Responsibility · Intelligence · Confidence · Health RICH達人 2014.03 No.**84** 財經論壇 輕鬆看懂保單 楊小黎 投注熱情 忠於理想 讀者問卷調查活動 中獎名單 頂尖高手 陳世傑 熱心付出 活在客戶身邊 楊智舜 以專業真誠打動客戶的心 成功達陣 余葡玥 幸福傳播者 李吉聲 蘇錦麗 作育無數英才 鄭牧甫 廖耀焜 攜手打造良心品牌 劉美伶 現代創新的美味感動

生活美學

文長安的健康「挑食」學



相聲王子 宋少卿

蕭邦說:練習、練習、再練習

拿破崙說:成功是吃盡辛苦得來的

馬友友說:上台前,應該做好百分之兩百的準備

有人說:人生的經驗,大多來自正確的判斷,而多數正確

的判斷,則是來自錯誤的經驗。

我覺得:不管怎麼說,要讓自己喜歡正在做的事,

才能真歡喜!活在當下吧!

日期: 103年3月8日(星期六)

時間: 14:00~16:30(13:30 開放入場

地點:台中市英才路600號 B1演講廳

台中市大墩文化中心

免費索票專線: 0800-777618

主辦單位: ②永達 財團法人



2014年1月「友你真好」抽獎活動中獎名單如下:



國外旅遊券 25 名

張〇文、黃〇霖、陳〇蓮、戴〇庭、吳〇美、陳〇道、曾〇筠、周〇禔、陳〇勇、陳〇玲、蔡〇娟、卓〇佑、吳〇惠、李〇銓、詹〇霞、劉〇琳、黃〇貞、 麥〇怡、陳〇華、龔〇臣、陳〇淳、蔡〇宏、何〇憲、郭〇慈、林〇淳

泰迪熊 50 名

陳〇帆、陳〇希、林〇毅、龔〇諺、張〇文、林〇婕、林〇婕、鍾〇美、蔡〇卿、陳〇鴻、黄〇子、陳〇秀、周〇寛、黄〇揮、張〇宗、楊〇娟、曾〇雄、林〇芳、陳〇錦、翁〇弘、翁〇弘、許〇文、張〇雪、林〇福、王〇智、林〇勳、管〇志、林〇妤、伍〇琴、林〇萍、郭〇宏、陳〇銘、彭〇芸、溫〇鳳、呂〇杉、彭〇鈴、蔡〇真、朱〇綿、林〇儒、楊〇岳、黄〇貞、林〇青、吳〇富、陳〇玫、黄〇羿、吳〇融、陳〇玲、郭〇鈴、謝〇騰、陳〇琪

沖茶器 100 名(推介人)-

王〇華、陳〇瑀、梁〇足、留〇婷、留〇婷、留〇婷、黃〇香、楊〇錚、謝〇原、張〇林、徐〇銘、簡〇文、詹〇雲、游〇婷、簡〇卿、黃〇漢、黃〇漢、倪〇雯、張〇誌、陳〇秀、謝〇期、趙〇雄、趙〇雄、蔡〇惠、戴〇庭、林〇英、黄〇如、林〇宗、陳〇安、王〇娥、何〇怡、李〇萱、陳〇郷、朱〇俊、張〇瑜、李〇瑾、林〇萍、蔡〇本、陳〇錦、蔣〇麒、王〇智、吳〇珍、林〇如、康〇譯,鄭〇娟、劉〇仁、詹〇英、黄〇信、陳〇銘、呂〇杉、呂〇杉、窑〇杉、菜〇辰、彭〇鈴、薛〇瑜、薛〇瑜、王〇英、呂○蓁、黃〇婷、趙〇芬、趙〇芬、李〇琪、陳〇諼、林〇全、莊〇憲、陳〇緞、陳〇緞、黄〇貞、吳〇珠、徐〇琳、曹〇正、曹〇正、楊〇龍、鄭〇華、異〇臣、即〇芬、即〇芳、郑〇則、秦〇馨、林〇為、吳〇達、周〇樑、黄〇穀、黄〇典、蕭〇陛、何〇憲、張〇滿、侯〇佑、盧○樺、柯〇煌、張〇貞、朱〇緡、蔡〇樺、郭〇君、吳〇華、魏〇桂、賈○香、林〇珠

沖茶器 50 名(被推介人)-

黄○遠、江○瑩、賴○秀、辛○昇、花○哲、林○仔、林○垻、陳○娟、孫○堯、邱○翔、張○瑄、林○妤、黄○卿、蘇○基、魏○茵、徐○涵、鄧○耀、盧○梅、張○娟、劉○緯、曾○琳、陳○伶、黄○蓁、林○芳、蕭○文、高○合、高○彬、謝○哲、江○華、何○琳、陳○伶、劉○娟、柯○伶、洪○君、趙○敏、楊○珠、賴○萍、張○綸、李○君、葉○琪、黄○國、王○誠、蔡○玲、陳○燁、邱○菁、陳○英、彭○媛、李○雲、鄒○珍、吳○玲



▲永達 1 月「友你真好」抽獎活動在副總、協理見證下,陸續抽出中獎者。







蔡明宏 區經理

特輯企劃 財經論壇

密密麻麻的保單條 請李可人、蔡品梨、蔡 明宏三位保險專家,教 您掌握關鍵,輕鬆看懂

RICH Wealth

財 01 1月「友你真好」中獎名單

05 擴大服務效能 共創幸福未來

08 陳世傑 熱心付出 活在客戶身邊

10 楊智舜 以專業真誠打動客戶的心

12 余葡玥 幸福傳播者

14 財經&生活補給站

16 尤愛歆 提前規劃未來 與好友分享喜悅



18 楊小黎 投注熱情 忠於理想

30 凌氣寶 創新貼心 打造待客如親保險服務

32 李吉聲 蘇錦麗 作育無數英才 累積生命意義

34 鄭牧甫 廖耀焜 堅持品質 攜手打造良心品牌

36 劉美伶 現代創新的美味感動



理

38 認識自己體質 養生 從日常生活開始

41 書訊 & 81 期贈書得獎名單

42 文長安的健康「挑食」學

46 讀者問卷調查活動 中獎名單



理

03 永達歲末年終 關懷花蓮三民國中棒球隊

06 永達「紅包愛」 為六家社福基金會寒冬送暖

48 2014 迎春年菜 溫馨快遞



RICH Health

國中棒

説 : 沒有固定的經濟來源,一位球員父親 煩惱。如果孩子有天分,藉由打球, 宿,讓這些孩子的家庭不用為了三餐 多數來自弱勢家庭所組成,許多家庭 花蓮三民國中棒球隊的孩子,大 「由學校供應棒球隊這些孩子食

不只是夢想 於走偏。打球 來人生也不至 有人管教,未 中有人關心 維生,在球隊 沒辦法以打球 的經濟,就算 對他們來說

也可改變家中

子更加務實及 的希望,讓孩 更是家中未來

手套、釘鞋,還有捕手裝備和數支比 險經紀人李麗英副總提出協助支援, 賽用球棒 助三民國中棒球隊所有球員添購新的 李副總聽聞後,立即捐助五萬元,幫 拮据,裝備更新困難,因而向永達保 到三民國中演講,得知棒球隊因經費

手陳威倫説:「要用新手套多三振幾 出席見證,並代表縣長表達謝意,期 終收到這份大禮,球員樂不可支;投 勉球員要努力打出好成績。在歲末年 員的手中,花蓮縣教育處長陳玉明也 新的球具設備送到三民國中棒球隊球 保險經紀人范姜秀珍經理代表,將全 在蕭美琴立委的協助下,由永達 懂事。_

日前職棒義大犀牛隊教練馮勝賢

鄧蒔陽 個對手 教練表 棒球隊 民國中

示,球

感謝狀,由永達保經范姜秀珍經理 (左)代表受贈

腳也快塞不進球鞋;雖然克難, 堪,訓練相當刻苦。投手的舊手套已 員熱愛棒球,不曾放棄 小沿用至今,不僅鞋釘磨損,一雙大 多處脱線,捕手高偉強的釘鞋更從國 隊因經費有限,許多裝備早已破舊不 但球

去未來。」 不能因為經濟條件不好,而讓孩子失 偏鄉的孩子繼續為自己的夢想努力: 「只要我們多付出一點點,就能讓

永達保險經紀人李麗英副總表示



智症

氣

增

加

至

十萬

九〇三六

甚

至達二十二・

九

萬

0

天主教失智

政府應正

在此與讀者分享此一佳訊

社

!會福利基金會及失智症協會呼籲,





RICH達人

2014年3月號 第84期

發 行 人:吳文永

編輯顧問:黃素英/林明堂/葉明達

李麗英/羅大海/洪秀珍

總經理:陳慶鴻 總編輯:謝梅君 副總編輯:賴依萱 編:羅怡如 文字編輯:洪詩茵

美術設計:楊樹山、余秀萍

行政專員: 陳建宏

發 行 所: 永達保險經紀人股份有限公司

址:台北市中山區中山北路2段79號5樓

話: 02-2521-2019 真: 02-2521-4047

址: www.everprobks.com.tw 印 刷: 龍祥印刷股份有限公司 中華郵政台北雜字第1185號執照

登記為雜誌交寄



本雜誌採用環保大豆油墨印刷

RICH達人永達客戶專屬

若您不希望收到本刊物或 是地址有變更及對於我們 的內容有任何建議,請以 0800-518-088或下列方 式通知我們。

◆電話:02-2521-2019#303 余小姐

◆ 傳真: 02-2521-4047

◆信箱:admin@mail.everprobks.com.tw

版權所有:本刊圖文未經本公司同意 不得轉載 封面攝影 / 楊樹山 封面人物 / 楊小黎

Editor's Note

生福利部最新調查發現,

國內六十

兀

老化風暴

失智患者暴增

根據

失智

的迫切危機

,

每個

人都

有機會罹患

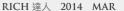
智症判 乎每五名老人就 九七% 智症協會年 內六十五歲以上失智症患者近十三萬 於輕微認知障礙盛行率更高達十八 令人吃 失智問題 十個老年 定 , 極輕度失智症盛行率為三 標準 人就 初改採 口 歲以上老年人輕度以上失智症 原本預估六 較 能更嚴 嚴 有 有一名有認知障礙 , 一人罹患失智症 臨床失智症 以 重 輕度以 1 十五歲以上近 衛福部 Ĺ 診斷 為 該項調 主 困 . 0 五% 事 人, 標準 七六% 擾 查對 十三萬 但 實 平 於失 灣 , 均 估 失 或 至 每 幾

為

老年問 題 輯 Ŧ 及早因

單 保持在樂活狀態 症 為提供讀者更多實用資訊,特增闢 全民 2都應提 高 才能降低失智危機 覺 年 愈大 一生活美學 愈

並於 要能 通過 食物 握源 康吃 種食品添加物 元 為保護客戶個資獲得最大保障, 0 OSI 維持正常排便 頭的情況下, 二月初正式取得國際 為主題 保障身體健康的最大原則就是少吃 追求永恆 此 從過程發掘 27001:2005 次訪問文長安教授以 提供安全健 都 X 狀態 大家只 是食安問 在 問 人體 題 (資訊安全管理制度) OSI 健 能 卩 每 自立 自行代謝 題 康 康 人每天吃進 27001:2005 證書 挑 的 的 百強 教您安心 相關資訊 食 源 (!基 頭 永達保經已 的 範 本 學著了 在無法掌 白五 加工 圍 質 驗證 他認 , 食 只 健





吳文永董事

比其他人更幸福。 而做公益則是成就愛的希望。透過企業志工的參與 向鼓勵業務代表邀請客戶 文/羅怡如 攝影 /楊樹山 起做公益。 ,也是對自己的一種鼓勵,感受自己其實 他認為 保險事 業是 份愛的事業

更要以行動邀請客戶投身公益 代表不只要提供客戶積極到位的服務 人都成為有愛心的公益使者。 讓 每個

★大年絕對是積極服務行動年。業務 疑地,對永達保經而言,二○一四

到位服務 行動參與

增加 的距 理財講座、VIP 專屬的永達公益盃高爾夫 給, 保戶聯誼賽、愛傳承演唱會外,今年還 務,則是邀請客戶參與各項活動 贏得客戶的尊重及支持。積極性到位服 表的填寫, 設想。主動性到位服務為落實售後服務 對客戶的服務要到位,客戶要的一定要 經,透過滿足需求與服務,拉近與客戶 致力實踐 客戶尚未想到的 離。 兩場「春暖花開演唱會」 吳文永董事長指出, 讓保單更符合需求,以專業 關懷服務」理念的永達保 ,也要事先為客戶 業務代表 透過活 除了

開

F

重點

動來經營深耕服務客戶, 高規格的退休生活品質 協助客戶規劃

年舉辦的 勢團體, 迎向陽光、快樂生活。吳文永說:「志 全省身心障礙及社會弱勢團體 滿滿感動, 的活動既開心又榮幸, 工及企業貢獻個別的力量,不只協助弱 年吳文永更鼓勵業務代表邀請客戶投身 入高達四○○○萬元的財力及人力,今 金會」共同發起並參與公益活動, 更驕傲於自己正確的選擇。」 「企業志工」,以實際行動力關懷扶助 與我分享, 心地在樂園中穿梭玩耍,心中充滿著 此 (外,永達保經持續與「永達社 更能產生幸福感。不少參與去 『守護失親兒』 也更加堅信永達的企業精神 對於能參加這樣意義非凡 尤其看到孩子們 活動的義工客 , 譲他們 除投 福基

美元、人民幣保單備受矚目

慮,再加上少子化及大環境因素,民眾 經歷金融風暴、勞保軍公教退休金疑

> 眾來說 另外, 本、 品。當然,增額終身壽險台幣保單, 削減 Q E 的決心,美元續強的趨勢不變 規劃老年退休金更顯重要,應慎選 追求長期穩健保障及多元幣別配置的民 美元至六五〇億美元, 放式量化寬鬆(QE)將縮減一〇〇億 自二月起每月採購七五○億美元資產 型保險商品?吳文永指出,美國聯 鎖利、 美元、人民幣都屬於強勢貨幣 人民幣今年可望升值, 外幣保單是備受矚目的保險商 安全的特質,仍是受歡迎 顯示 FED 會持續 相對於台 準 哪 開 類

資工具 利 收到短年期的保費, 應做長年期規劃, 產配置上, 長年期保單,長期資金對保險公司 投資工具並不容易, 在目前的投資環境下, 對 保險公司和保戶都會比 可以尋找報酬率相對 一般來說 而若保戶投保的是 要找短期高獲利 他也建議 保險公司 應的投 一在資 較有 民眾



愛,吳文永董事長加碼80萬讓大家樂開懷。

方式 紅包愛善款 拋磚引玉的 幫助六家 推動

社福機構

介, 福機構的簡 希望以

親兒的

每款紅包袋的背面 加註了社

永達社福基金會製作一

套六款精美

歲末年初大家都需要用到紅包

'愛的紅包袋,

袋, 在寒冬中也能擁有實質的關懷 過大眾的愛心在新年期間認購紅包 認識這六家社福機構的需要,也透 包愛」的意義, 達以分享及宣導的理念來推廣 共同來幫助這六家社福機構 永達吳文永董事長表示, 不但要讓社會人士 紅 永

市長官邸舉辦「紅包愛」公益活動

期望持續幫助弱勢中的弱勢機構

經紀人及永達基金會二度在台北市

0

四年一月六日永達保險

會 寶寶的「愛慈社福基金會」、 點滴,這六家社福機構包括照護失 經濟弱勢家庭學童的 包袋的背面 、安置受虐棄嬰與法院託孤的 套紅包 「世界和平會」 敘 六份關懷 述 個社福機構的 華夏公益協 、照顧愛滋 每款紅 幫助



永逹吳文永董事長(左四) 陳慶鴻總經理(右 二)與永達長官及藝人們展示由明星親筆繪製 的六款紅包袋。

由永達吳文永董事長(右五)、陳慶鴻總經理(右二)及汪用和執行長(右六)偕同藝人朋友及六家受贈社福 單位代表共同揭示2014永達紅包愛公益活動捐款目標



菁、 活動 小 讓世界都聽見」 發上台即募得三十五萬六千三百元 新生代歌手林俊逸在紅包袋上繪圖 義認購五百套紅包袋, 利菁、 接著林俊逸率先以果核音樂的名 蠻等人更蒞臨現場推廣紅包愛活 百二十萬元 該活動原預計最低捐款目標為 藝人隋棠、 永達二 特別邀請了主持界大姊大利 林俊逸以及名模賴琳恩 0 即興加碼演出 賴雅妍、文汶以及 在賴琳恩 並以 小蠻 曲 獲 首

元。

共計達到了二百二十七萬七千七百

紅包愛整場公益記者會愛心不斷

收容重度心智障礙棄嬰及孩童的 障礙孩童的 向 上社福台中育嬰院 紅十字會育幼中心」、 第一 社 福基金會」 照顧心智

四 紅包愛」公益 **菁個人及友人共認購十萬** 高潮 利菁為活動共募得一百三十萬元 吳文永董事長更加碼到八十萬元 動的利菁一上台, 捐款二十萬即獻出香

經紀

紅包愛活動站台。 (左起)藝人林俊逸、小蠻、利菁、賴琳恩攜手為

經連續兩年參加永達紅包愛公益活 得六十二萬一千四百元的金額;已

就將活動帶到

最

元

永達

吻

利

2014 MAR RICH 達人

活在客戶身邊

腦袋裡不要總是想著業績。就像開墾荒地,或許你努力耕耘播種的那塊地沒有收成,但周圍的荒地卻開出了繽紛的 化朵。 」 文/洪詩茵 量大的人最瀟灑!永達保經陳世傑區經理說:「我們做的是人的生意,一定要更多元化地走入人群,與人『交朋友』 攝影/楊樹山 部份圖片提供/陳世傑

退伍之後,他白天在電子公司工作,晚 上就讀夜二專。與保險的第一次接觸, **一**世傑區經理與保險業的第一次接 **觸帶點詼諧的色彩,他說,當兵**

裕,陳世傑 最初選擇兼 況 於家中經狀 引介,他決 員,因為這 行業,但由 識一位南山 定加入保險 位業務員的 人壽的業務 並 不寛

誼活動中認 是在一場聯

險 , 作,

辭掉每個月有穩定薪水收入的工作。

「交朋友」是行銷基石

永達那一刻,陳世傑同時辭掉白天的工 能夠挑戰大單、跳脫瓶頸,於是在轉戰 然醒悟,不想再當一個薪水階級,希望 世傑表示,就在三十一歲那一年,他突 山人壽兼差做了九年的保險業務 這一次,他要全力投入。 我在電子公司工作了十年, 也在南 3。」陳

以前的客戶全放掉,來到永達白手起 山人壽主打的市場並不相同,他幾乎將 朋友」,這才拓展了在永達的客戶群。 嘗試,整整花了一年的時間,努力「交 家,也曾經非常惶恐,但他選擇勇敢去 在退休理財、資產保全,與他以往在南 陳世傑大方分享他的「交朋友」行銷 轉戰永達,從兼差轉為全職經營保 陳世傑坦承,因為永達訴求的重點

業務,不敢 差從事保險

> 理論, 戶。」原本就非常喜歡「交朋友」的陳 將客戶當成朋友,絕不會將朋友當成客 成好朋友 的食、衣、住、行都有機會與陌生人變 活的一部分,就像呼吸那麼自然,每天 訪」,對他來說,「交朋友」是日常牛 世傑強調,是「交朋友」而非「陌生拜 當客戶,朋友會離你愈來愈遠 「將客戶當朋友會成交,將朋友 !我會

先求利他才能利己

幾條, 時 種類似小型圍巾的圍脖,買給自己的同 例來說,前陣子天氣很冷,他發現有 想著腳當大爺,而是要勇於付出。舉 是「熱心付出」,不要當自己是主管 表示,過與不及都會造成反效果,重點 ,也想到了朋友,因此一口氣買了十 不過,「交朋友」也有訣竅,陳世 小小的東西,不至於貴重到形成

RICH



是你能給別人什麼, 要總想著要從別人那邊得到些什麼, 才能利己。」 力,卻又能帶給客戶滿滿的溫情。「 先付出 先求利他 而 不

關鍵 客戶也有需求,只要讓自己自然地 談 很 在客戶身邊」,等到客戶有需求的時候 自然而然就會想到你 但業務員也有業績壓力,當壓力一來 (將利害關係搬上檯面, (難不把朋友當客戶。對此, 地點不對不談,人不對也不能談 活在客戶的身邊,是創造高業績的 !業務員走出去是要交朋友的 「時間不對不 陳世傑堅 「活 , 0

就是喜歡說明 自己的需 ,讓客戶自己發現需求。業務的通病 陳世傑接著說明: 求, 我們 我們要學著讓客戶自己 回 「如果客戶不明白 以 藉 由引導的 方

對

耳朵打開 再輔以專業說明 0

當他 他 說退就退, 区命感。 客戶 知 .都是他的朋友,所以他不能 道一 老了怎麼辦?也因 . 的 對 定要將服務延 信賴與支持有 但人的壽命有限 他來說 延續自己 每個 此 他 續 對 為 種

自己劃下了的長遠的目標, 客户的責任,也激勵自己向上提升 延續服務的方式就是經營組織

而

動腦筋 ,借由故事引導客戶 讓客戶 把

路走來,現在的陳世 傑

值 長劉智慈小姐身上學到 有力出力 就要對社會有所回饋, 更從「台北圓桌扶輪社 想要活得有價 有錢出 創社 的社 錢

原諒 變大,格局也開了!「我們要學會『愛 陳世傑感謝兩位女士讓他學到生命的 的曼都義剪及慶百 Jin 服飾義賣捐 分享與原諒』, 陳世傑打趣說道。回想扶輪社之前舉 去愛及分享。」 生命做更多的昇華,尤其第 台北圓桌扶輪社」一 人一定要懂得分享,才不會噎死 在與她們交往的過程中 唯有原諒才能放下 不是付錢而已, 直致力於公益 也 譲他心)才能 而是要 關 鍵是 贈 ! 胸

義

發現生命的 近 年來, 意

陳

賴 樂 社 經 他 趣 命 推 世]傑藉由曼都 進入行善的 淑芬總經理 0 台北圓桌扶 理 的 薦 陳 賴 另 世際感 發現了生 為 加 淑 善 種 λ 芬 邀 3 總 謝 樂 最 的



●現 任:永達保經區經理

保險資歷:16年 得獎經歷:

2010 年~ 2014 年 美國 MDRT 百萬圓桌會員 2010 年~ 2013 年 IDA 國際華人龍獎

◆ 成功座右銘:凡事是相對的!

位海峽兩岸 MDR1

瓮誠打動客戶的心

著他的努力,沒有不能做的事,也沒有達不到的境界。 文/羅怡如 攝影/楊樹山

一十八歲的楊智舜,憑著前輩們指導的心法及自己的全力以赴,屢屢創下佳績。對他來說,未來,充滿著無限可能



字。之後和媽媽聊 經紀人來訪,同時進 案」。楊智舜 住院,怎麼沒跟保險 起,之前我曾經受傷 有張保單上有我的名 行保單健診,我發現 公司申請理賠?媽媽 「某天,媽媽的保險 說

備投入職場大展身手,成為頂尖專業的 國留學回台,因為學的是財務金融,準 來。三年前,二十五歲的楊智舜,從美 財務顧問 人想,準備投入職場,開展無限未 出校園時,大部分的人是懷抱理

因助人進入保險業

之所以進入保險業,全是因為「找答

開。接觸之後,發現永達做的和其他保 愛一探究竟的他發現,人從出生到老死 退休問題。」這也讓他認真思考,是否 險公司不一樣,而是每個人都會遇上的 月將保險的相關知識弄清楚,就可以離 保險業學習。「當時,我覺得利用一個 相關行業,為了弄清楚緣由,於是進入 都會接觸保險,而家族中又沒有人從事 帶過,讓我心中有個大問號?」生性喜

真要投身保險事業?

險業。 休金拿去投資卻失利,面臨年老沒錢用 為「助人」的起心動念,他毅然投身保 工具規劃退休,晚年生活就能無虞。因 的困境。若是一開始就選擇確定保本的 歡的事,每年出國旅遊;但有的人將退 活大不相同。有退休俸者可以做自己喜 就在這時,他發現退休的親友們,

專業分享贏得信賴

只以一句『我忘了』

的信念,相信透過「保險」, 的鹽,都比你吃過的米還多。」但他秉 確,不少客戶都曾對他說過:「我吃過 對方質疑專業不足?楊智舜表示,的 客戶互動的模式。「太年輕」會不會讓 六十二歲都有,「聆聽、分享」是他與 楊智舜的客戶年齡層從二十六歲到 「只要是對的事,就應該勇往直前 就能解決

持



余

融市場瞬息萬變

慣

F 牌 財 讓 與 進行身心靈的提升 經資訊 專業理財 他 心靈 們 快 成長課程 速 同 吸 財經課 收 最 新 讓 程

金 息 供 客 觀 及房地產相關 0 察分析的 他也會蒐集股 戶 *,* 第 線的 他, 資訊 商 隨 市 8 時提 , ` 協 基 訊

客戶掌握趨勢,

隨

時

做

管, 學相長的觀念,無形之中也成長許多。 年 所 生經歷也相當豐富 都 及 主 好資產保全 (好評。 輕 i經營得非常成功 動 請益 不致喪失財產的控制權。 不少客戶願意分享經驗 提供專業資訊讓他們做好風險控 他 表示, 0 讓楊智舜贏得客戶的 樂於分享、 這些 我能做的就是發揮 他們不只聰明 企業家的 專業分析 也因為我 秉持教 信賴 事 加上 業

霞

挑 戦 不可能 的 任 務

面 對工作的態度,二〇一一年六月加入 旦決定就全力以赴的 個性是楊智舜

客戶複雜的問題 邀請客戶 時透過塔羅 0 他將 的 專 休規劃 標, 美的助人事業 他往返於兩岸 永達保經時, 果然在九月就獲得此殊榮。 就以贏得 MDRT 資格為目 ,希望將保險這項真

協助更多人及早完成退

業交給專家

後回答 九月 位 明 未成熟 輕 市場行銷,二〇一三年七月獲得上海首 曾經因為年輕使得能力被質疑,為了證 ·第一位海峽兩岸 MDRT 的稱號 永達的訓練有效,他在大陸進行陌生 MDRT 問起他遇上挫折時如 陌生市場都不是失敗的藉口 他也取得台灣 MDRT 的資格 ,再加把勁努力。但發展組織時 的 行銷不順利時 3榮耀, 他用行 何 排除 只會當成 動證 ?他 明 0 防機 想 同 年 年 想

素英副 處經理、 經營保險事業這條路上, 總、 許炳煌 陳月碧、 呂貞萩協理及許雪 除了感謝

及 在 伴的陪伴, 父母的支持、 升競爭力。 行業務行銷時相對提 周 後顧之憂 經 工 奮 作上全力衝刺 驗 毅經理不吝指導 傳承 他 譲他得以 更感恩 同仁夥 譲他

成為企業的 接班

現在的

企業經營理念, 頂尖的業務高手不捨得離開 他尤其佩服吳文永董事長 透過高分紅機制的「金手銬 所 讓每位業務代表都將自己當成老 吳文永董事長「大方」 有付出都是為了自己的事業。 藉由「員工即 譲 的帶 股 東 利 他 的 的

闆 概念

為

式 認

分析思考對策之後,一旦決定就全力以 定要瞬間掌握 標 更上 力經營兩岸業務之外 0 定事先評估 善於分析的楊智舜, 徒留後悔。對於未來,他信心滿滿 他深信 層樓 機會都是稍縱即逝的 並以成為最年輕的老 將所有可能發生的 一旦錯過就只能擦肩而 面臨任何決定前 他也期許自己 狀況

赴

過

能



楊智舜 Profile

◆ 現 任:永達保經區經理

◆ 保險資歷:3年

2012、2014 年美國 MDRT 百萬圓桌會員 2012 年國際華人龍獎 IDA 個人組銅龍獎 2012年所羅門講師選拔賽第二名

◆ 成功座右銘:機會只有一次,留給準備好 的人。

及財經理財講座,搭配稅務專家諮詢等步驟,協助業務代表為保戸做好「保單校正」服務,再針對其需求,量身訂做 符合的資產配置規劃。 有著「洞燭先機」的特質,余葡玥協理強調「找對人、問對話、做對事」的服務流程,再加上運用精準問卷調查分析 文/羅怡如 攝影/楊樹山



生。 障,讓她毫無後顧之憂,坦然無慮地將 幸有保險這項工具,足以面對無常的人 理感恩進入保險業,因為做足了風險保 目己交給醫生,手術順利平安。她也慶 幸福的開始,始自於安心。」去 年的一場頸椎手術,讓余葡玥協

洞察未來轉戰保險

原本擔任知名童裝品牌行銷業務的余

因為清楚「保險」是人生的防火牆,

入「國泰人壽」,自此與保險業結下不 老婦總是打扮得時髦漂亮,好奇心趨使 搭火車通勤時,她看見一名年逾六十的 都上學了,覺察應盡早規劃未來。當時 童裝事業成長空間有限,再加上孩子們 葡玥,洞察未來少子化趨勢,繼續從事 。經過審慎思考,她決定挑戰自我加 得知對方從事保險業,讓她心生羨

> 成功, 以複製運用, 此自滿,熱愛學習、樂於分享的她思考 好的事就要去做」,因而取得客戶最大 嶄露頭角,也因為堅持「只要是對客戶 率直」的個性加上努力,她在保險事業 她滿懷希望地一腳踏入,憑著「敢衝 租税班) 外,還要將成功的行銷流程加 著如何帶領團隊創下佳績。她認為團隊 的信任。行銷做得有聲有色的她卻不因 放到對的市場,便能邁向成功之路。 除了專業訓練(陳嘉慶老師北區 她更堅信,將對的工具

建立保單校正 SOP

否可以滿足保障需求,都不夠清楚 單,包括內容、保障項目及金額等,是 她表示,國人的保險投保率已超過一 要求業務代表一定要做的基本功課 ○○%,但客戶 「為客戶進行保單校正」是余葡 .往往自己買了什麼保



SOP 料 度 行 正 保 步 財 觀 保 品 全的 全 | 驟為保戶 念 單 到 銷 確 經 彙 オ 분 更 業務代表想 重 精 的 每 專 與 整 透 否具 能 準 心 個 題 機 功 重 複 清 過 客戶 度 態 能 要 打 制 的 ` 楚 造出 OPP 與 問 做 有累積 的 保 流 的 保單 卷 是協 險 健 藉 她 オ 資產 程 亮 康 成 以 或 由 能 諮 保 崩 莇 不 麗 細 的 功 校 正 正 澼 富 客戶 詢 單 適 成 節 身 正 確 確 免 等 體 應 宜 在 校 的 的 及 績 的 客 該 資 敏 她 進 五 銷 檢 的 0 以 正 保 F 她 銳 及 眼 個 險 售 產 視 有 而 商

程 更 相 以 信 是不難 及 租 找 稅 對 的 客 專 層 業 課 撘 程 配 正 與 諮 確 的 詢 行 達 銷 流 到

專 更多業務代表學習有效 鼓 部 市 勵 業 即 問 婸 藏私的她 準 資 Ī 使已是主管職的 對 產 的 話 確的銷售 才能真正瞭解 問 諮 詢 卷 做 調 對 更透過早早 個 查 事 SOP 和 機 免 能 B 業 務代 銷 的 市場 費 售的 服 她 対射經 為 務規 強調 班 的 保 需要 表也 流程 型 Ë OPP 式 範 找對 棘 應 0 及 渾 提 投 妣 讓

> 藇 保單校正 價值 的 任 務 時 創

保

單

校

正

是

將

保

單

箵

保障

為

來

求的 萬 確 的 將自己定位為「幸福傳! 便 風 保險的真諦在保護 把不確定轉為安定 的 傳 可以 判 險 承 買個保障。 斷 所 成就 可以將所 造成 的 員 傷 有的 滿 人生有很多選 害 人生 人們 透過 擔 播 也 免於突 心 者 輩子 轉化 就 簡 單 是 的 所追 為安 的 擇 如 她 為 其

正

險 心

錢買個 身 先存再花 單 她 進 需要長年期累積繳交 オ 且 7能達 豁免保費」 步指出 不 到累 領 的 觀念 積財富和保 只 保 功 , 有 具 單 投保 能 的 備 便 時多 時 障 能 定要 間 增 的 複 付 額 功 養 能 利 筆 成 終 效 0

保

轉 紀 數 可 的 移 的 創 複 大 還 3 財 造 利 超 滾 富 規 過 存 劃 年 倍

險

公司

支付

權

力

透過穩定

以

小錢買到日

後的 的

保費改·

由保

生

事

能

惕 的

SOP 導 到 經 Ш 成 塊 功 下 線 誠 移 的 0 提升 模式 動 企 理 與定位 業體只有 余 論 業務 葡 玥 在 代 而 希 才能持 邁 表 不斷往附 望 附 的 白 藉 加 價 成 價 由 續發 值 功 值 正 加價 確 的 讓 藉 展 觀 的 頣 值 客 曲 念 複 銷 永 高 製 售

余葡玥 Profile 現

任:永達保經業務協理 保險資歷:20年

得獎經歷:

傳

承三代

榮獲 LIMAR INTERNATIONAL 講師認證 2004年9倍、2008年3倍、2009&2010 年美國 MDRT 百萬圓桌會員 2004 年國際龍獎 IDA 主管組金龍獎 2005、2006、2008年 國際龍獎 IDA 主管組銀龍獎 2009、2010、2011、2013年 國際龍獎 IDA 主管組銅龍獎

成功座右銘:命是身體上每一個慣性,運是 所做的每一個決定,適時改變身上壞的慣性, 正確做出今天的決定,便可以掌握未來命 運!

造 自我 價

我成

力才能 決定 時 成 使有了優質的 功 說 個 改變身上 慣性 與 對 效果倍增 業務代表 便 話 可 掌握 運是所 壞的慣性 創造自 0 未 她 平 我成 來的 做 總總 台 只要找對 的 以 勤於 就 正 每 命 命 與 運 確 분 價 做 個 付 0 出 身 \mathbb{H} 值 決 今天 體上 及努 做 來 定 便

適

輩 如 子受用無窮的保單 當 年 施 振 榮 先 生 提 出 的 微



OSI

有保障。

於資訊部之運作及客戶管理系統之維護

階段外稽後,已通過 ISO 27001:2005 驗證,並於二月初正式取得國

資訊安全管理制度包含個人資料保護管理流程

獲得此認證對客戶個資安全更

,該企業的資訊單位於今年一月經 QA Technic 國際合格驗證

護

呈現 活等相關議題 整理/公關部 將在財經新 熱門發燒理財 罝 , ١ 都 牛

透過黃金存摺交易,

有賺錢就要申報財產交易所得

,

0

國稅局指出

有賺到錢應該要課 賠錢也可以列報財

其購入成

本 證 扣繳憑單給開戶民眾,許多人誤以為黃金存摺交易免稅

這幾年黃金存摺開戶民眾增加,由於銀行並沒有像利息所得一

\$

黃金交易所得要報稅

明已無法提示,因此允許比照「一時貿易所得」方式課稅,每人每年銷

但考慮到民眾持有金條或飾金年代久遠

財產交易所得

產交易損失。至於個人出售持有之黃金條塊或飾金,

證券商應彙 殺強適用核實課稅的名冊電子檔

\$

證券商申請選定核實課稅。證券商應於一〇二年至一〇四年各年二月底 檔 檔 個人有上市、上櫃或興櫃股票之證券交易所得者, 前 前 台北國稅局表示,自一○二年起至一○三年止,中華民國境內居住之 將上一年度個· 將上一年度受理其個人證券戶選定適用核實課稅方式之名冊電子 彙報該管稽徵機關查核運用 彙報稽徵機關查核運用。又自一○三年起,證券商應於每年二月底 人證券戶屬非中華民國境內居住之個人交易名冊電子 得向其證券戶所屬

一樣開立

本世紀健康威脅是癌症,下一世紀是失智症!

當台灣步入高齡化社會後,「失智症」逐漸成為繼癌症之後,需要耗費廣泛社會資 源的重大疾病了!依台灣目前的人口推估:六十五歲以下患有失智症的人口約二萬, 而六十五歲以上患有失智症的人口約有十七萬。台灣失智症協會指出,在十九萬個失 智人口裡,約有四分之三人口並沒有接受失智症的診斷 ,因 憶力變差、思考與行為能力退化是正常的,因而錯過了早期發現早期治療的時機。



公司兩

際

消基會和台灣失智症協會認為,以往長照制度只重視吃飽 、睡好、身體乾淨、不會跌倒等身體上的照護,卻忽略了 加強失智症老人在「活動」上的參與。長照制度規劃上,照護人力照護薪資過低,導致人力嚴重短缺、長照中心硬體 建設尚未規劃完全,甚至連照護人的喘息機制亦不足,所以,政府應該要加緊腳步了!

\$ 永達保經通過資訊安全管理認證

為落實個人資料保護及管理,永達保經自去年起除強化客戶個資保

具公平性。

萬元)以下者,免課稅,超過七萬元者 售累積金額在七萬元(九九年以前為五 以售價的六%計算個人營利所得。

紀錄加費即將實施 強制汽車責任保險 酒 駕

義,所以將追償不足的金額改由有酒駕 理賠之額外保險費,不符合社會公平正 沒有酒駕紀錄的車主也需負擔酒駕肇事 具酒駕紀錄之車主予以加費,等於強制 保險,每位車主都須投保,如未執行對 是否有酒駕違規紀錄,以作為是否加費 酒駕違規紀錄者為加費對象。因此將來 元,且不限車數及加費金額上限;但法 汽車投保強制汽車責任保險(以下稱本 後駕車遭警方取締,將列入該被保險人 紀錄的被保險人負擔,能使保險費率更 的依據。本保險屬於強制投保的政策性 保險公司於承保時,將查詢被保險人前 人車 保險)時,每違規一次將加費二一〇〇 所駕駛車輛車主的記錄,該車主名下的 年(一〇三年三月一日起之後的紀錄 自一○三年三月一日起,被保險人酒 (如租賃車、客運等)則以該輛有

購買農地贈與子女不一定

值之全數」,其贈與標的為「農業用 承人者,不計入其土地及地上農作物價 農作物,贈與民法第一一三八條所定繼 規定「作農業使用之農業用地及其地上 及贈與稅法第二〇條第一項第五款前段 下,其贈與標的為「資金」,而非遺產 業使用之農業用地,直接登記在子女名 惠。國稅局說明,父母向他人購買作農 稅 財產者,其資金以贈與論,應課徵贈與 定,以自己之資金,無償為他人購置 屬遺產及贈與稅法第五條第三款所規 購買農地,而直接登記在子女名下者 女,是可以免納贈與稅,但如係向他人 納稅義務人贈與自己名下之農地予子 ,不能享受農地作農業使用免稅優 ,始有不計入贈與總額之適用

\$ 路 全國國稅退稅抵欠系統上

稅稽徵機關間所滯欠稅款將會全數被掌 稅抵欠機制 已彙整全國欠稅資料,建置全國國稅银 為加強清理欠稅,現行國稅稽徵機關 ,同一人或同一企業於各國

> 握 欠完成後會寄發退稅抵繳通知書及證明 發現陳先生在台北尚有滯欠九八年度綜 領回退稅款。南區國稅局舉例說明, 情形,並依規定抵繳積欠後,才能順利 需由稅捐稽徵機關查明有無欠稅未繳清 書給陳先生。₩ 可以退還稅款只有二萬元,稽徵機關抵 合所得稅稅款八萬元,在抵繳積欠後 元,經國稅局透過全國退稅查欠功能 度綜合所得稅結算申報應退還稅額十萬 南的陳先生向國稅局申請退還一〇一年 。因此,納稅義務人如欲申請退稅



透過工作 看透無常人生

身為一個急診護理人員,因為親眼見證人生的無常,尤愛歆深刻體認架構風險防護傘的重要性,唯有提前做好準備 規劃 與好友分享喜

當災禍意外降臨,才能臨危不亂,不讓它擊垮生活。 整理/公關部 照片提供/尤愛歌



待客戶如同兒女的業務媽媽

一開始,對愛歆來說,退休理財規劃

態,是一種防災的準備。」我在突發狀況發生時,處於能接招的狀了安全感。對女人來說特別重要,讓就是單純想增加對生活的『安全感』。很抽象,「畢竟,退休離我還好遠好遠,

妥善規劃退休 架構安全未來

愛歆的工作模式跟大多數上班族差不

段就被制約了!

多的畢業證書之後,接著就是愈來愈多多的畢業證書之後,接著就是愈來愈多多的畢業證書之後,接著就是愈來愈多

歲之間,社會上多數將這年齡層的人歸愛歌周遭的朋友大多介於二十到三十

16



還有很多很多的『努力』,存款匙,就算沒有平步青雲,至少我匙,就算沒有含著金湯路,當月可用花費、孝親費及當路,當月可用花費、孝親費及當

的部分交給永達,

們覺得不公平、覺得憤怒、覺得失望

生活裡有很多醜陋的一面,「常讓我

朋友一 經能看到退休時和 的重要,她總說 享退休理財 很樂意與朋 我很放心!」 現在的我好像已 此外, 起開 愛歆 心 友分 的 規 樣 劃 也

力。」 悅,即便不是也早就準備好戰鬥 know』,但願所有的未知都是喜好玩的地方就在於『You never

子了!有時候

人生

感謝永達 歡喜面對未來

是要打起精神,裝可愛地繼續生活下 就還是相信台灣會再創造另一個經濟 我還是相信台灣會再創造另一個經濟 我還是相信台灣會再創造另一個經濟 我還是相信台灣會再創造另一個經濟 是要打起精神,裝可愛地繼續生活下 去。」

達!」
□ 即使早上帶著愉快的心情去面對現實,晚上又像個戰敗的俘虜,被折磨得察的循環。這時旅遊就是愛歌解套的方怒的循環。這時旅遊就是愛歌解套的方然,也曾私底下帶著她那專業的理財業務員——媽媽去過很多地方,因為永達務員——媽媽去過很多地方,因為永達別待,「這世界其實超可愛的!謝謝永達時,「這世界其實超可愛的!謝謝永達明待,「這世界其實超可愛的!謝謝永

等了。 I 经於明白媽媽口中所謂永達是助人的事門舉杯向自己的業務員道謝,那一刻我時同桌有些不認識的永達客戶,看到他時同桌有些不認識的永達客戶,看到他時同桌有些不認識的永達客戶,看到他辦的活動,但有一次參加友你真好火力

起來,剩下的花光光!每個月實我也是月光族,將該存的錢存類為「月光族」,她笑著說:「其

文/羅怡如

攝影/楊樹山

部份圖片提供/楊小黎

化妝/ Clair 髮型/ Mia

是亭亭玉立、長相甜美的大學生,還不時擔任配音、主持及戲劇

許多人對楊小黎的印象都停留在她小時候演出

「狗蛋·

大兵」

時

員員 作

生活相當豐富多彩。

楊小黎 Profile

綽號: 小梨子

學歷:國立政治大學廣播電視學系/外交

學系雙主修(在學中)

生日:11月6日 星座:天蠍座

興趣:配音、主持、表演、寫作

經歷:

◆ 曾參與多套動畫影集的配音工作,其 中擔任外國電影《哈利波特》系列的 妙麗·格蘭傑的國語配音最為人熟悉。

◆ 多次擔任中英文活動及典禮主持工作。

◆目前為聯合報週日副刊撰寫專欄,並 常受邀大專院校演講及教授聲音表情 課程。

獎項記錄:

◆ 2002 年 入圍第 37 屆金鐘獎《最佳兒 童節目主持人獎》

◆2012年演出公視人生劇展愛情替聲, 並入圍第 48 屆金鐘獎迷你劇集/電視 電影女主角獎。

◆ 2013 年 以《愛情替聲》入圍第 48 屆 金鐘獎迷你劇集/電視電影女主角獎

臉蛋及胖胖身材。不過,女大十八變,如今她已

任永達保經業務大會的主持工作。 生,同時也是演技派女星!今年她更擔 政治大學廣電系/外交系雙主修高材 佳女主角」,童星出身的楊小黎目前是 入圍了金鐘獎迷你劇集/電視電影「最 童節目主持人」, 去年又

熱愛主持 感謝永達

的高材生形容她也不為過 她身兼數職,同時從事配音、主持、拍 中,對於演藝工作始終沒放棄,現在的 並擔任多個兒童節目主持人。成長過程 探發掘,開始演出廣告、電視劇及電影 、寫作,又兼顧學業,如果以演藝圈 楊小黎四歲時和母親一起逛街時被星

刻的就是和另一名童星郝劭文合演的雷 「狗蛋大兵」,還曾入圍電視金鐘獎 楊小黎的代表作不少,讓人印象最深

> 能掌握演出人物的靈魂;電影戲劇著重 關,配音時得對劇情角色深入瞭解,才 的表演?她表示,這些工作都是息息相 音、拍電影、戲劇,她最鍾意哪一類型 難發現楊小黎對主持工作的鍾愛 臨場反應,很具挑戰性。言談之間,不 時掌控節目流程、現場氣氛,機動性的 演技,至於主持則是瞬間的表現,得同 最近她亦參與電影《大稻埕》演出。配 哈利波特」擔任女主角妙麗的配音

持的機會,她定會全力以赴,希望能讓 準,跟在他身邊學習,能讓主持功力大 心。她表示,凱倫大哥的認真嚴謹在演 凱倫搭檔主持,楊小黎是既緊張又開 大家留下深刻難忘的好印象 為精進。她更感謝永達保經給她這次主 藝圈聞名,尤其對於細節掌握相當精 對於此次擔任永達保經業務大會與陳

參與公益 歡喜支持

年前入圍金鐘獎「最佳兒

最佳兒童節目主持人,後來也曾幫電影

黎,對於參與公益也是不落人後。從前 的物資。此外,她也是慈濟的會員。 直接捐給聖方濟育幼院,添購院方需要 個月都推出愛心拍賣,將拍賣後的金額 友,於是表演之餘也從事網拍的她,每 後來發現這些東西無法直接幫助小朋 她會將自己用不著的衣物捐給育幼院 擔任過不少公益活動主持工作的楊小

買不到的 心底油然而生的充實歡喜,絕對是金錢 也鼓勵家人朋友一同參與,因為那份從 笑容,就覺得這樣做真的很有意義。她 法之一,尤其當她看見育幼院小朋友的 從事公益活動,是維持她工作熱情的方 滿,她也會抽空完成作品。對她來說 到弱勢團體的義賣品邀約,即使行程再 兩幅畫作,捐給兒福團體義賣。只要接 平時喜愛塗鴉創作的她,近期也創作







認同保險 未雨綢繆

跟鞋導致骨盆變形,走路時總覺得腰很

是買些績優股,放很長的時間。」 英語教材。問起她的理財觀?她笑笑 業工作外,還擔任英文家教,自己設計 楊小黎是 「其實,我的理財方式很保守,就 「相當忙碌的大學生」,課

規劃就能提供自己或是家人一個保障。 未雨而綢繆。」保險具有未雨綢繆的特 覺得,古人曾說:「勿臨渴而掘井,官 來買保險儲蓄,為她籌備教育基金。她 概念,從她童星時期開始就將酬勞存起 不過,她也透露,還好媽媽很有理財 現在的保險,保障愈來愈好,做好

敷臉按摩 勤於養身

個月也會做一次全身按摩 又保溼。另外時常穿高跟鞋的她,工作 蜂蜜水當面膜敷臉,可以消粉刺,美白 美容妙方,用含有玉容散成份的中藥調 來,而且兩天敷一次臉。她也透露一帖 時不吃油炸食物,避免痘子、粉刺長出 小黎也不例外,平常飲食相當清淡,同 結束就會馬上去做腳底按摩,平均一 女孩對於美容保養總是相當重視 楊

的很重要,以前她不知道自己長年穿高 她表示,這種類似整脊的全身按摩真

> baby fat 的她,一週做三次熱瑜伽、上 瘦身操、瘦手臂操。參加重要活動的前 健身房踩飛輪三次,在家也會放音樂做 她也提醒大家都應養成運動習慣,有點 態也變好,而且不會下肢浮腫。當然 痠。自從定期按摩後,疼痛感消失、體 週,每天都要喝自己煮的「紅豆薏仁

常挫折 你,你會怎麼辦?」這些都讓她感到非 有老師劈頭問了一句:「如果我們不要 從景美女中推甄面試政大廣電系時,也 曾有人吐槽她是「過氣的童星」; 了不起,還不是有老師罩妳!」 時,有學生家長對她說:「童星有什麽 而且爭取代表學校參加比賽。比賽得獎 ; 也

但

自

我

要



水 消水腫,不加糖,只喝水

出

自我要求 做到最好

拍戲再辛苦,她還是堅持要完成課業 的確感受不少壓力。楊小黎回憶,即使 頂著童星的光環,在成長的過程中,

氣面對這一切

許因為長時期的多元歷練, 向思考、全力以赴是她的自我要求, 生。」後來她也順利透過甄選上榜。正 定回答:「我會通過指考,成為您的 「如果不要她」的問題時,她則是鎮 來 ; 她的成 上, 卻不被 求甚 時她 的人都 搬 擊 面 讓她更有勇 對 倒 實 到 老師 將座 高 甄 讓 力 績全 知道 講 試 所 考試 挫 的 而 提 時 有 台 付 折 妣

培養實力 全方發展

對她說過的一句話:「主持人不好當 終極目標的楊小黎,也一直謹記沈春華 了熟女階段則要像沈春華。」以主持為 能像侯佩岑,輕熟女階段要像陶子,到 在楊小黎的部落格上寫著:「年輕時

> 也就是每學期要修三十個學分以上,毅 為第二外語學程,而且規劃四年畢業, 華語教學學程,並打算在大四選日文作

雙主修廣電、外交,加上修習公關學程、

有的帆蓄勢待發、迎風破浪。新的年度 楊小黎猶如船上的最佳舵手,張開所

> 希望有朝一日能站在國際級典禮上發 台,她將發揮所學,向更高的殿堂邁進 下好成績。而主持仍是她最鍾情的舞 她希望能拍一部永世流傳的好作品,留

展而努力。 對未來, 她不設限,希望朝全方位發

要好好讀書。」因此,上了大學後,她 祝福永達的好朋友們 天天開心平安健康



輕鬆看懂保單



蔡明宏 Profile

職 稱:永達保經區經理 保險年資:19年

得獎記錄:

2003~2006、2011年 5 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員 2003~2006、2011年 國際龍獎 IDA 個人組銅龍獎



蔡品梨 Profile

稱:永達保經區經理 保險年資:24年 得獎記錄:

2004~2008、2011年 6 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員 2004~2008、2011年 國際龍獎 IDA 個人組銅龍獎

權

利 知

為自己爭取權益

買保險就是買

份

人

公 生

向

戶

也 容

必

須了

解

因

如

保

F

絕

不 這 李 用

-是業

糸務員 念是

(了解

好

對

保單

?容完全

沒 為

有

念

道

如

何 內

掌

握自己理

應 뫲 果 就

有

的 就 本 保 單 地 解 有



李可人 Profile

稱:永達保經區經理

保險年資:26年 得獎記錄:

就 什 保 詳

好

0 作 卻

园

經

語

重

示

種 可

觀 人

不 理 為

對

的

保 長 麼

是認

業

務

員 心

2005、2008 ~ 2012 年 6 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員 2005、2008 ~ 2012 年 國際龍獎 IDA 個人組銅龍獎

> 細 投保

閱

讀過

保單

內

容

然

前

甚

至是投

保後

皆没

險

不

是

很清楚

自己

的 雖

保

單

保 則 厚 都 讀懂保單 險 條 厚 不 承 障 項 看 公司 款 單 保 重 的 都是 點 似 純 但 甚至是發 從要保人購 密 索 本 就 密 權 所 取 **発理**賠 每 以 能 麻 利 保 輕 麻 義 鬆掌 生 務 項 單 保 但 這 買 的 オ 內 過 握 只 釐 會 險 容 要 清 문 程 事 保 關 ` 把 與 每 那 故 險 鍵

麼 點

單是要保人與保險公司所訂 定的重要契約 但大多

確

停看聽 輕鬆看懂保單

定要問 檢視, 握以下原則, 他人的說法。看懂保單並不難,只要掌 利和義務進行了解;最後,看不懂的 著,應該要「看」 思考,不可憑著 人員的說明之後 停、看、聽」三大原則。在聽完業務 要保人在購買保單之前, 每個人都可以輕鬆看懂保單 ,「聽」業務員、保險公司或其 並依照專家指導的重點去 一股衝動貿然簽約;接 一保單, 一定要先 針對自己的權 一停 務必 下來 謹守

關心保障範圍

保事項 要, 式 自己的保險 保範圍。另外,還需注意「除外責任(不 幾個大字,一 款時很快就可以找到 些疾病涵蓋在保障範圍內。閱讀保單條 看清保障範圍對保障類保險尤為重 兩種呈現方式,會簡單說明保單承 例如投保重大疾病險,就要注意哪 條款 般有「列舉式」 這樣才能買下更適合 「保險範圍」 與 「概括 這

一、留意應盡義務

享有保障自然應該盡義務,保單條款

應

,才能落實保險真正的功能

保障,接著再看購買的保險是否足以支 首要是先搞清楚自己的需求,需要什麽 的保障自然不同。選購

一份保險之前

及各種不同因素而改變,不同階段需要

每個人所需要的保障隨著年齡

環境

五、按階段需求投保:

繳保費的後果、保費自動墊繳等等 括每年要繳多少保費、保費繳幾年 之,做好要保人應盡的義務,才不會影

中通常會寫明繳交保費的相關規定

遲 包,

三、掌握理賠要點

響保險權益

等等,掌握理賠申請的重點 賠申請需準備的文件、理賠申請的 相關規定,包括:理賠申請的時限 失應享權利 保單條款中的後段通常會描述理賠 才不致錯 程

四、把握投保流程:

閥期、猶豫期等 握人身保險中的幾個關鍵期 如果對保險有任何疑問或遲疑 從購買保險到保險公司承保, 例如 , 應該把 要保

保險 V.S 重要關鍵期

★猶豫期:不一定,多數為 10 天

要保人、被保險人在簽收保險單後的一定時間內,若 對所購買的保險不滿意,可以無條件要求退保。

★觀察期(等待期): 60 ~ 180 天

在保險合同生效後的一定時期內,被保險人因疾病所 致的醫療費用,保險人不承擔責任,即保險合同雖已生 效,但被保險人並不能馬上獲得保險保障,需等觀察期 屆滿後,保險公司的保險責任才開始。大部分醫療保單 都有觀察期的規定,但意外傷害類的保險就沒有觀察期。

★寬限期:60天

主要針對分期繳納的保單,如果要保人到期未繳納保 費,保險公司會給予 60 天寬限期,要保人如能在寬限 期內繳納保險費,保險契約就繼續有效。

★責任期:

保險公司承擔責任開始到終止的期間稱為保險責任 期。保單簽定後,並不一定意味著保險責任立即生效 以意外險來說,保險責任從保單簽定起始日的午夜12 時起才生效。

董保單 哑鬆 看



如何透過保單名稱,初部了解 一張保單?

力,現在的保單名稱五花八門, 李 可 人):為了吸引保戶的注意 人區經 理 以 下 愈來 簡 稱

帶

規範,例如:「○○○○終身壽險」、 身壽險有所謂平準型(AF)與增額型 保單的基本屬性。但必須注意的是,終 等,通常從最後幾個字就可以了解一張 終身醫療險」、「〇〇〇〇意外險」等 「○○○○定期壽險」、「○○○○ 保單名稱依規定還是有固定的 名稱不斷推陳出新,但基本上 **簡稱宏**):雖然保單 蔡明宏區經理(以下

況下, 慮, 稱,消費者仍可依正確名稱上 需加註正式核准銷售的保單名 主管機關亦有規定,文宣上 司詳細求證較為妥當。此外 是「定期繳費、終身保障」, 定期險或是終身險?結果答案 身壽險」,那這張保單究竟是 它的名稱是「〇〇〇〇定期終 規範。我曾經看過一張保單, 愈複雜,甚至還會跳脫既定的 在既定模式都可以被推翻的情 所以才命名為定期終身壽險 建議要保人還是向保險公 如果對保單名稱有所疑 障金額判斷或向保險業務詢問,並針 自己的需求挑選真正適合自己的商品

就保障範圍來看,如何輕鬆

看

宏:關於「保障範圍」,要保 懂一份保單的承保範圍

範圍 條 , 看清楚、問明白,不容有絲毫模糊地 買的險種大有關係,非常重要 的定義,這些專有名詞的定義與我們購 險範圍」多數出現在保單條款中的前幾 頁,「給付項目」就包含在其中,要保 現在的保單必須將重要內容定義在前幾 及「除外責任」。在金管會的要求下, 解,即是「給付項目」、「保險範圍. 有的權益。接著就要看保單條款中 人可針對「給付項目」初步了解保單享 保險範圍」 條款中會清楚列出該份保單的保障 而且大多都會清楚解釋專有名詞 人可以鎖定三大重點進行了 與「除外責任」,通常「保 ,一定要

從保單名稱看出來,要保人必須透過保 儲蓄險的一種,但這一點卻不一定可以 終身壽險保障金額則會逐年增加,屬於 額從頭到尾不變,首重保障;而增額型 AG)兩類,平準型終身壽險保障金

2014 MAR RICH 達人 25

保戶一定要注意的條款? 就理賠申請來看,哪些項目是

則。 契約的解釋,應探求契約當事人的真 時,以作有利於被保險人的解釋為原 意,不得拘泥於所用的文字;**如有疑義** 約 書、批註及其他約定書,均為本保險契 條款指出「本保險單條款、附著之要保 契約的構成」就是保戶的尚方寶劍。該 的模糊地帶,保單條款的第一條「保險 款中的除外責任,但又介於理賠與否 外責任」,了解不理賠的狀況有哪些? 需要理賠的情況,該情況不符合保單條 我們買保單,主要是預防。如果真碰到 (以下簡稱本契約)的構成部分。本 在買保單前必須先搞清楚「除 人:就理賠申請來看,要保人

的重點? 就關鍵期來看, 保戶應該把握

須把握的重點。根據金管會規定,保險 於訂立契約前必須提供要保人不低於三 是要保人在訂立保險契約時必 梨:「審閱期」及 「猶豫期

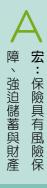
> 權 內,得以書面檢同保險單向保險公司撤 金管會規定,要保人享有「契約撤銷 起,要保人尚享有十天的猶豫期。根據 即便已經簽定保險契約,自簽收之日 對保單條款猶有疑慮的部分進行了解。 於保險單送達的翌日起算十日

日之審閱期,要保人可利用這段時間針

使 件退還保險費 豫期間,對保單產生任何疑慮,都可行 銷契約。如果要保人在這十天的關鍵猶 「契約撤銷權 保險公司必須無條

哪些是保戶一定要搞懂的保單 關鍵字?

列出, 供給保戶的建議書中為客戶 對重點處逐項為保戶說明。 同,所有保單條款都會詳細 通常我會在保單擬定之前提 鍵字來閱讀更是難如登天。 通。但也有部分類型的保戶 保單略有概念,當然略點 注的重點逐條標註,並且針 正式保單的內容其實大致相 那密密麻麻的條款中挑出 看到條款就頭痛,要他們從 「畫重點」,保險建議書與 我會針對保戶必須關 不同, 梨:保戶個性各有 有些保戶 *.* 對 就





輕鬆看懂保單

單。 保險金額、現金價值,即可輕鬆看懂保戶只需把握以下三大關鍵字:保險費、需要全部都搞懂嗎?其實沒有必要。保需中艱澀難懂的名詞那麽多,保戶真的財目標,合理做好退休理財規劃。但保

任的最高限額;「現金價值」是指保險人承擔賠償或者給付保險金責保險公司)支付的費用;「保險金額」保險公司)支付的費用;「保險金額」

身的經濟狀況 險 估需要透過保險轉嫁多少風 依 額 經 人想享有保障必須先盡的義 濟能 據自己所 就是風險轉嫁, 簡單來說,保險費是要保 這部分牽扯到要保人本 至於現金價值 力進行規劃 , 承擔: 前負任 需視自己的 要保人需 ;保險金 如果保 評

活運用的資金。緊急備用金,是保戶在緊急情況下可靈單有達到現金價值,要保人可將其當成

保全的功能,協助我們實現中長期的理

忘了繳交保費怎麼辦?

動墊繳」需看保單有沒有「保單價值準保單時必須同意「自動墊繳」。但「自的功能,但前提是要保人簽定不保單通常有「自動墊繳」

否則保單將一直處於「自動墊繳」

狀

「自動墊繳」狀態,除非還清墊繳

停止。不足以墊繳保費,否則保單效力仍舊會備金」或「保單價值準備金」的金額足

同,但造成的結果卻不同。如果保單進成保單貸款,走的路徑不同、目的相之後經濟狀況許可時,建議客戶可以改交保費,保單進入「自動墊繳」狀態。此外,如果要保人已確定暫時無法繳

式享有的保費優惠。 會讓要保人仍舊可維持原付款方會讓要保人仍舊可維持原付款方會以原始保費計算,但如果透過會以原始保費計算,但如果透過會以原始保費計算,但如果透過

效 , 驚慌, 應繳費用並加計利息。 年齡核算,僅需補繳停效期間 保險公司是不能拒絕復效的 保險公司可以拒保的程度 保人都可以向保險公司申請 於復效後的保費計算仍按原投保 導致保單停效,要保險人也無須 不過就算真的忘了繳交保費 除非被保險人的體況達到 在保單停效的兩年內 0 復 般 至



27



◎台北至澳門來回機票一張 ◎個人全程旅遊意外責任險200萬、醫療險20萬

震撼 視聽表演, 不夜城嘉年華 贈新濠天地水舞間門票,俄羅斯歌舞秀、雷射音樂水舞、吉祥樹、12生肖富貴龍 **葡萄酒博物館,大賽車博物館** 欣賞一級方程式賽車,品嚐世界各國醉人美酒佳釀 貼心服務,浪漫加分 四大渡假城專車接送至住宿酒店,每房致贈香醇紅酒一瓶

世界遺產巡禮 葡京風水地、圓明園、聚富祖母綠寶石、全球最大無瑕鑽石、議事亭前地廣場、仁慈堂大樓、板樟堂前地、聖母玫瑰堂、大三巴夜景 精采、味覺饗宴, 澳門美食逍遙賞 銀河酒店快富站美食廣場餐券一張,並品嚐富貴糖皇精緻甜品或手作工夫茶一份

道地澳門美食, 超人氣伴手禮 品嚐人氣甜品燉奶一份、瑪嘉烈/安德魯蛋塔下午茶一份咀香園餅家禮品及九折優惠



超越五星級的服務品質與學習空間 讓不同的學習方式達到 最佳成果! 讓各類的知識交流達到 最高境界! 我們並可提供各式不同的上課與社交環境 並歡迎各級教育機構、公司行號來電洽詢

www.KBCC.com.tw 電話: (07) 3340131 傳真: (07) 3340077 高雄市前鎮區中山二路5號

Ggogo 吉帝旅遊 www.ggogo.com 就是要寵壞您~這顆挑剔的心! TEL:02-77431919



天星小輪暢遊維多利亞港、開蓬巴士飽覽都會風光 美食饗宴 享用經典港式飲茶點心,品味香港美食精髓 完整保障 個人全程旅遊意外責任險200萬、醫療險20萬 及特別費用險、額外費用險、海外緊急救難

排名調查」中,為金融業成長最快速公司的前三名,並且榮獲「國家品牌玉山獎全國首獎! 去年於《天下雜誌》「標竿企業調查」中,迅速躍升為保險業界第五名,在「二千大金融業 的肯定。「不斷追求創新」正是其成功的關鍵,中信人壽總經理凌氤寶強調,中信人壽不只 「量」更重「質」,更深耕長年期保單市場。 家認養台北市立動物園 一圓仔」 貓熊家族的中國信託人壽 (以下簡稱中信人壽 文/羅怡如 圖片提供/中國信託人壽





今年宏利人壽台灣分公司加入中信人 〇年的第三十四名,躍升至第十八名。 業排名調查」中,營收排名從二〇一 險業界第五名,另在「二〇〇〇大金融 的支持與肯定下,迅速躍升為保 信人壽成立時間雖短,但在客戶 商品 線 的

善的金融服務

戶的深度與廣度

的基礎,

並透過商品 斷追求創新」是中信人壽成功的關鍵 紅 關鍵時刻 提供「: 點 找出前往目標的路線。「不 待客如親、親如家人」 服務、資訊系統三大路 做關鍵決定,看見事業 的

能提供全體客戶更完 經代經等打出多元通 現有電銷、銀行、保 壽後,業務行銷結合 信人壽擴展保險業務 強化服務客 更可厚實中 , 並 令變化 值。 求為導向, 在創新服務方面, 求,搶佔既有市場 快速推出商品 例如:

路策略,

Life

十二點 (含例假日)

週一次的「總經理一 向嶄新」 天全力以赴、 團隊的向 市 場、 為了提升業務人員的服務,凌總以每 趨勢的觀察, 的工作態度去發揮共創的 !心力、勉勵同仁們秉持「天 人人攜手同心、月月迎 封信」 透過小故事凝聚 分享他

將保險的小愛昇華為大愛

般 費佔收入的十%至四十%;三、預估 建議以終身醫療保險為主。他也提出 道來進行理財規劃,基本保障的部分 滿足特定需求;七、包含退休金保險 五 家庭責任負債的額度,身故的保險金 家庭的收入及支出狀況;二、總繳保 七個檢視步驟:一、先計算出自己或 依據未來想達成的目標,選擇適合管 民眾應進行人身保障的檢視與規劃, 迎接嶄新的二〇一四年,凌**氤**寶建議 、包含醫療保險 訂在收入的五至十倍;四、 人壽保險及意外保險的保險金額 包含子女教育、保險或其他商品以 重大疾病保險; 包含 再

> 壽險的部分可考慮以外幣保單搭配增 另外,在金融市場仍較為動盪的時期

支付保險費用及三十%用來儲蓄投資

可維持六十%支付日常生活費用

\ + %



達人月刊讀者: 馬年事事如願 想要什麽就有什麽

废創實

可以 公益團體以及保險公司創造三贏局面 保險的功能 益人之一,為被保險人的家屬和親人 不只是保險」的信念,思考如何運用 額型壽險,規劃多元幣別的資產配置 在增加保障的同時,他也建議民眾 站在公益角度思 鼓勵指定公益團體為受 考, 秉持 保險

看好企業年金市場

輕財政負擔,可說三贏局面 能藉此達「 劃。一方面 企業員工職 主資產規劃開始拓展業務,進而推 金客戶企業福儲平台之合作, 年金」的商機, 在多元通路行銷方面 留才」 可以創造新商機、企業也 域 開拓及企業團體退休規 將透過與中信銀行法 目 的、 , 看 準 「 政府也能減 從企業 企業

目標, / anyhow / anytime) 及投資多元化為 名前五名的保險公司。 Year Premium Equivalent, FYPE) 方 面 路 are family] 打造為退休規劃的領導品牌, 期策略主軸, 通路的最佳保險合作夥伴。未 的貼心與專業服務 為客戶提供「 「 價 值 」 對於未來的規劃 、平衡發展、3A 成為新契約等價保費收 預計在二〇一六年將中信人壽 與「量」 的企業經營理念, 待客如親、親如家人」 以商品多樣化、廣布 ,他指出,秉持「We 的平衡成長為中長 ,並成為金控及各 服務(anywhere 入 (First 在業績 來 持續 排 以 通

不求回報的至聖先師

錦麗

離開「教育」這條路,從一對一家教到小班家教,再到立案成立補習班,一路秉持教育理念走至今日,一切都是順其白 從事補教業逾二十個年頭,李易文理補習班創辦人李吉聲形容,從大學時代擔任數學家教贏得成就感開始,他就不曾 文、攝影/洪詩茵 部分圖片提供/李吉聲、蘇錦麗

全職代課、晚上又到補習班兼職任 教,在台北過了四年多不分日夜的 經濟壓力讓李吉聲白天學校 憶當年, 結婚生子,龐 大的

打拼生活, 一場車

聲與蘇錦麗夫婦珍惜 牛稍來的心意 擇在此作育英才。 因此愛上了東港的 法教學,不得已需 他考進當時只缺 李吉聲表示, 純樸生活環境,選 聲來到東港靜養 停下腳步,讓李吉 禍導致右手骨折無 最初

> 至今已滿四、五個年頭 後,就決定成立文理補習班 護與要求下,他與太太蘇錦麗商量 的需求也增加,在家長及學生的擁 厚感情,自然地學生變多了, 始,經多年與學生家長們培養出濃 科目 立案

強化輔導 不求回報

導 課業成績,建立所謂的「輔導 錦麗經營補習班的方式特別與眾不 且由任課老師親自輔導。蘇錦麗表 度」,只要學生的學業成績未達標 會事事金錢掛帥,為了提升學生的 生與家長的口耳相傳招生;他們不 良善的起心動念,讓李吉聲與蘇 他們不作商業宣傳,完全靠學 每週六就必須到補習班加強輔 重點是這輔導制度是完全免費 制

名代課老師的

國

中,白天代課,因

人生地不熟晚上仍

需從小班家教

缺 師 師 的 棄。」 示, 週輔導是希望:「學生對該週所學 量學習成效,並針對程度不佳者予 要配合補習班的輔導制度,每週評 致對該科學習興趣低落, 積太多不會的內容,會惡性循環導 內容能完全消化並純熟, 以補強。老師們願意花時間堅持每 他們要求在此任教的老師一定 而終致放 若持續累

共好 師資挑選嚴格

了堅持聘請有多年補習班任教經 習班老師方面,有他們的堅持, 因為用心,李吉聲夫婦在聘請補 教英文。此外, 老師之外,還堅持聘請專科老 因此他們也有一套留住人才的 數學系老師教數學,英文系老 由於鄉下師資欠



班開辦至今,師資流動率是讓人無 師的薪水就會愈高,這種願意與老 取代鐘點制度,學生人數愈多, 經營模式, 師分享的氣度,使得李易文理補習 與老師之間採合作關係

作關係,也讓李易文理補習班的每 入補習班規定的免費輔導制度 在經營自己的補習班一樣,全力投 位老師在教學方面非常用心, 刀提升學生的課業成績 將眼光放遠一點,這種同好的合 如同

取之社會 用之社會

能做得到就盡量去做,盡自己的 單 過標會才結得成,也因此 境相當清寒,當年能結婚, 費。李吉聲表示,小時候,他的家 低收入戶,優惠近五、六成的補習 分力而已。 體會經濟困難的苦楚,他的 免費學習名額,另外又針對中低及 會的「育苗專案」,每年提供數個 婦不惜降低收益,選擇參與補教協 純 秉持回饋社會的理念,李吉聲夫 在自己能力所及的範圍內 ,他更能 想法很 也是透

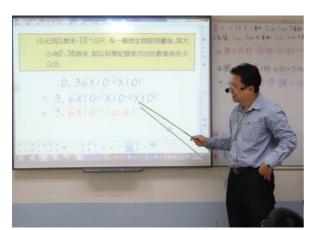
段動人的師生情誼

現 星 真與用心 師生情誼彷彿是上個世代才有的光 關係愈漸緊張對立的現在,這樣的 描述,讓人不禁鼻子一酸,在師生 就會寫上自己的名字。」聽完這段 就,會再寄份禮物送給老師,屆時 能送給老師九百九十九顆紙星星 到好學校,也沒有一份好工作,只 教導,但自己的成績不好,沒有考 條上寫著:「感謝老師當年的用心 學生送給她先生的,這位學生在紙 來,這罐紙星星是一位不願具名的 ,也見證了李吉聲在教學上的認 以不敢具名,等到以後功成名 ,好奇地問起緣由,不經意間發 訪談過程,看到餐桌上一罐紙星 則動人的故事。蘇錦麗娓娓道

縮短城鄉英文差距

理補習班也在去年成立了高中部 了鄉下學生與都市學生在英文能力 方式。對於未來,李吉聲夫婦看見 希望讓補習班學生從小學到高中 有 配合地區性高中的成立,李易文 系列有系統的專業教學學習

> 後, 學生自然無法更上一層,而這就是 師 他們未來想挑戰的目標 卻 很多學生學了多年英文,英文能力 相比擬! 下學生的英文能力也能與都市學生 全程英語的學習環境,希望未來鄉 補習班的規劃無法往前再邁一 人,但英文能力卻是差人一大截 上的差異,鄉下學生數理能力不輸 仍僅停留在國中程度。研究過 ,透過活潑化的教學方式, 一位用心又有多年經驗的英文老 他們發現這是師資上的問題 ,他們已聘 步 建構



·品御·

品御方」在董事鄭牧甫知人善任、充份授權並全力支援的態度下, 由深諳即食燕窩市場的總經理廖耀焜帶領 短短

兩年時間即站穩其品牌定位,打進百貨通路。 文/洪詩茵 攝影/楊樹山 部分圖片提供/ /品御方



傳承, 芝、 級。 思 棗 益 夏 品 8 麗 順 學 的 千 枸杞茶、 御 維 百年來宮廷 草 智 保 生 黑木耳 功 守 慧 菌 方也開發牛樟 健聖帖 即食蒸窩外 巴西 除了主打 效加乘再 護 讓天然更溫 延續生命 健 藻 導 康與美 入創 珍珠粉 錠 蘑 冬蟲 世代 御 菇 紅 商 升 新 科 賜

> 享有的養生妙方。 及珍珠保養品等商品,期望讓每 人都有機會享受古代皇族才有資格 個

場

期出現一

個新

牌「

品御

品

御

方立

志

將 寫

官方網

站上 方」,

成功劃出市場區

創, 了市場上獨一 面 此都是品御方創造的獨特性 粉」;而黑木耳膠囊也是 們在珍珠粉中加入有機玫瑰,創造 穩定中尋求突破點。舉例來說 每樣商品的獨特性,同中求異, 耳熟能詳的養生食材,再從中找出 乎商品本身及營銷通路。商品方 經營品牌最重要的兩大元素不外 鄭牧甫表示,他們只鎖定大家 成分更濃縮, 無二的 效果更精 「玫瑰珍珠 市場 華, , 他 獨 凡

昭 至於通路方面, ,品御方堅守「通路區隔」 以百貨通路為主打市場 在廖耀焜的 的戰 縮小 統 籌

的發生。

戰 競爭範圍, 而能站穩中高消費族群的 讓品御方不致淪入價格

堅持品質是企業根本

掌控不到的範圍, 控管產品品質,品御方不僅從源頭 理所當然應該做到的事。 出來討論的議題,因為那是經營者 能嚴格控管品質,從源頭杜絕問題 產品從無到成形,許多細節是業者 營門市,更每年定期花錢針對品牌 控管原物料的品質,堅持只經營盲 任何事業,品質基本上是不需要拿 薄弱,鄭牧甫特別強調,不論經 的產品進行檢驗,他說: 此外,有鑑於食安問題 消費者對食品業者的信心愈見 唯有透過 為了嚴格 層出

更於忠孝東路 園遠百、台中大遠百等百貨專櫃 板橋大遠百、天母新 成功進駐微風廣場、寶慶 品御方草創至今僅兩個年頭 菛市 作為前進百貨通 四段的精華地 光三越 路路 遠 段設 的

桃

己

個

彌足珍貴的員工,

焜

待員

獨特的 其實是 從事保健 焜坦承, 程 穏 更有其專業上的 少 中 食 套裝設計 健成 , 難 品 食品銷 至今碰 焜 而 道不曾遇 不僅容易涉 8 長 的 帶領 的 御 問題 到的 方的產品 售的業務員 不免令人好 更增添 上 阻礙 門檻 最)及法 大問 8 \oplus 人員 又 於 ?廖 御 有 原 願 令 販 題 츩 方 售 耀 意 本

> 作環 景 像家人、像朋友,打造良好的工 境 為員工塑造 是未來的: 事

當人才不虞匱乏,接下來就只是 驗的複製而已。 眼大陸龐 抱凌雲壯志,鄭牧甫與廖 大的 市 場 他 們 說 耀

放

示

下

麗芙萃系列保養品

個

位ろ 進員

Ġ

御

方的 唯

未

來

品御方禮盒組

盒。

針對不同送禮預算

與需求, 品御方設 計多款不同的禮

練

Î

有員

I 承

以

個

帶

個

的

傳

教育訓

練

他從不

此

品御方的未來

功

可 到 新

期

的

為了留住這

以 HORIEN 5℃小 分子水打造超容易 吸收的珍珠保養 品,主要作為贈品 使用,創造主產品 的附加價值,打造 其獨特性。



@ 幸福食譜

官燕紅棗枸杞茶

材料: 1.120c.c. 溫開水

- 2. 紅棗枸杞茶 2 包
- 3. 燕窩 1 匙

作法: 1. 取兩包紅棗枸杞茶, 撕開將粉末倒於杯內, 以 120c.c. 約 70 度 C 溫開水沖泡, 待 3~

5 分鐘後即可飲用,可依個人喜好濃度,

- 增減浸泡時間或水量。
- 2. 取 1 湯匙蒸窩加入紅棗枸杞茶內。

4. 玫瑰珍珠粉 1 包

作法: 1. 以水 5 對椰汁 1 的比例加 入冰糖或砂糖煮熟。

2. 之後再加入燕窩及玫瑰珍

珠粉即可。



的新理念。 的精華。在劉美伶董事長的帶領下,吃出健康成為新食尚潮流,也成為該餐廳 鳥窩窩私房菜 文/羅怡如 攝影/楊樹山 的宗旨是,人無我有、人有我精、取長補短、集合各大菜系 部份圖片提供/鳥窩窩私房菜

七 / 鳥窩窩私房菜,除了美味,更可 次滿足食客們的口腹之欲。即使只是



動 觀看菜單,每一 ,想將其逐一嚐遍的念頭油然而生。 份餐點都讓 人食指大

五感兼具的用餐環境

餐廳取名「鳥窩窩」,就是希望能夠成 的不外乎是讓這些鳥兒都能有個家。將 董事長表示,在海內外辛苦耕耘 以鳥字串聯。關於餐廳的命名, 飲、金湯匙私房菜、鸝鳥服飾公司等都 昆布鍋、千鳥食品烘培、北京的北鳥餐 事長旗下經營的品項,包含跨足深圳 為多年來事業群的依歸 上海、廣東省的藍鳥咖啡、八鳥北海道 在兩岸擁有三十多家餐廳的劉美伶董 劉美伶 其目

成了「古意與現代」的衝擊。讓用餐者 革及玻璃元素,透過投射燈的反照下形 雕刻結合珠鍊羽毛屏風與現代白皙皮 意,古意中有浪漫。」 計也別出心裁,稱得上是「時尚中有古 在時尚的設計氛圍中, 時尚美感及餐飲風格,將精緻復古鳥紋 除了名字有趣之外,鳥窩窩的裝潢設 環抱溫馨自然心 結合劉董事長的

情,享受服務與廚師優異的美味表現

從心感受說菜藝

字解說,再加上服務人員的說明 然,MENU 設計以圖取勝,搭配簡單文 受到這些料理的美味。劉美伶指出 上更為容易 方菜系各具特色,為了讓消費者一目瞭 夫,讓客人在看菜單時 的是服務人員都有一口「說菜」的好功 每一道菜都有其歷史與緣由,值得一 大江南北經典菜系特色和清朝宮廷菜, 鳥窩窩私房菜的推薦料理中,結合了 也能同時感 提 地

球 , 靈魂 製作的鳥巢,搭配香濃的香草小冰淇淋 菜率頗高的「鳥巢, 人驚艷,每一道甜品都獨具匠心,以點 值得一提的是,鳥窩窩的下午茶頗令 □感綿密香甜,也為甜品注入新的 蛋 來說, 純手工



情

四

Ш

燃麵及滷菜等,

譲消費者以平

價吃

到道地

麵食。

對她來說

只要

用心」

天底下沒有做不到的

以上班族為對象的連鎖麵館

,

同樣

展店計劃,下半年她還計劃開設

未來,除了每年兩家「鳥窩窩

結各地方麵食,

包括江浙煨麵

回想創業點滴,二十多年前,計劃開設地方特色麵館

成功的打造出屬於自己的第一 與辛勤的努力下, 不 景氣與市場中, 美伶原本只是一名單純的小 該屬於自己的千萬債務。 因受朋友經商拖累, 在不可能的條件與不被看好的 鸝鳥服飾 。之後跨足餐飲業經 屢創佳績。 終於扭轉局 而獨自 在誠 護士 親力 個 勢 承 劉 品 信 擔

◇ 特色料理推薦&典故 ◇

等

的設計

每

個細節

都親自

參

與

0

旦餐廳步上軌道,劉美伶就

式管理盡督導之職

放權使其自我負責

她則以走

店內裝潢、

擺飾

外場人員服裝等

傅們遠赴大陸實地考察外,

舉凡

菜

菜名、菜單設計、餐具挑選

為

的劉美伶,

除了親自帶領師

◇前 菜◇



←醬香霸王雞

清朝乾隆年間,民間生活簡 樸,宴客時將少許雞肉鋪在生 菜上再淋上醬汁,增加菜色的 豐富感。乾隆初嚐此菜,醬汁 香麻中帶辣的口感深獲喜愛並 稱讚這道菜夠「霸氣」,民間 將此道料理稱為「霸王雞」。



◇湯品◇

人宮廷一品皇罈子

清朝時,每逢正月十五皇上賜給糧銀及山珍海味運送到 營裡,全村老少會在營子口跪拜迎接,然後搭起大灶精 心煨製,烹煮後每戶發一大罈子,開罈時香氣四溢,色 呈金黃色,此菜流傳命名為皇罈子。

◇ 主 菜 ◇



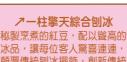
槽,包著老紹興甘菜炸過再

烘扁的精湛手藝,香酥鮮爽

的滋味,讓人吮指大動。

◇招牌菜◇

←爽口薄片晾衣 精選豬肉搭配黃瓜片,捲起入口,搭配獨特秘製醬汁,口感 直呼-爽-脆-!



◇ 甜 點 ◇

←紹興干菜窩窩頭創新改良的窩窩頭,內有凹ルス・護海位を人際書

冰品,讓每位客人驚喜連連, 顛覆傳統刨冰擺飾,創新傳統 冰品新視覺。

其是進補,更是應該視個人體質作調整,所謂「虛不受補」,補錯了更傷身,別讓不正確的飲食與進補造成身體的傷害。 就中醫理論來說,人的體質有寒熱之分,也有所謂的生理時鐘表,不論在飲食或進補方面,都得考慮這兩個層面。

整理/公關部 資料來源/衛生福利部 中醫藥司

此要以較溫性的食物平衡 的關係,人的體質有寒熱之分,歐美國 樣大啖冰淇淋。其實這完全是因為體質 自然要用較寒的生鮮蔬果平衡;而東方 家以肉食文化為主,因此其體質偏熱, 家的產婦卻沒有這種禁忌,產後仍可照 也不能吃,尤其禁食冰品類;但歐美國 人多以米食為主食,體質普遍偏寒,因 ★ 麼東方人坐月子這也不能吃、那日間 信許多人都有同樣的疑惑,為什么

簡單分辨個人體質

性質的水果,體內正好有火的人,吃了 衡的狀態。舉例來說,西瓜是屬於寒涼 食上作調整,將可讓身體維持在自然平 並搭配季節氣候的變化,從日常生活飲 論。若能搞清楚自己體質的寒熱屬性, 是正確的,並非是只適用於東方人的理 由此可見,中醫理論的寒熱體質之說

興

奮

睡不著覺、□渴□乾,

甚至牙

體內同樣有火的人,若吃了蔥、薑

顏色變淡、尿量增多、心情平靜; 馬上會覺得身體清涼舒服起來,小便

但

辣椒等溫熱性的食物,

將會馬上感覺



體質	差 異		
寒冷體質	臨床表現為面色蒼白、手足冷、不愛說話、精神萎靡、容易出汗、 大便稀、小便清白、唇色淡、口淡無味、舌質淡、舌苔白潤、虚 弱等。這類體質的人飲食上以選擇偏溫熱者為宜。		
溫熱體質一實熱	高熱、煩燥不安、口渴、臉色比較紅、小便量比較少、顏色比較 深、大便容易祕結等。		
溫熱體質—虚熱 (2)	低熱、手足心熱、煩燥、尤其黃昏的時侯特別明顯,唇紅口乾、 舌質嫩紅或乾燥無苔,大便燥結、小便黃少、脈摶細且快等。通 常是因慢性疾病末期、身體消耗太多元氣、體液不足,自主神經 系統機能不平衡而造成交感神經相對興奮或更年期、慢性病的徵 兆,就是一般所說的「虚火」。溫熱體質的人就不適合服用溫熱 性質的飲食,反而吃一些寒涼滋潤的食物對他們特別有幫助。		

尤

糯米粥等溫熱性質的食物會更好。 菜等,反而該讓小孩多吃龍眼、南瓜 例如:西瓜、香瓜、冬瓜、白菜、莧 小孩吃太多寒涼性質的瓜果或蔬菜, 因體質偏寒,這時候父母就不要再給



藉由食物取得身體平衡

生活中個人的身體徵狀,即可辨別。 方式,不一定要上醫院問診,從日常 備最佳體能狀態。而辨別個人體質的 食物,才能獲致身體的自然平衡,儲 節氣候等因素,搭配體質寒熱屬性的 需要先辨別體質。之後再視當時的季

整。 期的需要,因此體質又會偏寒, 孕婦懷孕前後的飲食習慣就要略做調 而產後因為生產時的消耗及身體恢復 有胎兒的負擔, 的食療。以孕婦為例,懷孕當時因為 食物來平衡身體的徵狀,也就是所謂 材同樣也有寒熱之分,因此才能透過 人的體質有寒熱之分,食物與中藥 所以體質通常偏熱 所以

齦紅腫、牙齒動搖等,「火氣」更為

嚴重。 依據中醫理論,探究病因、病機前

常見食物之寒熱屬性分類

另外,一些小朋友容易夜尿,常是

	寒涼	平和	溫熱
水果	西瓜、楊桃、香蕉、奇異果、香瓜、柿子、柚子、李子、 枇杷、梨子、草莓、葡萄柚、桑椹、蕃茄	梅、鳳梨、芒果、葡萄、椰子、 蘋果、檸檬、甘蔗、釋迦、加州 李、菠蘿蜜、無花果、木瓜、棗 子、柳橙	龍眼、杏仁、桃子、荔枝、櫻 桃、橄欖、金棗、蕃石榴、榴 槤
蔬菜	蘆薈、蘿蔔、蓮藕、筊白筍、海帶、紫菜、苦瓜、竹筍、豆腐、絲瓜、萵苣、菠菜、白菜、冬瓜、莧菜、茄子、芥菜、芹菜、芥藍菜、黄瓜、空心菜、紅鳳菜、油菜、包心白菜、荸薺、豆薯、甘薯菜、金針菜、黄豆芽、瓠子、枸杞葉、落葵、綠豆、薏苡仁、麵筋、麥粉	甘薯、蠶豆、木耳、馬鈴薯、香菇、菱角、花生、玉米、胡蘿蔔、 甘藍、洋菇、豌豆、黑豆、黄豆、 菜豆	瓜、蔥、韭菜、生薑、洋蔥、 糯米、茼篙、芫荽、茴香、九 層塔、大蒜、辣椒、胡椒、芥 末
中藥	A A A	靈芝、蜂蜜、山藥、蓮子、白木 耳、芝麻、枸杞子、百合、四神 湯、清補涼湯	山楂、酒、醋、栗子、核桃、 當歸、人參、黃耆、四物湯、 十全大補湯

配合生理時鐘調節健康

家一般提到的生理時鐘。 執行不同的功能,稱為晝夜節律 同的器官,各時段由不同器官來 時段,每個時段都可以對應人體不 (Circadian Rhythm),也就是大 一天二十四個小時可分為不同的

如果一個人一天的活動能夠按照



生理時鐘表

餘,還能擁有健康的身體! 了坐收良好的工作成效之 提供的生理時

如果能配合以下

的工作與活動,

時間適合做不同

理時鐘表,不同

健康勢必受影響。

依據人體的生

作用,日積月累,身體

動,導致某器官無法在其工作時段 如果沒有依照這定律安排一天的行

在適當的時間點,自行排解毒素。

定的定律來行動,人體自然就能

正常運作,自然會影響其排毒

鐘,安排每天的

工作與日常活動,除

時段	時期	工作		
午夜 12:00 ~ 01:00	淺眠期	多夢而敏感,身體不適者易在此時痛醒。		
凌晨 01:00 ~ 02:00	排毒期	此時肝臟為排除毒素而活動旺盛,應讓身體進入睡眠狀態,讓肝臟得以完成代謝廢物。		
凌晨 03:00 ~ 04:00	休眠期	重症病人最易發病的時刻,常有患病者在此時死亡,熬夜最好不要超過這個時間。		
上午 09:00 ~ 11:00	精華期	此時注意力及記憶力最好,是工作與學習的最佳時段。		
中午 12:00 ~ 01:00	午休期	最好靜坐或閉目休息一下再進餐,正午不可飲酒,易醉又傷肝哦!		
下午 02:00 ~ 03:00	高峰期	是分析力和創造力得以發揮淋漓盡致的極致時段!		
下午 04:00 ~ 05:00	低潮期	體力耗弱的階段,最好補充水果來解饞,避免因肌餓而貪食致肥胖。		
下午 05:00 ~ 06:00	鬆散期	此時血糖略增,嗅覺與味覺最敏感,不妨準備晚膳來提振精神。		
晚上 07:00 ~ 08:00	暫憩期	最好能在飯後三十分鐘去散個步,放鬆一下,紓解一日的疲倦困頓。		
晚上 08:00 ~ 10:00	夜休期	此為晚上活動的巔峰時段,建議您善用此時進行商議、進修等需要思考周密的活動。		
晚上 11:00 ~ 12:00	夜眠期	經過鎮日忙碌,此時應該放鬆心情進入夢鄉,千萬別讓身體過度負荷,那可得不償失。		

你之前

的筆觸帶我們進入

一個未曾想像過的世界。



/ 飲冰室茶集藝文館

万名家詩稿,把情詩的蕩氣迴腸,輾轉呢喃與華美都一一寫盡了,值得讀者典藏 量超過一萬兩千首,反映出了年輕人對詩歌的熱情,也促成了文學與社會互動的價值 大賞」擴大舉辦,以「為愛發聲:為自己寫首『名叫初戀』的詩」為主題,總投稿 《為愛發聲詩選集》共分為兩大部分,除了徵文的決選作品外,也收錄特別邀請的 自二○○九年起飲冰室茶集在飲料包裝上推廣詩歌,此次「飲冰室茶集藝文館情



~ 預防癡呆要趁早 松原英名

明的頭腦 日常生活這樣做, 不痴呆腦 失智前的十五至二十年前,拔除腦中的「痴呆芽苗」,從日常生活的行動中,打造聰 的氧氣與血液,達到養分充足的狀態,就能預防痴呆產生。而具體的動作就在於, 癡呆是可以提早預防的;作者以 。作者歸納出七個重點,包括早期杜絕「痴呆芽苗」 、改善氧氣的供給 讓你愈老愈精明 !,腦愈動愈不痴呆、五招提高記憶力、擊退生活習慣病 「良田理論」舉例, 人腦有如田地, 、改善血液循環, 只要提供豐 打造

(史上最有感,扭轉疾病的新 4 大好食物 R 爾

柏納

納德醫師用全新的四大好食物,扭轉老化、易胖、文明病、癌症四大健康危機 略的平凡食物,才能真正救你 品!二十一天就能打造出一輩子的好體質?蔬菜、水果、全穀類、豆類,那些被你忽 臟病……也都是因為吃錯食物,更不用說天天都發生的食物中毒、充滿謊言的黑心食 最新科學證據證實,六五%的癌症跟食物有關,過敏、 命。美國責任醫療醫師委員會主席暨創辦人尼爾 結石、關節炎、 糖尿病

、遇見你之前

活下去, 遭親友的反應和觀感, 以癱瘓患者作為故事主角。書中利用不同的角色,探討選擇結束自己生命的人以及周 擅長以細膩的筆觸刻畫愛情的喬喬 除了基本元素愛情外,還加入了親情、醫療關懷, 他們有沒有選擇死亡的權 11/ 藉此提出 利?也許某些情節讀來令人心碎,但作者卻用溫暖 一個發人省思的問題:癱瘓病患除了被迫依照期望 莫伊絲,此次將寫作的設定提升到更高的層 甚至是安樂死議題,更罕見地

82 期贈書得獎名單:基隆市/劉〇秀、苗栗縣/林〇宏、高雄市/姜〇民

RICH 達人月刊為回饋讀者長期支持,特別準備兩本台視文化《老實說就能賺錢》及《小朋友氣喘迅速改善 200% 基本 技巧》要送給您!填妥下列資料,在三月三十 一日前傳真至(02)2521-4047,就有機會獲得。(請務必確實填寫下列 資料,以便利抽獎作業)

□我同意 RICH 達人月	刊為贈書抽獎,使用下列資料!		源就老服
姓名:	生日: 年	月日	能會。
地址: 🗌 🔲 📗 _			康縣
電話:	E-mail:		THE LIPS
			BOTH AND COME

(贈書抽獎結束後,個人資料將進行銷毀,不另做它用,以保障個人權益。)

文長安 教授 食品安全專家・

過去二十五年來任 職於行政院衛生署 食品衛生處,期間 查驗國內各大小食 品工廠與餐廳,對 各類食品的製成研 究、添加物的來龍 去脈皆瞭若指掌。 自食品藥物管理局



於各廣播電台、社 團演講,持續推廣正確的食品觀念,幫助一般 民眾擁有健康、無毒的飲食生活。

◆ 學歷:

美國德州理工大學食品營養研究所餐飲組 碩士營養師專技高考、特考及格

◆經歷:

文化大學食品營養學系講師 行政院衛生署食品衛生處食品藥物管理局 技正

現任:

輔仁大學餐旅管理學系講師 台北市政府衛生局志工

◆ 新近著作:

《權威食品安全專家教你安心買,健康吃: 9個基本觀念、17種食物陷阱、5大飲食 原則,一次告訴你!》



台灣食品安檢第一把交椅,25年「挑食」 經驗首度大公開!當黑心食品以假亂真, 法令混沌不清,守護最重要的健康,只能 由我們自己來!從學習辨別偽食物、遠離 化學毒素,到選擇低碳天然飲食、幫助身 體代謝排毒,跟著台灣第一食品安檢專家, 練就百毒不侵的健康防護罩!

品安全專家、輔仁大學餐旅管理學系講師 有安全、健康的生活。 ` 毒澱粉、 棉籽油……一 採訪 / 洪詩茵 則又一 攝影/楊樹山 則黑心食品的問題讓消費者怕了!在大家對食品安全問題惶惶惑惑的現 文長安教授教導大家,只要掌握正確的飲食觀念與養生之道,大家都可以

在

,

從挑食、從養生之道告訴大家,食品安 究竟有沒有妨害?曾任職於行政院衛 物安全嗎?食品添加物上百種 改製等等。你知道每天吃進肚子裡 成添加物標示不清、不合格食品可進行 l食品衛· 灣的食品安全漏洞百出, 加 物不需查驗登記 生處的文長安教授 、合併標 從觀念 對 複 人體 的 示造 方添 食

全自己把關最穩當

追求食品 永恆」 的原罪

接受食品會沉殿、老化、變硬、變色等 成為食品安全的原罪。文教授語重 指出 (同追求的目標 對於食品 消費者追求食品的不變 永恆」 然而 這「永恆 是消費者與 完業 者 不 心 卻 能 長 也

調

地

說

每天吃進一百五十種食品添

加

物

在

為了符合消費者的需求,食品業者

完美 者保留十%的空間 能透過添加物做到食品的 人體可以自然代謝的情況 許多事情都是環環相扣的 食品添加物不是不能吃 ,是消費者要學的功課 ,允許食品的些許 「永恆」 0 下 為食品業 文教授強 只是必 般來 0 不

別點明。 含有五十種以上的添加物。」文教授特 以為一百五十種很多,一塊蛋糕就可能 都在正常代謝的範圍內。「不過,不要

腐功能 劑, 共有七百九十九種,很多添加物都有防 證的亂象。文教授表示,食品添加物總 者以「不添加防腐劑」作為安心食品保 視防腐劑為畏途,卻也導致許多食品業 別讓防腐劑成為業者的防 再談到多年前成為眾矢之的的防腐 因為媒體的大肆報導,許多消費者 ,防腐劑不過是其中幾種 護 傘

費者就這樣輕易被唬弄了! 防腐,還能標榜「不含防腐劑」 業者是使用工業用冰醋酸來製造,不僅 使用的「醋精」為例,許多食品添加物 造成食安死角。以客家名菜薑絲大腸中 使用有限量,冰醋酸的使用卻不限量, 比起來,毒性反而比較低,但是丙酸的 被歸類為「調味劑」的冰醋酸(乙酸 再則, 防腐劑的主要成份為丙酸 而消 與與

挑食:從源頭看採買的學問

在無法掌控源頭的狀況下,為了健康

消費者只能自己為「食品安全」把關

粉會尋找最強的菌種,也就是加入添加

回家自己泡過,才會知道正常發泡的黑 没有捷徑,消費者最好自己一步一步作 大家從源頭了解採買的學問 活常使用的調味料與食材,讓文教授帶 木耳過度膨脹的樣子。以下列舉日常生 木耳大小,也才分辨得出泡過明礬的黑 試驗。以黑木耳來說,一定要買乾木耳 對於怎麼採買健康食材?文教授表示,

麵粉



粉,所謂筋度,指的就是麵 粉、高筋麵粉、特高 麵粉分為低筋麵粉、中筋麵 筋 麵

愛,但果糖並非人體所需的糖份,吃進

適宜多吃 物 筋度有其正常範圍,不論製作任何食 筋麵粉已超出正常麵粉的筋度上限,不 筋度愈大,黏牲、彈性愈強。但**麵粉的** 中筋麵粉是最佳的選擇。至於特高

酵母

酵母分為溼酵母與乾酵母



制 其生長速率大多會受到抑 般酵母只要加入添加物 因此食品業者製作酵母

> 母粉一定要看標示,最好選擇沒有添加 母粉都沒有添加物。此外, 物的酵母粉, 物不會死亡的菌種。由此可知, 而通常歐美國家生產的酵 溼酵母也比 選購酵

糖

乾酵母好。



倍, 溶、 解做出來的東西,便宜、即 市售的果糖為澱粉經酸化水 因此成為飲料業者的最 甜度是蔗糖的一:

糖 發痛風,更會造成假餓現象。**建議以砂** 謝系統, 人體並不會進入循環系統,而是進入代 冰糖、蔗糖取代,避免食用果糖 會增加肝臟負擔,不僅容易引



購買食鹽要注意的是,鹽巴 費者著實難以分辨。然工 是工業經常產生的副 若有不肖業者魚目混 珠,消 產品

的業者只有台糖與統一兩大廠商 不慎。以台灣來說,擁有食鹽加工技術 鹽含有會致癌的「四溴丙二酚」 定要購買有品牌的食鹽,比較安全。 不可

▼水果

回家處理最安全。

賈切好的水果盤,自己買是有問題,所以盡量不要氧化、變色,不會變色就



▼蝦子

亡,為了讓蝦子存活,部會因為缺氧及重壓而死時,位於桶子下層的蝦子與海蝦兩種。捕捉淡水蝦與海蝦內

從魚的下巴穿過鰓幫子

後半小時,觀察蝦子的脖子與尾巴處會蝦子究竟有沒有添加物,可在清蒸汆燙沒有「俗擱大碗」的便宜事。**若想分辨**消費者必須認清一項事實,這世界上

鹽」,皆不宜多吃。可能是添加了容易引發氣喘的「亞硫酸至於蝦仁,汆燙後如果不會縮起來,不會變黑,如果沒有變黑代表不正常;

鮮魚



不會死亡,只要將繩子過一根繩子讓魚離水而祖宗的智慧,卻可以透到,與難水而以透

來的魚最是新鮮!二十四小時不會死亡,這種用繩子綁起型又是魚最舒服的姿勢,通常可維持型足,開的狀態,魚不會缺氧,加上弓具繫到魚尾巴,將魚綁成弓型,由於魚

▼ 豬肉

豬

內最怕就是吃

到斃死



變黑,變色的肉不能直體內凝固後,導致肉色放血處理,血液殘留在豬,變死豬因沒有經過

為顏色深就看不出有問題。不過,**以斃**接販售,通常都是做成肉鬆或滷肉,因

的滷肉,千萬不要食用。 肉會帶一點綠綠的色澤,看到這種色澤死豬做成的滷肉,通常會產生硫化鐵,

▼牛肉



羊,腥味會比較低,而牛、羊,肉質難吃且有牛、羊,肉質難吃且有

田 田 田 田 世 一 世 一 世 一 世 一 世 一 世 一 世 一 世 一 世 三 之 之 之 之 之 之 有 豊 富 的 日 標 , 因 此 内 牛 的 自 料 の 日 に の し の に 。 の に の に の に の に の に の に の に の に の に 。 。 。 。 。 。

者會用 但因咖 鹼 啡 去洗 高 溫 啡

地 容易發霉 园 高溼的 的半山 防 環境 腰 因 止 地 咖 此 部 啡

分 原 在

必須要有基本認知 表象愈美麗 的 消

豆含有脂肪

咖 啡 豆主要生長在

好的咖啡 在食品愈來愈精緻 化的 現在

有黑黑髒髒的脂肪殘留,代表這是比

處理 浮現 鹼會破壞咖啡香氣,後續自然需要 總之 層油 咖啡喝完之後 杯沿如 加

必須將油去掉。 而 因 為 ٥ď

追求健康新生活 得出原貌的食物,維持均衡飲食,一

起

目前已屆齡六十歲的文教授,精神氣色卻像是四、五十歲的青壯 年,他笑著表示,他的媽媽今年已經九十四歲,但是已有十年沒用

過健保卡,而他自己也已經長達七年不曾感冒過了!讓人好奇除了 深語挑食學問之外,文教授究竟是如何維持身體健康?他不藏私地

透露,沒有太艱深的竅門,只要做到以下幾個原則即可:

二、**作息:**維持正常作息,充足睡眠。

一、飲食: 吃天然的食物,維持均衡的營養。

養生:食品專家的私房養生學

三、運動:適當的運動,不需勉強,只要有做運動,等到身體負擔

得了,再慢慢增加運動量即可。

四、心情:維持心情愉快。

五、代謝:維持正常代謝狀況,早上七點是大腸蠕動最旺盛的時間

,這時候一定要起床大便。尤其切記,想上廁所就上,

千萬不要憋。

人體的代謝一般都是藉由汗、呼吸、小便、大便等管道,其中大 便最為重要,什麼物質都可透過大便代謝出來。但當大家詢問營養 師如何才能正常排便,通常得到的答案都是多吃蔬菜、水果,補充 纖維素。但同樣多吃蔬菜水果,卻不是每個人都能正常排便。

文教授說,真正的問題在於大家都是半套作法,「纖維素有三種, 第一種是膳食纖維、第二種是半膳食纖維、第三種是寡糖族,膳食 纖維可讓糞便體積變大;半膳食纖維可吸水、吸毒、讓糞便變軟; 至於寡糖族則能促進腸道中益生菌的生長,抑制害菌繁殖,達到整 腸的效果。」

膳食纖維與非膳食纖維的食物來源大致相同,全穀類、豆類、 堅果類、根莖菜類、海藻類等等皆可獲得,至於寡糖族的來源則 以含醣類的蔬果與乳品為主,蘆筍、洋蔥、大蒜、花椰菜、番薯、 木瓜、香蕉、柑橘類等食物中皆可獲得。

文教授總結說明:「每樣東西都有它的優、缺點,不需過分強 調好或不好,我的飲食原則就是尋求中庸之道,不管吃進去多少 東西,最後都會由大便代謝出來。只要均衡攝取纖維素,就可以 正常代謝,不僅糞便不會臭,放屁也不會響、不會臭,這就代表 身體非常健康。」



2013年12月

RICH 達人月刊年終有禮!讀者意見問卷調查活動

中獎名單

頭獎 旅遊抵用券 3 名

楊〇茹、高〇祥、吳〇茜



頭獎 {3名

旅遊抵用券 價值 10,000 元 合作廠商: 吉帝旅行社 可抵用參加吉帝旅行社旅遊費用 10,000 元, 若持券人之旅 遊費用超過 10,000 元, 需自行補足差額: 若不足 10,000 元, 不另開立抵用券退還餘額,亦不得要求現金退費。(更多詳細內容,請見抵用券上明列之使用說明)



壹獎 膚麗維納斯 FREEVENUS (Dr. Wang) 保養品組合 4名

呂○娥、簡○智、林○甄、曾○鳳



壹獎 ⟨4名⟩

膚麗維納斯 FREEVENUS (Dr. Wang) 保養品組合

合作廠商: 藝群國際企業有限公司

(Q10 胺基酸洗面乳、極緻淨白乳、撫紋精華乳、緊緻亮白 荳淨凝膠、玻尿酸精華液共 5 瓶) 價值 4,450 元



貳獎 新新聞周刊半年份(2014年4~9月) 20名

廖○子、韋○家、羅○瑛、黃○傑、陳○君、鍾○翰、吳○錦、莊○昇、李○玲、王○翰、柯○馨、鄭○真、許○君、王○中、李○君、莊○榮、陳○昌、葉○娟、羅○義、柯○靜



貳獎 {20名

新新聞周刊半年份 價值 2,150 元(自2014年4~9月) 合作廠商:新新聞文化事業(股)公司







叁獎 歐里經典橄欖油一瓶 250ml(錫罐裝) 100名

```
莊〇賢、蔡〇如、張〇瑋、雷〇生、林〇丞、蔡〇澤、林〇薫、李〇延、呂〇玉、白〇聰、李〇聖、林〇君、賴〇地、鄭〇慈、鄭〇星、鄭〇豪、黃〇章、周〇玉、吳〇鼎、林〇哲、李〇信、吳〇娟、吳〇芳、李〇昌、陳〇寧、張〇瑋、張〇玲、牛〇仁、李〇勳、李〇容、林〇君、吳〇滿、邱○英、張〇仁、方〇心、謝〇聯、林〇康、林〇德、林〇宏、李〇汝、徐〇興、蔡〇璋、吳〇孟、陳〇文、李〇姍、林〇泓、楊〇月、詹〇橙、王〇忠、李〇真、陳〇秋、李〇宇、翼〇璇、張〇惠、許〇烈、潘〇芬、劉〇容、王〇晴、張〇葉、洪〇蘭、杜〇雄、宋〇如、陳〇錦、黃〇書、鄭〇惠、陳〇俐、袁〇銳、陳〇雀、張〇玲、丁〇隆、魏〇竹、蘇〇春、林〇英、黄〇秀、劉〇蕙、陳〇芬、田〇雲、許〇愿、陳〇鐶、黄〇愁、林〇明、陳〇玲、許〇圓、張〇婷、傅〇紅、郭○宏、陳〇沅、楊〇英、鄭〇南、黃〇風、鄭〇娟、蘇〇平、劉〇卿、莊〇樺、黃〇輝、莊〇傑、阮〇香
```

參獎 √100 名

歐里經典橄欖油一瓶 250ml (錫罐裝)

價值 380 元

合作廠商:歐里國際商行

獲歐盟 P.D.O. 認證,產品從生產到製作以及包裝通通在當地完成,保有當地生產的優良品質。並擁有 DIO 國際有機認證,在2010 德國食品展競賽獲獎。歐里橄欖油擁有多張檢測證書,食用安全有保障!



參加獎 2014 | Diary 平安日誌 500 名

```
黄〇玲、林〇廷、林〇祥、劉〇豪、周〇純、張〇妹、陳〇珊、蔡〇如、許〇宜、張〇瑋、高〇鴻、黄〇珠、雷〇生、雷〇
                                                              、吳〇鴻、廖〇子、王〇天、
富〇天、劉〇斌、林〇貞、黃〇芬、林〇丞、林〇薰、林〇鍾、林〇峰、高〇銘、陳〇天、蔡〇澤、林〇君、黄〇章、謝〇劭、陳〇英、謝〇原、陳〇卿、
陳○春、簡○莉、鄭○星、鄭○慈、鄭○豪、楊○輝、邱○珊、彭○蕙、李○人、潘○成、徐○蔓、鄧○桂、徐○倪、徐○瑩、郭○基、張○霜、蔡○榮、
蔡○璋、黄○梅、康○倫、李○信、吳○芳、吳○強、林○哲、吳○蓉、吳○娟、李○紀、吳○滿、金○蓓、張○實、張○段、陳○鋒、蘇○興、李○容、
李○動、柯○玲、吳○澤、張○瑋、張○玲、姚○慧、陳○紅、姚○雄、陳○惠、姚○程、黃○絜、張○涵、張○羚、何○足、李○要、林○波、陳○花、
程○勳、牛○仁、王○婷、顏○城、黃○傑、吳○猷、歐○陵、歐○樺、黃○敏、詹○瑋、黃○億、詹○娥、蔡○儒、黃○豪、林○君、沈○華、林○妃、
施〇月、馬〇秋、盧〇馨、邱〇菁、陳〇玲、張〇心、陳〇順、陳〇蓁、李〇珊、計〇心、陳〇
                                                、謝○聯、王○光、劉○桂、臧○遇、簡○卿、方○心、
江〇蓉、許〇婷、劉〇香、林〇東、楊〇智、林〇蓉、呂〇味、汪〇樂、李〇蘭、莊〇琦、吳〇堯、陳〇雪、李〇汝、錢〇英、王〇珍、徐〇興、林〇芬、
劉〇雯、章〇信、呂〇娥、蔡〇璋、張〇恭、羅〇文、潘〇隆、楊〇鳳、吳〇孟、吳〇憶、毛〇玲、陳〇純、曾〇誠、陳〇文、黃〇莉、陳〇姈、李〇珊、
莊○昇、林○瑀、魏○宇、杜○欣、簡○智、葉○熔、陳○廷、張○仙、張○華、鄭○美、許○賢、李○玲、卓○娟、林○智、王○惠、陳○如、邱○慧、
張○惠、廖○珍、許○雯、江○文、李○玉、許○鳴、王○忠、李○真、許○田、周○月、許○鎮
                                                 、高○岑、羅○芬、高○祥、許○致、楊○郎、賴○宸、
陳○宥、黃○英、陳○屛、洪○喬、葉○芬
                     、陳〇暖、葉〇憲、李〇宇、陳〇秋、蔡〇進、龔〇璇、蘇〇儀、朱〇華、蘇〇花、黃〇樹、宋〇勳、劉〇珠、
「葉〇廷、王〇晴、林〇蓉、趙〇翎、趙〇慈、王〇梵、王〇中、蔡〇翰、林〇芝、周〇桂、蕭〇媚、蕭○琴、吳〇氏、王〇芬、陳〇桃、林〇雯、蔡〇綺、莊○嬌、林〇福、洪〇珍、俞〇岑、林〇如、李〇宏、劉〇雲、黄〇花、劉〇容、黄〇智、林〇蘭、郭〇佐、吳〇霖、張〇睿、凃〇珍、凃〇燕、詹〇惠、
袁○銳、陳○俐、郭○銘、陳○華、盧○學、宋○令、陳○錦、陳○鈞、宋○芸、宋○如、劉○貞、楊○達、楊○霖、李○蘭
                                                              、楊○傑、楊○皓、楊○榮、
黄〇宜、黄〇霖、黄〇蓉、陳〇蓁、王〇琴、杜〇雄、洪〇蘭、史〇筠、姜〇珠、吳〇泉、洪〇輝
                                                 、李○家、何○佳、蔣○香
                                                              、張○嘉、陳○姝、力○男
蔣〇香、吳〇民、黃〇如、蕭〇珍、蕭〇美、葉〇箖、鄭〇惠、葉〇娟、吳〇菁、葉〇琦、黃〇雲、呂〇卿、呂〇芳、袁〇娟
                                                              、吳〇芳、王〇尤、潘〇玉、
蘇〇平、吳〇花、蕭〇娟、黃〇信、楊〇英、蘇〇家、陳〇帆、邱〇珍、陳〇義、邱〇程、陳〇順、張〇玉、李〇祺、唐〇馥、柳〇如、呂〇頻、陳〇沅、
孫○益、簡○杏、陳○龍、陳○壽、陳○玲、陳○芬、陳○忠、郭○穎、許○儀、許○愿、許○圓、許○昭、莊○和、張○鳳、康○雀、高○芬、馬○偉、
馬〇良、馬〇雯、馬〇煌、孫〇徽、孫〇章、孫〇科、胡〇治、洪〇全、洪〇雪、洪〇銘、洪〇香、邱〇萱、林〇明、林〇米、林〇玉、辛〇雲、辛〇惠、
李○月、田○雲、陳○忠、洪○善、博○琳、李○霞、李○華、周○梅、馬○徽、馬○華、劉○蕙、馬○源、任○萍、陳○鐶、陳○冰、馬○惠、武○姿、
李〇幸、陳〇輝、郭〇隆、謝〇君、盧〇惠、曾〇菀、陳〇玉、陳〇琴、許〇枝、曹〇君、孫〇益、洪〇泉、邱〇豔、辛〇鴻、蘇〇縁、謝〇君、蔡〇英、
劉○蕙、劉○和、劉○珠、管○凱、詹○英、董○得、楊○松、楊○浪、塗○美、黃○萱、曾○珮、陳○瑛、陳○足、陳○蓉、陳○銘、陳○羽、陳○清、
許○婷、許○山、許○枝、許○瑞、許○祈、張○玲、唐○馥、洪∞山、洪○格、洪○君、林○家、周○珠、周○齊、辛○苓、宋○雄、王○蘭、王○伯、丁○隆、丁○秀、蘇○春、魏○竹、賴○伶、蕭○龍、盧○珍、劉○娟、葉○君、黃○閔、林○英、黃○秀、黃○愁、黃○凱、陳○芬、馬○棻、張∞卿、
黄○風、鄭○南、方○仕、蔡○益、潘○秋、郭○蘭、林○妘、郭○妡、郭○宏、郭○志、陳○勇、張○婷、傅○鉦、蔡○美、周○藿、黄○芬、薛○鳳、
劉〇珠、曾〇珠、謝〇春、郭〇玲、李〇菊、林〇雯、李〇珍、黃〇揮、黃〇畬、陳〇諭、呂〇姿、林〇列、林〇祝、黄〇昌、林〇君、高〇娥、鄭〇霞、
莊〇傑、林〇芬、蘇〇隆、陳〇群、曾〇鳳、楊〇杉、曾〇紅、曾〇櫻、曾〇穗、黃〇圓、黃〇玉、鄭〇書、洪〇倫、陳〇湘、陳〇伶、蔡〇環、呂〇馨、
杜〇莉、陳〇琪、賴〇芳、邱〇誌、賴〇凯、許〇雲、阮〇香、吳〇茜、邱〇華、黃〇君、錢〇良、謝〇富、何〇儀、何〇銘、何〇娥、劉〇榆、蔡〇勳、
呂○龍、許○珊、李○穎、蔡○宏、楊○賢、蔡○貞、謝○容
```

參加獎

2014 I Diary 平安日誌 (每週有不同主題保險資訊) 現代保險雜誌社出版 價值 250 元



★ 除了「頭獎 旅遊抵用券」將由各級業務代表親自轉送予中獎者之外,其餘獎品獎項將由贈品提供廠商直接寄送給得獎人員,中獎名單以主辦單位公布為準。





儀式, 0份,於農曆年前舉行捐贈 的獨居長者 事宅配分送給臺北市低收入 表收受,再透過里長及里幹 由民政局及社會局代

星級愛心年菜」超過二〇〇 等其他響應單位,募得「五 如議員號召永達社福基金會 歲末年終之際,

由賴素

時特別想念親人,當他收到年菜時 王爺爺説:每逢佳節備思親 位到現場參與活動的獨居長者 送到需要的人手上

熱騰騰的年夜飯,更讓他感受到被關 如議員,但這份年菜,不僅讓他享受 心裡滿滿的感動,雖然他不認識賴素 懷的溫暖 到年節

年長者、身心障礙朋友更加重視,

捙

永達長期扶助弱勢族群,尤其對

·同啟動「迎春年菜

儀式

區域,造福更多的低收入戶獨居長者

北投區,擴大到全台北市十二個行政 持續舉辦第五年,從一開始的士林、

迎春年菜。溫馨快遞」已

更大的能力服務更多的弱勢朋友, 機會, 過此活動凝聚各界的力量,將社會的 如議員,給永達一個為長者盡心力的 續三年加入『迎春年菜,温馨快遞』 永達陳慶鴻總經理表示:感謝賴素 未來期望永達能夠更壯大, 透 有

特別感謝所有參與的企業及志工,因

美副局長,看見老人家幸福的笑容, 。民政局陳其墉副局長及社會局徐月

為大家各盡其力,化成溫暖的力量傳

年。

長者們提前享用這溫 讓低收入的獨居 馨又豐盛的年菜。

國賓大飯店 的內容十分豐盛 依舊由台北

以溫暖過好 更貼心的為 做。此外, 精心設計製 老人家準備 件保暖衣 譲他們可



永達陳慶鴻總經理(左)代表贊助單位受邀出 席活動,與賴素如議員(右)合影

溫暖傳

長者家中, 遞到獨居

今年「五星級年菜餐盒_

RICH達人

2014 / MAR **③** 行事曆

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						01 二月初一
						北區《富漫三代講座》余葡玥10:00-12:00 《財經講座》元家雄10:00-12:00 《社會保險權益與商機講座》簡玉梅10:00-12:00 《財經講座》宋木海10:10-11:40
						宜:祭祀、祈福、約會、嫁娶、出行
02 二月初二	03 二月初三	04 二月初四	05 二月初五	06 驚 蟄	07 二月初七	08 婦女節
			中區《永達致富列車創業 説明會》 林桂興14:00-16:00 南區《財富管理講座》 李麗英14:00-16:00			北區《資產保全講座》林文鵬10:00-12:00 《財經講座》 呂貞萩10:00-12:00 《理財講座》 李國豪10:00-12:00 《成功基因密碼理財講座》 謝宏茂10:00-12:00 《財經講座》 劉孟芬10:10-11:40 《心靈及長列車-友如順好系列講座:說話的藝術》 宋少卿14:00-16:30
						南區《關注全球經濟發展趨勢》謝甲輝10:00-12:00
宜:祭祀、沐浴、解除、 掃舍宇	宜:祭祀、出火、安葬 、破土	宜:諸事不宜	宜:祭祀、祈福、會友、 出行、入宅	宜:嫁娶、安床、裁衣 、合帳	宜:祭祀、訂盟、納采 、祈福、入宅	宜:交易、立券、納財、裁衣、拆卸
09 二月初九	10 二月初十	11 二月十一	12 二月十二	13 二月十三	14 二月十四	15 二月十五
			北區《十分鐘觀人術》 林佳儀14:00-16:00 中區《贏家策略》嚴富民 14:00-16:00 南區:《預約財富講座》			北區《從債市看房市講座》陳宥天10:00-12:00 《財經講座》張文瀚10:00-12:00 《理財講座》陳有賓10:00-12:00 《財經講座》劉玉芬10:10-11:40 《保戶講座》李傑克13:30-17:00
宜:祭祀	宜:諸事不宜	宜:開市、立券、交	鄭天程14:00-16:00 宜:祭祀	宜:祭祀、安門、開光	宜:開光、祭祀、出火	中區《財經講座》劉玉娟10:00-11:45 宜:祭祀、破屋、壊垣
16	17	易、納財、開光	10	、立券、訂盟	、謝土、起基	22 二月廿二
16 二月十六 南區《保戶回續講座》 王正坤10:00-12:00	月十七	18 = д+л	19 二月十九 北區《預約財富講座》 陳威琳1400-16:00 中區《問卷下午茶》 蔡名蔚14:00-16:00	20 二月二十	21 春分	北區《理財講座》崔鴻瑋10:00-12:00 《財經講座》尚蘋10:00-12:00 《保險公司安全性講座》李新星10:00-12:00 《信託講座》李國豪10:00-12:00 《信託講座》李國泰10:00-12:00 桃園《理財講座》張自強10:00-12:00 中區《財經講座》余松坤10:00-11:45 南區《產業趨勢財經講座》胡順發10:00-12:00
宜:祭祀、移徙、修造	宜:開市、立券、交易 、掛匾、祈福	宜:嫁娶、認養	宜:嫁娶、入宅、移徙、 動土、拆卸	宜:立券、交易、拆卸 、破土、栽種	宜:交易、祭祀、出行 、會友、齋醮	宜:解除
23 二月廿三	24 二月廿四	25 二月廿五	26 二月廿六	27 二月廿七	28 二月廿八	29 青年節
宜:開市、立券、交易、 納財、開光	宜:祭祀	宜:祭祀、祈福、掛 匾、安門、出火	宜:開光、祭祀、出火、 謝土	宜:諸事不宜	宜:立碑、安葬	北區《心靈講座》高志域10:00-12:00 (財經講座》王群元10:00-12:00 桃園 (財經講座》李麗倍10:00-12:00 中區 (財經講座》林柱興10:00-11:45 宜:祭祀、祈福、立碑、求嗣、開光
30 二月三十	31 三月初一					
宜:捕捉、交易	宜:出行、祭祀、祈福、 動土、入宅					

理財講座正確資訊請以各區服務中心為準, 僅提供資訊,購票仍須與主辦單位洽詢。

北區服務中心: (02)8596-1678 講座內容請洽您的保單服務人員;本行事曆 活動洽詢 >> 中區服務中心: (04)2319-2988

南區服務中心: (07)970-0320

人士有沙達·萬專都騰達

精彩可期的生涯規劃

享受退休生活

從為選服務 規劃開始!





北區服務中心:0800-518-088 中區服務中心:0800-777-618 南區服務中心:0800-500-688