

虽然女性有所谓的“丰腴美”，但也绝非胖到丢失身体线条感，常说的“适当运动”对身在冬天的懒人来说难比登天，各种瘦身紧致的美体产品、仪器对懒人来说到底有没有用，是否宅在家里就可以变美呢？



Arm Belt臀部增肌塑形智能健身仪
RMB1780

La Mer海蓝之谜身体晶钻焕肤霜
RMB1200/200ml

Abs Belt 腰部增肌塑形智能健身仪
RMB3080 S/M/L码

CPB肌肤之钥赋活美体霜 RMB1100/200ml

香邂格蕾红姜味身体乳 RMB210/200ml

Jo Malone London 祖·玛珑杏花与蜂蜜奢华沐浴油 200ml



生活周刊×徐嘉余



世界游泳锦标赛金牌、奥运会游泳银牌得主

Q: 现在“全民健身”的呼声越来越高，大人小孩子游泳，甚至冬泳都很流行，你觉得冬泳是比较好的一种健身方式吗？

A: 我觉得游泳的魅力就在于要勇于展现自己的身材，当然要把身材变得更好、更完美。我喜欢游泳是因为我热爱它，我喜欢在游泳中超越别人的感觉，所以也希望广大的爱好者，不管是健身爱好者也好，还是游泳爱好者也好，都可以在自己喜欢的健身方式中找到自己的乐趣。冬天游泳的话还是选择室内比较好，因为对自己的身体也是一种保护。这样的“冬泳”其实很推荐，冬天把自己的身材变好，夏天也更好展示。

Q: 微博上有很多你的粉丝，对于他们的支持，你有什么想说的吗？

A: 非常感谢他们一直以来的支持，我也会有越来越好的表现，不会辜负他们的期望。希望今后也能一直多多关注我，也希望更多的人能来关注中国游泳。

Q: 在日常训练过程中会使用一些现在流行的仪器吗，有什么可以推荐的？

A: 一些方便地贴合在身上的高科技产品能够缓解运动时的疲劳，因为在运动中很容易出现伤病，它的紧身材料可以保护你，在比较寒冷的时候也可以保暖。最后，如果你需要有一个比较好的锻炼效果，最终要靠自身的毅力来坚持。

传递科学“三早” 健康关爱永不止步 ——奥林巴斯“胃爱公开课”登陆上海、南京

2017年11月25日至26日，奥林巴斯“胃爱公开课”公益活动在上海UE VISION和南京钟山居分别“开讲”。为加强广大公众对肠胃健康的保护意识，传递科学“三早”的健康理念，奥林巴斯“胃爱公开课”于10月12日起在北京启幕，已经走过广州和深圳。此次活动登陆上海、南京，旨在以别开生面的“胃爱公开课”作为传递健康的纽带，通过知名专家与公众的沟通对话，以专业课知识讲座、内窥镜展示、现场游戏互动等公众喜闻乐见的形式，深入普及“早发现、早诊断、早治疗”的“三早”理念。



“胃爱公开课”上海站现场

爱胃知识 专家解惑



仁济医院消化科李晓波主任进行爱胃知识讲座（上海站）



江苏省人民医院消化内镜中心朱宏主任进行爱胃知识讲座（南京站）

互动课堂 健康再行动

专业课后，观众们还跟随工作人员的指引参与了实践课和体育课，“实践课教室”里展示了奥林巴斯多款专业的内窥镜设备，精密的仪器激起了观众们的好奇心。这些专业医疗仪器平常只能在医院里见到，这次活动给大家近距离观摩的机会，观众们纷纷上前细细观看并上手操



“实践课”课堂 奥林巴斯工作人员在介绍内窥镜发展史（上海站）

公益行动 关爱永不止步

本次活动上，奥林巴斯代表对今后的“胃爱公开课”活动进行了展望，除了本次的“胃爱公开课”上海站和南京站，活动还将到成都、重庆、沈阳等全国主要城市，持续传播正确的肠胃健康知识，积极引导健康理念。



“体育课”课堂 来宾们一起做“肠胃健康操”（南京站）

秉承“Social IN”的经营理念，奥林巴斯始终深刻践行着企业社会责任，发起了丰富多彩肠胃健康公益活动。未来，奥林巴斯将继续依托在医疗领域积累的技术和资源，持续开展各项公益活动，不断为社会创造新价值。



青意社

青意社 行动你的创意
青意社 行动你的创意

创意美学生活空间

一个天马行空的创意营
一个原创设计师产品集合地

青意社是青年报社《生活周刊》
孵化的青年设计师创意产业平台

在这里，你不是客人，你是主人
你可以找到时尚单品、先锋设计、匠心手作，找到你想要的生活方式
你也可以将你的创意告诉我们，我们一同酝酿、孵化、分享，
真正转化成改变世界的原动力

年轻人，无创意不生活！

合作邮箱：qingyicland@126.com

