

愛生活

安麗 雙月刊

Amagram

FEB.
2021



雅芝植萃能量系列 New
植力高乘效 肌活正能亮

03

FEATURE STORY

全新 雅芝植萃能量系列

Part 1. 植力高乘效 肌活正能亮

Part 2. 植萃能量系列 健康肌膚 澎潤彈!



PROMOTION

10 「牛」轉未來 新年特惠

HEALTH

14 全方位隨身營養系列

16 小n超給力 隨時應援你

18 啟動新生活態度 擺脫亞健康

HOME

21 純淨居家生活

COOKING

25 好鍋上手
簡單料理添好運



ENTREPRENEUR

28 號外號外!
溝通安麗事業更簡單

29 創玩家 創業的頂尖玩家

32 安麗數位學習 超給力

HOPE MAKER

34 疫情讓愛心更溫暖

A BETTER PLUS

37 嚴選好物



相信自己、相信自然、相信美麗，
你期待膚質回到原生之美，
展現自然光采，
如同期盼這世界更加正面，
用天然植萃力量一起為肌膚
創造肌活正能亮。

Phyto Force Beauty

植力高乘效 肌活正能亮

植萃力 養出水嫩光澤肌

健康肌膚面對環境的傷害，能啟動自我保護與自我修護，遇到壓力、氣候變化，肌膚依然能散發明亮光彩。雅芝認為，面對外在環境與歲月流逝的雙重威脅，要維持健康肌膚，必須滿足潔淨、平衡、修護、保濕、防禦5大營養訴求，唯有透過自然植萃的細心呵護，並避開有害化工成分與污染，同時兼顧個人不同的肌膚需求，才能達到有感保養，這正是雅芝追求完美肌膚的核心概念。

Phyto Force 1

植萃力量

雅芝 60 年來深入研究保養科技，致力研發各種美膚產品，近年來更聯手擁有 85 年植物營養研究的紐崔萊，將科技結合自然，精準掌握各種天然植物的優異功效，透過不同的萃取方式，層層分析比對，深入瞭解不同品種植物對於肌膚保養的效能，為肌膚帶來最有效率的植萃保養，找到健康肌膚的關鍵能量，成為呵護美肌的基礎磐石。





Clean Beauty

2

純淨保養零妥協

如同紐崔萊對於營養保健食品的嚴謹要求，雅芝對於新產品的研發，採取最高等級的純淨萃取，將植物的菁華完全運用，同時不含礦物油、無 Parabens 防腐劑、無 Phthalates 塑化劑，層層把關，守護肌膚安全毫不妥協。

Personalization

3

精準滿足需求

正如品牌創辦人伊蒂絲·仁伯所言：「每個女人都是獨特的藝術品」，讓肌膚健康美麗，不需要做任何妥協，更不必將就。雅芝多年來致力於美膚科技研發，以滿足現代人保養需求，不論是何種膚質或哪個年齡層，都可以找到最適合自己的產品，解決肌膚困擾，讓肌膚展現健康美麗，保養更精準。

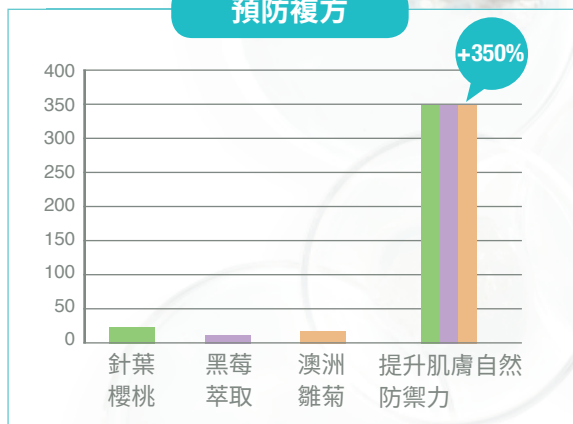


植萃能量系列 健康肌膚 澎潤彈！

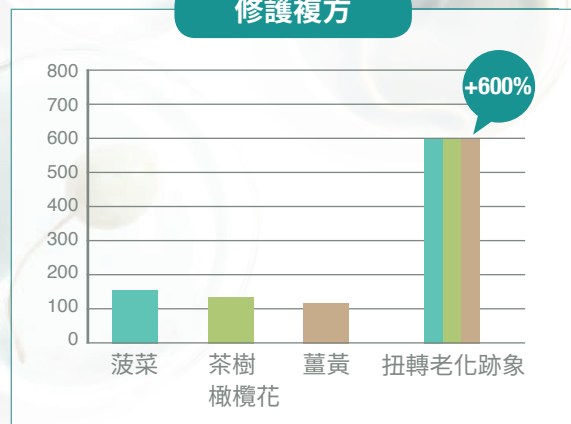
為達成健康肌膚的5大營養需求，保養更要精準有效果，雅芝推出全新「植萃能量系列」，不但與密西根大學研究開發植萃高乘效複方，更加入獨家專利的白奇亞籽營養成分，將能夠平衡肌膚微生物環境的植萃成分融入保養，減少外在環境壓力造成的肌膚問題，同時結合純淨、環保的核心概念，為健康肌膚創造安全零負擔的美麗。

紐崔萊植萃複方，效果加乘

預防複方



修護複方



植萃高乘效複方

與密西根大學合作研究，經歷過上萬次的研發測試，雅芝運用紐崔萊的植萃成分，研究出功效卓越的 2 種高乘效複方！包含以針葉櫻桃、黑莓、澳洲雛菊組合而成的預防複方，有效幫助肌膚提升 350% 的自然防禦力、延緩老化狀況；以菠菜、茶樹橄欖花、薑黃組合而成的修護複方，更有效扭轉老化跡象達 600%！一同運用於植萃能量系列中，彷彿逆轉時空，為肌膚帶來有效卻不會過分躁進的保養效果，修復肌膚，讓膚質更緊緻、光滑有彈性。預防加上修護，同步守護青春，展現健康肌膚。

獨家白奇亞籽的神奇功效

雅芝耗費 9 年研究時間，歷經近 10 萬次實驗與測量，證實紐崔萊農場的白奇亞籽，雖然小小一顆，卻蘊含神奇的保養功效！研發團隊發揮這顆奇妙種子的最大功效，白奇亞籽凝膠能減少有害生物膜的形成，平衡肌膚表層的微生物群，降低肌膚敏感；白奇亞籽油含有植物來源中最高濃度 Omega-3，透過微脂囊技術能深入肌底，做到真正的滋潤保濕；白奇亞籽結合紅石榴萃取，成為擁有驚人效果的專利提亮配方！雅芝將超級食物華麗轉變為肌膚保養的明星成分，來自於雙品牌強強聯手的絕佳優勢。

安全零負擔的美麗

零礦物油、無 Parabens 防腐劑、不含 Phthalates 塑化劑，植萃能量系列更獲得純素保養品認證，無動物原料，更不做任何動物實驗。來自紐崔萊農場的植萃成分，從種子到你手上的肌膚保養品，均能全程追溯，用最溫柔又安全的方式給予肌膚純淨美麗的呵護。

最懂你的保養需求

能夠精準滿足肌膚的需求，才是對你最好的保養品，植萃能量系列共發展出 4 個美膚方案：平衡、水潤、賦活、緊緻，完整滿足不同膚質、各年齡層的保養需求，呈現健康美麗的肌膚。

Balancing

平衡的美，清爽不油膩

油水平衡的肌膚看起來光滑細緻、
不油不膩，肌膚舒適不躁動，毛孔也乖乖聽話，
健康好膚質就是這樣自在清爽！

平衡潔顏凝膠

舒緩肌膚的清爽潔淨

凝膠質地輕鬆搓揉出細緻泡沫，
徹底洗淨肌膚髒污。紫蘇蘆薈專利配
方能有效舒緩，給予溫柔潔淨感。

平衡調理露

安穩粗大毛孔及減少過多油脂

細緻控油粉末搭配金縷梅萃取，
輕拍肌膚後留下柔滑粉嫩的觸感，穩
定躁動的偏油性肌膚。

平衡水凝乳

粉嫩不泛油光的輕保濕首選

清爽的水凝乳質地，含有能吸附
多餘油脂的浮游植物萃取，專利提亮
配方具高抗氧化力，可以保護肌膚並
維持 24 小時長效保濕。



PLUS

淨透深層卸妝水

雙層油水結構、超優潔淨力

微胞淨顏技術，輕鬆帶走頑強污垢及長
效彩妝，全臉皆可使用，脆弱的眼周肌膚、
唇部彩妝都可輕鬆卸除。含紐崔萊白奇亞籽
油的滋潤保濕成分，卸妝同時保養！



Hydrating 水潤的澎，最明亮

想維持透亮、澎彈的肌膚，最重要的就是保濕，
透過水潤方案，從肌底補充彈潤水感，
最適合中性偏乾或乾性肌膚的你。



水潤潔顏慕斯 細緻泡沫帶走髒污

以氨基酸取代皂鹼，創造柔細豐厚泡沫；植萃成分舒緩肌膚，洗完不乾不澀不緊繃，只留柔軟滑嫩的乾淨膚觸。

水潤調理露 舒緩安撫緊繃乾燥肌

含有舒緩功效極佳的甘草萃取，給予肌膚適當的水感保養；來自白奇亞籽的益菌生凝膠，能穩定肌膚表層微生態，強健保濕屏障。

水潤凝霜 24小時保濕續航力UP

藍色龍舌蘭幫助保濕，米蛋白能維持肌膚彈力，避免初老提早發生！透過紐崔萊針葉櫻桃、黑莓及澳洲雛菊的植萃高乘效預防複方，提升肌膚防禦力，搭配專利提亮配方，讓肌膚水嫩健康自透光！

水潤眼霜 無死角的提亮保濕

提亮美肌科技能瞬間趕走眼周暗沉；植萃成分能長效保濕並減少細紋，眼周明亮超吸睛。

植萃能量平衡、水潤系列將於 3 月上市；
植萃能量賦活、緊緻系列將於今秋登場！



Amway

2021

牛



驚喜好運滿額抽

即日起~2月21日

抽獎日期：2021年2月25日

2021「牛」轉好運，迎向新年，
活動期間消費滿額即抽「璀璨首獎豪華名車LEXUS NX200」、
「掌握未來潮流新機iPhone12」，
讓你新的一年，意氣風發，好運齊發。

豪華名車

LEXUS NX200

價值173萬元

璀璨首獎
共抽1名



轉守 未來

掌握未來

共抽66名



潮流新機iPhone 12

價值26,900元



家用科技產品分期購

活動期間：即日起~2月21日

新年新氣象，家用科技產品分期購，助你搶得先「機」

買 益之源淨水器 逸新空氣清淨機

享 好禮二選一

每台可獲得
11個抽獎權



每台可獲得
14個抽獎權

12期零利率

同時擁有「驚喜好運滿額抽」滿額抽獎權。

一次付清

即擁有「牛轉好禮三重送」及「驚喜好運滿額抽」滿額抽獎權，新年擁新機，好禮獎不完！

第二波

牛轉好禮三重送

2月1日~2月21日或贈品送完為止

牛轉好禮三重送的訂單皆可包含BROWN & FRIENDS G&H蜂蜜美體組

第1重 單筆訂單滿 **3,800元**
好禮**2選1** 再加**1**個抽獎權

LINE FRIENDS莎莉拖鞋組

贈品價值199元

- 2021限定LINE FRIENDS黃色莎莉造型
- 腳感舒適，輕盈柔軟
- 可摺疊設計，附莎莉造型束口袋，攜帶輕巧便利



蜂蜜護手霜 (單支)

贈品價值150元

- 隨時滋潤呵護雙手
- 質地清爽，柔細好吸收
- 維持長效保濕柔嫩



第2重

單筆訂單滿 **5,800元**
好禮**2選1** 再加**2**個抽獎權

膳魔師不鏽鋼真空保溫瓶

贈品價值1,300元

- 210克超輕量設計
- 可拆卸式的飲口座，清洗更方便
- 改良式彈蓋，方便飲用



尺寸：長19.9 x 寬 12.8 x 高9公分

第3重 單筆訂單滿 **8,800** 元
好禮**2**選**1** 再加**3**個抽獎權

煮烤兩用鍋

贈品價值2,480元

- Amway獨家新年紅色系，圍爐慶祝皆適用
- 煮烤兩用設計，分區獨立控溫，同時料理
- 兩段式控溫：保溫或加熱



尺寸：長37.5 x 寬 21.8 x 高15公分

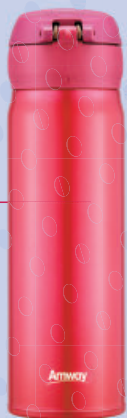
抗菌砧板

贈品價值2,480元

- 抗菌效果和安全性獲日本抗菌製品技術協會SIAA認證
- 吸水率0%，不附著異味，適用洗碗機
- 合成橡膠材質，表面不易留刀痕，不藏污納垢，食材處理更安全



尺寸：長38 x 寬 23 x 高1公分



LINE FRIENDS熱壓吐司機

贈品價值1,380元

- 2021限定款，造型可愛兼具質感
- 雙層不沾黏塗層設計，延長烤盤使用壽命
- 快速烘烤，料理輕鬆便利；受熱均勻，持久耐用



第二波滿額好禮送

訂單金額 (限BV商品)	贈品
3,800元 或	LINE FRIENDS莎莉拖鞋組 蜂蜜護手霜(單支)
5,800元 或	膳魔師不鏽鋼真空保溫瓶 LINE FRIENDS熱壓吐司機
8,800元 或	煮烤兩用鍋 抗菌砧板



活動詳情

全方位隨身營養系列

補足不同族群的營養缺口 為你隨身守護

2021.2.1
重磅登場

隨身營養好朋友，滿足不同族群的健康需求，解決你迷失在茫茫營養補充品中的煩惱。Double X 蔬果綜合營養片結合 12 種維生素、10 種礦物質及 21 種植物蔬果菁華，提供基礎保護力；來自純淨海域的精選複合魚油，精萃的 EPA 及 DHA 幫助身體補好油，兩者聯手為健康打底，再針對個人需求，補充特別需要呵護的營養，早晚各 1 包，全方位營養補給就是這麼簡單。



女士青春組合

Double X 蔬果綜合營養片 + 複合魚油膠囊 + 長效 C 營養片

每天工作、家庭兩頭燒，日復一日像顆陀螺不停打轉，妳失去以往的神采奕奕了嗎？想要青春美麗，妳需要來自針葉櫻桃萃取的長效C營養片，抗氧化又促進膠原蛋白生成，常保好氣色。

忙碌愛美族救星 亮顏美力隨時現

搶救壓力山大族 晶彩活力隨時護

男士活力組合

Double X 蔬果綜合營養片 + 複合魚油膠囊 + 晶明錠

每天上班緊盯電腦、下班手機追報表，靈魂之窗累了嗎？

你需要補充萃取多彩植物菁華的晶明錠，全方位層層守護你的視界，天天晶彩無負擔！

打造活力啦啦隊 關鍵靈活隨時顧

長青樂齡組合

Double X 蔬果綜合營養片 + 複合魚油膠囊 + 葡萄糖胺膠囊

退休生活等不及要到處趴趴走，卻心有餘而力不足，老是提不起勁嗎？

年紀一到，最怕行動力卡關，高純度葡萄糖胺補充關鍵所需營養，添加柑橘生物類黃酮及針葉櫻桃濃縮，隨心所欲展現靈活行動力。



行動大學開課嚕！快來領取你的全方位營養學分吧！

傳授你銷售全攻略，分群分眾好推薦，提高顧客購買意願，輕鬆成為全方位隨身營養照顧專家！



全方位學習包

小n*超給力

隨時應援你



IG粉絲大放送

立即追蹤小n IG  就有機會獲得驚喜小禮

在個人IG上傳小n相關照片與貼文，標記@n_by_nutrilite_tw及#小n應援團
只要被小編選中，將可在小n IG官方帳號曝光，並獲得特別好禮！



掃描追蹤小n IG

全日營養懶人包

POWER UP! 超級毅力飲

搖一搖，為你的元氣來點愛的「穀」力！添加21種穀物、大豆蛋白、9種維生素、礦物質，還有藜麥、鷹嘴豆、燕麥等含優質營養的「超級食物」及多種發芽穀物，能調整體質，促進新陳代謝，幫助維持消化道機能。濃厚穀物香，吃得到美味滿點的爽脆口感。開蓋袋裝設計，即沖即喝不需要多一個步驟，生活再忙碌，隨「食」都能為你的體力、健康充飽電。



輕養生密技 為你全日應援

光速時代，忙碌的生活步調，三餐隨便吃，油膩點心當零食，壓力大想睡也睡不好，是否常常讓你焦頭爛額、身形枯槁？！生活、工作想要兩全其美，不用吃苦當吃補，Z世代的輕養生密技，就讓 n* By Nutrilite — 小n來幫你的體力、美力開外掛！早餐新選擇，讓香濃的超級毅力飲給你的活力 Power Up，下午茶可選用添加大豆蛋白的美味小脆餅補充元氣，睡前再來一瓶酸甜好喝的睡美人膠原飲，幫助輕鬆入眠、補充膠原蛋白，全日健康，小n應援你！



晚安美顏來一瓶

Sweet Dreams 睡美人膠原飲

「喝的」晚安面膜，不只讓你有Q彈美顏，還能一夜好眠！膠原蛋白為美麗加分，紅棗萃取讓你紅潤，另外更添加酸櫻桃汁，幫助輕鬆入眠，搭配上酸酸甜甜的紅石榴蘋果風味，壓力再大也能從容自在當個 Sleeping Beauty，水嫩不用妝！



無麩質午茶零食好健康

Say Cheese! 元氣滿點小脆餅

嘴巴總是有點饞，腸胃老是覺得空虛寂寞，三餐之間你可以來點健康、口感滿分的起士小脆餅。添加大豆蛋白與膳食纖維，能增加飽足感，無麩質配方，敏感體質也能好好享受；香濃起士，酥酥脆脆，搭配上夾鏈袋設計，隨時享用、方便保鮮，美味營養一次到「胃」！





輕飲食+輕運動+輕放鬆 啟動新生活態度 擺脫亞健康

年節假期歡樂的氣氛，容易讓人在不知不覺中卸下心防，縱情肆意大吃大喝，等到年後才驚覺體重已「步步高陞」！

隨著體重升高的除了腰圍之外，可能還有潛在的健康變化，讓你成為亞健康族群。別擔心，只要按照1吃、2動、3放鬆的步驟，就能輕鬆甩開負擔，啟動新健康生活。

你是亞健康一族嗎？

在「健康」和「生病」間有個灰色地帶，稱之為「亞健康」，沒有確切的疾病，卻患有3易：易疲勞、易感冒、易有各種不適。根據世界衛生組織調查，全球有75%是亞健康族群，受到飲食高糖、高油，以及排山倒海的工作生活壓力影響，長期下來容易增加健康風險。陳毓玲營養師建議，要擺脫亞健康，從建立健康生活習慣開始，攝取充足營養、適當運動以及充足休息。改善亞健康狀況，不僅身體減齡，更強化內防禦機制，提升身體抵抗力。新年之初，透過簡單的1吃、2動、3放鬆，建立健康好習慣，曲線有型輕鬆到位。



營養師 陳毓玲

1 吃

輕飲食，飽足無負擔

輕飲食的要點並非吃得少，而是「重質不重量」，陳毓玲營養師建議，蛋白質能提供持久的飽足感，也是控制體重的重要營養素之一。在運動過後和減重時期，提高蛋白質的攝取量，能有助肌肉修復和恢復精力，如雞蛋、牛奶、魚肉、雞肉和大豆蛋白等食物，都屬於易於人體吸收與利用的優質蛋白質，或透過補充植物來源的優質蛋白補充品，無膽固醇或乳糖，更讓身體無負擔。

碳水化合物能幫助肌肉組織的合成，不能完全不攝取，只要選擇像是糙米、全麥、豆類、地瓜等低GI的碳水化合物，便可維持血糖穩定、降低脂肪儲存速度。搭配足量的維生素與礦物質，對於保持最佳健康狀況也非常重要，挑食記得別挑掉營養。



2 動

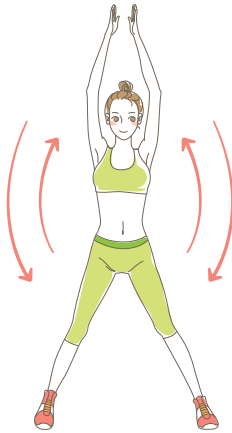
輕運動，健康更有型

反覆高低強度的「間歇性訓練」，可在短時間內消耗熱量，並持續在運動後消耗卡路里，像在家裡就可以輕易做的開合跳或深蹲，都是事半功倍的運動方式。

新手練習菜單建議

每天**3**次、每次**4**分鐘，每個動作進行**30**秒，之後休息30秒，再換下一個動作，速度不求快，但求穩定確實。運動後記得伸展放鬆，再補充蛋白質為身體做修復。

原地開合跳



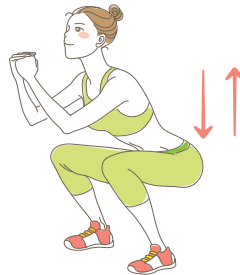
雙腳張開跳離地面，同時雙手向上伸直，在頭頂擊掌後再回覆。

手肘碰膝蓋



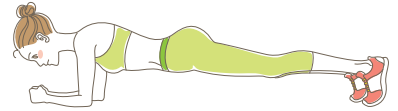
雙手於頸後十指緊扣，將膝蓋垂直抬至碰觸手肘再重覆。

深蹲



雙腳打開與肩同寬，腳尖微朝外，往後蹲坐後再起立。

棒式



手肘撐於肩膀下方，用腹部和腿部肌肉保持身體穩定一直線。

3 放鬆

輕放鬆，恢復好活力

在運動過後及睡前進行伸展放鬆，並補充優質蛋白質或胺基酸補給品，有助於肌肉修復和恢復精力，能有效縮短運動後的疲勞感。運動過後30分鐘內，是營養補給的最佳黃金期；睡前補充優質蛋白質，也可以幫助入睡，吃得好、睡得飽，隔天自然活力滿滿。邁向健康第一步，就從啟動新健康生活開始！



加映場

+

過年放心吃 3 大祕訣

調整食物比例

蛋白質食物盡量放在早餐，可以幫助提振精神並穩定血糖。三餐的營養素攝取均衡，可增加蔬果攝取比例，晚餐則減量攝取，避免增加身體負擔。

選擇天然食材

秉持「多食物、少食品」的原則，盡量選擇新鮮天然的蔬菜水果和肉類，畢竟加工食品不但熱量高，通常也含有大量添加物，容易對身體造成負擔。

改變飲食順序

進食順序建議為：蔬菜→海鮮或白肉→含澱粉的主食，用膳食纖維和蛋白質先增加飽足感，最後才吃澱粉類，能控制吃的量，保持血糖平穩。

ARTISTRY

超能玻尿酸維C雙精萃

一滴潤透 重返初生肌

逆組肌齡序列



雙維C

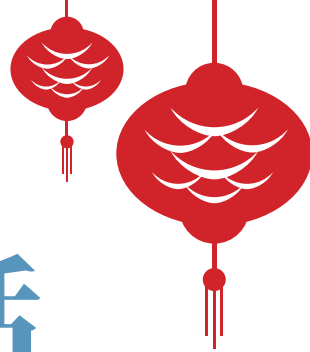
針葉櫻桃萃取
+100%維生素C粉末
透亮、抗氧化

雙玻尿酸

大、小分子玻尿酸
快速保濕
澎、彈、潤



免費體驗V2趁現在



純淨居家生活

潔淨環境，寵溺心愛家人

日常清潔，可能著重在肉眼可見的灰塵與污垢，
但疫情持續至今，年節更是要認真大清掃，無論可見還是不可見的細菌髒污，
安麗通通幫你搞定，給予繁忙的你與家人，最堅實安全的守護。

年節掃除，空氣飲水別忘「淨」

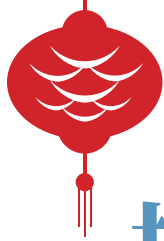
空氣清淨機、淨水器這類潔淨家電的清潔與維護，更是不能夠忘記，趁這時間做好管理與照顧，讓它們持續幫我們守護空氣與飲水的品質。淨水器的分流器、鵝頸水龍頭記得要定期清潔，確保水質乾淨；空氣清淨機的濾網也要定期更換，維持高效濾淨，讓好空氣與好水質，陪伴居家生活每一刻。



嚴防疫情、流感，守住孩童呼吸道防線

疫情來襲，換季抗敏以外，如何聰明迎擊病毒，為孩子與家人打造健康生活？掃描 QR Code，看專科醫師建議！





掃除舊塵埃，迎接新希望！ 清潔好手總動員

不同的打掃區域，污垢組成原因不同，就讓安麗清潔用品來幫忙，針對髒污痛點下手，
三兩下清潔溜溜，省時省力又省心！

客廳



L.O.C. 多用途
強效清潔劑

地板、傢俱、牆壁，
可水洗的地方，就
使用 L.O.C. 多用途
強效清潔劑，溫和
安全不傷手。



房子各處清掃 必備用品

廚房



廚房強效
清潔劑



濃縮
洗碟精



晶亮軟性
洗潔劑



用濃縮洗碟精清理碗
碟；厚重的油污就交
給廚房強效清潔劑或
是晶亮軟性洗潔劑，
廚房從此亮晶晶。

惱人的頑強水垢、
皂垢，就出動浴廁
強效清潔劑，清新
柑橘香氣，除去各
種浴室怪味。

衣物 / 紡織品



三合一超
效洗衣精



冷洗精



炫黑深色
衣物洗衣精



易潔劑

三合一超效洗衣精，雙酵配
方潔衣護色再升級；冷洗精
溫和洗淨髒污；炫黑深色
衣物洗衣精，預防深色衣
物褪色；特殊髒污如油漬、
化妝品等，用易潔劑輕輕
一噴，輕鬆 KO 污垢。

浴室



浴廁強效清潔劑



家事達人
陳安祺

大掃除達人出招！ 輕鬆高效解決煩人家事



家事達人陳安祺老師建議，可以提前清潔少用的儲藏室、窗戶和陽台雜物，最後再清潔使用頻率高的浴室和廚房，提早分次完成每個區域，越接近過年就越輕鬆；再來是先清理高處的櫃子、層板，再處理低處的矮櫃、地板，這樣正好可以一次解決高處落下的塵埃。

打掃時，建議選用配方安全溫和的清潔劑，除了防止傷害器具表面，還能避免刺激皮膚。處理廚房的陳年油垢，可先鋪上紙巾或廢布，淋上熱水後等待5分鐘，再用廚房強效清潔劑，廚具立刻亮晶晶；而浴廁的縫隙污垢，可用牙刷搭配浴廁強效清潔劑，刷過整體更白淨；傢俱上的陳年灰塵，用稀釋後的L.O.C. 多用途強效清潔劑擦過一次，再用乾布擦拭，立即晶亮不留髒污、水痕。

NG 清潔要注意！

1. 蠻力清潔扭到腰 >> 使用晶亮軟性洗潔劑，省時省力不傷身。
2. 寢具及家飾布織品忘了洗 >> 這類物品因清洗頻率不高，常累積局部污漬，清洗前，可先在污漬上噴用易潔劑，難纏污垢一乾二淨。



Amway Home家庭清潔系列 大掃除也要愛護地球

快速高效：採用獨家BIOQUEST Formula潔淨科技，和天然原料成分，超濃縮配方，只要一點點就可以瓦解頑強污垢，用量精省，效果不打折扣。

環保無污：獲得美國環保署 Safer Choice 環保標章，超過80項嚴格檢驗，可生物分解，不會造成環境污染。

安全安心：通過皮膚安全測試，成分單一不含毒性，多種成分融合後，亦不會對人體有害，才能確保安全無虞。

健康清新從「齒」開始 過年吃不停，口腔衛生要注意

年假期間，免不了吃吃喝喝，根據國民健康署調查，有 53.9% 民眾在過年期間，比平常更常吃零食或喝含糖飲料，使得年後牙醫門診數暴增。過年除了時常刷牙，保持口腔清新，也別忘了利用過年前夕更換舊牙刷，為牙刷除舊布新！



電動牙刷高效潔牙術 跟牙菌斑與舊刷頭說掰掰

glister音波振動牙刷，透過光觸媒與音波振動提升清潔效率，統一舒適的刷牙力道與刷毛設計，更可呵護牙齦健康，從新年第一天，讓你與牙菌斑斷開連結！

此外，牙醫師建議至少每3個月更換刷頭，因使用過的舊牙刷，極易沾滿有害口腔、牙齒的細菌和牙菌斑，不但影響刷牙效果，也易引起牙齒疾病。為維持清潔力，務必定期更換刷頭。



完美護齒必備
氟潔牙膏
新一代全護型牙刷
濃縮漱口水
口腔清新劑



一開口，就有自信好口氣



過年大吃大喝，一開口擔心口氣不好，覺得尷尬害羞嗎？每天早晚使用含有 REMINACT 配方及亮潔粒子的氟潔牙膏，搭配新一代全護型牙刷，彈力刷頸徹底潔淨、潔白牙齒，並預防蛀牙，享受口氣清新。

外出聚餐時，別忘了攜帶口腔清新劑，迅速除去口中異味；餐與餐中間，不方便或沒時間刷牙，可使用濃縮漱口水，讓口腔多一層健康防護，笑容更無瑕，同步守護健康大門。

好鍋上手

簡單料理添好運

過年期間，除了大魚大肉，也來點吉祥料理招福氣！
 搭配新上市的義大利製不沾鍋，不僅耐磨耐用又怕黏鍋，
 只要一點點油就能做出健康料理，讓你道道見喜，福滿門！



Cuisine 1 ◀

草莓見喜半月燒

食材

卡士達：低筋麵粉 12 克、優質蛋白素—草莓口味 5 克、蛋黃 2 顆、細砂糖 30 克、全脂牛奶 150 毫升。

餅皮：水 45 毫升、Dorian 特級冷壓橄欖油 25 毫升、蛋 2 顆、低筋麵粉 30 克、優質蛋白素—草莓口味 10 克、泡打粉 1 克、細砂糖 25 克。

卡士達作法

1. 將蛋黃與細砂糖拌勻後，篩入低筋麵粉和優質蛋白素—草莓口味，攪拌至乾粉消失。
2. **不沾鍋**內倒入牛奶，小火加熱至邊緣冒出小泡泡後關火，起鍋倒入步驟 1 中，持續攪拌至混合均勻。
3. 將步驟 2 倒回**不沾鍋**，以小火不斷攪拌至表面微微沸騰，待質地變濃稠時關火，取出放涼備用*。



餅皮作法

1. 水與橄欖油調勻後，篩入低筋麵粉與優質蛋白素—草莓口味，再加入蛋黃拌成濃稠麵糊。
2. 將蛋白打至粗泡後，分 3 次加入細砂糖，持續打至蛋白呈乾性發泡**，倒入步驟 1。
3. **不沾鍋**中塗抹微量油，用小火熱鍋；取適量步驟 2 在鍋中攤薄成橢圓狀，煎至表面冒出小泡泡後，翻面再續煎至金黃色。
4. 起鍋擠上卡士達醬，趁熱將兩邊捏起即完成***。

TIPS：

- * 剩餘的卡士達醬可冷藏保存 2 天、冷凍保存 1 個月。
- ** 提起打蛋器，蛋白泡沫穩定堅固，尖錐挺直不會滴下。
- *** 餅皮趁熱才能成功黏合。



Cuisine 2 ➡

香菇元寶蝦球

食材

高湯 100 毫升、Dorian 特級冷壓橄欖油 1 匙、香菇 6~8 朵、蝦仁 200 克、薑末、太白粉、鹽、酒、白胡椒、食用花少許。

作法

1. 香菇洗淨後剪下菇蒂，將菇蒂切碎備用。
2. 蝦仁剔除腸泥後，切碎成漿，加入薑末、太白粉、鹽、酒、白胡椒拌勻*。
3. 菇傘撒上少量太白粉，填入一層步驟 2 後，再鋪上些許步驟 1，最後再次抹上步驟 2，使表面呈飽滿的圓形。
4. **不沾鍋**倒入橄欖油，放入步驟 3，煎至上色後翻面。在鍋中加入高湯、蓋上鍋蓋悶至香菇熟透**，擺盤時放上食用花即完成。



TIPS :

* 也可拌入玉米粒、胡蘿蔔丁、芹菜等水分較少的蔬菜，增添色彩口感與層次。

** 若想享受更濃郁的風味，可將鍋中的湯汁以太白粉水勾芡後淋在香菇上。

← Cuisine 3

金磚蘿蔔糕

食材

蘿蔔糕 200 克、鹹鴨蛋 2 顆、Dorian 特級冷壓橄欖油 2 匙、蔥花和紅辣椒切圈適量。



TIPS :

盛盤時也可撒上玉米穀片、蒜酥、海苔酥或櫻花蝦，增添更多口感。





Cuisine 4

高升排骨

食材

豬腹協排 300 克、Dorian 特級冷壓橄欖油 1 匙、青蔥 2 支、酒 1 匙、醋 2 匙、砂糖 3 匙、R&J 有機紅麴黑豆醬油露 4 匙、水 100 毫升。

作法

1. 將豬腹協排放入**不沾鍋**中*，倒入橄欖油，雙面煎至上色後取出備用。
2. 將切段青蔥煎至飄出香氣，放

入步驟 1，倒入調勻的酒**、醋、砂糖、醬油露與水，中大火煮沸後轉小火，蓋上鍋蓋燉煮約 30 分鐘。

3. 打開鍋蓋，以中大火收稠醬汁至喜歡的濃度後即可盛盤。



TIPS :

* 使用不沾鍋料理排骨或其他硬殼食材時，要注意避免刮傷鍋面。

** 酒有助於去腥並軟化肉質，可隨喜好使用梅酒、紹興酒等，甚至放入幾顆酒梅，能呈現不同的滋味。



作法

1. **不沾鍋**倒入橄欖油，放入切塊蘿蔔糕，每面皆煎至上色後取出備用。
2. 鹹鴨蛋剖半，將鹹蛋白切丁、鹹蛋黃壓平後切碎。
3. **不沾鍋**放入鹹蛋黃，炒至起泡泡後加入鹹蛋白丁及 3/4 分量的蔥花、紅辣椒圈炒勻，再倒入步驟 1，拌炒到充分裹附配料後取出盛盤，再撒剩餘的蔥花與紅辣椒圈即完成。



eAmcook
發現更多食譜



eAmcook
好食日常 FB

號外號外!

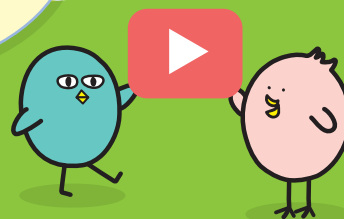
溝通安麗事業 更簡單



如何把安麗事業的好，說進新朋友心坎裡？那就是洞察對方的想望，一次講一個重點，把輕量、有趣的影片，在最適合的時機，分享給最適合的人！

6段影片囊括6大主題，讓熊董幫你做好分群溝通，掃描QR Code立馬看影片！

布烏尼小提醒
「新朋友對什麼主題
有興趣，就分享那段
影片給他喔！」



#1 有感收入

創造兼職收入，斜槓也能出頭天

#2 公平制度

你的努力，決定你的收入

#3 時間自由

自主分配時間，我的時間我做主

#4 事業成就

打造屬於自己的事業王國

#5 永續學習

完整學習系統，助你持續成長

#6 滿意保證

最低風險創業，最堅強的後盾



創玩家

CREATORS

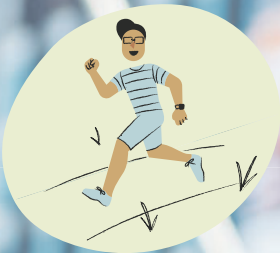
創業的頂尖玩家！

社群媒體不但是現代人社交互動、獲取資訊的重要管道，更是經營安麗事業的新利器！快加入「安麗創玩家」，運用社群影響力實現你的創業夢！

現代人每天總是習慣拿起手機滑滑臉書、IG，根據調查，全球每人每天平均花費 144 分鐘在社群媒體上。社群媒體也是幫助你找到志同道合夥伴的絕佳工具，安麗創玩家教你如何利用社群媒體，結合興趣的熱情與創業的渴望，吸引與你有相同嗜好的顧客，發展興趣生活圈，有效建立個人品牌。這個嶄新的創業模式，幫助你開創新商機。

創玩怎麼做？新手上路 3 步驟

- 1. 學習社群經營知識 & 技巧：**安麗行動大學多元化的線上培訓課程，包括數位工具應用教學、如何創作出具個人色彩的創作內容技巧，全方位紮實奠定社群經營基本功。
- 2. 激發創意靈感：**觀察其他安麗直銷商或是網紅的經營模式、話題操作，學習如何引發關注的創新吸睛要素。
- 3. 實踐想法與行動力：**與團隊夥伴一起合作，發揮各自專長與分工，共同推動社群經營的理念和計畫。



歡迎加入
創玩家

發揮創意 玩出你的創業 STYLE !



想知道如何實際運用社群媒體，搭上你的興趣
進而開創事業商機的祕訣嗎？
讓3位安麗創玩家新手告訴你，創玩可以這麼起步！



#劉彥銘 區分平台 創造吸睛話題

平常喜歡鑽研營養知識的劉彥銘，除了會主動進修營養學專業課程，也經常在社群平台上和大家交流營養相關的知識和話題。在加入安麗創玩家之後，他將這項興趣與專業結合，每個禮拜固定在各社群平台 po 出以營養為素材的有趣圖文，因而吸引到許多網友和粉絲向他詢問健康相關問題，短短 2 個月，就讓他的 FB 粉專和 IG 追蹤人數倍增。

劉彥銘發現，符合時事的議題或是營養學冷知識的內容，點閱率特別高之外，他也發現必須區分不同社群平台的群眾屬性，也就是所謂的「分眾溝通」。例如在 FB 的粉專上，因為年齡層較廣，他會以專業知識、產品分享文為主。IG 的社群年紀較輕，比較喜歡新奇有趣的冷知識，或是一張吸睛的圖片，搭配一段短文字。因此他和團隊分工合作，由不同人負責圖像、文案、標題，大家各司其職又能集思廣益，才能源源不絕 po 出創新又豐富的內容。

劉彥銘認為，安麗創玩家幫助他快速掌握社群媒體的經營要點，跟上這波事業發展的主流趨勢！



#林晉巧 玩出自我風格 建立個人品牌

林晉巧以往只是個社群平台上的潛水客，總是很羨慕那些能拍出漂亮美照、寫出精彩文章的網紅與部落客，直到參加安麗創玩家線上培訓營後，才知道原來只要掌握好角度位置、光線配色和圖片比例等重點技巧，自己也可以拍出好看的照片，讓她信心大增，開始積極和大家分享她喜愛的美容和美食生活心得。

即使是一頓豐盛的早餐、夥伴們的下午茶聚會、團隊舉辦的野餐或爬山活動、睡前的美容保養習慣等，林晉巧都不忘以限時動態即時和粉絲們分享，讓許多人對於她多采多姿的生活感到好奇和羨慕，



並紛紛留言希望報名參加團隊舉辦的活動，或是主動提出購買產品的需求。

「從興趣著手，找到自己的品牌定位。」林晉巧分享經營的社群平台特色，絕對少不了快樂開心的元素，她笑說：「當我在工作的時候，也是在玩；玩樂的時候，也是在工作，我覺得這才是創業者的最高境界。」

#鄭淙翰 串連線上線下，框住粉絲黏著度

擁有吃不胖的體質，讓人十分羨慕，但鄭淙翰卻對自己纖瘦的身材感到很苦惱，於是他開始注意自己的營養補充，再搭配運動計畫，幾個月的時間便成功鍛鍊出結實的肌肉。當他把這段經歷分享在社群平台時，意外引起不少迴響。

看到自己的發文使得粉專追蹤人數激增，讓鄭淙翰覺得很有成就感，也開始透過線上自媒體平台分享生活和興趣相關的話題。透過社群平台，他可以同時和許多人互動交流，不僅交友圈完全不受限，從中也獲得不少回饋。像是每個禮拜會和團隊舉辦好幾場活動，包括料理烹飪課程、讀書分享會、粉絲抽獎見面會等，場場參加人數都相當踴躍。透過線上線下的串連，培養

出一群忠實鐵粉，也從中開創無窮商機。

鄭淙翰深感認同地表示：「透過創玩家的經營理念，將線下與線上巧妙串連，不但讓我認識到喜好相同的好友，也結交了一群理念一致、共創事業的夥伴，這樣的事業經營模式，可以說是完全為我量身打造。」



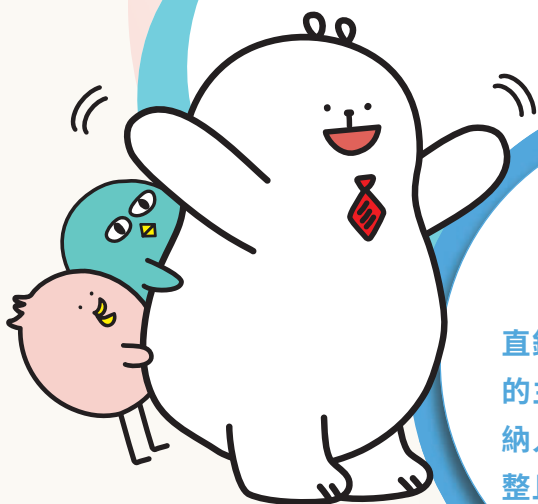
安麗數位學習 超給力

學習成長就是你的關鍵競爭力

持續學習，加速成長是發展安麗事業的不敗心法，但……你總是沒時間進教室？上課地點交通不便？安麗數位學習工具最懂你！助你實現理想學習方式，不受環境限制：拿起手機就可以利用零碎時間輕鬆學；教室外也能學，距離阻隔不讓學習受限。有「安麗行動大學」與「i挑戰星球」，一支手機就能掌握豐富學習資源！

行動大學 feat. i 挑戰星球

| 學習更全面 |



直銷商夥伴可以針對有興趣的主題深入學習，並將課程納入團隊培訓，讓學習更完整且全面。



適合夥伴廣邀會員輕量學習，創造互動，加深連結，也可與團隊夥伴組隊挑戰任務，強化凝聚力。



i 挑戰星球 立即報名登陸

時刻幸福—儀式感日常的日常練習

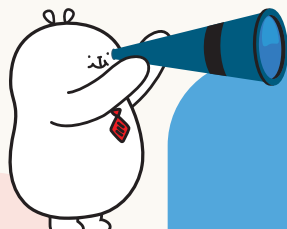
帶你重拾對生活的想像，進一步設計出屬於你的儀式感生活。

社群經營攻略

學習與實作，讓你成為有內涵的達人，發揮你的社群影響力。

IG 經營學習營

快速掌握 IG 經營起手式，掌握商機！



你我線上相約～不！見！不！散！



行動大學新改版

學習更精進



主選單介面
設計優化，
讓學習不迷路

學習包
主題學習一起打包



課前小測驗
能力分階
快速找到對應課程

線上獎勵徽章
鼓勵完整學習

下載升級去



ios



Android

行動大學 專家來開講

不知道如何辦活動？社群貼文越想越沒梗？如何有效溝通或展現精準說服力？行動大學邀請不同領域的外部專家為夥伴開課，首推教父級設計師李明道、職場圖文作家馬克、全方位創作作家劉軒精彩分享，快把專業祕訣通通學起來。



教父級設計師
李明道



職場圖文作家
馬克



全方位創作作家
劉軒

疫情讓愛心更溫暖

基金會新增贊助 12 個課輔班

新冠疫情在社會各個層面帶來衝擊，幸好有安麗夥伴們慷慨解囊，帶給孩子更多溫暖。2020 年安麗希望工場慈善基金會的募款金額創下歷史新高，較去年成長近 80%，也讓基金會有更多資源能夠投注在照顧孩子身上。新增贊助的 12 個課輔班，主要分布在花東地區，同時擴及到外島，基金會對孩子的照顧不分地域，愛心沒有距離！



每分捐款都用在孩子身上

基金會持續將捐款的效益最大化，行政費用支出比率僅占募款總額的千分之 4。從南到北、從平地到深山，我們贊助的 26 個偏鄉及資源缺乏課輔班遍及全台，近 1,500 名孩童受惠。

愛心點點滴滴累積中 (截至 2020 年底)

- ♥ 志工服務累積超過 3 萬小時
- ♥ 全台受惠孩童近 3 萬人次
- ♥ 捐助公益團體累計超過 NT\$1.8 億元

→ 是課輔班，也是孩子的家

台東 龍田學堂

龍田村位於知名風景區鹿野高台旁，是日據時代就開發的美麗小村落，也因為開發早，跟一般花東村落不同，是原住民、漢民族、新住民融合的社區；這裡的孩子有超過三成是學習進度嚴重落後的特殊生。5年前從台東大學資工系畢業的黃建豪，看到台東偏鄉的困境，毅然放棄台南家鄉科學園區的工作機會，在台東落地生根，成立了友善關懷協會，從資工斜槓社工，照料一群脆弱家庭孩童。他的理想鼓舞了身邊3位夥伴，4人一同肩負起協會所屬龍田學堂近90位孩童的課後輔導及晚餐。

因為疫情衝擊，協會募款捉襟見肘，黃建豪說：「因為募款不足，每一步都走得異常辛苦。」2020年末，4位社工看到協會存摺僅剩不到7萬元，4人絞盡腦汁，直至清晨5點半都還苦無方法；沒想到天亮後，就接到安麗希望工場慈善基金會的通知，要幫助他們度過難關。建豪與夥伴們感動地說：「沒想到世界上真的有聖誕老公公，也有人跟我們一樣，想用盡全力，讓這些孩子變得更好。」



→ 溪水長流，茁壯成樹

花蓮 溪水關懷課輔班

溪水關懷課輔班很不一樣，照顧的對象以國中和高中學生為主。創辦溪水的郭美容老師認為，國高中時期是人生的轉捩點，許多弱勢族群青少年會在這個時期放棄自己，她希望能幫助孩子建立良好的學習態度和正確的品格，尤其弱勢家庭的學生，想要好好加強課業卻不得要領，更沒有多餘金錢可以補習，低成就的學習氛圍容易喪失自信、迷失方向。「溪水要做的就是培養青少年的能力，從而產生自信，面對成長的挑戰。」

在溪水的陪伴下，學生展現了很好的成績，去年近10位國中畢業生都考上自己理想的第一志願，例如花中、花女、慈濟護專。尤其當地很多弱勢孩子都以慈濟護專公費生為第一志願，除了畢業後工作有所保障，學校每個月還提供零用金，讓他們不用為生活擔心。但聘請專業師資的費用卻是課輔班沉重的負擔，今年因基金會贊助，才有較為穩定的收入來源，照顧這群夢想即將起飛的孩子，幫助他們一步一步證明自己，有能力打造不一樣的未來。



每個課輔班都有不一樣的故事，但相同的是，他們現在都是基金會匯集夥伴力量，一起照顧、給予溫暖關懷的孩子。



捐款獻愛心

1公升的幸福 大容量的滿足

沐浴乳高蜂薈
3月重量級登場

蘆薈沐浴乳 1公升

嚴選保養功效最好的庫拉索蘆薈，搭配紅葡萄籽、兒茶素幫助延緩老化，清新花果香，舒緩及療癒身心。

蜂蜜沐浴乳 1公升

以橙花蜂蜜為基底的專利不刺激配方，溫和潔淨肌膚，充分享受蜂蜜甜蜜呵護的沐浴時光。



貼心按壓頭設計

大容量包裝

CP值更高

Amway Select

嚴選好物

美麗保養 細心呵護



一滴潤透 重返初生肌

超能玻尿酸維C雙精萃

添加雙分子玻尿酸和維生素C複合精華，從肌底注入保濕和彈力因子，快速重返年輕，再現光滑細緻。

容量：12 毫升
訂貨代碼：4214
售價：1,850 元



奢華染護 一次完成

植萃護髮染霜 (共5色)

含有5種植物精萃油與ENERJUVE三效喚活因子等多重護髮成分，溫和低刺激，染後顯色高麗，綻現勻亮光澤。

訂貨代碼：
● 深棕 3172
● 紅棕 3173
● 淺棕 3174
● 亞麻灰 3175
● 蜜糖橙 3176

售價：490 元



洗護45次 依然出色

護色洗髮乳／潤髮乳

添加石榴及葡萄籽萃取，有效修護髮質，髮色持久炫亮閃耀，在家也能打造沙龍級美髮！

容量：280 毫升
訂購代碼：3118 洗／3123 潤
售價：420 元



營養活力 能量加分



2月1日上市

分群營養解決方案

全方位隨身營養系列

針對不同族群的日常所需，提供基礎保健加上特別呵護的營養素補給，輕巧隨手包便利好攜帶，隨時補充營養活力。

容量：60包

訂貨代碼 / 售價：

男士活力組合2792 / 4,430元

女士青春組合2793 / 3,240元

長青樂齡組合2794 / 3,610元



調整體質無負擔，補養首選

優質蛋白質—草莓口味

提供9種必需胺基酸，調整體質。無膽固醇與乳糖，好消化、無負擔；隨餐使用，保持一日活力。運動、點心與睡前補充，補養肌肉，幫助發育，草莓香氣更幫助入睡。

容量：450克

訂貨代碼：2571

售價：930元



好純淨、好新鮮、好心安

複合魚油膠囊

從海洋到成品，紐崔萊從純淨的大自然萃取有益人體健康的營養素，每一顆魚油皆純淨新鮮，為您帶來優質營養與高品質的安心保證。

容量：90粒

訂貨代碼：2617

售價：1,250元



3月上市

溫暖的健康美味

BodyKey 營養飲品—番茄風味

忙碌上班族的健康小幫手，含適當比例的維生素、礦物質及膳食纖維，熱量低無負擔，濃郁番茄香，幸福好滋味。

容量：30公克 × 14包

訂購代碼：2801

售價：1,250元



創意料理 輕鬆上手

料理新手也能輕鬆上菜

全新不沾鍋—直徑 24 公分 / 直徑 28 公分

不需要是大廚也能做出五星菜色，耐用度升級，耐磨度加 5 倍，第一次煮飯也能迅速烹調，好 easy！

24 公分

尺寸：深度 6.4 公分

訂購代碼：2098

售價：4,080 元

28 公分

尺寸：深度 6.8 公分

訂購代碼：2099

售價：4,980 元



小n*超給力 隨時應援你

好吃 # 嘴饞救星 # 零食控 # 好分享 # 小n 應援團



隨食好活力

Chocotein 元氣滿點能量球

添加大豆蛋白、乳清蛋白和膳食纖維，口感扎實綿密，健身族不用忌口、上班族隨食補元氣，午茶食光新選擇。

容量：270 公克

(45 公克 × 6 包，每包 6 顆)

訂貨代碼：8668

售價：540 元



2 月 1 日新登場

喝的晚安面膜

Sweet Dreams 睡美人膠原飲

添加膠原蛋白、酸櫻桃汁，睡前一瓶，幫助入眠，隔天輕鬆迎接 Q 彈美顏，顏質滿分就是你。

容量：400 毫升

(50 毫升 × 8 瓶)

訂貨代碼：8672

售價：540 元



甜點上癮也能當仙女

EASY SO 纖勻美 Q 凍

添加藤黃果萃取精華，促進新陳代謝，幫助打造黃金比例，搭配膠原蛋白，越吃越 Q 彈，美型美顏一次搞定 So easy！

容量：280 公克

(20 公克 × 14 條)

訂貨代碼：8671

售價：540 元



2 月 1 日新登場

搖一搖為體力充「飽」電

POWER UP! 超級毅力飲

添加 21 種穀物、綜合水果萃取、大豆蛋白以及 9 種維生素與礦物質，香濃口感搭配香脆穀物，隨時給你愛的「毅力」。

容量：350 公克

(50 公克 × 7 包)

訂貨代碼：8670

售價：540 元





Amway
2021
牛轉運來



Amway與LINE FRIENDS攜手來開運！

活動日期至2021年2月21日，活動詳情請見第10頁

LINE FRIENDS

©LINE

