



## 雪肌蘭 破紀錄 19 連勝 衛冕「至尊榮譽大獎」

- 醫生揭開 9成港人有壓力 全球首5位
- 中醫教路 踢走失眠
- 教授推介 最強免疫產品
- 營養師提醒 秋冬涼 勿亂進補
- 海洋精華DAGE(AKGs)

鳴謝：高錦明教授、唐繼昇醫生、註冊中醫師吳璧而、雪肌蘭營養師團隊（排名不分先後）





封面故事



雪肌蘭

唯一品牌

連續19年最高殊榮

冠軍  
中之冠軍

醒腦  
雪肌蘭魚寶腦之源DHA



皇牌  
產品

排毒  
雪肌蘭魚寶鯊魚丸



銷量NO.1\* 健康食品專家

勇奪10大獎項 最高銷量大獎

1 護眼

雪肌蘭 魚寶藍莓活力明目素

2 關節保健

雪肌蘭 魚寶鯊魚軟骨素S.C.P.

3 護心

雪肌蘭 魚寶淨之丸EPA

4 保濕美白

雪肌蘭 魚寶美肌素

5 逆轉肌齡

雪肌蘭 純天然鯊魚精華

專業客戶  
服務大獎

WATSONS  
HWB  
AWARDS

# 雪肌蘭 令您健康

雪肌蘭獲獎無數，繼續氣勢如虹，於「屈臣氏健康美麗大賞」連續19年衛冕全場唯一最高殊榮「至尊榮譽大獎」，囊括多項最高銷量大獎，更連年獲頒「專業客戶服務大獎」，稱霸業界。



## 主席劉陳小寶： 「最強健康後盾！」

很高興雪肌蘭一直得到顧客的支持。都市人生活忙碌、壓力大，身體及精神都容易透支，影響健康。雪肌蘭一直以「令您健康」為目標，致力為大家提供一級、優質的營養補充品，以高科技剔除天然材料中的雜質，保留並濃縮最重要的營養，確保身體可於短時間內快速、方便地吸收；加上有權威調查數據及科研肯定功效，絕對是信心保證！

今後，雪肌蘭會繼續肩負『天然健康食品專家』的責任，成為守護大家健康的最強後盾。

## 副主席陳細潔： 「堅守產品優質，服務超卓！」

雪肌蘭再次榮獲十個大獎，對我們是一大鼓舞。今年我的感受特別深，早前擔任保良局主席，非常忙碌，食無定時，身體嚴重透支，全靠每天服食雪肌蘭健康食品，很方便就能改善健康，馬上回復精力充沛，繼續應付忙碌工作，所以雪肌蘭產品真是我的至愛。

除堅持提供高效優質產品外，我們很著重服務質素，龐大的專業健康團隊定會繼續努力，加強卓越的管理服務，幫助大家由內至外健康美麗。

^於2018年屈臣氏健康美麗大賞榮獲同類產品中最高銷量。

#雪肌蘭於2018年屈臣氏健康美麗大賞，是唯一品牌連續19年榮獲『至尊榮譽大獎』，全場最高獎項。

\*榮獲「都市卓越品牌大獎2016」- 卓越銷量NO.1DHA及「都市卓越品牌大獎2017」- 卓越銷量NO.1鯊魚丸及卓越銷量NO.1鯊魚軟骨素S.C.P.榮譽。



## 鄭嘉穎： 「產品好 自然會獲獎！」

嘉穎祝賀雪肌蘭再次獲獎，原來他成為雪肌蘭忠實用家已超過12年，他笑說：「產品有效才多人買，銷量好就會獲獎。」

嘉穎新婚不久，傳媒紛紛追問生小朋友計劃，他坦言：「我們二人也想要BB，所以更要保持健康體魄；我每日都食『雪肌蘭魚寶腦の源DHA』保持精力充沛，增強記憶力，腦部轉數都快過人；而且平時用手機多，『雪肌蘭魚寶藍莓活力明目素』就幫我抗藍光，改善眼乾眼倦情況。太太也很注重健康，我會將身邊好的產品與她分享，好似她有近視，DHA應很適合她。」祝福他們快些有個精靈可愛的小朋友。



▲ 劉主席及陳副主席自嘉穎新婚後，首次與他見面，特別送上賀禮，並大讚他們郎才女貌。



## 曹敏莉： 「雪肌蘭 陪伴我與孩子 健康成長！」

Mandy笑言雪肌蘭見證著她由少女變成母親，服食超過13年，現在家人也一同服食，她說：「自懷孕起就開始食用『雪肌蘭魚寶腦の源DHA』，因有助小朋友腦部發展；現在也會保持將DHA混入食物中給小朋友，以提升他們的學習能力及情緒控制，很開心三個孩子都聰明乖巧。」

另外，Mandy亦對「SQUINA純天然鯊烯精華」情有獨鍾，她表示已持續使用十幾年，質感輕爽易吸收，幫她完全改善敏感問題。現在天氣較乾，小朋友也有用以舒緩皮膚不適，更能修復小損傷，是她一家的萬用傍身寶；更一定會送一支給身邊懷孕的朋友，以助減淡肚紋。Mandy這麼關懷家人及朋友的健康，做她身邊人真幸福。



# 煥活 青春奇蹟



冬季天氣乾燥，令細胞代謝減慢，加速衰老。想Keep住肌膚煥發年輕，就應重點針對修護細胞，抗老修護。

全日補水滋潤  
修護受損DNA



「優質逆轉肌齡天然護膚品」  
鑽石大獎



## 活細胞青春面霜 Concentrate+ Cream

- 奢華修護，注滿緊緻彈力
- 重建底層彈性，緊緻柔滑，抗皺撫紋，活膚抗敏
- 水凝輕透，瞬間吸收

## 抗皺提拉 歲月不留痕

### 活力緊膚眼膜精華素套裝 SQA Vital Firming Eye Mask

- 活化細胞，強韌眼周肌膚，減褪歲月痕跡
- 促進肌底膠原再生，雙眼重煥細緻迷人
- 重點改善鬆弛、眼袋、眼紋、黑斑、黑眼圈等問題



### 目錄

- |    |   |    |   |
|----|---|----|---|
| 02 | <b>封面故事</b><br>雪肌蘭 唯一品牌<br>連續19年最高殊榮        | 20 | <b>純美·肌本法</b><br>3D重塑緊緻明眸<br>告別眼袋 提拉撫紋          |
| 05 | <b>人氣焦點</b><br>煥活青春奇蹟                       | 22 | <b>運動教室</b><br>簡易舒展3式 長途機無有怕                    |
| 07 | <b>中醫養生</b><br>中醫教路 踢走失眠                    | 24 | <b>小寶蜜語</b><br>美好健康 美滿生活                        |
| 08 | <b>營養師專欄</b><br>秋冬涼 勿亂進補                    | 26 | <b>細味生活</b><br>美食迎聖誕 食得健康又盡興                    |
| 10 | <b>醫生專欄</b><br>9成港人有壓力 全球首5位                | 28 | <b>雪肌蘭情報</b><br>雪肌蘭為善最樂 為社群出力<br>義工隊 助長者「護骨在社區」 |
| 12 | <b>科研新知</b><br>最強免疫產品<br>海洋精華DAGE (AKGs)    | 30 | <b>會員分享</b>                                     |
| 14 | <b>健康專題</b><br>鎖緊細胞水分 凝住青春                  | 32 | 「有獎問答遊戲」參加表格                                    |
| 16 | <b>美肌之選</b><br>拯救冬日危「肌」<br>SQUINA純天然防敏感護膚系列 | 33 | 「最佳健康美容大使選舉」參加表格                                |
|    |   | 34 | 會員冬季大激賞   |



P. 28

顧客服務部熱線：  
(852) 2882 4884

電郵：[info@squina.com](mailto:info@squina.com)  
網址：[www.squina.com](http://www.squina.com)



溫馨  
提示

### 定期領取 暫存貨品

- 服用天然健康食品，必須持之以恆，以達最好效能。
- 敬請留意，暫存貨品是有期限約束，為保障會員利益，請定時聯絡本公司領取暫存貨品。

全線 **watsons**、**manmings** 及以下雪肌蘭銷售點： (★附設美容服務)

百貨：HARVEY NICHOLS百貨公司白金專櫃(金鐘太古廣場)·崇光百貨地庫二層(銅鑼灣)

專門店：銅鑼灣邊寧頓街18號18-20樓★·銅鑼灣邊寧頓街18號1C舖(利園二期旁)·尖沙咀美麗華廣場A座6樓601室★  
·觀塘道414號1亞太中心2701室★·沙田新城市商業大廈910-911室(近帝都酒店)★

屈臣氏專櫃：香港：太古城中心二期·銅鑼灣時代廣場★·中環萬邦行 | 九龍：九龍塘又一城商場★·旺角胡社生行★·尖沙咀星光行·尖沙咀金馬倫道·尖沙咀漢口道·尖沙咀海港城港威中心·黃埔花園·佐敦新樂酒店★·奧海城二期·觀塘鱸魚恤中心 | 新界：沙田新城市廣場·沙田廣場·將軍澳東港城★·青衣城★·馬鞍山新港城中心★·屯門市廣場★·荃灣綠楊新邨商場·元朗教育路★·粉嶺名都中心·大埔新達廣場一期·上水彩園商場



中醫養生



# 中醫教路 踢走失眠

晚上輾轉反側難以入睡，嚴重影響身心健康；  
原來脾胃健康與失眠有直接關係？

資料提供：  
註冊中醫師  
吳璧而



香港註冊中醫師  
香港大學針灸學碩士

## Q: 消化系統影響睡眠？

A: 《黃帝內經》早就記載「胃不和則卧不安」的觀點。在中醫的角度，脾胃負責消化，並把養分輸送到五臟六腑；所以脾胃又稱作後天之本，氣血生化之源。現今都市人經常三餐不定時、喜歡冷飲，加上節食減肥等習慣，都會損害脾胃。久而久之之脾胃虛弱，氣血生化不足，不能輸送全身，導致氣血虧虛，不能養心神，自然夜寐不安。正所謂「胃安則眠寧」，只要將脾胃調理好，就能獲得優質睡眠。

## 穴位按摩



有安定心神功效  
按壓20下，一天兩次

# 哈佛證實<sup>\*</sup> 延壽保青春

安睡

健脾胃

促進  
消化

最高銷量<sup>^</sup>

100%通過  
國際安全測試

雪肌蘭魚寶紅酒素SOD



<sup>\*</sup> 哈佛大學研究證實，紅酒素成分具有延壽保青春功效。 <sup>^</sup> 於2016年屈臣氏健康美國大賞榮獲「鑽石級美國大獎」一優質抗氧美白美肌產品，是同類產品中最高銷量。



# 秋冬涼 勿亂進補

天氣漸凍，又到進補季節。唯專家指每逢冬天，心血管疾病、痛風等病發的人數便會激增。其實吃得不當，會增加身體負擔，反而適得其反。

## 營養師教您 進補法則



### 1 慎選食材

由於冬天寒冷，體內熱量消耗較快，攝取適當食物產生能量有助保暖；但港人熱愛的進補菜式，多選用高脂肪的肉類、內臟，含有高熱量、蛋白質及嘌呤；過度進食會導致肥胖、尿酸飆升等問題，有三高或慢性病的人士需多加注意進食份量。建議適量攝取瘦肉、蛋、海鮮等較健康低脂的蛋白質代替，能幫助體內產生熱量，維持健康平衡。

資料提供：  
資深營養師  
Kandy Cheung



香港大學食品業碩士、食物及營養科學學士。持有英國環境衛生協會(CIEH)「二級營養及健康飲食證書」。積極參與多間大學的研究工作，具豐富營養諮詢經驗。



## 2 按體質進補

有些補品口感滯膩難消化，對於脾胃功能較差的人，會加重腸胃負擔，引起消化不良；而藥膳、火鍋亦有機會導致燥熱上火；若不符合體質而胡亂進補，可引起不適，如口乾舌燥、皮膚敏感、失眠等問題。

## 3 蠔肉精華 滋陰保溫

蠔肉精華是溫和的益腎食材，早於數千年前已被用在食補或入藥；含人體所需的多種微量元素，如鋅、硒、錳、鈷等，有助促進氣血循環、滋陰強身。本港大學研究發現，補充蠔肉精華能激發細胞產生能量，使身體暖和、面色紅潤，改善手腳冰冷，自然不畏寒冬。

新鮮生蠔屬生冷食物，反倒會加劇體寒，不利於冬日進補；而補充蠔肉精華來攝取不含海洋污染的濃縮營養，不但適合於各季節食用，更不用擔心會造成熱量過盛或上火等問題，是大眾絕佳的健體補品。



# 改善手腳冰冷 提升免疫力

## 補肝腎

## 補血氣

雪肌蘭魚寶蠔皇素



**鑽石級大獎**  
優質  
滋陰固本  
補充品

**100%通過  
國際安全測試**



# 9成港人 有壓力

## 全球首5位！

調查顯示，高達92%港人感到有壓力，壓力指數全球排首5位，但健康及保健指標卻是受訪地區中第2位低。可見港人壓力大而且健康差，種下慢性疾病危機！

### 您有無壓力徵狀？

#### 生理上

疲倦、四肢無力、肌肉繃緊、頭痛、消化不良或胃口欠佳、睡眠質素或記憶力變差、心跳急促、易流汗等

#### 心理上

精神分散、意志消沉或憂鬱、失去自信心、身心無力、欠熱情、易發脾氣或緊張、判斷力下降等

資料提供：  
唐繼昇醫生



- 兒科專科醫生
- 香港醫務委員會執照
- 英國皇家內科醫學院院士
- 英國皇家兒科醫學院院士
- 香港兒科醫學院院士
- 香港醫學專科學院院士(兒科)

### 壓力禍全身

有專家指，40-60%健康問題均與壓力有關，除增加精神問題機率外，更可直接減弱人體免疫力。研究顯示，「長期受壓者」白血球活性較低，傷口復元時間亦較長。美國曾有實驗，為自願者注入傷風症狀病毒，結果那些最近壓力大人士，均染上傷風症狀，可見壓力對免疫力的傷害。此外，長期受壓亦可增加三高危機，提升心、腦血管問題風險。

# 醫生教路 抗壓5招



## 2 充足睡眠

- 晚上11時或之前入睡，並保持8小時優質睡眠，有助生長荷爾蒙分泌，促進新陳代謝，同時有助舒緩壓力



## 4 適量運動

- 帶氧運動能刺激腦分泌開心荷爾蒙。另外，太極、氣功等亦有助舒緩



## 1 每日大笑1分鐘

- 有助肌肉放鬆，及減少壓力荷爾蒙



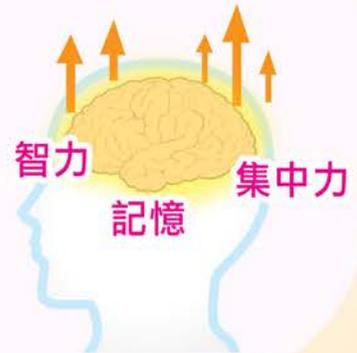
## 3 預先規劃每日工作

- 令效率更快，提前對工作有心理準備，有助減低壓力

## 5 注意飲食及營養

- 保持均衡及定時定量飲食
- 補充舒壓腦部營養 Omega-3 DHA

DHA是人體必需的营养成分，有研究顯示，DHA有助改善大腦開心物質「血清素」的傳遞。有效舒緩壓力，及減低患憂鬱或其他精神問題機會。同時更具促進智力、記憶及集中力等功效，時刻轉數快過人，工作更有效率。但需注意，因海洋污染，易令DHA產品含重金屬等殘留物，故如選擇補充品，應選已去除雜質的高濃度DHA產品。





# 最強免疫產品 海洋精華DAGE (AKGs)

一個強大的身體免疫系統，就如一個國家擁有質素精良的軍隊，肩負著防禦病菌入侵、清除衰老細胞、識別及消滅有害細胞的功能，以維持身體健康。如何才能擁有良好的免疫系統呢？



## 嚴選營養補充品

由古至今，中國人相信良好的生活習慣、適當的運動和合適的營養攝取，能提高免疫力；市面上的營養補充品琳瑯滿目，如藥物（中藥）及草本植物等。

DAGE (Diacylglyceryl Ether) 是本身已存在於體內肝、腎和骨髓等與免疫有關的器官中的物質，它含有 Alkoxyglycerol (AKGs) 成分，適量補充能提升吞食病毒的能力<sup>1</sup>，增加抗體和免疫細胞數量<sup>2-3</sup>，調節免疫功能，和加速細胞復原能力<sup>4-6</sup>，更有效減少感染和傷口炎症狀。《國際營養與癌症期刊》及多個醫學期刊曾刊登論文表示，DAGE (AKGs) 能阻止頑疾細胞生長及減低其擴散<sup>7</sup>；對子宮、乳房等的特定異細胞，有抑制其擴散及促進死亡的作用<sup>8</sup>；放射療法或化療藥物的患者，能避免白血球和血小板過少，穩定頑疾病情，減少死亡率<sup>9-10</sup>。

增強體質



## DAGE全面鞏固免疫力

免疫力包括先天性和後天性；本港著名大學高錦明教授的研究證實，「雪肌蘭魚寶鯊肝素DAGE」能增加免疫因子的分泌，啟動巨噬細胞及自然殺傷細胞，顯著增強先天性免疫力，同時提升後天性免疫力<sup>11-12</sup>。此外，更證實有效令頑疾細胞下降最高達70%，高劑量效果更顯著，能活化免疫器官(如:脾、胸腺)，從而或透過增強先天性免疫力，抑制頑疾細胞生長<sup>13</sup>。



## 最佳保健之選

縱觀市場上眾多產品，唯「雪肌蘭魚寶鯊肝素DAGE」能同時增強先天性及後天性免疫力、預防和輔助治療頑疾。難怪品牌連續19年榮獲《屈臣氏健康美麗大賞》中「至尊榮譽大獎」<sup>#</sup>，品質值得信賴。



### 參考資料

1. Yamamoto et al. Cancer Research 1988; 48: 6044-6049.
2. Oh et al. Pediatric Research 1994; 36(3): 300-305.
3. Palmblad et al. Scandinavian Journal of Clinical and Laboratory Investigation 1990; 50:363-370
4. Palmieri et al. Lipids in Health and Disease 2014; 13: 178.
5. Brohult et al. ActaChemiaScandinavica 1970;24:730-732
6. Nowicki et al. PolskMerkuriuszLekarski2007;130:312-313
7. Pedrono et al. Nutrition and Cancer 2004;48 (1):64-69.
8. Krotkiewski et al. Medical Science Monitor 2003;9(11):PI131-135.
9. Brohult et al. Acta Obstetrics Gynecology Scandinavica 1979;58:203-207
10. Brohult et al. Acta Obstetrics Gynecology Scandinavica 1986;65:779-785.
11. Ko. Journal of Complementary and Integrative Medicine,2012; 9(1)
12. Ko. Research Report of The Hong Kong University of Science and Technology 2007.
13. Ko. Journal of Complementary and Integrative Medicine,2012; 9(1)

資料提供：  
高錦明教授



現任香港科技大學生命科學部教授，專注中藥和健康食品的研究，尤其集中探討補益食品的抗氧化和免疫力調節功能，除了著書，至今發表了180篇相關之研究論文。

<sup>#</sup>雪肌蘭於2018年屈臣氏健康美麗大賞，是唯一品牌連續19年榮獲「至尊榮譽大獎」，全場最高獎項。



# 鎖緊細胞水分 凝住青春



冬季乾燥寒冷，肌膚容易缺水，感覺繃緊、痕癢，甚至脫皮，出現過敏症狀；進一步更會產生乾紋、暗啞、鬆弛、色斑等衰老問題。要肌膚時常水嫩透彈，補濕鎖水是首要任務。

## 水分 是年輕的關鍵

當水分充足，肌膚能時刻柔潤細滑，亮澤剔透。此外，更令細胞、身體機能和器官順利運作，維持高效的新陳代謝、血液循環、排毒能力，是長壽健康、保持活力的要素。可惜，隨年齡增長，體內含水量不斷下降，到年老時更可銳跌至50%，令身體加速衰老，肌膚變得乾枯無彈性，皺紋滿佈，身體問題也開始湧現。

專家建議每日應飲用至少8杯水，但有些人即使按照指引，體內水分仍不足，肌膚乾燥暗淡，表示缺乏鎖水因子。

## 補水更要鎖水

人體的眼睛、皮膚、心臟、關節和腎臟等都含有膠質，富有保水性，能維持肌膚濕度、彈性，細胞黏潤。但膠質會隨歲月流失，身體的鎖水能力也相對變差，即使每日飲用大量清水，細胞亦未必能箍住水分。要身體保持水分充足，鎖水極為重要。



## 三重美肌配方 逆轉肌齡

科研証實，鎖水美肌營養有效為身體補充豐富膠質，促進膠原蛋白合成及阻止分解，強化身體鎖水能力，為細胞補給充足養分和水分，收細毛孔；而配方蘊含珍貴玻尿酸膠原蛋白胜肽、專利膠原蛋白胜肽及鯊魚軟骨素硫酸蛋白複合體S.C.P.，能互相配合，爆發最強「協同效應」，發揮驚人保水力，迅間鎖住6,000倍水分，促進膠原再生，從內而外真正改善鬆弛、皺紋和乾紋，延緩衰老。補水同時鎖水，雙管齊下，肌膚回復柔軟緊緻、水潤亮澤，重塑年輕無瑕。

## 全面強健體質

此外，身體水分充足，就能維持體內機能運作暢順，如預防眼乾，改善女性週期不適，減少浮腫，恢復血管彈性，維護腎臟健康，修補軟骨組織等。

連年榮獲  
屈臣氏  
抗氧美白美肌  
食品  
最高銷量

HWB  
SOUHA  
雙重鎖水  
魚寶美肌素

鎖水防乾  
增肌膚彈性

日本·美國·歐洲  
效能專利

雲肌蘭魚寶美肌素



美肌之選

# 拯救冬日危「肌」

## SQUINA

純天然防敏感護膚系列



抗敏皇牌



「優質逆轉肌齡產品」  
鑽石大獎



純天然鯊烯精華  
Beauty Oil

- 深層抗氧、修護、昇華膚質
- 消除自由基，激活肌膚抵抗力及復元力
- 全面發揮「滲透、代謝、殺菌、親和、活化」5大修護效能

## BB嫩肌

## 柔膚卸妝

修護潔膚油  
Cleansing Oil C

- 溫和水溶性配方，不澀眼、不油膩
- 徹底卸淨頑固妝容，眼唇均適用
- 美白去死皮，肌膚綻放潤滑亮澤



## 淨肌潔面

修護/柔和潔膚泡沫  
Cleansing Foam/Cleansing Foam C

- 深入毛孔，去除自由基、污垢、死皮
- 保濕鎖水，昇華肌膚彈性，細緻柔滑
- 潤澤清爽、不繃緊，抗氧美白



「優質潔膚淨肌產品」  
鑽石大獎

## 倍速吸收

修護保濕爽膚水/晶瑩保濕修護液  
Skin Conditioner/Moisture Conditioner C

- 開啟吸收之門，昇華後續美肌功效
- 保濕鎖水，細緻毛孔，肌膚柔軟嫩滑
- 不含酒精，平衡酸鹼度，性質溫和



## 晶鑽亮白

修護雪白美容液  
Whitening Essence

- 抑制黑色素形成，擊退色斑、暗黃
- 高效保濕，緊緻毛孔，展現珍珠白淨透彈
- 輕盈溫和，眼部及幼嫩肌膚均適用

## 緊緻彈性

### 修護保濕緊緻美容液 Repair Essence

- 躍動膠原自生，撫平皺紋，防老化
- 深層補水，極速滲透肌底，昇華肌膚自愈力
- 一次過修護倦怠、過敏症狀、缺水脫皮等問題



「優質全效修護精華產品」  
鑽石大獎

## 水潤抗氧

### 修護保濕乳液 Moisture Milk C

- 頃刻滲透，為細胞注入水分及營養
- 輕盈不膩，調理膚質，回復柔軟、水嫩、彈性
- 激活血液循環，平衡油脂，預防痘痘

## 長效保濕

### 修護保濕面霜 Moisture Cream C

- 養分傾注肌底，長效保濕，媲美深層療膚效果
- 全效潤澤、抗氧、排毒，對抗過敏及炎症狀
- 煥發肌膚重生，締造幼嫩晶瑩、無瑕美肌



「優質面膜」鑽石大獎

## 3分鐘急救

### 修護膠原蛋白保濕面膜 Vital Gel Mask

- 源源導入水療潤澤，煥活再生，抗皺撫紋
- 3分鐘極速滲透，擊退乾燥脫皮、暗啞、過敏症狀等
- 肌膚重拾細緻柔嫩，同時適用於眼、唇、頸及胸部

## 細滑透彈

### 亮白再生緊緻3D面膜 Brightening Up 3D Mask

- 深層保濕緊緻，撫平幼紋，瞬間回復亮白光澤
- 全面活化脆弱肌膚，舒緩過敏症狀
- 煥發年輕嬌嫩，細滑透彈，重塑輪廓線條



「優質逆轉肌齡產品」  
新登場大獎\*

## 亮眼重現

### 膠原抗皺修護眼膜 Collagen Lifting Eye Mask

- 9重美肌修護成分，全方位賦活眼部肌膚
- 促進膠原再生，重拾柔滑緊緻、水潤透亮
- 擊退黑眼圈、鬆弛、暗啞、浮腫等老化痕跡



美肌之選

星級用家分享



樊奕敏

煥發年輕の祕訣

“

藝人經常熬夜、化妝、壓力大，肌膚很容易變得脆弱乾燥；我愛用雪肌蘭天然護膚品，幫助提升肌膚抵抗及自癒力；當中的『修護潔膚泡沫』及『純天然鯊烯精華』更缺一不可。

”

### 潔膚同時修護

「我最重視清潔的步驟，早晚會用『修護潔膚泡沫』，以細緻綿密的泡沫按摩面部，觸感輕柔舒適，深入毛孔將油脂污垢、角質死皮通通帶走。潔面後，感覺清新不繃緊，肌膚即時淨白細嫩、水嫩有光澤。」



修護潔膚泡沫



純天然鯊烯精華

### 1秒愛上 解決保養煩惱

「純天然鯊烯精華 (Beauty Oil) 是我的終極護膚祕訣；每晚睡前必會塗上薄薄一層作最後修護；翌日起來，肌膚變得白滑緊緻、亮澤及充滿彈性，而且更易上妝。另外，氣候轉變令肌膚很易乾燥泛紅，Beauty Oil能極速急救脆弱肌膚，1秒已滲透；質感潤而不膩，能修護咀唇、手部、身體、頭髮乾燥及輕微皮膚損傷等，絕對是我的隨身必備寶物。」

雪肌蘭  
令您健康

一級·優質

內外健美迎新歲

低於一折

福袋

\$238

(總值超過 \$4,000, 每人限購一套)

22/1 - 19/2

(限量發售 售完即止)



抗敏皇牌  
締造BB嫩肌  
純天然鯊烯精華  
Beauty Oil

- 一秒滲透 深層抗氧修護
- 重煥緊緻、亮白、彈性青春肌

9 項皇牌產品及服務\*

送 \$1,000 現金券

會員尊享 優先訂購  
詳情請向健康美容顧問查詢



\* 皇牌內容物包括：雪肌蘭亮白BB霜(體驗裝) • 雪肌蘭再生BB霜(體驗裝) • 雪肌蘭純天然鯊烯精華Beauty Oil (20ml) • 雪肌蘭亮白再生緊緻3D面膜(1片) • 雪肌蘭眼影/腮影彩妝\*(1件) • 雪肌蘭水潤修護唇膏(1支) • 雪肌蘭白卸妝霜(1支) • 免費註冊送禮券(1張) • \$380體驗「日本職工六位美容治療按摩護理」禮券(完成後可全數換指定正價產品) # 雪膏、噴霧、刷頭、顏色隨機 圖片只供參考



都市人雙眼經常處於疲倦狀態，  
眼袋、眼紋、黑眼圈、鬆弛等相  
繼出現。「3D擊退眼袋療程」真  
正為你頃刻煥發眼部動人神采。



## 3D 重塑緊緻明眸

### 告別眼袋 提拉撫紋

#### 想顯老 還是年輕？

眼周肌膚是面上最矜貴脆弱的部位，皮膚只有面部的1/5厚，而且汗腺及皮脂腺分布較少，容易乾燥缺水及出現過敏症狀，平均比面部肌膚早衰老8年，透露出年齡秘密。坊間流傳的不同方法，未必能徹底改善問題。要回復年輕緊緻明眸？必需由底層細胞開始。

# 突破性

## 膠原重組技術

「3D擊退眼袋療程」以「生物體熱效應」釋放穩定、適當的熱能，平均及有效地令深層膠原蛋白再生及收縮，不傷害眼周幼嫩肌膚；一次療程迅速撫平眼袋，達到緊緻提升效果，重塑眼部立體輪廓，同時減淡皺紋；配合獨特的穴位按壓，更能促進新陳代謝，排出毒素，即時改善浮腫及暗啞、黑眼圈問題。最後塗上「Concentrate+活細胞緊緻保濕眼霜」作最後修護及防禦外來刺激，雙眼重拾年輕細緻。

### 5大顯著效能

收緊  
眼袋

撫平  
幼紋

提升  
眉肌

減淡  
黑眼圈

眼肌  
柔潤亮澤

### 用家見證



收緊提升

緊緻立體輪廓



聖誕新年的長假期將至，很多人喜愛出外旅遊。機艙空間狹小，導致肌肉關節繃緊僵硬，容易腰酸背痛、腳麻及腫脹。



# 簡易舒展3式

## 長途機無有怕

 建議時間

每式每次維持10-12秒，可根據個人情況調整次數。

資料提供及指導：



趙國東 (Michael)  
香港先生少年組冠軍  
私人健身教練

### 第一式 功效：

緩解頸部、肩膊、大腿外側繃緊

背部挺直，右腿屈膝，平放於左腿上；頸部放鬆，頭向下，雙手置於後腦，向下輕按至輕微拉扯感覺。換左腿進行同一動作。



## 第二式 功效：

放鬆腰背、大腿、小腿筋腱肌肉



腳跟著地，身體向前伏下至腿中間，雙手抱於膝後。

## 第三式 功效：

舒緩肩膊及手臂，  
促進血液循環



放鬆腰背，吸氣，雙手與肩成水平，置於身側；呼氣，同時雙手盡量向上伸展，至上半身有提拉感覺。



## 營養篇



資料提供：  
資深營養師  
Koey Tsang

旅行最怕時差問題，令人失眠、疲倦乏力、食慾不振等，破壞旅遊的興致。於上機前，補充紅酒素SOD，能激發天然「褪黑色素」效應，有助調節生理時鐘，並提升睡眠質素，自然整天精力充沛。

此外，紅酒素SOD有助促進身體循環，改善浮腫；更能全效抗氧及防曬美白，抵禦乘坐飛機時的強烈紫外線及輻射；全面提升身體狀態，旅程自然玩得開心又放心。

甜睡 健脾胃  
輕便易服



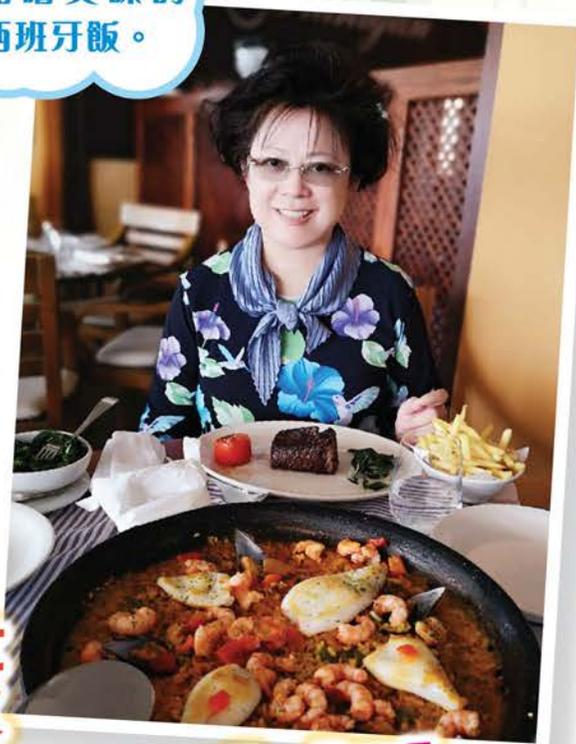
雪肌蘭魚寶紅酒素SOD



品嚐美味的  
西班牙飯。

工作繁忙，實在需要一些減壓活動平衡下，所以我定時會同家人、朋友去旅行、享受美食，開心之餘亦可叉叉電。

我外遊必定帶健康食品傍身，KEEP住身體在最佳狀態，咁就可以玩得更盡興！



美好健康

美滿生活

暫時忘記工作忙碌，  
享受一下悠閒時光。



旅遊必備……

去唔同地方旅行，身體需要適應當地氣候環境，如果免疫力低，甚至會出現水土不服，所以我一定食鯊魚丸增強體質，注氧排毒，令我整日精神飽滿，面色紅潤有光澤，影相都特別神采飛揚。

雪肌蘭天然健康食品濃縮了食物中最重要的營養精華，快速、方便、吸收，身體即時回復最佳狀態。



## 保護關節 行得更遠

旅程中，我喜歡四處遊覽，欣賞景色，有時為了趕行程，更會頻撲起來，令雙腳承受不少壓力……軟骨素S. C. P. 有助潤滑關節、減少軟骨磨蝕，保持雙腳靈活有力，隨時為我關節護航。

全靠鯊魚丸及軟骨素S. C. P. 這對孖寶，讓我時刻都精神奕奕，又有「腳骨力」咁周圍去。





我最愛嘅節日  
聖誕節又黎喇!



## 美食迎聖誕

## 食得健康又盡興



即時腦海浮現聖誕大餐美食。  
講講下，我覺得烤火雞、蛋糕、紅酒嘅佳餚美酒已經同我招緊手。

所以話，聖誕節又點可擔心卡路里呢!

要玩得盡興，又唔使食聖誕大餐就住就住?  
我有妙法……



阻脂素同理EPA為身體  
建立多重的天然保護，  
自然能夠盡情細味美食！



雪肌蘭魚寶阻脂素

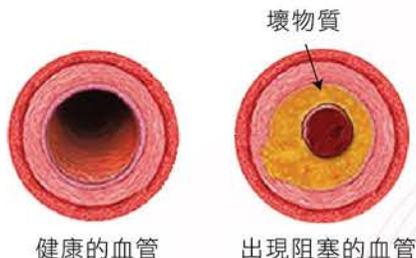
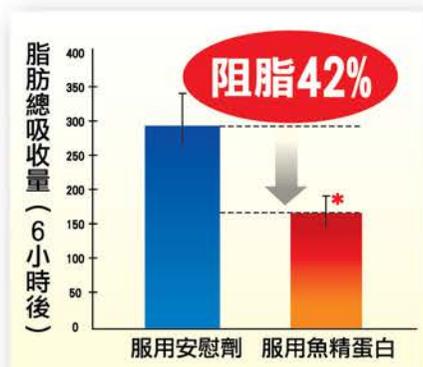


雪肌蘭魚寶淨の丸EPA

## 阻脂降醇好幫手

在日本進行的臨床實驗發現，服食魚精蛋白的組別在進食高脂食物後，脂肪吸收大減42%，證實魚精蛋白具強效阻脂能力。科研實證，阻脂功效顯著，不會抑制其他營養吸收；含豐富精氨酸，有助調節免疫力；成份天然、全無藥物副作用。

美國一項臨床研究指出，關注脂質超標人士每天服食4,000mg Omega-3 EPA，成功降血管壞物質45%，有助血管更暢通並降醇。另一項邀請有二型尿糖問題人士參與的實驗，他們每天服食1,800mg Omega-3 EPA，兩年後，相比對照組，頸動脈的厚度明顯下降，而且血液流動也有明顯進步。





兩姊妹一直出錢出力，籌劃各項慈善活動，尤其關注教育及長者服務。

# 雪肌蘭為善最樂

## 為社群出力

雪肌蘭國際集團主席劉陳小寶及副主席陳細潔，連年支持保良局年度的大型籌款活動「星光熠熠耀保良」，扶助社群。二人異口同聲表示，善事要「時時做、年年做」，幫到人，自己亦開心。希望大家也時刻保持善心，幫助社會大眾。



▲ 劉主席和陳副主席捐出善款，由民政事務局局長劉江華代表接受。



▲ 劉主席、陳副主席獲保良局頒發紀念座，以答謝其對慈善的貢獻。

# 雪肌蘭義工隊 又出動 助長者「護骨在社區」



▲劉主席、陳副主席及義工們向老友記大派禮物，氹得各人很開心，大家渡過了一個愉快的上午。

「雪肌蘭愛心奉獻義工隊」籌辦義工活動已有12年，早前就在「保良局劉陳小寶長者地區中心」宣揚「護骨在社區」，衆多老友記踴躍參與。護士義工們細心為長者進行體檢，安排食療講座，與長者一齊做運動，並提供保健小貼士。希望老友記身體健康。

立即關注  
雪肌蘭 微信



激賞

**\$100現金折扣**

最新產品及健康資訊

源源不絕驚喜優惠

有效日期：由即日至12月9日

條款細則約束。



# 會員分享



馮文青  
主婦

推  
介  
產  
品

雪肌蘭魚寶  
生命の本源DNA



## “延緩衰老 重燃春青活力！”

年紀越大，發覺身體狀況大不如前；因此接受健康美容顧問介紹，服食「雪肌蘭魚寶生命の本源DNA」。持之以恆下，明顯變得精力充沛，改善了容易疲倦的問題；更驚喜的是，烏黑的頭髮重新長出來了。因此，我一定會繼續食用，令細胞變得強壯，對抗衰老，身體更健康年輕。

## “強化免疫力 讓我又靚又精神！”

一直以來，我的免疫力較差，肝排毒功能及腸胃也比較弱。經朋友介紹服食「雪肌蘭魚寶鯊魚丸」；數月後，明顯變得精神，也改善了腸胃問題；同事也稱讚我更有活力及變得更靚。我希望藉著這次分享，可幫助其它有需要人士。特別感謝雪肌蘭天然健康食品，令我吃得健康又安心。

推  
介  
產  
品



群  
教師



雪肌蘭魚寶  
鯊魚丸

## “堅持每日服食 逐步改善身體健康”

服食多款雪肌蘭天然健康食品已超過10年，感到非常有效，特意分享給大家。「雪肌蘭魚寶鯊魚丸」是我的至愛，習慣每天早上空肚服食，令我有充足精神應付一天忙碌工作，皮膚也變得更彈性。此外，「雪肌蘭魚寶紅酒素SOD」助我不再出現過敏症狀，排便更暢通。「雪肌蘭魚寶鯊魚軟骨素S.C.P.」則解決我長時間走路的膝蓋乏力問題，現在走多少路都不覺疲倦。隨年齡增長，再添加了「雪肌蘭魚寶腦之源DHA」，以防日後的腦退化問題。雪肌蘭天然健康食品安全、無添加，雖然價格高於同類產品，但一分錢一分貨，效果確顯著；服食後，我能感到身體狀態明顯得到改善。謝謝雪肌蘭！

推  
介  
產  
品

雪肌蘭魚寶  
鯊魚丸



雪肌蘭魚寶  
紅酒素SOD



雪肌蘭魚寶  
鯊魚軟骨素S.C.P.



雪肌蘭魚寶  
腦之源DHA



Mable Chiu  
秘書

會員分享的內容，均為受訪者親自撰寫或親身口述，  
絕對真確，特此鳴謝！



### 小寶的話

感謝各位會員真摯分享。

假如你亦有親身感受雪肌蘭天然健康食品及護膚品，為你改善健康及美肌之體驗，歡迎來信和大家分享！



### 您分享 我送禮

請提供以下資料：

1. 分享您對雪肌蘭天然產品的體驗(不少於100字)
2. 推介之雪肌蘭天然健康食品/護膚品
3. 近照一張
4. 簡單的個人資料  
(姓名、會員編號、聯絡電話、職業)

遞交途徑：

親臨：全線雪肌蘭專櫃

郵寄：銅鑼灣邊寧頓街

18號18樓

顧客服務部

(信封面請註明「會員分享」)

電郵：info@squina.com

傳真：(852) 2504 0830

內容一經刊登  
可獲豐富禮品乙份



有獎問答遊戲

知識愈豐富



攤獎機會愈高

為鼓勵各會員增進健康知識，特別舉辦健康問答比賽，問題圍繞今期季刊的內容。既可增加個人健康知識，還有機會獲得豐富獎品，仲唔快啲參加！

1. 中醫角度，哪一個部位虛弱會直接影響睡眠？
  - A. 肝腎
  - B. 脾胃
  - C. 眼睛
2. 老年人身體一般只餘下多少水分？
  - A. 60%
  - B. 30%
  - C. 50%
3. 美肌營養玻尿酸膠原蛋白胜肽、專利膠原蛋白胜肽及鯊魚軟骨素硫酸蛋白複合體S. C. P.，協同下可發揮以下哪項效能？
  - A. 迅間鎖住6,000倍水分
  - B. 促進膠原再生
  - C. 以上皆是
4. 營養師表示，冬天進補，宜多選用哪些食材較佳？
  - A. 肥肉
  - B. 內臟
  - C. 瘦肉
5. 蠔肉精華含人體所需多種微量元素，有哪項功效？
  - A. 滋陰強身
  - B. 激發細胞產生能量
  - C. 以上皆是
6. 以下哪一項，是身體免疫系統的功效？
  - A. 防禦病菌入侵
  - B. 消滅自由基
  - C. 控制新陳代謝
7. 以下哪一項營養素，有助調節旅遊時的時差不適問題？
  - A. 氨基酸
  - B. 紅酒素SOD
  - C. 維他命B
8. 以下哪一項為醫生建議，幫助減壓？
  - A. 每日盡情哭1分鐘，以舒發情感
  - B. 做帶氧運動，增加開心荷爾蒙
  - C. 以上皆是

上期答案公佈：

1A、2C、3B、4C、5B、6C、7C、8A

上期得獎者名單：

1. 黃惠萍 (STH00507)
2. Hannie Keung (JR02240)
3. 陳倩華 (PP00097)
4. 王佩欣 (UP00073)
5. 鄭鳳梅 (TKS00742)
6. 陳綉芳 (TM01353)
7. 陳慧儀 (WG00974)
8. 霍凱珊 (MK03218)
9. 陳麗華 (MRT01299)
10. 陳美芳 (CC01789)

以上得獎會員，將獲專函通知領獎。



回答以上8條問答及填妥會員資料，於2019年1月15日前，郵寄：香港銅鑼灣邊寧頓街18號18樓，雪肌蘭顧客服務部（信封面註明「有獎問答」），便有機會獲得豐富禮物乙份。

（或傳真至2504 0830、親身遞交雪肌蘭美容健體中心、專門店或任何一間雪肌蘭專櫃亦可）

#### 會員資料

姓名：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 會員編號：\_\_\_\_\_

身分證號碼：(X) \_\_\_\_\_ XX (首4位數字) 日間聯絡電話：\_\_\_\_\_ 職業：\_\_\_\_\_

地址： 按電腦資料  需更新 \_\_\_\_\_

電郵地址：\_\_\_\_\_ 會員簽名：\_\_\_\_\_



# 2018年

## 「最佳健康美容大使」選舉



2018年「最佳健康美容大使」由您決定！歡迎立刻投選您心目中最佳服務態度的雪肌蘭健康美容顧問，以示鼓勵表揚，讓我們為您做得更好！如您提名之健康美容顧問獲獎，您亦有機會獲得豐富禮品乙份。

最佳健康美容顧問姓名：\_\_\_\_\_

駐守之專櫃或店舖名稱：\_\_\_\_\_

我投她一票的原因(可多於一項)

- |                                     |                                    |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="radio"/> 態度誠懇親切        | <input type="radio"/> 具備專業知識，令人有信心 |
| <input type="radio"/> 細心聆聽我的需要      | <input type="radio"/> 詳細介紹公司的產品    |
| <input type="radio"/> 理解力強，清楚知道我的需要 | <input type="radio"/> 耐心解答我的問題     |

其他原因，請註明：\_\_\_\_\_

個人資料(作抽獎用途)

會員姓名：\_\_\_\_\_ 會員編號：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_ 電郵地址(如有)：\_\_\_\_\_

會員簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

 **您的意見，  
令我們做得更好！**

雪肌蘭致力為您提供優質的健康生活，如對雪肌蘭之服務或其他方面有任何建議，歡迎來函、電郵或致電「雪肌蘭顧客服務部」表達意見，令我們進步，為您做得更好！

多謝您的寶貴意見。所有資料絕對保密，有關資料使用後將全部銷毀。

請填妥以上表格正本，親身遞交至任何雪肌蘭專門店、專櫃或郵寄至「雪肌蘭顧客服務部收」（請於信封面註明「最佳健康美容大使選舉」）

雪肌蘭顧客服務部：

地址：香港銅鑼灣邊寧頓街18號18樓

電郵：cs@squina.com

熱線：(852) 2882 4884

備註：

- 只接受表格正本，影印本無效
- 每人限投一票，重覆投票者將被取消參加資格
- 請於2019年2月28日前遞交，逾期無效

### 上屆 結果公佈

 **冠軍** Candy Luk



 **亞軍** Suki Fong



 **季軍** Tina Chan



## 多謝大家支持!



會員優惠

# 會員尊享 冬季大激賞

雪肌蘭魚寶腦の源DHA (90粒裝)



醒腦護眼  
改善過敏症狀

- 促進胎兒、嬰幼童腦部發育，改善情緒不穩
- 提升智力、專注力、記憶力及視力
- 暢通腦部循環，清除腦內廢物，防退化
- 舒緩氣管、鼻及皮膚過敏症狀

榮譽會員

減\$300

P2075a

金咕會員

減\$200

P2075b

尊貴會員

減\$150

P2075c

雪肌蘭魚寶美肌素 2包 (體驗裝)



鎖水防乾  
增肌膚彈性

- 對抗老化，促進水分吸收，逆轉肌齡
- 改善肌膚乾燥痕癢，回復光澤細嫩
- 由內至外改善鬆弛，增強膠質彈性
- 緊緻毛孔，撫平幼紋，減淡疤痕

榮譽會員

P2075d

免費  
獲贈

SQUINA純天然鯊烯精華 (8ml)

全效護養

金咕會員

尊貴會員

P2075e

免費  
獲贈



CONCENTRATE+活細胞青春面霜 (37g)

修護受損DNA

榮譽會員

72折

P2075f



SQUINA修護保濕緊緻美容液 (30ml)

緊緻彈性

榮譽會員

72折

P2075g

金咕會員

81折

P2075h



SQA活力緊膚眼膜精華素套裝 (6ml x 10套)

榮譽會員

72折

P2075i

金咕會員

81折

P2075j

尊貴會員

抗皺提拉



有效期至2019年1月15日

溫馨提示

預祝1、2、3月生日會員

# Happy Birthday

## 雪肌蘭 誠意給您送上 健康祝福!

雪肌蘭已為1、2及3月生日之會員準備了生日禮遇! 這3個月份生日的會員, 請親臨所屬專櫃或專門店, 即可領取生日現金優惠, 選購喜愛的天然健康產品, 令您健康美麗!

榮譽會員 **\$300**

金咕會員 **\$200**

尊貴會員 **\$100**

優惠期: 所有1、2、3月生日之會員, 均可由即日起至2019年3月31日期間領取生日禮遇, 優惠只限享用一次。優惠受條款約束, 如有爭議, 雪肌蘭國際集團擁有最終決定權。  
優惠詳情: 請瀏覽雪肌蘭網頁www.squina.com, 或致電顧客服務部熱線(852) 2882 4884, 或向健康美容顧問查詢。

### SQUINA亮白再生緊緻3D面膜 (4/10片)

榮譽會員

① 購買任何護膚品1件,  
半價換購4片裝 (P2075k)

金咕會員

② 購買任何護膚品2件,  
半價換購10片裝 (P2075l)

尊貴會員

細滑透彈



### 美容療程 換購 FACIALIST產品

榮譽會員

10次 - 換購1件 (P2075m)

金咕會員

25次 - 換購2件 (P2075n)

尊貴會員

50次 - 換購4件 (P2075o)

尊貴會員

100次 - 換購6件 (P2075p)

半價  
換購



換購產品:

超效細滑胸頸修護膜 (10g)

水凝嫩白面膜 (10g)

深層清潔抗衰老T字面膜 (2g & 2ml)

完美無痕緊緻眼膜 (6ml x 1套)

死皮潔淨面膜 (12g)

緊緻凝肌海藻泥面膜 (13g)

(每款限1件)

### 3D擊退眼袋療程

榮譽會員

**HK\$180**  
尊享此療程一次 (P2075q)

金咕會員

尊貴會員

減淡幼紋  
提升緊緻

敬請預約  
(852) 2972 2833



#### 優惠細則

- 1) 每項優惠, 只限指定會員使用一次。
- 2) 所有優惠不得兌換現金或與其他優惠同時使用。
- 3) 所有優惠產品, 數量有限, 售完/贈完即止。
- 4) 享用優惠時, 請出示有效之會員證及優惠券正本, 影印本無效。
- 5) 有效期至2019年1月15日, 逾期無效。
- 6) 所有優惠產品, 不能暫存。
- 7) 產品圖片只供參考。
- 8) 如有任何爭議, 雪肌蘭國際集團保留最終決定權。

# 雪肌蘭

## 令您健康

## 要青春

## 要排毒

### 補肺

### 護肝



銷量  
**NO.1**  
雪肌蘭魚宝鯊魚丸



曹敏利  
港姐媽媽

\*「雪肌蘭魚宝鯊魚丸」榮獲「都市卓越品牌大獎2017」—卓越銷量NO.1 鯊魚丸榮譽。

註冊中醫及營養師熱線：(852)2882 3112

www.squina.com

