

【 想上天堂還是狂踩雷？聖誕節交換禮物如何挑選，網紅花花告訴妳~ 】



最受大家期待一年一度的聖誕節就快到啦！說到聖誕節，重頭戲當然是交換禮物囉~看似歡樂的交換禮物派對，其實可是存在著天堂跟地獄的差別啊！只要抽到超雷的禮物，歡樂氣氛可是會瞬間 down 到最谷底，到底要送什麼才不會讓人踩雷呢？人氣網紅花花 & 營養師閨密來幫大家分析，先來看看網友票選的天堂禮物吧！

〔【花花 x 婕斯】聖誕節交換禮物特輯〕

天堂禮物排行榜

No.3 模型玩具

模型玩具乍看之下跟公仔好像差不多，但公仔通常已經組裝好，模型玩具的難度有複雜也有比較簡單的，組裝完成後可以得到不小的成就感，甚至聚會當下就能一起玩。即使拿到禮物的是女生，也能體會 DIY 的樂趣！

No.2 保溫瓶

環保意識抬頭，現在許多人已經有隨身攜帶保溫瓶的習慣了，送一個有質感的保溫瓶，絕對顯得送禮人品味人格都高尚。而且許多漂亮又特別的保溫瓶，喝水時也變成展現個人特色的時刻，就算只是放在桌上，也是美麗的擺飾。

No.1 面膜

可能大家第一眼看到面膜會覺得女生才用的產品，但近年男生們也懂得保養越來越重視「面子」問題，況且粉塵、空汙以及歲月流逝才不會管你是男是女，加上面膜使用起來方便，讓這項禮物相當受到青睞。



送禮 & 自用的絕佳禮物

參加各式聖誕趴除了比禮物的內容，最重要的當然是氣色囉~一定要隨時保持最佳狀態，千萬不能被比下去啊！擁有好的狀態靠的再近都不怕，搞不好還能來一場讓人小鹿亂撞的豔遇，能不能脫單就看今年了(握拳..)！！而且氣色一差就要靠厚重的妝容去遮蓋，會給人一種皮膚差又濃妝豔抹的感覺，因此花花推薦一款不需考慮到膚質或性別，而且還能讓人由內到外散發好氣色的絕佳好禮，那就是「naära™膠原蛋白飲」。



營養師特別提到:其實膠原蛋白含量不是越多就愈好，市售許多膠原蛋白產品號稱含有上萬毫克，但若無法吸收再多也是枉然。建議女生一天補充 5,000 毫克即可，而挑選膠原蛋白最重要的是選擇魚類、小分子膠原蛋白較好吸收，若含有機能胜肽的產品更是大大加分，它的作用其實是在刺激纖維母細胞產生膠原蛋白。而花花也提到適口性很重要，像她不敢喝牛奶，市售的膠原蛋白常見有腥味或奶粉味，讓她敬謝不敏，因此 相當推薦「naära™膠原蛋白飲」！它含 5,000 毫克的 TruMarine™ 膠原蛋白及紅石榴、葡萄籽、巴西莓、櫻桃、柑橘、西印度櫻桃、覆盆子、藍莓等具抗氧化成分的水果，以及七種維生素、胺基酸及礦物質，本身就已經是清爽的水果風味，因此不需再加進飲料裡，不但清爽、低熱量，還能順便補充水果精華，真的是送禮、自用都超適合的完美禮物。



營養師現場也推薦一項天堂禮物「AM 早間活力沖飲 + PM 夜安優眠沖飲」

睡好覺真的非常重要，充足的睡眠是有擁有好膚質及健康身體的基礎，這款由全球知名抗老專家文森.賈恩博 Dr. Vincent Giampapa 博士擔任顧問，經多年臨床實驗研發。早間活力沖飲可幫助提振精神，提供人們一天充沛的活力，也較不容易累，而夜安優眠沖飲能幫助放鬆，優化睡眠品質，如果跟花花一樣屬於多夢體質的人，推薦您一定要試試。

當然到了我們的重頭戲，抽到可能會絕交的地獄禮物呀！！

地獄禮物排行榜

No3. 沐浴組

No2. 香水

香水及沐浴用品，則必須考量每個人喜好品味，若所送的香味及品牌剛好是對方不喜歡的，反而會弄巧成拙。

No1. 絨毛玩具

絨毛玩偶有療癒功能，雖然可愛但不好存放，但若常常收到，還真的讓人受不了。

大家交換禮物都想好要送什麼了嗎？把握上述幾項產品，不但讓你擺脫大雷包的綽號，還能夠

讓你在派對上艷冠四方，成為聖誕節最閃耀的一顆星。

REDEFINING YOUTH

重新定義年輕

www.jeunesseglobal.com

www.facebook.com/taiwanjeunesse