



香港文匯報訊 (記者 阿祖、李思穎) 本港新冠肺炎前日再現「零確診」，疫情有緩和跡象，但昨日又回升到4個確診個案，全港市民抗疫仍不能鬆懈，政府亦決定將原本在本周四(23日)午夜到期的「限聚令」防疫措施延長14天，全民要繼續忍耐，齊心抗疫。藝人及名人亦樂於與大家分享疫境中的日常，互相勉勵打氣。由於香港前日錄得「零確診」，校長譚詠麟(阿倫)終於可兌現承諾刮掉鬍子；港協暨奧委會副會長霍啟剛亦珍惜疫境下的親子時光，享受天倫之樂，藝人陳曉東(東東)亦在社交網頁分享隔離期間的攝影寫真，各適其適，疫境下依然可活得精彩快樂。

霍啟剛偕郭晶晶親子共讀，幸福洋溢。



譚校長刮鬍子後變回靚仔樣。

藝人名人疫境活得快樂精彩

零 確 診

阿倫兌現承諾刮鬍子



陳曉東睡覺的樣子也入鏡。



陳曉東兩位千金自然成為寫真的主角。



阿倫展示戰利品，但沒說明是誰釣的。



阿倫約了健仔出海釣魚。

不少藝人都遵守居家抗疫，減少外出，「校長」譚詠麟也不例外，10多天一直留在家中抗疫，但他在社交平台留言：「可能因為這陣子在家看得太多電影所以越睡越早，試過有晚竟然睡了十個半小時；起床發現越睡得多……越睡、越累，但是我相信我們會堅持得到的！曙光快現，加油！」而經過10多日待在家中，直至近日新冠肺炎確診數字維持單位數，前日更首次出現「零確診」，譚校長亦留言：「今日(20號)到現在為止零確診，把握機會將鬍子刮掉實現承諾！」

昨日校長戴著口罩外出舒展筋骨，他在社交平台說道：「一個人行山其實也不錯！」有粉絲留言笑校長太靚仔很危

險，要去當他的保鏢！譚校長其實日前已經選擇了沒人的地方外走走，他於社交平台留言：「在家躺著太多天了，選擇戶外和自己開會。」阿倫又趁天氣好，相約了剛過生日的彭健新出海釣魚，但他們當然有遵守「限聚令」，同船只有三個人，當釣到大石斑時，校長不忘貼上戰利品的照片留言：「三個臭皮匠硬有一個諸葛亮，你們說那個是誰？」有網民就猜應是釣魚高手彭健新，但亦有粉絲說校長那麼聰明，一看就知道他就是諸葛亮。

霍啟剛偕郭晶晶親子共讀

另外，港協暨奧委會副會長霍啟剛平日工作繁重，今次新冠肺炎疫情致使社會

活動減少之下，令他增加與家人相處時間，再者所有學校仍在停課階段，更讓他珍惜同子女相處。身為家長的啟剛之前便同團團一同炮製美食，近日他同太太郭晶晶偕同兒子霍中曦一起享受閱讀樂趣，簡單的相處，也可以好幸福。

啟剛之前分享完同子女下廚樂趣，他覺得這段時間，對於家長們來說，孩子每天呆在家裡是一種「新挑戰」，孩子們除了記得在家做點運動保持身體健康以外，同時也要保持心靈快樂的狀態！於是便發掘同孩子共享樂趣，同兒子研究「廚藝」，好不好吃不是重點，重點是從頭到尾完成一個任務，和媽媽妹妹一起分享。

前晚他在社交平台再分享同家人相敘的美好時間，他與太太郭晶晶齊齊為大仔

飛機落地開始，海關，檢疫，這一路所有在前線，耐心醫護工作人員，以及適(悉)心的#酒店安排！」上載照片中，他跟女兒都有做足防疫措施，確保安全。

至於在居家隔離期間，不少人會顯廚藝、宅家健身，東東則以攝影去打發時間，以鏡頭去捕捉太太、兩個女兒生活上的動態和點滴，即使連其愛犬、金魚也被攝入鏡頭當中，將興趣投入枯燥的隔離生活，變出十足趣味。昨日東東在其社交平台上載了10多張他的照片作品，並留言：「#顏值才華互吹大賽#我的居家隔離攝影，把家人和寵物都拍了遍寫真！我的拍攝技術還行哇？」粉絲看過東東的作品，紛紛留言大讚他的自拍照，有顏值又有唱功！

東東替家人寵物拍寫真

此外，陳曉東上月底在港落區參與過一些派口罩及抗疫包的慈善活動後，於月初舉家已飛到北京準備投入工作，不過抵京後要即酒店接受居家隔離。東東早前於社交平台留言：「我的第0個隔離天？從

飛機落地開始，海關，檢疫，這一路所有在前線，耐心醫護工作人員，以及適(悉)心的#酒店安排！」上載照片中，他跟女兒都有做足防疫措施，確保安全。

至於在居家隔離期間，不少人會顯廚藝、宅家健身，東東則以攝影去打發時間，以鏡頭去捕捉太太、兩個女兒生活上的動態和點滴，即使連其愛犬、金魚也被攝入鏡頭當中，將興趣投入枯燥的隔離生活，變出十足趣味。昨日東東在其社交平台上載了10多張他的照片作品，並留言：「#顏值才華互吹大賽#我的居家隔離攝影，把家人和寵物都拍了遍寫真！我的拍攝技術還行哇？」粉絲看過東東的作品，紛紛留言大讚他的自拍照，有顏值又有唱功！

地球日50周年 鍾楚紅倡「惜物」精神

香港文匯報訊 今天是地球日，而今年是地球日50周年，環保女神鍾楚紅(暱稱：紅姑)最近接受環保團體「綠惜地球」訪問，並分享對地球狀況的觀察。

紅姑首先為地球現時整體的生態健康評分，她指偏向給予低分數。因全球有好多自然生態危機，特別擔心全球暖化及水位上升問題，好多物種每日都在消失，消失速度也在增加，令人好沮喪。

她認為這50年間，人類對地球生態做過最壞的事情，第一，是過度砍伐樹林，威脅動植物物鏈。第二，是用太多一次性即棄用品，例如Fast Fashion、快餐，引致過度生產，白白浪費很多能源和資源，很多工廠也未有承擔處理污染物的責任。她說：「食方便，往往是對環境最大的破壞。」她指可幸是環保意識抬頭，很多人開始厭惡「Fast文化」。

問到紅姑會做些什麼個人行動，讓50年後的地球更健康？她答會盡量減少碳排放，例如多走路，少點乘車；減少一次性即棄用品，從改變自己的消費模式入手，在消費時會多考慮物品的來源及最後出路(棄掉時如何處理)。

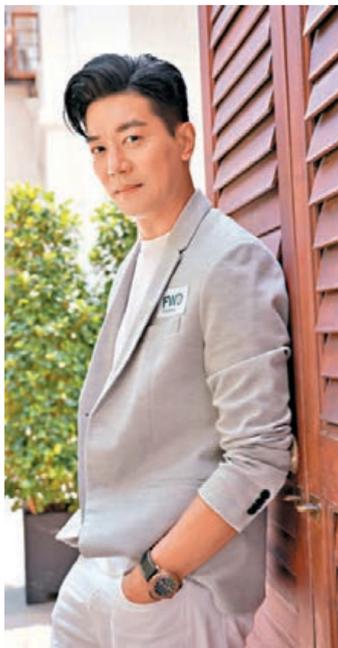
她建議每個人都可以做多一點：包括保護樹林，對好緩氣候變化也很重要；盡量節約能源；少用一次性即棄用品，扭轉Fast文化；支持環保企業，支持環境友善產品。

紅姑說：「我特別希望大家減少使用膠袋，因為膠袋是常見的海洋垃圾，每次見到海洋動物受傷就會感到好觸及心痛，覺得人類的行為很自私。」

紅姑很「惜物」，她稱家中的沙發已使用超過30年，如家中的傢具壞了，會先考慮如何維修，而不是「即棄」。她說：「物品越舊，越有感情，越值得保護。」她又說很欣賞歐洲人的「惜物」精神，當地流行Flea Market(跳蚤市場)，市場上每件舊物都有其價值，所以她毫不介意用二手物品！



鍾楚紅是真正的環保女神，一直關心環保工作。 圖片：「綠惜地球」



黎諾懿學好投資，變作穩陣暖爸。

黎諾懿自爆買股票曾輸百萬

香港文匯報訊 有「暖男爸爸」之稱的黎諾懿近日獲邀出席保險公司發佈會，並首次以「視像直播」形式跟一眾理財顧問及嘉賓分享理財心得，黎諾懿期間自爆年少時曾在股票市場「碰釘」損失過百萬，令他經一事長一智，日後選擇投資產品時會加倍留神。

受到疫情的影響，今次發佈會特意選擇以「視像直播」形式進行，黎諾懿坦言曾做會計工作，深明財富要不斷增值才能追上通脹，所以會將七成資金用作投資，三成作儲蓄，投資上會選擇波幅穩定且定期派息的股票及債券基金。

家庭為中心 投資要保守

自言是「穩陣派」的黎諾懿，原來在投資上也有出現「黑歷史」，他表示：「年少時曾因為太進取，在股票市場損失過百萬，險些一鋪清袋！廿多歲時好冒險，學人買仙股、消息股，只要別人稱有內幕消息，我就會投資，結



黎諾懿表示不會讓小春雞成為二世祖。

果有次輸掉過百萬，當時非常肉赤，唯有從失敗中吸取教訓。現在有了家室，個人理財及投資取向都趨向保守及小心，事事以家庭為中心，會選擇穩健及低風險的產品，亦會請教經紀或理財顧問。」

作為圈中暖爸的黎諾懿，不時在社交平台發佈跟團團黎峰睿(小春雞)的生活照片，溫馨滿溢。問到黎諾懿可有為團團準備儲蓄基金？他即「嚴父」上身稱：「只買了醫療保險給他，一份儲蓄基金、教育基金等都沒有買，作為父親，除了基本生活所需外，不會給予他太多東西；我想訓練他的獨立性，作為男仔應該靠自己爭取，長大後有東西想買，就自己去想辦法賺錢，在這方面教育，我跟太太方向一致，不想小春雞成為二世祖。」不過，黎諾懿顯然偏心，他笑言倘若「女」成功，情況會截然不同：「女是要來『寵』的！如果有個女，我定會將所有東西都轉給她！」

鹿晗獲碧咸送生日禮物

香港文匯報訊 (記者 文芬) 內地男星鹿晗早前剛度過30歲生日。生日當天零點過後，女友關曉彤便在微博晒出鹿晗吃火鍋的照片，並配文「生日快樂嘍」，為其甜蜜慶生，並贏得粉絲留言大讚兩人「甜甜蜜蜜」，但最令人意外的驚喜反而是來自「萬人迷」碧咸的祝賀及禮物。

於視頻中碧咸先跟鹿晗打了招呼，還因自己沒穿紅色的衣服，說了一個開場白的冷笑話：「我知道你是忠實的曼聯球迷，抱歉我穿上了藍色的上衣，不過，我特別要祝你生日快樂。」不僅如此，碧咸還自己掏腰包為鹿晗挑選了一個特別的禮物，祝願他在今年的生日度過美妙的一天，並希望能夠跟這位鐵桿粉絲早日見面。原來鹿晗近年開始喜歡聽波，並因為碧咸而喜歡了曼聯隊，並成為了曼聯的鐵桿粉絲。鹿晗今次獲得自己偶像送上生日驚喜，肯定會畢生難忘。



「萬人迷」碧咸主動向鹿晗送上祝福。



鹿晗公開自己是「紅魔鬼」曼聯的球迷。