

AMAGRAM

2025
6月

安麗愛生活



打造健康好底氣
夏日保養零死角

家用科技潔淨生活節
純淨居家 守住健康



CONTENTS

FEATURE STORY



01 潔淨居家 打造健康好底氣

04 夏日保養零死角 打造肌膚的美麗防線

06 夜養護×日防護 打造肌膚淨·透·亮

08 營養配對 健康加分

10 減重也要先暖身 喚醒你的代謝力

12 希望工場滿千贈禮活動 5/15暖心登場

《愛生活雙月刊》轉型數位版《安麗月刊》

自2025年7月號起，《愛生活雙月刊》轉型為純數位版的《安麗月刊》並於iShare數位內容平台發行。邁向無紙化與環保永續需要您的支持，歡迎掃描QR Code提供寶貴意見，幫助公司持續提升刊物製作品質，助力夥伴經營發展！



回饋意見

Amway

顧客服務專線：(02)2175-5166

本刊物使用環保
印刷油墨印製



- 百年初心歷久彌新 安麗四大基石
- 〈安麗價值Open講〉不曾隱藏的成功祕密
- 〈R&J加油站〉取之於社會 用之於社會



安麗數位期刊

潔淨居家 打造健康好底氣

「家」是每個人的城堡，但你知道隱形毒害可能正悄悄侵入家中？

別以為躲在家裡就安全無虞，其實許多潛藏於日常飲水與空氣中的污染源難以察覺，更需要謹慎防範。尤其塑膠微粒等新興污染物層出不窮，不僅危害環境，也對健康造成嚴重威脅。益之源淨水器Pro與逸新空氣清淨機攜手對抗污染，為全家人創造潔淨的居家環境，打造健康好底氣！

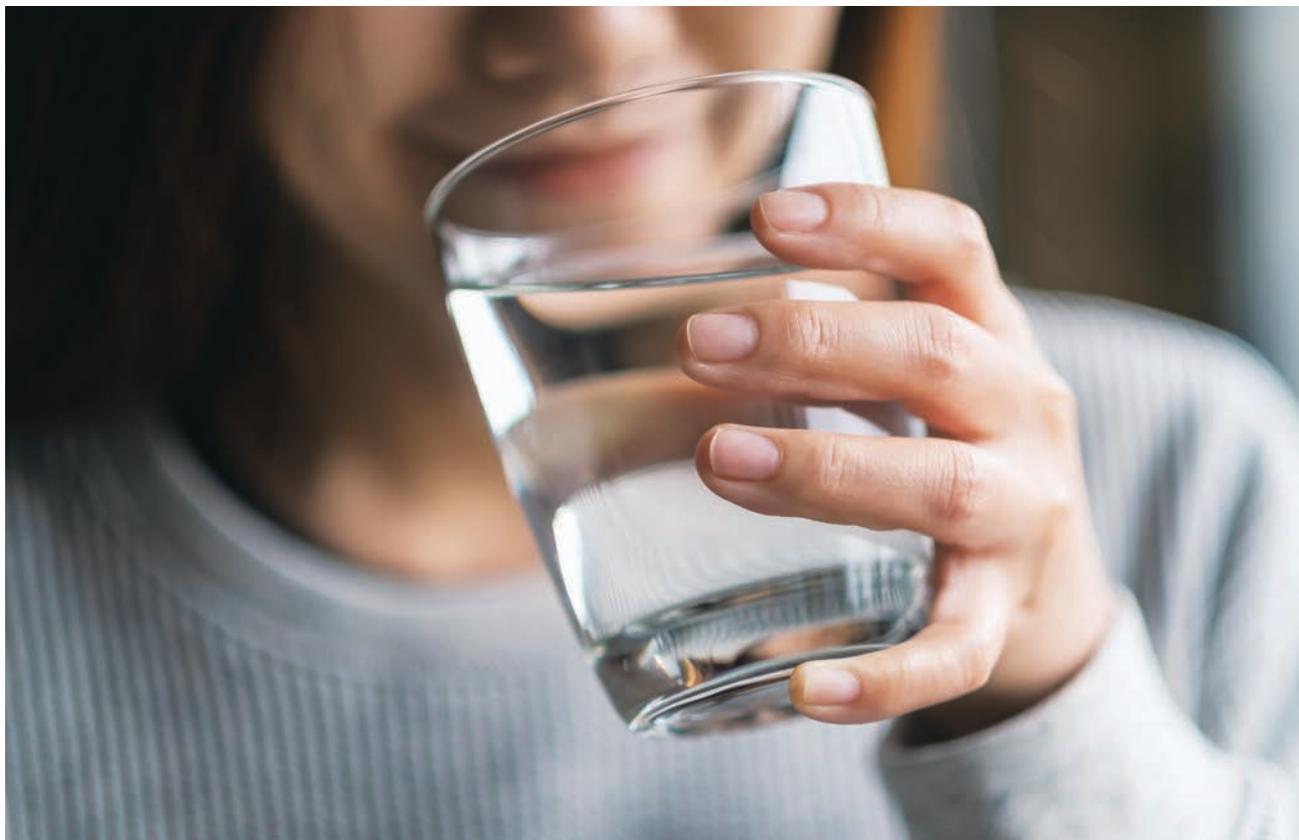


看不見的威脅 塑膠微粒

已知的污染固然可怕，但人們沒注意到的新興污染物也悄悄進入生活中，例如肉眼看不見的塑膠微粒。這些顆粒有時候甚至比髮絲還細，也就是所謂的微米與奈米塑膠微粒。

全球塑膠垃圾問題日趨嚴峻。全世界每年產生的塑膠中有很一部分會流失到海洋環境並持續存在，預計到2025年累積重量將達到2.5億噸。塑膠微粒是大型塑膠製品(像是寶特瓶、塑膠袋)經過長時間日曬、風吹和磨損之後，碎裂成非常小的顆粒。

如今這些塑膠微粒無所不在，甚至可能進入人體並進入血液。塑膠微粒對你我的飲水與呼吸健康都造成莫大威脅，不可輕忽。



你吸的是空氣 還是污染？

除了更常喝水，炎炎夏日也讓人更想整天躲進冷氣房，但你可曾想過，室內空氣的污染居然比室外更嚴重。美國環保署網站揭露，該機構針對空氣污染物的研究顯示，室內污染物含量可能比室外高出2到5倍，有時甚至超過100倍！廚房油煙、瓦斯燃燒廢氣、人與寵物的毛髮與皮屑、塵蟎與黴菌……這些看不見的過敏原與刺激物，直接威脅呼吸健康。特別是對兒童、長者及氣喘與過敏體質者的影響更甚。再加上難以阻絕的PM2.5微粒，長期吸入不僅損害呼吸系統，更可能提高癌症與死亡風險。

塑膠微粒 悄悄進人體

台北醫學大學醫學系教授莊凱任表示，以前大家多半關注這些微粒是從食物或飲料進入我們的體內，但現在越來越多研究發現，我們其實每天也會從空氣中吸入不少塑膠微粒。

根據國內外研究證據顯示，空氣中塑膠微粒的來源主要是合成紡織品、建築材料、道路磨損顆粒、塑膠材料磨損、垃圾掩埋場、污水處理後的污泥，以及廢棄物焚燒。室內空氣中發現的塑膠微粒，占室內空氣顆粒物的4%。據估計，平均每個人每天吸入的塑膠微粒高達130毫克。

極效清淨 逸新給你奈米級防護

打好健康底氣，別再把身體當空氣清淨機了，就把重責大任交給逸新空氣清淨機，濾淨效能高達99.99%，有效過濾小至0.0024微米(2.4奈米)的懸浮微粒，包含PM2.5、流感病毒等300種以上污染物，並有效去除居家異味、102種過敏原與刺激物，4大國際認證，給你值得信賴的品質保障！



你喝的是水 還是塑膠微粒？

如今這些塑膠微粒不但出現在海洋，進入水源，並持續以難以想像的方式進入人體，根據國際世界自然基金會2019年研究，民眾一周吃下的塑膠總量，相當於一張信用卡。這些塑膠主要來自被塑膠污染的飲用水，也有來自貝類等海鮮，通常人們將海鮮吃下肚，連帶也吃進這些生物消化系統內的塑膠。

根據2020年路透社的專題報導，人們一個月可能吃下相當於一塊樂高積木的塑膠量，按照同樣的速率，10年吃下2.5公斤，相當於兩條粗大的塑膠水管，估計一輩子吃下的塑膠量，大約有20公斤！

面對水污染 益之源超前部署

隨著污染物持續進化，淨水設備的防護力也必須同步升級。選擇一台能有效濾除新興污染物的高效淨水器，是為家人飲水健康設下安全防線的明智之舉。

益之源淨水器Pro全機通過NSF/ANSI第42、53、55、401號標準認證，能有效濾除超過170種污染物，並消滅99.99%細菌與病毒。其中第401號標準是針對新興污染物濾除測試，必須能濾除特定新興污染物，包括藥物、化學化合物、除草劑與殺蟲劑，以及塑膠微粒等。益之源淨水器Pro超越污染，守護未來，以極淨好水打造全家人的健康好底氣。

然而無論淨水器效能有多高，唯有定期更換濾心，才能確保淨水器隨時維持最佳效能，讓家人安心暢飲極淨、安全的好水。



「隱」水危機
瞭解更多



家用科技潔淨生活節 打造最可靠的健康防線

健康，永遠是最佳的投資，益之源淨水器Pro上市周年，與逸新空氣清淨機攜手，兩大居家健康守門員，一起幫助你實現能安心呼吸、喝潔淨好水的健康居家空間，為全家人打造最可靠的健康防線(特惠活動辦法詳見封底)。



室內空氣威脅
瞭解更多

夏日保養零死角

打造肌膚的美麗防線

夏日轉眼已至，白天面對紫外線、空氣污染與油水失衡等問題，保養絕對不能「輕鬆就好」！應該依據肌膚日夜不同的需求，提供全方位呵護。運用植萃成分為肌膚注入能量，日間強調保濕與防禦，夜間則聚焦修護與滋養。選對保養品，讓每日保養不只是例行公事，而是一場日夜接力的呵護之旅！



白天保養重點：

保濕 + 防曬 ▶ 夏日防曬必修課

許多人以為夏天出油，是因為肌膚太滋潤，為了避免黏膩感，乾脆跳過保養步驟。其實正好相反！當肌膚缺水、底層乾燥時，反而會分泌更多油脂來自我保護。只要聰明挑選清爽型的保濕產品，讓肌膚喝飽水，不僅能穩定膚況、減少出油，更能發揮抗氧化力，對抗外在刺激。

建議日常保養採用「精華疊擦」策略：先使用**超能亮維C精萃**，其內含三重分子玻尿酸，可迅速為皮膚補充完整水份，大分子玻尿酸為肌膚表面補水，形成保護，使肌膚看起來水潤。中分子玻尿酸有助提升整體肌膚保濕力，並具備一定的支撐力，有助修護肌膚，小分子玻尿酸可滲透到基底角質層、真皮層，強化皮膚內部的水分補充，並提升抗氧化力。

接著搭配**雅芝青春水潤淨化精華**，其中的白奇亞籽胜肽及微脂囊具高滲透力，能有效抵禦外在環境傷害，修護屏障，幫助舒緩並維持肌膚健康。

最後，切勿忽略防曬！建議選擇具備「寬譜防曬」及積雪草成分的**雅芝多重防護UV防曬乳**，才能有效阻擋紫外線對肌膚的傷害，預防光老化！



保護力提升

+55%

實驗證實，兩款精華搭配使用，保護力提升55%，幫助肌膚抵禦外在環境侵害。



方宇心 醫師
皮膚專科

“夏日不只要防曬，更要注重保濕與修護！
聰明選擇富含白奇亞籽的保養品，結合植萃力量
能有效守護肌膚、提升肌膚防禦力”

方宇心醫師指出，台灣氣候高溫潮濕，肌膚容易出油、敏感，甚至提前老化。當肌膚缺乏足夠保濕時，角質層屏障會變弱，進而導致慢性發炎，影響膚質與光澤度。



夜間保養重點：

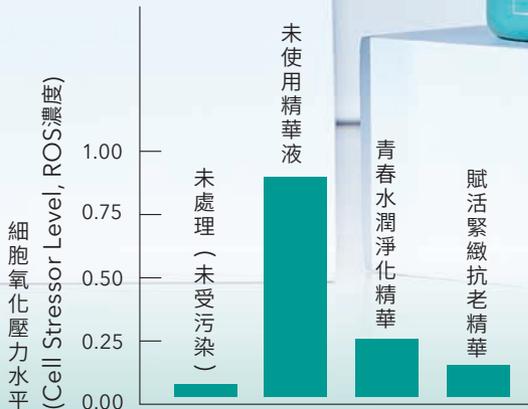
深層保濕 + 修護肌膚 ▶ 抗老煥膚的最佳時機！

夜晚的保養，同樣馬虎不得！夜間是肌膚自我修復與重建的關鍵時段。研究指出，夜晚肌膚的經皮水分流失比白天高出約20~30%。這是因為白天皮脂分泌旺盛，有助減少水分蒸發；到了晚上，肌膚屏障功能降低，水分更容易流失，加上待在冷氣房中，更加劇乾燥問題。因此，夜間保養應著重於「修護」與「補水」。

夏日晚間保養可沿用白天的**超能亮維C精萃**，再搭配**賦活緊緻抗老精華**，其中富含白奇亞籽胜肽、蔓越莓胜肽、康普茶發酵物與希臘薰陸香，能強效修護，有效抗糖化、氧化，提升膠原蛋白，撫平細紋，全面強化肌膚彈性與緊緻度。**兩者同時使用，可提升45%的抗老效果**。擦完精華液後，可搭配**極萃晚安修護面膜**，舒緩夏日皮膚躁動，並鎖住精華，讓修護工程持久進行，幫助揮別暗沉肌膚，是夜間修護的絕佳搭配。

抗老效果提升
+46%

超能亮
維C精萃 賦活緊緻
抗老精華



實驗將三個樣本暴露於模擬的污染環境中。結果顯示，未使用精華液者，氧化壓力飆升，產生大量自由基；使用精華液者，氧化壓力明顯較低，其中賦活緊緻抗老精華效果尤佳，幾乎與未受污染的對照組相同。

日防護×夜養護

打造肌膚淨·透·亮

夏日保養，就讓美膚訂製面膜為你「量膚訂製」，依據個人肌膚需求，選擇最適合的面膜，只要7分鐘，肌膚煥然一新。日間搭配多重防護UV防曬乳SPF50+的究極全方位抗曬，幫助肌膚守住健康，打造零死角的美麗防線。

全方位防曬 5力抵禦光老化

多重防護UV防曬乳以「植萃高乘效預防複方」，結合紐崔萊針葉櫻桃萃取、澳洲雛菊與黑莓萃取，提升肌膚防禦力。

紐崔萊紅石榴的高抗氧化保護，能對抗環境污染刺激帶來的老化危機。積雪草萃取物透過緩釋科技帶來長達8小時的修護力。紐崔萊白奇亞籽強化肌膚保濕屏障延緩老化。

為肌膚提供防護，同時也愛護地球，多重防護UV防曬乳不含經證實危害珊瑚的防曬成分，通過皮膚科級過敏性測試，溫和不致敏，而且通過純素協會認證，不含動物性成分，也不進行動物實驗，使用更安心。

修護力

發酵型積雪草
8小時修護力

抗水力

抗水耐汗
長達80分鐘

抗老力

紐崔萊白奇亞籽·
紅石榴精華

防曬力

SPF50+/PA++++
對UVA/UVB皆有防護力

防禦力

植萃高乘效預防複方
肌膚自然防禦+350%



紐崔萊紅石榴
對抗環境帶來的老化危機



積雪草萃取物
提供8小時修護力



紐崔萊白奇亞籽
強化肌膚保濕屏障、延緩老化



#小盾牌

7分鐘輕鬆實現夜間養護

T字油光、臉部粗糙，心情鬱悶超暗沉……就靠黑醋栗磨砂面膜、白奇亞籽煥亮面膜和柑橘潔淨面膜施展魔法，去除你的老廢角質、惱人出油、毛孔粗大和暗沉，肌膚白皙透亮。

角質調理

黑醋栗磨砂面膜



潔淨毛孔

柑橘潔淨面膜



嫩白透亮

白奇亞籽煥亮面膜



一夜注入保濕緊緻

夏季頻繁進出冷氣房，讓肌膚缺水，看起來疲倦又顯老嗎？就交給綠茶保濕面膜和紅石榴緊緻面膜，補水滋潤，重拾兩頰、下顎和頸部肌膚彈性，緊緻水潤超有感。

保濕補水

綠茶保濕面膜



緊緻Q彈

紅石榴緊緻面膜



從日間的防曬，到夜間的深層養護，每一步都是為了讓肌膚保持最佳狀態。選擇專屬自己的保養，讓肌膚煥發自然透亮光采。今夏，就用量膚訂製的呵護，寵愛你的每一寸肌膚。



營養配對 健康加分

現代人三餐老是在外，營養難免失衡，這時候營養補充品就成了守護健康的小幫手。其中，維生素B和維生素C幾乎是現代人的必備款。單獨補充可以補足基礎營養需求，跟其他營養素搭配，更能發揮協同作用，效果更加乘！

維生素B

能量轉化高手
加個好拍檔更有感



+ 鐵 提升能量元氣滿滿



總是提不起勁、早上爬不起來、下午昏昏欲睡？這不是懶，是身體在告訴你：「我需要B群還有鐵！」

維生素B群將攝取的食物轉化為能量，而鐵參與許多酵素的合成和功能，缺乏時會阻礙能量的產生和利用，加劇疲勞感。缺鐵時還會導致血紅素不足，身體無法獲得足夠氧氣，自然感到疲勞。當維生素B群與鐵充足時，就像充飽電力，反應靈敏，增加工作效率。

+ 鈣 紓壓安定情緒

忙碌的生活腳步，難免發出失眠、頭痛、肩頸酸痛等警訊，維生素B群與鈣是緩解壓力的高手。維生素B₆參與了神經傳導物質的合成，在情緒調節、壓力反應和睡眠等都很重要。缺鈣時神經和肌肉無法放鬆，造成肌肉、肩頸痠痛，或是容易焦

慮、影響睡眠品質。維生素B群與鈣攜手幫你告別焦慮、緊張、憂鬱，放鬆心情。

+ E 抵抗健康威脅

人生打拚階段，面對環境壓力，應酬、抽菸、喝酒等，需要維生素B+E作為堅強後盾。應酬、飲酒需要補充足夠的B群來幫助酒精代謝，喝得越多，需求越多。若有吸菸、喝咖啡、喝茶的需求時，更會加速維生素B群的損耗。維生素E是強效抗氧化劑，有助於保護細胞免受自由基的損害。維生素B+E如同無形的防護網，避免環境壓力帶來的威脅。

+ 鋅 日夜神采奕奕

無論男性或女性都需要維生素B群與鋅來維持正常生理機能，盡情享受活力人生。食物像是煤炭，維生素B群就像點燃煤炭的火種，啟動煤炭燃燒，而鋅就像是搗風的助手，使燃燒更加旺盛，兩者攜手就能活力滿滿。鋅能夠維護男性和女性的生育力健康，和維生素B群搭配，就能點燃活力，預防機能失調，為生活加把勁。

維生素C

內外保養高手
正確組合更亮眼！



+鐵 由內到外調整好氣色

美麗不能只靠化妝保養品，還要從內到外打理，維生素C和鐵的搭配，就是女性的美顏法寶。女性每次生理期會流失約30毫克的鐵，若沒有即時補充回來，容易造成缺鐵性貧血，影響氣色，補鐵還要同時補充維生素C，幫助鐵的吸收。維生素C能延緩細紋、皺紋等老化現象，讓肌膚保持Q彈水嫩，減少黑色素生成，讓肌膚更明亮透白。



+鈣 軟硬堅固靈活行動力

骨頭硬、關節軟，才能靈活又穩健。C+鈣就是照顧骨骼與關節的最佳拍檔！鈣質是維持骨質健康的關鍵，還要同時搭配維生素D、鎂，再加上維生素C的補充，幫助鈣吸收利用效率。維生素C則幫助合成膠原蛋白，在骨骼、軟骨、韌帶等結締組織中扮演重要角色，與鈣是骨骼與關節保養的哥倆好，同時補充，軟硬全面防護。

+A 強化黏膜鞏固免疫

呼吸的黏膜組織是人體對抗外來污染物入侵的第一道防線，而免疫系統像是內部防疫軍隊，維生素A+C搭配礦物質「鋅」，可聯手建立最佳防護。維生素A能確保黏膜細胞結構完整，阻擋病原體入侵，鋅能強化免疫功能，維生素C則有助於調節免疫反應，縮短感冒病程。在季節變換、病毒肆虐及感冒流行時節，補充維生素C+A，是強化免疫力的有效方式。

+E 抗氧化夢幻組合

維生素C為水溶性，維生素E為脂溶性，兩者聯手出擊，更有效清除各種不同種類的自由基。當體內的自由基過多，就會形成各種慢性疾病及老化現象，維生素C與E就像海軍和陸軍，全面地保護細胞，維生素C可將失去活性的維生素E再度喚醒，幫助它恢復活性，持續作用，兩者攜手作戰，減少心血管疾病、癌症、老化等風險。



除了補充維生素B與C，別忘記依照需求搭配其它營養素，發揮超強聯手效果，對應不同生活型態的需求。

減重也要先暖身 喚醒你的代謝力

你知道嗎？就像運動前要先暖身，減重也要先幫身體「預熱」！別急著計算熱量、跳健身操，真正聰明的做法，是至少先給身體7天的「代謝啟動期」，讓你的減重之路不硬撐、不卡關！透過「代謝啟動」，從根本調整體質，有助你打造健康又窈窕的身型。



代謝需要被「啟動提升」，不妨在進入體重管理期之前，先給身體一段至少為期7天的暖機時間，讓腸道與身體調整好代謝節奏，為減重打造良好基礎，將有助成果事半功倍。

而代謝啟動期有著不可忽略的3大關鍵：

啟動代謝力3關鍵

#1 腸道調理：為代謝打基礎

腸道是人體的「第二大腦」，也是代謝的第一站。打造良好的腸道環境，首要工作就是維持菌相平衡，透過補充特定代謝型菌株，如**後生元 CECT8145**，攝取進入腸道後，會啟動一連串的連鎖反應，由腸道細胞傳遞代謝訊號給脂肪的指揮中心——肝臟，下達「少囤積」、「多分解」脂肪的指令，能有效減少內臟脂肪。

#3 飲食控制： 減法生活不必委屈自己

飲食控制不代表「不能吃」，而是要「吃得聰明」。在控制飲食與熱量的同時，美食當前難以抗拒？不妨善用特定植物營養素，如**腰豆(白腎豆)萃取物、黃豆萃取物、綠茶多酚磷脂複合物**等，幫助減少澱粉與甜食負擔，降低油脂吸收、促進代謝，讓你在偶爾小放縱時也能兼顧提高代謝效率，持續使用效果更好。

#2 良好作息：關鍵營養助燃脂

減重不必一開始就進行高強度運動，重點是持之以恆。只要每天增加活動量，例如步行一萬步或在家進行超慢跑，都是容易執行的方式。運動也有助於睡眠節律穩定，為代謝加分。運動前再搭配如**摩洛哥紅橙中的紅橙多酚**營養素，也能幫助運動表現並進一步提升日常代謝效率。



營養充足且均衡 體態更有型

體態養成期，千萬不可忽略身體需要的各種基礎營養，以維持正常生理運作，避免因控制熱量而導致營養素不足，身體產生異狀，例如昏昏欲睡、掉髮、膚質變差等問題。各種維生素、礦物質及優質蛋白質都要完整補充，才能協調各種生理機能，並幫助肌肉線條更有型。



壯衣滿愛 希望工場滿千贈禮活動

一只由愛打造的質感旅行袋，不只滿足生活多樣的需求，更將善念轉化為具體的行動！



【裝滿愛】希望工場滿千贈禮活動5/15 暖心登場！

單筆捐款滿NT\$1,000回饋您「飛狼Jack Wolfskin乾濕兩用旅行袋」一只，超大容量、防水保溫、可提可背，既是旅行袋，也能作為公事包、野餐包，方便、實用又貼心的萬用好包。市價NT\$1,050，數量有限，送完為止！

團隊包辦，加贈好禮！



凡團隊合力捐款滿10萬元，加贈團隊名稱鑰匙圈100個！（鑰匙圈兼具手機支架功能）
打造專屬識別，凝聚團隊力。

* 客製與配送時間約需2週

戶外潮流×機能美學 飛狼Jack Wolfskin多功能萬用包

結合收納力與穿搭風格，不論日常通勤還是假日出遊，都是你行走街頭與戶外的最佳拍檔。

可調式長短提帶
怎麼背都帥

創意LashTab吊掛設計
背出你的專屬風格



前側口袋



公事用

筆電、業務資料
一把罩



野餐用

內層PEVA防潑水設計
乾濕分離



百搭萬用

超大容量包身
隨時準備出發



我要捐款



更多故事

* 圖片僅供參考，請以實品為準。



ATMOSPHERE :||™
安麗逸新空氣清淨機

家用科技潔淨生活節

2025/5/26~9/10

eSpring Pro
上市周年

活動
1

eSpring Pro 夏季特惠活動



A

舊換新

+

安麗折\$3,980 & 他牌折\$1,000

B

12期分期0利率

活動
2

eSpring Pro 周年×SKY/MINI享潔淨生活

2024/7/15~12/31

有購買 eSpring Pro 的訂單



送

SKY/MINI 優惠券



(滿萬折千，僅供SKY/MINI使用)

*不可轉讓，使用期限2025/5/26~9/10

*活動自5/26早上8:30開始



SA459TW