



綠加利全面升級「**制度、獎金**」策略  
引爆倍增收入成長力道

連續**8**年活美水素水獲得  
「銷售業績**NO.1**」

綠加利**高雄**分公司**12**年週年慶  
打造健康城市、財富殿堂、幸福港都 綻放榮耀光環





# 綠加利幸福守門員

來自松延總經理的期許

董事兼總經理

松延光泰

## 活美水素水連續8年獲得「銷售業績NO.1」殊榮

深受大家喜愛的活美水素水再傳捷報！IPSOS公司以各種公開情報及主要對象企業所做的調查為評估基礎，在2018年8月發表一份『2010-2017年日本國內含氫水市場中品牌別「銷售業績NO.1」』調查報告，結果顯示「活美水素水」連續第8年在日本奪下「銷售業績NO.1」的殊榮，意謂愈來愈多人重視及落實預防醫學概念，懂得透過活美水素水來呵護健康，為每天的健康供給最「氫」新的活力。

## 「APP、制度、獎金」全面升級策略引爆成功力道

延續8月的好成績，綠加利計劃從9月起再創一波業績新高點，為2018年繳出一張亮麗成績單，寫下16期營收正成長的不敗紀錄。綠加利創新推出「APP、制度、獎金」全面升級策略，將加速引爆伙伴成功的力道！

## APP機制升級讓人更簡單、更輕鬆運作事業

推出至今備受好評的APP，已成為伙伴在事業運作上的得力助手。APP主打更簡單、更輕鬆的功能機制訴求，以「輕易上手」的操作概念進行升級，讓各年齡及背景的伙伴不論何時、何地只要手機滑一滑，都可經由APP登錄成為會員、購買商品，以及進行成就查詢、檢視完成各項目標所應達成的相關條件的進度狀況，讓事業運作更簡

單，同時，透過資訊、折價券、預設推播的提醒機制，隨時掌握經營情報，讓事業運作更輕鬆！

## 制度、獎金升級 提升全球分紅、發放折價券讓財富躍進

在制度、獎金方面也針對推薦獎金、權利獎金、年終分紅等內容進行修訂及調整，以打造更適合伙伴經營事業的模式，不單能簡單運作，還能加速財富快速升級，像是把原先的成就獎金、進階成就獎金、終身成就獎金合併到成就獎金，其可享的全球分紅也由1%大大調整為3%，此外，推薦獎金在進行調整後也新增登錄者可獲得折價券的優惠，為伙伴帶來許多財富的小確幸。

## 成就優先(Spirit First) 讓倍增收入成長加速

一直以來，達成成就為經營綠加利事業的開始及基礎，綠加利也在本次升級策略中提出「成就優先(Spirit First)」主張，希望每位伙伴都能以達成成就為最初目標，為了讓成就達成者都能享有財富豐碩的成就，綠加利也提出具體作法，就是藉由黃金三角的經營模式來發揮99%的組織架構能力，只要在兩個月讓經營位置的左右線新增總累計有效點數各達成200萬點，就能達成成就目標，並讓倍增收入成長加速。

相信經由「APP、制度、獎金」全面升級策略，您的健康、財富、幸福也將全面升級，閃耀著燦爛的PRIDE，邁向更好的人生。

## 最新焦點 Focus

- 03 綠加利全面升級「制度、獎金」策略  
引爆倍增收入成長力道
- 05 連續8年 活美水素水獲得「銷售業績NO.1」
- 06 綠加利高雄分公司12年週年慶  
打造健康城市、財富殿堂、幸福港都  
綻放榮耀光環
- 07 秘蘿素®開啟新「視」界  
與葉黃素發揮加乘抗氧化作用
- 09 啟動台中人的PRIDE泉源  
擁有寬廣的人生
- 11 抓住健康產業的黃金機遇  
啟動宜蘭的PRIDE
- 13 掌握自己的命運  
共築高雄PRIDE

## 成功關鍵 Success Story

- 15 電商平台小編李思佳  
發現財富新亮點  
透過綠加利實現自己想要過的生活
- 16 手機配件老闆鄭之豪  
找到致富途徑  
透過綠加利掌握出頭天的關鍵

- 17 社區保全黃俊清  
預約幸福的老後生活  
透過綠加利厚實退休本錢

## 健康補給站 Health Tips

- 18 中秋賞月健康吃  
「普力活BB火龍果冰皮月餅」美味又養生
- 19 打敗減重停滯期  
維持窈窕不復胖
- 21 不受加齡臭困擾  
2方法幫你解套
- 22 10個上班族中9個有排便困擾  
補充膳食纖維、益生菌減輕腸胃負擔
- 23 4好水  
喝出「水水」健康

## 邁向成功之路 Access to Success

- 25 說好故事，做好事業

## 綠加利網絡 Network

- 27 寰宇報導 世界連線

## 綠加利快訊 Information

- 28 提供會員每月最新消息、重要須知及注意事項，請您參閱。

發行人/名越隆昭

發行地址/綠加利股份有限公司

40360台中市西區英才路530號21樓

服務電話：0809-061-000

編輯群/綠加利股份有限公司企劃課

http://www.naturally-plus.com

台灣郵政台北誌字第670號執照登記為雜誌交寄

中華民國97年9月創刊 版權所有 翻印必究





# 綠加利全面升級

## 制度、獎金策略

### 引爆倍增收入成長力道



行政院長賴清德說：「台灣勞工平均薪資是4萬8千元，薪資如果低於這個標準，員工可以向老闆要求。」這番話引發熱烈討論。其實，想要擁有高收入只要向自己要求！綠加利從9月起全面升級「制度、獎金」策略，讓人在2個月就能隨意無限翻轉4萬8千元薪資結構，推進部代理經理蔡碧蓮(viki)指出，只要掌握「成就優先(Spirit First)」的關鍵要訣，牢記6大心法，落實4大攻略、活用3大秘技，就能實現財富夢想！

一直以來，達成成就為經營綠加利事業的開始及基礎，為了讓成就達成者能享有財富豐碩的成就，綠加利經由推薦獎金、權利獎金、年終分紅的調整為成就達成者開闢財源。

#### 推薦獎金調整 增添登錄者的財富確幸

在推薦獎金調整方面，新增登錄者本人可獲得折價券的優惠，如下：

| 登錄方案     | 介紹人可獲得推薦獎金                   | 登錄者可獲得折價券面額 |
|----------|------------------------------|-------------|
| 1+5預購方案  | NT\$900                      | NT\$600     |
| 1+5B預購方案 | NT\$900                      | NT\$600     |
| 1+11預購方案 | NT\$1,800                    | NT\$1,200   |
| 新12M合約方案 | 在12個月的合約期間，每月NT\$150，按月產生獎金。 | NT\$600     |

PS：1. 紅色為新增內容。  
2. 折價券限登錄者本人使用，限追加商品(商品可自由選擇)，使用期限為3個月內，而使用上述折價券面額的金額部分則不扣除點數，給予「消費折抵省荷包、點數累積賺獎金」的購物雙贏好康。折價券可透過NDS及APP系統呈現。

#### 成就獎金調整為3%的全球分紅

在權利獎金調整方面，原有的成就獎金、進階成就獎金、終身成就獎金合併到成就獎金，其可享的全球分紅也由1%大大調整為3%，相關達成條件如下：

- 條件 1** 擁有基數月月初至偶數月月底完整2個月的有效期間(只要中斷一天即無法符合領取資格)。
- 條件 2** 於計算對象期間內，每一天皆需保持有2人以上的介紹實績。
- 條件 3** 達成獨立循環的位置，有一個以上為您直接介紹。
- 條件 4** 以下擇一達成
  - 在您的組織中，於計算對象期間(奇數月起之連續二個月，如1-2月或3-4月)，左線及右線達到獨立循環的位置各有5個(含BC)以上。
  - 於計算期間內，左右線的總累計點數各新達成200萬點。

獎金計算對象期間內之商品總銷售點數×3%  
取得獎金領取權利之人數

★1點=NT\$0.3

#### 年終分紅調整 放寬星鑽分紅領取條件

在年終分紅調整方面，放寬星鑽分紅的領取條件，如下：

- 條件 1** 達成成就資格。
- 條件 2** 左右線各直推1位獨立循環，或是任一線有直推3位達成獨立循環。

#### 成就優先(Spirit First) 643黃金法則助達陣

蔡碧蓮(viki)指出，在本次升級策略中，綠加利也提出「成就優先(Spirit First)」主張，希望每位伙伴都能以達成成就為最初目標，為了讓成就達成者都能享有財富豐碩的成就，綠加利也提出具體作法，就是藉由黃金三角的經營模式讓1%的直銷能力藉由團隊來發揮99%的組織架構能力，讓伙伴在兩個月的時間，經由團隊的力量讓經營位置的左右線的總累計有效點數各新增200萬點，100%成功達成成就目標，為自己創造10萬元以上的月收入，對此，綠加利提出6大心法、4大攻略、3大秘技的黃金法則，讓自己及伙伴都能輕鬆達陣。

## 六大心法

協助伙伴順利達陣成就，如下：

- ①每人確實介紹2人。
- ②介紹人需直接跟進。
- ③不侷限愛用者或經營者。
- ④有效檢討並解決問題。
- ⑤堅持永不放棄的信念。
- ⑥發揮利己利人的精神。

## 四大攻略

完美布局、直達成功，如下：

1. **黃金三角**：開三顆球也就是以黃金三角的方式經營綠加利。
2. **4大天王**：找到4個人和自己一起啟動綠加利事業。
3. **左右各新增200萬點**：在2個月內讓這4個人的左右位置各新增50萬點。
4. **4必達成**：每日必做「列名單、邀約、跟進、檢討」4件事。
  - A. 列名單：至少要108個名單。
  - B. 邀約：至少36次。
  - C. 跟進：落實列名單及進行12次的ABC法則、跟進獨立循環的伙伴、開發獨立循環直推數。
  - D. 檢討：確認問題、跟進解決、有效協助。

## 三大秘技

育成、集客、運營強化組織運營力，以達到平行雙軌的最佳狀態，讓黃金三角的經營模式達到最佳狀態，如下：

**育成**：為專業知識的學習，可經由星戰略、星產品啟動、健康講座、健康大使、一日訓練來進行產品專業學習，可將此學習的養分轉化為事業運作的行動力，進行溝通分享學習、小組會議定聚、事業機會分享、業務技巧培訓、B角色培訓等個人及組織成長的動力。

**集客**：為運作環境的建立，可透過OPP、咖啡講座、表揚大會、外地說明會、PRIDE、HOME PARTY來進行邀約、定聚、建立關係、T-up、ABC。

**運營**：為組織架構的建立，可藉由DASH、黃金三角獎勵、節慶活動、GO GO JAPAN獎勵旅遊活動、TLI獎勵旅遊活動來達成組織成長，其中，台灣的DASH年會格外重要，可了解綠加利在全球及台灣最新的發展及運營戰略，是強化組織架構的建立及茁壯的關鍵核心。

★相關制度、獎金細節請參閱2018/09/01版會員標準手冊，或是洽詢各地講師、分公司，欲進一步了解相關制度、獎金詳情，可參與各分公司所開設課程。



# 連續8年 活美水素水 獲得 『銷售業績NO.1』



以各種公開情報及主要對象企業所做的調查為評估基礎，IPSOS公司在2018年8月發表一份『2010-2017年日本國內含氫水市場中品牌別「銷售業績NO.1」』調查報告，結果顯示「活美水素水」連續第8年在日本奪下「銷售業績NO.1」的殊榮，意謂愈來愈多人重視及落實預防醫學概念，懂得透過活美水素水來呵護健康，為每天的健康供給最「氫」新的活力。

憑藉先進技術、完美製程、超高氫溶存率、延長氫的高溶存時間等4大亮點，活美水素水風靡海內外十餘年，成為愛美人士的美容聖品、運動員的活力補給、上市企業董座的養生法寶，更是有全球銷售2億多包的愛用口碑見證，讓活美水素水以好水代名詞之姿躍升為領導品牌，成為全球人飲用好水的最佳選擇。

## 採用最先進的「膜溶解法」技術來製作

2008年採用最先進的技術「膜溶解法」來製作，而這項專利製法是適用於人工肺等最先進的醫療技術，被運用在製作飲料水乃世界首例，主要是利用氣體能通過但液體不能通過的一層薄膜讓氫溶入其中，在當時及現在都是一項高科技技術。

## 運用脫氣法保留水中的礦物質

運用脫氣法成功去除水中雜質，同時保留水中的礦物質，讓活美水素水成為好喝又營養的活力好水。

## 超高氫溶存率達2.6ppm

採用新的填充方式，以不經過填充水槽，在高壓狀態下的方式直接填充至鋁箔包，藉由這種方法，更能避免過程中的微量氣化，完成填充鋁箔包，成功讓活美水素水的氫溶存率從原來的2.0ppm提升到2.6ppm。

## 改變摺包方式延長氫的高溶存時間

為維持活美水素水的氫溶存率品質，特將原有的瓶口橫置改變為瓶口朝下的包裝方式，藉此延長氫的高溶存率維持時間，對此，日本工廠也經由海運活美水素水的方式進行測試及證實。活美水素水的製造方式及其製造裝置也分別在2016、2017年於日本及台灣取得獨家製程專利，因此，才能製作無法被取代的活美水素水，同時，不斷精進產品，才能讓活美水素水發揮更高的健康價值，年年獲得「銷售業績NO.1」的肯定。

# 綠加利高雄分公司 12年週年慶



## 打造健康城市、財富殿堂、幸福港都 綻放榮耀光環

綠加利深耕高雄，轉眼已邁入第12年，成功培育出無數的領袖，讓大家的健康、財富、幸福不斷地向上提升，同時，更懂得突破生命框架成為一個明天比今天更好的自己，為人生綻放榮耀的光環。迎接璀璨的第13年，綠加利將引領高雄的伙伴再創佳績，讓高雄成為健康城市、財富殿堂、幸福港都的代名詞！

綠加利高雄分公司於8月18日舉行12週年慶活動，董事葉淙麟代表公司感謝這12年來，CFC世界大使及各領袖一路走來的相挺及無私地付出，讓綠加利在高雄成為健康、財富、幸福的象徵，更成為改造自己、創造榮耀的殿堂！看好高雄的發展潛力，他期許眾人能為自己、伙伴、公司再次寫下榮耀的歷史，引領更多人創造更好的未來。

## 眾人祝賀高雄分公司12歲生日快樂

CFC世界大使蕭好安、李朝良、侯閔議、萬采榮、許政霖、顏妘臻也特別出席高雄分公司12年週年慶活動，除了獻上深深的祝福，也藉由自己的故事帶給大家一個希望的未來，讓眾人勇於逐夢、築夢。在主持人的引導下，董事葉淙麟、營業部經理黃心傑(Jack)，以及CFC世界大使們上台切蛋糕，祝賀高雄分公司12歲生日快樂。

## 嗜美食、凝聚向心力、學習成功心法

歡慶高雄分公司12年週年慶，綠加利也精心規劃「薪火相傳」、「夢想飛越」、「我愛綠加利」等Team Building活動，藉此考驗團隊默契及凝聚眾人向心力，對於表現優異的團隊，公司分別給予前三名獎勵：活美水素水一箱(48包)、普力活BB一盒(30包)、活美水素水5包。除了有趣的Team Building活動，高雄分公司也準備各種美味的普力活料理，讓大家飽嗜美食少負擔，同時，還有PRIDE RALLY，讓大家藉由學習來成功複製以迎向更好的未來。







# 秘蘿素® 開啟新「視」界與 葉黃素發揮加乘抗氧化作用

世界衛生組織在2010年發表指出，全球有2億8千位視覺障礙者。近年來，媒體報導也指出，全球失明患者從1990到2015年增加17.6%，而隨著現代人的飲食及生活習慣的改變，推測至2050年患有中度、重度視覺障礙者將增加至5.88億人，幾乎所有人都可能成為其中一員。

其實，視力問題是可以預防及降低。致力於引導全球邁向健康的綠加利，長期關心及投入預防醫學的工作，透過健康促進之相關產品讓全球人都可獲得身心健康，並擁有經濟健康，進而促使社會健康。綠加利特於8月3至5日，分別在高雄、台中、台北公司舉辦「秘蘿素®」特別講座，由董事葉淙麟、井山智幸擔任主講人，以深入淺出的方式分享最新的視力保健概念，而活動中也特別邀請長期投入「秘蘿素®」研究、擁有美國自然醫學醫師執照、現任賀發研究機構亞太地區學術總監的傑夫博士(Jeffry Michael Strong)蒞臨分享，從最新的醫學研究及臨床實驗讓人們透過對健康有益的营养素即時補充視力所需的養分，進而達到全方位的健康運作。

「秘蘿素®」=「碧容健®」+「山桑子萃取物」

葉淙麟開宗明義指出，「秘蘿素®」是由「碧容健®」及「山桑子萃取物」2大國際專利成分所組成，該項獨家配方已在21個國家取得國際專利，並在全球80多個國家有銷售實績。而這兩項成分從1970年代開始，被作為醫療用藥來使用，至今約50年，從醫學研究及臨床實驗來看，各自在有效性、安全性方面有很好的效用，像是碧容健®，有超過1萬2千人的病患研究資料，以及140次的臨床試驗可佐證對健康有一定程度的幫助，現也被廣泛運用在健康食品。



## 碧容健®擁有40種類黃酮成分

碧容健®是松樹皮萃取物。然而，廣泛分佈於北半球的松樹，約有80-100種，是種常見的植物，究竟碧容健®有何神奇之處？葉淙麟指出，其選自生長於法國沿海海岸一帶樹齡30-50年的松樹樹皮萃取，因其生長環境天然無污染，再加上地處沿海、面臨強風、四季變化顯著，以及日夜溫差大、飽受紫外線強烈照射等嚴苛環境考驗，孕育出獨特的渾厚樹皮、內含強大的植物力量。葉淙麟進一步指出，經研究發現內含有40種類黃酮，包括：花青素、兒茶素、黃杉素，以及有機酸和其他有生物活性的成分。

碧容健®擁有維持生命所需的元素，對健康有許多好處，然而從1000kg的松樹樹皮中只能萃取出1kg的「碧容健®」原料成分，由此，可知其稀有及珍貴之處。

## 山桑子萃取物從150多種藍莓品種中挑選而出

屬野生藍莓一種的山桑子，又稱歐洲越橘，含有豐富的花青素，有益健康。而「秘蘿素®」所選用的「山桑子萃取物」是由超過150多種的藍莓品種中精心挑選而出，特挑選自然生長於中歐及北歐險峻荒野與灌木叢中的山桑子，因其冬天被雪覆蓋，而夏天因日照時間長，所以對於紫外線有著極大的耐性，而孕育出奇旺的生長力及堅強生命力。



井山智幸指出，山桑子萃取物在第二次世界大戰時被證實對視力有很大的幫助，因此，在二戰結束後，被運用在眼科方面問題的使用，據日本的一項實驗研究指出，連續一個月食用山桑子萃取物在眼睛疲勞、視線模糊、光視症等方面會產生正向的效果。

## 長時間使用3C產品造成藍光對視力的傷害

井山智幸表示，現今與失明相關的4大疾病包括：白內障、青光眼、AMD老年黃斑病變、糖尿病視網膜病變，在25歲之前遇到這些情形，身體的修護力較強可自我調整，但在25歲以後，身體的修護能力會慢慢下降，從40歲開始就很容易引爆出來，隨著現代人長時間使用手機、電腦等3C產品，造成藍光對視力的傷害，因此，人們罹患眼疾的問題更為明顯，如何保養雙眼、預防視力減退及老化，已成為現代人重要的課題。

## 葉黃素+秘蘿素®將抗氧化作用提昇1.6倍

傑夫明確指出，減輕眼睛的氧化壓力、保護眼睛的毛細血管、讓眼壓不要過高等方式可解決現代人視力問題，可透過飲食或生活習慣來改變，或是透過攝取保健食品來保養，像是葉黃素是具有很高濃厚的脂溶性抗氧化劑，和具有很強水溶性抗氧化劑的秘蘿素®結合，能將抗氧化作用提昇1.6倍，有助於減少自由基的產生，並促進血液循環讓視力所需的健康營養素直達眼部，當眼部的戰鬥力提升，自然視力變健康！此外，他進一步指出，透過將這兩者各別及結合所進行的臨床實驗也發現，對於尿白蛋白、脂質代謝、 $\gamma$ -GTP酵素、抗酸化能等都有正向的幫助，因為內在的良好循環運作，也讓外在散發亮麗的光采，讓健康更具競爭力。





# 啟動台中人的PRIDE泉源 擁有寬廣的人生

有人說，「不要僅僅滿足於自己伸手就可以拿到的東西，踮起腳尖，你會發現，自己的天空有多寬廣。」許多人渴望能擁有寬廣的天空，卻又懼怕未知的未來，而選擇窩在舒適圈中，但時間不等人，現在不勇於創造自己想要的生活，最終將過著自己不想要的生活！

綠加利於7月22日在台中分公司舉辦「PRIDE」RALLY，特邀請許詩涵、楊金龍擔任主講嘉賓，分享他們如何藉由經營綠加利，而擁有寬廣的人生，另外，謝明綾、楊淇恩、廖永鈞、陳彥伯、林傳軒、廖家威、鄭之豪、施映合、許瑋涵等領袖也到場見證經由綠加利讓他們走出舒適圈，開創幸福的價值。而壓軸則由CFC世界大使張定雄、王芸婕伉儷分享，他們如何經由綠加利來翻轉人生，啟動健康、財富、幸福的PRIDE泉源。

## 沒有人可以幫你生病 擁有健康很重要

關於健康，阿里巴巴集團董事局主席馬雲曾說過一句妙語，「有人可以幫你開車、幫你賺錢、替你花錢，但卻沒有人可以幫你生病。」曾任連鎖咖啡店經理的許詩涵表示，過往許多人很羨慕她在咖啡店工作，滿室飄香，又很文青，但長期接觸咖啡而造成「咖啡因中毒」，加上父親的健康出問題，讓她更加能體會到健康的重要，因為沒有人可以幫你生病，而一旦被病痛纏身，痛苦不只是自己，連家人都很辛苦。



## 癌症從稀有名詞變成常態

從知名的財經周刊報導指出，人們平日吃下許多致癌的食物而不自知，像是高脂肪、燒烤、油炸、霉變、食品添加劑等食物，加上不為人知的人為黑心食品，以及環境、生活作息、飲食習慣等因素，造就現在醫學及藥物日益進步，但罹患癌症的人數卻節節高升，過往癌症是一個稀有的名詞，現在卻成為一種常態，據醫學研究報告證實自由基是引發癌症的元凶，而造成人體生病90%是受到自由基的影響，許詩涵指出，自由基產生的因素包括：喝酒、電腦、印表機、食品添加劑、紫外線、化妝、生活壓力、作息不規律、自然老化、汽機車廢氣排放等因素。

## 主講嘉賓許詩涵透過營養補充品掌握健康泉源

抗氧化之父雷派克發現類胡蘿蔔素是人類對抗自由基最重要的利器，只要多吃蔬菜水果就能攝取！而與人體健康較相關的類胡蘿蔔素包括：葉黃素、茄紅素、玉米黃質、 $\alpha$ 胡蘿蔔素、 $\beta$ 胡蘿蔔素、黃梔配質等。許詩涵指出，雖然大家都知道多吃蔬菜水果有益健康，然而卻不容易攝取足夠每日健康所需的數量，因此需要藉由營養補充品來補給。

然而食用營養保健品到底有沒有用？據哈佛大學長達25年的研究結論得知，食用10年可減少25%的患病率，15年患病率降低75%，從中證明，食用營養補充品對健康有效，但需要一段時間！許詩涵分享經由類胡蘿蔔素、含氫水等營養補充品讓她掌握健康泉源，人生更有活力及光采。

## 主講嘉賓楊金龍經由權利收入啟動財富及幸福泉源

台大土木研究所畢業的楊金龍，曾在台北捷運擔任工程師，月薪最高達6萬，擁有令人稱羨的學歷及工作，但結婚生子對他而言仍是件不敢做的事，因為收入追趕不上飛奔的物價，遇見綠加利讓他啟動財富及幸福泉源，不但實現結婚生子的夢想，還勇於生產報國，現在是3個孩子的爸！同時，還帶著來自不同地區、學經歷、年齡層的伙伴一起勇敢逐夢、築夢，擁有寬廣的人生。



## 黃金比例配方經嚴謹製程製造

為何綠加利能協助眾人一起實現夢想？答案是健康。健康是所有人的夢想，加上人們愈來愈長壽，能健康老化已成為眾人共同的心聲，造就對健康產業的需求日益增加。而綠加利屬健康產業的一環，楊金龍指出，綠加利的產品嚴選對健康有益的各種營養素，採黃金比例的獨家配方，經嚴謹的製程製造而成，獲得國內外的認證肯定，銷售屢創佳績，多項產品獲得銷售NO.1的高度肯定，也因為好的產品值得向人分享，在自己、家人或親友獲得好的體感之後，紛紛加入經營。

## 成就跨國事業享有全球營業額分紅

楊金龍指出，綠加利在全世界12個國家擁有31個據點，產品銷售達108個國家或地區，並且不斷拓增中，藉此讓經營者都能成就跨國事業，並享有全球營業額分紅。而經營的方式為愛用及分享，經由雙軌制、不限代數的制度作法來串連全球的消費者，並將眾人共創的消費力量經由團購紅利回饋系統來創造獎金不歸零(持續消費)的財富。

楊金龍進一步指出，從綠加利的資料統計顯示，目前已誕生1位3千萬美金達成者、12位千萬美金領袖、300多位百萬美金領袖，連60歲以上的伙伴也有高達14萬人可以手心向下，創造財富的無限可能性，成功拿回人生的主導權，擁有寬廣的人生。







# 抓住健康產業的黃金機遇 啟動宜蘭的PRIDE

隨著全球高齡化時代來臨、亞健康人群日益擴大，不單健康促進、健康管理的議題深獲重視，也讓健康產業創造廣闊發展空間，據相關產業研究報告指出，從全球來看，健康年支出總額占世界國內生產總值（GWP）總額的十分之一左右，是全球經濟發展的新引擎，預估2020年健康產業全球總產值將達到13兆4千萬億美元的規模，如何抓住健康產業的黃金機遇，走進財富第5波，已成為21世紀的人類為自己和親友的健康、財富、幸福升級，以及翻轉人生的致勝關鍵。

美國前總統經濟顧問保羅·皮爾澤曾經在《財富第五波》一書中指出，21世紀，健康產業將掀起第五波財富浪潮，在全球創造出不可估量的財富和機遇。綠加利於7月22日在宜蘭分公司舉辦「PRIDE」RALLY，特邀請趙俊皓、張隆熙擔任主講嘉賓，分享他們如何藉由經營綠加利來抓住健康產業的黃金機遇，為自己和親友的健康、財富、幸福加值，此外，雙百萬美金暨CFC世界大使蔡蓬瀛、陳淑華賢伉儷也特別蒞臨，分享他們從人生勝利組跌落到負債、健康亮紅燈的絕望谷底，經由綠加利重返榮耀的故事，藉此，讓大家看懂綠加利的產品及事業對健康、財富、幸福的幫助，並能緊緊抓住與健康產業的黃金機遇，啟動PRIDE的未來。

## 主講講師趙俊皓透過健康產業開啟健康及財富寶庫

原本在日商擔任業務主管的趙俊皓，在轉換職場跑道時，因緣際會而加入綠加利，進而徹底顛覆對傳直銷的認知，例如：不需銷售、囤貨、爬階、送貨等，只需透過人際網絡靠著愛用及分享就能掌握國際通路，經由無限代、不歸零的事業制度，藉由眾人共創價值的力量就能開啟財富寶庫，堆疊出無上限的權利收入。



在愛用的過程中，趙俊皓也發現因平日生活及飲食習慣不當所做成的健康小毛病都獲得正向的轉變，同時，也幫助親友的健康，他發現生活及飲食習慣不當是大眾的通病，長期下來因為各種營養素的欠缺而造成健康失調。媒體報導指出，台灣人愛看病，一年平均看診15次，逛醫院就像逛街。根據健保署針對2015年國人看診次數的統計，發現有4萬7千人超過90次，花費健保39億元。然而，這當中有許多是健康上的小毛病，可經由預防醫學的概念，透過營養補充品來強化健康的運作，讓身體得到正向的發展。

經由綠加利的健康講座課程，他了解到有21世紀明星營養素之稱的「植化素、含氫水」蘊含身體所需的關鍵營養，可建構全方位的健康防護網，尤其是在抗氧化作用方面能產生巨大貢獻，以屬植化素之一的類胡蘿蔔素而言，其英文為carotenoids，是一大類抗氧化黃酮素的總稱，其中，葉黃素、茄紅素、β-胡蘿蔔素、α-胡蘿蔔素、玉米黃質、黃梔配質被視為人體中最重要的六種類胡蘿蔔素；而氫透過水為導體所形成的含氫水在進入體內，只會與活性強及毒性強的活性氧產生反應，像是氫與自由基反應會變成水而排出體外。因此，攝取這些具有抗氧化作用的營養素可預防因大環境改變造成陽光、空氣、水、土壤中新增添危害健康的元素，以及生活及飲食習慣的改變造成體內形成潛藏的危險因子攻擊健康等情形。

## 主講講師張隆熙投入健康產業寫下PRIDE的財富故事

曾從事保險業18年，張隆熙為自己寫下許多傳奇故事，像是：最年輕襄理、MDRT百萬圓桌會員等殊榮。擁有200多萬元年薪的他，被公司視為處經理的儲備人選，前景一片看好的他，經由姊姊的分享而認識綠加利，毅然決然放棄現有職場的一切成就，因為，他發現高齡化時代來臨，加上健康意識的抬頭，健康產業在未來將產生驚人的發展潛力。



## 讓人賺健康、賺財富的零風險事業

《財富第五波》一書也提到，健康產業是繼第四波網絡革命後的明日之星。屬健康產業一環的綠加利，不單透過健康促進之相關產品讓人顧健康，還能讓營養保健品從「負債式消費」轉為「資產式消費」，張隆熙指出，綠加利採用人幫人的雙軌制，透過團購紅利回饋系統來產生點數，經由點數的堆疊累積來產生循環財，還能創造無上限的財富，讓人賺健康、賺財富，是一份零風險的事業。目前，綠加利在全世界12個國家擁有31個據點，產品銷售達108個國家或地區，並且不斷拓增中。張隆熙表示，因為經營綠加利讓他成就跨國事業，還達成CFC世界大使的殊榮，以及百萬美金的財富榮耀，對他而言，綠加利是百年難得一見的好事業，身為宜蘭人的他，也希望鄉親們和他一樣抓住健康產業的黃金機遇，啟動PRIDE的人生。







# 掌握自己的命運 共築高雄PRIDE

近期，有網友在網路論壇上發表一篇「高雄是一座死城」的文章，不但瞬間在網路上引發熱烈的討論，也引起媒體的高度報導，高雄勞工階層的低薪、北高上班族的薪資和福利，以及普遍低薪造就消費不起讓高雄掀起一波關店潮等現象，間接擦撞出台灣本島所有縣市虧欠高雄最多，錢就台北收而污染就高雄受，誰來救救高雄的經濟、環境等問題？

有人說，「環境不會改變，解決之道在於改變自己。」自成立以來綠加利始終以正向思考來教育會員，綠加利相信透過成功複製讓人人都能掌握自己的健康、財富、幸福命運，進而再去影響其他人，自然整個大環境形成好的循環，讓好還能更好！

## 各行業的人經由綠加利活出精采生命

綠加利用於7月21日在高雄分公司舉辦「PRIDE」RALLY，特邀請許筱涵、萬采縈擔任主講嘉賓，分享他們如何藉由經營綠加利來掌握自己的命運，進而影響更多人，共築健康、財富、幸福PRIDE，同時，空軍上尉陳建利、連鎖藥局老闆娘施映合、營造工程負責人萬駿逸、產險副理陳薇安、烘焙業經理尤威中、冷凍食品公司稅務專員黃凱鈴、補教老師謝紹仁、議員助理林姿瑜、金融業專員謝侑歡等領袖也到場見證他們透過綠加利來改變現況進而主宰自己的命運，而補教老師蔡碧雲則因為綠加利的產品找回母親的健康笑容，她也特別帶來母親最近狀況的影片和大家分享如何透過好產品來掌握自己的健康命運。活動壓軸則由CFC世界大使蕭好安講述透過經營綠加利從C躍升A+人生的過程，從中領悟及自創人人都能上手的成功心法，幫助自己及許多人活出精采生命。

## 主講嘉賓許筱涵靠運動、修養、營養存健康老本

高雄師範畢業的許筱涵，曾從事設計及美術相關工作，因父親的健康出現危機，加上自己因皮膚油脂分泌太多而阻塞毛囊造成發炎紅腫，讓她飽受困擾而體悟到人生最重要的事就是健康，因為綠加利的產品讓她的肌膚增添光采，同時透過經營綠加利讓她有時間及能力陪伴及照顧生病中的父親，而在醫院中也看盡人生百態，從中看到許多人在年輕時拿命換錢，到老



時拿錢換命。據內政部在去年公布台灣平均壽已達80歲，但從衛福部的統計資料中卻發現國人的健康餘命只有71.2歲，意謂國人在晚年有近9年是臥病在床，對此，醫生建議及早存健康老本。

許筱涵分享及早存健康老本的方法，就是運動、修養、營養，其中，在營養方面可透過攝取植化素、含氫水、S-FIBER複合植物纖維、黃金奇異果酵素、荔枝綠茶多酚萃取複合物、非洲芒果種子萃取物、台灣花蓮山苦瓜、辣椒萃取物（含辣椒素）、精氨酸、支鏈胺基酸、D-核糖、莓果（智利酒果、黑醋栗、沙棘、覆盆子、越橘）、大豆胜肽、菸鹼酸、AC-11等營養素，讓體內能獲得所需的各項營養素，擁有足夠的能量讓體內健康維持最佳運轉，進而讓外在呈現活力及迷人的丰采。

## 主講嘉賓萬采縈經由綠加利掌握自己的命運

曾經擔任團隊南部總幹事的萬采縈，隻身一人長住南部，深耕3年多，為團隊在南部架設系統，並協助中南部的伙伴衝刺事業，也帶動她達成第2個CFC世界大使的目標，和南部鄉親有深厚革命情感她，特別以自己的故事為例，讓大家知道她如何從韻律體操國家隊的金牌選手、金牌教練的輝煌人生，因健康的關係而被迫步入黯淡人生，遇見綠加利，讓她找回健康，還成就雙CFC世界大使及百萬美金的殊榮，重新掌握自己命運的她，讓自己能發揮更強的影響力，讓更多人可以經由綠加利的產品或事業來掌握自己命運、改變人生。



## 健康產業是21世紀的明星產業

萬采縈指出，綠加利在全世界12個國家擁有31個據點，產品銷售達108個國家或地區，並且不斷拓增中。台灣綠加利更寫下15期營收正成長的佳績，而綠加利能深受大眾的喜愛，除了產品好會說話之外，綠加利也一直努力打造更適合會員經營的模式，像是獎金雙軌制、不囤貨、獎金不歸零（持續消費）、不限代數、享全球營業額分紅、獎金終身制可世襲等。所有人只需以小資金的方式經由綠加利就可創業，重要的是，健康產業是第五波財富，是21世紀的明星產業，是一個可以讓許多人獲取巨大財富的新契機。

## 海內外財經媒體高度肯定綠加利的發展潛力

萬采縈也引用台灣的財經雜誌、報紙，像是《商周》、《今周刊》、《天下雜誌》、《工商時報》針對綠加利在台灣寫下的奇蹟故事，以及對人們產生身心及經濟健康的幫助進而促使社會健康的善舉進行大篇幅的報導，讓伙伴深入了解綠加利，同時也引述日本《世界經濟》報導，在2005年全日本十萬家企業中，綠加利在前7大能讓經濟回春之成功企業排名中榮獲第4名，此外，日本雜誌也專訪綠加利的領袖山田正平，報導指出原本從事園藝栽種工作的山田正平在67歲時加入綠加利，在69歲時月入已達百萬台幣，在81歲時年收入已創下8000萬日幣，透過銀髮族的成功見證，讓人更加確信經由綠加利可以使每個人都能掌握自己的命運。





## 電商平台小編李思佳 發現財富新亮點

### —— 透過綠加利實現自己想要過的生活

19歲對許多人而言，正在享受多采多姿的大學生活，但李思佳卻一肩扛起家中經濟重擔，因為母親為照顧中風的父親而辭掉工作，她必需靠著半工半讀才能賺取足以支撐家中的開銷收入，進入社會，她努力賺錢改善家中生活，但微薄的調幅，始終追趕不上飛奔的物價，面對生活的壓力，她不斷苦撐，大學好友趙俊皓知道她的苦而向她分享綠加利的資訊，讓她發現財富新亮點，讓自己所有的努力及付出都能獲得對等的回報，逐步實現自己想要過的生活。

其實，在18歲時，李思佳就聽說有位學長在經營綠加利，趙俊皓還要她不要接近那位學長，不料，6年後，居然是由趙俊皓來向她傳遞綠加利，談起這段過往，她莞爾而笑，也許是命中註定！她坦言當下仍無法接受綠加利，因為朝九晚九的工作讓她沒時間兼職，同時，家中的經濟也讓她沒有多餘的錢可消費，但趙俊皓告知她，唯有綠加利才能改變她的經濟狀況，因而觸動她內心渴望改變的念頭，她決定前往聽說明會。

### 含氫水對健康的預防保健發揮重大影響力

過往，李思佳對傳直銷存有要拉人、推銷產品的刻板印象，因個性較內向，她自認不適合從事這工作。聽完說明會，她覺得綠加利跟一般傳直銷不同，在於不用銷售，只需透過分享及傳遞健康資訊就能經營，而她覺得這是一份簡單上手的事業。趙俊皓邀約她去聽含氫水講座，聽到太田成男博士從學術研究論文、臨床實驗的結果證明含氫水有益健康，她了解到新營養成分對健康的預防保健能發揮重大影響力，她決定加入，買產品給父母顧健康。

### 學長不到30歲擁有20多萬元月收入

李思佳思索著趙俊皓對她說的話，「在綠加利所創造的收入會讓自己在未來變得不一樣。」直到她進公司學習，看到昔日的學長從一位愛玩電玩的宅男，經由綠加利在不到30歲的年紀就擁有20多萬元的月收入，可以和家人過著無憂無慮

的生活，當時，她周遭找不到第二個這樣的人，而她一個月薪水才2萬8千元，一年才調500元，投報率不到1%，她覺得綠加利的被動收入可以改變現況而啟動經營。

### 領袖在健康出現問題時還能擁有穩定收入

李思佳開始進公司、會場大量學習，一開始採被動分享，直到聽到一位領袖為徹底了解公司產品的成分而去讀食品營養科學系，但不幸健康出問題，經產品獲得改善，從中感受到產品的成分真得很簡單，並體悟到公司的制度真的能發揮人幫人的互助功能，讓他在健康出問題時，還能透過組織伙伴的運作來產生點數，而擁有穩定收入來支撐生活，李思佳因而決定積極經營。

### 經營綠加利讓一分耕耘創造十分收穫

李思佳指出，經營綠加利的心態正確、落實會場運作、凝聚向心力，加上跟著公司的政策同步前進、南北都出現伙伴想要經營，以及自己的經濟負擔迫使她經由各項目標的達成來不斷勇往前進，進而達成終身成就。李思佳表示，經營綠加利可讓一分耕耘創造出十分收穫，讓人們在健康、財富、幸福方面都能處於無憂無慮的最佳狀態，想要過著什麼樣的生活就從綠加利開始。

座右銘 莫忘初衷，堅持到底。

鼓勵 勇往直前，你就是幸福的起點。



## 手機配件老闆鄭之豪 找到致富途徑

### —— 透過綠加利掌握出頭天的關鍵

在大三時，鄭之豪看好智慧型手機的高成長，以及人們喜新厭舊追求更新型手機的心態，連帶帶動對手機配件的消費力，他進一步發現手機配件的創業門檻低、獲利高，以他平日打工、零用金所累積的積蓄可投入手機配件領域成就一番事業，事實證明他的投資眼光精準，在3年內他開了3家店。但受到同業的惡性競爭，讓他倍感經壓力，在顧客的介紹下而認識綠加利，讓他晉升21世紀明星產業的行業，成功掌握出頭天的關鍵，卻沒有經營壓力！

大學讀國貿系的鄭之豪，在讀書時就不斷思索未來，他十分清楚想掌握自己的人生一定要創業當老闆，但如何掌握時代趨勢，利用自己有限的小額資金來創業可是一門大學問，首次創業，他看中手機配件市場的商機，因存貨周轉率高，造就低存貨，而資本運用效率也越高，讓他在短短3年內成立3家分店，賺到人生的第一桶金。

### 遇見綠加利看見未來新希望

然而，低門檻、低技術的創業條件，也讓手機配件行業如雨後春筍般在街頭林立，在同業的競爭壓力下，鄭之豪感到存貨周轉率變低，開始有存貨過多的壓力，一天工作12小時，投資報酬率卻大不如從前，他不禁憂心起自己及員工的未來，本身較淺眠的他開始容易失眠，代謝因而變差。當人生及事業面臨瓶頸時，恰巧顧客高碩亨邀約他到台北的大飯店吃春酒，看到席開數十桌的規模，而大為驚人，這時他才知道原來高碩亨在經營綠加利，屬於健康產業的傳直銷事業。

### 單純愛用及分享就能擁有健康及財富

鄭之豪對綠加利產生好奇，經高碩亨的邀約而前往聽說明會，他發現綠加利有別於一般傳直銷產業，只要單純愛用產品及分享健康資訊就可投入經營，不用銷售及囤貨、沒有管銷費用，只需以小資金方式就可創業，因此沒有資金壓力，重要的是，可同時擁有健康及創造財富，還可幫助到其他人擁有健康及財富，是一份利人利己的

事業，他決定全力投入經營綠加利。

### 以自己在過往的創業故事進行分享

初期，鄭之豪花許多時間學習，並對原本的事業做好妥善安排，一年後，他有能力可獨立運作綠加利的事業，他以自己過往的創業故事進行分享，吸引許多年輕人的目光，成功締結率達50%，過程中，他不但向親友及員工分享綠加利，也透過交友軟體做陌生開發，努力開拓各種可以向人分享綠加利的機會。同時，他也善用公司及團隊的資源，借力使力，增加締結的成功率及育成伙伴。

### 30歲成為高峰會員擁有30萬元以上的月收入

引爆鄭之豪不斷成長的動力來源就是學弟希望經由綠加利讓自己可以成功出頭天，為讓學弟看到未來，他不斷藉由各項獎勵旅遊來達成目標，進而達成終成就的殊榮，接下來，他計劃在明年1-2月挑戰1星鑽，在3年後也就是他的30歲生日成為高峰會員，擁有30萬元以上的月收入，透過自己不斷達成各階段目標，讓學弟經由他的成功心法也能達成目標、實現夢想，藉此，也實現自己想讓家人能早日退休的心願，全家人因而能每日一起快樂生活。

座右銘 感恩的心走成功的路。

鼓勵 堅持到底，永不放棄。



鄭之豪先生  
新科終身成就







## 社區保全黃俊清 預約幸福的老後生活

### 透過綠加利厚實退休本錢

從武漢嫁到台灣的黃俊清，在兩岸從事幼教工作24年，因公婆生病而選擇在社區擔任保全就近照顧公婆。收入不高，也沒有勞保、退休金等保障，隨著自己的年齡不斷增長，她開始擔憂自己有天邁無法工作，也沒有儲存足夠的退休金，該怎麼辦？經鄰居的分享而認識綠加利，讓她有能力以小資金為自己開創無限財富的機會。她勇敢築夢，透過產品為家人、老友、自己厚實健康的本錢，經由事業儲蓄老本，同時，還能預約幸福的老後生活要環遊世界。



中秋賞月健康吃

普力活BB

美味又養生

火龍果  
冰皮月餅

中秋節就是要吃月餅，才有月圓人團圓的幸福氛圍，然而，根據衛福部國健署調查，坊間月餅以「廣式雙黃蓮蓉月餅」熱量最高，一顆高達790大卡、逼近3碗白飯熱量，連份量不大的台式月餅，像是：綠豆椪（363大卡）、滷肉咖哩椪（312大卡）、冰淇淋月餅（289大卡）、芋頭酥（245大卡）、烏豆沙蛋黃酥（234大卡）、奶黃酥（220大卡）、鳳梨酥（200大卡）所含的熱量也都從1碗飯起跳，對於愛吃月餅又不想變成滿月身材的BB仔而言，真是一大考驗。

BB仔發現在健康意識抬頭下，月餅也掀起養生風潮，主打低糖、低油、高纖訴求，讓健康少負擔。向來愛吃糕餅、水果，又愛自己DIY的BB仔有感於近期火龍果產量大、價格走跌，決定以行動支持果農，買了一堆火龍果，配合中秋節的到來，研發製作「普力活BB火龍果冰皮月餅」，透過火龍果本身所含的果膠及天然甜度，可減少油跟糖的添加量，以避免造成身體代謝的負擔，同時，還可攝取到植物性白蛋白與花青素、維生素B群及C、鈣、水溶性膳食纖維、甜菜紅素等營養素，可促進腸胃蠕動、具抗氧化作用，吃盡滿滿的健康，讓全家團聚的日子洋溢幸福。

2年多前，黃俊清在社區看保養品的DM，鄰居熱心和她分享綠加利的美身系列產品，雖跟鄰居不熟，但心想換個牌子保養肌膚也挺好！在鄰居的邀約而前往上線領袖家中體驗護膚產品，因而有機會對綠加利的養身產品所內含的最新營養成分進行了解，因為自己和家人長期都有健康的毛病，一直都沒有獲得良好的改善方式，她簡單相信而決定食用綠加利的產品。

### 因產品助人的感動而大量分享

過往，也曾在中國購買過傳直銷的產品，但黃俊清沒有經營傳直銷，她在食用產品一段時間後感覺健康有獲得幫助，雖然上線分享經營綠加利可增加收入，同時吃產品不用錢，但個性內向的她選擇當個愛用者。直到，看到幾位來自內地的好姊妹飽受健康所苦，她才藉由自己的體感經驗來分享產品訊息，看到產品同樣在她們身上產生很好的迴響，讓她感受到助人的喜悅，基於好產品要和人分享的道理，而大量跟人分享。

### 兼職經營一年半，收入追平正職工作

黃俊清利用晚上及假日到公司學習，並積極參與各項活動。家人怕她太累，而反對她兼職綠加利，要她只要愛用就好！讓她一度想放棄經營，但看到好姊妹們使用產品後的情形及對產品的確信，她希望她們可以吃免錢又有錢可賺，她以好姊妹們的體感為例，跟家人溝通綠加利的產品可助人健康，家人也不再反對。她開始帶著伙

伴參與公司及團隊的課程，兼職經營一年半，所得已追平正職的月收入。

### 領取全球分紅才能擁有權利性收入

上線鼓勵黃俊清要挑戰成就領取全球分紅，才能擁有權利性收入，她開始設定目標，她了解唯有不斷達成各種目標才能領取更多的全球分紅，讓她無需擔憂晚年的經濟來源，還能提早退休過著想要的生活，因此，激發她不斷前進的動力。過程中，她跟著公司的步伐前進，以達成各種獎勵活動為目標，讓自己及伙伴不斷成長，還能一起接受公司的出國招待。

### 開拓中國市場、挑戰達成 CFC世界大使

黃俊清經由綠加利看到璀璨未來，在達成終身成就，她決定全職經營綠加利，要花更多的時間與中國的人脈結合，藉此開拓中國市場，她立下今年底達成一星鑽的目標，中期要成為高峰會員，終極則是成為 CFC世界大使。有人說，「要擁有幸福的退休人生，一定要具備老伴、老友、老身、老本。」透過綠加利的產品照顧黃俊清及老公、好姊妹們的健康，同時還能領取全球分紅來儲蓄老本。只要你願意，你也可以和黃俊清一樣，預約幸福的人生。

座右銘 挑戰自己，因為自己是最大敵人。

鼓勵 堅持到底，永不放棄。



普力活BB  
火龍果冰皮月餅  
作送大公開

### 材料

#### 火龍果冰皮

火龍果半顆約150g、糯米粉60g、在來米粉40g、澄粉30g、橄欖油20g、糖20g、普力活BB 5包。

#### 芋泥餡

芋頭300g、橄欖油15g、糖60g。

### 作法1

將半顆紅龍果挖去果皮，切塊榨成紅龍果果汁。

### 作法3

把芋頭去皮切片後蒸熟，趁熱拌入糖和橄欖油搗成芋泥，備用。

### 作法2

將糯米粉、澄粉、在來米粉放入鍋中混合，依序拌入糖、橄欖油、火龍果果汁、普力活BB，將其揉成麵糰後放入電鍋，並在外鍋加一杯水，約蒸30分鐘，備用。

### 作法4

取20克火龍果皮麵糰搓成圓形壓平，包入20克芋泥餡，用月餅膜壓模即完成。

| 熱量一覽表        |     |      |
|--------------|-----|------|
| 品名           | 重量  | 熱量   |
| 普力活BB火龍果冰皮月餅 | 40g | 144卡 |

PS：「普力活BB火龍果冰皮月餅」所建議使用的材料及調味料的比例，需依個人實際口感調整才能達最佳化。此外，實際的熱量需視加入的食材而訂。



### 月餅的由來

相傳在元朝，蒙古人長期壓迫漢人，朱元璋為了要將反抗蒙古人的信息秘密傳到百姓手裏，以帶領民眾一起奮起反抗，他的軍師劉伯溫想出一條妙計，裝扮成賣餅人，把反抗紙條放進月餅內，紙條寫著：「中秋夜，齊動手，殺撻子。」結果成功地把反元的信息秘密傳播開去。







張育甄 營養師  
中山醫學大學  
營養科學研究所 碩士  
中華民國糖尿病師範教師

# 打敗減重停滯期 維持窈窕不復胖

許多嘗試減重的人在初期可以順利減重，但到某個時間點之後，體重總是停留在某個數字就再也降不下，這就是遇到所謂的「停滯期」。停滯期是減重過程中煎熬也是最關鍵的時刻，一旦跨越這個瓶頸，距離成功窈窕美型就更進一步。

文/張育甄

本期要和大家分享如何突破停滯期與終結復胖的方法。在減重過程中，停滯期一定會出現，屬身體正常的適應現象。人們為了減重在一開始時會減少飲食、增加運動，當消耗熱量大於攝取熱量，體重計上的數字會呈現下降。經一段時間，身體開始自動調整適應此時的飲食狀態及運動量，盡量吸收攝取的熱量，同時降低身體的基礎代謝率，以減少能量的消耗，當熱量攝取與消耗再次達到平衡，體重就會停滯。

## 突破停滯期的關鍵：提高基礎代謝率

其實，停滯期是身體的一種自我保護機制。因此此時要想辦法提高自己的基礎代謝率，一旦成功，體重就會再度開始下降，且較不易復胖。想要有效提高基礎代謝率，可以從飲食與運動著手。

在飲食方面，建議如下：

1. 蛋白質，例如：魚、海鮮、瘦肉、黃豆製品、乳製品等。蛋白質中的支鏈胺基酸有助肌肉蛋白合成，還可預防肌肉蛋白分解與流失，可避免基礎代謝率下降。
2. 含碘食物，例如：海帶、海藻、魚貝類等，有助甲狀腺素的正常生成與分泌，可促進代謝，具有提升基礎代謝率的效果。
3. 維生素B群食物，例如：全穀類、小麥胚芽、奶蛋肉類等，有助體內維持新陳代謝。
4. 其他類，例如：胡椒、辣椒、蔥、薑、蒜等天然辛辣成分，有助提升體溫，可透過發汗暖身提高代謝率，此外，咖啡和綠茶也具有促進脂肪分解效果。

在運動方面，建議如下：

1. 有氧運動方面需轉換不同的運動項目，如本來習慣快走或跑步的人，可改成游泳、騎腳踏車、滑步機或有氧舞蹈等，並將運動時間和頻率增加。
2. 搭配適度的無氧運動，例如：深蹲、啞鈴、伏地挺身、仰臥起坐等重量訓練和肌力訓練等，有助強化肌肉、鍛鍊肌肉，可改善體態線條，還可提升基礎代謝率進而加強脂肪燃燒效果，讓減重更加順利。

建議每週更換運動項目，對於減重效果更好。千萬不要一開始就給自己太多的運動量，容易造成運動傷害和挫折感，將影響日後的運動意願。

## 終結復胖，健康窈窕不NG

復胖是減重者的惡夢，而哪些人容易復胖呢？一般來說，(1)體重下降過快；(2)多次減重失敗；(3)減重時沒有鍛鍊肌肉者，都是易復胖族群。短時間讓體重快速下降，通常代表使用節食或其他激烈的飲食控制方法，一旦恢復正常飲食就很容易復胖。減重次數過多，且在減重時沒有鍛鍊肌肉者，身體的基礎代謝率會慢慢下降，並且體內會出現所謂的「溜溜球效應」，可參考下圖，減去的都是水分與瘦肌肉，胖回來的都是脂肪，體重就像溜溜球一樣上上下下。這樣的人越來越不容易瘦，瘦下去之後更是非常容易復胖。

脂肪 肌肉 ★下列體重為參考值



擺脫復胖最好的方法就是要用正確的觀念與健康的方法減重，調整飲食內容並且搭配適當的運動，鍛鍊肌肉，提高基礎代謝率，循序漸進才能打造易瘦好體質。

## 破除減重迷思，讓體重管理更加easy

很多人在減重時，總會出現許多盲點，變成絆腳石。接下來為大家解密「減重迷思」，透過正確健康觀念的建立，有助於持久維持美型效果。

Q：運動後吃東西容易胖？

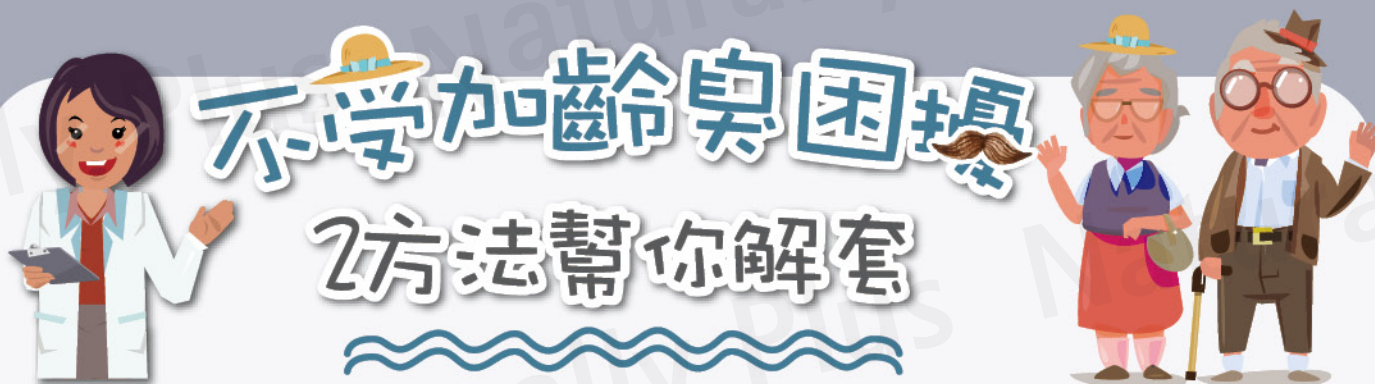
A：好不容易運動把能量消耗完，許多人在運動後都會選擇不吃。其實，只要選擇對食物，不用擔心變胖，甚至還可瘦更快！建議如下：

1. 肝醣是體內醣類儲存的主要形式，也是肌肉主要的能量來源，所以在運動後消耗的不僅僅只有頑固的脂肪，肝醣也會流失。因為肝醣流失，需要大量的能量補充，此時是身體吸收營養最佳時機，在運動後1-3小時，攝取醣類可讓身體有最大肝醣儲存及回補效果。
2. 補充蛋白質來修補身體促進肌肉合成，避免肌肉耗損。此時應選擇好消化、低油的食物，例如：小地瓜搭配豆漿、香蕉配牛奶、優格水果麥片、茶葉蛋配牛奶等高營養密度的食物。

Q：我全身都是肌肉，所以瘦不下來？

A：想瘦就要好好鍛鍊肌肉，雖然肌肉體積比脂肪小但可消耗的熱量卻是脂肪的10倍以上。其實除非像職業健美選手長期進行肌力訓練，否則一般的重量訓練並不可能會練到滿身肌肉。大部分誤以為自己全身肌肉的人，通常經過體組成檢測儀檢查出來的結果都是體脂肪過高，因為體脂肪堆疊的很密很扎實，因此有全身都是肌肉的錯覺，所以千萬不必擔心肌肉會過多的問題，對正在減重的人來說肌肉是最佳燃燒熱量的方法，當然是越多越好，同時搭配有氧運動將能加速體重減輕達到瘦身的效果。





## 不受加齡臭困擾 2方法幫你解套

日前，有篇外電報導指出，一架由荷蘭飛西班牙大加那利島的泛航航空波音737客機，在飛行後緊急轉飛葡萄牙迫降，原因竟是一名男乘客的體臭實在太重，機上部分乘客引發頭暈又嘔吐的情形。味道是決定人們彼此印象的重要因素之一，若讓人感到不舒服，輕則造成距離感，重則容易讓人產生健康不適的情形！

據日本的研究報告指出，在人類體味中發現的2-壬烯醛的化學分子，其濃度會隨著年齡而增加，其帶著青草氣味和油性的氣味，其被認為是「老人體味」的元兇，日語為加齡臭，泛指中老年特有的體味的俗稱。

### 肉食主義者及生活作息不正常者



加齡臭也是健康的警訊！許多肉食主義者常吃肉、炸物和加工食品等高油脂食物，加上壓力大、睡眠和運動不足等情形，都會造成皮脂腺和脂肪分泌增加，促使2-壬烯醛的濃度增加，透過黃綠色蔬菜、大豆食品、魚類、水果等食物富含維生素C、E食材來調整內在情形，以及使用具有沖繩深海泥、三葉無患子果萃取，以及含有金合歡醇、金合歡醇乙酸酯、P泛醇三乙酸酯等複合控油因子的產品來改善外在現況，讓肌膚由內而外遠離油垢與異味！

### 維生素C、E具抗氧化作用

各類富含維生素C、E食材，如下所示：

- |                                             |                             |                                 |                              |
|---------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| <b>① 黃綠色蔬菜</b><br>胡蘿蔔、番茄、菠菜、小松菜、南瓜、甜椒、花椰菜等。 | <b>② 大豆食品</b><br>納豆、豆腐、味噌等。 | <b>③ 魚類</b><br>鯖魚、沙丁魚、秋刀魚、竹筴魚等。 | <b>④ 水果</b><br>酪梨、柑橘、草莓、西瓜等。 |
|---------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|------------------------------|

### 徹底洗去過多皮脂與髒污、強化健康防禦力

皮脂分泌旺盛是頭皮與肌膚不健康的主因。然而受到現今各地空污情形嚴重影響，人們每天外出暴露在環境中，細小的髒污微粒都會吸附在人們的頭皮或肌膚上，久而久之，不只會散發不好的味道，甚至影響健康。而具有沖繩深海泥、三葉無患子果萃取，以及含有金合歡醇、金合歡醇乙酸酯、P泛醇三乙酸酯等複合控油因子的頭皮、頭髮清潔用品，可深入毛孔徹底洗去過多皮脂與髒污，強化頭皮與肌膚防禦力。

## 10個上班族中9個有排便困擾 補充膳食纖維、 益生菌減輕腸胃負擔



根據財團法人台灣癌症基金會所做的「上班族大腸癌問題與生活習慣調查」報告顯示，「10個上班族中9個有排便困擾」；另外，據媒體報導指出，有超過9成的上班族有小腹凸出的困擾，其中，只有3成是真正的過胖，而主因是久坐不動、澱粉類的飲食攝取過多，造成脂肪囤積在腹部，加上有便秘情形而累積滿肚子廢物，想擺脫宿便族的困擾，可多多補充膳食纖維的食物、益生菌，讓腸胃多多活動。

根據國民健康署公布的107年「每日飲食指南」指出，建議成人每日膳食纖維質的攝取量以20~35克較為適當，根據參考食物膳食纖維含量表，以洋菜每百克含73.6克的膳食纖維質含量最高，其次，乾山粉圓每百克含57.9克，再則為愛玉子每百克含51.6克。

### 黑木耳、柿子富含膳食纖維質



挑選的富含膳食纖維質的食物，建議以容易吃到，又不會因為熱量過高而造成負擔，像是黑木耳富含膳食纖維能幫助腸道好菌生長，進而促進腸胃蠕動，並含有蛋白質、維生素、植物膠原等營養素，是個高營養價值的食物；此外，時序即將進入柿子的產季，而柿子每百克含4.7克膳食纖維質，名列高膳食纖維含量的水果之一，其富含維生素A、C、菸鹼酸、鈣、磷、鉀、鎂、碘等營養素。而由柿子所做成的柿餅每百克有11.8克膳食纖維質，也是方便攝取的食物之一。

此外，也可透過含有（洋）車前子殼粉、玉米來源可溶性纖維、菊糖（菊苣纖維）、燕麥抽出纖維、阿拉伯膠等水溶性S-Fiber膳食纖維的營養保健品來改變細菌叢生態、促進腸道蠕動。



### ABC益生菌可促進代謝讓身體保持舒暢



由7種高活性天然優質菌種所組成ABC益生菌，其經科學文獻證明對人體有益，各菌種具有不同功能，藉由菌種之間加乘協同作用，讓各菌種活力穩定，並提升功效。補充乳酸菌可幫助消化、使排便順暢、調整體質、加強保護力等，且可促進代謝讓身體保持舒暢，恢復輕盈，為健康奠定良好基礎。





近期，許多人的問候語：「好熱、熱到爆」，全球各地受熱浪影響，氣溫頻頻創新高紀錄，台灣有許多縣市飆升到38度高溫，而歐洲各國也傳出40度以上的高溫情形，全球多處因「熱傷害」而就醫的人數不斷節節高升，日本在2周內傳出上萬人送醫的情形，連被關在拘留所的南韓前總統李明博也因為獄中沒冷氣被熱到保外就醫。面對熱浪來襲，想預防熱傷害，補充水分非常重要！

據國健署指出，人們每天應採少量多次方式，至少喝2000c.c.的白開水，也可以多吃含水分的蔬果，不要等到口渴才喝、盡量不要喝含酒精或糖分的飲料。倘若感到體溫升高、心跳加速、沒有辦法流汗，或是感到頭暈、頭痛、神智混亂、抽筋、昏迷、噁心想吐等情形，就是熱傷害的重要警訊，要立即轉至陰涼地區讓體溫降溫，同時，喝少許加鹽的冷開水，或是經稀釋過的電解質飲料，並盡速就醫。

### 喝水有益全方位的健康

水是人體組成的最主要成分，約占體重的60-80%，因此，有人說，「人是水做的。」水在食物的消化、吸收，以及營養素的運送及利用扮演重要角色，同時也協助代謝廢物的運輸幫助排便順暢，此外，水分還具有潤滑關節及腸胃道，以及平衡體溫、改善肌膚狀況等功能，同時，喝水還可加快新陳代謝率，進而幫助燃燒更多的熱量，有益體重管理。



### 檸檬水富含數十種營養增添水價值



水對健康很重要，但要如何喝才能發揮最大功效？本期將透過檸檬水、生薑水、秋葵水、含氫水4大好水教你喝出「水水」健康。

起源於17世紀的法國巴黎的檸檬水，是一種以檸檬調味的水飲料，因此，內含鈣、磷、鐵及維生素B1、B2、C、檸檬酸和黃酮類、揮發油、橙皮甙等多種營養成分，對肌膚、心血管、尿道、增加腸道好菌促進胃腸蠕動、分解體不好物質等健康發展十分有益。

### 生薑水是地球上最健康的飲品之一

有人說，「薑是地球上最健康的根類作物之一。」薑具有薑酚、薑酮具和薑烯酚等活性成分，對發炎情形有強大的幫助。此外，薑富含蛋白質、鈣、磷、粗纖維、胡蘿蔔素、薑辣素、維生素等營養素，有助於腸胃蠕動、新陳代謝、心血管運作等。根據日本著名健康類書籍《不生病的蒸薑健康法》指出，生薑的主要有效物質姜辣素，通過蒸煮加熱，轉變成姜稀酚，含量增加10倍多，熟薑的暖身效果提高1.5倍以上，做成生薑水飲用好處多多。



### 秋葵水發揮健康保護力



網路一度盛傳「喝秋葵水有益健康」，現正逢秋葵的季節，以吃當季盛產食材既省錢又健康的觀點來看，喝秋葵水是項不錯的選擇，因為秋葵富含膳食纖維，像是果膠、阿拉伯樹膠及半乳聚糖等水溶性纖維成分，不刺激腸胃卻有助腸胃蠕動，同時，還能增加飽足感有益於體重管理，此外，還有β-胡蘿蔔素、鎂、鉀跟鈣等成分，對眼睛及口腔黏膜有很良好的保護作用，將秋葵浸泡後拿來飲用能讓身體擁有健康的保健力。

### 含氫水達「免疫儲存」的效果

近年來，含氫水被視為活力、美容、養生聖品，運動員補充含氫水來增加活力，而愛美人士靠著含氫水來打造水嫩肌，至於企業老闆則藉由含氫水來養生，經由呵護體內的運作來保養健康！從現今已發表500多篇的氫醫學學術論文得知，氫氣對全身的健康有益。

有日本含氫水研究權威專家、「含氫水之父」的太田成男博士指出，「氫是宇宙中最小的物質，可輕易在體內中自由來去，到達各角落，也因此，氫氣才可以有效保護健康。

日本藥科大學校長、醫學博士、日本未病系統學會常任理事丁宗鐵也指出，氫有親水性和親脂性可滲透至體內各處，所以氫氣可促進健康，而在攝取含氫水，嘴巴中的唾液抗體會增加造成很多細菌在唾液中被阻斷，就不再進入身體內，達到「免疫儲存」的效果，因此，含氫水躍升為新一代的健康優質水代表，是健康最佳補給營養素。





# Vol.49

## Good Story Good Business

說好故事・做好事業

### 成功者的態度

有人賣了一輩子的水果卻還是只能守著小小的水果攤，但有人卻可以進化為水果批發商創造上千萬的月營業額，因為他從工作中了解產地來源看出門路，了解消費者的心態改變經營方式，也改變自己的人生。



小故事  
大啟示

一個成功者的工作態度，不是傻幹！而是從所做的任何事情中去記錄及分析，找出突破及成功的方法。

### 蹲下去，才能跳更高



老王是某企業的高階主管，有急事趕搭電梯上樓，一時沒注意眾人在排隊，在電梯門一開就從後方直接走進去，突然被一位相貌平凡的男子叫住，告知他要排隊，令他當下很尷尬而立即走出電梯。當天公司招聘新人，老王擔任主考官，看到在電梯中令他十分尷尬的那位相貌平凡的男子，而那男子也認出他，頓時神情變得緊張。

老王雖知當下是自己的不對，但他仍心有不甘，出了一道考題，要他幫現場所有面試官的鞋子都擦一遍，就能被錄用。

儘管這位面試者擁有高學歷，且能力也不差，但因為外貌因素而被很多公司拒之門外。基於現實的生活考量，他急著獲得這份工作，而放下自尊，蹲下來幫現場的面試官擦亮皮鞋。當擦到老王皮鞋時，老王故意刁難，不時翹起二郎腿，但他仍耐著性子擦完，老王履約錄取他。

日後，這位面試者完成多項艱鉅任務，工作表現非常傑出，備受上級肯定。在一次閒聊中，老王問他：「對於當初面試受到為難時，他的心中可有埋怨過？」

他淡定回答，「如果彎下腰可以換取一個昂頭的機會，這代價是值得！」

小故事  
大啟示

俗話說，「人爭一口氣，佛爭一柱香。」人活著就不能被別人看扁，要活得有志氣之前，一定要先學會嚥下一口氣，才有機會揚眉吐氣，人生的道路才能走的又長又遠。

### 目標鎖定

父親帶兒子們去叢林射獵。結果只有老三打中獵物。

父親問兒子們射獵時看到了什麼？

老大說，「看到天空、老鷹、草原、兔子……。」

老二說，「看到槍、狼、父親、大哥、小弟……。」

老三說，「只看到狼的頭而已……。」



小故事  
大啟示

目標明確，鎖定目標，才能全力以赴，離成功愈來愈近。

### 敲開成功大門

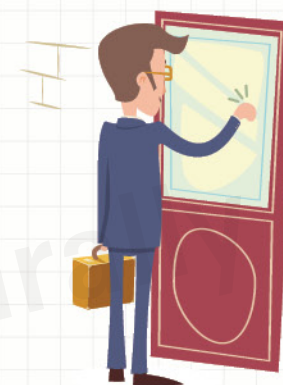
小李去應徵業務工作。面試時，經人事通報後，他走到主考官的辦公室門口，輕敲兩下門。

主考官說，「請進！」小李推開門正要自我介紹時，主考官皺著眉頭請他出去再敲一次門。

小李面露尷尬走出大門並把門帶上，重新再敲一次，這次，主考官的臉部糾結不悅地說，「這次不OK，請你再重試一次！」

小李無奈地再次走出大門並把門帶上，他思考該如何敲門？他鼓起勇氣再次敲門，並禮貌性地詢問，「主考官，您好，請問我可以進來嗎？」不料，門一開，主考官的臉色依舊很臭，要求小李再來一次。

小李一直被要求重試，直到第十次時，正當他鼓起十二萬分的勇氣要敲門時，主考官主動將門打開，面露燦爛的笑容，同時，握住小李的手，恭喜他獲得這份工作，並解釋為何一直讓他吃閉門羹的原因，主考官說，因為業務常會被拒絕，唯中充滿耐性、不怕拒絕，才能敲開成功大門。



小故事  
大啟示

拿破崙說，「人生的光榮，不在永不失敗，而在於能夠屢敗屢起。」每一次的挑戰，都能換取成功的機會。





# 立足香港、放眼中國、 胸懷全球

令人振奮的FESTA獎勵旅遊活動已進入倒數階段，為激發更多新舊伙伴一起參與FESTA世界年會，從中掌握時代趨勢邁向全球，香港綠加利在7月特別舉辦綠加利夏令營，由國際講師Samuel Lee以「立足香港，放眼中國」為主題，向來自中國的伙伴介紹綠加利的發展，以及當前在中國的送貨及獎金發放等運作情形，除了中國及香港伙伴參與本次活動之外，還有來自新加坡的伙伴、領袖到場，為此，Samuel Lee還特別加碼一場激勵大會，期許大家不但能立足香港、放眼中國，同時，藉由FESTA世界年會的洗禮之後還能胸懷全球。

課程中也特別邀請台灣星鑽領袖郭聖淳針對「識霸明力多、活美水素水及妍漾飲(AND)」最新營養素開講，讓大家都可透過最新的營養素來全方面呵護健康。

## 鑽領袖郭聖淳分享成功心法

對於星鑽領袖郭聖淳再次到訪香港進行營養素資新資分享，不單香港綠加利伙伴非常期待及興奮，連以Wendy為首的新加坡領袖們都專程前來吸收最新營養素資訊。郭聖淳先以綠加利會員的身份，以最切合伙伴的實際需要分享自己為何決定經營綠加利的過程、持續經營的動力、學習及領悟的成功心法，透過個人最真實的故事，感動及激發現場伙伴的經營決心和動力。

## 創造身心、經濟、社會健康

畢業於成大藥理系醫藥所的郭聖淳，曾於上櫃藥廠擔任新藥開發法規策略規劃及新藥開發專案管理等要職，醫藥背景豐富的她深感藥物只能治標不能治本的道理，遇見綠加利，讓她透過最新營養素，結合預防醫學的概念，讓大家都透過好產品來全方面呵護健康，進而創造身心、經濟、社會健康的狀態。

郭聖淳對於綠加利的識霸明力多、活美水素水及妍漾飲(AND)知識十分豐富，加上過往對藥理方面知識，將理論和實際應用相結合，為香港伙伴們能深入淺出了解到這3項產品內含的各種營養素對健康的重要性。



郭聖淳 小姐

成大藥理所畢業  
上櫃藥廠新藥開發  
法規策略規劃  
新藥開發專案管理

## 菁英出列，恭賀達成！

### 獨立循環

左右兩線的累積點數皆達25萬點時，稱為獨立循環。為達成獨立循環，需要有2人以上介紹實績。  
※本次刊載之獎金結算日為2018年5月4日、5月11日、5月18日、5月25日。

|     |     |     |     |     |     |     |     |      |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 謝安妮 | 陳翠眉 | 李玉燕 | 陳飛潤 | 黃細棋 | 劉健甄 | 黃純俐 | 楊志坪 | 蔡鎮鴻  |
| 唐儀霖 | 李月娥 | 康琇參 | 胡志源 | 郭嘉城 | 萬采榮 | 金毓薇 | 洪美娥 | 羅營振  |
| 吳伶媛 | 謝煥茲 | 李盈蕓 | 鄭安孜 | 蘇富春 | 鄧卉沂 | 湯麗珊 | 曾玉芳 | 張馨文  |
| 彭慧貞 | 林士超 | 蔡茲涵 | 廖俊智 | 康惠淑 | 吳秀津 | 陳可庭 | 曾聿禧 | 許永成  |
| 魏資雅 | 謝林青 | 蕭崇禮 | 林語婕 | 許宏任 | 陳太拍 | 顧碧珠 | 張錦秀 | 吳和蓉  |
| 鄧智尹 | 黃姑穗 | 沈霞菊 | 宋宜蕓 | 江俊男 | 蔡合  | 陳秀鶴 | 黃家芸 | 胡林素雲 |
| 鄧智尹 | 郭柏顯 | 盧定金 | 黃嘉玲 | 張景奇 | 張陽礪 | 張安綺 | 顧翠容 | 邱雅茹  |
| 鄧瑞珍 | 沈佳好 | 吳宜樺 | 劉柏均 | 馬麗珊 | 蘇俊憲 | 程喬濤 | 張莉環 |      |
| 賴宇鏞 | 彭昌宗 | 陳怡安 | 伍張甯 | 張瑞娟 | 游琇萍 | 黃國添 | 吳穎雯 |      |
| 林淑貞 | 謝文傑 | 黃淑芬 | 蔡明裕 | 王美莉 | 涂怡瑞 | 徐水泉 | 楊秀玲 |      |



### 帳號密碼如何申請？

**A** 新入會員在登錄時即可設立。而舊會員則同NDS密碼，若無申請過NDS密碼者，可以點忘記密碼申請。

### 普力活系列產品可以跟其它藥物同時食用嗎？

**A** 建議營養素補充品要跟藥物相隔半小時至1小時，避免彼此相互干擾，影響保健效果。

### 素食版識霸明力多內含蜂蠟，許多素食者覺得與動物有關而有忌諱，可針對此成分進行調整嗎？

**A** 蜂蠟的來源是由蜜蜂口中萃取出來的一種分泌物，跟動物本身並無關係，所以也無關葷食的部分，素食版識霸明力多是項全素者可安心使用的產品。

綠加利所銷售之商品中，除生活或保養用品外，「識霸」、「識霸明力多」為營養補助食品，其他為食品，並非「醫藥品」，亦不得宣稱為「健康食品」。於進行產品介紹及銷售時，請勿使用下列易與醫藥品混淆及易引人誤解之說明或書面資料。請嚴格遵守中華民國行政院衛生署食品衛生管理法之相關規定，同時亦不得抵觸中華民國行政院衛生署健康食品管理法及中華民國行政院衛生署藥事法之相關規範，否則可能遭致檢舉而處以不等之罰金甚至刑責，不可不慎。

從事綠加利事業活動時，介紹營養補助食品或食品，請注意以下事項：  
◆涉及醫療效能  
○宣稱對預防、改善、減輕、診斷或治療疾病或特定生理情形。例：「治療近視」、「對糖尿病有效」、「改善高血壓」等。  
○宣稱減輕或降低導致疾病有關之體內成分。例：「解肝毒」、「降肝脂」等。  
○宣稱產品對疾病或疾病症狀有療效。例：「改善更年期障礙」、「降肝火」等。  
○引用或摘錄出版品、典籍或以他人名義並述及醫療效能。例：「○○書籍記載『商品的原料○○○等有預防治療疾病之效果』」等。

◆涉及誇大、易生誤解  
○涉及生理功能。例：「強化細胞功能」、「降消除自由基」、「排毒」等。  
○涉及身體特定部位有效之陳述方式。例：「對眼睛很好」、「使肌膚光滑」、「加強腸胃功能」等。  
○涉及改變身體外觀者。例：「減肥」、「變身」、「防止老化」、「美白」等。  
○涉及以抽象或過度刺激誇大之方式來說明。例：「可以變年輕、苗條」、「奇蹟之水」、「傳說之水」等。  
○涉及以造成使人不安的方式來推薦。例：「飲用一般自來水會損及健康」等。

◆其他注意事項  
○避免以「飯後服用2顆」等設定用法、用量之說法  
○避免以經驗談或個人主觀敘述方法來進行宣傳，以免造成誤解或引起糾紛。  
○必須對銷售商品之內容、種類、功能、品質做詳實的說明，請勿做出任何與事實不符之表述。

◆進行事業說明時  
一、請主動並清楚告知對方此事業為傳銷事業。  
二、請務必正確地說明「猶豫期」的相關規定。  
三、請詳加說明「會員手冊」的內容，並將手冊交予對方，讓對方能夠充分理解。  
四、禁止使用立即可獲得高收入……等保證之說法，不得蓄意隱瞞重要的事實，或以與事實相違背的內容來勸誘他人加入。  
五、禁止擅自替他人進行登錄，且當事人保有自由選擇介紹人之權利。  
六、請所有會員必須遵守「會員標準手冊」之規定，並務必詳讀「會員標準手冊」，在健全且合法的情況下展開傳銷活動。  
七、未經綠加利同意時，禁止擅自使用公司製作物或商標於個人文宣用品。  
八、禁止以不當之手段，要求其他會員終止契約/退貨或換線，或以任何方式來干擾或影響會員間之關係。  
九、為保障消費者對綠加利商品安全使用之認知權利，會員不得於商店、零售市場及網路通路等公開場所，陳列綠加利商品及業務轉銷品，亦不得提供綠加利商品予他人於公開場所轉售。  
十、禁止不當之直接推銷買賣，影響市場交易秩序或造成消費者重大損失。



課程表

### 課程表訊息 請洽服務中心 或官方網站

[www.naturally-plus.com/zh/tw/members/seminar/index.html](http://www.naturally-plus.com/zh/tw/members/seminar/index.html)

### 匯款資訊

匯款銀行：第一銀行 總行營業部（代號：007）  
戶名：綠加利股份有限公司  
帳號：09310119213

### 服務中心

台北、台中、高雄服務中心：平日營業時間11:00-21:00  
中壢、台南、宜蘭服務中心：平日營業時間14:00-21:00  
（詳細營業時間請洽服務中心或服務中心）

### 話務中心

營業時間：平日10:00-19:00（六、日、例假日不受理）  
傳真：02-2388-6221  
服務電話：0809-061-000



# 推薦加倍利 越推越有利

我要推薦

活動期間

2018/9/1(六)~2018/9/30(日)

活動內容

於活動期間內，推薦新朋友加入台灣綠加利，  
依購入商品及方案不同，原推薦獎金立即升級！

\*請留意：本人及上線群第一個月將無點數產生。

| 既有推薦獎金        |          | 升級推薦獎金    |                                        |
|---------------|----------|-----------|----------------------------------------|
| 10,000點<br>商品 | 1+5/1+5B | 900元      | 1,800元                                 |
|               | 1+11     | 1,800元    | 3,600元                                 |
|               | 12M      | 150元×12個月 | 現有 150元×12個月不變<br>追加 第6及第12個月，各發900元   |
| 15,000點<br>商品 | 1+5/1+5B | 900元      | 2,700元                                 |
|               | 1+11     | 1,800元    | 5,400元                                 |
|               | 12M      | 150元×12個月 | 現有 150元×12個月不變<br>追加 第6及第12個月，各發1,800元 |

注意事項

1. 推薦獎金將以活動獎金名義發放。
2. 若因解約、退貨、方案變更等任何原因未符合活動標準者，綠加利將有權追回有效期間及獎金。
3. 綠加利公司保有修改、取消、解釋活動之權利，若有未盡事宜將另行公佈。

# RIDE

我們的承諾

NATURALLY PLUS  
DASH 2019

國立體育大學  
綜合體育館

桃園市龜山區文化一路250號

2019.2.16 (六)





# 報件遊禮

2018.09/01(六)~2019.02/10(日)

來場加碼

# 抽"百萬"

總價值高達  
**170萬元**

申請人及介紹人  
皆為台灣・綠加利會員

於活動期間內，達成下列任何方案條件者，即可獲得  
摸彩券參加抽獎。推薦越多，得獎機會就越大！

## 抽獎內容

獎項  
**1**

**萬元旅遊 x 60名**

價值1萬元的旅遊招待



獎項  
**2**

DASH 2019年會

**當日加碼 抽 現金大獎**

現金 **\$100,000 x 6名**

現金 **\$10,000 x 50名**



方案

申請人

介紹人

新12M合約方案

2

2

1+5/ 1+5B方案入會 (含BC)

3

3

1+11方案入會 (含BC)

6

6

新24M合約方案

2

0

6+1/ 6+1B循環預購方案 (含BC)

3

0

12+2循環預購方案 (含BC)

6

0

注意 APP報件者，需於2/15(五)前，完成繳交書面申請書，才能領摸彩券。

### 注意事項：

1. 兌獎辦法綠加利股份有限公司將另行公佈，敬請留意！
2. 摸彩券領取限本人領取，恕不得代領。
3. 本活動期間，參加者因退貨、解約、更改方案或其他任何因素，以致影響摸彩券取得資格者，綠加利股份有限公司有權不贈送摸彩券。
4. 本活動期間，參加者所獲贈之摸彩券不得轉讓。摸彩券若有毀損或遺失等情事，則視為該參加者自行放棄參加抽獎資格，不得要求綠加利股份有限公司另行補發或換發摸彩券。
5. 本活動期間，參加者所獲贈之摸彩券，綠加利股份有限公司將於DASH2019年會中進行抽獎。得獎者須持摸彩券存根聯及含照片之身分證證明文件，親自登台兌領獎品。得獎者若因未購買門票以致無法親自至DASH2019年會現場，或DASH2019年會摸彩活動進行時，得獎者未在座位者，視同放棄該得獎資格。
6. 抽中現金者，其獎金將於確認身分後，於公告日直接匯入中獎者之獎金帳戶。
7. 抽中旅遊者，將依公司安排參加旅遊，名額不得轉讓。
8. 中獎獎品以公告為準，得獎者不得要求綠加利股份有限公司折換現金，亦不得要求更換其它商品，如有未盡事宜，綠加利股份有限公司保有修訂活動辦法之權利。
9. 參加抽獎活動者之個人資料，應與摸彩券內所載之資料相符。若有冒用、盜用他人資料、或涉及詐欺之情事，經查證屬實者，綠加利股份有限公司得逕行取消該得獎資格。若獎品業已兌領發放，得獎人須將已領取之獎品歸還綠加利股份有限公司，若涉及法律責任情事者，應由該參加者自行負責。
10. 依所得稅法規定，獎品價值超過新台幣1,000元者，須列入個人綜合所得稅申報；獎品價值超過新台幣20,000元者，綠加利股份有限公司依規定須先行扣繳10%稅款。

全球首創綠加利APP, 創富神器, 一指好讚, 助你創業一臂之力



Download on the  
App Store



Get it on  
Google play