

MALAYSIA  
RM2.30  
SINGAPORE  
S\$1.20  
ISSUE 3/2020

www.newlife.my

# LifeLine

MAY & JUNE 2020

PP 12933/09/2013 (032866)

## Managing and Reversing Rheumatoid Arthritis

Mengelola dan  
Membalikkan Kondisi  
Rheumatoid  
Arthritis

Pg4

The Detox  
Programme  
for Busy, Busy  
People!  
Program Detoks  
untuk  
Orang Sibuk!

Pg12



**NEWLIFE™  
@ HOME  
NEWLIFE™  
DI RUMAH**

Pg14



# OUR HEARTIEST CONGRATULATIONS TO ALL ACHIEVERS

★ DARI LUBUK HATI YANG TERDALAM, KAMI UCAPAKAN SELAMAT KEPADA SEMUA ACHIEVER

FEBRUARY - MARCH 2020  
FEBRUARI - MARET 2020

## SILVER MANAGERS

DAVID CHONG & MELISSA WONG

DL TOTAL HEALTH PTE LTD

CHOW KWEE LEIN

## MANAGERS

JARROW DANIE MARCUS  
TAN CHING HONG  
TANG KIU HUA  
YONG AI HOON (HELEN)  
MAK KHUAN YING (CONNIE)  
CARRINGTON ENTERPRISE  
YOW TENG TENG  
H.L. ENTERPRISE  
V BASIC CARE ENTERPRISE  
CHONG AH HAI (MARK)  
STANLEY CHONG & PATRICIA CHOONG  
LEE SUNG YAP  
SIN CHENG YAM (EUNICE)  
AW KEN KEN  
CHANTEL CHIA YEE CHONG  
LOW YOK YIN (SUSAN)

LIM BEE WAH & SAW CHONG HOCK  
TEO CHAE JOO  
CHING HAN CHEONG  
TOO FOONG YING (HELEN)  
MICHAEL CHONG TZE-AUN  
CHIA SUIT LING  
MABEL TEO SIOK GEK  
CHONG WEE HOON (VIVIEN)  
CHING HUI YING (SHEREEN)  
TING LING LING (JANE)  
SHIU YEW CHOONG (FREDDY)  
TAN THEAM CHAI (STEVEN)  
TAN MING KHUN  
ENRICHED LIFE  
JSL INTERNATIONAL PTE LTD  
EVACO LIFESTYLE PTE LTD

TONG AH MOY ALICIA  
COMMUNITY WELLNESS (S) PTE LTD  
HARTINI BINTI SAIRIN  
CHUA GEOK TIN  
ACQUOLINA ENTERPRISE  
LING LAY KHM (SARAH)  
EMILY THERESA FERDINANDS  
LEE LAY CHENG  
LIM MEE ING  
CHOW HUI YAN  
SAW EWE KIM  
SIM BEE HONG  
LIM WAI YING  
SUZI MOI-QUEK  
MAELODEE CHONG TZE-YUIN

## 21% ACHIEVERS

### MARET 2020

TAN LEE KENG (LILY)  
WONG MUI CHOO (KELLY)

SYARIKAT ADIL  
TAN LEE MENG

SO SUE YI REGINA  
POON YOKE CHUN

## 18% ACHIEVERS

### FEBRUARI & MARET 2020

NEOH BEE LEE  
CHUA PHUAY KHOON

CHONG KIM MOI

WELLNESS INC

### FEBRUARI 2020

TAN LEE KENG (LILY)  
GHO KIM LUAN (SALLY)  
CHAN SOO TECK PETER

SYARIKAT ADIL  
SO SUE YI REGINA

LIM LEE BOON (KAREN)  
WONG MUI CHOO (KELLY)

### MARET 2020

LEONG KEE LIN (JACQUELINE)  
LIM SIEW CHOO  
TANG LI LI SALLY

PHOON LAI HAR  
NG SAN KIM ALICE  
LISA SOFIAR

KONG WAI YIN  
MOI YAN LIN ABIGAIL

## 15% ACHIEVERS

### FEBRUARI & MARET 2020

SOH LAY CHOO (DIANA)

TAN KIAN GAY

### FEBRUARI 2020

TAN LEE MENG

MOI YAN LIN ABIGAIL

SRI DEWI REDJEKI

### MARET 2020

CHEN KIM LING  
LIN ENG LEE  
LIM CHOON HUAY (JEN)  
ANTON HARIYANTO JANTO

DANIEL LIM KIM MUN  
CHONG SUIT LING  
ANDREW HANDOJO SURONO  
KAM YEOW KHOON TONY

NG MAY KHUAN (MAY)  
TEH CHING YEE  
CHEW CHING JEN



# contents | daftar isi

MAY & JUNE 2020  
MEI & JUNI 2020

## ON THE COVER | DI SAMPUL

- 04** Managing and Reversing Rheumatoid Arthritis  
Mengelola dan Membalikkan Kondisi Rheumatoid Arthritis

## HIGHLIGHTS

- 08** NewLife™ Organic Care Natural Shampoo Launch  
Peluncuran NewLife™ Organic Care Natural Shampoo

- 12** The Detox Programme for Busy, Busy People!  
Program Detoks untuk Orang Sibuk!

- 14** NEWLIFE™ @ HOME  
NEWLIFE™ DI RUMAH

The LifeLine magazine is published for NewLife™ Independent Business Owners (IBO) by Total Reach Marketing Sdn. Bhd. No.171, Jalan SS2/24, 47300 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan. Tel: 03 7877 6500. ©Copyright 2019 Total Reach Marketing Sdn. Bhd. (Co. No. 246650-X) AJL93209. All rights reserved. NewLife™ IBOs are hereby granted permission to reproduce any article appearing in this LifeLine magazine, provided the said article is printed in its entirety and the reprint bears the following notice: REPRINTED WITH PERMISSION OF TOTAL REACH MARKETING SDN. BHD. Printed by Good News Resources Sdn. Bhd. 17, Lorong Mata Air Dua, Setapak, 53200 Kuala Lumpur, Malaysia.

## NOTICE | PEMBERITAHUAN

This Lifeline may have reached you late due to the disruptions caused by Covid-19. We hope that you have been staying healthy and safe through this time.

**Yours faithfully,**  
**NewLife™ Management**

Anda mungkin terlambat menerima Lifeline ini karena gangguan yang disebabkan oleh Covid-19. Kami harap Anda tetap dalam kondisi sehat dan selamat selama masa-masa pandemi ini.

**Hormat kami,**  
**Manajemen NewLife™**



**NEWLIFE™ INTERNATIONAL** [www.newlife.my](http://www.newlife.my)

MALAYSIA-

**TOTAL REACH MARKETING SDN BHD** (246650-X) AJL No. 93209

KOTA KINABALU Tel +60 88 246 010 Fax +60 88 246 405 Email [kktrm@newlife.com.my](mailto:kktrm@newlife.com.my)

PETALING JAYA Tel +60 3 7877 6500 Fax +60 3 7874 4294 Email [customer.service@newlife.com.my](mailto:customer.service@newlife.com.my)

KUCHING Tel +60 82 252 972 Fax +60 82 257 982 Email [kuching@newlife.com.my](mailto:kuching@newlife.com.my)

SINGAPORE-

**NEWLIFE INTERNATIONAL (S) PTE LTD** (Co.No.200206247Z)

Tel +65 6337 8819 Fax +65 6337 8829 Email [info@newlife.com.sg](mailto:info@newlife.com.sg)

INDONESIA-

**PT JIREH MITRA ANTARBANGSA**

Tel +62 812 1111 6022 Email [indonesia@newlife.com.my](mailto:indonesia@newlife.com.my)

**For NewLife™  
International Independent  
Business Owners Only**  
HANYA UNTUK BUSINESS OWNER INDEPENDEN  
NEWLIFE™ DI SELURUH DUNIA

LIKE US AT



<https://www.facebook.com/newlifetotalhealth>



@newlifetotalhealth

# Managing and Reversing Rheumatoid Arthritis

## Mengelola dan Membalikkan Kondisi **Rheumatoid Arthritis**

The task of the immune system is to distinguish the body's own cells from those that are foreign or harmful, and then destroy the foreign material. The immune system is unlike other bodily systems in that it is not a group of physical structures but a system of complex interactions involving many different organs, structures, and substances. Ideally, all of these components work together to protect the body against infection and disease.

Marvelous as it is, the immune system can perform optimally only if it is cared for properly. This means getting all the right nutrients and providing the right environment, and avoiding the things that tend to lower immunity.

Many elements of the environment we live in today compromise our immune system's defensive capabilities. The chemicals in the household cleaners we use; the overuse of antibiotics and other drugs; the antibiotics, pesticides and additives present in the foods we eat; and our exposure to environmental pollutants; all place a strain on the immune system. Another factor that adversely affects the immune system is stress. Stress results in a sequence of events that suppress the normal activity of white blood cells and places undue demands on the endocrine system, as well as depleting the body of needed nutrients. The result is impaired healing ability and lowered defence against infection.

Proper immune function is an intricate balancing act. While inadequate immunity predisposes one to infectious illnesses of every type, it is also possible to become ill when your immune system decides that your healthy cells are foreign. This is known as autoimmune or 'self-attacking-self' disease. Depending on the type, an autoimmune disease can affect one or many different types of body tissue. It can also cause abnormal organ growth and changes in organ function.

Rheumatoid Arthritis (RA), is an autoimmune disease in which white blood cells attack the cartilage in the joints. RA causes swelling and pain in the joints that can range from mild to excruciating. If left untreated, it can go on to destroy the bones, even the muscles and skin. RA can occur at any age, even in childhood.

Tugas sistem kekebalan tubuh adalah untuk membedakan sel tubuh dari material asing atau berbahaya, lalu menghancurnyanya. Sistem kekebalan tubuh tidak seperti sistem tubuh lainnya karena bukan merupakan kelompok struktur fisik namun merupakan sistem interaksi kompleks yang melibatkan organ, struktur, dan zat yang berbeda. Idealnya, semua komponen ini bekerja sama untuk melindungi tubuh melawan infeksi dan penyakit.

Mempunyai fungsi luar biasa seperti itu, sistem kekebalan tubuh dapat bekerja dengan optimal hanya jika dirawat dengan baik. Artinya, mendapatkan semua nutrisi yang tepat dan memberikan lingkungan yang tepat, serta menghindari hal-hal yang menurunkan kekebalan tubuh.

Banyak elemen dari lingkungan tempat kita hidup hari ini membahayakan kemampuan pertahanan sistem kekebalan tubuh kita. Bahan kimia yang terkandung dalam obat-obat pembersih yang biasa digunakan untuk rumah tangga; penggunaan antibiotik dan obat lainnya secara berlebihan; antibiotik, pestisida, dan zat aditif yang terkandung dalam makanan yang kita makan; dan eksposur kita terhadap polutan lingkungan; semuanya memengaruhi sistem kekebalan tubuh. Faktor lain yang berdampak negatif terhadap sistem kekebalan tubuh adalah stres. Stres mengakibatkan serangkaian peristiwa yang menekan aktivitas normal sel darah putih dan memberikan tuntutan yang tidak semestinya pada sistem endokrin, serta membuat tubuh kekurangan nutrisi yang dibutuhkan. Akibatnya adalah gangguan terhadap kemampuan menyembuhkan diri dan menurunkan pertahanan tubuh terhadap infeksi.

Fungsi kekebalan tubuh yang tepat adalah sebagai tindakan penyeimbang yang rumit. Meskipun kekebalan tubuh yang tidak memadai menyebabkan seseorang dapat terpapar segala jenis penyakit menular, Anda juga dapat sakit ketika sistem kekebalan tubuh Anda memutuskan bahwa sel sehat adalah zat asing. Kondisi ini dikenal dengan penyakit autoimun atau penyakit 'menyerang diri sendiri'. Tergantung pada jenisnya, penyakit autoimun dapat memengaruhi satu atau lebih jenis jaringan tubuh yang berbeda. Penyakit ini juga dapat menyebabkan pertumbuhan organ yang tidak normal dan perubahan fungsi organ.

Rheumatoid Arthritis (RA), merupakan penyakit autoimun di mana sel darah putih menyerang tulang rawan di sendi. RA menyebabkan pembengkakan dan nyeri pada sendi mulai dari yang ringan hingga berat. Jika tidak diobati, RA dapat menghancurkan tulang, dan bahkan otot dan kulit. RA dapat terjadi pada orang dengan segala usia, bahkan pada anak-anak.



## How Is RA Treated?

Sadly, from a medical point of view, RA is a chronic condition that has no cure. Medical treatment can only do the following:

- **Relieve symptoms.**

Prescribing drugs to temporarily ease mild or severe symptoms of RA, like pain and inflammation.

- **Suppress the immune system.**

Some drugs can suppress immune system activity. These drugs can slow down the progression of RA. However, some immunosuppressant drugs are not recommended for people with compromised immune systems or an infection because taking them can raise the risk of serious infection.

Although effective, taking drugs to ease symptoms or suppress the immune system will take its toll on the body. Sooner or later, secondary health issues will occur due to the side effects of the drugs, while the root causes of the condition remain untreated.

## 5 Steps to Reverse RA Naturally:

### 1. Go on a customized Nutritional Programme

Ultimately, we would encourage people with RA to go on our **NewLife™ Nutritional Programme**, which comprises of **Dr. Lynn Tan's Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP)** and the **NewLife™ Health Building Programme (NHBP)** together with an individualized list of supplements (listed below) for a duration of time. This may help the body restore the right balance to the immune system.

This programme is a complete regime aimed at eliminating wastes, toxins and poisons from your body while rebuilding and restoring nutritional, hormonal and metabolic balance. It puts your body in a position to heal, repair, and rejuvenate, giving your body a new start. We have had many RA clients experience relief and even total healing from their symptoms through our Nutritional Programme.

## Bagaimana RA Diobati?

Sayangnya, dari sudut pandang medis, RA merupakan kondisi kronis yang tidak dapat disembuhkan. Pengobatan medis hanya dapat melakukan hal-hal berikut:

- **Meringankan gejala.**

Memberikan resep obat untuk meredakan sementara gejala RA ringan atau berat, seperti nyeri dan inflamasi.

- **Menekan sistem kekebalan tubuh.**

Beberapa obat dapat menekan aktivitas sistem kekebalan tubuh. Obat ini dapat memperlambat progres RA. Namun, beberapa obat penekan kekebalan tubuh tidak dianjurkan untuk orang dengan sistem kekebalan tubuh yang kurang baik atau infeksi karena mengonsumsi obat tersebut dapat meningkatkan risiko infeksi serius.

Meski efektif, mengonsumsi obat untuk meredakan gejala atau menekan sistem kekebalan tubuh memiliki efek samping bagi tubuh. Cepat atau lambat, masalah kesehatan sekunder akan terjadi sebagai efek samping dari obat tersebut, sementara akar penyebab kondisi ini tetap tidak diobati.

## 5 Langkah untuk Membalikkan Kondisi RA Secara Alami:

### 1. Ikuti Program Nutrisi yang telah disesuaikan

Pada akhirnya, kami akan mendorong orang yang menderita RA untuk mengikuti **Program Nutrisi NewLife™**, yang terdiri dari **Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP) Dr. Lynn Tan** dan **Program Pembangunan Kesehatan NewLife™ (NHBP)** bersama dengan daftar suplemen individual (tercantum di bawah) selama jangka waktu tertentu. Ini dapat membantu tubuh memulihkan keseimbangan yang tepat untuk sistem kekebalan tubuh.

Program ini merupakan program lengkap yang bertujuan untuk menghilangkan kotoran dan racun dari tubuh Anda sambil membangun dan memulihkan keseimbangan nutrisi, hormon, dan metabolismik. Program ini membuat tubuh Anda berada dalam posisi untuk menyembuhkan, memperbaiki, meremajakan, dan memberikan awal yang baru bagi tubuh Anda. Kami memiliki banyak pasien RA yang merasakan gejala yang dialaminya jauh berkurang bahkan sembuh total dari gejala tersebut dengan Program Nutrisi kami.



## 2. Foods to avoid

Avoid acid-forming foods such as red meat, eggs, saturated fats, oils, fried foods, sugar, dairy products (except homemade low-fat yoghurt), refined carbohydrates, foods high in gluten (such as breads, pasta, and pastries), alcohol, and caffeine (coffee enemas are acceptable). Taking too much of these foods causes inflammation in the body, which leads to pain. Although this list is long, those with RA who eliminate these foods tend to experience great relief.

Animal products generally worsen inflammation in the joints. Avoid all eggs, dairy, and meat, with the exception of wild caught deep sea fish, which contain anti-inflammatory oils.

The nightshade vegetables – tomatoes, potatoes, eggplant, and peppers – contain a substance called solanine, which can trigger allergic responses and pain in some cases. Eliminate these foods from your diet for a period of six weeks to see if there is improvement.

## 3. Avoid additional sodium

Too much sodium in the diet may aggravate and increase the symptoms of RA.

## 4. Manage stress

Emotional stress has been shown to be one of the contributors in the development of RA. Unfortunately, not only does stress cause diseases, but the disease itself also causes significant stress, creating a vicious cycle.

## 5. Do coffee enemas regularly

Substances in coffee when used as an enema promote the activity of glutathione S-transferase which is responsible for reducing inflammation and free radical damage, by as much as 700%. In addition, coffee enemas help to detoxify the liver and the blood, while reducing inflammation in the gut.

## 2. Makanan-makanan yang harus dihindari

Hindari makanan yang pembentuk asam seperti daging merah, telur, lemak jenuh, minyak, gorengan, gula, produk olahan susu (kecuali yoghurt rendah lemak buatan sendiri), karbohidrat olahan, makanan tinggi gluten (seperti roti, pasta, dan kue), alkohol, dan kafein (enema kopi diperbolehkan). Mengonsumsi terlalu banyak makanan ini menyebabkan inflamasi dalam tubuh, yang mengakibatkan nyeri. Meskipun daftar ini panjang, mereka dengan RA yang menghindari makanan ini cenderung merasakan gejala yang jauh berkurang.

Produk hewan secara umum memperburuk inflamasi pada sendi. Hindari semua telur, susu, dan daging, kecuali ikan laut dalam yang mengandung minyak anti-inflamasi.

Sayuran kelompok terong-terongan seperti tomat, kentang, terong, dan Cabai mengandung zat yang disebut solanine, yang dapat memicu respons alergi dan nyeri dalam beberapa kasus. Hindari makanan ini selama enam minggu untuk melihat apakah membaik.

## 3. Hindari sodium tambahan

Terlalu banyak sodium dalam makanan dapat memperburuk dan meningkatkan gejala RA.

## 4. Kelola stres

Stres emosional telah terbukti menjadi salah satu kontributor dalam pengembangan RA. Sayangnya, stres bukan hanya menyebabkan penyakit, namun penyakit itu sendiri juga menyebabkan stres yang signifikan, membuat siklus berbahaya.

## 5. Lakukan enema kopi secara teratur

Zat-zat yang terkandung dalam kopi saat digunakan sebagai enema meningkatkan aktivitas glutathione S-transferase yang bertanggung jawab untuk mengurangi inflamasi dan kerusakan akibat radikal bebas sebanyak 700%. Selain itu, enema kopi membantu mendetoksifikasi hati dan darah, sambil mengurangi inflamasi di usus.

## Supplements Recommended for Rheumatoid Arthritis: Suplemen yang Direkomendasikan untuk Rheumatoid Arthritis

Supplement   Suplemen	Benefits   Manfaat
Apple Cider Vinegar & Pure Raw Honey Cocktail	Dissolves acid crystals in joints and provides an alkaline condition for the body – relieves pain. Melarutkan kristal asam pada persendian dan membuat kondisi tubuh menjadi basa – meringankan rasa nyeri.
Dr. Brusch's Essiac Tea	A necessary detoxifying tea. Sediments may be applied as a poultice. Teh detoksifikasi yang penting. Sedimen dapat digunakan sebagai tapal.
ColostrumX	Stimulates growth and development of cells and tissues. Menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan sel dan jaringan.
Collasta	Contains anti-inflammatory properties. Mengandung zat-zat anti-inflamasi.
Calcium Complex with Boron	Contains nutrients that aid in the metabolic process. Mengandung nutrisi yang membantu proses metabolismik.
Kelp	A rich source of minerals needed for good skeletal health. Sumber mineral yang kaya dibutuhkan untuk kesehatan tulang yang baik.
N.Zimes™ PA Plus	To aid digestion. Untuk membantu pencernaan.
B Complex	An important anti-stress supplement. Suplemen anti stres yang penting.
Niacin	Increases blood flow. Meningkatkan aliran darah.
C Complex	A powerful free radical destroyer. Penghancur radikal bebas yang andal.
Spirulina	Contains readily absorbable nutrients. Mengandung nutrisi yang mudah diserap.
Wonda Oil	Direct application to the affected area brings relief. Meringankan rasa nyeri jika digunakan langsung ke area yang terkena dampaknya.
CoQ10 Plus	Increases cell energy and tissue oxygenation, which are needed to aid in repairing connective tissues. Meningkatkan energi sel dan oksigenasi jaringan, yang membantu memperbaiki jaringan ikat.
Garlic & Parsley	Inhibits the formation of free radicals, which can damage the joints. Menghambat pembentukan radikal bebas yang dapat merusak sendi.
Carrot & Apple Juice Jus Wortel & Apel	Important antioxidants. Antioksidan penting.
Rebounding Exercise Olahraga Rebounding	Essential for building bones and joint strength. Penting untuk memperkuat tulang dan sendi.



**Disclaimer:** This nutritional guide is intended for educational purposes only. It is not intended as advice for self-diagnosis or a prescription for self-treatment. Consult your own physician regarding the application of any opinion and recommendation with respect to your symptoms or medical conditions.

**Note:** If you have any questions regarding nutrition and health, please email Leon Tan at [leon@newlife.com.my](mailto:leon@newlife.com.my).

**Penyangkalan:** Panduan nutrisi ini hanya dimaksudkan untuk tujuan edukasi. Panduan ini tidak dimaksudkan sebagai sarana untuk mendiagnosa diri sendiri atau sebagai resep pengobatan diri sendiri. Konsultasikan langsung ke dokter Anda mengenai penerapan opini dan rekomendasi terkait dengan gelaja atau kondisi medis Anda.

**Catatan:** Jika Anda memiliki pertanyaan mengenai nutrisi dan kesehatan, silakan kirim email ke Leon Tan di [leon@newlife.com.my](mailto:leon@newlife.com.my).

# NewLife™ Organic Care

## Natural Shampoo Launch

### Peluncuran

### NewLife™ Organic Care

### Natural Shampoo

Over the course of February and March, we held events at our various branches to launch our very own **NewLife™ Organic Care Natural Shampoo**.

We wanted to take everyone on an experiential journey as we introduced the shampoo. We had the ingredients of the shampoo laid out on a table so attendees could take a whiff of the refreshing and therapeutic aromas of the essential oils of orange, patchouli, rosemary, argan and vitamin E.

We also had a DIY Tote Bag booth where attendees could unleash their inner artist by painting their own tote bags. It was a great time of creativity for us. Attendees who brought their kids along had an especially fun time of family bonding!

Delicious and healthy refreshments were served at the launch event. Attendees also had a chance for a lucky draw for each purchase at the event, and many left with big smiles.

Thank you for joining us at the launch event, your presence made all the difference!



Selama bulan Februari dan Maret, kami mengadakan beberapa acara di berbagai cabang kami untuk meluncurkan produk **NewLife™ Organic Care Natural Shampoo**.

Kami ingin semua orang menikmati perjalanan pengalaman saat kami memperkenalkan sampo. Kami meletakkan bahan pembuat sampo di atas meja, sehingga para peserta dapat mencium aroma yang menyegarkan dan aroma terapi dari minyak esensial jeruk, nilam, rosemary, argan, dan vitamin E.

Kami juga memiliki stan DIY Tote Bag di mana peserta dapat menunjukkan bakatnya dengan menghiasi tote bag mereka sendiri. Waktu yang menyenangkan untuk mengasah kreativitas kita. Peserta yang membawa anak-anak mereka memiliki waktu keseruan khusus untuk memperkuat ikatan kekeluargaan!

Kami menyajikan minuman enak dan sehat di acara peluncuran. Peserta juga memiliki peluang untuk mendapatkan undian berhadiah setiap melakukan pembelian di acara tersebut, dan banyak dari mereka yang mendapatkan hadiah.

Terima kasih telah bergabung dengan kami di acara peluncuran, kehadiran Anda sangat berarti!



# Users' Feedback

## Kesan Pengguna

"The shampoo is great and I want to order another 10 bottles more!"

"Samponya bagus dan saya ingin memesan 10 botol lagi!"

Carol Yong, Brunei

"I quite like the shampoo! Will be ordering two!"

"Saya suka sampaonya! Akan memesan dua!"

Bong Kui Lan, Malaysia

"I purposely did not wash my hair for three days because I wanted to test the effectiveness of the shampoo. Upon application, it felt like a spa moment. The aroma of the essential oils heightened the hair-washing experience. I was able to comb through my hair despite not using a conditioner. My hair smelled nice and felt soft. After letting my hair dry naturally, it still felt soft and had volume. Even on the second day, my hair still felt clean and soft!"

"Saya sengaja tidak mencuci rambut saya selama tiga hari karena saya ingin mencoba efektivitas sampo ini. Saat menggunakan, rasanya seperti sedang melakukan spa. Aroma minyak esensial meningkatkan pengalaman mencuci rambut. Saya dapat menyisir rambut saya tanpa tersendat meskipun tidak menggunakan conditioner. Rambut saya wangi dan terasa lembut. Setelah membiarkan rambut kering secara alami, rambut terasa lembut dan bervolume. Bahkan di hari kedua, rambut saya masih terasa bersih dan lembut!"

Laura Lim, Malaysia



"I've tried the shampoo and I love how it washes the hair very clean."

"Saya telah mencoba sampo ini dan saya menyukai bagaimana sampo ini mencuci bersih rambut."

Ms. Tan, Malaysia

"My scalp felt really clean and oxygenated instantly right after the first use. Love the very pleasant natural fragrance of the essential oils in it too. My hair looks healthier and has more volume now."

"Kulit kepala saya terasa bersih dan teroksi genasi langsung setelah penggunaan pertama. Sangat suka wangi alami dari minyak esensial yang juga terkandung di dalamnya. Rambut saya kini terlihat lebih sehat dan lebih bervolume."

Lydia Ling, Singapore



"I used to get itchy scalp and small boils/breakouts on my scalp. Since switching to **NewLife™ Organic Care Natural Shampoo**, I don't have such problems anymore!"

"Dulu kulit kepala saya gatal dan ada jerawat kecilnya. Sejak beralih ke **NewLife™ Organic Care Natural Shampoo**, saya sudah tidak punya masalah seperti itu lagi!"

Mr. Tan, Malaysia

"The shampoo is good. Only a small amount is needed to remove the oil and grit from my hair, and this is so cost-saving. The organic fruity fragrance also gives such a lifting, happy spirit to my soul each time I use it."

"Sampaonya bagus. Hanya perlu sedikit untuk menghilangkan minyak dan pasir dari rambut saya dan sampo ini sangat hemat. Wangi buah organik juga memberi semangat dan perasaan senang pada jiwa saya setiap saya menggunakan."

Joann Phang, Malaysia

"The shampoo is concentrated — a pump is enough for short hair. It softens my hair and makes my hair more manageable. It also gives a slight shine to my hair. The shampoo cleans and lathers enough for a wash, provided hair is wet."

"Sampaonya kental, sekali tekan cukup untuk rambut pendek. Melembutkan rambut saya dan membuat rambut saya lebih mudah diatur. Sampo ini juga membuat rambut saya berkilau. Sampo ini membersihkan dan memiliki busa yang cukup melimpah saat digunakan pada rambut yang basah."

Mabel Teo, Singapore

# March 2020

## NewLife™ Health Retreat

### Wisata Kesehatan NewLife™ Maret 2020 di Kasih Sayang Health Resort



From the 13<sup>th</sup> to 18<sup>th</sup> of March 2020, we hosted our first Health Retreat for the year at Kasih Sayang Health Resort. It was a great escape from the hot weather during this time of the year. Our participants stayed for 6 days, 5 nights to undergo Dr. Lynn Tan's Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP).

We had the pleasure of guiding quite a few first-timers through the DRP, and sharing with them through the different workshops on how to continue living a healthy lifestyle upon their return home. We were treated to beautiful sunsets every day, a fun time on the resort's new big swings, amazing views, and an excursion to Shalom Valley Park.

Check out our next upcoming retreat at [www.newlife.my/health-retreat!](http://www.newlife.my/health-retreat)

Dari tanggal 13 hingga 18 Maret 2020, kami mengadakan Wisata Kesehatan pertama kami pada tahun ini di Kasih Sayang Health Resort. Sangat tepat untuk menghindari cuaca yang panas di musim kemarau tahun ini. Peserta menginap selama 6 hari 5 malam untuk mengikuti Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP) Dr. Lynn Tan.

Kami dengan senang hati membimbing peserta yang baru pertama kali mengikuti DRP, dan berbagi dengan mereka melalui lokakarya yang berbeda mengenai cara untuk melanjutkan hidup dengan gaya hidup sehat setelah pulang. Kami menyaksikan matahari tenggelam yang indah setiap harinya, melakukan kegiatan yang menyenangkan di ayunan besar baru milik resor, menikmati pemandangan yang luar biasa, dan jalan-jalan ke Shalom Valley Park.

Lihat wisata kesehatan kami berikutnya di [www.newlife.my/health-retreat!](http://www.newlife.my/health-retreat)



# Health Restored and Full of Energy through NewLife™!

## Pemulihan Kesehatan dan Energi Penuh dengan NewLife™!

“

Hi everyone, I am Ursula Tateni from Indonesia.

I would like to share my experience with NewLife™ products.

During 2017–2018, I had a lot of health problems. I felt fatigued, easily exhausted and my heart was weak. I also found a lump in my lower abdomen and when my period came, it felt like I was bleeding out. My fingers had tingling sensations and I woke up with cramps in my calves almost every morning. I also had dry skin, chapped nails and dizziness. I suffered from all these symptoms for almost two years.

In 2019, I happened to meet Bee Hong and she told me about NewLife™'s products. I decided to give them a try. **Apple Cider Vinegar** and **Herbal Klenz Powder** were the first two products I tried. During the first two weeks, I felt like all of my body's wastes were eliminated when I went to the toilet. I felt stronger and more energetic. Then, I decided to take 1 bottle of **Dr. Brusch's Essiac Tea**. The lump in my lower abdomen started getting smaller and smaller, then it disappeared for good. I also used **Coffee Enemas** to detoxify my liver and blood.

Now, all of my health problems such as weak heart, fatigue, lump in my lower abdomen, dry skin, chapped nails, tingling sensation, cramp in my calves and dizziness are completely GONE. I feel healthy!

THANKS TO NEWLIFE™!

THANKS TO BEE HONG!

Now I am healthy! I am very energetic and I can now push my boss on his wheelchair to go for walks without feeling tired or fatigued. I love NewLife™ products!

THANKS TO GOD FOR HIS BLESSINGS!



Halo semua, saya Ursula Tateni dari Indonesia.

Saya ingin membagikan pengalaman saya dengan produk NewLife™.

Selama tahun 2017–2018, saya memiliki banyak masalah kesehatan. Saya merasa letih, mudah lelah, dan jantung saya lemah. Saya juga menemukan benjolan di perut bagian bawah dan ketika sedang datang bulan, saya merasa seperti terjadi pendarahan. Jari saya kesemutan dan hampir setiap hari saya bangun dengan betis yang keram. Kulit kering, kuku pecah-pecah, dan saya sering merasakan pusing. Semua gejala tersebut saya alami selama hampir dua tahun.

Pada tahun 2019, saya bertemu dengan Bee Hong dan dia memberi tahu saya mengenai produk NewLife™. Saya memutuskan untuk mencobanya. Dua produk pertama yang saya coba adalah **Apple Cider Vinegar** dan **Herbal Klenz Powder**. Selama dua minggu pertama, saya merasa semua kotoran tubuh saya keluar saat saya buang air besar. Saya merasa lebih kuat dan lebih energik. Kemudian saya memutuskan untuk mengonsumsi 1 botol **Dr. Brusch's Essiac Tea**. Benjolan di perut bagian bawah mulai mengecil, lalu menghilang. Saya juga menggunakan Coffee Enemas untuk mendetoksifikasi hati dan darah saya.

Kini, semua masalah kesehatan saya seperti jantung lemah, kelelahan, benjolan di perut bagian bawah, kulit kering, kuku pecah-pecah, kesemutan, keram di betis, dan pusing benar-benar HILANG. Saya merasa sehat!

TERIMA KASIH NEWLIFE™!

TERIMA KASIH BEE HONG!

Saya sekarang sudah sehat. Sangat bertenaga saya sudah bisa tolak ah Gong ku pergi jalan-jalan dengan kursi roda tidak mengeluh capek lagi. Saya suka produk NewLife™!

TERIMA KASIH TUHAN UNTUK SEMUA BERKAT!

”

# The Detox Programme for Busy, Busy People!

## Program Detoks untuk Orang Sibuk!



With busy schedules come busy lifestyles, where health and nutrition are not prioritised as much as they should be. This is something that we need to be conscious about, because it can happen to anyone! Stress also gets in the way of our attempts to live a healthy lifestyle.

Research has shown that our "normal", general lifestyles and diets can increase our risks of developing chronic and degenerative disease over time. We may also experience a lower quality of life when we face health challenges, such as skin problems, migraines, hormonal imbalance, digestive issues and more.

So how are we going to maintain both our health and our busy lifestyles at the same time? Is there a way to find a balance so that we can enjoy both while maximizing our potential?

### Introducing NewLife™'s Mini Detoxification & Rejuvenation Programme!

The Mini-DRP is a tailored programme for those with busy schedules. It can be done on a regular basis, such as every 2-3 months, and is easily incorporated in your daily routine.

Although the Mini-DRP is a scaled down version of the full DRP, its components help to supply your body with high-quality nutrients that will help improve the health of your cells, tissues, and organs – leading to better function in all areas and supporting the body's natural ability to restore balance and heal itself.

Each product in the Mini-DRP targets common and crucial nutritional gaps in our normal diet, and helps to eliminate toxins from the body. Those undergoing the Mini-DRP should consume a diet of less meat, less salt, no fried foods, no alcohol, and no sugar, while avoiding refined carbohydrates and processed foods as much as possible. Food intake should be focused on 60-70% fruits and vegetables and freshly cold-pressed juices whenever possible. For protein, homemade/Greek yoghurt is recommended.

The Mini-DRP only requires the few products below as well as **Apple Cider Vinegar** and **Pure Raw Honey**. Other NewLife™ supplements and coffee enemas may also be used during this programme.

#### 1. Herbal Klenz Powder

- Provides your body with dietary fibre and detoxifying herbs, to cleanse the small and large intestines of encrustations caused by a diet of refined carbohydrates/foods.
- Prevents constipation and promotes healthy bowel movement.
- Removes heavy metals, parasites and toxins from the digestive system.
- Helps to stabilize blood sugar and control cholesterol levels.

Dengan jadwal yang padat dan gaya hidup yang sibuk, kesehatan dan nutrisi tidak diprioritaskan seperti seharusnya. Hal ini perlu kita sadari, karena hal ini dapat terjadi pada semua orang! Stres juga menjadi penghalang kita dalam mengusahakan hidup sehat.

Penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup dan makanan "normal" kita dapat meningkatkan risiko penyakit kronis dan degeneratif seiring berjalannya waktu. Kita juga dapat mengalami kualitas hidup yang lebih rendah saat kita menghadapi tantangan kesehatan, seperti masalah kulit, migren, ketidakseimbangan hormon, masalah pencernaan, dan lainnya.

Jadi, bagaimana kita akan menjaga kesehatan dan gaya hidup kita yang sibuk pada waktu bersamaan? Adakah cara untuk menyeimbangkan keduanya sehingga kita dapat menikmati keduanya sambil memaksimalkan potensi kita?

#### Memperkenalkan Program Detoksifikasi & Peremajaan Mini NewLife™!

Mini-DRP adalah program yang telah disesuaikan untuk mereka yang memiliki jadwal yang sibuk. Program ini dapat dilakukan secara reguler, seperti setiap 2-3 bulan, dan mudah digabungkan dengan rutinitas harian Anda.

Meskipun Mini-DRP skalanya lebih kecil dibandingkan dengan DRP lengkap, komponennya membantu untuk menyuplai tubuh Anda dengan nutrisi berkualitas tinggi yang akan membantu meningkatkan kesehatan sel, jaringan, dan organ. Hal ini meningkatkan fungsi dalam semua area dan meningkatkan kemampuan alami tubuh untuk memulihkan keseimbangan dan kemampuan menyembuhkan diri sendiri.

Setiap produk yang terdapat dalam Mini-DRP menargetkan kekurangan yang umum terjadi dan penting dalam makanan kita biasanya, dan membantu menghilangkan racun dari tubuh. Mereka yang menjalankan program Mini-DRP harus mengonsumsi makanan yang mengandung sedikit daging, sedikit garam, tidak boleh digoreng, tidak boleh mengonsumsi alkohol, tidak boleh mengonsumsi gula, serta menghindari karbohidrat dan makanan olahan sebanyak mungkin. Asupan makanan harus fokus pada 60-70% buah dan sayuran serta jus segar sebisa mungkin. Untuk protein, dianjurkan untuk mengonsumsi yoghurt buatan sendiri/Greek.

Mini-DRP hanya membutuhkan beberapa produk di bawah serta **Apple Cider Vinegar** dan **Pure Raw Honey**. Suplemen NewLife™ dan enema kopi juga dapat digunakan selama program ini.

#### 1. Herbal Klenz Powder

- Memberi tubuh Anda serat makanan dan herbal detoksifikasi, untuk membersihkan usus besar dan usus kecil dari kerak yang disebabkan oleh karbohidrat/makanan olahan.
- Mencegah sembelit dan meningkatkan gerakan usus yang sehat.
- Menghilangkan logam berat, par寄s, dan racun dari sistem pencernaan.
- Membantu menstabilkan gula darah dan mengontrol tingkat kolesterol.

## 2. Immuflora

- Replenishes friendly bacteria needed for a healthy gastrointestinal system.
- Made with a technological breakthrough that allows the friendly bacteria to survive stomach acid and emerge intact in the intestines.
- Contains 10 billion Bifidobacterium longum, 1 billion Lactobacillus acidophilus and 200g Fructo-Oligosaccharides (FOS).
- Delicious and easy for all ages to consume.

## 3. K-Salt

- Restores electrolyte imbalance caused by an overconsumption of salt (sodium) in our daily diet.
- Healthy, plant-based source of natural potassium.
- Particularly important for those with hypertension.

## 4. Super Green Food ++

- Rich in phytonutrients which feed cells, tissues and organs.
- A blend of 27 different super greens, super foods and antioxidants.
- Cold extracted to preserve nutritional quality.
- Helps to fill nutritional gaps caused by our daily diet.

## 5. Omega Gold Flax Seed Oil

- Supplies the body with essential Omega 3 fatty acids.
- Helps in the prevention of many chronic illnesses.
- Promotes cardiovascular health.
- Reduces inflammation in the body.
- Cold-pressed from organically grown golden flax seeds to preserve taste and nutritional quality.

## 6. Liverin

- With 80% Silymarin, Liverin is a potent blend of herbs - Milk Thistle Extract, Dandelion, Artichoke Extract, Burdock and Celery Extract.
- Detoxifies, protects and promotes the health of the liver and kidney.
- Powerful antioxidant and anti-inflammatory effects.

For more details on **Dr. Lynn Tan's Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP)** as well as the Mini-DRP, grab a copy of **You Can Regain Youth & Health through Detoxification & Rejuvenation** from your closest NewLife™ office today!

## 2. Immuflora

- Mencukupi jumlah bakteri baik yang dibutuhkan untuk sistem pencernaan yang sehat.
- Dibuat dengan terobosan teknologi yang memungkinkan bakteri baik untuk bertahan hidup dari asam perut dan tetap utuh di dalam usus.
- Mengandung 10 miliar Bifidobacterium longum, 1 miliar Lactobacillus acidophilus dan 200 g Fructo-Oligosaccharides (FOS).
- Enak dan mudah dikonsumsi untuk segala usia.

## 3. K-Salt

- Memulihkan ketidakseimbangan elektrolit yang disebabkan oleh konsumsi garam (sodium) berlebih dalam makanan kita.
- Sumber kalium alami yang sehat dan berasal dari tumbuhan.
- Penting terutama bagi mereka dengan kondisi darah tinggi.

## 4. Super Green Food ++

- Kaya fitonutrien yang memberi makan sel, jaringan, dan organ.
- Campuran dari 27 sayuran hijau super, makanan dan antioksidan super.
- Diekstrak dingin untuk menjaga kualitas gizi.
- Membantu mengisi kesenjangan nutrisi yang disebabkan makanan yang Anda konsumsi sehari-hari.

## 5. Omega Gold Flax Seed Oil

- Menyuplai tubuh dengan asam lemak esensial Omega 3.
- Membantu mencegah berbagai penyakit kronis.
- Meningkatkan kesehatan kardiovaskular.
- Mengurangi inflamasi dalam tubuh.
- Diekstrak dengan metode cold-pressed dari biji rami golden flax yang ditanam secara organik untuk menjaga rasa dan kualitas nutrisi.

## 6. Liverin

- Dengan 80% Silymarin, Liverin merupakan campuran herbal yang ampuh - Ekstrak Milk Thistle, Dandelion, Ekstrak Artichoke, Ekstrak Burdock, dan Seledri.
- Mendetoksifikasi, melindungi, dan meningkatkan kesehatan hati dan ginjal.
- Efek antioksidan dan anti inflamasi yang ampuh.

Untuk informasi selengkapnya mengenai **Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP) DR. Lynn Tan** dan Mini-DRP, dapatkan salinan **Anda Dapat Meraih Kembali Keremajaan & Kesehatan melalui Detoksifikasi & Peremajaan** dari kantor NewLife™ terdekat hari ini!

# RECIPE RESEP

## Asian Salad Salad Asia

### Ingredients:

- 3 cups white cabbage, julienned
- 2 cups purple cabbage, julienned
- 1½ cups carrot, roughly julienned
- ½ cup green onion, chopped
- ¾ cup slivered almond, toasted
- ½ cup sesame seeds, toasted

### Dressing:

- 3 tbsps Apple Cider Vinegar
- 2 tbsps Pure Raw Honey
- 2 tbsps Omega Gold Flax Seed Oil
- 1 tbsp sesame oil
- 1 clove garlic, grated
- 1 tbsp ginger, grated

Each dressing ingredient can be adjusted according to taste.

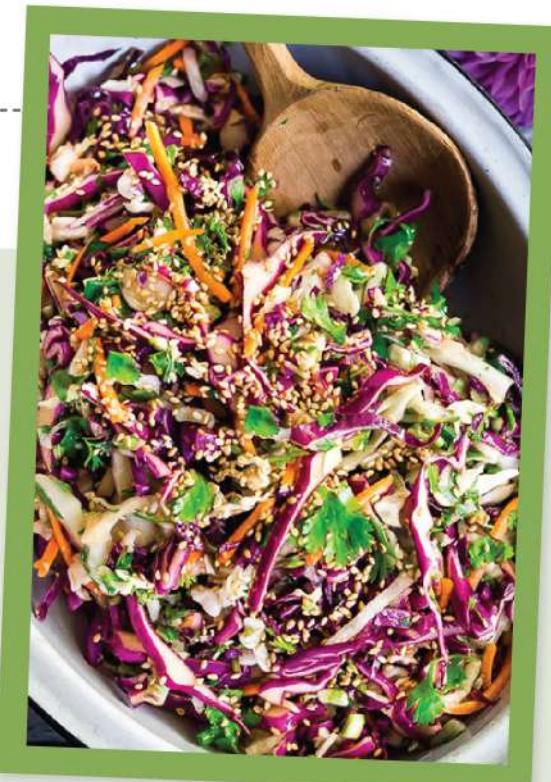
### Bahan-bahan:

- 440gr kol putih, diiris tipis-tipis
- 290gr kol ungu, diiris tipis-tipis
- 220gr wortel, diiris tipis-tipis kasar
- 73gr daun bawang, dicincang
- 90gr almond iris, dipanggang
- 80gr biji wijen, dipanggang

### Saus:

- 3 sendok makan Apple Cider Vinegar
- 2 sendok makan Pure Raw Honey
- 2 sendok makan Omega Gold Flax Seed Oil
- 1 sendok makan minyak wijen
- 1 siung bawang putih, diparut
- 1 sendok makan jahe, diparut

Masing-masing bahan saus dapat disesuaikan sesuai selera.



# NEWLIFE™ @ HOME

# NEWLIFE™ DI RUMAH

At NewLife™, our mission is to empower you to live a healthy, holistic lifestyle; not just by eating a healthy diet and taking nutritional supplements daily, but also with our range of products and appliances for every area of your home!

Di NewLife™, misi kami adalah memberdayakan Anda untuk hidup sehat dan bergaya hidup holistik; bukan hanya dengan memakan makanan sehat dan mengonsumsi suplemen nutrisi setiap hari, namun juga dengan berbagai produk dan peralatan kami untuk setiap area rumah Anda!

## LAUNDRY/ CLEANING

## LAUNDRY/ PEMBERSIH



### 1. Assure Laundry Detergent

Plant-based, eco-friendly laundry detergent that does not contain any chemical brightening or fluorescent agents.

### 2. floorPRO

This biodegradable floor cleaner is antibacterial, pH-balanced, and deodorizes without any harmful chemicals!

### 3. toiletPRO

Biodegradable, effective and safe. Disinfects and removes tough stains.

### 4. Hydrogen Peroxide (H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>)

Natural disinfectant that can be used anywhere around the house, including to wash fruits and vegetables!

### 1. Assure Laundry Detergent

Detergent pakaian ramah lingkungan dan berbasis tanaman yang tidak mengandung pencerah kimia atau agen fluoresen.

### 2. floorPRO

Pembersih lantai biodegradasi ini bersifat antibakteri, PH seimbang, dan wangi tanpa bahan kimia berbahaya!

### 3. toiletPRO

Biodegradasi, efektif, dan aman. Membasmi kuman dan menghilangkan noda membandel.

### 4. Hydrogen Peroxide (H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>)

Disinfektan alami yang dapat digunakan di mana saja di sekitar rumah, termasuk untuk mencuci buah dan sayur!



# KITCHEN DAPUR



## 1. Biodegradable Dishwash Concentrate

- 3x more concentrated and economical.
- 100% natural and biodegradable.
- Plant-based ingredients.
- Highly effective for removing grease and dirt.
- Gentle to the hands.

## 2. Pure Water Distiller

- Purest water with consistent quality over time.
- Easy to use and economical.
- No plumbing required.
- Automatically shuts off when cycle is completed.
- Produces 4 litres of distilled water in 6 hours at 580 watts.

## 3. Alpha Juicer

- Retains over 90% of nutritional value from fruits and vegetables.
- High yield: extracts up to 99% of juice.
- Low speed technology locks in natural flavours and nutrients without oxidation, with juices staying fresh longer.
- Easy to use and clean, and has built-in safety device to prevent overheating.
- Suitable for home or commercial use.
- Bio-ceramic treated bowl preserves flavour, enzymes and nutrients.
- Comes with juicing, mincing, grinding, noodle-making functions and more!

## 4. Yoghurt Maker

- Easy to use.
- Features precise temperature control throughout the fermentation process, ensuring quality yoghurt every time.
- Economical. Consumes only 13 watts of power and can make 1 litre of yoghurt at a time.
- Superior quality with an extended 5 year limited warranty.



## 1. Biodegradable Dishwash Concentrate

- 3x lebih konsentrat dan ekonomis.
- 100% alami dan biodegradasi.
- Menggunakan bahan yang berasal dari tumbuhan.
- Sangat efektif untuk menghilangkan lemak dan kotoran.
- Lembut di tangan.

## 2. Pure Water Distiller

- Air termurni dengan kualitas yang konsisten dari waktu ke waktu.
- Mudah digunakan dan ekonomis.
- Tidak memerlukan pipa.
- Mati secara otomatis ketika siklusnya selesai.
- Memproduksi 4 liter air dalam 6 jam dengan 580 watt.

## 3. Alpha Juicer

- Mempertahankan lebih dari 90% nutrisi yang terkandung dalam buah dan sayur.
- Hasil yang lebih banyak: mengekstrak hingga 99% jus.
- Teknologi kecepatan rendah mengunci rasa dan nutrisi alami tanpa oksidasi, dengan jus yang segar lebih lama.
- Mudah digunakan dan dibersihkan, serta memiliki perangkat keamanan bawaan untuk mencegah agar tidak terlalu panas.
- Cocok untuk penggunaan rumah tangga maupun komersil.
- Mangkuk bio-keramik menjaga rasa, enzim, dan nutrisi.
- Dapat digunakan untuk membuat jus, mencincang, menggiling, membuat mi, dan masih banyak lagi!

## 4. Yoghurt Maker

- Mudah digunakan.
- Memiliki fitur pengontrol suhu yang tepat selama proses fermentasi, memastikan kualitas yoghurt selalu baik.
- Ekonomis. Hanya memerlukan 13 watt daya dan dapat membuat 1 liter yoghurt kapan saja.
- Kualitas yang sangat bagus dengan garansi terbatas 5 tahun.



# EXERCISE OLAHRAGA



## 1. Rebounder

Daily rebounding is an excellent form of exercise! Helps to burn calories, improve joint/bone health and promote lymphatic circulation.

## 1. Rebounder

Rebounding (memantul) setiap hari merupakan salah satu bentuk olahraga yang sangat baik! Membantu membakar kalori, meningkatkan kesehatan sendi/tulang dan meningkatkan sirkulasi limfatik.

# PERSONAL CARE

## PERAWATAN PRIBADI



### 1. Castile Liquid Cleanser

Natural liquid soap, made with pure virgin olive oil, coconut oil and essential oils of lavender, lemongrass, petitgrain, rosemary and eucalyptus, that cleanses and moisturises. Gentle and suitable for sensitive skin and children. It is also versatile and multi-purpose for washing fruits, vegetables and even pets. Certified organic.

### 2. Natural Shampoo

Daily use shampoo made with all-natural/naturally-derived ingredients. Enriched with essential oils of orange, argan, rosemary, patchouli and vitamin E. Free from SLS, SLES, PEGs and other chemicals. Promotes healthy hair and scalp.

### 3. Hand, Face & Body Scrub

Derived from pure vegetable base of copra, micronized pine cellulose and essential oil of lavender. Softens and moisturizes skin while thoroughly cleansing and exfoliating.

### 4. Dental Maxx Toothbrush

Special soft round-ended bristles placed at different angles help to thoroughly clean teeth and protect delicate gum tissue, improving gum health and removing plaque.

### 5. El-Natural Toothpaste

Fluoride-free toothpaste that contains natural ingredients such as tea tree oil, bee propolis and liquorice extract. Helps to promote teeth and gum health while removing plaque and preventing bacterial infections.

### 6. Enema Set

Hygienic and easy to use.

### 7. Extra Virgin Coconut Oil

Natural, safe lubricant for use with the Enema set. Can also be used for oil pulling to detoxify and promote gum/teeth health.

### 8. Wonda Oil

First Aid Kit in a Bottle – an effective bactericide, capable of killing a broad spectrum of bacteria and some stubborn fungal infections on the skin. Can be used to treat cuts/wounds to prevent infection and promote healing.

### 1. Castile Liquid Cleanser

Sabun cair alami, dibuat dengan minyak zaitun murni, minyak kelapa, dan minyak esensial lavender, serai, petitgrain, rosemary, dan kayu putih, yang membersihkan dan melembapkan. Lembut dan cocok untuk kulit sensitif dan anak-anak. Sabun ini serbaguna, dapat digunakan untuk mencuci buah, sayur, dan bahkan untuk memandikan hewan peliharaan. Bersertifikat organik.

### 2. Natural Shampoo

Sampo yang dapat digunakan setiap hari dibuat dari bahan-bahan alami. Kaya akan minyak esensial jeruk, argan, rosemary, nilam, dan vitamin E. Bebas dari SLS, SLES, PEG, dan bahan kimia lainnya. Meningkatkan kesehatan rambut dan kulit kepala.

### 3. Hand, Face & Body Scrub

Berasal dari bahan-bahan alami berbasis sayuran seperti kopra, selulosa pinus mikron, dan esensial lavender. Melembutkan dan melembapkan kulit sambil membersihkan kulit secara meluruh dan mengganti sel kulit mati.

### 4. Dental Maxx Toothbrush

Bulu-bulu halus dengan ujung bundar ditempatkan di sudut yang berbeda membantu membersihkan gigi secara menyeluruh dan melindungi jaringan gusi yang halus, meningkatkan kesehatan gusi, dan menghilangkan plak.

### 5. El-Natural Toothpaste

Pasti gigi bebas fluoride yang mengandung bahan-bahan alami seperti minyak pohon teh, propolis lebah, dan ekstrak akar manis. Membantu meningkatkan kesehatan gigi dan gusi serta menghilangkan plak dan mencegah infeksi bakteri.

### 6. Enema Set

Higenis dan mudah digunakan.

### 7. Extra Virgin Coconut Oil

Pelumas alami dan aman untuk digunakan dengan Enema set. Juga dapat digunakan untuk pembersihan rongga mulut untuk detoksifikasi dan meningkatkan kesehatan gigi/gusi.

### 8. Wonda Oil

P3K dalam sebuah Botol – bakterisida yang efektif, mampu membunuh berbagai bakteri dan infeksi jamur pada kulit. Dapat digunakan untuk mengobati luka untuk mencegah infeksi dan mempercepat proses penyembuhan.



# Coffee Enema

The purpose of the coffee enema is to cleanse and fortify the liver, our blood detoxifying organ. Why is detoxification important? Everyday our body is exposed to toxins from both external (pollution, unhealthy diet, etc.) and internal (stress, food intolerances / allergies, hormonal imbalance, etc.) sources. While our body is capable of maintaining function despite these stresses, over time and as we age, organs such as the liver start to struggle and become less efficient/effective. A weakened liver can cause chronic toxicity and inflammation throughout the body, which contributes to premature aging, fatigue, allergies, joint problems, cancer and other ailments. It also increases our risk for chronic conditions such as heart disease, diabetes, autoimmune diseases and more.

How do coffee enemas benefit the body?

- Strengthens the immune system
- Detoxifies the liver and the blood
- Promotes liver health
- Reduces inflammation and free radical damage
- Has anti-aging effects

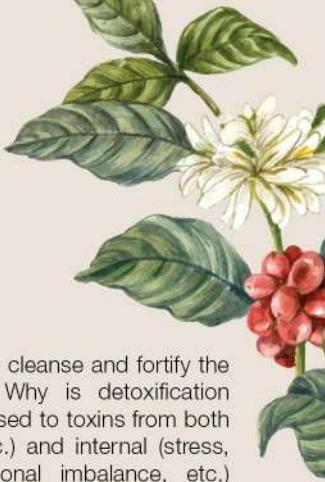
Certain palmitates (fatty acids) found in coffee help to promote the production and activity of the enzyme glutathione S-transferase (GST). This enzyme is a powerful antioxidant produced in the liver, and is responsible for neutralizing free radicals that can cause cellular damage in the body, while increasing the efficacy of any antioxidants we consume such as vitamin C. An increased production of glutathione S-transferase helps to reduce systemic inflammation, which is helpful for pain management.

Tujuan coffee enema (enema kopi) adalah untuk membersihkan dan memperkuat hati, organ pendetoksi darah kita. Mengapa detoksifikasi penting? Setiap hari tubuh kita terpapar oleh berbagai racun dari sumber eksternal (polusi, pola makan yang tidak sehat, dll.) dan internal (stres, intoleransi / alergi makanan, ketidakseimbangan hormon, dll.). Meskipun tubuh kita memiliki kemampuan untuk mempertahankan fungsi organ terlepas dari segala tekanan-tekanan ini, seiring waktu dan bertambahnya usia, organ seperti hati mulai bekerja lebih keras dan menjadi kurang efisien/efektif. Fungsi hati yang melemah dapat menyebabkan keracunan dan inflamasi kronis dalam tubuh, yang turut menyebabkan penuaan dini, kelelahan, alergi, masalah sendi, kanker, dan penyakit lainnya. Hal ini juga meningkatkan risiko untuk kodisi kronis seperti penyakit jantung, diabetes, penyakit autoimun, dan lainnya.

Apa manfaat coffee enema (enema kopi) terhadap tubuh?

- Memperkuat sistem kekebalan tubuh
- Mendetoksifikasi hati dan darah
- Meningkatkan kesehatan hati
- Mengurangi inflamasi dan kerusakan yang diakibatkan oleh radikal bebas
- Memiliki efek anti-penuaan dini

Asam palmitat (asam lemak) tertentu ditemukan dalam kopi untuk membantu produksi dan aktivitas enzim glutathione S-transferase (GST). Enzim ini adalah antioksidan ampuh yang diproduksi di hati, dan bertanggung jawab untuk menetralkan radikal bebas yang dapat menyebabkan kerusakan sel dalam tubuh, sambil meningkatkan keampuhan dari antioksidan yang kita konsumsi seperti vitamin C. Produksi glutathione S-transferase yang meningkat membantu mengurangi inflamasi sistemik, yang bermanfaat untuk manajemen nyeri/rasa sakit.



## NEW PACKAGING — KEMASAN BARU

### NewLife™ Coffee

- Organically grown and processed by hand
- Lightly roasted to preserve desired elements
- Available in loose powder or sachets

Rerepackaged for your convenience:

- Waterproof
- Resealable
- Brand new design

- Ditanam secara organik dan diproses dengan tangan
- Dipanggang sebentar untuk mempertahankan elemen-elemen yang diinginkan
- Tersedia dalam bentuk bubuk atau saset

Dikemas ulang untuk kenyamanan Anda:

- Tahan air
- Dapat ditutup kembali
- Desain baru



# MAY | MEI 2020

**MON**

**04**

Replacement holiday for  
Nuzul Al-Quran  
Hari libur pengganti untuk  
Nuzulul Quran  
(PJ office closed | Kantor PJ tutup)

**18**

**Hari Raya Puasa 25**  
**(2<sup>nd</sup> Day)**  
**Hari Raya Idul Fitri**  
**(Hari Kedua)**  
(All offices closed | Semua kantor tutup)

**TUE**

**SG**

**05**

**10.30<sup>am</sup> - 12.00<sup>pm</sup>**  
**Making Health Your Lifetime Business (Business Opportunity Meeting with Essential 6)**  
**Menjadikan Kesehatan Bisnis Seumur Hidup Anda (Pertemuan Peluang Bisnis dengan Essential 6)**  
*by Sim Bee Hong (Manager) & Lydia Ling (Silver Manager)*

**12**

**SG**

**19**

**10.30<sup>am</sup> - 12.00<sup>pm</sup>**  
**Chemical-Free Household Rumah Tangga Bebas Bahan Kimia**  
*by Suzi Moi (Manager), Abigail Moi & Gabrielle Moi*

**26**

Replacement holiday for  
Hari Raya Puasa  
Hari libur pengganti untuk  
Hari Raya Idul Fitri  
(Malaysia offices closed)  
(Kantor Malaysia tutup)

**WED**

**06**

**13**

**20**

**27**

**THU**

**07**

**14**

**21**

**28**

**Wesak Day Hari Waisak**  
(All offices closed)  
(Semua kantor tutup)

**SG**

**7.30<sup>pm</sup> - 9.30<sup>pm</sup>**  
**Healing Beverages - Elixirs for Vibrant Health & Longevity Minuman yang Menyembuhkan - Elixirs untuk Kesehatan & Umur Panjang**  
*by Deborah Lee*

**SG**

**7.30<sup>pm</sup> - 9.30<sup>pm</sup>**  
**Gut Health & Gut Food Kesehatan Usus & Makanan untuk Usus**  
*by Sim Bee Hong (Manager) & Ling Young Hoon*

**FRI**

**Labour Day Hari Buruh**

(All offices closed | Semua kantor tutup)

**01**

**08**

**15**

**22**

**29**

**SAT**

**SG**

**02**

**2.00<sup>pm</sup> - 3.30<sup>pm</sup>**  
**Making Health Your Lifetime Business (Business Opportunity Meeting with Essential 6)**  
**Menjadikan Kesehatan Bisnis Seumur Hidup Anda (Pertemuan Peluang Bisnis dengan Essential 6)**  
*by Joyce Chua & Lydia Ling (Silver Manager)*

**SG**

**2.00<sup>pm</sup> - 3.30<sup>pm</sup>**  
**Healing Foods Makanan yang Menyembuhkan**  
*by Lisa Sofiar & Team*

**09**

**SG**

**2.00<sup>pm</sup> - 3.30<sup>pm</sup>**  
**Reversing Autoimmune Diseases Through Holistic Nutrition Mebalikkan Kondisi Penyakit Autoimun Dengan Nutrisi Holistik**  
*by Lydia Ling (Silver Manager)*

**16**

**SG**

**2.00<sup>pm</sup> - 3.30<sup>pm</sup>**  
**Sustainable Weight Loss & Health Gain Penurunan Berat Badan & Peningkatan Kesehatan yang Berkelanjutan**  
*by Lydia Ling (Silver Manager) & Sim Bee Hong (Manager)*

**23**

**SG**

**2.00<sup>pm</sup> - 3.30<sup>pm</sup>**  
**Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP) Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP)**  
*by Jeffrey Lim (Manager)*

**SUN**

**03**

**Nuzul Al-Quran Nuzulul Quran**  
(PJ office closed)  
(Kantor PJ tutup)

**10**

**17**

**Hari Raya Puasa 24**  
**(1<sup>st</sup> Day)**  
**Hari Raya Idul Fitri (Hari Pertama)**  
(All offices closed | Semua kantor tutup)

**Harvest Festival 31**  
**(2<sup>nd</sup> Day)**  
**Festival Panen (Hari Kedua)**  
(KK office closed | Kantor KK tutup)

# JUNE | JUNI 2020

<b>MON</b>	<b>01</b>	Hari Gawai (1 <sup>st</sup> Day) Hari Gawai (Hari Pertama) Replacement holiday for Harvest Festival Hari libur pengantikan untuk Festival Panen (KK & KUC offices closed) (Kantor KK & KUC tutup)	<b>08</b>	Agong's Birthday Ulang Tahun Yang di-Pertuan Agong (Malaysia offices closed) (Kantor Malaysia tutup)	<b>15</b>		<b>22</b>		<b>29</b>
<b>TUE</b>	<b>02</b>	SG 10.30 <sup>am</sup> - 12.00 <sup>pm</sup> Cholesterol Confusion Clarified Penjelasan Kesalahan Persepsi Tentang Kolesterol by Lisa Sofiar	<b>09</b>		<b>16</b>	SG 10.30 <sup>am</sup> - 12.00 <sup>pm</sup> Making Health Your Lifetime Business (Business Opportunity Meeting with Essential 6) Menjadikan Kesehatan Bisnis Seumur Hidup Anda (Pertemuan Peluang Bisnis dengan Essential 6) by Sim Bee Hong (Manager) & Lydia Ling (Silver Manager)	<b>23</b>	SG 10.30 <sup>am</sup> - 12.00 <sup>pm</sup> Natural Remedies for Common Ailments Obat Alami untuk Penyakit Umum by Ling Young Hoon	<b>30</b>
<b>WED</b>	<b>03</b>		<b>10</b>		<b>17</b>		<b>24</b>		
<b>THU</b>	<b>04</b>	SG 7.30 <sup>pm</sup> - 9.30 <sup>pm</sup> Making Health Your Lifetime Business (Business Opportunity Meeting with Essential 6) Menjadikan Kesehatan Bisnis Seumur Hidup Anda (Pertemuan Peluang Bisnis dengan Essential 6) by Lydia Ling (Silver Manager)	<b>HEALTH RETREAT</b> at Kasih Sayang Health Resort <b>WISATA KESEHATAN</b> di Kasih Sayang Health Resort 11-16 June 2020   11-16 Juni 2020	<b>11</b>	SG 7.30 <sup>pm</sup> - 9.30 <sup>pm</sup> Prevention & Management of Diabetes Pencegahan & Manajemen Diabetes by Zoe Tang	<b>18</b>	SG 7.30 <sup>pm</sup> - 9.30 <sup>pm</sup> Overcoming Inflammation/Pain Mengatasi Inflamasi/Nyeri by Joyce Chua	<b>25</b>	
<b>FRI</b>	<b>05</b>		<b>12</b>		<b>19</b>		<b>26</b>		
<b>SAT</b>	<b>06</b>	SG 2.00 <sup>pm</sup> - 3.30 <sup>pm</sup> Healing Foods Makanan yang Menyembuhkan by Lisa Sofiar & Team	<b>13</b>	SG 2.00 <sup>pm</sup> - 3.30 <sup>pm</sup> Raising Superimmunity Children Membesarkan Anak Superimunitas by Suzi Moi (Manager) & Team	<b>20</b>	SG 2.00 <sup>pm</sup> - 3.30 <sup>pm</sup> Clean & Build Bersih & Membangun by Sim Bee Hong (Manager) & Ling Young Hoon	<b>27</b>	SG 2.00 <sup>pm</sup> - 3.30 <sup>pm</sup> Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP) Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP) by Jeffrey Lim (Manager)	
		PJ 2.30 <sup>pm</sup> - 4.00 <sup>pm</sup> Detoxification & Rejuvenation Programme (DRP) Program Detoksifikasi & Peremajaan (DRP) by Tzuu Yi (Nutritionist)			PJ 2.00 <sup>pm</sup> - 3.30 <sup>pm</sup> Juicing for Health Minum Jus untuk Kesehatan by IBO Support Staff	KUC 2.30 <sup>pm</sup> - 4.00 <sup>pm</sup> Managing & Reversing Rheumatoid Arthritis Mengelola & Membalikkan Rheumatoid Arthritis by Leon Tan (Nutritionist)			
<b>SUN</b>	<b>07</b>		<b>14</b>		<b>21</b>		<b>28</b>		

# HEALTH RETREAT

at Kasih Sayang Health Resort  
with Datin Dr. Lynn Tan (N.D.) & Team

## RETRET KESEHATAN

di Kasih Sayang Health Resort  
bersama Datin Dr. Lynn Tan (N.D.) & Team

**Closing Date:  
15 August 2020**  
**Paling Lambat:  
15 Agustus 2020**

**10-15 September 2020**

6D5N Detoxification & Rejuvenation Programme

**10-15 September 2020**

6D5N Program Detoksifikasi & Peremajaan



	DRP Participants (Per Person) Peserta PDP (Per Orang)	Non DRP Participants (Per Person) Non Peserta DRP (Per Orang)	
	Twin Sharing Kamar Berdua	Single Occupancy Kamar Sendiri	Twin Sharing Kamar Berdua
<b>Super Early Bird</b> Pendaftaran Paling Awal	RM4,740 / S\$1,590	RM5,620 / S\$1,883	RM1,909 / S\$646
<b>Expiry   Paling Lambat :</b> 15 June/Juni 2020			
<b>Early Bird</b> Pendaftaran Awal	RM5,297 / S\$1,777	RM6,281 / S\$2,104	RM2,134 / S\$722
<b>Expiry   Paling Lambat :</b> 15 July/Juli 2020			
<b>Regular</b> Pendaftaran Reguler	RM5,576 / S\$1,870	RM6,612 / S\$2,215	RM2,246 / S\$760
<b>Closing   Penutupan :</b> 15 August/Agustus 2020			
<b>Fee includes</b> <b>Biaya mencakup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Airport transfer</li> <li>- Transfer Bandara</li> <li>- 5-night stay at Kasih Sayang Health Resort</li> <li>- Menginap 5 malam di Kasih Sayang Health Resort</li> <li>- 5 lunches, 5 dinners, &amp; 5 suppers (DRP menu)</li> <li>- 5 makan siang, 5 makan malam, 5 supper (menu PDP)</li> <li>- 6 days of DRP with enema bucket</li> <li>- 6 hari PDP dengan ember enema</li> <li>- Health lectures by Dr. Lynn Tan (N.D.) and team (English)</li> <li>- Kuliah kesehatan oleh Dr. Lynn Tan (N.D.) dan tim (Bahasa Inggris)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Airport transfer</li> <li>- Transfer bandara</li> <li>- 5-night stay (twin sharing) at Kasih Sayang Health Resort (includes breakfast)</li> <li>- Menginap 5 malam (kamar berdua) di Kasih Sayang Health Resort (termasuk sarapan)</li> <li>- Health lectures by Dr. Lynn Tan (N.D.) and team (English)</li> <li>- Kuliah kesehatan oleh Dr. Lynn Tan (N.D.) dan tim (Bahasa Inggris)</li> </ul>	

\* Airport transfers are only available as follows / Transfer bandara hanya tersedia sebagai berikut:

Date   Tanggal	Pick-up point   Titik Penjemputan	Destination   Destinasi	Pick-up time   Jam penjemputan
10 September 2020 (Thursday) 10 September 2020 (Kamis)	KKIA	KASIH SAYANG	Before 12.30pm Sebelum 12.30 siang
15 September 2020 (Tuesday) 15 September 2020 (Selasa)	KASIH SAYANG	KKIA	12.00pm 12.00 siang

**Please note | Harap dilihat:**

- Health Retreat starts at 2.00pm sharp on 10 September 2020 and ends at 12.00pm on 15 September 2020. Kindly consider these factors when booking your flight.  
Retret Kesehatan ini dimulai tepat pada pukul 2.00 siang pada tanggal 10 September 2020 dan berakhir pada pukul 12.00 siang tanggal 15 September 2020. Harap pertimbangkan faktor-faktor ini ketika memesan tiket pesawat Anda.
- Application is subject to approval. Please confirm flight only after successful registration.  
Pendaftaran tunduk pada persetujuan. Harap agar memesan tiket pesawat hanya setelah berhasil mendaftar.
- SG prices are inclusive of 7% GST. Please note that air fare not included.  
Harga Singapura termasuk 7% GST. Harap dilihat bahwa harga penerbangan tidak termasuk.