

- 中醫提醒 夏日消暑過度 小心氣血差
- 營養師剖析 全球頭號殺手 心血管問題
- 醫生醒您 孩子輕鬆應試攻略
- 教授提示 水分夠 健康又美麗



嘉穎：

「一家人健康最緊要！」

雪肌蘭
SQUINA



父愛滿溢 全力照顧家人健康

嘉穎榮升爸爸後，有子萬事足，除工作外，生活重心都放在照顧仔仔上，做個24孝爸爸。雖然十分忙碌，但他一向關注健康，依然精神飽滿、容光煥發。

DHA：孩子及太太最好禮物

嘉穎深明自己工作忙碌，易透支腦部能量，所以每日必食「雪肌蘭魚寶腦の源DHA」提升記憶力、專注力。DHA是適合一家大細的A級營養，屬腦部和視力的重要元素，激發BB各方面潛能，提升IQ及視力發展，自然可以健康醒目地成長；而DHA能全面平衡新手媽媽情緒問題，預防產後抑鬱，照顧BB就更加得心應手！



護眼抗藍光

另外，「雪肌蘭魚寶藍莓活力明目素」也是嘉穎不可缺少的營養必需品，他除了經常要面對燈光及看對白資料，容易感到眼乾眼倦；現在更常電話不離手，關注仔仔情況，令接觸藍光時間增加，嘉穎坦言：「全靠長期服食藍莓活力明目素，就算不停讀稿、看手機，也沒有眼乾、紅筋等問題，而且還幫我改善黑眼圈、眼袋，時刻養潤雙眼。」



劉主席及陳副主席祝福嘉穎仔仔精靈健康，快高長大！

運動飲食須得宜

照顧小朋友真是一刻也不可鬆懈，嘉穎笑言已有5人一起照顧仔仔，但仍然會擔心，晚上只要他一哭鬧，自己便會立即醒，不能完全熟睡。雖然有睡眠不足，但他出席活動依然神采飛揚，全因嘉穎很早已懂得保養身體，維持適量運動及均衡飲食，更長期服食優質天然健康產品，補充身體所需營養。相信有這個「智識揀」爸爸照顧，仔仔一定快高長大。

養潤雙目

防眼乾眼倦、抗藍光

促進腦部發展
提升專注力、記憶力

雪肌蘭魚寶腦之源 DHA



雪肌蘭魚寶藍莓活力明目素



素有「天然健康食品專家」美譽，雪肌蘭憑藉一顆「顧客心」，努力守護都市人健康，提供一級、優質營養補充品及天然護膚品，配合一站式貼心服務，廣受用家信賴。多年來在各大頒獎禮，囊括數百獎項，單是上半年，已連奪多項企業大獎，成績斐然。

雪肌蘭 橫掃各界大獎 連年稱冠

商政界、領袖一致讚賞 「卓越健康食品品牌」

作為業界領導，一直堅守「令您健康」的信念，大力推行預防醫學，傳播保健訊息，受到企業掌舵人、政商界名人及各界領袖的認同，連續多年獲新城財經台頒發「香港企業領袖品牌」大獎，表揚超凡成就。



醫護人員、父母、OL信賴 「星級天然健康品牌」

雪肌蘭與時並進，洞悉市場需求，時刻開發及優化旗下的產品及服務，致力照顧不同年齡層人士的健康，受到各界愛戴及肯定，第8年榮獲「星級企業大獎」，絕對是眾望所歸。



國際科研證實功效 「大中華優秀品牌」

雪肌蘭產品經過嚴謹監控，安全高質；並投入大量資源研究，成果多次刊登國際期刊，對促進健康食品市場發展，貢獻良多，勇奪「大中華優秀品牌大獎」，足見實力超卓，稱霸業界。



多謝大家支持!

劉主席： 堅持信念 各界肯定

企業不只是為了盈利，更應該為社會及業界出力。雪肌蘭作為健康食品市場的領導者，一直堅持推廣「由內而外」健康美麗的信念，不斷進步，無論產品質量、銷量、口碑都得到各界肯定，亦受權威機構力證，超過 99% 用家認同，對雪肌蘭的專業有信心。未來，我們會繼續努力，為顧客提供更多元化的產品，推動社會邁向全民健康。



陳副主席： 貼心關顧每位客人

沒有健康的身體，就不能享受細意的生活。都市人生活忙碌，壓力大，身體容易透支，影響健康。我們明白到大家對健康的渴求，致力提供高效、優質營養補充品，針對不同健康問題，幫都市人簡易極速「進補」。很高興一直得到用家長期支持，真正改善大家健康。



天然健康食品專家

雪肌蘭
SQUINA

暢通血管

↓ 降醇護心♥

高濃度優質 Omega-3
頂尖技術提煉



屈臣氏
心血管健康
產品
最高銷量*



雪肌蘭魚宝淨の丸EPA



免費血管年齡檢測

為喚醒大家關注心血管健康，「雪肌蘭健康管理中心」特別呈獻「專業血管年齡檢測」服務一次 (價值HK\$788)。

預約/查詢：(852) 2972 2833

額滿即止，費用全免

www.squina.com



*「雪肌蘭魚宝淨の丸EPA」於2018年屈臣氏健康美麗大賞榮獲「鑽石級健康美麗大獎」—優質心血管健康產品，是同期產品中最高銷量。



雪肌蘭



雪肌蘭與華姐 緣聚21載 延續美麗約會

一年一度，延續多年來的緣份，雪肌蘭與「國際中華小姐」有個美麗約會！熱列慶賀新一屆佳麗誕生，美貌與智慧並重，自信而充滿健康活力，盡顯非凡的東方女性美。

世界級選美盛事

選美比賽向來深受歡迎，后冠加冕一刻，尤其令人難忘！由第一屆開始至今，雪肌蘭已經連續二十一年支持「國際中華小姐競選」，今年更有幸與大家共睹香港代表再度奪冠的歷史性時刻！如此意義重大的一屆比賽，雪肌蘭國際集團主席劉陳小寶 (Angel) 及副主席陳細潔 (Abbie) 當然鼎力支持，更在頒獎禮上向獲獎佳麗頒發總值超過二十多萬元的獎金及獎品。

劉主席：

「雪肌蘭和華姐真是很有緣！」

Angel大讚各佳麗明艷照人，冠軍更是她的心水，並笑指：「過去，很多華姐均是我們的用家，而認識曹敏莉Mandy，也是在華姐頒獎禮上，一路以來見證她結婚、生小朋友，她服用雪肌蘭產品已十多年，更介紹給家人；而雪肌蘭另一代言人嘉穎的太太亦是華姐冠軍呢！」

陳副主席：

「最緊要為身體『進補』！」

被問到保持青春美麗的秘訣，Abbie表示，只要內在健康，就會散發自然美。她提到，之前很忙碌，要兼顧工作與慈善事業，壓力很大，身體易透支，幸好每日服食健康食品，迅速、方便補充優質營養，讓她即使睡眠不足依然keep住健康有精神。







▲ Angel (右) 及 Abbie (左) 擔任主禮人，頒發獎金及獎品總值超過20萬。

佳麗分享 健體美肌心得

各佳麗於選舉前後均十分忙碌，但仍能容光煥發，精神飽滿；有些佳麗坦言，為保持最佳狀態，會特別注重飲食，更每日服食健康產品，keep住有精神，亦會選用天然護膚品預防過敏症狀；並著重保濕，提升肌膚質素。相信雪肌蘭送出的禮物非常合適，讓她們進一步改善健康，由內至外都美麗迷人。

目錄

- 02 封面故事
鄭嘉穎 父愛滿溢
全力照顧家人健康
- 04 雪肌蘭情報
橫掃各界大獎 連年稱冠
- 08 雪肌蘭熱話
與華姐 緣聚21載
- 11 營養師專欄
全球頭號殺手 心血管問題
- 12 中醫養生
夏日消暑過度 小心氣血差
- 14 醫生專欄
孩子輕鬆應試攻略
- 16 科研新知
水分夠 健康又美麗
- 18 純美·肌本法 
四季養生法 正氣排毒補養
- 20 運動教室
同「士啤吐」一刀兩斷
- 22 人氣焦點 
夏日美肌術 遠離老化、色斑
- 25 美肌の選 
重塑輪廓線條 持久年輕水嫩
- 26 小寶蜜語
腸胃差 食龍肉都無味？
- 28 細味生活
護關節 盡享瀟灑人生！
- 30 會員分享
- 32 「有獎問答遊戲」參加表格
- 34 會員夏季大激賞 



P. 25

顧客服務部熱線：
(852) 2882 4884

電郵：info@squina.com
網址：www.squina.com



 會員優惠

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：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)★、佐敦恒福商業中心1樓101室★

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

心血管問題每年導致超過1,750萬人死亡，而香港每5宗死亡個案，便有1宗與之有關；研究更指出心血管問題有年輕化趨勢。由於發病前可毫無徵兆，容易令人掉以輕心，不想成為「沉默殺手」的目標，必須及早透視血管健康，解除威脅。



全球頭號殺手

心血管問題

血管衰老加劇

調查發現，5成港人血管老化，8成人的血管年齡更比實際大平均10.6年！健康的血管本應柔軟、有彈性，內壁沒有沉積物。但其實人體血管內壁沉積物，最早可以在10歲已開始積聚。隨著年齡增長，加上都市人缺乏運動及不良的飲食習慣，導致三酸失衡、中央肥胖、三高等高危因素，影響沉積物越來越厚，加速血管老化；而壓力或情緒激烈波動，直接損害血管內結構，增加心血管問題風險。

Omega-3 EPA 國際公認 護心必備

國際研究指出，補充Omega-3 EPA能消除血管內壁廢物，有「血管清道夫」之美譽，令血管保持暢通、有彈性，舒緩近5成心血管問題風險。美國FDA和心臟協會均認可Omega-3 EPA具有暢通心血管、降醇及炎症狀的作用，有助維持心血管健康。

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。



夏日消暑過度 小心氣血差

夏季天氣炎熱難耐，涼冷氣、開風扇當然是降溫消暑良方，不過長期待在冷氣房，對身體會造成很大傷害。

邪氣入體 虛寒失調

天氣炎熱導致體溫上升，毛孔會大張，透過排汗來降溫，避免中暑。很多人從炎熱的室外進入低溫的室內，為了快速降溫，都會對著冷氣直吹。這時毛孔並未閉合，風寒之氣便會乘虛而入，輕則導致感冒症狀的出現；重則寒氣有機會透過毛孔直接入到身體內部深處積聚，難以排出。耗損身體的陽氣，形成陽虛體質。

Q：陽虛嚴重影響健康？

A：《黃帝內經》認為「人以陽氣為本」，有溫煦身體，驅動、維持各項身體機能及活動的作用。當陽氣虧虛，身體功能會下降，形成陽虛體質，令生長發育、新陳代謝、體力、精神等都會減退，導致衰老及退化來得較同齡人早。陽虛特徵包括易倦乏力、怕冷、手腳及軀幹不溫、食慾不振、易氣喘、無故出汗等。故應及時補充氣血，改善陽虛體質。

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: 如何為身體降溫，同時避免損害陽氣？

- A:
- 室內冷氣與室外溫差不宜過大，以5-10度為佳，使身體容易適應及調節。
 - 入室內前抹乾汗水；帶備薄外套傍身，於冷氣環境下穿著，而且避免冷氣直吹身體；注意腰和膝部保暖，否則易生痛症。
 - 根據「虛則補之」、「寒者溫之」的原則，補充性偏溫、具補益功效的營養最為合適，如牡蠣肉(蠔)有活血氣、治虛損的作用。

改善冷氣病穴位



合谷穴

功能：改善陽虛導致的手腳冰冷、肩痠、頭痛、周期不適等症狀。

方式：大拇指往下按，約每2秒一次，約20次。



氣海穴

功能：促進全身血液循環，增加溫熱感。

方式：以右掌心順時針輕柔按壓約100次，再以左掌心逆時針按壓至熱感出現。

補血氣 補肝腎

改善 手腳冰冷

提升 免疫力

回復精力

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



孩子輕鬆 應試攻略



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)

調查顯示，香港近三成小學生感到焦慮，學業壓力為主因。臨近考試月，孩子壓力進一步加劇，如何能輕鬆應付考試大關？

留意孩子壓力徵狀

當孩子面對壓力，除了易情緒起伏，亦有機會出現集中力下降、失眠、食慾不振，甚至嘔吐、腹瀉等情況，影響健康；而精神下降，更會進一步削弱讀書效率，形成惡性循環，需盡快正視。





醫生考試抗壓 小Tips



多給予支持

首先家長不應過分緊張，放鬆心情才能理智地計劃改善孩子壓力問題。當感到孩子情緒不穩，建議暫將溫習放低，先紓緩他們情緒，如一同做深呼吸放鬆運動、玩親子遊戲、多說正面鼓勵說話，甚至簡單一個擁抱，亦能令他們感受到父母的愛與支持，有助大大提升其正面情緒。



時間表

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri

檢視溫習模式

為減低孩子壓力，父母可於考試前預先制定時間表，以減少臨急密集式的溫習；亦應於溫習期間，安排玩樂、運動時段，讓孩子放鬆心情，頭腦也能更清醒。此外，家長可多留意孩子喜愛的學習方法及其性格，制定合適的溫習模式，例如有些孩子是「聽覺學習型」，可加入朗讀助他「入腦」，以達事半功倍效果。

優質DHA 舒壓學習好幫手

應維持良好的飲食習慣，過餓或過飽都會令血糖水平失衡，影響情緒及精神，應盡量避免。同時，配合均衡飲食，攝取有助穩定情緒的營養(如Omega-3 DHA)，有可能可以改善孩子壓力問題。

國際研究指出，Omega-3 DHA是腦部重要結構營養，幫助穩定情緒。並有助對抗壓力，讓情緒控制及認知能力有更佳表現，及提升集中力、記憶力、學習力，是孩子輕鬆面對考試的良伴。由於深海易受污染，故選DHA補充品時，應選擇100%通過國際安全測試，及含高濃度DHA的產品，方為真正安全有效。





水分夠 健康又美麗



構成人體的最大成分是水，充足的水分不僅能保持肌膚健康、年輕，還能維持體內器官運行，有助促進新陳代謝、血液循環、排毒及輸送營養等。所以身體時刻水分充足，是長壽健康、保持活力的要素。



體內水分逐漸減少

隨著年紀增長，人體水分比例會下降，從胎兒時的90%，到成年後會降至70%，而且會慢慢流失，而水分流失的變化在皮膚上就最為明顯。除了先天因素，環境因素亦會令人體水分減少，例如夏季排汗多，開冷氣又加速水分蒸發，皮膚容易會出現乾裂、細紋或敏感症狀。

留住水分 就能保持年輕

要保持健康美麗，首要鎖住水分。皮膚含有天然保濕因子——玻尿酸，它是目前發現在自然界中保濕性最好的物質。膠原蛋白則負責皮膚的彈性和緊緻，它的三螺旋結構強力鎖住30倍水分，激活皮膚細胞分裂和增加玻尿酸，顯著提升角質層的保濕度，讓皮膚保持彈性和水潤¹⁻²。玻尿酸和膠原蛋白胜肽均能通過口服從腸道吸收，發揮保濕和膠原自生的作用³；研究更顯示，能加速表皮更新、增加皮膚組織細胞的密度，預防日光引致的皮膚乾燥、老化、變厚和膠原蛋白流失，並有助皮膚抗氧化⁴⁻⁶。



專利健康美肌營養

「雪肌蘭魚寶美肌素」包含高濃度、易吸收的玻尿酸膠原蛋白胜肽和膠原蛋白胜肽，更添加專利美肌配方鯊魚軟骨素S. C. P. ——一種存在於動物組織中，保持組織水分和彈性的基礎物質；在三重保濕成分協同作用下，鎖水力發揮最大化，不僅能讓皮膚細胞充滿水分，讓皮膚緊緻、光滑，更能保持肺、眼睛濕潤⁷，促進血液循環和新陳代謝，由內而外全面保健，健康又美麗。因此深受廣大愛美及關注健康人士的青睞，連年榮獲屈臣氏優質健康美肌食品、優質抗氧美白美肌產品-最高銷量大獎和醫護人員信賴品牌獎項，更獲頒「卓越銷量NO. 1鎖水補濕產品」，絕對是優質的健康美肌產品。



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。

參考資料

1. Ohara et al. J Dermatol 2010 Apr; 37(4): 330-8.
2. Ohara et al. J Jpn Soc Food Sci Technol 2009
3. Zague. Archives of Dermatological Research 2008; 300: 479-483.
4. Park et al. Biomaterials 2003; 24(9): 1631-1641.
5. Matsuda et al. Journal of Nutrition Science and Vitaminology 2006; 52:211-215
6. Tanaka et al.. BiosciBiotechnolBiochem 2009 Apr 23;73(4):930-2.
7. Masatsugu et al. Cornea 1993; 12(5): 433-436.



必看!

四季養生法

正氣排毒補養 健康100分

為甚麼要排毒?

人體天生就有自然排毒機制，但受到四季變化、環境污染、都市人不良生活習慣的影響，新陳代謝和血液循環會減慢。當毒素和廢物不能經代謝排出，只會愈積愈多，直至超過身體負荷，引申出各種疾病。因此，排毒是獲得健康的關鍵途徑。

春夏秋冬 毒素積聚要小心

隨著四季天氣轉變，身體會起變化，尤其季節交替期間，抵抗力下降，體內的毒素難以疏通，特別容易生病。



春 | 潮濕

↓

肝火亢盛

夏 | 悶熱

↓

睏倦乏力

秋 | 乾燥

↓

燥咳便秘

冬 | 寒冷

↓

氣虛血弱

「氣穴掃經」正氣排毒 + 五行補養

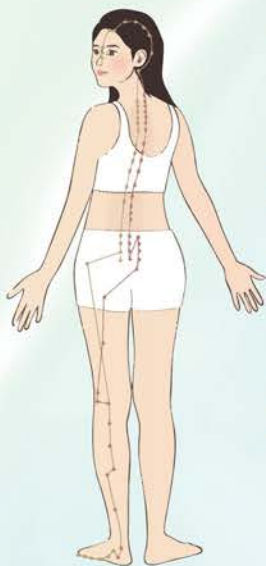
3步打通健康大道

現金券尊享體驗

*禮遇詳情，請參閱「會員優惠」(P. 35)

有效 | 持久 | 無創 | 無痛

糅合中醫養生理念和嶄新深層氣穴掃經科技(42°C恆溫放射性加熱及搪瓷吸力)，配合有激活作用的純天然鯊烯精華，按著「膀胱經*」循行路線及五行位置，三步刺激微循環，疏通經絡，排清毒素，補充正氣，幫助調理體質和營養吸收。



- 1 開穴**
打開穴位，準備排毒
- 2 排毒**
打通「膀胱經」堵塞，毒素廢物全面被釋放及排出，吸掃位置平均起「痧」
- 3 補養**
依五行對應五臟位置次序，木(肝)、火(心)、土(脾)、金(肺)、水(腎)，正氣補養

養生+美顏 全方位功效

保健

- 循環 | 促進血液循環、新陳代謝
- 堵塞 | 疏通淋巴系統、靜脈曲張
- 活化 | 增強營養吸收
- 痛症 | 舒緩肩頸背痛
- 腸胃 | 調理消化系統
- 心理 | 紓解壓力、負面情緒

美容

- 去除水腫 | 重塑身體線條
- 提升膚質 | 回復紅潤光澤
- 淡化色斑 | 去除面黃暗啞



*「膀胱經」是人體內12條主要經絡中最重要排毒中樞，被稱為「健康大道」，連接五臟六腑，就好像排污管道，集合各處污水，把體內的風、寒、暑、濕熱、燥火等毒素排出，必須時刻保持暢通。+「痧」是經絡氣血中的淤穢，俗稱「痧毒」，是由無法自然排出的毒素和代謝廢物累積而成。痧的多少、顏色、深淺和形狀可反映出個人的體質、病情及寒熱虛實狀態。



夏季天氣炎熱，既想穿得少，又怕贅肉無所遁形？其實只要Keep住做幾個簡單的小運動，就可以修身減肚腩，時刻擁有完美身材！

同「士啤味」一刀兩斷

🕒 建議時間

8-12次為一組，重複4-5組。
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：

強化腹部肌肉，幫助燒脂

坐在椅上前端，背部挺直，雙腿拍齊伸直，雙手輕扶椅邊兩側；呼氣，雙腿屈膝用力向上提起，停留2秒；吸氣，雙腿慢慢放下成原本動作。

初試者可交叉腳，減低難度。



第二式 功效：

修緊腹部線條

跪坐地上，雙手向上伸直；收緊腹部，並用力向上推至跪立姿勢。



第三式 功效：

結實腹部肌肉

面向牆壁，雙掌平貼牆上，雙腳向後移至身體稍微傾斜，並分開至肩闊；收緊腹部，腳尖向上提起。



雙腳與牆壁間距離越闊，難度越大，效果會較好。



營養篇



資料提供：
資深營養師
Koey Tsang

過多卡路里會轉化成脂肪，積存體內；少如5塊朱古力曲奇，已需游泳40分鐘才能完全消耗。科研證實，魚精蛋白可抑制脂肪吸收達42%，無礙其他營養攝取，並促進體內脂肪自然排走，預防積聚；更有助降醇及降三酸35%，暢通血管。更可增加飽腹感，防過度進食，Keep Fit就事半功倍。

減脂吸收、降醇、降三酸
天然健康修身



雪肌蘭魚寶天然阻脂素



人氣焦點

夏季紫外線強烈，容易令膚色變黑，
形成惱人的色斑，更會破壞膠原蛋
白組織，加快衰老步伐，必須做足
護養，才能保持白滑美肌。



夏日美肌術



★ 遠離老化、色斑



低至
72折

逆轉年輕

喚醒細胞活力

一夜修復

CONCENTRATE Night Serum
活細胞晚間再生精華

- 激活抗老基因，釋放晚間再生力量
- 濃厚水活滋養，躍動膠原再生，賦予細滑彈嫩，撫紋緊緻
- 修護抗敏，薰衣草清香助眠放鬆，重燃朝氣活力



徹底卸妝

多效潔淨護膚

SQUINA Cleansing Oil C 雪肌蘭修護潔膚油

- 溫和配方，抹走頑固妝容，不澀眼、不油膩，眼唇適用
- 潔膚同時修護，去除老化角質，促進循環
- 抗敏抗炎症狀，抗氧美白，綻放幼滑亮澤素肌



72折

一洗即淨

72折

一抹抗曬

亮白淡斑

全面防曬美白

SQA Whitening UV Shield 美白防曬保濕乳液

- 形成抗UV保護膜，全方位防禦紫外線傷害
- 預防黑色素形成，針對淡化色斑、均勻膚色
- 輕盈保濕配方，持久注水鎖水，可作妝前打底



低至
半價

妍亮雪白嫩肌

SQA Whitening Powder 雪肌蘭美白精華粉末

- 清除黑色素積聚，連環祛斑，肌膚白皙透亮
- 高效保濕，溫和去除角質死皮，促進代謝，掃走暗啞
- 密封式新鮮濃縮導入粉末，混合其它護膚品使用，加倍效能



人氣焦點

喚活眼肌

改善眼周問題

72折



日夜護養眼周

SQA Refreshing Eye Gel Concentrate 特效眼部修護精華素

- 一次達至緊緻、祛紋、改善黑眼圈、保濕、去浮腫、抗氧、防敏7大效能
- 獨特舒緩功效，減輕眼肌壓力，頃刻重現生氣
- 潤而不膩，不易起暗粒，雙眼回復神采

抗皺提拉



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

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

低至
半價



*禮遇詳情，請參閱「會員優惠」(P. 34-35)



重塑輪廓線條 持久年輕水嫩

想肌膚維持細緻年輕？必須時刻躍動肌底修復機能。

肌膚日復日受外來環境傷害及歲月洗禮，導致膠原流失、脆弱老化。「雪肌蘭亮白再生緊緻3D面膜」為細胞注氧，釋放肌膚自愈力量，全效護養，由肌底開始煥然一新，賦活嬌嫩無瑕。



緊緻嫩滑

海洋膠原蛋白 醣基海藻糖

- 促進膠原新生
- 提升肌膚密度
- 增強皮膚彈性

送



剔透亮澤

水解透明質酸 多重保濕因子

- 長效補濕鎖水
- 重現水光潤澤
- 膚質飽滿細膩

強肌活膚

鯊魚精華 天然草本成分

- 強化肌膚基礎
- 舒緩過敏症狀
- 修護脆弱受損

SQUINA Brightening Up 3D Mask
雪肌蘭亮白再生緊緻3D面膜



「優質逆轉肌齡產品」
新登場大獎*

免費體驗

*禮遇詳情，請參閱「會員優惠」(P. 34)

要識得忙裏偷閑，放鬆品嚐美酒佳餚。飲酒前食SOD，能夠幫助酒精代謝，保護肝臟心臟。

香港人出名生活節奏急促，行路要急，食飯要快……好多人工作忙到食無定時，如果唔好好排解壓力、正視腸胃健康、調理身體，有可能會導致胃痛、反胃、胃酸倒流、肚脹、便秘、腹瀉等問題齊齊出現！



腸胃差，食龍肉都無味？

開心享受每一餐

食嘢唔單只係為咗填飽個肚，仲應該係一種生活樂趣！即使工作繁忙，飯一定要食，而且唔可以食得太急或者邊做嘢邊食。因為飲食習慣唔好、未咀嚙夠，會影響腸胃健康！

底子打得好 識飲識食好Easy！

想盡情享受美食，先要有好嘅腸胃。所以紅酒素SOD而家已經成為我生活中不可缺少嘅一部分！因為SOD真係好見效，可以幫我調理脾胃，幫助消化能力，有時就算食多咗，只要食返多幾包SOD，就唔怕會有胃唔舒服或者肚脹嘅情況。腸胃健康、人健康，營養自然吸收得好，應付到工作同思考，成個人時刻充滿活力！

我日日都食SOD，佢攜帶方便，就算旅行都會帶埋去，除咗幫到消化，仲幫助有好的睡眠質素，令我甜睡到天光！



大忙人恩物SOD

中醫話，思慮多，影響脾胃；壓力多，也會影響脾胃。長期思慮多、壓力重、脾胃弱、工作忙碌者，應該長期食SOD幫助消化。想身體健康，必須保持脾胃健康。因為思考多、工作緊張，肌肉會收緊、血液唔流通，長此下去，再加埋年紀漸大，會令脾胃消化功能變差，阻礙營養吸收。體內營養不足，會容易精神緊張、更多嘍診，甚至出現過瘦或癡肥嘅情況。為咗自己嘅身體健康，減壓係必須嘅，而我就最鍾意帶埋SOD去旅行，等身心都可以好好放鬆，Keep住脾胃健康！

護心 抗氧化



雪肌蘭魚寶紅酒素SOD



護關節

盡享瀟灑人生!

好多人都問嘅滑雪期間打荷包的事，唉！一句講晒係自己唔小心。但話說期間最深刻的印象，就係去滑雪前7日拗柴，就係因為幫一位婆婆落車。

當然，醫生叫我唔好滑雪，但滑雪是我一年一次最重要的約會。我心認：掂下雪都好掛！估唔到第一日小心D咁就住已ok，第二日更加可以滿山飛，好似冇傷過咁。

底子好 好得快

醫生對於我在短短7日就幾乎痊癒，亦覺十分驚訝，令我想到自己熱愛滑水、跑步、打波等運動，而多年來一直未有過關節問題。全靠我咁多年黎都有Keep住食軟骨素S. C. P. 及強骨の宝。



修護關節優質黏多醣

廣泛存於人體各器官

雪肌蘭魚寶鯊魚軟骨素 S.C.P.



黏多醣廣泛存於人體脊髓、關節軟骨、骨頭、韌帶、皮膚、眼角膜及水晶體內，富保水性，保持肌膚健康，負責關節緩衝功能，幫助關節運作暢順，但它隨著年齡增長而流失，引起軟骨、關節液及骨質流失和肌膚老化等問題。



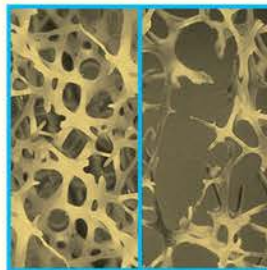
國際骨質基金會資料：全球每3秒，有 1 人因骨質鬆脆而損傷

骨質健康，玩咩運動都無有怕！



日本獨家研製 補骨配方 三項效能專利認證

- 鎖緊鈣質 防止流失
- 加強鈣質吸收
- 改善關節疼痛



健康骨

疏松脆弱骨



雪肌蘭魚寶鯊魚軟骨素 S.C.P.

會員分享



推介
產品

“Keep住食
身體好咗，皮膚都靚啲！”

食咗「雪肌蘭魚寶鯊魚丸」已超過20年，最明顯係身體強健咗，傷風感冒症狀少好多，冇咁容易覺得疲倦之餘，個樣睇落都冇咁易顯老。後來，食埋「雪肌蘭魚寶美肌素」，發覺膚質真的有顯著改善，變得好好有光澤同彈性；產品短時間見效、效果亦好，令我有恆心服食至今。



雪肌蘭魚寶
美肌素

雪肌蘭魚寶
鯊魚丸

“終於搵到
解決腳痛嘅方法！”

3年前，因為拗柴令腳蹠好痛，試食過唔同牌子嘅健康產品，都發覺冇太大幫助。後來，經朋友介紹食「雪肌蘭魚寶鯊魚軟骨素S.C.P.」，一段時間後，隻腳冇再痛，連醫生都好奇點解好得咁快。因產品好有效，所以而家都繼續有食，Keep住關節健康，真係好多謝雪肌蘭。



推介
產品



雪肌蘭魚寶
鯊魚軟骨素S.C.P.

“皮膚、關節、尿滲問題 一併改善！”

皮膚乾燥、關節問題多年來一直困擾住我，直至2014年開始食「雪肌蘭魚寶美肌素」，問題先得到明顯改善，而家膚質好咗好多，關節都靈活咗，無咁易唔舒服。而估唔到食美肌素仲俾到我意外驚喜，就係連尿滲問題都一齊解決埋，而家追車、打噴嚏都唔使驚。初時為咗快速見效，食嘅粒數多啲，而家體質健康咗咁多，就算粒數食少咗，效果都依然好持久。身體好咗，個人都變得開朗啲，所以我好想將我嘅經歷分享俾各位老友記同有需要人士！

推
介
產
品



雪肌蘭魚寶
美肌素



Suarti女士
家庭主婦

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



知識愈豐富 擺獎機會愈高



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. 中醫提醒，長時間待在冷氣房，會導致哪項情況？
 - A. 減少脂肪量
 - B. 耗損身體的鈣質
 - C. 耗損身體的陽氣
2. 以下哪種是陽虛體質的特徵？
 - A. 手腳冰凍
 - B. 怕熱
 - C. 沒飽肚感
3. 人體哪項成分，有助促進新陳代謝、維持體內器官運行？
 - A. 蛋白質
 - B. 氮
 - C. 水
4. 「雪肌蘭魚寶美肌素」含三重保濕成分，在協同作用下可達致哪項效能？
 - A. 皮膚緊緻、光滑
 - B. 保持肺、眼睛濕潤
 - C. 以上皆是
5. 以下哪條經絡，是人體內十二條主要經絡中最重要的排毒中樞？
 - A. 脾胃經
 - B. 膀胱經
 - C. 三陰經
6. 小朋友面對壓力，會出現哪項情況？
 - A. 精神下降
 - B. 情緒起伏
 - C. 以上皆是
7. Omega-3 DHA是小朋友舒壓學習的好幫手，因有哪項效能？
 - A. 提升集中力、記憶力、學習力
 - B. 增進食慾
 - C. 幫助腸道消化
8. 補充以下哪一種營養，可維持血管暢通及彈性？
 - A. 葉酸
 - B. Omega-3 EPA
 - C. 維他命

上期答案公佈：

1C、2B、3C、4C、5A、6A、7C、8B

上期得獎者名單：

1. 葉香鳴 (HYB00341)
2. 陳穎敏 (CC02336)
3. 王有靈 (MK01757)
4. 梁少開 (FTW00632)
5. 陳美瑜 (NTP02624)
6. 陳麗虹 (JRO2062)
7. 馬敬邦 (TMO0490)
8. 張坤瑜 (MIR00194)
9. 梁少雅 (MRT00775)
10. Yeung Suk Ching (TKS01060)

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7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：_____

雪肌蘭

令您健康

要青春 要排毒

補肺

護肝



銷量
NO.1^{*}
雪肌蘭魚寶鯊魚丸



港姐潮媽
曹敬莉

註冊中醫及營養師團隊

免費諮詢：(852)2882 3112

www.squina.com

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





會員優惠

會員尊享 夏季大激賞

雪肌蘭魚宝淨の丸EPA (100粒裝)

降醇通血管

保護心臟



- 清除廢物，改善血黏稠度，助防血管受損
- 保持血管柔軟，促進血液循環暢順
- 保護前列腺健康，降底體內炎物質

榮譽會員

金咕會員

尊貴會員

減\$300

P2154a

減\$200

P2154b

減\$150

P2154c

SQUINA亮白再生緊緻3D面膜

細滑透彈

撫平幼紋

免費
獲贈



榮譽會員

金咕會員

尊貴會員

送3片

P2154d

送2片

P2154e

送1片

P2154f

SQA雪肌美白精華粉末

(0.1g x 30粒)

重煥水感晶瑩

榮譽會員

半價

P2154g

金咕會員

72折

P2154h



CONCENTRATE活細胞晚間再生精華 (50ml)

猶勝8小時睡眠

榮譽會員

72折

P2154i

金咕會員

81折

P2154j



榮譽會員

金咕會員

尊貴會員

有效期至2019年7月15日

溫馨提示

預祝7、8、9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7、8及9月份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7、8、9月生日之會員，均可由即日起至2019年9月30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。



SQA活力緊膚眼膜精華素套裝 (6ml x 10套)

榮譽會員 **半價**
P2154k

抗皺提拉

金咕會員 **72折**
尊貴會員 P2154l



SQA特效眼部修護精華素 (20g)

明眸再現

榮譽會員
金咕會員 **72折**
尊貴會員 P2154m



SQA美白防曬保濕乳液 (32ml)

榮譽會員
金咕會員 **72折**
尊貴會員 P2154n

塑造水感防護



SQUINA修護潔膚油 (150ml)

踢走暗啞

榮譽會員
金咕會員 **72折**
尊貴會員 P2154o



氣穴掃經療法 / 3D射頻立體塑顏療程

榮譽會員
\$700
現金券
P2154p

金咕會員
\$500
現金券
P2154q

尊貴會員
\$300
現金券
P2154r

養生排毒
緊緻提升

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7月15日，逾期無效。
- 6) 享用美容療程，只限首次使用，敬請預約。
- 7) 所有優惠產品，不能暫存。
- 8) 產品圖片只供參考。
- 9) 如有任何爭議，雪肌蘭國際集團保留最終決定權。



雪肌蘭與華姐 緣聚21載 延續美麗約會

- 夏日美肌術 遠離老化、色斑
- 同「士啤呔」一刀兩斷
- 四季養生法 正氣排毒補養
- 重塑輪廓線條 持久年輕水嫩

雪肌蘭
SQUINA