

參選港姐獲益良多

演藝潮流

三個女孩子，因為一個勇敢的決定，令她們的人生有了重大變化。應屆港姐冠軍倪樂琳、亞軍梁嘉瑩與季軍楊梓瑤，各自帶着不同的夢想，走進五光十色的演藝圈。參選港姐的經歷，令她們獲益良多，眼界大開，對未來亦充滿憧憬，向目標進發。

大公報記者
文霏霏（文） 麥潤田（圖）

由參選至今，應屆港姐三甲冠軍倪樂琳、亞軍梁嘉瑩與季軍楊梓瑤成長不少，早前接受《大公報》專訪時，表現比參選時輕鬆得多。一夜之間，由素人變成公眾人物，她們有不習慣嗎？倪樂琳坦言以前出街可以素顏，但現在都要有少少化妝或是戴帽，確是有了港姐包袱。她笑說：「不止我，連我媽咪也被認出。」楊梓瑤表示有次跟媽咪一齊去做美容療程時也被認出來，是開心的，「如果沒化妝被認出，對方要求合照就不太想。若是化了妝打扮靚靚的，有人要求合照我會好開心。」梁嘉瑩指自己若沒化妝，外出會戴口罩，以前確是素顏出街也沒所謂。除了注重打扮，三位應屆港姐都承認現在要更注意自己的言行，舉止會斯文一點。但她們笑言不會因為港姐身份，不敢在街邊吃小食，「篤魚蛋」完全沒問題。

建立深厚友誼

參選港姐，可能是很多女孩子的兒時夢想，倪樂琳表示自己小時候跟姐姐一齊扮港姐加冕，因為港姐后冠又閃又靚。長大後，其實沒有特別想去參選，始終覺得害羞，怕要穿泳裝示人。但慢慢思想不同了，穿泳衣也是可以展示健康美，加上爸爸的鼓勵，去年亦剛巧大學畢業，正是人生轉折點，就決定試試。楊梓瑤指原本前年媽咪已叫她參選，但因為報名截止了，去年媽咪就提早給她報名的網址。她說：「我之前參加過旅遊文化小姐比賽，並得了冠軍。我覺得自己頗適合選美，因為我夠高，比較突出，大家一眼便看到我。我希望可以再參加國際選美，如世界小姐。」梁嘉瑩稱小時候有看港姐選美，也有幻想過自己踏上舞台的模樣，但早幾年不敢參選。碰巧去年有機會來香港大學讀書，家人便鼓勵她參加，她亦豁出去了。

參選港姐的經歷，令三人有很大得着。楊梓瑤笑言跟想像差不多，但最意想不到是原來經常要捱夜，而且很忙碌，要接觸媒體，又要上堂學穿高跟鞋行路。倪樂琳原本以為一班女仔一齊比賽，可能會有勾心鬥角的情況。但相處一兩天後，發現大家好和平，就像回到中學時代那樣，加上參選期間的兩個月經常見面，還建立了深厚友誼。梁嘉瑩表示參選前沒

亞軍

梁嘉瑩 23歲
●大學就讀於紐約帕森設計學院，畢業後升讀香港大學市場學碩士。

冠軍

倪樂琳 23歲
●畢業於香港城市大學，修讀政治。

季軍

楊梓瑤 21歲
●於北京電影學院修讀。

想太多，也估不到自己會成為大熱，得到觀眾喜歡，亦看到自己的閃光點，非常難忘。

盼拍戲參加綜藝

成為公眾人物，難免被品頭論足，三位港姐是怎樣應對負評呢？楊梓瑤指最初會想為何對方要這樣說，「有人鍾意你，肯定有人唔鍾意你，越紅越多人會講。有話題畀人講係好事。我最初會想回覆網上評論，但一個一個回覆好像很奇怪。如果對方的意見是好的，我會畀like，如果說得很差，我就當看不到。」倪樂琳表示從第一天面試，已有心理準備會被人品頭論足，明白自己有機會成為別人茶餘飯後的討論話題，相信這是做藝人必經之路，始終她們的職業是娛樂人。她說：「如果看到負評是有建設性的，我會改。如果為鬧而鬧便算了。以前可能會好想解釋，但其實看我不順眼的人，無論我做什麼都會挑剔的。」梁嘉瑩相信意見有好的也必定有壞的，她是最清楚自己的人，惡意的不會看。

參選港姐，亦成為她們走進演藝圈的踏腳石，對於未來，她們有什麼期待呢？楊梓瑤與倪樂琳都希望有機會拍電影，梓瑤更是修讀

電影課程。她說：「媽咪期望我去拍戲，我也可以去做模特兒。有人說我太高很難找男主角搭戲，所以做模特兒行天橋拍廣告也好。我最想有機會跟劉亦菲合作，曾有人說我跟她相似，我好鍾意她。」倪樂琳以前曾參加舞團，對唱歌亦有興趣。她指如果有機會跟陳展鵬合作，媽咪一定好開心。她笑說：「媽咪常說陳展鵬跟我表哥好似樣，所以特別鍾意他。如果有機會合作，媽咪可能會來探我班，順便見偶像。」梁嘉瑩則希望有機會參與綜藝節目演出，因為很多人喜歡她直率的性格，相信綜藝節目會適合她。嘉瑩與梓瑤已努力學講廣東話，但暫時太深奧的用詞仍未懂講。

談及本身的志願，楊梓瑤修讀表演及電影課程，所以她早已定下拍電影的志願。倪樂琳修讀政治，她相信如果不是選港姐，畢業後可能會去做公務員或到一些社福機構任職。嘉瑩則最想開設自己畫室，希望將來能夠實現願望。現在對三人來說，很多工作種類都是新嘗試，充滿新鮮感，即使是接受訪問、拍外景、主持節目，都是新奇，她們希望未來能發掘更多自己的可能性，向各方面發展。

梁嘉瑩

楊梓瑤

倪樂琳

逐夢演藝圈



▲應屆港姐冠軍倪樂琳（中）、亞軍梁嘉瑩（左）與季軍楊梓瑤（右）。資料圖片

運動增肌 泡腳消水腫

保養心得

成為港姐三甲，三人有什麼保養心得呢？梁嘉瑩表示平時飲食清淡，攝取多些蛋白質，晚上避免食太油膩的食物，否則翌日會水腫。楊梓瑤笑言不時會量自己體重，平時會做運動，游水及健身。不用工作時少化妝，讓皮膚休息。倪樂琳指以前覺得越瘦越靚，但決賽當晚，她感覺自己瘦到臉上都沒肉了，當時只有45公斤。她認為要有點肉才好看，與其只顧着減肥，不如做運動增肌。她說：「以前不懂，常聽到女明星都說要減肥。我現在會多運動，因為即使多瘦的女孩子，不運動全身會變得鬆弛。」梁嘉瑩表示，中藥泡脚亦是去水腫良方。她每次泡腳後，體重會減輕一點點。



《牛仔》創作展登陸港鐵香港站

【大公報訊】記者顏琨報道：聯乘經典漫畫《牛仔》的「牛仔伴你尋找回憶之旅創作展」，正在港鐵香港站舉行，為乘客在「藝術三月」帶來別樣藝術體驗。是次展覽邀得逾20位深受《牛仔》作品啟發的本地藝術家創作全新作品，以不同風格重新演繹這部經典漫畫。

展出王司馬珍藏手稿

現場有40年來首度展出、由《牛仔》原作者王司馬後人借出的王司馬珍藏手稿與經典畫作。此外，亦有另一四格漫畫創作《靚女蘇珊》，以及為金庸小說《天龍八部》所繪製之插圖，讓公眾近距離欣賞這位香港漫畫家的筆觸與創意。今次展覽還邀請林海峰、葛民輝、梁詠琪、李志達、朱祖兒、石家豪、楊學德、小克、黎達達榮、塵阿力等藝術家以《牛仔》為靈感進行全新創作。

進入港鐵香港站內，可看到由藝術家李志達設計的鐵路車廂場景大型海報，並特設1.3米高的「牛仔」雕塑，讓乘客與港漫愛好者近距離與「牛仔」一家打卡留念。現場亦會播放全新創作的《牛仔》動畫及藝術家訪問，分享他們有關「牛仔」的難忘回憶及故事，令觀眾更了解這部經典漫畫的不同面貌。

除了香港站的展覽外，10個港鐵車站將展示大型《牛仔》四格漫畫壁畫，包括香港站、中環站、銅鑼灣站、太子站、油塘站、坑口站、南昌站、北角站、何文田站、荃灣西站，將車站化

畫「一己之利」。

畫「一晚禮服」。

梁詠琪創作了一個戴針織帽、穿吊帶牛仔褲的「牛仔」。

的四格漫畫，細膩描繪當時市民生活百態，成為報章連載漫畫的經典之一。

梁詠琪創作新潮「牛仔」

歌手梁詠琪與現場觀眾分享了與《牛仔》的難忘時刻，「我屬於《牛仔》出世的年代，那個時候茶樓旁有不少報紙檔，每個星期六會和爸爸媽媽一起飲茶，飲茶的時候找零有十幾蚊，我就會第一時間去報紙檔買一本《牛仔》，《牛仔》真的陪伴了我好多好多的時光。」

談及今次的創作理念，梁詠琪表示，「《牛仔》漫畫的形象大多比較簡單，穿着短褲、長褲、T恤。現在的時代不同了，小朋友的打扮也會不同，這一次戴着針織帽、穿着吊帶的牛仔褲，是一個更潮一點的『牛仔』。」

港鐵公司企業事務及品牌總監蔡少綿表示，《牛仔》以市民日常生活點滴為主題，通過有趣的四格漫畫，為七八十年代成長的香港人帶來許多溫馨，以純真和親情伴隨大家成長。透過今次的展覽，乘客可以在旅程中與不同世代的「牛仔」不期而遇，透過簡單而具啟發性的故事，串連今昔的社會面貌，同時喚起大家成長路上天真爛漫及溫暖窩心的回憶。



展訊
「牛仔伴你尋找回憶之旅創作展」
日期：即日起至3月23日
地點：港鐵香港站
這次展覽特設一個1.3米高「牛仔」雕塑。
掃一掃有片睇

太空館放映《暴龍傳奇》

【大公報訊】香港太空館天象廳今日（15日）起推出全新球幕電影《暴龍傳奇》，結合最新科學發現和電腦特效，帶領觀眾穿越時空，回到6700萬年前的白堊紀，見證君王暴龍如何在巨獸橫行的時代，成為最具代表性的終極霸主。

電影將跟隨古生物學家泰勒，萊森的考古隊，深入美國蒙大拿州地獄溪組的恐龍化石發掘現場，重演三名小孩意外發現君王暴龍化石的過程。電影重現君王暴龍充滿挑戰的一生——由剛出生，張皇驚恐的小龍，逐漸蛻變成頂級的捕獵者。初生的君王暴龍成長速度驚人，出生後一年已經從家貓大小成長到接近成年人的體型。牠們會透過嬉戲來磨練捕獵技巧，為未來的生存做足準備。到青少年時期，聰明而敏捷的君王暴龍已有能力獵殺埃德蒙頓龍等中型獵物。電影中有不少驚險場面，包括君王暴龍抵禦風神翼龍等強大對手來保

護年幼子女、與三角龍驚心動魄的生死對決，以及在集體捕獵過程中兄弟鬩牆，爆發激烈衝突等。

節目片長42分鐘，放映日期至12月14日。節目放映時間為平日下午5時；周末及公眾假期放映時間分別為上午11時、下午3時30分及晚上8時。門票現於香港太空館票房和城市售票網（www.urbtix.hk）發售。有關節目詳情，可瀏覽網頁hk.space.museum/tc/web/spm/shows/dome-show/trex.html。



《暴龍傳奇》劇照。