

# 体验“变形金刚”，感觉确实不一样

“纽崔莱动力新干线”来威送健康，活动将持续至27日



活动时间：2012年6月22日-6月27日 地址：国际会议展览中心广场



市民在国民测试区做健康运动测试项目。 本报记者 王震 摄

本报威海6月24日讯(记者 王帅) 22日,在国际展览中心广场,“安利纽崔莱动力新干线”健康快车吸引了大批市民驻足参与。当日,健康快车现场为持有“纽崔莱动力新干线”健康测试票的市民提供健康测试和专业营养咨询。这一项目首次在威海举办,活动将持续至27日。

“纽崔莱动力新干线”健康快车由一辆大型卡车改装而成,展开后是一座长达12米的健康体验中心,因能在8分钟内快速变身,被称为“变形金刚”。该车配备了3款总价值180万元的先进健康测试仪器,可以提供精确的骨密度测试、人体成分测试、动脉健康状况测试等检测服务。

当日的体验现场分为健

康咨询区、国民测试区。健康咨询区由纽崔莱健康专家根据测试报告为体验者进行详尽的分析解说及专业建议。国民体质测试区域则免费开放仪器为到场市民检测身体,包含血压测试、握力测试、耐力测试、背力测试、反应速度测试、柔韧性测试等项目。

安利大中华区市场副总裁方小燕女士介绍,“纽崔莱动力新干线”创立于2009年,为迎纽崔莱品牌创立75周年,它成为纽崔莱回馈消费者、提升公众营养健康意识的重要举措。三年来,健康快车跨越大江南北,为35个城市的数十万人带来专业愉悦的营养健康体验。2012年,纽崔莱动力新干线还计划到

全国49个城市,服务上百万消费者。

纽崔莱作为安利公司旗下的主要品牌,已连续多年雄踞世界膳食补充剂及中国保健食品行业第一品牌宝座,以蛋白质粉、倍立健的纽崔莱产品,成为中国消费者心目中食品安全及卓越品质的象征。

在不断延续商业传奇的同时,纽崔莱更积极面向大众营养健康观念普及和知识传播,纽崔莱健康时刻、纽崔莱健康跑、纽崔莱少年NBA,以及此次来威的纽崔莱动力新干线项目,也是在提升市民营养健康意识的同时,将纽崔莱“有健康才有未来”的品牌主张带进千家万户。

## 相关链接

### 世界卫生组织十条健康标准

- 1.精力充沛,能从容不迫地应付日常生活和工作压力(压力食品)而不感到过分紧张。
- 2.处事乐观,态度积极,乐于承担责任,事无巨细不挑剔。
- 3.关于休息,睡眠(睡眠食品)良好。
- 4.应变能力,能适应环境的各种环境变化。
- 5.能够抵抗一般性感冒和传染病。
- 6.体重得当,身体匀称,站立时头、肩、臂位置协调。
- 7.眼睛(眼睛食品)明亮,反应敏锐,眼睑不发炎。
- 8.牙齿清洁,无空洞,无痛感;牙龈颜色正常,不出血。
- 9.头发有光泽,无头屑。
- 10.肌肉,皮肤富有弹性,走路轻松有力。

### 健康身体需四点,你都做到了么?

#### 第一基石:合理膳食

合理膳食十个字:一、二、三、四、五、红、黄、绿、白、黑。

- “一”:每天睡前喝一袋牛奶
- “二”:二百五十克至三百五十克碳水化合物,相当于六两至八两主食。
- “三”:三份高蛋白。一份就是一两瘦肉或者一个大鸡蛋,或者二两豆腐,或者二两鱼虾,或者三两鸡和鸭,或者半两黄豆。
- “四”:一个礼拜吃四次粗粮。
- “五”:一天500克蔬菜和水果。
- “红”:一天一个西红柿,喝少量的红葡萄酒,吃点红辣椒改善情绪,少焦虑。
- “黄”:胡萝卜、西瓜、红薯、老玉米、南瓜、红辣椒,即红黄色的蔬菜,红黄色的蔬菜维生素A多。
- “绿”:饮料数茶最好,茶叶绿茶最好。
- “白”:燕麦粉、燕麦片。
- “黑”:黑木耳

#### 第二大基石:适量运动

走路是最好的运动,提倡打太极拳。运动做到三个字:三、五、七。

“三”:一次三公里三十分钟以上;

“五”:每星期最少运动五次;

“七”:适量运动。

#### 第三大基石:戒烟限酒

吸烟不仅使人成瘾,还会促发高血压、冠心病,引起肺癌等多种癌症和气管炎、肺气肿等,因此,吸烟是健康的大敌。任何年龄的戒烟都可获得健康上的真正收益。如戒烟一时有困难,每天吸烟应限制在5支以内,逐步减少吸烟量直至彻底戒烟。酒可少饮,经常或过量饮酒则伤肝,容易引起肝硬化,甚至肝癌。注意做到不要喝高度烈性酒,低度白酒也不可常喝,黄酒、葡萄酒也要有节制。一日饮酒量不宜超过15克酒精,相当于葡萄酒60—100毫升,白酒25—30毫升,啤酒0.5—1瓶。

#### 第四大基石:心理平衡

只要注意心理平衡,就掌握了健康的主钥匙。做到“三个快乐”:第一助人为乐;第二知足常乐;第三自得其乐。常年坚持十二个字,能使高血压减少53%,脑梗中、冠心病减少75%,糖尿病减少50%,肿瘤减少1/3,平均寿命延长10年以上。最好的医生是自己,最好的心情是宁静,最好的药物是时间,最好的运动是步行。 本报记者 王帅 整理



我和爷爷来体检。 本报记者 王震 摄

### “变形金刚”特给力!

“纽崔莱动力新干线”健康快车被称为“变形金刚”,车子配备了3款总价值180万元的先进健康测试仪器,可以提供精确的骨密度测试、人体成分测试、动脉健康状况测试等检测服务。22日到24日之间,1200余持健康测试票的市民接受了健康测试和专业的营养咨询。

经过营养健康走廊,郭先生是22日首批走进“变形金刚”的测试者,换上一次性拖鞋的他,先进行了答题环节。“是否一餐不少于三餐?”等十余个问题结束后,他的营养状况测试结果显示,他轻度缺乏维生素C、D等。走进车内,丝毫感受不到车外的炎热天气,非常舒适。

在进行人体成分测试时,郭先生将手放在一个按钮上,接着,仪器上显示身体成分、肌肉脂肪、肥胖、肌肉均衡等分析数据。约两分钟,

他被告知“可以了”,“好快啊!”看到了打印出来的详细表格,郭先生惊讶机器的效率。

动脉健康状况测试区,记者看到服务人员提醒郭先生脱掉鞋子,测试时不要交谈。经过五分钟的两次测试,血管硬度、血管是否堵塞,硬度变化和日标值、近10年发生心脑血管疾病数值等全部呈现出来。经过骨密度测试,可得知骨密度测试值、骨折风险等数据。

约十分钟,郭先生结束了全部测试,工作人员引导他来到专业健康专家区,由专家根据测试报告为体验者进行详尽的分析解说。健康专家闫老师建议郭先生,多吃蔬菜水果,多运动,并要适度减肥。听了专业指导,享受“一条龙”服务



检测很快就能出结果。 本报记者 王震 摄

的郭先生不住称赞“‘变形金刚’很给力、很强大”。他也打算根据测试结果,好好规划食谱和运动时间。

### 小细节营造大品牌

自22日开始的的健康测试活动以来,无论是热情的工作人员,完善的服务设施、合理的安排,还是现场的小细节,都显露出一个大品牌公司的精细之处。

活动现场除了有“变形金刚”体检车外,还有健康咨询区、过敏测试区、讲座区等,每个区都安排多名工作人员和志愿者,并摆放凳子、电视机、水、蛋白质饮品等,等待测试

的市民决不会感觉枯燥无聊。市民参与前,安利公司工作人员已搭建好所有的区域防晒装置,并贴心地安装了多台电风扇。

22日8时许,忙碌的工作人员跑前跑后,检查每一处小细节。8时25分,启动仪式即将开始,工作人员仔细检查每个角落,一段放在地面的电线,工作人员会马上用透明胶带将其固定好,并去

检查是否有不周到的地方。在展品陈列区,你会看到这样的场景,志愿者们一遍又一遍地擦拭展柜,任何细节都不会被忽视。

安利工作人员王震介绍,为了此次活动,每个人都在忙碌,提前布置会场、招募志愿者等,现场分为多个小组,负责每个区域的正常运行,“希望每次活动都是完美的。” 本报记者 王帅

### 祥府家酒,好喝不上头

白酒作为中国古老历史的传承,代表了中国的酒文化的传统与经典,吉斯集团利用享誉中外的烟台地产水果资源,在发扬中国传统酿酒技艺基础上,研制出具有专利技术的水果白酒酿造工艺,首开水果发酵蒸馏白酒之先河,诠释了中国特色白酒的新时尚。既有独特浓郁的果香,又有传统白酒的醇厚与舒爽,回味悠长,且不含甲醇和甲醛等有害成分,具有“好喝不上头”的特点,实为倡导健康、引领时尚、激发活力的新一代白酒的上乘之作。

吉斯集团  
烟台吉斯波尔葡萄酒有限公司出品  
服务热线:400-658-2211  
http://www.gisbelle.com

