

乐活

Lifestyle of Health
and Sustainability

OHAS

健康时尚

3

March 2015
RMB 18
(总第 86 期)

每月专辑

12

位小而美创业者的心声

小创业

5类延展兴趣阅读

兴趣·热爱·坚持·伙伴

你有创业原生动力？



乐活明星
蔡卓妍
不完美，最美

乐活线报
程璧，绿窗人似花
无限接近乡野的生活
美丽的私日记

自然生活
巴黎菜市

◇ 乌尔克河畔的有机 ◇

国内统一刊号 CN44-1567/R
国际标准刊号 ISSN1672-254X
全国邮发代号 46-375

ISSN 1672-254X



9 771672 254039



乐活 LHAS 健康时尚

Contents March 2015

3



乐活明星 Cover Star

020 蔡卓妍

不完美，最美

每月专辑 Monthly Special

028 小创业

小创业，其「小」在于始发初心愿的小，在于施行其法之规模的小。小创业者，以简单而纯粹的心，投身于理想的创业人生中，于常规生活模式之外，找到一条各得其所的道路。



乐活珠宝 Fashion Jewelry

058 如许春色

手作生活 DIY

064 繁花似锦



乐活人物 LOHAS People

066 绿窗人似花

旅途 Travel

072 慢自旅行志

自然生活 Natural Life

078 巴黎运河上的菜市





096

乐活 LOHAS

Contents March 2015

3



美

084 美丽宝典 Must Read

092 美丽主张 Beauty Opinions
拯救敏感肌

094 达人堂 Pro's View
亮颜修护



住

096 乐活居所 Be Our Guest
无限接近乡野的生活

101 二十四节气 Seasonal Therapy
春の觉醒



食

112 当季食物 Seasonal Food
春笋有约

120 乐活厨房 LOHAS Kitchen
手作甜蜜

123 乐活私房菜 Cooking Card
3月 山家春供菜单



养

128 健康话题 Health Topic
好睡养脊柱

132 汉方TCM
养血调经四物汤





随刊附赠
精致「月历海报」



155 活动资讯
木桐堡，一如既往

153 塔罗占卜
契合心灵的无用美

152 风水开运宝石开运

150 3月星座运程

146 高威城等
专栏 Column

144 脚本
「古早生活提案」
蔬菜的格子间

142 博客

140 阅读

139 APP应用

138 演出

137 院线

136 音乐

135 展览

◎ 自休自足

016 Harbor House 怀抱春夏明媚

014 Hada Labo 润白「牛奶肌」

011 送他的「白色情人节」惊喜

◎ 新事





曼秀雷敦

肌研

Hada Labo

水润肌肤的秘密
肌研水!

全新肌研极润保湿系列

4种大小不同的透明质酸分子，层层补水、锁水、储水，配合全新高机能导入保湿科技，一滴，锁住一个海洋，水润、细致、饱满、弹滑，肌肤从此不再一样！配合极润保湿面霜，肌肤更滋润、柔滑。

4种

透明质酸分子
全新高机能
导入保湿科技

保湿化妆水



保湿面霜