀和努力面對病情，亦不想別人為她擔心。她喜歡工作及與公司同事開開心心活到最後，從不會埋怨辛苦，是一位真正的生命戰士！」



◆Aster已經成為頂頭大熱門。



◆Gigi跟師弟妹分享自己經驗。



◆Crystal是網民心水之四強大選。