

NATURALLY PLUS  
**展翅**  
*Dream of Flying*

2024 June 6 月號

**喚醒你的未來**

**活出極致美好的人生狀態！**

2024年打造30億營收  
成為台灣傳直銷前十大

環貫綠佳利攜手憨兒為偏鄉學童提供營養補給  
力挺「送愛到部落」支持每個努力向上的生命





# 環貫綠佳利領航者

來自井山總經理的期許

董事兼總經理

井山 智幸

## 6月中旬全台再次喚活！

「喚活真得太神奇了！」的耳語在各團隊、組織之間傳開。健康的體感好口碑，促使喚活上市一個月締造近萬包的銷售佳績，造成全台大缺貨，對此公司深感抱歉，並立即做出緊急處理。聽到自主創業家的深深呼喚，以及看到眾人引頸期盼的神情，松延光泰董事長聽在耳裏、看到眼中，卻痛到心坎，為了讓大家能早點拿到貨，他特地前往日本搶貨！消息一傳出，立即有300多位自主創業家在公司官方臉書按讚，並寫下期待能早日拿到喚活，擁有健康主導權等留言！不負眾望，預計6月中旬，全台再次「喚活」，徹底喚醒健康的本質和源頭，讓人們都能擁有健康的主導權。

## 寫下健康的奇蹟故事！

25年前當消費者不知類胡蘿蔔素時，NATURALLY PLUS寫下了識霸明力多系列商品狂銷熱賣的數字；17年前當民眾對於含氫水不了解時，NATURALLY PLUS則創下活美水素水在日本銷售NO.1的紀錄；在新世界的現今，當大眾

不清楚「HIF1STEM™」對健康的神奇之處時，NATURALLY PLUS再次開啟健康新紀元，寫下健康的奇蹟故事！

## 在新世界刷新健康和財富的成績

喚活不僅喚醒眾人的身心健康，透過愛用和分享，也喚活大家的經濟健康。眾人在食用喚活商品不僅獲得好體感，在大力分享下，為既有的努力注入新活水，再次突破事業規模，其中，有多位星鑽領袖可望在今年達成CFC世界大使的目標！

環貫綠佳利全心全意支持大家實現夢想，希望大家都可以獲得成功！為此提供開創身心健康及經濟健康的優質商品和成功利器，傾全力協助眾人擁有人生主導權，進而擁有實現夢想的能力。相信大家透過公司全方位商品的呵護，同時配合公司的各項政策和活動同步前進，在新世界必能刷新健康和財富的成績，同時，公司也能在今年實現30億營收，成為台灣傳直銷前十大的目標，讓我們一起加油努力！

發行地址/環貫綠佳利股份有限公司

100台北市中正區忠孝西路一段66號30樓  
(新光摩天大樓)

服務電話：0809-061-000

編輯群/環貫綠佳利股份有限公司企劃課

http://www.naturally-plus.com

中華民國97年9月創刊 版權所有 翻印必究

分享環貫綠佳利事業及產品時，請遵守法規，保障自身權益。



### 最新焦點

03 喚醒你的未來  
活出極致美好的人生狀態！

07 事業學習營系列報導2  
掌握人生主導權！  
活出精彩不凡生命



10 5月24日成就領袖學院報導  
掌握新世界的制勝之道  
實現夢想擁有更好人生



11 2023年9-10至2024年1-2月榮耀表揚晚宴  
2024年打造30億營收  
成為台灣傳直銷前十大



15 環貫綠佳利攜手憨兒為偏鄉學童提供營養補給  
力挺「送愛到部落」支持每個努力向上的生命



### 榮耀經典

17 環貫綠佳利6月天 寫下榮耀的歷史



### 健康補給站

18 FUN粽不卡油！  
「普力活BB養生五穀素粽」輕鬆享食少負擔



19 提高健康能量  
全身煥然一新

21 全球3億人罹患氣喘！  
掌握3大關鍵穩定控制

### 心靈激勵

23 小綠專欄：  
幸福靠自己

25 心靈成長小故事



24 莉莉專欄：  
工作與生活的平衡



去年9月上旬，他帶著300位獎勵旅遊達成者前往有「上帝遺落人間的珍珠」、「印度洋上人間最後的樂園」之稱的國家「馬爾地夫」，在這幸福國度中不小心傷到肩膀，回台到診所進行治療，3個月都沒有好轉跡象，改到醫院求診，才知道肌腱斷掉4根，必需開刀治療。由於延誤最佳治療時間，醫生告知術後的復建之路將很艱辛。他從今年元旦開始透過喚活的呵護，每次回診總是令醫生驚歎不已！他現場也小秀靈活的身手，一如往昔。

促使人們都能健康



葡萄籽  
萃取物



人蔘皂苷



紅酒  
萃取物



HIF1STEM™

喚活的研發緣起是為了「促使人們都能健康」，擁有健康主導權！是由主成分「HIF1STEM™」，以及副成分「人蔘皂苷」、「葡萄籽萃取物」、「紅酒萃取物」所組合而成。

# 喚醒你的未來 活出極致美好的人生狀態！

青春無齡新品喚活在上市一個月就締造近萬包的銷售佳績，成為眾人以自身的力量去喚醒健康的本質和源頭，進而打造青春體質，有感青春、美麗、活力湧現的最佳聖品！環貫綠佳利董事兼總經理井山智幸於全台進行喚活講座，除了見證產品在他身上所發生的奇蹟，同時也與眾人分享產品成分的特別及厲害之處，讓眾人掌握青春無齡關鍵，都能經由喚活觸動自主優化機制，繼而開啟新生命力、自我優質力模式，藉此雙重力量給予身體機能源源不絕的向上能量，成功在新世界開啟健康一新的人生。



活化健康本質的

特殊品種橄欖葉

他指出，「HIF1STEM™」成分是由筑波大學、日本科學技術振興機構（JST），與日本國際協力機構（JICA）花了10年共同研究的成果。該成分的研發，是以有「北非食品藥品資源有效利用和功能分析領域的權威專家」之稱，現為筑波大學生命環境系及地中海・北非研究中心的磯田博子教授所主導的SATREPS計畫研究成果為根基，進而從900多種類的植物中找出具有活化健康本質的特殊品種橄欖葉。

SATREPS為日本科學技術振興機構（JST）和日本國際協力機構（JICA）兩大政府機構之間的合作，運用日本的科學技術提高開發中國家的科學技術所進行的國際聯合研究計畫，旨在對當地傳統藥用植物功能、植物資源永續利用、功能性，以及高附加價值的機能性食品開發研究等項目進行多項領域的綜合研究，藉此產生具有實際利用潛力的成果，以提高全世界發展中國家的研究能力，最終朝向應用於產業化。





## SATREPS計畫

## 日本政府機構

科學技術振興機構 (JST)  
國際協力機構 (JICA)

官

## 日本研究大學

筑波大學  
University of Tsukuba

共同研究開發  
HIF1STEM™

合法

公信

有效

安全

## 日本國際研究企業

產

Nutrition Act

穩定

信賴

學

從健康的本質和源頭

Hold住青春和活力

迎向人生100年時代

掌握健康主導權

造成細胞變少的兩大關鍵，如下：

幹細胞數量變少，因而不  
會產生新的細胞，自然細胞的  
數量就會變少。

01

細胞受到活性氧或外部攻擊  
等影響，造成損害無法完全修護或  
修護不完全，因而細胞就會變少，  
促使身體老。

02

唯有身體的幹細胞增加，才会有更多的細胞產生；唯有更多的細胞不受到攻擊，才能修護完全，就會有更多的好細胞留下。即使到了95歲，都有可能處於20歲般的極致美好狀態！

優化健康的本質和源頭

讓人青春無敵

日本是一個嚴謹的國家，特別是政府單位，能讓國立單位花費10年時間投入人力和經費做研究是件不容易的事，因為國家每年會檢視這筆經費。筑波大學是日本的頂尖大學，專門「研究人類生命的未來」，是日本未來50年的重點大學；日本科學技術振興機構(JST)統籌日本的所有研究單位，如同中研院或工研院，日本有拿到諾貝爾獎多數與該單位有關；日本國際協力機構(JICA)是世界最大的雙邊援助機構，在150多個國家和地區開展工作，有大約100個海外事務所；株式會社Nutrition Act不僅是一家廣為人知的研究機構，同時也是一間知名的製造技術及應用研究開發公司。以上強強聯手的組合，宛如日本國家代表隊，正因此讓日本政府願意做此投資，才有今日劃時代尖端青春無齡護理產品喚活的誕生！



人體的主要構造是由60兆的細胞所組成，從頭髮到指甲、腦、肝、心、皮膚、肌肉、血管等都是由細胞分化而成。正因此細胞是生命組成的基本要素，而幹細胞則有生命的起源、基石，以及再生搖籃、不老源泉之稱，也是健康的本質和源頭，若崩壞則不健康問題將接踵而來，加速生命走向終點，反之，若能讓其隨時充滿青春活力，則能活出極致美好的人生狀態！



有人認為，「老化是因為年紀變大促使身體機能下降，造成身體變得不好。」他覺得其實不然，「老化等於細胞數的減少，進而造成器官的能力下降而無法執行動作、維持功能。皮膚也是如此，因而造成皺紋變多。只要能維持細胞數就能維持功能和機能，如何讓細胞數維持住是很重要的事！也是Hold住青春和活力的關鍵。」



透過喚活講座，所有人掌握到健康的情報，他期盼眾人能好好地將這情報傳遞出去，讓更多人可以透過環貫綠佳利所推出的健康促進之相關產品擁有身心健康，進而掌握健康主導權，快樂迎向人生100年時代。





## 掌握人生主導權！活出精彩不凡生命

根據公平會的統計報告指出，2022年多層次傳銷事業營業總額高達1,054.67億元，穩站全球前十大直銷市場第8名，為全台灣超過340萬人提供優質的產品與服務，以及開創個人事業的機會！

【事業學習營】系列報導 × 2

環貫綠佳利是引導全球邁向健康之健康促進企業，是一間販賣健康的公司，透過健康促進之相關產品，為人們帶來身心健康，經由愛用和分享還能創造經濟健康，因而人人都有能力為社會做出貢獻。不論任何國籍、性別、年齡、學經歷等背景者，都可以在此翻轉人生，拿回命運的主導權！目前在全球所創造的成功事蹟如下：



以上數字截至2022年8月30日止的實績

### 4大關鍵，遇見更好的自己

董事兼總經理井山智幸從「環貫綠佳利的本質」說起，透過4個面向讓眾人明白為何這份事業能協助眾人改變人生的原因。

## 1 永續

環貫綠佳利透過全世界人與人連結的機會，提倡作為全球保健公司的世界共同理念，進而實現促進全球性的健康概念！

### 企業理念

『引導全球邁向「健康」之健康促進企業』。

### 存在意義

身心、經濟、社會三大健康促進。

### 我們的任務

直銷民生化。

### 全台據點

設立台北、中壢、宜蘭、台中、台南、高雄公司，為眾人打造一個更容易經營的事業環境，以提升所有自主創業家的經營力。



台中



宜蘭



台南



高雄

環貫綠佳利是一間可以實現所有人的夢想，讓所有人在此實現夢想的公司！真誠希望所有人在此獲得自己想要的成功，為此竭盡所能提供完善服務，如下：



### 數位平台

推出全新智能「環貫綠佳利NATURALLY PLUS」APP，協助眾人E指搞定事業運作大小事！



### 五大任務

環貫綠佳利的事業運作基本功，包括：夢想板、設定目標、列名單、邀約、參與活動，將此內容導入「環貫綠佳利NATURALLY PLUS」APP，讓自主創業家透過數值可視化掌握成功方程式，即時調整運營策略及步伐，快速和成功接軌！

## 2 真誠

### 可視化現況

NDS指的就是「Naturally Plus Data Station」，透過此系統可視化了解自己及下線，以及組織的發展現況和可領取的獎金項目，以藉此系統進行改善，讓整體的運作更加順暢。

### 多元官方平台

透過下列多元的官方平台，讓各年齡層的伙伴即使掌握公司的各項資訊及最新情報。



### 診斷組織體質

自主創業家可透過IBO (Independent Business Owners)機制診斷組織體質，經由「數值可視化」的方式管理、改善、強化組織健全發展，進而有效提升團隊合作、共創成功極大化、跳躍式的財富成長。





# 3 安全

環貫綠佳利所推出的健康促進之相關產品，不僅與國內外的專家、學者合作，有科學依據，並取得SNQ國家品質標章，以及銷售業績NO.1、「Flora GLO®葉黃素優質合作伙伴（Flora GLO®Lutein PREMIUM PARTNER）」標章等肯定，從品質保證和銷售實際來看，商品安全有保障！



環貫綠佳利的事業具備下列特質：

- 01 合理合法獎金支付率。
- 02 不囤貨只囤人脈信用。
- 03 健康體感及幸福體感。
- 04 防止杜絕不法的行為。
- 05 永續發展的誠信經營。
- 06 貨真價實的傳承企業。

# 4 保障

此外，商品為健康必需品，加上創業簡單等特質，因而容易推廣，創造額外收入，正因此不論國籍、性別、年齡、職業、宗教、學歷等背景者在此都可創造自己想要的成功，讓人生更有保障！



## 掌握新世界的制勝之道 實現夢想擁有更好人生

5月24日成就領袖學院報導

達成「成就」是經營環貫綠佳利事業的開始，意謂「有穩定的收入、組織成形」。在2023年9月至2024年2月期間，又有許多自主創業家透過公司所推出的各項獎勵旅遊活動、事業利器、講座或課程，突破現況，達成成就的目標。

為了讓新科成就達成者都能掌握新世界的制勝之道，環貫綠佳利於5月24日上午在台北公司白金廳舉行成就領袖學院，由董事葉淙麟、資深營養師高紹庭、法務組長Jimmy，以及星鑽領袖許甯岑主講，分別從公司發展、商品優勢、法務須知，以及打造成功形象等內容，讓大家了解到環貫綠佳利的企業及產品優勢，進而懂得如何活用所學專業及相關資訊，藉此提升經營力，讓自己更有能力實現內心所有興奮的夢想，擁有更好人生。



環貫綠佳利  
葉淙麟董事



資深營養師  
高紹庭

### 幫助眾人完成夢想的公司



星鑽領袖  
許甯岑



星鑽領袖  
許恆明

下午則針對「2023年9-10、11-12月，以及2024年1-2月」新科成就達成者，以及「2024 WLI拉斯維加斯獎勵旅遊」早鳥達成者進行表揚，由星鑽領袖許甯岑、許恆明主持，而新科成就達成者也分享加入環貫綠佳利前、後的改變，以及未來目標，激勵台下的伙伴，大家也想成為下一個成功者！

總經理井山智幸代表公司恭喜所有的達成者，期盼台上達成者都能打鐵趁熱更上一層樓，同時也期待台下的伙伴能設定明確的目標，成為下一個上台接受表揚的主角。他表示，環貫綠佳利是一家想要幫助大家完成夢想的公司，透過健康促進之相關產品給予眾人更好的身心健康，為此不斷進化商品，並因應時代的健康需求推出新品，同時為了讓大家更加富裕而優化制度，讓大家都創造自己想要的經濟健康，進而可以解決更多的問題促使社會健康。他也藉由「身心」、「經濟」、「社會」三大健康促進這3支箭，要帶領更多人擁有更好人生。



環貫綠佳利  
井山智幸總經理



## 2024年打造30億營收 成為台灣傳直銷前十大

2023年9-10至2024年1-2月榮耀表揚晚宴

環貫綠佳利於5月24日在格萊天漾大飯店舉辦榮耀表揚晚宴，針對2023年9-10至2024年1-2月新科星鑽、高峰達成者進行表揚，達成者也分享環貫綠佳利的優勢及對自身的改變，並且公開宣示下一個目標，藉此更上一層樓，讓自己更有能力實現夢想。

董事葉淙麟代表公司祝福新科達成者，同時也勉勵眾人，他指出，透過今晚新科達成者上台者分享他們的成功故事，讓大家對成功的定義，以及對環貫綠佳利的定位和自己的目標可以更明確的結合，進而帶領更多人邁向成功，朝向「財富自由」的目標邁進！還沒上台者也不要只是羨慕，要為自己立下目標，成為下一位成功者！



環貫綠佳利  
葉淙麟董事

### 希望大家都可以獲得成功的公司



環貫綠佳利  
井山智幸總經理

本次活動是董事井山智幸榮升總經理，以及公司滿20周年之後，首次舉辦的榮耀表揚晚宴，對於公司和達成者而言格外有意義，尤其，今年3月公司也推出新商品喚活，從健康的本質和源頭給予眾人更完善的健康呵護，讓大家能真正落實身心健康，同時還能帶領所有人達到更高的健康境界！然而透過愛用和分享還能實現經濟健康，從而貫穿到社會健康為社會做出最大獻，徹底達成「身心」、「經濟」、「社會」三大健康促進的目標。

環貫綠佳利是一家引導全球邁向健康之健康促進企業，是帶領大家走向健康的公司，更是一家希望大家都可以獲得成功的公司，傾全力協助眾人在此掌握成功的自主權，開創自己想要的成功！期盼所有新科達成者都能透過上述三大健康促進這3支健康的箭，設定明確目標及展現執行力，進而和公司一起不斷成長和茁壯，不僅更有能力實現自己的夢想，同時還能成為公司在今年達成30億營業額、成為台灣前十大傳直銷公司的最大助力！

2023 9~12月 2024 1~2月  
環貫綠佳利榮耀表揚名單



高峰  
達成者



蔡瑞逢 小姐



周新達 先生



星鑽  
達成者



楊金龍



★  
星鑽達成者  
Star Bonus



★★★★★  
5星鑽  
鄧卉沂



★★★  
3星鑽  
游謹帆



★  
1星鑽  
林珮、陸詠婕、李嘉琳、李宥妍

金牌推薦王  
Gold Medal Recommendation King



★★★  
3星鑽  
謝安邦



★★★  
3星鑽  
林玉娟

成就達成者  
Achievement Achievers

2023年  
9~10月



唐傳淵



吳品嫻



許星鴻

2023年  
11~12月



薛健信



陳儷娜



劉東秦



楊雅玉



巫鈴珠



王芊芊

2024年  
1~2月



許芳菁



林衣閏



陳秋米



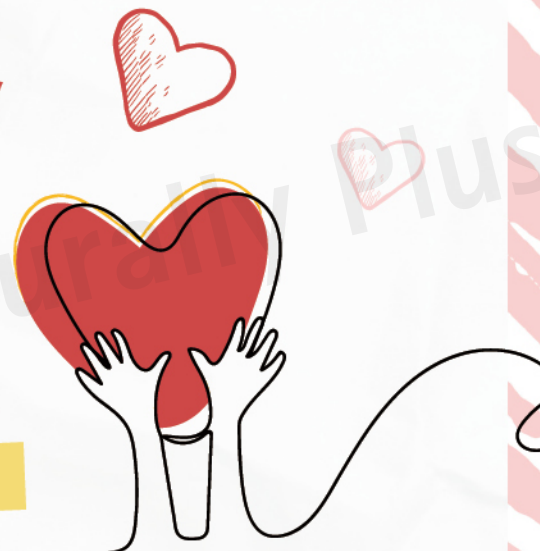
許利全







# 力挺「送愛到部落」支持每個努力向上的生命 環貫綠佳利攜手喜憨兒 為偏鄉學童提供營養補給



喜憨兒基金會推動「送愛到部落」計畫至今已邁入第16年，為了讓偏鄉學童可以獲得一整年的營養補給，特於5月9日舉辦「讓愛登陸」記者會，期盼更多人一起做公益，募得10萬個餐盒，以支持每一個努力向上的生命，讓每一份送愛餐盒都能創造愛的登陸點，透過最實際的幫助協助12,500個身處逆境、資源缺乏之地的偏鄉兒童，都能持續他們的夢想！

## 為偏鄉學童募得一整年的 營養補給做出最大貢獻

身為長期支持喜憨兒與偏鄉學童的企業之一，環貫綠佳利董事兼總經理井山智幸受喜憨兒基金會之邀出席本次活動，和三金主持人LuLu（黃路梓茵）一起吹響公益號角，為12,500位偏遠、特偏、極偏，以及非山、非市的國小學童募得一整年的營養補給做出最大貢獻，而當一份份烘焙餐盒被送進偏鄉校園，也代表著喜憨兒們對生命的堅持與希望，傳遞的不只是新鮮與美味，更教導孩子學習珍惜、懂得回饋，以及克服困難的信心和勇氣。



## 20周年慶餐會 特訂720個杯子蛋糕力挺喜憨兒

環貫綠佳利長期協助喜憨兒基金會，除了喜憨兒為弱勢團體需要社會更多協助及關懷，同時，也看到喜憨兒具有助人的能力，經常不定期邀約喜憨兒基金會到環貫綠佳利公司，或是邀約在公司所舉辦的大型活動中設攤販賣麵包等產品，讓喜憨兒有更多的機會能靠著自己的力量自給自足進而獨立生活，也藉此得以不斷地茁壯，從被需要關懷者晉升為助人者，為社會做出貢獻。

此外，也以實際行動力挺，像是連續4年號召會員參與由「送愛到偏鄉」活動，累計購買近3,000個由喜憨兒所製做的母親節蛋糕，捐贈給偏鄉或部落孩童，讓他們可以和母親及家人歡度溫馨佳節。近期，環貫綠佳利在20周年慶餐會也特訂720個杯子蛋糕送給會員，藉此力挺喜憨兒，對此，喜憨兒基金會在本次記者會上也代表喜憨兒獻上深深的感謝。

## 以協助全球人達到

## 身心、經濟、社會健康

環貫綠佳利是一家引導全球邁向健康之健康促進企業，以協助全球人達到身心、經濟、社會健康為最高宗旨！讓全球人因為公司的產品或事業而露出笑容，傾全力協助每位自主創業家實現夢想，不僅是環貫綠佳利的使命也是日常任務，藉此讓每個生命都有向上力量！

## 為最高宗旨



雖然常聽到會員感謝公司，但看到小生命露出純真感謝的笑容，因而有向上努力的力量，持續朝著夢想邁進，那種感動又是不同的，畢竟他們沒有能力又欠缺資源，任何一分協助，對於他們的幫助和影響都很深遠，這畫面讓身為2寶爸的井山智幸至今難忘，他也特別分享從2018年第一次開始跟著喜憨兒基金會到屏東縣崎峰國小送愛時，和喜憨兒一起把蛋糕送給偏鄉孩童，看到他們很開心要把蛋糕帶回去和母親及家人共享、歡度溫馨佳節，眼神中充滿感謝之意，同時還可把喜憨兒助人的熱情，這份愛和能力分享出去及為社會做出貢獻，格外有意義和價值！他也呼籲大家共襄盛舉，把這份愛分享出去，讓這次活動能成功達成目標。







## 環貫綠佳利 6 月天 寫下榮耀的歷史

環貫綠佳利自創立以來就致力引導全球邁向健康，努力促使全人類獲得身心健康、經濟健康、社會健康，從而促進「世界和平」的願景，是公司持之以恆的企業理念，不論外在環境如何改變，環貫綠佳利始終相信，唯有世界變得更健康，才能創造祥和社會，而這一切且從人的改變開始。

為了讓人們變得更好，環貫綠佳利不斷精益求精，推出符合時代健康需求的全方位產品，以及為全球人建構一個更好的經營環境而持續努力進化，同時也善盡企業的社會責任，關心地球及各地需要被協助的人。本期「榮耀經典」單元，將帶領大家經由回顧環貫綠佳利歷史上的6月天，從中了解公司的轉變及演進，進而了解為何環貫綠佳利能成為所有人的PRIDE，之所以人人以成為公司伙伴一員、使用公司的產品為榮的原由。

在環貫綠佳利歷史上的6月天，有哪些大事發生呢？透過下列表格讓你秒懂環貫綠佳利所做的努力及貢獻。

2005年  
6月7日

### 台中分公司成立

環貫綠佳利在台灣的第2家分公司，成功進軍中台灣市場，奠定後續南下發展的重要基石。



2023年  
6月19  
至21日

### UNPST最強推薦王3天2夜 「雲品溫泉酒店」尊榮旅程

環貫綠佳利帶著2022年UNPST獎勵活動各季「最強推薦王」前3名的各組達成者，前往有台灣仙境之稱的日月潭，並入住當地首家五星溫泉酒店「雲品」，進行3天2夜的尊榮旅程，以慰勞眾人去年一整年的努力。



## 普力活BB養生五穀素粽

FUN粽不卡油！輕鬆享食少負擔

Health Tips



端午節是中國四大傳統節日之一，自中國東漢起，人們習慣於農曆5月5日及夏至期間品嚐獨具清香而消暑的粽子。然而市售肉粽一顆約321至675卡，視餡料而定，一顆下肚約莫要慢跑30至80分鐘，才能消耗熱量！如何聰明健康吃粽，已成為端午節重要課題。

BB仔最愛吃肉粽，很怕控制不住食慾，在佳節過後身材變肉粽，為此大量收集如何聰明健康吃粽的方式，特製「普力活BB養生五穀素粽」，無油、無肉，平均熱量不到300卡，加上五穀雜糧的纖維質比白米高出12倍，糙米的維生素和鐵質含量也比白米多5倍，讓人可以開心粽情端午、FUN粽享食，吃得開心且健康。

### 材料

|           |          |
|-----------|----------|
| 長糯米 600G  | 蕎麥、薏仁、黑  |
| 碎蘿蔔乾 350G | 糯米、糙米和燕  |
| 花菜乾 250G  | 麥片 各75G  |
| 素火腿 225G  | 醬油 30ML  |
| 乾香菇 30G   | 鹽 15ML   |
| 雪蓮子豆(雞豆)、 | 普力活BB 1包 |
| 栗子 各75G   |          |

### 熱量一覽表

| 品名          | 份量 | 熱量    |
|-------------|----|-------|
| 普力活BB養生五穀素粽 | 1顆 | 299大卡 |

PS:「普力活BB養生五穀素粽」所建議使用的材料及調味料的比率，需依個人實際口味調整才能達最佳化。此外，實際的熱量需視加入的食材而定。

### 作法大公開

#### STEP 01

把月桃葉(粽葉)洗淨晾乾，備用。

#### STEP 02

把穀類食材洗淨，除燕麥片外，其餘浸泡水中4小時，備用。

#### STEP 03

穀類食材撈出瀝乾水分，再加入燕麥片、醬油約2大匙、鹽1大匙拌勻，備用。

#### STEP 04

把雪蓮子豆和栗子洗淨煮軟，備用。花菜乾、碎蘿蔔洗淨，備用。

#### STEP 05

把香菇去蒂、泡軟切片，素火腿切片，備用。

#### STEP 06

炒鍋加水約2杯、醬油2大匙、鹽1大匙，煮沸後，加入雪蓮子豆、栗子及香菇，煮至入味。

#### STEP 07

取粽葉2片，放入適量的穀類及餡料，包好後，放入沸水中煮約40分鐘，即可食用。不想美食成為健康的負擔，BB仔發揮巧思製作「普力活BB養生五穀素粽」，食用時淋上一包普力活BB取代甜辣醬，不僅減少沾醬熱量，同時還可補充膳食纖維，均衡飲食。





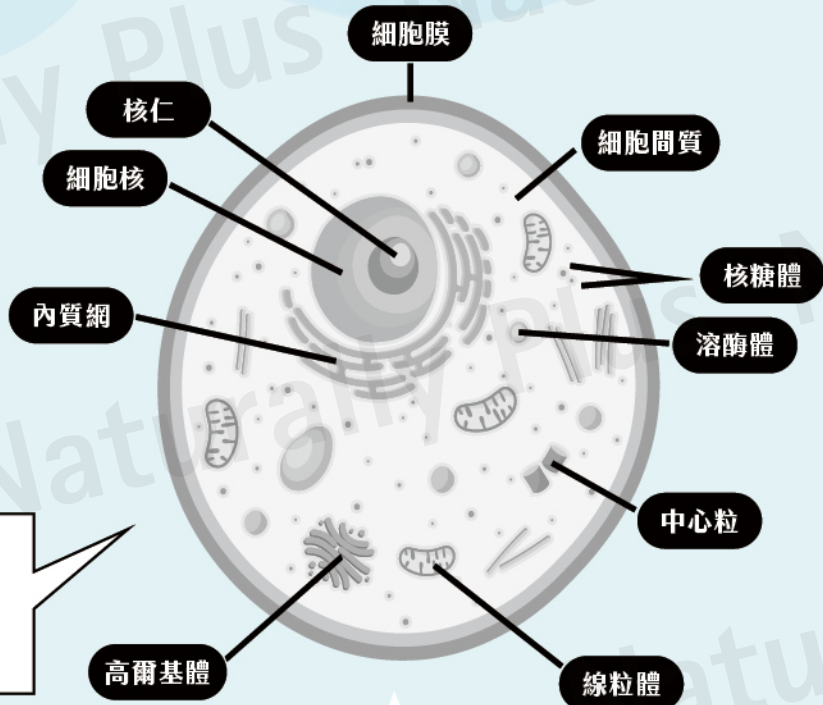
# 提高健康能量

## 全身煥然一新

細胞是組成人體的基本單位，當細胞分化成組織，組織和器官會形成系統，而各系統就形成了生物體。目前人體內含有上百種具有特定功能的細胞，像是神經和腦部細胞、血液細胞、肌膚和表皮細胞、肌肉細胞、脂肪細胞等。各細胞雖歸屬於不同組織、器官或系統，但仍需彼此協調、整合、互助，才能完成人類所需的生理機能，進而維持人類生存運轉。一旦細胞發生異常病變，就會促使上述環節出問題，人就會跟著生病，因而提高健康能量，促使其維持在最佳狀態是很重要的！

上期「營養小學堂」月刊版，從從健康的本質和源頭談起，傳授如何高效保健、面面俱到之道，協助眾人掌握讓健康的本質和源頭發揮絕佳超能力的關鍵。本期《展翅》月刊放送的「全民健康利」是教導大家如何讓健康的本質和源頭維持在最佳狀態，攜手共創更好健康運轉的秘訣！

### 細胞健康身體就健康



細胞膜是由雙層磷脂質構成的膜，成分包括：雙層磷脂質、蛋白質、少量醣類。而動物細胞膜則多了「膽固醇」分子。

細胞質內有粒線體或葉綠體等構造，是細胞進行代謝的場所。其中，粒線體提供細胞生存所需的能量。除了紅血球以外，人體內的所有細胞都含有粒線體。

細胞核內含有遺傳物質，故為控制細胞活動的中心，由核膜、核仁、核質和染色體所組成。

### 4大幫助身體健康的最佳方式

人類健康的本質和源頭就是細胞健康，科學研究發現人們罹患各種病種的原因都可以被歸納是細胞出問題，因而讓細胞健康是件非常重要的事！無論細胞種類為何？透過右列營養素及高效保健之道，可促使身體新生、茁壯，幫助健康最佳運轉。

#### 1

##### 均衡營養 增進活化力

有人說，「每個細胞都是一座精密的工廠，不論何種器官的工作流程都在細胞中完成。」而細胞之所以能活躍展現完美演出全賴於水果與蔬菜、瘦肉蛋白、全穀物及有益脂肪等均衡營養素的能量供給，才能維持正常生理機能，促進健康發展。

##### 高效保健之道



##### 高效保健之道



#### 2

##### 打造好體質 提升修復力

脂肪、蛋白質和一些礦物質等營養素，則被用來構建或修復細胞和身體的結構，增添更多健康資本，打造不敗體質！

#### 3

##### 建構體內防禦保護力

抗氧化劑透過中和自由基並阻止其造成損害等方式促使細胞健康。常見的抗氧化劑包括：維生素C、維生素E、類胡蘿蔔素和多酚，可保護細胞免受氧化壓力的侵害。

##### 高效保健之道



##### 高效保健之道



#### 4

##### 健康促進 升級保養力

從建築物的架構來說，房屋就跟人一樣，用久會舊，若不有效保養就會衍生各種問題。細胞內不僅存在不必要物質、老廢物，持續堆積將加速細胞機能衰退，此外，隨著不會自我死亡的細胞持續增加，也會促使周遭細胞加速老化！

同樣地，體內各處也存在著老廢物需要被送走，可以透過膳食纖維、水等營養素促進新陳代謝，進而升級保養力，讓健康更新！

下期《展翅》月刊將傳授眾人如何挑選上述高效保健的營養素，發揮健康加乘效益。



# 全球3億人 罹患氣喘！

## 掌握3大關鍵穩定控制

提起「氣喘」，許多人的反應是，「這不是嚴重的疾病」、「吸入性類固醇副作用大」，事實上氣喘是最常見慢性呼吸道有猝死危險的疾病。據世界衛生組織估計全球有3億人罹患此病！在台灣，成人氣喘盛行率約10%，多達200萬人罹患，其中卻有高達7成的人不自知！至於孩童氣喘盛行率則約20%，屬於兒童、青少年中常見的呼吸道疾病。



氣喘是一種是因為「基因」和「環境因素」共同導致的一種疾病。環境因素包含：暴露於空氣污染和過敏原，然而因工業化空污、食安、壓力等問題促使盛行率不斷增加，全球每年有超過45萬人死亡，其實，大部分是可預防！

## 4大典型症狀 5種共病

常見氣喘4大典型症狀，如下：



此外，氣喘常見5種共病，如下：



這些共病常常會加重且誘發氣喘發作，如果不處理，不僅會促使氣喘藥物愈用愈重，同時也會造成發炎情形會趨嚴重，恐變成慢性支氣管炎、呼吸道上皮黏膜纖維化，進而導致肺功能變差，引發其它肺部疾病或併發症等。倘若急性氣喘惡化嚴重，未能即時給予有效治療，也會因而喪命，不可不慎！

## 遠離危險因子 輔以運動與飲食控制

針對氣喘的治療有藥物控制與非藥物控制，其中，非藥物控制的部分，包括：遠離危險因子、搭配運動與飲食控制。

## 遠離危險因子

減少或預防過敏原：定期清潔居家環境，或是使用空氣濾清器過濾空氣中粒狀污染物質，以及外出配戴口罩避免菸害、空污、灰塵等，減少誘發因子。



## 運動控制

據國外多項研究指出，游泳、排球、羽球等間歇性休息的運動，有右列健康助益，可以改善氣喘症狀。

- 1 增加耐力。
- 2 增強肌肉。
- 3 提高肺活量。
- 4 強化免疫系統。
- 5 減少呼吸道中的炎症蛋白。
- 6 運動能增加多巴胺和血清素的濃度。



## 飲食控制

攝取六大類食物，包括：全穀根莖類、豆魚蛋肉類、蔬菜類、水果類、奶類、油脂類。

加工食品常添加許多化學物質，而刺激性食品則易刺激氣管黏膜從而誘發氣喘，建議這兩類食物少食用。

蛋、奶類、芒果、花生、芝麻、大豆、魚類、甲殼類、堅果類、麩質之穀物，以及亞硫酸鹽類或二氧化硫和其製品等食物，容易引發過敏，應避免食用。

細嚼慢嚥，避免進食太多、太快，或是吃到容易產生氣的食物，像是碳酸飲料等，易促使肚子產生脹氣，造成橫膈膜的活動受限，導致氣喘病患呼吸困難。

均衡飲食

優質蛋白質



少吃加工與刺激性食品

避免引發過敏的食物



小心脹氣



多元蔬果

牛肉、豬肉、雞肉、魚肉，以及黃豆和其製品等富含蛋白質等營養成分，也可以透過飲用含有大豆胜肽等成分的營養補充飲品，因其是豐富且經濟有效的蛋白質來源，也是美容與健康的基礎成分，特別是，蛋白質在胜肽的形態下可讓身體完整吸收！

蔬果中含有各種植化素，攝取多色植化素提升生理機能與健康力等功效。然而忙碌的現代人容易營養失衡，想要攝取每日健康所需的多色植化素含量並不容易，其實只要透過攝取營養補助食品，像是：α-胡蘿蔔素、β-胡蘿蔔素、葉黃素、茄紅素、玉米黃質、β-隱黃質等複方類胡蘿蔔素。





# 幸福靠自己

此外，另一家人力銀行則針對「上班族薪資和爆肝指數」進行調查，居然高達90.4%的上班族不滿意薪資待遇，創下6年新高！94%受訪者表示曾在下班後或放假時被迫變相加班，91.8%受訪者則透露遇到「慣老闆」，遭受不合理對待，更糟的是，居然有超過1成上班族認為自己爆肝指數100分！

## 小綠 (Green)

現職：擁有月入30萬元的直銷界星鑽領袖  
座右銘：深信只要努力就會成功



### 選擇，比努力重要！

台灣勞工多數不幸福，想要擺脫「長工時」與「低薪化」的就業環境，也不想賺取財富卻犧牲健康，同時更希望在事業和家庭之間取得平衡。

有人說，「幸福，是依靠自己去爭取，因為它不會突然降臨，更不是傻傻地付出就會得到相對的回報！」

台灣勞工幸福嗎？據求職網最新調查指出，高達52%勞工認為，總財富至少要有8位數才會覺得生活有安全感和幸福感，同時該調查也請受訪者衡量事業帶來的「有形財富」，以及親情、愛情與健康帶來的「無形財富」，自認目前的「職場與生活幸福指數」平均落在58分，不但不及格，還創下5年新低！



5月下旬，小綠參加公司所舉辦的榮耀表揚晚宴，看到許多新科達成者分享他們在加入環貫綠佳利前後的改變，從中也點出環貫綠佳利的事業優勢，讓更多人看到希望的未來，在新世界啟航，人人都是主角，都能精彩演繹人生大戲。

有人說，「選擇，比努力重要！」並非叫人不要努

力，而是「做對的事」比「把事情做對」更重要！選擇做對的事，加上努力把事情做對，就會是好上加好；反之，如果選擇錯了，卻努力地把這件錯事做好，就會錯的離譜！

環貫綠佳利透過健康促進之相關產品，讓人獲得健康，透過愛用和分享還能創造經濟健康，同時人人都有能力為社會做出貢獻，促使社會健康。選擇環貫綠佳利，你也可以和他們一樣擁有健康和財富，打造自己想要的幸福！

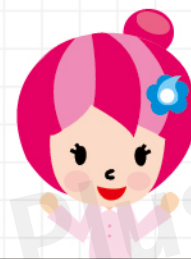


莉莉想起不久前參加公司舉辦的20周年慶餐會，聽到許多領袖的分享，透過環貫綠佳利實現五子登科夢想，同時，也因為公司的產品守護家人的健康，讓小孩都能健康成長。

莉莉身邊有許多女性朋友因為這份全職或兼職的事業而擁有權利性收入和時間自由，讓她們獲得工作與生活的

## 莉莉 (LILY)

現職：月入百萬的直銷界女王  
座右銘：創造通向成功之路



### 臺灣生育率位居世界倒數第一

身為職業婦女，莉莉深感職場媽媽的辛苦，尤其是想生又不敢生，深怕養不起、無法陪伴小孩成長的過程等問題困擾著許多女性，促使臺灣生育率位居世界倒數第一。

對職場媽媽而言，想保持工作與生活的平衡，存在著許多難度！假設「人生能重來一次」，有62.3%的職場媽媽透露，「可能會」生小孩，意謂有37.7%「可能不會」生。



# 工作與生活的平衡

職業婦女除了要持家，還得出外工作拚經濟，蠟燭兩頭燒，在時間、能力有限的狀況下，怎麼兼顧工作，又能照顧家庭？根據求職網調查指出，每天工作10個小時以上，有9成5的職場媽媽們透露想離家喘息一下；有9成4認為，根本不能兼顧家庭與事業，她們感到焦慮，促使職場媽媽的生活疲勞指數平均達到79.5分，創下5年新高！此外，約1/4受訪者坦承，經濟壓力大，需要娘家援助。

平衡，對未來有更多的期待，因而勇於生產報國，不僅能陪伴小孩成長的每一天，還給得起自己和孩子想要的未來！幸福生活指數不斷創新高。

人生只有一次不能重來，只要妳願意，妳也可以和她們一樣透過環貫綠佳利取得工作與生活的平衡，過著幸福的生活！





# Vol. 104

## Good Story Good Business

說好故事・做好事業



### 團隊中人人都是主角

小楊的外形俏麗，又是表演藝術才藝科班出身，在一齣新劇選角中備受矚目，被點名為女主角最佳人選，最終卻落得女二的角色，她一度無法接受，提出辭演。

導演跟她說，再好的紅花也要有綠葉陪襯才不會單調，而戲劇講求團隊的整體表現，配角也很重要，只要表演出色一樣也能嶄露頭角，光芒勝過主角！

她覺得有道理，同時對於自己的演技深具信心！因為全劇演員都盡了全力，該劇在上映之後，獲得高口碑高票房，該劇的演員都成為搶手貨，戲約不斷！

小故事  
大啟示

團隊中人人都是主角，不僅要各司其職，每個人都好，同時，還要協助別人，讓別人更好，團隊才会有精彩的耀眼表現！

### 強大自己

小孟取得一份正職的工作，無暇顧及原本的家教，因而轉給好友阿嬋。

該名學生經阿嬋細心教導，學業突飛猛進，對方的家長提高鐘點費給阿嬋。小孟得知後，不悅地找對方反應。

對方指出，小孟講完課之後，小孩還是拿著作業問她，意謂小孩無法完全理解。此外，老師批改完作業，小孩的作業仍有一堆錯誤。經阿嬋細心教導之後，全無這些問題。因而她調整鐘點費給阿嬋。



小故事  
大啟示

許多人自認為付出的和別人一樣多，但獲得的回報卻比別人少，很不公平！其實這世界很公平，當你足夠強大，能夠提供最好服務就能帶來更好的效益，獲得的回報就多！

### 眾人同心，其利斷金

甲父史及公石師是對好朋友，前者善於計謀，但性格卻優柔寡斷；後者處事果斷，卻心思不夠縝密。兩人截長補短、合謀共事，在越國立下不少戰績。

不料雙方因意見不合而分道揚鑣，自此，雙方再無任何作為，甚為可惜。兩人的好友密須奮看不下去，主動當和事老勸解雙方。

密須奮以蝦子與水母為例指出，「水母沒有眼睛，需靠蝦子來帶路獵食，而蝦子也可分享水母所捕獲的食物，兩者互助共生、缺一不可。」聽此，兩人恍然大悟，前嫌盡釋，再次攜手為越國作出貢獻！

小故事  
大啟示

每個人都有各自的優缺點，只要集結眾人的優點好好發揮就能排除萬難，共創勝利！

### 成為富人的巨大企圖心

小汪是位窮困的年輕人，靠著房地產銷售，歷經20年成為富甲一方的地產大亨。不幸的是，在事業如日中天時，他卻罹患重病，他在遺囑中提到，他把自己成為富人的秘訣留下，誰能回答「窮人最缺少的是什麼？」這個問題，就能猜中他成功的秘訣，可獲得他留在銀行私人保險箱內的100萬美金，作為獎金。

消息一傳出，近10萬人寄出答案競逐。最終律師與代理人公布小汪的致富秘訣，就是「成為富人的巨大企圖心」！激發許多年輕人奮發向上、大膽追求自己夢想的決心！

小故事  
大啟示

人如果沒有足夠的企圖心，很可能會因為一點小阻礙就停下前進的腳步。唯有擁有想要成功的巨大企圖心，才可以鞭策人去完成每一項艱鉅的任務，直到目標達成和夢想實現！



### 興奮夢想板

達成方式

填入8個令人興奮  
的梦想元素

獲得佳利幣

500元

### 興奮夢想板-簽到

達成方式

每日簽到

2元/1天，連續10天2+10元

連續10天可獲得佳利幣

30元

### 設定目標

達成方式

填入您在環貫綠佳利  
想達成階段性目標  
的時間點

獲得佳利幣

200元

### 列名單

達成方式

填入至少20位  
想邀請的家人朋友名單

20人+20元  
40人+40元  
60人+60元  
80人+80元  
100人+100元

最多可獲得佳利幣

300元

# APP佳利幣活動

2024/04/01 ~ 6/30

活動期間內，完成指定任務，  
即可獲得佳利幣。

### 邀約課程

達成方式

邀請朋友參加公司課程

循環：50元 > 50元 > 50元 > 50元 > 100元  
課程同時段不能重複

一個循環可獲得佳利幣

300元

### 參與活動

達成方式

自己參加公司課程

循環：30元 > 30元 > 30元 > 30元 > 30元 > 50元  
課程同時段不能重複

一個循環可獲得佳利幣

200元

立即下載  
環貫綠佳利APP



APP\_iOS版



APP\_Android版

# NATURALLY PLUS

# 自主創業家 CLUB

NP  
FAN'S TV  
鐵粉頻道

APP  
新功能

TICKET  
活動優先  
購票權

不定期的商品  
活動優惠



生日禮

生日當周五折  
加購15,000點商品一個  
(無點數)

優惠期間

2024/1/1~12/31

優惠對象

加入一年內新會員/自主創業家

價格

\$900元 (原價2,000元)

#### 注意事項：

1. 每1點佳利幣，可在環貫綠佳利APP消費時，折抵新台幣1元；折抵上限為單一訂單購買總額的10%，並以訂單內最高單價之商品折抵。
2. 佳利幣使用於加總1.5萬點以上商品之單一訂單。
3. 佳利幣可使用於追加BC位置、循環商品、追加商品等。
4. 簽到任務以10天累計結算後，再匯入佳利幣帳戶。
5. 折抵時將從即將到期之佳利幣開始折抵，不再另開發票。
6. 佳利幣自產生日起算三個月為使用期限，使用效期屆滿，尚未使用的佳利幣將於到期日23:59:59自動失效，不另行通知。
7. 佳利幣為一次性使用，若遇訂單取消或是退貨/退款程序完成後，該筆訂單折抵的佳利幣將會失效。
8. 佳利幣不得與其他優惠並行，例如折價券、購物金及促銷活動的品項。
9. 佳利幣不可兌換成現金、轉換成購物金及無法轉移給他人使用。
10. 環貫綠佳利公司保有取消、修改、解釋活動內容之權利，若有未盡事宜公司將另行公布。



APP\_iOS版



APP\_Android版





# LINE

環貫綠佳利 · 官方帳號

## 好友募集中



最新資訊立即掌握



1 POINT  
最新情報及優惠活動

2 POINT  
連假營業時間等公告

3 POINT  
各優質商品豐富資訊

輸入ID @unp\_tw



請先開啟LINE『加入好友』  
選擇行動條碼掃描或搜尋ID: @unp\_tw

4 POINT  
公司及會員精彩課程

5 POINT  
不定時專屬好康活動  
專屬優惠券、抽獎活動  
Special Coupon



環貫綠佳利 免付費服務電話

0809-061-000 平日：上午10時-下午7時  
※(星期六日及國定假日暫停服務)



2024/03/01(五) ~ 2024/08/31(六)

介紹人與新入會者  
皆為環貫綠佳利登錄之會員/自主創業家。

分數以名義計，  
達成名額無上限

【推薦積分達成】

全額招待

達1,800分

半價招待

達1,100分

補助5,000元

達700分

分數計算方式： \*以下的P為商品點數，簡稱P

【推薦積分】挑戰期間內，推薦以下創業方案(限BC001)入會，介紹人即可獲得相對應分數。

| 創業方案    | 介紹人分數      |          |       |
|---------|------------|----------|-------|
|         | 1+11/1+11B | 1+5/1+5B | 12M   |
| 30,000P | 420分       | 210分     | 30分/月 |
| 20,000P | 260分       | 130分     | 20分/月 |
| 15,000P | 200分       | 100分     | 15分/月 |
| 10,000P | 120分       | 60分      | 10分/月 |

活動期間內達成新科成就，加碼點數200分

★12M按月給分數，例：03月推薦A以識霸明力多產品12M入會，且A於04、05月均有出貨，即可獲得45分。

注意事項

- 此活動參與者與被計算者皆為台灣環貫綠佳利會員/自主創業家。
- 達成後因個人因素無法參加者所達成之所有名額皆視同放棄，如達成多個名額，且本人成行，其餘名額皆可轉讓(被轉讓者限18歲以上)，未使用完之名額亦視同放棄，不另受折抵現金或商品...等之要求。
- 所有招待之獎勵活動項目，以公司安排為主，若有其他個人之消費或個別要求所產生之費用，應由達成者本人自行負擔。
- 達成者填寫報名表同意前往後，若因可歸責於己之事由而無法前往時，已產生之必要費用及損失由達成者本人負擔。
- 台灣地區方案變更申請為5天內，逾期者恕不接受分數回溯；分數計算後，如產生解約退費則將扣回其分數。
- 活動結束後若因退貨、解約、變更方案或任何其他因素而影響達成標準時，環貫綠佳利公司將追回相關費用。
- 環貫綠佳利公司保有取消、修改、解釋活動內容之權利，若有未盡事宜公司將另行公佈。
- 依國家所得稅法規定，營利事業招待經銷商或客戶國內外旅遊，應依所得稅法第89條第3項規定列單申報主管稽徵機關及填發免扣繳憑單予接受旅遊招待之經銷商或客戶，該等經銷商及客戶亦應相對列報「其他收入」或「其他所得」，併計營利事業所得額或綜合所得總額，課徵所得稅。
- 分享環貫綠佳利事業及產品時，請遵守法規，保障自身權益。



# SUPPLEMENT VIVE 喚活

從 900 多種植物找出  
具有促使健康的特殊橄欖葉

含有16種  
人蔘皂苷

可發揮  
健康加乘作用

特選法國南部  
葡萄製成

含有白藜蘆醇成份  
的紅酒萃取物

葡萄含有豐富的  
生物活性成分  
葡萄籽萃取物

高含量的原花青素  
多元不飽和脂肪酸  
及植物固醇