

心生活

— BOCHING 季刊 —



Summer

2025/06出刊

激纖 FIGHT 補排雙出擊

輕姿補纖

順暢不卡卡！
外食加菜君！



植物激力

動起來不累！
激能補給站！

健康美學

健康新生活 · 蛋白質與纖維質
夏季科學養膚關鍵



發行人 | 鍾興豪
發行所 | 伯慶股份有限公司
地址 | 11490 台北市內湖區民權東路六段160號9樓之4
總編輯 | 龔進義
美術總監 | 蔡佳芸
美術編輯 | 黃郁芬
網址 | www.boching.com

BOCHING
From heart, we start.

全省伯慶服務據點

- 台北服務中心
11490 台北市內湖區民權東路六段160號9樓
TEL (02)87923898 FAX (02)87923225
- 新竹服務中心
30054 新竹市武陵路2號3樓之1
TEL (03)5429890 FAX (03)5438209
- 中區服務中心
40310 台中市西區大隆路20號A棟13樓之5
TEL (04)36000039 FAX (04)36003199
- 南區服務中心
70848 台南市安平區永華路二段502號4樓
TEL (06)2935225 FAX (06)2935226

CONTENTS

領航動向

01 開枝散葉 HP368走透透

成功榜

02 2025年02月-2025年04月榮耀晉升

事業機會

- 03 閃亮新秀—獎勵計畫
- 04 健康啟動·激能覺醒 春季新品發表會
- 06 益身好菌長客保健計畫
- 07 愛蜜麗長客保健計畫
- 08 純粹之境長客保健計畫
- 09 2025香氛變現養成班
- 10 2025產品銷售技巧

健康美學

- 11 吃對2大關鍵營養素，4週有感「激能啟動」
- 14 夏季科學養膚關鍵

幸福公益

17 幸福聯合公益計畫

消息報報

18 7月純粹之境周年慶

開枝散葉 HP368走透透

我們知道有很多喜歡伯慶產品的會員遍及全台各地，但因為受限交通因素，很難得能參與公司舉辦的大型活動，所以我們要直接把活動帶過去囉。

隨著市場的競爭越來越激烈，如何在這樣的環境中突圍而出，成為我們每一位夥伴的共同挑戰。配合今年的「創-無界」主題，伯慶不僅要持續創造提升品牌價值，更要讓我們的產品與服務深入每個角落，讓每一位夥伴都能夠輕鬆接觸並服務更多的消費者。

「開枝散葉」計劃：遍布全國的服務網絡

隨著「開枝散葉」計劃的啟動，我們將逐漸落實計劃的目標，就是在全國368個鄉鎮定期舉辦活動，讓每一位伯慶的夥伴都能更輕鬆地服務既有的客戶，並吸引新的潛在顧客加入我們的行列。

這一計劃不僅僅是為了提升銷售，更是為了加強我們的品牌影響力，將伯慶的品牌形象與優質服務帶到每一個鄉鎮的每一位消費者身邊。通過定期的地區性活動，我們將能夠與顧客建立更加密切的聯繫，並且為現有客戶提供更到位的服務，同時也拓展更廣泛的潛在市場。

身為伯慶的夥伴，您所參與的每一場活動都是在為您的事業發展鋪路。這不僅是一次單純的產品推廣，更是一次品牌形象的提升與人脈擴展的機會。通過定期的活動，您將能夠：

- 與顧客建立深厚的信任，提升顧客忠誠度
- 擴大您的人脈網絡，並將這些資源轉化為穩定的業績
- 快速拓展市場，進一步強化在當地市場的影響力，建立更大的經營團隊

無論您是新加入的夥伴，還是具有豐富經驗的經營者，「開枝散葉」計劃都將是您擴展事業的絕佳機會，通過這一計劃將你的影響力帶入更廣闊的地區，建立更堅實的團隊，協助實現屬於我們每一位夥伴的夢想！

伯慶就是要跟大家一起走在健康美麗的道路上，迎接更自信的自己！



榮耀晉升



2025年02月 高階傳銷商晉升

橙 階 直 銷 商



Orange Producers

林吟玲

青 階 直 銷 商



Indigo Producers

林佳辰 陳姿蓉

綠 階 直 銷 商



Green Producers

林宇德 方宥甯

紫 階 直 銷 商



Violet Producers

江迎君 張惠珊 柯雅玲 傅正男
吳衍凭 潘癸伶 陳泓華 吳妃涵

藍 階 直 銷 商



Blue Producers

王榮昌

2025年03月 高階傳銷商晉升

黃 階 直 銷 商



Yellow Producers

黃彩鵬 王千宜

紫 階 直 銷 商



Violet Producers

呂美麗 陳毅豪 周芳如 陳婉瑜
施耀卿

藍 階 直 銷 商



Blue Producers

洪淑珍

2025年04月 高階傳銷商晉升

青 階 直 銷 商



Indigo Producers

鄧樂民

紫 階 直 銷 商



Violet Producers

蘇慧娟 鄧小燕 魏紹安 阮宣琳
鄧彥君

SUPER

閃亮新秀取得資格

銅獎 / Bronze Award

- 對象：貴賓
- 資格：從加入之月份開始計算，三個月內完成晉升紫階資格者。
- 榮耀：全球年會表揚、月刊(共同封面)及內文分享。

銀獎 / Silver award

- 對象：紫階
- 資格：從晉升紫階之月份開始計算，三個月內完成晉升青階資格者。
- 榮耀：全球年會表揚、月刊(共同封面)及內文分享。
- 獎勵：該年度心伯慶+3000PV。

金獎 / Gold Award

- 對象：青階
- 資格：從晉升青階之月份開始計算，三個月內完成晉升藍階資格者。
- 榮耀：全球年會表揚、月刊(共同封面)及內文分享。
- 獎勵：該年度心伯慶+3000PV。

健康啟動 激能覺醒

2025 FRAICHE 芙瑞雪春季新品發表會

FRAICHE 芙瑞雪於5月3日與4日，分別在台北維多利亞酒店與台中林皇宮舉辦「健康啟動·激能覺醒」春季新品發表會，吸引超過百位夥伴與消費者共襄盛舉。

活動融合動態體驗與營養知識，打造一場動感十足的健康盛會。現場設置AI與AR科技應用的「健康活力闖關」區，從平衡、核心訓練到肌耐力挑戰，帶領參與者在趣味互動中感受能量覺醒。營養師講座則聚焦「如何補對營養、延長續航力」，現場反應熱烈。





現場更邀請「激能啟動班」體驗學員分享四週挑戰成果，從疲憊無力到活力充沛、從鬆散習慣到自律轉變，真實故事讓人深受感動，也具體展現品牌倡導的「行動式健康」精神。

因應廣大需求，「激能啟動班」正式開班，每期熱烈報名中。FRAICHE將持續以創新與實證為基礎，陪伴每一位夥伴健康啟動，激能迎向更好的自己！



—— 長客保健計畫 ——

保衛健康每一天



長客保健計畫5大優勢



最高78折
好優惠



自動續訂
好方便



月月配送
好新鮮



每6期回饋
好貼心



無綁約限制
好自由

長客保健計畫好禮回饋

連續配送每**6**期，可獲贈回饋禮

滿第一個6期



可獲贈
相同方案1期



第二個6期開始，每滿6期



可獲贈
相同方案1期



加碼贈
活力每天營養錠



相同方案
1期盒數

※ 系統自動續訂。
※ 回饋禮將於第6、12、18...期與訂購方案一同配送。
※ 如終止訂單，配送期數及回饋禮皆需重新計算。

掃描QRcode 詳閱 →
長客保健計畫專案說明



—— 長客保健計畫 ——

縮時保養上下兼顧



長客保健計畫5大優勢



最高78折
好優惠



自動續訂
好方便



月月配送
好新鮮



每6期回饋
好貼心



無綁約限制
好自由

長客保健計畫好禮回饋

連續配送每**6**期，可獲贈回饋禮

滿第一個6期



可獲贈
相同方案1期



第二個6期開始，每滿6期



可獲贈
相同方案1期



加碼贈
水嫩精華80ml



相同方案
1期盒數

※ 系統自動續訂。 ※ 回饋禮將於第6、12、18...期與訂購方案一同配送。
※ 如終止訂單，配送期數及回饋禮皆需重新計算。

—— 長客香氛計畫 —— 純粹之境 自然元素



長客香氛計畫5大優勢



最高78折
好優惠



自動續訂
好方便



月月配送
好新鮮



每6期回饋
好貼心



無綁約限制
好自由

長客香氛計畫好禮回饋

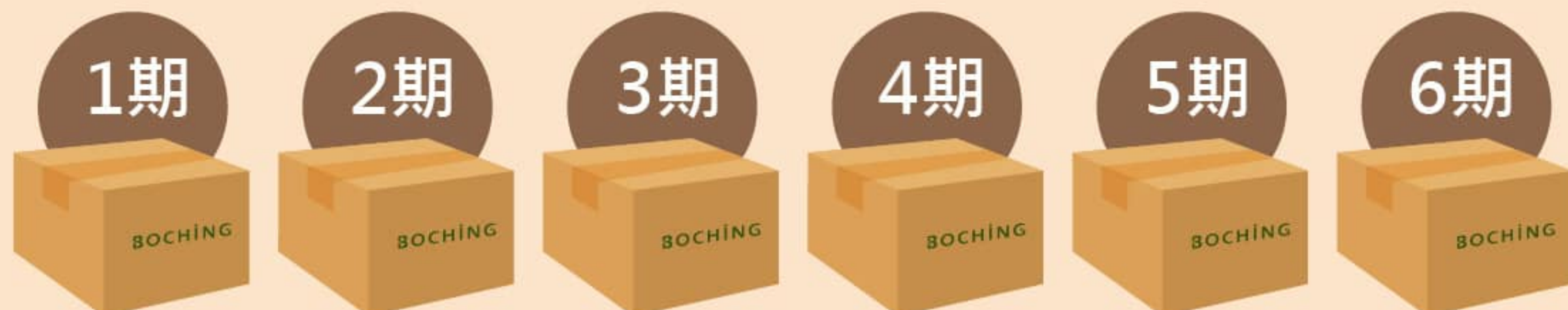


每張訂單，提供**1**台「自然之源」使用

訂單有效期內「自然之源」享終身保固。

連續配送每**6**期，可獲贈回饋禮

滿第一個6期



可獲贈
同每期訂購瓶數



x2倍

※ 系統自動續訂。 ※ 回饋禮將於第6、12、18...期與訂購方案一同配送。
※ 如終止訂單，配送期數及回饋禮皆需重新計算。
※ 未滿6期即終止，需另收自然之源折舊費1000元。滿6期末滿12期，需另收折舊費800元。

產品銷售技巧

找對人、說對話、做對事，成交就是這麼快！



講師 Sharon

課程日期：**07/09 台北場**
07/15 新竹場

參加對象：伯慶會員

課程時間：**13:30—17:00**

課程內容：話術、成交、心理，
掌握銷售成功關鍵！

初階結訓：每人可獲得

1. 結訓證書

2. **500元優惠券**

(購貨3500元現折500元)

※可搭當月優惠活動限乙次

報名費：**100元** (座位售完即止)

香氣變現養成班



營養保健研發顧問／柏方

課程日期：**07/15 南區場**
07/22 中區場
07/23 新竹場
07/24 台北場

參加對象：伯慶會員

課程時間：**13:30 — 17:00**

課程內容：香氣、功效、情境，
美好從香氣開始！

報名費：**100元**（座位售完即止）



吃對2大關鍵營養素 4週有感「激能啟動」



文 / Zoey 柏方

專業營養師

伯慶公司營養保健研發顧問

伯慶保健創富行動班講師

現代人為了健康常常嘗試各種保健食品：B群、葉黃素、膠原蛋白、魚油…幾乎吃得比正餐還講究。但你是否曾經想過，真正最該每天補充、對身體最根本有幫助的，反而是最常被忽略的兩樣：蛋白質與膳食纖維？

蛋白質與膳食纖維不是最新潮的超級成分，但卻是身體日常運作最離不開的基礎。如果沒有補足這兩大營養素，就像房子地基不穩，其他補充也難以真正發揮協同作用。

蛋白質 日常修復組織與促進代謝好幫手

蛋白質不是健身族的標配，更是所有年齡層都需要重視的營養基礎。蛋白質是肌肉、器官、酵素與免疫細胞的重要組成成分。當攝取量不足，身體就會出現許多「無形的警訊」。例如：疲倦、掉髮、情緒不穩、代謝變慢、甚至變得容易餓。這些表面看似小毛病，實則是身體的警鈴，提醒你該「補蛋白」了。

尤其是進入30歲後，人體肌肉量每十年會流失3-8%，若蛋白質攝取不足，不只體態鬆垮、也會增加肥胖、血糖失衡甚至肌少症的風險。適當補充蛋白質，不僅能提升飽足感、控制體重、強化代謝、穩定血糖，還有助於改善情緒與睡眠品質。



- ◆ 每餐攝取一個掌心大小的優質蛋白（豆腐、雞蛋、豆漿、魚、雞胸肉等）
- ◆ 早餐加入高蛋白優格或蛋白粉飲品，是忙碌上班族的好選擇
- ◆ 運動後快速補充蛋白質，幫助肌肉建造

膳食纖維 / 腸道健康與體態控制的超級關鍵

現代人普遍膳食纖維攝取量嚴重不足，國民營養調查指出，國人每日膳食纖維攝取不足高達9成，平均每天僅攝取10-15克，遠低於每日建議量25~35克。這也是為什麼現代人多有便秘、脹氣、皮膚暗沉、血糖波動大，代謝不穩定的問題。

膳食纖維就像腸道的「清道夫」與「建築師」，能夠發揮以下功用：

1. 促進腸道蠕動、改善排便
2. 餵養好菌、建立腸道良好菌叢生態
3. 增加飽足感、延緩血糖上升
4. 幫助代謝膽固醇與脂肪殘渣
5. 支持健康，輔助腸腦軸、腸肌軸、腸肝軸



- ◆ 每餐至少吃一碗蔬菜，顏色盡量多樣化
- ◆ 午後小點心選擇高纖水果（奇異果、芭樂、小番茄…）
- ◆ 增加攝取植物性食物比例，如：肉類用植物性蛋白質(豆製品、黑豆、毛豆)取代

打通代謝與排毒的雙軌道，讓改變真正發生

想改變體態與健康，絕對不靠「餓肚子」或「不吃澱粉」這些迷思策略，而是從「營養密度」與「功能型飲食」下手。

蛋白質是身體每日修復的工程師，膳食纖維則是你腸道與情緒穩定的守門員。當你能養成每天穩定攝取這兩大關鍵營養素的習慣，能量感、飽足感、情緒穩定感、排便順暢感，身體都會在改變後給你驚喜。透過行動改變，幫你逐步整合正確的飲食與可持續的生活節奏，讓健康不再是喊口號，而是可以每天落實實現健康自由！

不要再等「哪一天有空再開始」，因為你的健康，不能再被擱置在行事曆的角落。現在就加入激能啟動班，開啟你身體的內建修復系統，迎向真正有感的健康新生活！



夏季科學養膚關鍵

抗老・美白・屏護力，夏季保養黃金三角，你是否做到位！



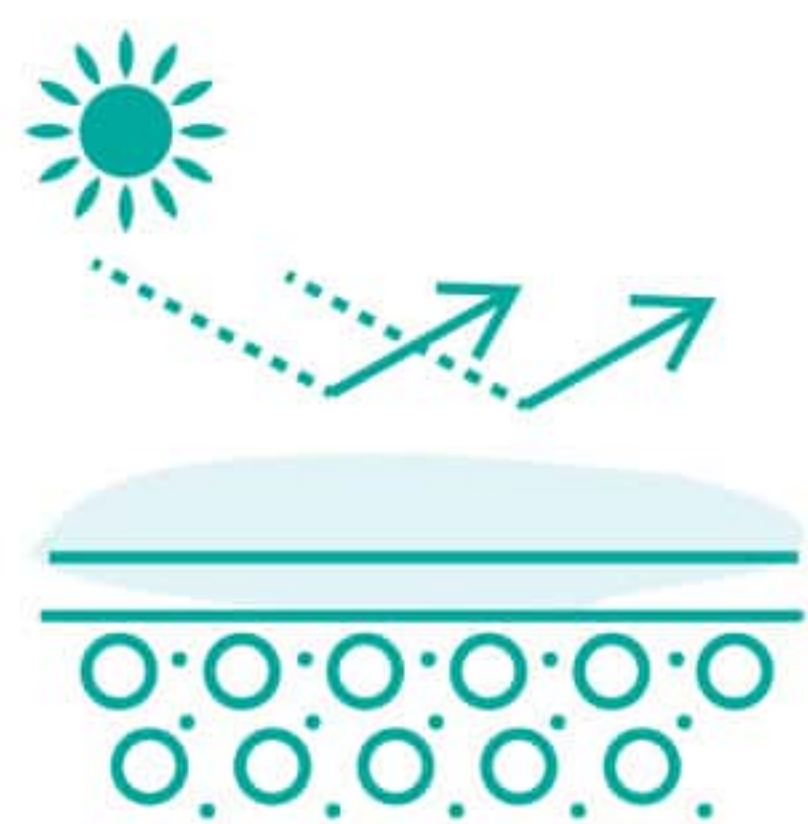
文 / 小歐老師

伯慶公司產品部經理

伯慶玩美教室產品講師

夏季，是肌膚氧化壓力與色素沉澱的高峰期。潮濕高溫、強紫外線、油水失衡會加速肌膚老化、膚色暗沉與斑點形成。這時候，保養重點不僅止於保濕與防曬，更需注重「抗氧抗老 + 精準淡斑 + 屏障修護」三位一體的科學養膚策略。

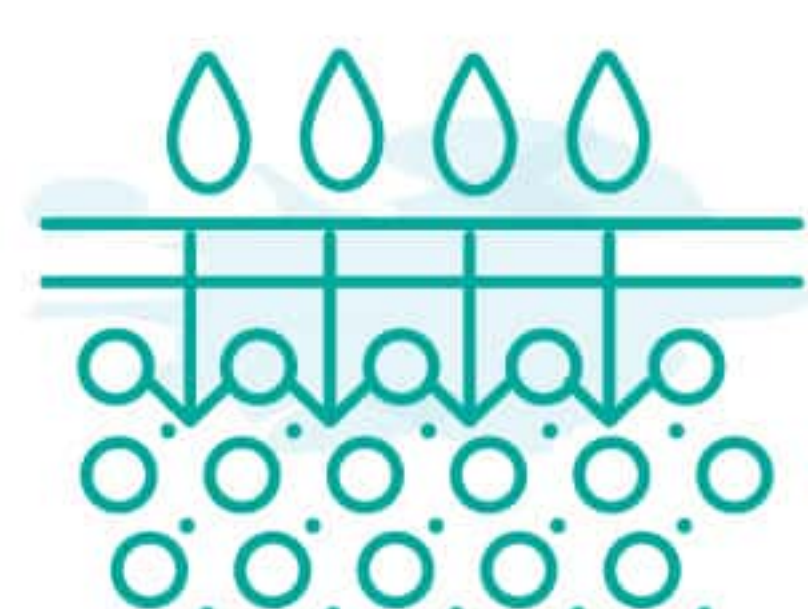
三大關鍵重點



1. 日間強化：抗氧＋抗曬雙軌啟動

清爽型抗氧精華，搭配高效廣譜防曬，能有效減緩光老化與黑色素生成。

可選用成分：白藜蘆醇＋專利377，提升肌膚對環境壓力的耐受力。



2. 夜間修復：深度抗老＋亮白同步

夜間是肌膚細胞修復黃金期，需要補充具靶向性美白與抗老分子，協同抗氧化與促進膠原蛋白合成。

可選用成分：含鞣花酸的植萃美白精華，有助淨化膚色並穩定膚況。



3. 加強保濕屏護：油水平衡穩膚根本

夏日高溫出油易泛紅，建議搭配神經醯胺、玻尿酸、植萃舒緩成分共同作用，維持屏障健康。

科學養膚抗老成分聚焦



白藜蘆醇/來自天然紅酒多酚，喚醒肌膚「年輕密碼」

作用機制 細胞級抗老關鍵，能活化SIRT1長壽基因，是抗自由基、強修護，對抗光老化第一巨頭。

適合膚況 初老、暗沉、膚色不均及日曬後肌膚修護。

配搭建議 可與玻尿酸、維生素E複合使用，增強穩定性與滲透力。

前瞻觀點 白藜蘆醇為「內外兼修」的明星分子，啟動年輕修復程序，延緩老化根源是未來主流。



專利SymWhite®377/抑制酪胺酸酶的淡斑高手

作用機制 比熊果素強22倍的美白力，靶向黑色素生成源頭，對抗色斑與膚色不均。

適合膚況 穩定性高，無酸不刺激，敏感肌也安心亮白。

配搭建議 與白藜蘆醇並用，可實現亮白＋抗老雙效協同。

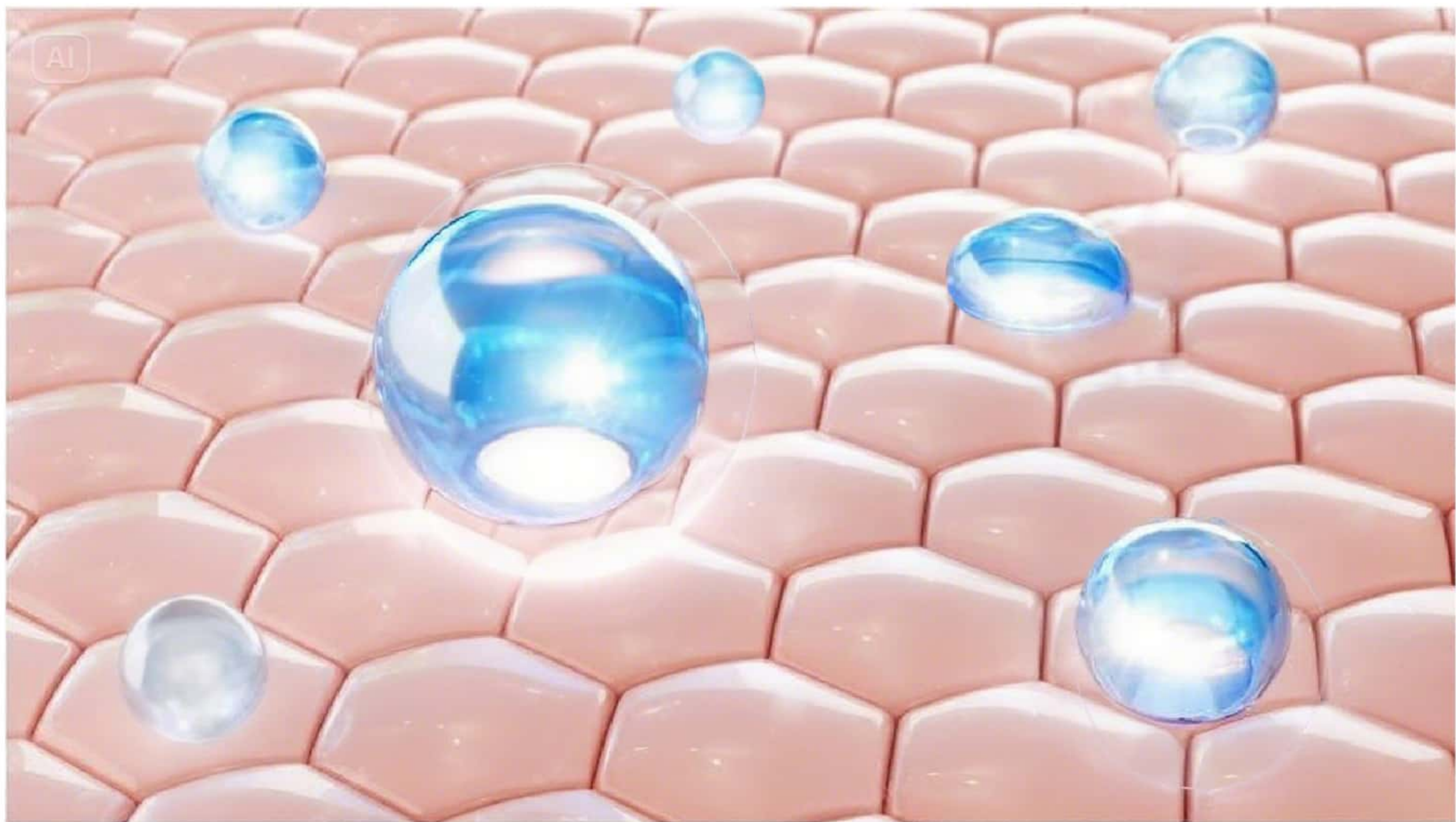


鞣花酸 / 來自紅石榴的抗色斑能量

- 作用機制** 天然多酚，抑制紫外線誘導黑色素活化。
- 適合膚況** 修護曬後不穩膚況、擊退黯沉黑氣。
- 成分特色** 抗發炎、抗色素雙效齊下。

保養不是越多越好，
而是要精準選擇「對的成分、對的時機」

面對夏季高壓環境，這三大成分的組合，不只來自醫美科研的背書，更是近年國際抗老與美白配方設計的核心焦點。想讓保養發揮真正效果，從今天起，選擇科學養膚、以細胞抗氧 + 成分靶向 + 屏障修護為主軸，才能真正啟動你的透亮肌轉變。



益起 +1 轉角遇幸福

— 幸福聯合公益計劃 —



挺公益享健康

邀請您一同響應婦女救援基金會「用愛澆熄，暴力遠離」活動，BOCHING公司每銷售一盒「益身好菌」，就幫您捐助一包益生菌贈予「婦女救援基金會」應用於相關公益慈善勸募活動！

純粹之境

2025 純粹之境周年慶

- ◆ 時間 / 7/12(六)下午1:30~5:00
- ◆ 地點 / 臻愛花園飯店
台中市烏日區高鐵路三段168號
- ◆ 內容 / 沉浸式體驗、限量新品、香氛座談

門票售價 / \$300 (座位有限盡早購票)

- ◆ 憑門票兌換限量禮 (每人限領一份)
- ◆ 請穿著最舒服最自然的服裝，沉浸在純粹之境裡。

BOCHING
From heart, we start.

九州

2025
KYUSHU

海外旅遊獎勵計畫

獎勵對象

紫階以上經銷商

積分累積

需達20,000pv

累積期間

上半年度2025/01/01~06/30
下半年度2025/06/01~12/31

獎勵內容

台灣區總業績1%獎金(按點數比例計算發放)。

每330pv計1點；點數累計無上限

旅遊地點

日本九州(團費依公司公告為準)

BOCHING
From heart, we start.