Life 生活誌

Issue 10
Summer 2015

20周年 再創高峯

- 超強抗氧化物 紅酒素SOD
- 男士要有心有力 速補腎氣
- 要真正美白 為您揪出幕後「黑手」
- 定期驗血管年齡 助減少心臟風險

雪肌蘭 SQUINA

鳴謝：高錦明教授、李啟剛博士、註冊中醫師吳璧而、雪肌蘭營養師團隊（排名不分先後）

Life 生活誌

Issue 10 Summer 2015

顧客服務部熱線：(852) 2882 4884
電郵：info@squina.com
網址：www.squina.com

目　錄

- 封面故事 03
  - 視帝嘉穎10年代言人 愈食愈紅，愈忙愈年青!
  - 育兒專家分享 激活孩子潛能、提升專注力秘訣
- 夏の專題 06
  - 要真正美白 為你揪出幕後「黑」手
- 科研新知 08
  - 超強抗氧化物 紅酒素SOD 改善睡眠、保青春、持久美白
- 中醫之道 10
  - 男士要有心有力 速補腎氣
- 營養師專欄 12
  - 擊退脂肪 降低9大風險
- 健康國度 14
  - 定期驗血管年齡 助減少心臟風險
- 美肌之選 16
  - 曹敏莉心水推介 SQUINA純天然防敏感護膚系列
- 小寶蜜語 18
  - 感謝大家支持20載 我們更用心，令您健康
- 細味生活 20
  - 影星安祖蓮娜的決定 我另有見解
- 會員分享 22
- Squina Diary 24
  - 雪肌蘭20周年晚會
- 有獎問答遊戲 26
- 會員尊享 夏日優惠 28
- Squina Diary 30
  - 「關懷長者心」閉幕禮
  - 義愛同行 義工嘉許禮

專門店及銷售地點（★附設美容服務）：

Harvey Nichols雪肌蘭白金專櫃：

- 金鐘太古廣場一樓

崇光百貨雪肌蘭專櫃：

- 銅鑼灣崇光百貨地庫二層

雪肌蘭美容健體中心及專門店：

- 銅鑼灣邊寧頓街18號地下1C舖（利園二期旁）
- 銅鑼灣邊寧頓街18號18樓*
- 尖沙咀美麗華商場大廈601室*
- 觀塘鱷魚恤中心一樓2號舖（連接apm入口）*

全線屈臣氏雪肌蘭專櫃：

香港 ・太古城中心二期*・銅鑼灣時代廣場*・中環萬邦行*
・灣仔軒尼詩道205號廣德大廈

九龍 ・九龍塘又一城商場*・旺角胡社生行*・黃埔花園*
・佐敦新樂酒店*・尖沙咀漢口道*・尖沙咀中港城
・尖沙咀星光行・尖沙咀金馬倫道*・奧海城二期
・美孚新村萬事達廣場

新界 ・屯門市廣場*・元朗教育路*・沙田新城市廣場*
・將軍澳東港城*・青衣港鐵站・馬鞍山新港城中心*
・荃灣綠楊新邨商場*・粉嶺名都中心・上水彩園商場
・大埔新達廣場一期*

澳門 ・澳門議事亭前地信德堡*

****溫馨提示：敬請定期領取暫存貨品**

感謝會員一直以來對雪肌蘭的支持！
服用天然健康食品，必須持之以恆，才能達到最好效能。為了讓會員享用最新鮮、優質的產品，本集團特別為會員提供免費貨品暫存服務。但敬請留意，暫存貨品是有期限約束，為保障會員利益，請定時聯絡本公司領取暫存貨品。

視帝嘉穎
10年愈食愈紅
愈忙愈年青

很多人認為，只有小孩子應多吸收DHA，其實對於繁忙都市人，更應多吸收腦部營養，對健康、工作都會有很大的幫助，且看視帝鄭嘉穎，自從服食了雪肌蘭DHA後，星運便愈來愈紅，很快就當上了視帝呢！

心情靚，記性更好！

嘉穎坦言，自從擔任雪肌蘭代言人後，他便keep住食「雪肌蘭魚宝腦の源DHA」和「雪肌蘭魚宝藍莓活力明目素」，身體明顯得到改善，感到很精神，情緒上沒有以前那般大起跌，心情容易平伏；令他記性好了，腦筋又靈活，背稿時特別容易入腦，很快就可以投入角色中。此外，由於他經常要捱更抵夜，眼睛容易疲累，以前經常出現眼乾眼澀情況，但現在長時間讀稿也沒有問題，工作時變得輕鬆。

健康好了，人氣隨即急升！

最後，嘉穎很感激雪肌蘭。他說：「健康很重要，不單可以改善身體狀況，而且對工作也很有幫助，可以舒緩工作壓力，令腦筋靈活，工作時便會順利得多。而且，眼睛健康對演員來說很重要，因為眼神比背對白更用神。」其實，嘉穎擔任代言人不久，便成功贏得視帝寶座，人氣不斷急升，之後更返內地拍劇，紅遍中港兩地，但只見他愈忙愈型、愈來愈年青，魅力四射。

視帝至愛孖寶

雪肌蘭魚宝腦の源DHA

雪肌蘭魚宝藍莓活力明目素

育兒專家分享 激活 孩子潛能 提升專注力秘訣

孩子資質高低，就在一線間。0-8歲是孩子腦部發育關鍵時期，必須好好把握，才能全面促進孩子腦部發育，啟發潛能，提升專注力，令孩子贏在起跑線！

育兒專家分享 全場爆滿

日前於香港理工大學舉行，由雪肌蘭國際集團贊助的「激活孩子潛能・腦筋動起來」育兒講座，邀請到行為及皮紋學家李啟剛博士，分享如何開發孩子潛能及提升專注力秘訣，當日同場更獲SDM爵士芭蕾舞學院支持，帶來精彩兒童舞蹈表演。是次講座，座無虛席，反應極為熱烈！

腦部營養足 孩子更聰穎

李博士指出，想孩子腦部轉數快、有良好專注力，關鍵是要促進腦神經功能發展。Omega-3 DHA是大腦結構重要營養素，更是腦部訊息傳遞的重要物質，是促進孩子腦部發展的關鍵營養。臨床實驗證實，服用DHA，能同時提升小朋友IQ、學習表現及專注力。若能從懷孕時期開始服用，更有助提升孩子手眼協調力，及減低早產風險。只從日常進食魚類難以攝取足夠DHA，而且進食過多深海魚更有重金屬或水銀中毒的風險，故可選擇補充已去除雜質的優質DHA營養品。

營養師話你知：「腦黃金」DHA 啟發腦潛能必要營養

營養師指出，DHA為腦部關鍵結構物質，是腦部發育的重要元素，具「腦黃金」美譽。研究證實能有效提升孩子IQ及EQ，集中力及學習成績更佳，護腦及保健功效獲世界19,000份科研肯定。由懷孕25週至嬰兒2歲，腦部DHA總量增加30倍！可見孩子需要大量DHA幫助腦部發展。

星級媽媽分享：港姐曹敏莉最愛魚宝DHA

已是兩名小孩之母的港姐曹敏莉，自懷孕期間便開始服用DHA，發覺孩子出生後，比一般BB情緒穩定，極少哭鬧。囡囡上學後，更發覺她很喜歡學習，而且吸收力很強，專注力比一般小孩好。但因魚油產品易受污染，故她表示只會選擇無雜質、濃度高的雪肌蘭魚宝腦の源DHA。

雪肌蘭魚宝腦の源DHA

「服用後做功課更集中，記性也提升，考試成績有很大進步！」

賀帆(女，7歲)
服用雪肌蘭DHA年期：5年

「轉數及反應更快，情緒也較之前穩定，老師也讚他精靈可愛！」

鏗鏗(男，2歲)
服用雪肌蘭DHA年期：2年

要真正美白

為您揪出 幕後「黑」手

炎炎夏日殺到，大家都會塗上美白護膚品和防曬產品，保護肌膚，以免猛烈陽光破壞嫩白肌膚。但大家可能有過此經驗，試過一些美白產品，不但美白無效，反而多了色斑…

幕後黑手——防腐劑、化學成分

因為這些產品成分不是純天然，含有防腐劑和化學成分，大大影響了產品的美白效果，尤其防腐劑，有研究證實，它是刺激黑色素形成的元兇，美白不成，反而增加色斑、幼紋的風險。

此外，含有防腐劑和化學成分的產品，還會削弱產品的防曬效能，和防礙肌膚表面的鎖水功能，令紫外線有機可乘，刺激肌膚底層的黑色素，引致色斑浮現。

真正美白の秘密——慎選天然產品

所以，我們選擇美白產品時，必須選擇不含雜質、防腐劑，和沒有任何化學成分的純天然產品，例如，「SOA雪肌美白粉末」便是一種高效能、濃縮維他命C導入粉末，能抑制黑色素形成，徹底有效美白肌膚，並可消除黑斑和雀斑。

美白護膚品精選推介

針對斑點 重點美白

NO.1 推介

SQA雪肌美白粉末

- 高濃縮美白精華粉末，每一粒可發揮100倍美白效果
- 混合其他護膚品使用，加倍抑制黑色素，重點美白去斑
- 去斑、美白、解毒、抗菌一TAKE過，重現雪滑美肌

新登場

Facialist 完美調色防曬底霜

- 含天然防曬因子，長效阻隔紫外線
- 強效抗氧化，清除自由基，保持肌膚白滑
- 含4種光澤粉粒子，令膚色均勻、有光澤
- 塗抹粉底前用，令妝容更貼面、更光澤，持久不變

Ability 修護白白抗曬霜

- 有效阻擋紫外線，抑制黑色素形成
- 含超強抗氧化及保濕成分，持久白滑
- 可作日霜或妝前打底霜用

SQA美白防曬保濕乳液

- 含珍貴黃岑精華及美白成分
- 抑制黑色素形成，防紫外線傷害
- 高度保濕，潤澤肌膚
- 含天然鎖水精華，鎖緊肌緊水分

營養師話您知：肌膚持久美白　必須從體內開始

夏日的紫外線會令體內產生大量自由基，從而破壞皮膚細胞，令肌膚變得暗啞，雀斑、皺紋浮現，故最有效的美白良方，必須從體內開始，提升體內的抗氧化效能，從底層阻止黑色素形成，肌膚才得以由內至外展現亮白剔透。

營養師指出，「紅酒素SOD」能激活體內抗氧化酵素製造，擊退自由基，從而有效對抗紫外線侵害，不易曬黑，令肌膚時刻保持嫩白通透。此外，有研究證實，「鯊魚肝油精華DAGE」具有超卓的體內防曬功能，如同隱形太陽傘，能減少紫外線對肌膚的傷害，阻止黑色素形成，從而有效預防皺紋、乾紋及雀斑的浮現，比起一般外用的防曬產品，防曬功效高出多倍。

抗氧化、抗皺抗斑

雪肌蘭魚宝紅酒素SOD

體內防曬高手

雪肌蘭魚宝鯊肝素DAGE

超強抗氧化物
紅酒素SOD

改善失眠、保青春、健脾胃
肌膚持久嫩白

陽光是人類賴以維生的，每天曬太陽15至30分鐘有助抗抑鬱、減壓，更有助促進骨骼健康，但若長時間曝曬，令肌膚感到一陣陣火辣辣的痛時，那是我們肌膚發出警告。

氧化肌膚　產生皺紋、黑色素

陽光中含有的紅外線和紫外線等輻射，會使皮膚組織產生大量的活性氧自由基，能迅速氧化接觸的細胞，使正常細胞和組織受到損壞。還有，皮膚組織的角質蛋白和彈性蛋白會受自由基激發的酶分解，令本來緊緻的肌理產生皺紋。亦有研究顯示自由基能誘使皮下細胞的黑色素形成，使皮膚暗沉、變黑、失去光澤。自由基還會激發炎症因子，使皮膚發炎、紅腫。長期陽光照射，自由基能使細胞遺傳物質核酸變異，導致皮膚癌、紅斑狼瘡等病變。

引致體內器官衰老、生病

為了保護皮膚，大多數人都會選擇使用防曬護膚品免受陽光侵害。然而，單純的外在防禦是遠遠不夠的，抽煙、酗酒、環境污染、壓力大、生活不規律都會引起體內自由基氾濫，除了令皮膚衰老，還會導致其他器官老化。如癌症、動脈粥樣硬化、關節炎、腦退化症、白內障等，都被認為與自由基有關。所以，外部減少自由基入侵，內在補充抗氧化物，不讓自由基積聚體內，使身體處於穩定平衡的狀態，才是最佳的養生之道。

自由基殺手——SOD

人體細胞在活動過程中，會不斷產生超氧自由基，而細胞的抗氧化物歧化酶（簡稱SOD），能將新陳代謝過程中產生的有害物質超氧自由基清除。因此，SOD是生物體內極其重要的抗氧化酶，被譽為「生命中最具神奇魔力的酶」、「人體內的垃圾清道夫」、「氧自由基的頭號殺手」和「生命健康之本」。

SOD證實　抗衰老、延壽命

研究顯示，紅酒具有抗氧化、保護心血管、改善睡眠及抗炎作用。紅酒中含有的單寧，具有收斂、抗皺、防曬、美白的功效，而多酚類物質白藜蘆醇更是一種天然的抗氧化劑，被美國艾爾・敏德爾編著的《抗衰老聖典》譽為「100種最熱門有效的抗衰老物質」之一。國際著名科研期刊《自然》的一項研究發現，紅酒內的白藜蘆醇能延長肥胖老鼠的壽命，及能有效增加SOD的數量和活性，加強人體血液的抗氧化能力[1-4]。

體內形成　強大抗氧化系統

最近一項研究亦指出，白藜蘆醇能通過激活細胞抗氧化核轉錄因子Nrf2和增加細胞重要的抗氧化物谷胱甘肽(GSH)，提高皮膚抵禦氧化壓力的能力[5]。紅酒內的褪黑激素還能激發細胞製造SOD的信號因子[6]。因此，紅酒中的活性成分能提高身體的抗氧化物和SOD，形成鞏固的抗氧化防禦系統，消除太陽照射或體內引起的自由基，抑制黑色素產生，做到由內而外的防曬、美白作用。

獨特配方　提升免疫力、回復青春

紅酒素SOD的獨特配方，蘊含紅酒精華，更以突破性科技融合純天然蜂皇漿、維他命C及E，能激活體內製造SOD，是少數能進入血液及細胞內清除自由基的天然食物，除能抑制黑色素和防曬美白外，還同時提升身體其他器官的抗氧化能力，能增強體質、提升免疫力，讓整個人回復青春活力。

資料參考

1. Serafini et al. Alcohol-free red wine enhances plasma antioxidant capacity in humans. The Journal of Nutrition 1998; 128:1003-1007.
2. Robb et al. Dietary resveratrol administration increases MnSOD expression and activity in mouse brain. Biochemical and Biophysical Research Communications 2008; 372:254-259.
3. Mokni et al. Effect of resveratrol on antioxidant enzyme activities in the brain of healthy rat. Neurochemical Research 2007; 32:981-987.
4. Baur et al. Resveratrol improves health and survival of mice on a high-calorie diet. Nature 2006;444:337-342.
5. Soeur J et al. Skin resistance to oxidative stress induced by resveratrol: From Nrf2 activation to GSH synthesis, Free Radic Biol Med 2015; 78: 213-223
6. Mayo et al. Melatonin regulation of antioxidant enzyme gene expression. Cellular and Molecular Life Sciences 2002;59:1706-1713.

資料提供：

高錦明教授

現任香港科技大學生命科學部教授，專注中藥和健康食品的研究，尤其集中探討補益食品的抗氧化和免疫力調節功能，除了著書，至今亦發表了180篇相關之研究論文。

男士要有心有力 速補腎氣

男人最痛，莫過於力不從心，好夢難圓。對於現代男士，因生活忙碌、工作壓力大，為了減壓及應酬，很多時都會happy hour，冰凍啤酒喝不停，中醫角度而言，會致腎虛，有心無力！

腎氣弱　易未老先衰

腎有貯藏精氣的作用，腎精是生命之根本，為人體生長發育、生殖的基礎物；人體生命力的盛衰，取決於腎氣是否充盈。一般情況下，人於青春期，腎氣開始充沛，至青年時期達至高峰；步入五十歲後，腎氣開始漸漸減退，活力亦會相對減弱。如腎氣的減退過快，與本身年齡不符，於中醫角度稱為「未老先衰」。

男人都要及早補身

男士隨著年紀增長，腎氣漸弱，加上日常工作虛勞過度，容易導致腎虛失藏，精關不固，力不從心。這些都是腎臟發出警告的先兆，如不好好正視問題，將會加速衰老及功能減退。於問題發生前及早預防，總比發生後才補救有效。

蠔肉可補腎固精

牡蠣，即蠔，是名貴海珍，不僅味道鮮美，滋補健體作用也為古今中外所稱道。服用牡蠣提取物，有助使機體各系統功能，進入最佳運行狀態，並可加速病體康復、防老抗衰。常食牡蠣，可補養肝腎，收澀固精。對男子遺精、虛勞乏損、腎虛陽痿等有良好的效果。

從近代的科學研究，由於牡蠣中含有豐富的微量元素——鋅，鋅有維持和助長性機能的作用，並可提高精子數量及活力之效。此點與中醫長期辨證所得，牡蠣有壯陽之效，便不謀而合。

資料提供：
註冊中醫師
吳璧而

香港註冊中醫師，現正修讀香港大學針灸學碩士。

天然健康食品專家

雪肌蘭 SQUINA

增強男士自信
爆發剛陽氣勢

含量、銷量稱霸

100% 通過國際安全測試

珍貴蠔肉精華

優質助陽益精

天然補品

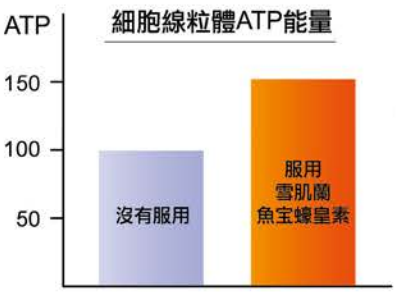
雪肌蘭魚宝蠔皇素

年齡漸長、飲食失調、壓力積累、疲勞積壓、情緒不穩，都會加速身體機能衰退，導致男士容易出現腎氣虧虛，軟弱無力，削弱「日夜」表現！

研究發現，「雪肌蘭魚宝蠔皇素」能助陽補益，補腎益氣，穩定情緒，迅速提升精力活力，回氣更快，成功添喜。重拾男士自信剛勁，助你愈戰愈勇！

大學教授、註冊中醫師、營養師、自然療法博士一致推薦

科研證實 有效提升能量，具助陽補益的藥理作用



著名本港大學
生命科學部
高錦明教授

註冊中醫師 吳璧而

「生蠔又稱牡蠣，中醫角度：「味甘、鹹、澀，歸肝腎經。能固腎收澀，治虛。」男士隨著年紀增長，腎氣漸弱，若虛勞過度，容易導致腎虛失藏，精力不足。常食牡蠣，可補養肝腎，收澀固精。對男子遺液、虛勞乏損、腎陽虧虛等有良好的效果。」

擊退脂肪 降低9大風險

世衛已發出警告，超重和肥胖是全球引起死亡的第五大風險，每年因肥胖而死亡的人數至少280萬。所以，為了健康，擊退不良脂肪是最佳方法。

踢走脂肪 控制體重

在營養師角度來說，要控制體重，減少脂肪吸收，和加速脂肪消耗非常重要。

據中國營養學會建議，每人每日應攝取約5茶匙油分，但調查指一般人超標近一倍。若經常外出飲食人士，更可能吸收高達40-50茶匙油，令脂肪超標，危害健康，故減低脂肪吸收，非常重要。臨床證實，阻脂素能有效減少膳食42%脂肪吸收、控制食慾，及改善肥胖人士常見的固醇、三酸問題，是罕見能同時修身及提升健康的營養。

資料提供：
資深營養師
Kandy Cheung

香港大學食品業碩士、食物及營養科學學士。持有英國環境衛生協會(CIEH)「二級營養及健康飲食證書」。積極參與多間大學的研究工作，具豐富營養諮詢經驗。

9大症狀 皆因肥胖起

1. 血管問題，因脂肪阻礙所致。
2. 三高問題，據統計，8成三高人士，多屬於肥胖型。
3. 影響呼吸，容易氣促，損害肺部健康。
4. 皮膚易過敏，尤其頸部、陰股部、腋窩處出現會癢紅點。
5. 增加骨骼、關節負荷，加速老化。
6. 尿酸升高，對關節造成破壞、僵硬。
7. 增加肝腎負荷。
8. 影響情緒，據統計肥胖者容易有自卑、缺乏自信等心理障礙。
9. 增加頑疾風險，據統計，若體重比標準高出40%，患頑疾的風險(腸、前列、子宮、乳房等)，便會增加由1.5倍至5.5倍不等。

天然健康食品專家

雪肌蘭 SQUINA

夏日修身秘笈

終極阻脂 42%

減低脂肪吸收

控制食慾

雪肌蘭魚宝天然阻脂素

- 降醇及三酸，提升血管健康
- 有效減低脂肪吸收達42%，減少脂肪形成
- 促使多餘脂肪自然排出體外，減少脂肪囤積
- 提升飽足感，防過度進食

註冊中醫師及營養師熱線：(852) 2882 3112　　**熱線時間：** 星期一至五，上午10時至下午6時

定期驗血管年齡 助減少心臟風險

我們不想歲月痕跡留在臉上，會千方百計地去保養肌膚，去皺除斑，回復年輕美麗；其實，血管也一樣要保養，保持血管彈性、流動暢順，使它回復年輕，有助減少心血管、腦退化等風險。

半數港人　血管提早衰老

據統計，在2012年因心血管問題使近1, 750萬人失去生命，也就是每10名死者中有3名。其中，740萬人死於心臟問題，670萬人死於腦血管循環不順。若你不想血管過早衰老，及早檢驗血管年齡，有助保持血管年輕、健康，減低心血管問題的風險。

由於都市人生活節奏急促、工作壓力大、飲食不均衡，加上缺乏運動等因素，造成血管提早衰老，令血管年齡比實際年齡大，據港人「血管年齡」統計顯示，有20多歲青年，其血管年齡竟高達40多歲，有半數港人「血管年齡」高於實際年齡，當中有三成更高出超過十年。

血管衰老　疾病風險激增

血管年齡愈大，顯示血管愈衰老。這是由於血管內積聚過多的脂肪和不良物質，令血管收窄，阻礙血液流動，當血液流動愈來愈慢，身體器官便不能及時得到血液和養分的供應，會發生不同程度的功能衰退、壞死，更可能損害心臟、引致腦血液循環阻障等。據研究，血管年齡較高人士，增患三高、心血管問題、腦血液循環不順的風險亦較高。

10分鐘　即知血管年齡

要預防心血管問題，好多人都知道要保持均衡飲食、多運動和定期做身體檢查。但對於繁忙都市人，實是說易行難，因為傳統的身體檢查，項目繁多費時。隨著科技進步，進行血管年齡檢測是不用抽血，不具入侵性的，需時只是五至十分鐘，過程簡單快捷，能詳細分析血管年齡、硬度、阻塞傾向、血壓等，然後由專業營養健康團隊跟進，按不同人的情況，指導護心飲食及生活習慣，有助血管回復年輕、富彈性及保持心臟健康。

您血管健康嗎？

下列易讓血管老化的習慣，你符合幾項呢？只要超過4項以上，就是血管問題的高危族群。

1. 吃飯速度很快，或是經常吃到十分飽。
2. 喜歡吃肉或油炸食物。
3. 很少吃蔬菜和魚。
4. 常吃快餐或零食。
5. 經常外食或吃飯盒。
6. 常常吃麵，還會連湯都喝完。
7. 有喝酒習慣。
8. 喜歡吸煙。
9. 缺少運動。
10. 上樓梯時有氣促。
11. 肥胖、或中央肥胖。
12. 工作忙碌、壓力大、休息時間少。
13. 長期睡眠不足。
14. 經常感到焦躁。
15. 有三高問題。
16. 有家族性心血管問題。

保持血管暢通

Omega-3 EPA 心臟的最佳伴侶

不少專家認為，均衡營養，是有效預防及改善心血管健康的方法。如對人體有益的不飽和脂肪酸Omega-3，獲全球19,000份科研確認功效，美國心臟協會更指出，Omega-3（如Omega-3 EPA）有助減少血管廢物，暢通血管，美國食品及藥物管理局（FDA）亦確認其暢通心血管的效能，是維持心血管健康的重要營養。

雪肌蘭魚宝淨の丸EPA

雪肌蘭 純天然護膚品系列

含天然成分SQUALANE

適合過敏、缺水肌膚

港姐曹敏莉 心水推介

少女肌膚為何幼嫩細緻，能散發著天然光彩？原因：「少女肌膚含有鯊烯」。但19歲後，肌膚含有的鯊烯逐漸減少，肌膚開始失去光澤，令暗啞、毛孔粗大等問題逐漸浮現，可見鯊烯就是完美肌膚的關鍵。

令肌膚幼滑清爽

潔面皇牌

修護 / 柔和潔膚泡沫

優質潔膚淨肌產品 鑽石級大獎

- 深入毛孔，去除積聚之自由基、污垢、死皮
- 潔面同時修護，鎖住水分，煥發光澤
- 清爽不繃緊，抗氧化，回復白滑

回復BB嫩肌

100%天然鯊烯精華

純天然鯊烯精華

- 要肌膚像BB般幼滑，每晚必塗鯊烯精華，全面提升膚質，回復晶瑩剔透
- 全面啟動SQUALANE「親和、滲透、活性、代謝、殺菌」5大效能
- 迅速徹底改善皮膚狀況
- 身體、頭髮、嘴唇都可安心使用

最完美 抗氧化修護產品 鑽石大獎

快速保濕面膜

3分鐘

修護膠原蛋白保濕面膜

- 利用沐浴時間，3分鐘便能極速為肌膚急救
- 為細胞補充水分、養分，清除乾紋、幼紋
- 令缺水、脫皮之肌膚，快速回復白滑
- 僅3分鐘，過敏、乾燥、脫皮問題無影無蹤

卸妝No. 1

水溶性護膚卸妝油

修護潔膚油

- 清爽水溶性配方，不澀眼，不油膩
- 一次過全面卸妝，包括眼和唇妝
- 去除死皮，令肌膚白滑、光澤

肌膚晶瑩、光澤

晶瑩保濕修護液

- 形成晶瑩保護膜，鎖水防乾紋，回復光澤，修護曬傷肌膚
- 平衡酸鹼度，預防皺紋形成
- 溫和、清爽、潤而不膩，改善乾燥

優質嫩白 天然護膚產品 鑽石大獎

保持肌膚彈性

修護保濕緊緻美容液

- 促進膠原纖維重生，回復和保持彈性最重要之精華素
- 直接滲透真皮層，改善鬆弛，延緩衰老
- 提高肌膚自癒力，改善因疲倦、過敏、缺水、日曬後引致的問題

健康、光澤

修護保濕爽膚水

- 消除黑眼圈、減幼紋，回復彈性
- 平衡肌膚酸鹼度，保持肌膚健康，防水分流失
- 不含酒精，令皮膚緊緻、細嫩、白滑

3倍美白

美白、光澤

修護雪白美容液

- 極速滲入，排解黑色素形成
- 瞬即回復白皙晶瑩，光滑亮麗
- 高度保濕，能阻隔紫外線，美白功效持久

滋潤保濕

修護保濕面霜

- 抗氧化，保濕修護
- 形成天然保濕膜，修護缺水、粗糙或暗啞肌膚
- 瞬間深入肌膚底層，極速補充水分及營養

柔潤保濕

修護保濕乳液

- 極速滲透底層，提供細胞養分，抗氧化
- 調理肌膚，回復柔軟、彈性
- 抑制過多油脂分泌，預防豆豆

5大效能：Squalane

SQUALANE和人體皮脂極相似，能快速發揮5大效能，使肌膚回復彈性及光澤。更能以1秒極速滲入肌膚2cm深，從底層修護細胞，使肌膚充滿生命力。

1 快速滲透

將肌膚所需營養以1秒快速滲入肌膚2cm，極速被肌膚吸收。

2 快速改善代謝

細胞缺乏氧氣，就會衰退。Squalane能為細胞補充氧氣，令細胞回復光澤，富彈性。

3 修護殺菌

改善肌膚自癒力、殺菌，回復健康。

4 最好親和關係

Squalane和皮脂極相似，不會引起過敏，令肌膚強壯健康。

5 令細胞有生命力

Squalane不斷將氧氣及養分帶到肌膚每個細胞，令倦怠的細胞回復年輕生命力。

感謝大家 支持和愛戴 20載 致力研發 優質產品 我們更用心 令您健康！

今年，是雪肌蘭創立20周年！回顧集團成立首間專門店，至今擁有的專櫃、專門店、健康管理中心等銷售點超過500多個，並成功獲取近二百個獎項，被譽為本港天然健康食品專家，令我深深感受到，只要肯用心和努力，必定有理想收獲。

用心、專業　20年不變

回顧當年，由於親身體驗到天然健康食品的好處，希望推己及人，便創立了雪肌蘭，引進優質天然健康食品，令更多人都可以得到健康。雪肌蘭成立後，「令您健康」成了我對顧客的服務承諾，尤其是做健康食品，必須講求良心，更需要用心，一定要搞清楚有關知識，完全了解產品的效能，所以，每逢引進新產品，我必定會親身嘗試，以體驗其效用，我亦積極進修營養學、中醫學和自然療法等，掌握專業知識，和努力培訓員工，令顧客對我們的產品有信心。

雪肌蘭稱霸15年，年年獨得全場最高「至尊榮譽大獎」。

榮獲國際級「亞太最卓越健康及美容業獎」，是對雪肌蘭的高度肯定。

唯一產品 通過安全檢定

其實，20年前，市民對健康食品的認識不多，但自從我們引進天然健康食品後，加上我們努力向市民大眾推廣健康訊息，當愈來愈多人明白保健的重要，市場上自然會出現競爭對手。但一級始終是一級，曾經一個市場調查研究發現，當年市面上28種鯊魚丸產品，只有「雪肌蘭魚宝鯊魚丸」是唯一證實不含任何毒素和農藥，魚鯊烯含量百分百，那時候更令我深信，只有優質產品才會經得起考驗，會受到消費者信賴的。

舉辦15年 贏足15年 全港總冠軍

這麼多年來，我們也競逐過不少業界大獎，都能夠逢選必勝，成為長勝將軍。就以業界最大的頒獎禮「屈臣氏健康美麗大賞」，舉辦15年，我們便贏足15年，不但每年獲獎數目最多，是同類產品中的最高銷量，更奪得全場最高殊榮，成為全港的總冠軍，足以證明，雪肌蘭產品一直都深受消費者歡迎。

卓越品牌 獲國際肯定

而另一個令我引以為傲的獎項，就是「亞太最卓越健康及美容業獎」，由評選至獲獎經歷多個月，大會評審主委Dr. Palmira Lopez更專程由西班牙來港，親自審核集團的運作和記錄，非常嚴謹認真，所以，能夠奪得這個國際性獎項，是對集團高度的肯定。

奪近200獎項 獲名人支持

總結這麼多年來，我們獲得的獎項，差不多二百個，而每一個獎項，都是我們付出努力的成果，和消費者對我們的信任。另外，我們的產品亦都獲得不少高官、名人、學者、影視紅星的支持，之前，我們專門店開幕日，首富新抱便專程到來支持，更一口氣買下大量雪肌蘭天然健康食品，當然是和家人分享。而且，亦證明我們的產品是值得信賴的。

雪肌蘭魚宝鯊魚丸

調查發現，唯一不含農藥和毒素之產品。

影星安祖蓮娜的決定 我另有見解

較早前，美國著名影星安祖蓮娜(Angelina Jolie)，因擔心家族性遺傳問題，繼切除乳房後，又再切除卵巢和輸卵管，以杜絕遺傳因素的影響。這個做法，令我深思，一刀切是否就是最佳辦法？

圖片來自互聯網

「切」並非根治之法

個人認為，若要做這個決定，真的是需要很大的勇氣，對於女性來說，不但會因此不能生孩子，更大問題是會提早進入更年期，令人更快步向衰老。如此做法，感覺太過積極、太激烈了，相信並非人人能接受的。

做法有如 斬腳趾避沙蟲

曾聽聞，若血液檢驗發現頑疾指數偏高，也不一定就是罹患頑疾，還需要進行全面性身體檢查，才能判斷及確診。亦聽過一些醫生朋友談論過好像安祖蓮娜的情況，即使採取一刀切方法，雖然可防止有關的頑疾，但對其他頑疾卻無預防的效果，所以，他們亦未必認同這種「斬腳趾避沙蟲」的方法。

▲黃百鳴於太太康復後，將太太抗病的心路歷程出書，書中提及鯊魚軟骨素對舒緩病情的好處。

注意保健 最重要

所以，我始終認為，預防勝於治療才是最重要、最有效的治本之法。尤其是今時今日的都市生活模式，除了本身的基因，對健康影響的變數太多，例如食物、環境、工作等等因素，對健康的影響，較之家族性基因影響，可能還要大，因此，如果我們能多注意平日的保健，多吸收對身體有益的營養，注意日常起居飲食，這些小小的改變，對健康已經是一大保障了。

黃百鳴太太 勇敢對抗頑疾

即使不幸患上頑疾，也並非就是絕路。記得好朋友黃百鳴的太太，多年前不幸患上頑疾，且經多位西醫診斷為晚期，及認為「冇得救」。這突如其來的噩耗，令他感到非常震驚。但他在短時間內重新收復心情，決定要正面打這場仗，黃百鳴參考並綜合了許多案例及各種療法，最後決定讓他太太透過做氣功，配合中醫和服食鯊魚軟骨素，三管齊下，結果，不出3個月，他太太的頑疾細胞竟然奇蹟地下降，之後，病情慢慢得到治癒。

正面抗病魔 黃太很快便康復

今天，他和太太仍然健康地生活。而黃百鳴在他的太太康服後，還特別寫了一本書《絕處求生》，將他和太太抗頑疾的經歷寫了出來，勉勵世人積極面對逆境，而書中他也特別寫出鯊魚軟骨素的效用。所以，我亦建議大家，若有時間也不妨看看這書，一定可以補充更多正能量。

雪肌蘭魚宝鯊魚軟骨素S. C. P.

會員分享

幫我改善眼乾、增強集中力

我個人喜歡嘗試新事物，尤其遇到好的東西，就會跟大家分享。在機緣巧合之下，我認識到雪肌蘭。

由於工作關係，我需要整日對著電腦，眼睛便容易累，又乾又澀，令我難以集中精神工作，幸好，我遇上雪肌蘭的健康美容顧問，在她悉心的解說和指導下，開始服食「雪肌蘭魚宝藍莓活力明目素」及「雪肌蘭魚宝腦の源DHA」，服食了一段時間後，已感到有效改善我的問題，繁複的工作都變得輕鬆，眼睛乾澀少了，而且頭腦清晰，能集中精神工作，令我工作效率提升。真感恩！讓我遇到適合的健康食品。

推介產品

雪肌蘭魚宝
藍莓活力明目素

雪肌蘭魚宝
腦の源DHA

胃氣、關節痛消失了！ 令我愈來愈開心

由於本人胃氣較多，時常都要服食胃藥才可改善，加上又有關節痛問題。一次在雪肌蘭健康美容顧問推介下，教我服食「雪肌蘭魚宝紅酒素SOD」和「雪肌蘭魚宝強骨の宝」。

當我服食了「雪肌蘭魚宝紅酒素SOD」兩個星期後，我已感到胃氣沒有了，消化功能得到改善，令我不用擔心飯後會出現胃氣的不適感覺。而服食「雪肌蘭魚宝強骨の宝」一段時間後，我走路時間長了，關節都沒有痛楚出現，現在我想去那兒都得。在此很多謝雪肌蘭的健康顧問，令我回復健康，而且還可以重投工作，令我愈來愈開心。

推介產品

雪肌蘭魚宝
紅酒素SOD

雪肌蘭魚宝
強骨の宝

幫我改善心臟健康

本人的血管，壓力有偏高的傾向，擔心對心臟健康造成影響，因此在健康顧問的推介下，建議我服食含魚油Omega-3脂肪酸的「雪肌蘭魚宝淨の丸EPA」。當我服食了一段時間後，發現血管問題開始平穩，漸回復正常，而且，還覺得整個人都精神了，所以，為了健康，我會一直保持服食這個健康食品，並會推介給其他人。

推介產品

雪肌蘭魚宝淨の丸EPA

會員分享的內容，均為受訪者親自撰寫或親身口述，絕對真確，特此鳴謝！
內容一經刊登，會員可獲禮品回贈，以表謝意！

小寶的話

感謝各位會員真摯的分享。

假如您亦有親身感受雪肌蘭天然健康食品及護膚品，為您改善健康及美肌之體驗，歡迎來信和大家分享！

最後，衷心祝福大家，活得健康快樂。

您分享 我送禮

歡迎各位會員一同參與，
只須提供個人資料，並按下列途徑遞交，即可分享您對雪肌蘭天然產品的體驗。內容一經刊登，更可獲贈豐富禮品乙份！

提供資料包括：

1. 個人感受(不少於100字)
2. 推介之雪肌蘭天然健康食品/護膚品
3. 近照
4. 簡單的個人資料(姓名、會員編號、聯絡電話)

遞交途徑：

親臨： 全線雪肌蘭專櫃
郵寄： 銅鑼灣邊寧頓街18號18樓
顧客服務部
(信封面請註明「會員分享」)
電郵： info@squina.com
傳真： (852) 2504 0830

懷舊周年晚會夜

祝雪肌蘭創立20年！

雪肌蘭創立20年！早前公司舉辦了周年晚會，特設懷舊主題，當晚同事們均悉心打扮，以最古典美態歡度晚會。

周年晚會是雪肌蘭一年一度的盛事，讓大家開開心心歡度一晚，更藉機表揚過去一年有傑出表現的同事，劉主席和陳副主席更會頒發不同的嘉許狀和專業證書，對大家的努力給予鼓勵。

▲為祝賀公司成立20周年大日子，全公司同事花盡心思，特製生日賀咭，寓意公司閃鑽光輝20載。

工作表現出色之員工，在晚會上獲劉主席頒發嘉許狀，以作鼓勵。▼

2015雪肌蘭之花
健康・美貌・智慧並重！

選舉雪肌蘭之花，是周年晚會的壓軸好戲，參選佳麗都是來自雪肌蘭各專櫃、專門店、健康中心的健康美容顧問。為了競逐后冠，她們均悉心打扮，以最佳姿態爭取評判和支持者的投票。

經過激烈的鬥智和展現美態的環節後，終由得票最高的Miranda Lau奪得，她亦同時奪得「健康大使獎」，成為雙料冠軍。於未來一年，她將肩負起雪肌蘭健康大使的重任，為推廣健康與美麗生活而努力。

雪肌蘭之花小檔案

姓名：Miranda Lau
職銜：健康美容顧問
現職專櫃：沙田新城市廣場屈臣氏雪肌蘭專櫃
當選感受：
「加入雪肌蘭後，覺得比以前健康，和學到許多實用的保健和美容知識，我會將我所學令更多人得益，令我的顧客更健康和美麗。」

知識愈豐富 攞獎機會愈高

為鼓勵各會員增進健康知識，特別舉辦健康問答比賽，問題圍繞今期季刊的內容。既可增加個人健康知識，還有機會獲得豐富獎品，仲唔快啲參加！

1. 視帝嘉穎擔任雪肌蘭代言人已有多少年？
   A. 7年
   B. 8年
   C. 10年

2. 以下哪一個護膚品具有美白作用？
   A. 修護雪白美容液
   B. 雪肌美白粉末
   C. 兩者皆是

3. 以下哪一種物質，會令肌膚產生皺紋和黑色素？
   A. 紫外線
   B. 自由基
   C. 兩者皆是

4. 以下哪一種天然健康食品具有防曬美白效能？
   A. 雪肌蘭魚宝紅酒素SOD
   B. 雪肌蘭魚宝鯊肝素DAGE
   C. 兩者皆是

5. 據統計，每年因肥胖而死亡的人數約有多少？
   A. 約80萬
   B. 約180萬
   C. 約280萬

6. 以下哪一種成分，被稱為自由基的頭號殺手？
   A. 紅酒素SOD
   B. 維他命A
   C. 維他命D

7. 曹敏莉都有給她子女食哪一種天然健康食品？
   A. 雪肌蘭魚宝美肌素
   B. 雪肌蘭魚宝腦の源DHA
   C. 雪肌蘭魚宝強骨の宝

8. 今年，是雪肌蘭成立第幾周年？
   A. 10年
   B. 15年
   C. 20年

上期答案公布：
1B, 2A, 3B, 4C, 5C, 6A, 7C, 8C

《生活誌》第9期
得獎者名單：
1. 林偉貞 (WG01136)
2. 李碧華 (FTW00281)
3. 許玉儀 (TM00707)
4. Chan Suk Yi (LYSC00702)
5. 張軍 (MK02373)
6. 姚萍 (CYSC01217)
7. Chung Chong Ah (TYM00012)
8. 梁譚淑英 (MK1844)
9. Tsang Yin King (FTW00996)
10. Chan Yo Ming (WG01239)

以上得獎會員，
將獲專函通知領獎。

回答以上8條問答及填妥會員資料，於2015年7月31日前，郵寄：香港銅鑼灣邊寧頓街18號18樓，雪肌蘭顧客服務部（信封面註明「有獎問答」），便有機會獲得豐富禮物乙份。

(或傳真至2504 0830、親身遞交雪肌蘭美容健體中心、專門店或任何一間雪肌蘭專櫃亦可)

會員資料

姓名：_____ 年齡：_____ 會員編號：_____

身分證號碼：(　)_____XX (首個英文字及4位數字) 日間聯絡電話：_____

地址：_____

電郵地址：_____ 會員簽名：_____

雪肌蘭

天然健康食品

優質 天然 高效

雪肌蘭天然健康食品，以「**優質、天然、高效**」見稱。雪肌蘭更被譽為天然健康食品專家，旗下產品為全球No. 1海洋食品集團製造，經過嚴格品質監控，更榮獲全球**40個國家專利**及科研認證，並獲業界推崇，獲頒發過百項殊榮，能改善逾百種都市健康問題。

40個國家專利證書

美國專利
US7, 951, 782 B2

日本專利
3248170

日本專利
4834671

歐盟(38個國家)專利
EP 1 930 017 B1

通過輻射測試證書

不含重金屬、農藥證書

證實產品新鮮證書

100%通過國際安全測試

雪肌蘭天然健康食品100%通過國際安全測試，確保產品新鮮**無污染、零雜質、無輻射**，是為您捍衛健康的最佳良伴！

SDM 爵士芭蕾舞學院 Jazz & Ballet Academie

雪肌蘭 SQUINA

舞出自信
面試滿分

雪肌蘭會員專享

憑此廣告報讀舞蹈考試課程，

可作 **$100** 使用

證書課程現正招生

用舞蹈激發孩子潛能

SDM每年為學生提供逾300次表演機會，讓學員可以開心愉快地成長。我們的爵士舞課程，乃根據澳洲聯邦舞蹈教師協會(C.S.T.D.)考試課程編訂，以4E(情感表達Expression、專業認證Education、享受Enjoyment、鼓勵Encouragement)為教學宗旨，鼓勵學員輕鬆快樂地學習。在考試過程中，學員可以學習獨自面對挑戰，提升自信，對幼稚園及小學面試很有幫助。

證書課程推介

- 兒童爵士芭蕾舞學前證書課程 (Pre-TT) 適合年齡：2.5至3.5歲
- 兒童爵士芭蕾舞初級證書課程 (TTA-TTB) 適合年齡：3.5至5.5歲
- 英國皇家芭蕾舞考試課程 (R.A.D.) 適合年齡：5.5歲或以上
- 澳洲聯邦舞蹈教師協會爵士舞考試課程 (C.S.T.D.) 適合年齡：5.5歲或以上

全港最具規模舞蹈學府 二十一間分校遍佈全港

九龍塘教學大樓 跑馬地 火炭 坑口 屯門 荃灣 馬鞍山 西九龍 奧海城
紅磡 太子 青衣 藍田 元朗 上水 將軍澳 太古 鴨脷洲 薄扶林 北角 小西灣

Hotline: 2528 2222

facebook SDM Jazz & Ballet Academie

www.sdm.hk

會員尊享 夏季優惠

雪肌蘭魚宝蠔皇素

補肝健腎 助陽益精

- 舒緩壓力、消除疲勞
- 迅速回復精力
- 改善手腳冰冷

榮譽會員	金咭會員	尊貴會員
減$200	減$150	減$100
P1653a	P1653b	P1653c

金裝雪滑瑩肌面膜

緊緻、回復彈性

- 蘊含珍貴天然精華
- 一次過發揮緊膚、瘦面、收毛孔、美白、保濕作用

榮譽會員 **免費獲贈**

P1653d

完美集中修護液

完美蛻變 綻放光澤

- 擊退黑斑、促進新陳代謝
- 緊膚、換膚、去皺
- 回復彈性、潤澤

榮譽會員 **7折**

P1653e

SQA雪肌美白粉末

去黃去斑 重現雪白

- 抑制黑色素形成
- 去除角質，高度保濕
- 有解毒抗菌作用

榮譽會員 **半價**

P1653f

金咭會員 **7折**

P1653g

鯊魚修護洗髮露及修護素

成分天然 促進頭髮健康

- 深入頭皮，有效潔淨及修護
- 防秀髮折斷、開叉
- 柔順貼服、光滑潤澤

榮譽會員 金咭會員 **7折**

P1653h

優惠細則

1) 每項優惠，只限指定會員使用一次。 2) 此優惠不得兑換現金或與其他優惠同時使用。 3) 此優惠僅限指定會員使用，並請出示有效之會員證及優惠券正本，影印本無效。 4) 所有優惠產品，數量有限，售完/換完即止。 5) 有效期至2015年7月31日，逾期無效。 6) 所有優惠不能與其他優惠同時使用。 7) 所有優惠產品不能暫存。 8) 如有任何爭議，雪肌蘭國際集團保留最終決定權。

SQA雪滑瑩肌面膜(10片裝)

- 一次過發揮美白、滋潤、保濕、緊膚、收毛孔5重功效
- 加強肌膚抵禦紫外線能力

加速新陳代謝 活化肌膚

榮譽會員 半價
P1653i

金咭會員 7折
P1653j

SQA美白防曬保濕乳液

- 防紫外線傷害
- 預防黑色素形成
- 持久保濕

可作妝前打底

榮譽會員 半價
P1653k

金咭會員 7折
P1653l

SQA活力潔面泡沫

- 緊緻美白
- 改善粗糙肌膚
- 不會刺激肌膚

去除油脂 污垢及死皮

榮譽會員
金咭會員 7折
尊貴會員
P1653m

SQA天然海藻泥面膜

- 去死皮，回復白滑
- 緊膚收毛孔
- 回復晶瑩剔透

排毒 加速新陳代謝

榮譽會員
金咭會員 7折
尊貴會員
P1653n

免費贈品一份

免費獲贈

榮譽會員
金咭會員
尊貴會員
P1653o

「關懷長者心」
長者感謝義工探訪

雪肌蘭愛心義工隊在主席劉陳小寶的帶領下，積極參與義工活動。「保良局關懷長者心」有逾千名長者出席，長者對義工的探訪，均表歡迎及讚賞，這正是對義工的最大回報。

勞工及福利局局長張建宗出席支持。

義•愛•同行
義工嘉許禮

劉主席讚揚義工 無私奉獻

社會福利署每年一度的「義．愛．同行－義工嘉許禮」，集團主席劉陳小寶教授獲邀出任主禮嘉賓，並頒獎給獲表揚之義工。劉主席致詞時，更和各得獎義工分享做義工的心得，宣揚做義工的無私大愛精神，獲得在場熱烈掌聲。

▲ 劉主席頒獎予獲表揚之長者義工。

你的支持 帶來改變

請捐款為弱勢社群出一分力，
與保良局一同延展愛心，造福社群。

安老 贊助計劃

2277 8217

透過院舍服務及社區支援服務，
照顧長者身心需要。

助醫 計劃

2277 8446

資助長者及基層人士
接受醫療服務

兒童 助養計劃

2576 9258

為孩子建立愛心家舍，
提供良好成長環境

健障同心

關懷弱能人士贊助計劃

增強弱能人士的醫療護理，
提供機會給他們發展潛能

2277 8217

了解詳情 | www.poleungkuk.org.hk/donation_programs

天然健康食品專家
雪肌蘭
SQUINA

青春の秘密

雪肌蘭魚宝鯊魚丸50粒

排毒護肝
增強抵抗力
補肺抗敏
亮白年輕

100%
純天然魚鯊烯

雪肌蘭榮獲屈臣氏
全場最高獎項
至尊榮譽大獎
舉辦15年　稱霸15年

100%通過國際安全測試

國際權威專家、註冊中醫師、
營養師、大學教授
同心推介

全線7折*
萬勿錯過

*優惠適用於購買「雪肌蘭魚宝鯊魚丸50粒」。每位顧客限購6件，優惠期由2015年6月26日至7月9日，詳情請向各屈臣氏雪肌蘭專櫃、專門店、健康管理中心查詢。

註冊中醫師及營養師熱線：
(852) 2882 3112

www.squina.com

正貨保証

"港澳優質誠信商號"及"我至喜愛香港十大品牌"
"專業客戶服務大獎"
"亞太最卓越健康及美容業獎"
證書號：194932
"最受歡迎香港亮麗消費品牌"
"卓越健康食品品牌"
"星級企業大獎"

PM267