



HONG KONG

www.elle.com.hk

國際名模富永愛
不努力不成功

TREND LESSON
冬日針織搭配Tips
粉色裸色對對碰
早春花花圖案

BEAUTY
巧用精華素
新年護膚四大計
12天排毒攻略
修身健體秘訣

NEW YEAR
NEW
RESOLUTION

NEW
ELLE
SHOPPING
100+
配飾手冊

JANUARY 2013 NO.303
HK\$40 人民幣四十九元



P246

C
O
N
T
E
N
T
S

ELLE SPECIAL

- 140 許願……就該認真
由《ELLE》編輯部細選的六大棘手新年願望，拜讀各路達人如何剷除熱門願望最難搞部位，當中的心法或許有助你成功爭取多年心願。

ELLE FEATURES

- 154 十大熱門筍工
新年新開始，想在新年旗開得勝，轉份筍工，首要留意市場走勢，才不會誤入夕陽行業，誤了前程。
- 170 現代華麗童話
早前 Chopard 便以多位迪士尼公主為靈感設計出多款珠寶首飾，令她們的夢幻造型更見完美。

ELLE BEAUTY & HEALTH

- 78 BEAUTY LOOK
甜美橙調、不求人粉底
- 84 HOT PICKS
混色彩妝、情迷橙唇
- 95 BEAUTY NEWS
- 246 冬日啡調
啡色是冬季的主打色調，以不同的啡色妝容，為沉悶的冬季加添色彩。
- 250 新年展新「肌」
即使微細如美容護理，事先訂下清晰規劃，才能達到更理想的效果。隨着新一年來臨，重新計劃四季的護膚、護髮方向，塑造仿如新生的你。
- 254 12天大作戰
新一年開始，安排一次由內至外的十二天排毒計劃，令身心回復輕盈舒暢。
- 258 甜美初春
為勝雪肌膚，添上一抹艷麗妝色；為粉嫩衣裳，配以閃亮珠寶。整裝待發的女孩，展露燦爛笑容，驅走蕭瑟寒冬，讓甜美春日提早到來。
- 270 修身健體秘訣精讀
你訂下了新一年的keep fit大計沒有？無論是早就計劃周詳，還是依然毫無頭緒，不妨參考以下十個修身健體小貼士，令你的健身計劃事半功倍。
- 272 BEAUTY CLASS
再見熊貓眼
- 274 BEAUTY GUIDE
閃閃過新年
- 276 美麗實證分享
ELLE編輯及elle.com.hk會員親身測試最新美容產品及療程。
- 280 ELLE CELEBRITY
Gwyneth Paltrow 美麗大智慧
- 282 BEAUTY DIARY
美容投資之道
- 288 婦科診療室
婦產科專科醫生葉承楷有問必答。
- 289 錢中醫開診
中醫師錢梅佩媽為讀者開診治病。



ELLE



MAKING YOUR DREAMS COME TRUE

許願……就該認真

「可以乘機許N個願望」——這是新年最可愛的地方之一。

許願，是全球人類的共同權利，可是願望年年一大籮，可以在年終感恩節之時向上天說「多謝賞賜」又有幾多次？如果你也正在盤點床下底那堆新年舊願，企圖試圖翻炒再翻炒，請參閱以下經由《ELLE》編輯部細選的六大棘手新年願望，拜讀各路達人如何擺平熱門願望最難之處，當中的心法或許有助你成功實現多年心頭願。

Editors' portrait FABIANA WONG; *text* FEATURE TEAM; *illustration* DAVE CHOI@VEGETABLE & SUN.

《ELLE》編輯部新年願望大盤點!



KAREN WOO

2012年 曾下定決心要早睡早起，要每星期跑步三次、要多回家跟爸爸媽媽吃飯、要戒亂買野……結果……得個講字。
2013年 要訓練自己心無雜念，學習堅持，把過去多年未實現的願望一一實現。



JO LIU

2012年 想多花時間跟家人相處，但往往放工回家便倒頭大睡，周末也沒跟家人在一起……
2013年 要多跟家人相聚。要收斂心急、執着的性格，學會應急則急。

ALEUNG

2012年 曾對自己說，一定要狠心扔掉大部分書籍、雜誌。一年過去，買的書多看的書少，結果家中書海有增無減。
2013年 下定決心要與家居同步「瘦身」！除了丟掉家中雜物之外，也要甩掉過多的脂肪！



GRACE LAU

2012年 一直希望可以抽時間跟爸爸多見幾面，可惜屯門與將軍澳像隔萬重山。
2013年 希望多跟爸爸還有其他親友好友聚頭，認真關心生命中的重要人物。



JANE WU

2012年 我想做而沒有做到的事情是倒立。
2013年 我的目標就是要學會倒立，用雙手把自己撐起來，我想知道那是一種甚麼樣的感覺。



KELLY LAI

2012年 添置了一對螢光色的跑鞋，打算開始跑步，結果由年頭忙到年尾（我知是藉口），早前又仆倒了兩次，最後……跑鞋仍在鞋盒之中。
2013年 我要決心做運動，也想去一些未去過的地方旅遊。學習保持一顆peaceful mind，有愛及慈悲在心中。



KEVIN LIP

2012年 曾下定決心要多做動，活出我的健康人生，可是卻因為種種（出於懶惰的）理由，沒有持之以恆……
2013年 希望可以認真多學一種外語，接觸更多外地文化，充實自己的世界觀！

RACHEL LAU

2012年 希望能多抽點時間見家人，陪愛貓，可惜公私兩忙，回家晚飯的次數平均一星期只有一次。
2013年 想把多些時間留給家人，可以大家一同出外旅行就最理想。



KIM LAM

2012年 一直有一個念頭，就是跟家人一起出國旅行。但可惜大家都忙於工作，沒有一點空餘的時間。
2013年 除了一起旅遊之外，我想做更有意義的事，有更多的體驗。所以我希望能到印度做義工！



FIND MY MR. RIGHT 覓得有情人

香港女子有美貌、有身材、有智慧、有事業，甚麼都有，缺的就是一個男友。香港的單身女子多得像便利店一樣，梗有一個喺左近。每年的生日及新年願望都希望白馬王子能從天而降，從此兩個開開心心幸福快樂地生活下去，但實情是興趣班、speed dating、上網交友等統統試過，依然食白果。究竟要怎樣才能在新一年脫離「剩女」行列？有請婚戀約會介紹服務公司So Klose「緣來這麼近」的創辦人梁陳秀琼 (Carolyn) 為女士們指點迷津。

Q：何解香港單身女子特別多？

A：最主要的原因是香港女多男少。據2012年的人口數字顯示，從25至49歲的每個年齡階層，女性都比男性多出至少二十萬人，也難怪單身女性比男性多。15歲或以上、從未結婚的香港女性數目，由1986年至2011年間激增60%，但男性的增幅僅為15.5%。由於男、女比例不均衡，而不少條件好的男士又選擇在海外留學、工作，加上來自中國、台灣及亞洲其他地區等地女士的競爭，香港女士想找理想對象特別艱難。

Q：除了女多男少這個結構性問題，還有甚麼原因令香港女士很難尋找另一半？

A：香港女士在擇偶時會給自己很多界線、局限。有些人會很主觀，例如跟當醫生的前男友談戀愛失敗，為免重蹈覆轍，從此將所有相同職業的男士列入絕不考慮的黑名單，放棄了不少機會。另外不少女性有事業有學識，工作上要求男女平等，但另一方面又希望她的男人有經濟能力、能照顧自己兼擔起頭家，心態相當矛盾。要靚仔，又要有情趣，又要事業有成，樣樣都想要，是香港女士常見的通病。

Q：那麼香港的男士們又有甚麼擇偶條件？

A：條件當然因人而異，但通常香港男士喜歡不太叻也不太差的女生、內地男士愛白手興家的女強人、西洋男士偏好受良好教育、懂國語、好動的女生，而東南亞男士則喜歡性格開朗、愛笑的女士。普遍而言，男士都愛懂打扮、溫柔、有事業、經濟獨立的女生。

Q：不想當剩女，女士們該怎麼辦？

A：現今社會女多男少，阿媽年代那套傳統男女觀已經不適用。想嫁個有錢人做少奶奶？越發夢越難找到好老公。現代女性要調節自己的心態，應該實際一點，不宜要求過高跟現實社會脫節。亦切忌自我中心、不懂得顧及男士感受、凡事只顧自己、不願蝕底犧牲。

Q：女士有甚麼約會必勝貼士？

A：不妨認真打扮，但不宜濃妝艷抹，像見工般就最理想。第一個印象很重要，因為許多男士表示只觀察三分鐘便知「得唔得」。女士記住多點笑容、說話溫柔、絕不要問男方賺多少錢，也別奉旨要男士埋單找數。初次約會，男士多看合不合眼緣；再約會的話，便會看對方性格是否易相處及對金錢的看法。男士喜歡坦誠地表現真我的女生，所以女士們不要只顧套對方的料而吝嗇談自己，這樣不但欠缺交流，亦惹人反感。■

成功備忘：

X不修篇幅，不打扮

X生活枯燥，言語乏味

X性格太強勢，

說話硬，欠溫柔

X要求太高，跟現今社會脫節

X為自己設下許多界線

X碟之過急，約會一、兩次

便講結婚

✓盡早開始尋另一半

或尋找專業協助

梁陳秀琼

擁有澳洲Monash University商業學士學位及美國Henry Tippie College of Business、The University of Iowa工商管理學碩士學位，另外亦獲得國家婚戀顧問師資格。曾任職多間國際公司，於2010年創立So Klose「緣來這麼近」，專為行政人員提供婚戀約會介紹服務，希望為行政人員解決工作繁忙無暇認識另一半的困擾。So Klose成立兩年多，不但促成了不少姻緣，也屢獲殊榮，如ISO9001 2008質量管理體系認證、2011年香港新星服務品牌等。

