

# FOREVER



KDN PP 10355/10/2012(030786) AJL93186  
MICA (P) 110/10/2011

## RECOGNITION AWARDS

**Top Distributor**

**President's  
Club Members**

**Rookie Of The Year**

\* **Gregg Maughan**  
President of FLP to  
present recognition  
awards to achievers

## 2012年马来西亚表扬大会 **MALAYSIAN RALLY 2012**

23rd September 2012 (Sunday)

1.00pm-5.00pm

Sunway Pyramid Convention Center,  
Kuala Lumpur



**Guest Speakers : Irene Lim & CK Chang (Diamond Manager)**



## FEATURES

- 03 CHAIRMAN'S MESSAGE 主席献词
- 05 MD'S MESSAGE 董事经理献词
- 06 FOREVER HEALTH 健康资讯
- 08 GOING GLOBAL 走向全球
- 10 FOREVER TESTIMONIAL 产品见证
- 11 2nd QUARTER 600cc TRAINING REVIEW  
第二季度600cc培训回顾
- 14 NUTRITION FAQ 营养问题解答
- 16 SUPER RALLY  
2012 PHOENIX,  
ARIZONA, 2500cc &  
1500cc QUALIFIERS**
- 18 NUTRITION CORNER 营养专栏
- 20 FOREVER RECIPE 养生食谱
- 22 LATEST INFO 最新质询
- 23 ACTIVITIES 业务活动
- 24 ACHIEVER LIST 成绩榜



20

**HAWAII  
GLOBAL RALLY  
2013  
21-29 APRIL**

**EAGLE  
MANAGERS  
RETREAT  
SARDINIA 2013**



This magazine is given free to current distributors of FLP Malaysia, Singapore & Brunei who have ordered products in the previous 3 months. Additional copies may be purchased from our offices at a subsidised price, subject to availability. (RM3.00 / S\$1.50 / B\$1.50 for normal issues. A higher price may be fixed for special issues). A copy of this magazine can be downloaded from our website.

[www.foreverliving.com](http://www.foreverliving.com)



A member of the Direct Selling Association of Malaysia  
[www.dsam.org.my](http://www.dsam.org.my)



A member of the Direct Selling Association of Singapore Distributed  
[www.dsas.org.sg](http://www.dsas.org.sg)



Forever Living Products Malaysia,  
Singapore & Brunei (official)

### Design, Distributed & Published by

**FOREVER LIVING PRODUCTS (M) SDN. BHD. (095924-X)**  
Wisma Forever, No. 25, Jalan Jejaka 3, Taman Maluri  
55100 Kuala Lumpur  
Tel : 03-9282 0033 Fax: 03-9283 5055

**FOREVER LIVING PRODUCTS SINGAPORE PTE. LTD.**  
No. 50, Eu Tong Sen Street, Singapore 059803  
Tel : 02-6222 2221 Fax: 02-9532 0286

Printed by  
**I-PRESS SDN. BHD**  
39-2R, Tingkat 2, Block H,  
Jalan Maju 3/3,  
Taman Lembah MAJU,  
56100 Kuala Lumpur  
Tel : 03-89416788

# THE CONFIDENCE TO SUCCEED

## KEYAKINAN UNTUK BERJAYA



I can't begin to tell you how happy I was to see so many of you at Super Rally here in Phoenix. I can honestly say that while I really enjoyed our last two Super Rallies in Denver and Washington DC, being able to spend time with so many of you here on Forever Living's home turf brought a special thrill to my heart. I hope you loved your tour of the Home Office and Forever Nutraceutical. I congratulate all of you who put in the hard work and dedication it took to qualify for Super Rally, as well as the Silver and Traditional Post Rally tours. And thank you for making the Rally such a magnificent event.

While we were thoroughly enjoying Super Rally in Phoenix, I couldn't help but think about what great opportunities our new Global Rallies will bring. You might be asking yourself "Can I do it? Can I have my best year ever at Forever? Can I make it to Hawaii?" You still have until December 31st to qualify for the trip of a lifetime. And the most important thing you need to achieve that goal is confidence.

Whenever I think about confidence, I always remember this quote by Eleanor Roosevelt, "What could we accomplish if we knew we could not fail?" Think for a moment about what you need to do to qualify for Global Rally. It only takes 1.5K CC's to get there. Forever already offers you every opportunity to accomplish all of your goals: enjoying financial freedom, improving your health, forming strong communities, and giving back to others. All you need is the confidence to know that with Forever behind you, there's no way you can fail.

There are several ways to ensure that you have the confidence you need to make this your best Forever year ever. First, remember how many people before you have achieved remarkable success. Here in our newsletter we like to highlight the paths of individuals who have reached important levels of achievement and celebrate their success. If those Distributors can do it, so can you. All you need to do is think about the success of those who came before you, and have confidence that you can achieve the same success.

Second, acknowledge the successes you have already achieved. Take a moment to evaluate your performance in the past year. What did you do well? It's important to focus on the positive aspects of your

performance so that you can recreate your successes as you work to achieve your goals. Don't dwell on disappointments. If you do make a mistake, make a small note of it and tell yourself "I will do better next time." Then think about what it would take to achieve your goals by the end of the year.

With the right amount of confidence, you can approach your commitment to Forever with the knowledge that you know exactly what you need to do, you can do it, and once you do it, the rewards will be well worth the efforts. There aren't many areas of life that offer you such a guaranteed opportunity to gain all of the incentives Forever has created for you. So I congratulate you on your past successes, and I encourage you to keep the confidence you need to make the next year your best one yet.

當我在鳳凰城的國際超級年會中看到各位，我心中的快樂之感，讓我無法以筆墨來形容，說實在的，去年和前年我去參加在丹佛和華盛頓DC所舉行的國際超級年會，讓我感到非常的盡興和快樂。但是能夠在Forever企業的大本營鳳凰城跟大家共渡這場年會，讓我感到獨特的興奮無比。我希望大家都感覺到總公司和Forever營養產品製造廠參觀是一個快樂興奮又難忘的經歷。我要恭喜所有付出勤奮的努力和決心來獲得這項國際超級年會旅遊獎勵和銀級年會旅遊獎勵的夥伴們，感謝各位共襄盛舉的把這場年會辦的如此有聲有色、精彩無比。

當我們在鳳凰城慶祝這場年會的同時，我不由自主的在想全球年會將會為我們帶來什麼精彩的大好機會？你可要問問自己“我可以達到嗎？”“我是否可以在Forever享有最大的豐收？”“我是否可以去到夏威夷？”，距離12月31號還有一段時間，你還有機會可以來爭取這個令人一生嚮往的旅遊，而最重要的就是你需要有足夠的信心，相信自己可以達成目標。

當我想到信心的時候，我總是記得艾倫諾·羅斯福說：“如果我們事先知道我們不會失敗，那麼我們還能夠達成什麼？花一分鐘想想你需要做

## I congratulate all of you who put in the hard work and dedication it took to qualify for Super Rally, as well as the Silver and Traditional Post Rally tours. And thank you for making the Rally such a magnificent event.

什麼就可以合格去參加全球年會？你只需要達到1500箱而已，Forever已經為你提供了所有的機會來讓你達成目標、享受經濟自由、增進你的健康、建立起強壯的組織社群和回饋社會，你了解背後有Forever在全力的支持你，你需要的只是一個信心，你絕對可以成功，不會失敗的。有幾種方法能夠確保你可以保有足夠的信心，來把今年打造成是你在Forever裡最棒的一年。第一，你還記得已經有很多達到成功的Forever夥伴嗎？現在，在我們的月刊裡面，就刊登了好幾位成功的例子，他們達到了幾項重要的成功獎勵，正在興奮的慶祝他們的成果，如果這些Forever夥伴可以做到，你同樣的也可以做到，你只需要去想這些在你眼前的成功例子，你就會有信心，相信自己也可以成功。

第二，肯定自己已經達到的成就，花一點時間去評估自己在去年所作出的成勳，評估自己在哪方面作的很好，把注意力放在自己積極正面的表現上，這樣你才能在努力達成目標的過程中再次創造積極的結果，如果你犯了錯誤，那麼記下來並告訴自己，下次我會作的比這次好，然後想想自己要作什麼努力，才可以在年底的時候達成目標。

只要有足夠的信心，充份運用你具有的知識，對Forever抱着努力和堅持，確實具體的去行動，你一定可以達到，一旦您成功的達到了，你將會看到所得到的收穫和獎勵絕對是物超所值，在生活中很難找到像Forever所提供的機會，讓你能夠從這些機會中得到多項的獎勵，所以，我對你過去的成功表示祝賀及讚賞，並鼓勵你保有你需要的信心，在明年打造出你Forever人生事業上最碩果輝煌的一頁！

Saya tidak tahu bagaimana untuk mula memberitahu anda betapa gembiranya saya apabila melihat anda semua di Rali Super di Phoenix. Secara jujurnya, saya boleh berkata bahawa saya sangat menikmati dua Rali Super yang terakhir di Denver dan Washington DC, dengan dapat meluangkan masa bersama-sama anda di tempat sendiri telah membawa keseronokan khas di hati saya. Saya berharap anda menyukai lawatan anda di Ibu Pejabat Forever dan Forever Nutraceutical. Saya mengucapkan tahniah kepada anda semua yang berusaha keras dan berdedikasi untuk melayakkan diri untuk Rali Super, serta Rali Silver dan Traditional Post. Dan juga terima kasih untuk menjadikan Rali ini satu acara yang indah.

Apabila kami sedang menikmati Rali Super di Phoenix, saya berfikir tentang peluang hebat yang ditawarkan oleh Rali Global. Anda mungkin bertanya diri anda "Bolehkah saya melakukannya? Bolehkah saya mempunyai tahun-tahun yang hebat di Forever? Bolehkah saya melawat Hawaii?" Anda mempunyai masa sehingga 31hb Disember untuk melayakkan diri untuk lawatan sekali dalam sepanjang hidup anda. Dan benda yang anda paling perlukan untuk mencapainya ialah keyakinan.

Setiap kali apabila saya berfikir tentang keyakinan, saya sentiasa ingat akan petikan dari Eleanor Roosevelt, "Apa yang kita akan capai jika kita mengetahui bahawa kita tidak boleh gagal?" Berfikirilah untuk seketika tentang apa yang anda perlu lakukan bagi melayakkan diri untuk Rali Global. Ia hanya memerlukan 1.5K CC untuk mencapainya. Forever

sudah menawarkan setiap peluang yang ada untuk mencapai kesemua matlamat anda; menikmati kebebasan kewangan, memperbaiki kesihatan anda, membentuk komuniti yang kuat, dan memberi tanpa mengharapkan balasan. Apa yang anda perlukan adalah keyakinan untuk mengetahui bahawa Forever sentiasa menyokong anda, tidak ada cara anda boleh gagal.

Terdapat beberapa cara untuk memastikan anda mempunyai keyakinan yang diperlukan untuk menjadikan tahun-tahun di Forever adalah yang terbaik. Pertama, ingatilah bahawa erapa ramai orang yang telah mencapai kejayaan sebelum anda. Di sini, kami ingin menyerahkan laluan individu yang telah mencapai tahap penting dalam pencapaian mereka dan meraikan kejayaan mereka. Jika Pengedar boleh melakukannya, anda juga boleh. Apa yang anda perlu lakukan ialah memikirkan mereka yang telah berjaya dan mempunyai keyakinan bahawa anda juga boleh mencapai kejayaan yang sama.

Kedua, iktirafkan kejayaan yang telah dicapai. Ambillah masa untuk menilai prestasi anda tahun lepas. Apakah yang anda telah lakukan dengan baik? Ia adalah penting untuk memfokus pada aspek positif dalam pencapaian anda supaya anda boleh mencipta kejayaan anda untuk mencapai matlamat anda. Jangan memikirkan pada kekecewaan. Jika anda melakukan kesilapan, buatlah satu nota kecil dan memberitahu diri anda "Saya akan melakukan dengan lebih baik pada masa depan." Kemudian, berfikirilah apa yang perlu dibuat untuk mencapai matlamat anda menjelang akhir tahun ini.

Dengan jumlah keyakinan yang betul, anda boleh menghampiri komitmen anda terhadap Forever dengan pengetahuan bahawa anda tahu apa yang perlu dilakukan, anda boleh melakukannya, dan setelah anda melakukannya, ganjaran adalah berbaloi dengan segala usaha anda. Tidak terdapat banyak bidang dalam kehidupan yang menawarkan anda peluang yang terjamin untuk mendapatkan segala peluang yang Forever tawarkan kepada anda. Jadi saya mengucapkan tahniah kepada anda atas segala kejayaan yang lepas, dan saya menggalakkan anda untuk mengekalkan keyakinan yang anda perlukan untuk menjadikan tahun depan anda yang terbaik.



Rex Maughan  
Chairman of the Board & CEO

# FOREVER 4CORE

The very last edition of the USA Super rally was a fantastic finale befitting a company made up of great people. Every distributor was well taken care of and the rally was inspiring.

As we leave the past and our fears behind, an exciting future that promises to be brighter than ever before awaits us. We are Going Global!

To go global, we must see global and think global. The simple, duplicable and profitable way is to follow the Forever 4Core principle of Recruitment, Retention, Productivity and Development.

Recruitment brings in the new blood. For every newly signed Distributor Application Form (DAF) that is keyed into the company database and who make their first order, we will consider these as Recruitment.

Retention will be our existing customers and downlines who continue to purchase products.

Productivity is the measurement of how often your downlines and customers sell and use more products.

Development measures how many of your downlines have qualified for pin levels and the incentives of Forever.

The Forever 4Core is our constant reminder, our report card if you may, to monitor how well we are doing in the business. This tool is going to help you see the global picture and to qualify for the Global incentives.

It also helps us work smart and keep things simple. The Forever opportunity is very fair and anyone who puts their heart into doing this business is bound to reap the great rewards that follow.

Believe in yourself, the company and the products. The Forever family is here to help you succeed. See you at the top!

最后一项美国超级大会的圆满落幕非常适合一家由顶尖人才组成的公司。每个传销商都得到很好的照顾，大会确实是震撼人心啊！

在当我们离开过去和背后的恐惧时，一个令人振奋，有望比以往任何时候都光明的未来等待着我们。我们正在走向国际化！

为了走向国际化，我们必须放眼和思考全球。简单易懂、容易复制和报酬丰厚的方式必须得按照Forever 4Core原则的招聘、保留、生产力与发展。

招聘带来了新的血液。每当一份新签署的传销商申请表（DAF）键入到公司的数据库和那些第一次下订单的人，一併会考虑被纳入为招聘。保留我们现有的客户，并继续购买产品的下线。

您的下线和客户销售及更多产品频率的衡量就是生产力。您有多少资格的下线被赠予不同级别的徽章和奖励则是发展的衡量。Forever 4Core给我们不断的提醒，是我们的成绩单，用来监察怎样执行好业务。此工具不但将帮助您看到全球的状况，而且教您如何获得全球奖励。

它还助于我们如何聪明地工作，让事情变得简单。Forever的良机是很公

平的，一旦将心放入做这个生意的人，接下来必将获得巨大的回报。

相信自己，公司和产品。Forever大家庭在这里帮助您直到成功。希望我们在未来能够一起分享成功的喜悦！

Edisi terakhir Rali Super USA adalah acara finale hebat yang bersesuaian dengan sebuah syarikat yang terdiri daripada orang-orang yang hebat. Setiap pengedar dijaga dengan baik dan rali tersebut adalah berinspirasi.

Seperti kita meninggalkan kenangan lepas dan kebimbangan di belakang, masa depan yang menarik yang menjanjikan masa depan yang lebih baik menanti kita. Kita sedang menuju ke arah Global.

Untuk melangkah ke arah global, kita mesti melihat dan berfikir global. Cara yang mudah, senang diduplikasi dan menguntungkan adalah mengikut prinsip Forever 4Core ialah Perekrutan, Pengekalan, Produktiviti dan Perkembangan.

Perekrutan membawa masuk orang baru. Untuk setiap Borang Permohonan Pengedar (DAF) yang ditandatangani dan dimasukkan ke dalam pangkalan data syarikat dan mereka yang membuat pesanan pertama mereka, kami akan mempertimbangkan ini sebagai Perekrutan.

Pengekalan adalah pelanggan kami yang sedia ada dan 'downline' yang terus membeli produk.

Produktiviti adalah ukuran berapa kerapnya 'downline' dan pelanggan anda menjual dan menggunakan lebih banyak produk.

Pembangunan mengukur berapa ramai 'downline' anda yang berkecukupan untuk tahap pencapaian pin-pin dan insentif-insentif di Forever.

Forever 4 Core adalah peringatan berterusan kita, kad laporan kita jika anda mahu, untuk memantau sebaik mana dengan apa kita lakukan dalam perniagaan ini. Ini akan membantu anda melihat gambaran secara global dan layak untuk insentif Global.

Ia juga membantu kita bekerja dengan bijak dan melakukan perkara-perkara dengan mudah. Peluang Forever adalah sangat adil dan sesiapa yang melakukannya dengan sepenuh hati dalam perniagaan ini pasti meraih ganjaran hebat.

Percayailah diri anda, syarikat dan produk. Keluarga Forever sedia membantu anda untuk berjaya. Jumpa anda di puncak kejayaan!




C.G. TAN  
Managing Director  
Pengarah Urusan

## 沉默杀手 - 胰腺癌

# PANCREATIC CANCER - THE SILENT KILLER

## KANSER PANKREAS - PEMBUNUH SENYAP

### WHAT IS PANCREAS?

The pancreas is located behind the stomach; deep between the stomach and spine. The functions of pancreas are to produce insulin and pancreatic juice.

### WHAT IS PANCREATIC CANCER?

Pancreatic cancer is a disease in which malignant tumor form in the tissues of the pancreas.

### RISK FACTORS

Risk factors for pancreatic cancer may include:

- Family history.
- Obesity.
- Smoking.
- Excessive intake of alcohol.
- Excessive intake of sugar-sweetened drinks.
- High fat diet.
- Having medical conditions such as pancreatitis and diabetes mellitus.

### SYMPTOMS

Pancreatic cancer is commonly known as "silent killer" because it rarely shows early symptoms and presents non-specific later symptoms which include:

- Pain in the upper abdomen.
- Jaundice which cause yellowing of the skin and eyes as well as darkening of the urine.
- Loss of appetite, nausea, and vomiting.
- Significant weight loss and weakness.
- Grey stool and steatorrhea (excess fat in stool)

### TREATMENTS

Chemotherapy and radiation therapy are the primary treatments. Unfortunately, most diagnosis are made in the advanced stage of disease, most patients are not candidates for curative surgery.

### FOREVER HELPFUL PRODUCTS

#### Aloe Vera Gel

- Patented formula: 100% Stabilized Aloe Vera Gel.
- Help to neutralize dangerous free radicals through the action of Vitamin A, C and E and other naturally occurring nutrients.
- Rich in amino acids, minerals and vitamins which can help to accelerate the process of tissue repair and normal cell growth.

#### Forever Pomesteen Power

- Perfect blend of high antioxidant fruits that include pomegranate, blueberry, blackberry, mangosteen, pear, raspberry and grape seed extract.
- Antioxidants help to protect pancreatic cells by neutralizing free radicals and help to reduce side effects from treatments.

#### Forever Lite Ultra with Aminotein

- Provides high quality protein in the form of 18 amino acids (including the 8 essential ones) that are easily digested and absorbed. 2 scoops provide the daily 100% RDA requirements.
- An ideal food supplement for those who have undergone treatment or are recuperating from illnesses as it helps to repair body cells and promote faster recovery.

#### Forever Bee Propolis

- Natural without preservative, artificial colour or flavour.
- Sourced from the Sonoran high desert in Arizona, with thousands of variety of flowering plants and almost no-existent pollution.
- Rich in Bioflavonoids that can stimulate the body production of the natural immune factors which can enhance immune system.

#### 什么是胰腺?

胰腺是位于胃后方或在胃和脊柱之间的器官。胰腺的功能是产生胰岛素和胰液。

#### 什么是胰腺癌?

胰腺癌是指胰腺组织出现恶性肿瘤。

#### 风险因素

患上胰腺癌的危险因素可能包括:

- 家庭历史。
- 肥胖。
- 吸烟。
- 过量摄入酒精。
- 过量摄入含糖饮料。
- 高脂肪的饮食。
- 患上胰腺炎和糖尿病

#### 症状

胰腺癌通常被称为“隐形杀手”，因为它很少显示早



#### Forever 有益的产品

##### 芦荟汁

专利配方: 含有100%稳定的芦荟凝胶。

- 丰富的维他命A, C and E及其他重要的天然营养素能帮助身体对抗自由基。
- 含有丰富的氨基酸, 矿物质和维他命, 有助于加快组织修复和促进正常细胞的生长过程。

##### 石榴活力露

- 完美地融合高抗氧化剂果汁, 内含石榴, 蓝莓, 黑莓, 山竹, 洋梨, 红莓和葡萄籽精华。
- 抗氧化剂通过中和自由基以保护胰脏组织, 并且有助于减少治疗所引起的副作用。

##### 营养粉

- 高品质的蛋白质, 提供18种氨基酸(包括8种必要的氨基酸), 容易消化及吸收。每两匙就能提供每日100% RDA营养需求量。
- 对于正在接受治疗或休养的人士非常有益, 帮助修复人体细胞, 是促进痊愈的理想营养补充品。

##### 蜂胶

- 100%天然的蜂蜜产品, 不含人工色素或防腐剂。
- 采自于有数千花种以及拥有无污染之亚利桑那州的索纳兰高原沙漠。
- 含有丰富的生物类黄酮, 能刺激人体产生天然的免疫因子, 并有利于增强免疫系统。

#### APA ITU PANKREAS?

Pankreas adalah organ yang terletak di belakang perut atau di antara perut dan tulang belakang. Fungsi pankreas adalah untuk menghasilkan Insulin dan Jus Pankreas.

#### APA ITU KANSER PANKREAS?

Kanser Pankreas adalah penyakit dimana terdapat tumor maglinan di dalam tisu pankreas.

#### FAKTOR RISIKO:

Faktor risiko yang mungkin berkaitan dengan kanser pankreas termasuk:

- Sejarah keluarga
- Kegemukan
- Merokok
- Pengambilan alkohol yang berlebihan
- Pengambilan minuman manis yang berlebihan
- Diet yang tinggi lemak
- Mempunyai penyakit seperti keradangan pankreas dan kencing manis.

#### GEJALA-GEJALA

Kanser pankreas dikenali sebagai "pembunuh senyap" kerana ia jarang menunjukkan gejala awal dan menunjukkan gejala-gejala yang kurang spesifik pada tahap kemudian yang termasuk:

- Sakit pada bahagian atas perut.
- Jaundis yang menyebabkan kekuningan kulit dan mata serta air kencing yang sangat kuning.
- Kekurangan selera makan, loya dan muntah
- Berat badan berkurang dengan nyata.
- Tinja / najis yang berwarna kelabu dan berminyak.

#### RAWATAN

Kemoterapi dan terapi radiasi adalah rawatan yang utama. Kebanyakan pesakit tidak dapat menerima rawatan pembedahan yang paling

期症状, 而且后期的症状不明显, 其中包括:

- 上腹部疼痛。
- 黄疸引起皮肤和眼睛泛黄, 以及尿液深黄色。
- 食欲不振, 恶心和呕吐。
- 明显消瘦和虚弱。
- 灰色大便, 脂肪泻(粪便中有脂肪)

#### 治疗

化疗和放射治疗是主要的治疗方法。因为大多数患者在晚期才被诊断出患有胰腺癌并错过了手术治疗的机会。

berkesan, ini kerana kebanyakan pesakit diketahui penyakitnya pada tahap yang akhir.

#### PRODUK FOREVER YANG BOLEH MEMBANTU Aloe Vera Gel

- Formula berpaten: Aloe Vera Gel yang distabilkan 100%.
- Boleh membantu meneutralkan radikal bebas yang berbahaya melalui tindakan nutrien semulajadi seperti Vitamin A, C dan E dan lain-lain.
- Kaya dengan asid amino, mineral dan vitamin yang boleh membantu mempercepatkan proses pembaikan tisu dan pertumbuhan sel normal.

#### Forever Pomesteen Power

- Campuran sempurna buah-buahan antioksidan tinggi yang termasuk delima, beri biru, beri hitam, manggis, pir, raspberi dan ekstrak biji anggur.
- Antioksidan membantu melindungi sel-sel pankreas dengan meneutralkan radikal bebas dan membantu mengurangkan kesan-kesan sampingan daripada rawatan.

#### Forever Lite Ultra with Aminotein

- Menmbekalkan protein berkualiti tinggi dalam bentuk 18 jenis asid amino (termasuk 8 asid amino perlu) yang mudah dihadam dan diserap.
- 2 skup sehari menyediakan keperluan RDA harian 100%.
- Suplemen nutrisi yang ideal bagi mereka yang telah menjalani rawatan atau berehat dari penyakit kerana ia membantu untuk membaiki sel-sel badan dan menggalakkan pemulihan yang lebih cepat.

#### Forever Bee Propolis

- Semula jadi tanpa pengawet, pewarna atau perisa tiruan.
- Berpunca dari gurun besar Sonoran di Arizona; ruma kepada beribu-ribu pelbagai jenis pokok bunga di mana pencemaran udara yang hampir tidak wujud.
- Kaya dengan Bioflavonoids yang boleh merangsang pengeluaran badan faktor imun semulajadi yang dapat meningkatkan sistem ketahanan badan.





When we first heard about the launch of Forever Going Global and the introduction of a Global Rally, it quite literally took our combined breath away. Over the 18+ years that we've been with Forever, the company has introduced numerous enhancements and improvements to the Marketing Plan and incentive programmes, but this has to be the most impactful of all – global business building, global Profit Sharing, paid out at a Global Rally, in prestigious, global destinations – wow! The first one, in HAWAII, is such a good choice – world famous, but for the vast majority of people around the world, just somewhere to dream about – and yet Forever really does make dreams come true. So to perhaps help you make yours come true as well, allow us to share some of the things we've learned along the way...

#### PLAN

What we have learned is that it pays handsomely to plan. It is so important and, frankly, it is key to success. Distributors, who fail to plan, are planning to fail. From the moment we realized we had missed the 'Car Plan' by 1.5cc, we began to take planning very seriously. We planned everything, from daily activity to weekly activity, and what we were determined to achieve each month, then each quarter, then yearly – everything was planned; nothing was left to chance. We learned that in order to be successful, we needed focus on the five key elements of building a business:

1. Use the product
2. Retail the product
3. Sponsor people
4. Coach them how to do the same
5. Personal development

#### STAY FOCUSED

You will have your 'ups and downs' and that is ok – but don't let them knock you off track:

1. Know that the journey is as exciting as the end result
2. Know that your attitude will be the thing that will help you or hinder you – if you think you can, or if you think you can't, then you are absolutely right!
3. Stay focused by reviewing your personal goals and building your own 'Dream Book'
4. NEVER, EVER, EVER, GIVE UP!

#### REAP THE REWARDS

Those who stay focused and begin to understand the business building process will soon see the rewards. Rewards come in many ways; you will obviously achieve the incentive you are focused on, but it goes much further than that.

You will have:

1. Shown a fine example to your team – what you do, they will copy

2. Moved your business forward dramatically, adding many new people to your team – this means exciting future growth
3. Grown personally
4. Experienced the event – you will never forget your recognition and your trips

#### GET THE FEELING

Imagine how YOU will FEEL:

1. When YOU get on the plane to go to the Global Rally
2. Being in Hawaii next year with thousands of other Distributors from around the world.
3. When you collect YOUR Profit Sharing cheque at the Rally.
4. When YOU can stand tall and say, "I did it! I saw it through! I achieved!"

Staying true to these principles and working hard has enabled us to achieve all of our dreams, including some we didn't even know we had at the beginning. If it has for us, then why not for you?! And, above all: **build your business and know what is available to you!**

#### Jayne Leach & John Curtis

Diamond Managers, UK No.1 Distributors

11,000 CC Eagle Summit Qualifiers

Top Profit Sharing Worldwide 2006 & 2011

当我们知道公司将举办Forever全球年会时，我们不约而同地欢呼了起来。在Forever过去的18年里，公司已经推出了许多奖励计划并且多次改进营销计划，但是Going Global 是目前最有影响力的奖励 – 其中包括全球业务建设，全球利润共享，在全球年会的舞台上获得奖励，各地的旅游奖励 – 哇！第一度的全球年会将会在夏威夷举办，这是个很好的选择，绝对是世界各地大多数人们的理想旅游地点，这一次，Forever将让您梦想成真。因此，为了帮助大家美梦成真，我们将分享一些我们这一路所到上学的东西...

#### 计划

我们已了解到，要成功就必须有详细的计划。这是非常重要的，坦白地说，它是成功的关键。没有计划的传销商，将注定失败。我们意识到，我们已经错过了“汽车计划”，其实只相差1.5CC，于是我们就开始非常认真地规划。我们计划一切，从日常活动到每周活动，我们决心实现每月，每季度，以及每年的目标 – 一切都计划了;就不会有错过的机会。我们也了解到，为了取得成功，我们需要关注的五个关键要素，以建立业务:

1. 使用产品
2. 卖出产品
3. 推荐新人
4. 领导新人如何发展业务
5. 自我提升

## 走向全球



#### 专注于目标

在发展业务的过程中一定会有“高潮起伏”，这是肯定的 – 然而不要让它们影响您，或导致你偏离轨道:

1. 了解- 奋斗的结果会是令人兴奋的
2. 了解- 您的态度将有助于您或妨碍您 – 有时您认为您可以，有时您认为您不能。
3. 专注您的个人目标和建立自己的“梦想书”
4. 永远，永远，永远不要放弃!

#### 获得回报

保持专注，开始了解企业的发展过程，很快就会看到回报。奖励可以以许多方面出现，您会实现您所专注的目标，甚至更多。

您将拥有:

1. 成为整个组织网的的例子,您做什么,他们就会复制
2. 发展您的事业, 推荐许多新人- 这意味着您的事业将有令人兴奋的增长
3. 个人发展
4. 您所经历的, 您永远不会忘记,包括表扬和成功过程

#### 想象成功的感受

想象这时您的感受是如何:

1. 当您在飞机上前往全球大会的途中。
2. 明年在夏威夷与成千上万来自世界各地的传销商会面。
3. 当您在台上领取您的红利支票。
4. 当您您可以挺起胸膛说,“我做到了! 我通过了! 我实现了!” – 坚持这些原则, 并且努力就能够实现梦想, 包括一些我们一开始我们没有想过的梦想。如果我们能做到, 那么为什么您不能?首先: 建立您的业务, 并了解您能从中获得什么!

#### Jayne Leach & John Curtis

钻石经理, 英国最佳传销商

11,000 CC 巨鹰经理

全球顶尖分红奖励得主,2006 & 2011年度

Apabila kita mula-mula mendengar tentang pelancaran Forever Going Global dan pengenalan Rali Global, kami bersorak gembira. Sepanjang 18 lebih tahun di Forever, syarikat telah memperkenalkan pelbagai peningkatan dan pemajuan terhadap Pelan Pemasaran dan program insentif tetapi ia perlu mempunyai impak kepada semua – membina perniagaan global, Perkongsian Keuntungan Global, pembayaran di Rali Global, di destinasi global yang berprestij – wow! Yang pertama, di HAWAII, adalah pilihan yang baik – yang terkenal di dunia, tetapi untuk majoriti orang-orang di dunia, adalah tempat yang diimpikan – dan Forever benar-benar menjadikan impian satu kenyataan. Jadi, mungkin untuk membantu anda merealisasikan impian anda, benarkan kami berkongsi beberapa perkara yang kami pelajari...

#### MERANCANG

Apa yang kami pelajari adalah ia membayar ganjaran lumayan untuk merancang. Ia adalah sangat penting, dan secara jujurnya, ia adalah kunci kepada kejayaan. Pengedar yang gagal untuk merancang adalah merancang untuk gagal. Dari saat kami menyedari bahawa kita telah terlepas “Pelan Kereta” sebanyak 1.5cc, kami mula membuat perancangan dengan seriusnya. Kami merancang segala-galanya, dari aktiviti harian sehingga aktiviti mingguan, dan apa yang kami telah berazam untuk mencapai setiap bulan, kemudian setiap suku tahun, dan setiap tahun – setiapnya dirancang; tiada apa yang ditinggalkan. Kami mempelajari bahawa untuk berjaya, kami perlu fokus pada lima elemen utama dalam membina perniagaan:

1. Guna produk
2. Menjual produk secara runcit
3. Menaja orang
4. Membimbing bagaimana melakukan perkara yang sama
5. Perkembangan peribadi

#### KEKAL FOKUS

Anda akan mengalami ‘turun’ dan ‘naik’ dan itu adalah okey – tetapi jangan biarkan ia menjejaskan anda:

1. Ketahuilah bahawa perjalanan adalah menarik seperti hasil akhir
2. Ketahuilah bahawa sikap anda boleh menjadi perkara yang membantu atau menghalang anda – jika anda fikir anda boleh, atau jika anda fikir anda tidak boleh, maka anda adalah betul!
3. Kekal fokus dengan menyemak semula matlamat peribadi anda dan membina “Buku Impian” anda.
4. JANGAN, SESEKALI, SESEKALI, BERPUTUS ASA

#### MERAIH GANJARAN

Mereka yang kekal fokus dan mula memahami proses pembinaan perniagaan akan meraih ganjaran. Ganjaran datang dalam pelbagai bentuk; anda sudah tentu mencapai insentif yang difokuskan; tetapi ia adalah lebih mendalam.

Anda akan mempunyai:

1. Tunjukkan contoh yang baik kepada pasukan anda – apa yang anda buat, mereka akan mengikut langkah anda
2. Membangun perniagaan anda, dengan menambah seramai orang baru dalam kumpulan anda – ini bermakna pertumbuhan masa depan yang menarik
3. Perkembangan peribadi
4. Mengalami acara tersebut – anda tidak akan lupa pengiktirafan dan pelancongan anda

#### RASAILAH PERASAAN TERSEBUT

Bayangkan bagaimana ANDA akan MERASAKAN:

1. Apabila ANDA berada di atas pesawat yang menuju ke Rali Global
2. Berada di Hawaii pada tahun depan dengan beribu-ribu pengedar dari seluruh dunia
3. Apabila anda mengambil cek Perkongsian Keuntungan ANDA di Rali
4. Apabila ANDA berdiri tinggi dan berkata, “Saya telah melakukannya! Saya telah mencapainya!”

Berpegang teguh pada prinsip-prinsip tersebut dan berusaha keras membolehkan kami mencapai kesemua impian kami, termasuklah sesetengah yang kami tidak ketahui pada permulaannya. Jika kami boleh, mengapa tidak anda?! Dan, di atas segalanya: membina perniagaan anda dan mengetahui apa yang disediakan untuk anda!

#### Jayne Leach & John Curtis

Diamond Managers, UK No.1 Distributors

11,000 CC Eagle Summit Qualifiers

Top Profit Sharing Worldwide 2006 & 2011



I have a very happy experience in using Forever products that I would like to share here. Perhaps due to something that happened when we shifted house, I started to develop a serious itch and inflammation of the skin on my hands, a form of dermatitis. My husband took a serious view of this and arranged for specialist treatment, first in Malaysia and then in Singapore, but to no avail. Friends have also recommended various products that I tried. None worked, so I suffered from this for 2 years. The fortunate thing was my family was understanding during the times I could not do even simple housework. My general health also suffered.

The situation changed for the better after I got to know TK Tan and Jasmine Aw. They detailed how to use several products, and I followed accordingly. I used **Aloe Vera Gel, Arctic Sea, Absorbent-C, the 4 bee products, Forever Lite, Pomesteen, Gelly, Propolis Cream and Bath Gelee.**

I had a very good recovery in 2 weeks, and my condition improved about 40%. I could hardly believe that I fully recovered in about a month. Was I happy!

I became even more confident of Forever products and started using the skincare products. I look more radiant now than I had been for past many years.

My whole family is happy with my experience, and have become regular users of Forever products; in fact they love the products for their efficacy!

很开心可以跟大家分享我对产品的心得。在一次搬家的过程中，让我长久以来的富贵手更严重，我的丈夫非常看重我的问题，也安排多次的专科治疗，甚至远赴新加坡寻医也不能解决我的毛病。我的朋友也介绍我用许多产品，但也于事无补。我的问题就这样延续了两年，在这两年里，我非常感谢丈夫和家人对我的谅解和照顾，因为我连简单的家务都不能做。

在一次的机遇下，我认识了TK Tan 和Jasmine Aw。在他们细心的说明下，我开始使用芦荟汁、深海鱼油、纤维维他命C、四种蜂蜜产品、营养粉、石榴活力露、芦荟凝胶、芦荟蜂胶膏和芦荟沐浴精。

在短短两个星期里，神奇竟然发生了，我的富贵手的毛病好转了40%。一个月后，长久以来的富贵手全部痊愈了，精神更好了！我非常开心！

我对产品越来越有信心，也开始使用Forever的护肤产品。现在的我，皮肤比以前更有光泽了！

我的家人对我的康复感到非常开心，目前，我们一家大小都非常热爱Forever的产品，因为Forever的产品真正有效！

Saya mempunyai pengalaman gembira dalam menggunakan produk Forever yang saya ingin kongsi di sini. Mungkin disebabkan oleh sesuatu yang berlaku apabila kami berpindah rumah, saya mula mengalami kegatalan dan keradangan yang serius pada kulit tangan

saya, sejenis dermatitis kulit. Suami saya mengambil serius masalah ini dan mengaturkan rawatan pakar, pertama di Malaysia dan kemudian di Singapura, tetapi tidak berjaya. Kawan-kawan juga mengesyorkan pelbagai produk untuk dicuba. Tiada satu pun yang membantu, jadi saya telah mengalami selama 2 tahun. Pada ketika itu, keluarga saya adalah memahaminya keadaan saya apabila saya tidak boleh dapat melakukan kerja-kerja rumah yang mudah. Kesihatan saya juga terjejas.

Situasi terus berubah menjadi lebih baik selepas saya mengenali TK Tan dan Jasmine Aw. Mereka menerangkan kepada saya bagaimana untuk menggunakan beberapa produk, dan saya mengikut nasihat mereka. Saya menggunakan **Aloe Vera Gel, Arctic-Sea, Absorbent-C, empat produk lebah, Forever Lite, Pomesteen Power, Aloe Vera Gelly, Propolis Crème dan Bath Gelee.**

Dalam dua minggu sahaja, saya sembuh dengan cepat, dan keadaan bertambah baik sebanyak 40%. Saya hampir tidak percaya bahawa saya telah pulih sepenuhnya dalam masa sebulan. Saya sangat gembira!

Saya menjadi lebih yakin akan produk Forever dan mula menggunakan produk penjagaan kulit. Saya kelihatan lebih berseri sekarang berbanding masa dahulu.

Seluruh keluarga saya sangat gembira dengan pengalaman saya, dan menjadi pengguna kerap produk Forever; malah mereka menyukainya kerana keberkesanan produk tersebut!



**2nd Quarter 600cc Training**  
**Excerpts from Interview with TK Tan, Alex Heng & Haji Lokman.**  
**Moderator: Cambel Chooi**  
**Topic: Long Term Business Relationship**

**Q: How long have you been in Forever Living?**

**Lokman:** About 21 months only

**TK Tan:** 12 years

**Alex Heng:** I joined Forever in 2008, and turned full time in 2009.

**Q: Why is Forever your long term business?**

**Lokman:** There are many great examples of people who made it.

**TK Tan:** We can enjoy the freedom of time, good health and beauty, and a huge bonus. It gives us the power to help more people achieve their health and wealth goals!

**Alex Heng:** I used to be in the CCTV and warehousing business. It was my wife who persuaded me to join Forever. It turned out to be not only a good opportunity to bounce back from my low point, but also a great long term business.

**Q: How do you make your downlines to see their future in Forever like you do?**

**Lokman:** Choosing the right company in MLM is critical to every distributor's long term existence. Forever, founded in 1978, is a stable and strong company with offices in 150 countries, and have produced thousands of millionaires when distributors put in the effort. How inspiring!

**TK Tan:** The incentives are great and are getting better, and more people are achieving them. Everyone needs to take the lead, and be good human beings. Partners and distributors would be attracted to the distributors when they sense that my team has their interests at heart.

**Alex Heng:** We are not just distributors but partners of the world's largest Aloe Vera company. Forever enables distributors to connect with millionaires globally. It is vertically integrated, so we can enjoy low cost and high profits.

**Q: How do you make your downline to see their future in Forever like you? What point/concept you had present to them?**

**Lokman:** You are the boss. Set challenging goals to achieve in 3 years' time. Believe in yourself and the company 100%, and take massive actions to achieve shorter term goals. Do not stop talking about opportunities in FLP. Action = power.

**TK Tan:** Different people have different skills and strengths. Once you help people discover theirs, and make use of the power of leverage, it results in a great win-win situation. You liberate people.

**Alex Heng:** Whether someone is contented with just supplementing their total income, or have higher aspiration to be the boss, FOREVER can offer them the opportunity of a lifetime.

**Q: We know that network is very important, what do you do so your downline can duplicate your MLM skills?**

**Lokman:** Know your leaders. Act quickly to develop them. Get everyone to play their part. Courage is often the spark that makes everything else possible.

**TK Tan:** The FOREVER education and training system is comprehensive. Follow the methods closely and you will achieve.

**Alex Heng:** I encourage them to go for what I have achieved. I lead and set the example.

**Q: What do you do together with your 1st generation leaders to build the next generation leaders?**

**Lokman:** Practice the ABC concept. Have ready stock of between 2 to 5 cc so that you can supply the products readily. Get everyone to list 50 to 100 prospective leaders who may love the business. Meet them in the next 15 days.

**TK Tan:** The more downlines you have, the faster the power of multiplication. Forever is a free enterprise; you choose what you want.

Then set the goals, align with the team, sustain the efforts.

**Alex Heng:** I believe in harmony and quality. Harmony with uplines and sidelines, and other distributors. To have quality, give up the past and be ready to learn every second.

**Q: How do you plan and monitor your group to make sure you're your downlines can achieve their goals?**

**Lokman:** We always keep the dreams in mind, making use of Dream Boards, something very personal and inspiring when done right. We always look for ways to improve.

**TK Tan:** With weak goals or no goals, people tend to drift aimlessly. We set exciting goals that draw the strengths out of each partner. Exciting goals need to come with comprehensive plans. We plan in detail for the next 2 weeks. We may make changes once a month. Once in 3 months we do a review of the past. We repeat this process and achieve our goals. It is a simple, structured process.

**Alex Heng:** All big goals are achieved through the achievement of smaller goals. I divide a month into 4 weeks. I would complete 5 case credits in the first week. Then I can focus attention totally away from myself, and help my network fulfill their goals.

**Q: Lastly, please give some advice for fellow distributors.**

**Lokman:** Be knowledgeable about the company, create good impression with product demo, and be able to state clearly why the marketing plan is great. Answer questions and solve problems quickly. Be positive and make friends only with positive people. Be humble and do great work.

**TK Tan:** Be really serious in wanting to achieve the goals. For me, the goals are written in concrete; the methods are written in sand. There will be challenges, but Forever will be worth your effort. If you fail, adapt your methods but keep the goals consistent.

**Alex Heng:** Forever going global. With this, we will put in even more effort and achieve even more. SEM & PSM are not a problem!

**第二季600cc的培训**

**访谈的摘录自TK Tan, Alex Heng & Haji Lokman.**

**主持人: Cambel Chooi**

**主题: 长久的生意**

**问: 你从事Forever多久了?**

**Lokman:** 大约21个月而已。

**TK Tan:** 12年了。

**Alex Heng:** 我在2008年加入Forever, 2009年时开始全职Forever。

**问: 为何你认为Forever可以成为长久的事业呢?**

**Lokman:** 有许多人都办到了, 所以我相信。

**TK Tan:** 我们可以享有时间自由、丰厚的奖金以及产品所带来的健康和美丽。同时Forever也提供我们力量帮助更多人得到财富与健康!

**Alex Heng:** 之前我是从事闭路电视和仓库管理的生意。但由于经济不好时亏了不少钱, 那个时候我的妻子鼓励我从事Forever, 那个时候Forever也是我唯一的机会和希望, 如今Forever是我永久的生意。

**问: 你是如何让你的下线也相信他们也能在Forever有如你的未来良好发展?**

**Lokman:** 选择一个好的传销公司对每一个传销商是至关重要的。

Forever, 成立于1978年, 是一个稳定和强大的公司, 在150个国家设有办事处, 而且产生了上千名的百万富翁, 多么鼓舞人心!

**TK Tan:** Forever的奖励和奖金是一年比一年好, 一年比一年更简单, 这也帮助到许多人得到成就, 每个人都需要发挥带头作用, 并拥有好的个性。Forever是一种人与人的生意, 只要把"人"做好, 就能拥有全世界, 无论是顾客或伙伴都会跟你一起来。

**Alex Heng:** 因为我们不是一个普通的传销商, 我们是Forever的合作伙伴, 可以和世界的富豪成为伙伴, 而且可以以最低的成本赚取最高的盈利。

**问: 你是如何让你的下线也看见Forever这机会?**

**Lokman:** 你就是老板。确定好具有挑战性的目标, 用3年的时间完成。100%相信自己和公司, 并采取大规模行动, 以实现短期目标。不要停止分享Forever的机会。行动就是力量。

**TK Tan:** 每一个人都有不同的技能和长处。一旦你帮助他们发掘, 并利用杠杆的力量, 就能获得双赢局面。

**Alex Heng:** 有些人满足于自己的收入, 或者有的有更高的愿望成为老板, Forever可以为他们提供一个的机会。

**问: 我们都知道组织网很重要, 你如何让你的下线都可以复制和你一样的技巧?**

**Lokman:** 了解你的领导人并迅速采取行动以及发展。让每个人都发挥自己的作用。勇气能使一切成为可能。

**TK Tan:** 有会必跟, 跟久必会, 跟进大会, 你就大会, 跟进小会, 你就小





# Q&A

## Q What are the symptoms of diabetes?

**A** Diabetes is a chronic disease characterized by a high glucose level in the blood. Diabetes is diagnosed when the fasting blood glucose level is higher than 126 mg/dL (7 mmol/L). The symptoms of diabetes include excessive thirst and hunger, fatigue, frequent urination, unexplained weight loss, blurry vision, skin infection and itchiness.

People who have diabetes should avoid high sugar content foods and drinks, e.g. soft drinks, cakes, jellies, jams, ice creams, chocolates, doughnuts and sweeteners. Limiting the intake of alcohol is also very important.

To manage diabetes, these health supplements are helpful. **Aloe Vera Gel** contains 100% Stabilized Nutrient-Rich Aloe Vera; a good source of soluble fiber that can help to regulate blood glucose level. **Forever Lite Ultra with Aminotein** contains Chromium, an essential nutrient which helps to increase insulin efficiency in controlling blood glucose level.

**Forever Bee Propolis** is a 100% natural bee product without artificial coloring or preservatives. It acts as a Natural Antibiotic, by stimulating the body to fight against microbes, thus helping to reduce infection.

## Q 糖尿病的症状有哪些?

**A** 糖尿病是一种由于血糖过高（空腹血糖超过126 mg/dL 或7 mmol/L）所引起的慢性疾病。糖尿病的症状包括严重口渴和饥饿、疲劳、尿频、体重原因不明的减轻、视力模糊、皮肤感染和瘙痒。

患有糖尿病的人士应避免含糖量高的食品和饮料，如汽水、甜糕点、果冻、果酱、冰淇淋、巧克力、甜甜圈和甜味剂。患者也必须减少喝酒。

以下的保健品对管理糖尿病非常有益。**芦荟凝胶汁**含有100%营养丰富的稳定芦荟，也是可溶性纤维的良好来源，有助于调节血糖水平。**Forever超级优质营养粉（Aminotein）**含有铬，一种必需的营养素，有助于控制血糖水平，增强胰岛素的效率。**Forever蜂胶**是100%的天然蜜蜂产品，不含人造色素或防腐剂。蜂胶是天然的抗生素，能刺激身体对抗微生物，从而有助于减少感染。

## Q Apakah gejala-gejala diabetes?

**A** Diabetes adalah penyakit kronik akibat paras glukosa yang tinggi dalam darah. Diabetes dikenal pasti apabila tahap glukosa darah ketika berpuasa adalah lebih tinggi daripada 126 mg/dL (7 mmol/L). Gejala-gejala diabetes termasuklah dahaga dan kelaparan yang melampau, keletihan, kerap membuang air kencing, kehilangan



berat badan tanpa sebab, penglihatan yang kabur, jangkitan kulit dan kulit gatal.

Mereka yang mempunyai diabetes harus mengelakkan makanan dan minuman yang tinggi gula contohnya minuman ringan, kek, jeli, jem, ais krim, coklat, donat dan pemanis. Menghadkan pengambilan alkohol juga amat penting.

Untuk mengurus diabetes, suplemen berikut adalah amat baik. **Aloe Vera**

**Gel** mengandungi Aloe Vera yang distabilkan 100% dan kaya dengan pelbagai nutrien; ia juga merupakan sumber serat larut air yang baik, boleh membantu mengawal paras glukosa darah. **Forever Lite Ultra with Aminotein** mengandungi Kromium, iaitu nutrien yang penting untuk meningkatkan kecekapan insulin untuk mengawal paras glukosa darah.

**Forever Bee Propolis** adalah produk lebah 100% semulajadi tanpa pewarna atau pengawet tiruan. Ia bertindak sebagai Antibiotik Semulajadi, dapat merangsang badan untuk menentang mikroba dan mengurangkan jangkitan.

## Q My hair became very dry after I have dyed my hair. What should I do?

**A** Hair coloring involves the use of chemicals capable of covering up pigments naturally found inside the hair shaft which can cause side effects like dry hair, hair with split ends and damaged hair.

To manage your hair, use **Sonya Hydrate Shampoo and Conditioner**. This moisture-enriched shampoo and conditioner have a unique, ultra-hydrating formulation that leaves hair more resilient and are also safe for colour-treated hair. They are added with Aloe Vera and Royal Jelly that help to regulate your dry hair's natural moisture balance, leaving it noticeably healthier. Royal Jelly also contains antioxidants that neutralize free radicals in the hair and aid in repairing of damaged hair.

Spraying **Aloe First** on hair after bath helps to retain moisture in your hair. Aloe First is formulated with Stabilized Aloe Vera Gel, Bee Propolis, Allantoin and 11 exclusive plants extracts that can leave your hair soft, hydrated and healthier.



## Q 染发后，我的头发变得非常干燥。我应该怎么办？

**A** 染发涉及利用化学物质掩盖头发中天然的色素，这可能会导致一些头发问题，如头发干燥，受损及开叉。

Sonya保湿洗发水和护发素非常适合您现在的状况。Sonya保湿洗发水和护发素是超保湿的配方，能让头发更有弹性，也适合染过色的头发使用。这两种产品含有芦荟和蜂皇浆，能帮助调节头发的天然水分平衡并改善您的发质。蜂皇浆能提供抗氧化剂，帮助消除头发上的自由基，并且修复受损的头发。

洗澡后在头发上喷上芦荟喷液，能让您的头发更保湿。芦荟喷液的配方独特，含有稳定芦荟凝胶，蜂胶，尿囊素和11独家植物提取物可以让您的头发更柔软，保湿和健康。

## Q Rambut saya menjadi sangat kering selepas saya mewarnakan rambut saya. Apakah yang saya perlu lakukan?

**A** Pewarna rambut melibatkan penggunaan bahan kimia yang boleh menutup pigmen semulajadi pada rambut, tetapi proses ini boleh menyebabkan kesan sampingan seperti rambut kering, rambut

bercabang dan rambut yang rosak.

Untuk menguruskan rambut anda, gunakan **Sonya Hydrate Shampoo dan Conditioner**. Sonya Hydrate Shampoo dan Conditioner adalah formula istimewa untuk meningkatkan kelembapan, menjadikan rambut lebih sihat dan ia juga selamat untuk rambut yang telah diwarnakan. Kedua-dua produk ini ditambah dengan Aloe Vera dan Royal Jelly yang membantu mengawal keseimbangan kelembapan semula jadi rambut kering anda. Royal Jelly juga mengandungi antioksidan yang boleh membantu meneutralkan radikal bebas pada rambut dan membantu dalam memperbaiki rambut yang rosak.

Selepas mandi, semburkan **Aloe First** pada rambut, ia boleh membantu untuk mengekalkan kelembapan rambut anda. Aloe First mengandungi Aloe Vera Gel yang distabilkan, Bee Propolis, Alantoin dan 11 ekstrak tumbuhan eksklusif yang boleh membantu menjaga kesihatan rambut supaya rambut menjadi lebih lembut, lembap dan sihat.





# USA SUPER RALLY 2012 PHOENIX, ARIZONA



**2500cc FIRST TIMER**  
**Yap Chiew Yet & Ng Kim San**  
 We live only once. We want a life of adventure and excitement. Dear associates, set the goals and achieve all the incentives. We look forward to more free travel every year, thanks to Forever!  
 人生有多少个十年? 伙伴们, 我们要活得精彩绝伦, 痛痛快快! 只要锁定目标完成FOREVER所有的奖励, 您就能像我们一样年年免费出国旅游, 环游世界! 感谢FOREVER!  
 Kita hidup hanya sekali. Kami hanya mahukan kehidupan penuh cabaran dan keseronokan. Rakan-rakan sekalian, tetapkan matlamat dan capailah kesemua insentif. Kami menantikan pelancongan percuma setiap tahun, terima kasih kepada FOREVER!



**1500cc FIRST TIMERS**  
**TAN HOCK SIM**

I enjoyed my US Super Rally trip. This year, I will achieve 2500cc and Chairman Bonus Level 2. Yes, I can!  
 这次旅途非常愉快, 因为可以上山下海。可以上山看七大奇观大峡谷, 目标今年完成2500CC & Chairman bonus Level 2, Yes I Can!  
 Saya sangat menikmati pelancongan Rali Super US. Tahun ini, saya akan mencapai 2500 cc and Bonus Chairman tahap 2. Ya, saya boleh!

**NGU SIEW GEE & TEO YEW CHOON**

To achieve 1500 cc is just the beginning in Forever Business. There are lots of rooms for improvement. The US Super Rally trip was awesome.  
 站在国际舞台, 显得1500cc很渺小, 只要是有心经营Forever事业, 持有正确观念与态度, 全力以赴, 1500cc绝对能完成, 而且这只是刚开始, Forever在马来西亚的发展潜能无限大!  
 美国之旅, 让我们开阔视野, 放大格局, 展望全世界!  
 感恩Forever, 上下线, 家人与朋友, 是你们丰富了我们的生命!

Untuk mencapai 1500cc adalah satu permulaan dalam perniagaan Forever. Terdapat banyak ruang untuk peningkatan. Pelancongan Rali Super US adalah sangat hebat.

**TAN YOKE WAH & CHIA HENG MORN**

Thanks to Rex, Forever allowed us to recover financially. It is a great honor to rub shoulders with leaders globally. Because of dreams, people become great. May your dreams come true!  
 “感恩Mr Rex总裁创办Forever公司, 让我们夫妇俩可以重生。这是我们俩第一次获得参加美国年会资格, 能够和全世界的FOREVER领袖们交流, 实在是大快人心。人生因有梦想而伟大, 希望你的梦想也能实现!  
 Terima kasih kepada Rex, Forever membolehkan kami memulihkan semula keadaan kewangan kami. Ia adalah satu penghormatan terbesar bertemu dengan pemimpin di peringkat global. Disebabkan impian, seseorang menjadi hebat. Semoga impian anda menjadi kenyataan!



## 您的视力会模糊吗？ IS YOUR VISION BLURRY? ADAKAH PENGLIHATAN ANDA KABUR?

Cataracts are common as you age – but that does not mean you just sit back and wait for your eyesight to deteriorate. Cataracts can affect you by limiting the activities you can enjoy. At the worst case, cataract can lead to blindness.

### WHAT ARE CATARACTS?

Cataracts are cloudy areas in the eye's lens (lens helps to focus light or an image on the retina). A normally clear lens allows light to pass through to the back of the eye, so that a person can see well-defined images. If part of the lens becomes opaque (cloudy), light does not pass through easily and the vision becomes blurry – like looking through cloudy water or a fogged-up window.

In many cases, cataracts are age-related and appear in later life stages.

#### Age-related cataract occurs in two ways;

1. When the ultraviolet light passing through the lens of the eyes, it produces free radicals that damage the proteins in the tissue. This causes the proteins clump together in the lens, causing it to become cloudy.
2. The breakdown of proteins in the lens leads to accumulation of a yellow-brown pigment that clouds the lens.

#### Risk factors for age-related cataracts include;

- Aging (Appear in your 40s, 50s, 60s onwards)
- Family history (Cataracts tend to run in families)
- Long term diabetes
- Long term exposure to bright sunlight
- Previous eye inflammation
- Long term use of certain medications (eg statin and steroid)
- Smoking

### SYMPTOMS

Typically no symptoms are experienced until cataracts have grown large enough to interfere significantly with the passage of light through the lens. Five common symptoms of age-related cataracts are:

- Blurry, cloudy vision
- Vision may be affected by small spots or dots
- Vision gets worse when lights are dim
- Reading becomes very difficult, and eventually impossible
- Double vision

### PREVENTION OF CATARACTS

- Say goodbye to smoking
- Load up on antioxidants
- Wear sunglasses to block UV rays
- Keep diabetes under control if you are diabetic
- Regular exercise

### TREATMENT

With cataract surgery, the eye's cloudy natural lens is removed and replaced with a clear artificial lens implant called an intraocular lens (IOL). Cataract surgery is often performed as an outpatient procedure. After the surgery, the doctor usually places a protective shield over your eye.

Your vision is a precious asset, and one that is vulnerable to the effects of aging. There are things you can do to protect your eyes. It's never too early or too late to start protecting your vision.

### NUTRITIONAL SUPPLEMENTS THAT MAY BE HELPFUL

#### ALOE BITS N PEACHES

- Provides all the goodness of 100% Stabilized Aloe Vera Gel together with the benefits of Peaches.
- Peach contains vitamins A, C, and E which are needed to activate Glutathione (protein fragments which protects the eye from free radical damage) hence playing a role in cataract prevention.

#### FOREVER POMESTEEN POWER

- An antioxidant beverage that is made of high antioxidant fruits: Pomegranate, Mangosteen, Pear, Raspberry, Blackberry, Blueberry and Grape Seed Extract.

- Contains Antioxidants that help protect eyes from harmful effect of UV rays by preventing or slowing down the breakdown of proteins in the lens.

#### FOREVER ARCTIC-SEA

- DHA is found in high concentrations in the retina of the eye.
- Provides DHA that are beneficial to our eyes hence slow down the progression of cataracts.

#### FOREVER LYCIUM PLUS

- Contains Lycium, a Chinese herb that is rich in 5 carotenoids (Beta-carotene, Lutein, Lycopene, Cryptoxanthin, Zeaxanthin) that helps in promoting good eyesight and slowing the progression of cataracts.

白内障普遍发生于老年人，但是，这并不意味着您就只能坐着，等待视力逐渐恶化。白内障会影响您的日常活动。在严重的情况下，白内障可导致失明。

### 什么是白内障？

白内障是指眼睛的晶状体出现混浊的状况（晶状体负责集中光线或影像在视网膜上）。在一般的情况下，一个清晰的晶状体能让光线通过，以产生清晰的图像。如果晶状体出现一部分不透明（混浊），光线就不能正常地通过，而造成视线模糊 – 就有如通过表面有雾水的玻璃窗看屋外的状况。

在许多情况下，白内障和年龄是有关联性的，多数发生于老年人的身上。

#### 年龄相关性白内障的发生主要有两个原因：

1. 当紫外线通-眼睛的晶状体时，会产生自由基损伤晶状体中蛋白质。这会导致蛋白质被分解，使其变得混浊。
2. 已被分解的蛋白质可导致棕-色的色素累积在晶状体中。

#### 年龄相关性白内障的危险因素包括；

- 老化（出现在40岁、50岁、60岁或以上）
- 家族历史（遗传）
- 长期糖尿病

- 长期暴露在明亮的阳光下
- 眼睛曾发炎
- 长期使用某些药物（如：他汀类药物和类固醇）
- 吸烟

### 症状

通常没有症状，直到白内障严重妨碍光线通过晶状体。五个年龄相关性白内障的常见症状是：

- 视力模糊
- 视觉被黑点影响
- 在光线昏暗的地方，视觉变得更模糊
- 阅读变得非常困难，甚至不能阅读
- 双面影像

### 治疗

通过白内障手术，眼睛的晶状体可取出，然后植入一个透明的人工晶状体。白内障手术通常为门诊手术。手术后，医生通常会为病人装置眼睛保护罩。

您的眼睛是您珍贵的资产，它容易老化。因此，我们必须保护眼睛，永远都不会嫌太早或太晚开始保护自己的视力。

### 有益眼睛健康的营养辅助品

#### 芦荟蜜桃汁

- 提供100% 稳定的芦荟凝胶，同时也添加了蜜桃的好处。
- 蜜桃含有维生素A、C和E，能促进谷胱甘肽（保护眼睛免受自由基伤害的蛋白质）对眼睛的保护，从而发挥了作用，帮助预防白内障。

#### FOREVER石榴活力露

- 一种抗氧化剂饮料：含有高抗氧化剂的水果如石榴、山竹、梨、红莓、黑莓、蓝莓和葡萄籽提取物。
- 抗氧化剂可以帮助保护眼睛免受紫外线的伤害或缓慢蛋白质在眼睛晶状体内的分解。

#### FOREVER北极海鱼油

- 眼睛的视网膜中含有高浓度的DHA。
- 补充DHA，有利于眼睛，从而减缓白内障的发展。

#### FOREVER枸杞甘草片

- 含有枸杞子，中国的草药，含有丰富的类胡萝卜素（β-胡萝卜素、叶黄素、番茄红素、隐黄素和玉米黄质），有助于促进良好的视力和减缓白内障的进展。

白内障是常见病，随着年龄增长 – 但这并不意味着您就只能坐着，等待视力逐渐恶化。白内障会影响您的日常活动。在严重的情况下，白内障可导致失明。

### APA ITU KATARAK?

Katarak adalah bahagian keruh di bahagian kanta mata (kanta membantu untuk menumpukan cahaya atau imej pada retina). Kanta normal adalah jernih yang membolehkan cahaya melaluinya ke bahagian belakang mata, supaya seseorang boleh melihat imej dengan jelas. Jika sebahagian kanta menjadi legap (keruh), cahaya tidak boleh melaluinya dengan mudah dan penglihatan menjadi kabur – seperti melihat pada air yang keruh atau tingkap berkabus.

Dalam kebanyakan kes, katarak adalah berkaitan dengan umur dan muncul pada peringkat akhir hidup. Katarak berkaitan dengan usia terjadi dalam dua cara;

1. Apabila cahaya ultraungu melalui kanta mata, ia menghasilkan radikal bebas yang merosakkan protein dalam tisu. Ini menyebabkan protein berkumpul di bahagian kanta, menyebabkannya ia menjadi keruh.
2. Pemecahan protein di kanta menyebabkan pengumpulan pigmen kuning-keperangan yang menyelubungi kanta.

#### Faktor risiko katarak berkaitan umur termasuklah;

- Penuaan (Muncul pada umur 40, 50, 60 tahun ke atas)
- Sejarah keluarga
- Penyakit kencing manis untuk jangka masa lama
- Pendedahan terhadap cahaya terang untuk masa yang lama
- Keradangan mata
- Penggunaan sesetengah ubat untuk jangka masa panjang (contoh statin dan steroid)
- Merokok

### SIMPTOM

Biasanya seseorang tidak mengalami sebarang simptom sehinggalah katarak cukup besar untuk mengganggu laluan cahaya melalui kanta.

Lima simptom yang umum bagi katarak berkaitan usia adalah:

- Penglihatan kabur
- Penglihatan terjejas oleh bintik atau titik kecil
- Penglihatan menjadi teruk apabila lampu malap
- Membaca menjadi sukar dan akhirnya mustahil
- Penglihatan berganda

### PENCEGAHAN KATARAK

- Berhenti merokok
- Lebihkah pengambilan antioksidan
- Pakai cermin mata hitam untuk menghalang sinaran UV
- Pastikan diabetes di bawah kawalan jika anda mempunyai penyakit diabetes
- Bersenam selalu

### RAWATAN

Bagi pembedahan katarak, bahagian kanta mata yang keruh dikeluarkan dan diganti dengan implan kanta tiruan yang jernih yang dikenali sebagai kanta intraokular (IOL). Pembedahan katarak sering dilakukan sebagai prosedur pesakit luar. Selepas pembedahan, doktor akan meletakkan pelindung pada mata anda.

Penglihatan anda adalah aset yang sangat berharga, dan senang terdedah kepada kesan-kesan penuaan. Terdapat beberapa perkara yang anda boleh lakukan untuk melindungi mata anda. Ia tidak terlalu awal atau lambat untuk mula melindungi penglihatan anda.

### PRODUK FOREVER YANG BOLEH MEMBANTU ALOE BITS' N PEACHES

- Membekalkan kebaikan Gel Aloe Vera yang distabilkan 100% dengan manfaat buah pic.
- Buah pic mengandungi vitamin A, C, dan E yang diperlukan to mengaktifkan Glutathione (fragmen protein yang melindungi mata daripada kerosakan radikal bebas) justeru memainkan peranan dalam pencegahan katarak.

### FOREVER POMESTEEN POWER

- Minuman berantioksidan yang diperbuat dari buah-buahan berantioksidan tinggi: Buah Delima, Manggis, Pir, Raspberi, Beri Hitam, Beri Biru dan Ekstrak Biji Anggur.
- Mengandungi Antioksidan yang membantu melindungi mata dari bahaya sinaran ultraungu dengan mencegah atau melambatkan pemecahan protein di kanta.

### FOREVER ARCTIC-SEA

- DHA ditemui dengan kepekatan tinggi di bahagian retina mata.
- Membekalkan DHA yang bermanfaat untuk mata, justeru melambatkan perkembangan progresif katarak.

### FOREVER LYCIUM PLUS

- Mengandungi Lycium, herba Cina yang kaya dengan 5 jenis karotenoid (Beta-karotena, Lutein, Lycopene, Cryptoxanthin, Zeaxanthin) yang membantu dalam menggalakkan penglihatan yang baik dan melambatkan perkembangan progresif katarak.



**HEALTHY BREAKFAST 1****Ingredients**

- Raw oat – 4 tablespoons
- **Forever Lite Ultra with Aminotein** – 1 scoop
- Water - 300 ml
- Fruits (your choice of fruits, cut into small pieces) (e.g. banana, papaya, orange, kiwi etc).
- Forever Bee honey

1. Blend 4 tablespoons of raw oat into powder form.
2. Add the oat powder into a pot with 200ml of water. Stir and boil.
3. Turn off the heat or flame.
4. Prepare Forever Lite shake (put one scoop of **Forever Lite Ultra with Aminotein** into 100ml of water in shaker). Pour the shake into oat mixture.
5. Add the cut fruits.
6. Add Forever Bee Honey (you can vary quantity to suit your taste).
7. Enjoy the healthy meal!

**健康早餐1****材料**

- 燕麦 – 4汤匙
- **超级营养粉/超级优质营养粉-1匙**
- 水 – 300ml
- 水果（切成小块）（如香蕉，木瓜，橙，奇异果等）
- 蜂蜜

1. 把燕麦搅成粉。
2. 把200ml水和燕麦粉，放入一个锅内煮沸。
3. 关火
4. 把超级营养粉/超级优质营养粉加入100ml的水搅拌。然后倒入煮沸的燕麦中。
5. 加入水果。
6. 添加蜂蜜（分量依个人口味）。
7. 享用健康的一餐！

**SARAPAN SIHAT 1****Bahan-bahan**

- Oat mentah – 4 sudu besar
- **Forever Lite Ultra with Aminotein** – 1 skup
- Air 300 ml
- Buah-buahan (pilihan anda, potong dalam kepingan kecil) (contoh: pisang, betik, oren, kiwi dan sebagainya)
- Forever Bee Honey

1. Kisar 4 sudu besar oat mentah menjadi serbuk
2. Masukkan serbuk oat dalam periuk dengan 200ml air. Kacau dan panaskan
3. Padamkan api
4. Sediakan kocak Forever Lite Ultra with Aminotein (masukkan 1 skup **Forever Lite Ultra with Aminotein** dalam 100 air dalam shaker). Tuang kocak tersebut ke campuran oat.
5. Tambah buah-buahan yang telah dipotong.
6. Tambah Forever Bee Honey mengikut rasa anda.
7. Nikmatilah hidangan sihat ini!

**HEALTHY BREAKFAST 2****Ingredients**

- Raw oat – 4 tablespoons
- Forever Lite Ultra with Aminotein – 1 scoop
- Water
- Garlic – 1 clove
- Dried scallop (medium size) - 2 pcs
- Whitebait (small, dried fishes) - 1 teaspoon
- Choices of add any or all of these:

- Raw cut corn
- Raw tomato cube
- Raw cucumber cube
- Pepper
- Sesame oil
- Shredded chicken (breast or thigh chicken)



1. Blend 4 tablespoons of raw oat into powder.
2. Cook the oat powder in a pot with 200ml of water. Add dry scallop, whitebait (blended into powder), and garlic. Stir until the content boils. Add some salt according to your taste.
3. Turn off the heat or flame.
4. Prepare Forever Lite Ultra with Aminotein shake (put one scoop of or Forever Lite Ultra with Aminotein into 100ml of water in shaker). Pour the shake into the oat mixture.
5. Add choices of ingredients according to your preference; suggested choices:
  - Raw cut corn
  - Raw tomato cube
  - Raw Cucumber cube
  - Pepper
  - Sesame oil
  - Shredded chicken (breast or thigh chicken)
6. Enjoy the healthy meal!

**健康早餐2****材料**

- 燕麦 – 4汤匙
- 超级营养粉/超级优质营养粉- 1匙
- 水
- 蒜头 – 1粒
- 干贝（中等大小）– 2个
- 银鱼（小鱼干）– 1茶匙
- 选择性的材料:
  - 玉米切片
  - 番茄块
  - 黄瓜块
  - 辣椒
  - 麻油
  - 鸡丝（鸡胸肉或鸡腿）

1. 把燕麦搅成粉。
2. 将燕麦粉加入200ml的水一起煮。加入干贝、银鱼（磨成粉）、大蒜。搅拌，直到沸腾。根据自己的口味加点盐。
3. 关火。
4. 把超级营养粉/超级优质营养粉加入100ml的水搅拌。然后倒入煮沸的燕麦中。
5. 根据自己的喜好加入：
  - 玉米切片
  - 番茄块
  - 黄瓜块
  - 辣椒
  - 麻油
  - 鸡丝（鸡胸肉或鸡腿）
6. 享用健康的一餐！

**SARAPAN SIHAT 2****Bahan-bahan**

- Oat mentah – 4 sudu besar
- **Forever Lite Ultra with Aminotein** – 1 skup
- Air
- Bawang putih – 1 ulas
- Kapis kering (saiz sederhana) – 2 keping
- 'Whitebait' (ikan kering dan kecil) - 1 sudu teh



Pilihan untuk menambah salah satu atau kesemua bahan dibawah:

- Jagung mentah dipotong
- Tomato dipotong kiub
- Timun dipotong kiub
- Lada hitam
- Minyak bijian
- Kepingan ayam (paha atau dada ayam)

1. Kisar 4 sudu besar oat mentah kepada serbuk
2. Masak serbuk oat dalam periuk dengan 200ml air. Tambah kapis kering, ikan kecil dan kering (dikisar menjadi serbuk), dan bawang putih. Kacau sehingga mendidih. Tambah garam mengikut rasa.
3. Padamkan api.
4. Sediakan kocak Forever Lite Ultra with Aminotein (tambah 1 skup Forever Lite Ultra with Aminotein dalam 100ml air dalam shaker). Tuang kocak tersebut dalam campuran oat.
5. Tambah bahan-bahan pilihan mengikut kesukaan anda; dicadangkan pilihan:
  - Jagung mentah dipotong
  - Tomato dipotong kiub
  - Timun dipotong kiub
  - Lada hitam
  - Minyak bijian
  - Kepingan ayam (paha atau dada ayam)
6. Nikmatilah hidangan sihat ini!

**LYCIUM WHITE FUNGUS DESSERT****Ingredients**

- Dried Whites Fungus - 1 (Medium sized ones)
- Water - 2 litres
- Pandan Leaves - 1 stalk (consisting of a few leaves)
- Chrysanthemum - 40 pcs
- Dried Longan - 200g
- Wolfberries - 10g – 20g
- Red Dates - 80g
- Forever Lycium Plus - 8 tabs
- Forever Bee Honey - 200ml

**Directions:**

1. Soak dried white fungus until they become soft. Cut into small pieces.
2. Put water, pandan leaves, chrysanthemum and white fungus into a pot. Boil until the white fungus become even softer.
3. Under low heat or flame, add red dates, dried longan and wolfberries. Cover with pot lid and boil for 15 minutes.
4. Switch off the flame, add in Forever Lycium Plus and Forever Bee Honey. You can adjust quantity to suit your taste.
5. Serve the dessert either warm or cold.

**枸杞白木耳甜品****材料**

- 白木耳干 – 1 (中型的)
- 水 – 2L
- 香兰叶 – 1棵（包括几片叶子）
- 菊花 – 40片
- 龙眼干 – 200克
- 枸杞子10g – 20g
- 红枣 – 80g
- 枸杞甘草片 – 8粒
- 蜂蜜 – 200ml

**制作方法:**

1. 把白木耳干，浸泡在水里直到变软。然后切成小块。
2. 把水、香兰叶、菊花与白木耳放入锅内。煮至白木耳变得更柔软。
3. 关小火，加入红枣、龙眼干和枸杞。盖上锅盖煮沸15分钟。
4. 关火，加入枸杞甘草片和蜂蜜。
5. 趁热吃或放入冰箱待冷。

**MANISAN LYCIUM FUNGUS PUTIH KERING****Bahan-bahan**

- Fungus Putih Kering - 1 (Saiz sederhana)
- Air - 2 liter
- Daun Pandan - 1 batang (yang terdiri daripada beberapa helai daun)
- Bunga kekwa - 40 biji
- Longan kering - 200g
- Goji - 10g – 20g
- Kurma merah - 80g

- Forever Lycium Plus - 8 tablet
- Forever Bee Honey - 200ml

**Cara-cara penyediaan:**

1. Rendam fungus putih kering sehingga lembut. Potong kepada kepingan kecil.
2. Masukkan air, daun pandan, kekwa dan fungus putih ke dalam periuk. Masak sehingga fungus putih menjadi lebih lembut.
3. Guna api kecil, tambah kurma merah, longan kering dan goji. Tutup dengan tudung periuk dan didid selama 15 minit.
4. Padam api, tambah Forever Lycium Plus dan Forever Bee Honey mengikut rasa anda.
5. Hidangkan manisan tersebut panas atau sejuk.

**LYCIUM AGAR – AGAR****Ingredients**

- Water - 1L
- Agar - Agar - 250g
- Pandan Leaves - 1 leaf
- Eggs - 2
- Forever Bee Honey - 100ml
- Forever Lycium Plus - 4 to 6 tablets

**Directions:**

1. Add water, jelly powder and pandan leaves into a pot and boil the contents.
2. Turn off the heat once content boils. Stir. Break the eggs and put them into the contents slowly.
3. Put the pot into cold water to reduce temperature to 40°C
4. Add Forever Lycium Plus and Forever Bee Honey. The quantity can be adjusted to suit your taste.
5. Pour the agar-agar mixture into molds.
6. Let the agar-agar cool down in room temperature, then chill in fridge until the agar-agar is set.
7. Serve the dessert.

**枸杞菜燕****材料**

- 水-1L
- 菜燕粉- 250g
- 香兰叶 – 1叶
- 鸡蛋 – 2粒
- 蜂蜜 – 100ml
- 枸杞甘草片 – 4至6粒

**制作方法:**

1. 把水、菜燕粉和香兰叶放入锅中煮。
2. 滚后把火关掉，接着打蛋，慢慢搅入锅内。
3. 待锅内菜燕的温度降到40°C。
4. 加入枸杞甘草片和蜂蜜。
5. 把菜燕倒入模型中。
6. 待菜燕冷却至室温，然后冷藏于冰箱里。
7. 享用甜点。

**AGAR – AGAR LYCIUM****Bahan-bahan:**

- Air - 1,000 ml
- Agar - Agar - 250g
- Daun pandan - 1 keping
- Telur - 2 biji
- Forever Bee Honey - 100ml
- Forever Lycium Plus - 4 to 6 tablet

**Cara-cara penyediaan:**

1. Tambah air, serbuk jeli dan daun pandan dalam periuk dan dididkannya.
2. Padam api apabila bahan dalam periuk mendidih. Kacau dan pecahkan telur dan letakkan ke dalam bahan-bahan tersebut dengan perlahan-lahan.
3. Letakkan periuk dalam air sejuk untuk menyejukkannya sehingga ke suhu 40°C .
4. Tambah Forever Lycium Plus dan Forever Bee Honey. Jumlahnya mengikut rasa anda.
5. Tuang adunan agar-agar ke dalam acuan
6. Biarkan agar-agar sejuk dalam suhu bilik, kemudian letakkan dalam peti sejuk sehingga agar-agar keras.
7. Hidangkan manisan tersebut.



Kuantan Clean & Lean Camp (BM)  
 Time/时间/Masa: 9am-8pm  
 Venue/地点/Tempat: D'Embassy Suite Conference Room  
 Guest Speakers : Mohd Lokman, Grace Chan, Canbell Chooi, Olive Chooi.

15&16



Eating Right For Healthy Skin  
 正确的饮食让您拥有健康皮肤  
 Pemakanan Yang Betul Untuk Kulit Yang Sihat

Time/时间/Masa: 8.00pm-10.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Wisma Forever, KL

20

Malaysian Rally 2012  
 2012年马来西亚表扬大会  
 Time/时间/Masa: 1.00pm-5.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Sunway Pyramid Convention Center, KL  
 Guest Speaker: Irene Lim & CK Chang

23



Learn why every house needs a ProLife III (E)  
 为何每户家都需要ProLife III净水系统 (英)  
 Ketahuilah Mengapa Setiap Rumah Memerlukan ProLife III

Time/时间/Masa: 7.30pm-9.30pm  
 Venue/地点/Tempat: Singapore Center

25

The secret for a healthy heart (C)  
 健康心脏的秘诀 (华)  
 Rahsia Untuk Jantung Yang Sihat

Time/时间/Masa: 2.30pm-4.30pm  
 Venue/地点/Tempat: Singapore Center

26



Eating Right For Healthy Skin  
 正确的饮食让您拥有健康皮肤  
 Pemakanan Yang Betul Untuk Kulit Yang Sihat

Time/时间/Masa: 8.00pm-10.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Batu Pahat Center

27

Eating Right For Healthy Skin  
 正确的饮食让您拥有健康皮肤  
 Pemakanan Yang Betul Untuk Kulit Yang Sihat

Time/时间/Masa: 8.00pm-10.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Nusa Bestari Center, JB

28

Healthy Skin & Nails  
 健康的皮肤与指甲  
 Kulit & Kuku Yang Sihat

Time/时间/masa: 8.00pm-10.00pm  
 Venue/地点/tempat: Kuantan Center

OCT 04

How Diabetes Affects Your Kidney?  
 糖尿病如何影响你的肾吗?  
 Bagaimana Diabetes Menjejaskan Buah Pinggang Anda?

Time/时间/Masa: 3.00pm-5.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Temerloh Center

OCT 06

KL Success Recognition Day  
 Time/时间/Masa: 7.30pm-10.00pm  
 Venue/地点/Tempat: Wisma Forever, KL

OCT 13

英 / E = ENGLISH / 英语 / BAHASA INGGERIS  
 话 / C = CHINESE / 华语 / BAHASA CINA  
 巫 / BM = MALAY / 国语 / BAHASA MALAYSIA

Nutrition Consultation  
 营养咨询  
 Time: 11am-1pm  
 Venue: Wisma Forever, KL



2 DAYS 1 NIGHT BUKIT GAMBANG CAMP  
 Venue: Bukit Gambang Resort City  
 Date: 07th July & 08th July 2012

a) We are the best!  
 b) Yes, we can!  
 c) CG Tan posing with the participants  
 d) Participants enjoying their meals



BLOOD TEST READING COURSE  
 Venue: JB-Nusa Bestari Center  
 Date: 25th Aug 2012

a) Nutritionist, Adelynn Liew captivating the crowd with his professional talk  
 b) Attentive audiences



PRODUCT EXPO  
 Venue: Segamat Shopping Center

a) Facial demo  
 b) Giving product knowledge  
 by the pretties



ALOE GATHERING  
 Venue: Singapore Center  
 a) Brain booster by Soh Soon Seng  
 b) Bak kut teh by Kelly and Tan Lay Choo  
 c) Facial Contour by Alicia Ng

## TOP BUSINESS BUILDER (SALES)

JULY 2012

### OVERALL

1. SHIM VUN FUI & CHIN KA SHU
2. LEE MIEW CHIN & TAN TECK CHUAN
3. HO KIM CHIN CANDY

### MALAYSIA & BRUNEI

1. SHIM VUN FUI & CHIN KA SHU
2. YEO SIN HUEY & CHIEW KOK HIONG
3. YAP CHIEW YET & NG KIM SAN
4. TAN YOKE WAH & CHIA HENG MORN
5. HABIBAH BT HJ MOHAMAD BASIR & IBRAHIM BIN KARIM
6. LOO PAU KWON & CHOONG FONG THIN
7. TAN HOCK SIM
8. SOW MING KOOI & LEE FEE HAR
9. LEE HSIU SY
10. OOI PENG KEANG

### SINGAPORE

1. LEE MIEW CHIN & TAN TECK CHUAN
2. HO KIM CHIN CANDY
3. LIM BEE HONG & TANG SEE KOR
4. ONG LAY PENG & EE BUN HAN
5. ALICIA NG MOOI TEE & GOH THIAM GUAN
6. TAN POH CHUEN
7. VERA ANGELICA KOK XUELING
8. CHUA WEI TIEN & LUO WENCONG
9. LIM WEE LOON
10. LIM SUZIE LIM & NG CHUAN BOCK

## ALOE AMBASSADOR

JULY 2012

### BRONZE

- 20TH TIME QUALIFIER - 12TH BRONZE, 2 SILVERS & 6 GOLDS
- CHAN BEE KIAN & KONG SIEG KIEN

- 5TH TIME QUALIFIER - 5TH BRONZE
- WONG CHEOK YIN & LOH SIEW FOONG

- 11TH TIME QUALIFIER - 10TH BRONZE & 1 SILVER
- CHAN KAM TUCK & CHOOI WAI MING

- 4TH TIME QUALIFIER - 4TH BRONZE
- CHIA LIP HONG
  - TEO YEW CHUAN

- 8TH TIME QUALIFIER - 6TH BRONZE & 2 SILVERS
- ANGELIA TAN KIM ENG & DESMOND TOH

- 2ND TIME QUALIFIER - 2ND BRONZE
- MABEL NG WEE JOO & HIU CHOON BOON MARK

- 6TH TIME QUALIFIER - 2ND BRONZE, 2 SILVERS & 2 PLATINUMS
- LIM CHOON EN IRENE & CHANG CHAW KENG

- 1ST TIME QUALIFIER - 1ST BRONZE
- RUHIDA BINTI MOHAMED MANSUR & MOHD NAZRI BIN MOHD YUSOF

- 6TH TIME QUALIFIER - 6TH BRONZE
- CHENG CHEE LING & LIM CHEW MENG
  - TAN LAY CHOO & KOH LEONG YAM

## SPONSORING AWARD

JULY 2012

### PLATINUM

- SHIM VUN FUI & CHIN KA SHU
- WONG CHEOK YIN & LOH SIEW FOONG

### GOLD

- ALICIA NG MOOI TEE & GOH THIAM GUAN

### SILVER

- HABIBAH BT HJ MOHAMAD BASIR & IBRAHIM BIN KARIM
- LOO PAU KWON & CHOONG FONG THIN
- NG DE PANG

### BRONZE

- CHONG MENG CHENG & TEO CHUAN BENG
- EILEEN SEE PEI JEE
- RIZALITO APRECIO TABINAS & JOAN DELEON TABINAS
- SOH TECK LEONG
- TAN POH SUAN & WONG KUAN LEONG
- TAN TECK KEONG & AW HUI HUI
- TAN YEE HUANG & KOH KOK SIANG
- WENDY QUEK SENG YUEN & CHUA WEE LIAN WILLIAM
- WONG KUI HWA & LEN VUI MIN
- ZAZAIAR BT AMIRUDIN & SAJURI MOHD BASRI

## 5CC CLUB

JULY 2012

### GOLD

- TANG JUN JIE

## 5CC CLUB

JULY 2012

### SILVER

- FOO NYUK SOO & WONG KIM LAIN
- GOEK CHEN YU & SUSAN YEO SOO SOO
- HOW YOKE CHING & YOW BOON SIONG
- LEE MUN YIN
- RENZY MONFORTE EHIMPLAR
- SOH TECK LEONG

### BRONZE

- ANG BEE KIM & HIEW CHEE KIONG
- FOO SUAN SIANG
- GOH TIAN LYE & EU WEI LING
- HOONG WHEE LANG
- IVY CHOO FAH FUNG
- JAYABALAN A/L SINNIHAH & V CHANDRA GANTHA A/P VERAPPAN
- KU FAEZAH BINTI KU HASHIM & SAIFUL BAHARI BIN DAUD
- LEE HONG LIN
- LOW HOOI HUANG
- NEO YOKE LAN & WONG SOON CHUEN
- OOI CHONG SENG
- RAMLAH BINTI OMAR & HATTAR BIN OTHMAN
- SAI WEI GIAN
- SHAFEUDEEN BIN MOHAMED YACKOOB & SUHAILA BINTI ABDUL HAMEED
- SITI MAZNAH BINTI HASSAN & KHALID BIN PUTEH
- TAN KA HUN
- TAY LI FOONG
- W RAMLAH BINTI W EMBONG
- YEO BENG CHOO

## MANAGER

JULY 2012

- HO KIM CHIN CANDY
- VERA ANGELICA KOK XUELING
- WONG KUI HWA & LEN VUI MIN

## ASSISTANT MANAGER

JULY 2012

- ANG BEE KIM & HIEW CHEE KIONG
- IVY CHOO FAH FUNG
- LIM SOO FONG & CHOO KOK TEONG
- LIM WEE LOON
- TAN LAY CHOO & TAN PO HENG

## SUPERVISOR

JULY 2012

- ARIF BIN MUHAMAD & RODAHE BINTI ZAKI
- BOEY CHUI SEAN & CHEW CHEE TEONG
- CHAN HANG KHIN & BUI NGOC HIEN
- CHAN MEOW LEONG & LOW SIAM CHIN
- CHEE THIAM MING & CHIONG KAI SHING
- CHENG SOOK FONG
- CHONG MENG CHENG & TEO CHUAN BENG
- CHONG NYONG CHING & VOON FOOK SEN
- CHONG ZENG LENG
- CORDILLA SARNILLO OLIVEROS & TAN POH KIAT
- EILEEN SEE PEI JEE
- HEE HUEY CHING
- KOH HWA BOON
- LIM SZE HUI
- LIM YUN MOI & PANG HON THING
- MAGGIE YEW MEI KEI & UNG WENG LONG
- MOK CHAU LANG
- MOO CHON FONG
- NEO YOKE LAN & WONG SOON CHUEN
- NG MOI HUA
- POH SIEW HUAY
- RIZALITO APRECIO TABINAS & JOAN DELEON TABINAS
- ROHANI BT RANI & ABDUL RAHMAN BIN MOHD LAZIM
- SEE LING INN & ER SOON SENG
- SEE SZE WEI
- SOO PAY WOEI & LAU BOON CHIAT
- TAN HWEI TIAN & CHONG KIM LONG
- TAN JING CI & LEE JUN SHEN FRANKIE
- TAN SHEL YIN & HING LOK HONG
- TAN WEN HAO TERRY
- TEO CHER HOON
- TEO KE WEI
- TEOH BUN TECK
- WOON SOW CHAN & CHIW CHAI KIAT
- YEE PEI HUNG
- YEO BENG CHOO

TOP BUSINESS BUILDER (SALES)

JUL 2012



**ALICIA NG MOOI TEE & GOH THIAM GUAN**  
SPONSOR:  
LUU NAGA



**CHUA WEI TIEN & LUO WENCONG**  
SPONSOR:  
CHUA ENG SENG



**HABIBAH BT HJ MOHAMAD BASIR & IBRAHIM BIN KARIM**  
SPONSOR:  
ROKIAH BINTI KASBEE



**HO KIM CHIN CANDY**  
SPONSOR:  
LEE MIEW CHIN



**LEE MIEW CHIN & TAN TECK CHUAN**  
SPONSOR:  
LOW SOO LAN



**LIM BEE HONG & TANG SEE KOR**  
SPONSOR:  
HO KIM CHIN CANDY



**LEE HSIU SY**  
SPONSOR:  
KOW SU HONG



**LIM SUZIE LIM & NG CHUAN BOCK**  
SPONSOR:  
NG SWEE HIANG



**LIM WEE LOON**  
SPONSOR:  
LIM BEE HONG



**LOO PAU KWON & CHOONG FONG THIN**  
SPONSOR:  
OOI PENG KEANG



**ONG LAY PENG & EE BUN HAN**  
SPONSOR:  
TOH HONG TEOW



**OOI PENG KEANG**  
SPONSOR:  
LIM CHEE MING



**SHIM VUN FUI & CHIN KA SHU**  
SPONSOR:  
HU CHOY HAR



**SOW MING KOI & LEE FEE HAR**  
SPONSOR:  
NGOOI TEE HWA



**TAN HOCK SIM**  
SPONSOR:  
CHAN BEE KIAN



**TAN YOKE WAH & CHIA HENG MORN**  
SPONSOR:  
CHAN BEE KIAN



**VERA ANGELICA KOK XUELING**  
SPONSOR:  
NG LAN YEE



**YAP CHIEW YET & NG KIM SAN**  
SPONSOR:  
LEOW YEN SEAR



**YEO SIN HUEY & CHIEW KOK HONG**  
SPONSOR:  
KEE SIOW ING

EARNED INCENTIVE PROGRAM (LEVEL 1)

JUN - JUL 2012



**CHUA WEI TIEN & LUO WENCONG**  
SPONSOR:  
CHUA ENG SENG



**TEAN JIA WEI**  
SPONSOR:  
WONG YOUK KEN

SENIOR MANAGER

JUN - JUL 2012



**CHUA WEI TIEN & LUO WENCONG**  
SPONSOR:  
CHUA ENG SENG

MANAGER

JUN - JUL 2012



**HO KIM CHIN CANDY**  
SPONSOR:  
LEE MIEW CHIN



**NAVINTHAN A/L PALANICHAMI & SELVARANI A/P SIVASAMY**  
SPONSOR:  
TEAN JIA WEI



**WONG KUI HWA & LEN VUI MIN**  
SPONSOR:  
PONG SHUI LING



**YEO SEEN SZE**  
SPONSOR:  
YEO SIN HUEY



**YEO QIU LING**  
SPONSOR:  
YEO SEEN SZE



**VERA ANGELICA KOK XUELING**  
SPONSOR:  
NG LAN YEE

ASSISTANT MANAGER

JUN - JUL 2012



**GOH TIAN LYE & EU WEI LING**  
SPONSOR:  
YEO SEEN SZE



**IVY CHOO FAH FUNG**  
SPONSOR:  
LIM SOO FONG



**LIM SOO FONG & CHOO KOK TEONG**  
SPONSOR:  
SHIM VUN FUI



**LIM WEE LOON**  
SPONSOR:  
LIM BEE HONG



**WONG KUI HWA & LEN VUI MIN**  
SPONSOR:  
PONG SHUI LING



**YEO WAN LING & HOW CHEE HAO**  
SPONSOR:  
YEO QIU LING

SUPERVISOR

JUN - JUL 2012



**CHEE THIAM MING & CHIONG KAI SHING**  
SPONSOR:  
TAN HOCK SIM



**EU WEI NIAN**  
SPONSOR:  
EU WEI JING



**FOO SUAN SIANG**  
SPONSOR:  
YONG POOI SZE



**HEE HUEY CHING**  
SPONSOR:  
TAN LAY LING



**KUMAR A/L SUBRAMANIAM & VIJI A/P SUBRAMANIAM**  
SPONSOR:  
NAVINTHAN A/L PALANICHAMI



**MEW LOW MEE YEN & LEE BOON KEONG**  
SPONSOR:  
QUEK SHU WEN



**MOHD FAIZUL BIN ALI**  
SPONSOR:  
JULIA BINTI ALI



**MOO CHON FONG**  
SPONSOR:  
OOI PENG KEANG



**NOR ASIAH BINTI OTHMAN & AZRULHAI BIN ABD RAHMAN**  
SPONSOR:  
MOHD LOKMAN BIN OTHMAN



**SEE SZE WEI**  
SPONSOR:  
SEE LING INN



**SELVENRAN A/L SIVASAMY**  
SPONSOR:  
SIVASAMY A/L V.CHELLAPPAN



**SHAFEUDEEN BIN MOHAMED YACKOOB & SUHAILA BINTI ABDUL HAMEED**  
SPONSOR:  
TAN YEE HUANG



**SOO WAY MEE & HO SWEE CHYE**  
SPONSOR:  
JENNY LIM GUEK LING



**TAN SHEL YIN & HING LOK HONG**  
SPONSOR:  
LEE CHOON BEE



**TAN SIEW LEE**  
SPONSOR:  
GOH TIAN LYE



**WENDY QUEK SENG YUEN & CHUA WEE LIAN WILLIAM**  
SPONSOR:  
ANGELIA TAN KIM ENG



**WONG KUI XIN**  
SPONSOR:  
WONG KUI HWA



**W RAMLAH BINTI W EMBONG**  
SPONSOR:  
ROSNOIRANI BINTI MOHAMAD



**YEE PEI HUNG**  
SPONSOR:  
HEE HUEY CHING



**YONG CHOI NGO & CHUNG SOON KHEN**  
SPONSOR:  
WONG KUI HWA



**ZHAO ZHI YA**  
SPONSOR:  
WONG WAI YIN MINNIE

# 3RD QUARTER 600cc TRAINING

**MOTIVATIONAL  
HUMORIST**

**SCOTT FRIEDMAN**

Come and join scott to find out how you can learn, earn, have fun and be successful in your forever business



**学习如何轻松经营成功的FOREVER事业**

**WORKSHOP**

**SPECIAL WORKSHOP**

**特别研讨会**

**KURSUS BENGKEL ISTIMEWA**

DATE 日期TARIKH: 20TH OCTOBER 2012  
TIME 时间MASA: 1.00PM REGISTRATION  
VENUE 地点TEMPAT: WISMA FOREVER, KL

**HAWAII  
GLOBAL RALLY  
2013  
21-29 APRIL**

**EAGLE  
MANAGERS  
RETREAT  
SARDINIA 2013**

