

DXN Life

Giving Back Campaign

ONE DOLLAR ONE CHILD

VOL 79

FOR INTERNAL CIRCULATION OCT 2020
KDN PP 13265/03/2013(031850)

Health Information

Healthy diet for a healthy weight!

100%
Healthy
Drinks

Success
Story

EDD DIRGHA
LAL DONG



Good Morning DXN!

2020 marks DXN's 27th year as an international direct selling company. Despite the hardship that everyone in the world is facing currently, DXN has never given up, and is still striving to provide the best in health and wealth to the world, as positivity and strength is needed in order to keep surviving. Although we're almost coming to the end of 2020, there is no light yet on a vaccine that could help to cure covid-19. With months of fighting the pandemic, we would need to stay positive and strong to ensure that we will be able to survive this tough time.

DXN has recently recorded its 10th million distributor. This could not be achieved without the enormous support and trust from all the DXN Family. Another milestone of DXN is that we have recently made another 2 Crown Ambassadors and they are both females. This proved that the DXN business is indeed for everyone and that everyone could be successful in DXN, as long as they work hard and never give up. Congratulations to Mdm. Amira Hamad Alyoubi and Mdm. Shaikha Turki Al Amri, both from Saudi Arabia.

To contribute back to the society especially to the needy, DXN has recently launched a campaign called "One Dollar One Child" (ODOC). This campaign aims to help 1 million children all over the world who are suffering from malnutrition. Distributors and leaders are encouraged to contribute to ensure that these kids will get the benefits of Spirulina that will help them to grow healthily. This campaign will be held starting from August 2020 until December 2020. Do your part and let us help make our future generation, a healthy generation.

As travelling is still not permitted, I have come up with another way to reach my beloved DXN distributors. I have been active on Facebook with three segments mainly named as Coffee Talk, Herbal Talk and also Sunya Talk, sharing with everyone on various issues related to DXN specifically and health generally. I am very glad that despite the challenges that we are facing, technology can still connect and make us feel close to each other. Make sure to follow me on my Facebook page, 'Datuk Dr Lim Siow Jin', for more great and interesting topic and issues that will be discussed together.

At DXN, we believe that success is achievable and that it belongs to everyone. Continue to work hard and success will be yours soon.

See you at the top.

Thank you.

早安德信!

2020年是德信成立的第27周年。尽管当前世界正面临着各种严峻的挑战，但德信从未放弃，并且尽其所能给予世界最佳的健康与财富自由，因为保持积极向上的正能量是继续前行的关键。2020年即将结束，但依旧尚无疫苗可治愈冠状病毒。因此，在抗击冠状病毒大流行的期间，我们需时刻保持积极和坚强的心态，以确保我们能够携手度过这一艰难时期。

德信目前的经销商已达至1千万人，这归功于德信大家庭给予的巨大支持与信任。除此之外，德信再次完成另一个里程碑，成功创造2名皇冠大使，而且都是女性。这亦证明了只要您肯付出努力，坚持不放弃，人人都可以在德信取得成功。我们在此祝贺两位同自沙特阿拉伯的皇冠大使 Amira Hamad Alyoubi 夫人 Shaikha Turki Al Amri 夫人。

为了回馈社会，德信在这期间发起一项“1美元助1孩童爱心活动”(ODOC)。该活动宗旨是拯救100万饱受营养不良的孩童。我们鼓励德信经销商和领导们向身处危难中的孩童伸出援手，确保孩童获得服用螺旋藻，以帮助他们健康茁壮的成长。1美元助1孩童爱心活动将从2020年8月开始至2020年12月。尽每个人一份微薄之力，一起帮助有需要孩童健康成长。

由于尚未被允许出国，因此，我使用另一种方式与各位亲爱的德信经销商们进行分享与联系。我通过脸书进行分享会，主要分为三个主题，分别是“咖啡谈话(CoffeeTalk)”、“草药谈话(HerbalTalk)”和“空谈话(Sunya Talk)”，并与大家分享有关德信和健康的各种问题。最让我感到欣慰的是，疫情当前之下我们仍然可通过网络保持紧密联系。请关注我的脸书主页“拿督林孝仁博士”，以了解更多精彩有趣的话题。

在德信，我们相信成功是可以通过努力而实现，每个人都可以取得属于自己的成功。只要心中的信念不灭，全身心投入工作，成功的那一天必定会到来。

顶峰见。

谢谢!

Selamat Pagi DXN!

Tahun 2020 merupakan tahun ke-27 DXN sebagai sebuah syarikat jualan langsung yang bertaraf antarabangsa. Meskipun dugaan yang dihadapi oleh dunia ketika ini, DXN tidak pernah menyerah kalah dan masih berusaha untuk memberikan yang terbaik bagi memberikan kesihatan dan kekayaan kepada dunia memandangkan sifat positif dan kekuatan adalah kunci untuk meneruskan kehidupan. Walaupun tahun 2020 hampir berakhir, tetapi vaksin untuk menyembuhkan covid-19 masih belum ditemui. Dalam memerangi pandemik, kita perlu terus positif dan kuat untuk memastikan kita dapat mengharungi waktu sukar ini.

Pengedar DXN kini telah mencecah 10 juta orang. Ini tidak dapat dikecapi tanpa sokongan padu dan kepercayaan dari seluruh keluarga DXN. Satu lagi pencapaian DXN adalah 2 orang Duta Mahkota baharu telah berjaya dihasilkan dan kedua-dua mereka adalah wanita. Ini membuktikan bahawa perniagaan DXN adalah untuk semua dan sesiapa sahaja boleh berjaya dengan DXN, selagi mana mereka bekerja keras dan tidak patah semangat. Tahniah diucapkan kepada Puan Amira Hamad Alyoubi dan Puan Shaikha Turki Al Amri, yang berasal dari Arab Saudi.

Untuk menyumbang kembali kepada masyarakat terutamanya kepada mereka yang memerlukan, DXN telah melancarkan sebuah kempen yang dinamakan "One Dollar One Child" (ODOC). Kempen ini bertujuan untuk membantu 1 juta kanak-kanak di serata dunia yang menderita kekurangan zat. Pengedar dan pemimpin digalakkan untuk menyumbang bagi memastikan kanak-kanak ini dapat menikmati khasiat Spirulina untuk membantu mereka membesar dengan sihat. Kempen ini bermula dari bulan Ogos sehingga Disember 2020. Menyumbanglah dan bantu kami untuk menjadikan generasi akan datang sebagai sebuah generasi yang sihat.

Memandangkan kita masih belum dibenarkan untuk ke luar negara, saya telah menjumpai cara terbaik untuk berhubung dengan para pengedar kesayangan saya. Saya kini aktif di Facebook dengan tiga segmen utama yang dinamakan sebagai 'Coffee Talk', 'Herbal Talk' dan 'Sunya Talk', berkongsi mengenai pelbagai isu berkaitan dengan DXN secara khususnya dan kesihatan secara amnya. Saya amat gembira kerana walaupun menghadapi cabaran, teknologi dapat menghubungkan dan mendekatkan kita. Ikuti saya di halaman Facebook 'Datuk Dr. Lim Siow Jin' untuk pelbagai topik dan isu menarik yang bakal dibincangkan bersama.

Di DXN, kami percaya bahawa kejayaan boleh dicapai dan adalah milik semua. Teruskan berusaha dan kejayaan pasti akan menjadi milik anda.

Jumpa anda di puncak kejayaan dalam DXN.

Terima kasih.



HEADQUARTERS :

DXN MARKETING SDN. BHD. 199301029165 (283904-P) (A.J.L. 93432)
Block C, 8 Suria Boutique Offices, Jalan PUJ 1/42, Dataran Prima,
47301 Petaling Jaya Selangor Darul Ehsan.
Tel : +603-7809 3388 Fax : +603-7809 3300

BRANCHES :

- DXN CAWANGAN ALOR SETAR**
No. 113, Bandar Stargate,
Lebuhraya Sultanah Bahiyah,
05400 Alor Setar, Kedah.
Tel: 04-771 6688 Fax: 04-772 3775
- DXN CAWANGAN PULAU PINANG**
No. 20, Medan Angsana Satu,
Bandar Baru Ayer Itam,
11500 Ayer Itam, Pulau Pinang.
Tel : 04-8273299 / 04-8278299
Fax: 04-8261299
- DXN CAWANGAN JOHOR BAHRU**
No. 33, Jln Molek 1/8, Taman Molek,
81100 Johor Bahru, Johor.
Tel: 07-351 0631 Fax: 07-351 0635
- DXN CAWANGAN KOTA BHARU**
PT 529, Syeksen 17,
Jalan Jambatan Sultan Yahya Petra,
15050 Kota Bharu, Kelantan.
Tel: 09-7482868 Fax: 09-748 2863
- DXN CAWANGAN KUCHING**
Unit 98, Gala City, Jalan Tun Jugah,
93350 Kuching, Sarawak.
Tel: 082-265812 Fax: 082-265813
- DXN CAWANGAN KOTA KINABALU**
Lot 12-0 Ground Floor, Block B,
Inanam Business Centre,
88450 Kota Kinabalu, Sabah
Tel: 088-421209 Fax : 088-431209

Editor : Najihah Binti Roslan
Designer : Ang Sui Lei,
Nur Alisha Binti Mohd Jamil,
Shahril bin Hamid
Team Members : Sales and Training Department
Group Publication Department,
Group Product Department (GPD)
Published By : DXN Marketing Sdn. Bhd.
199301029165 (283904-P) (A.J.L. 93432)
(A Wholly Owned Subsidiary of DXN Holdings Bhd.)
Printed By : Golden Hill Press Sdn. Bhd.
No. A-G-02 & A-G-03, Blok A,
Jalan Bangau 11, Puchong Jaya,
47100 Puchong Selangor, Malaysia.

IMPORTANT : The information contained within this publication is for reference and education purposes only. It is not intended as a substitute for the advice of a qualified medical professional. DXN Marketing Sdn. Bhd. does not condone or advocate self-diagnosis or self-medication in any way. If you have a condition which requires medical diagnosis and treatment, it is important that you visit a licensed health professional.

注意：本刊所刊载的一切资讯仅供参考及教育用途，并无意取代合格医生的意见，德信直销有限公司并不容许及不提倡任何方式的自行诊断或医疗，若遇病况，宜向合格医疗人员寻求诊断及治疗。

MUSTAHAK : Maklumat-maklumat yang terkandung dalam penerbitan ini adalah untuk tujuan rujukan dan pendidikan sahaja. Ia tidak sesuai digunakan sebagai pengganti nasihat daripada pakar perubatan yang berkecualan. Syarikat DXN Marketing Sdn. Bhd. tidak membiar atau menganjurkan sebarang cara diagnosis diri atau pengubatan diri. Jika anda dijangkiti sesuatu penyakit yang memerlukan diagnosis dan rawatan perubatan, adalah mustahak untuk anda mendapatkan khidmat rundingan pakar perubatan berlesen.



CONTENTS
目录
ISI KANDUNGAN

ACHIEVERS RECOGNITION
龙虎榜 PENGIKTIRAFAN

01
PAGE 4-11

HEALTH INFORMATION
健康资讯 INFORMASI KESIHATAN

02
PAGE 12-14

SUCCESS STORY
成功之道 KISAH KEJAYAAN

03
PAGE 15-17

PRODUCT INFORMATION
产品专栏 INFORMASI PRODUK

04
PAGE 18-20

ONE DOLLAR ONE CHILD

05
PAGE 21

LEADERS CORNER
领袖专栏 SUDUT PEMIMPIN

06
PAGE 22-23

Health, Wealth and Happiness with DXN
与德信一起享受健康、财富和幸福
Kesihatan, Kekayaan dan Kebahagiaan dengan DXN

Datuk Dr. Lim Siow Jin

Executive Double Crown Diamond



MINARAM KHADKHA
(Perak)

Executive Crown Diamond

RUHAYA BT HAMZAH
(Perak)



Crown Diamond



CHO MAR PHYU & HTAY AUNG
(Kuala Lumpur)



Double Crown Diamond



SARAVANAN A/L TESANGGU & KALA VALIAPPAN
(Negeri Sembilan)



Triple Diamond



KAMAL MARZOQ SHABAN AL DOSARY
(Selangor)



KRISHNA PRASAD GHIMIRE
(Perak)



R YOGEASWARI A/P RENU & UTHIYA KUMAR A/L MUTHUSAMY
(Selangor)



Double Diamond



AHMAD ZAIDI BIN BAHARUDDIN & NOR AZURA BT OMARDIN
(Perak)



SELVAM A/L MARIMUTHU & LETCHUMY A/P MAYANDY
(Negeri Sembilan)



Executive Star Diamond



AABID BOUOYOUN
(Kuala Lumpur)



BUDHA BAL KURUMBANG
(Negeri Sembilan)



CHITRA BHADUR RAMJA PUN
(Johor)

Executive Senior Star Diamond



RAMANANDA CAHUDHARY THARU
(Negeri Sembilan)



RACHID EL ALOUI
(Selangor)



DIPENDRA NEMBANG
(Johor)



LAURA BONDOC AGUSTIN
(Kuala Lumpur)



RAM MAYA TAMANG
(Pulau Pinang)

Senior Star Diamond



LOKENDRA PRAJA
(Negeri Sembilan)



SIVANESVARAN A/L GANESAN
(Johor)



TARKA BHADUR RAWAL
(Johor)

Star Diamond



ANBARASAN A/L SELVAM & LOGESWARY
(Negeri Sembilan)



DIPRAJ MALLA
(Kuala Lumpur)



SANJAY KUMAR CHAUDHARY
(Perak)



SHANKAR TAMANG
(Johor)



SUBRAMANIAM MUNIANDY & JOTHYLETCHUMY A/P SANTOKH SINGH
(Selangor)



TEJ BAHADUR BUDHA
(Selangor)

Star Ruby



MALAYSIA

AHMED MOHAMMED AHMED AL-HADDAR
ANESA AHMED RADMAN
ANIL SAHANI
ASHOK KUMAR RAY
BED BAHADUR MAGAR
BIDHAN TAMANG
BIRENDRA SINGH DHAMI
BISHAL THING
BISHWALAL THING
BISWANATH CHAUDHARY
BOUMRAIT ABDENNACER
BUDDHARAM SING SARU
CHAN KIM GEK
CHERABI MOHAMED
DIL BAHADUR THAPA
DINESH THAKUR
DIPENDRA B K
EL MAZOUZI ABED LATTIF
ERRIDA NOUHAILA
FATIMA AKHRICHI
FOO SIEW CHIN

HIM BAHADUR KAMI
HIRA OLI
ISLAH ABDULFATAH ISMAIL
JAYARAM BISTA
KAVITHHA A/P MURTHI
MADLINE YUNUS
MANOJ KUMAR LIMBU
MATHIVANAN A/L AYYADURAI
MD ROBIUL HASAN
MEGHARAJ LUITEL
MERVYN MARTIN LEE
NARESH SAUD
NAWARAJ PURI
NORAZMA BINTI YUSOF
PANAYAN A/L P CHOKAN
PANNER SELVAM A/L SAVARIMUTHU
PRAKASH PRADHAN
PYAE PHYU AUNG
RAM KUMAR KEWT
RAMESH BK
RAMESH DAMAI
RITA AWING LENJAU
ROGELYN PUKAY BADUYEN

RUBA NASR ABBAS
SALMIAH BINTI ISMAIL
SITI FADZILAH BT ABDUL HAMID
SOUD EL MOURTAKI
SURAJ DAS
TANK BAHADUR REULE
TARA LIMBU
TARA RAYAMAJHI
TILAK KAWAR
TRIBHUWAN MAHATO
UDAYA RAI
UPAN SHRESTHA
VINOTH A/L KARNA NETHI
WONG CHING YIEN
XU ZHONGJIE
YAKUB B CHEK
ZAINAL ARIFFIN B MOHD TAHIR

HONG KONG

LAU WAI
KARUNA PRADHAN & CHEETA BAHADUR LIMBU

MALAYSIA

ABDELILAH AHMED MOHAMED ISMAIL
IBRAHIM
ABDUL AWAL
ABDUL RAHIM B ABDUL KARIM
ABDUR RAHIM
ABJIT KUMAR RAM
AEYOH BINTI LAWADIN
AGINDRA KUMAL
AGNES ANAK ANSLEM SINTET
AHMAD TERMIZI BIN DIN
AICHA LAISSAOUI
AIDAH ABDULFATAH ESMAIL
AIN KUMAR SHRESTHA
AISYAH BINTI ABDULLAH
AJAY KUMAR YADAV
AKAL SINGH KUMAL
ALI HASAN
ALI IBRAHIM MUSTAFA SALIH
AMAR SIJALI
AMIN DESOUKI IBRAHIM HASSAN
ANGELA LEE SIEW YEN
ANIL KARKI
ANITA KUMARI RAI
ANJALIDEVI A/P RENGASAMY
ANNORA ONG SONG-EN
ANOWAR HOSSAIN
ANSARI MD EMRAN
ARAVINTHAN A/L RAJAPPA
ARJUN POKHREL
ARUMUGAM A/L SAMY
ARUN KHADKA
ASISH RAI
ASVINAJIT KAUR A/P HARA PAJAN SINGH
BABITA PUJARA
BAL BAHADUR PUN MAGAR
BAL HEM BAHADUR
BAL KRISHNA SUBEDI
BALARAM BHANDARI
BALDEV KAUR SOSAN SINGH
BALI RAM MANDAL
BALIKA BISWOKARMA
BALRAM SAPKOTA
BANISADEK HEDABABA
BARMAN PUN
BASNTA BHUJEL
BELIZA TIEW MEE SEN
BHAKTA BAHADUR CHHETRI
BHIM BAHADUR LIMBU
BHIM BAHADUR THAPA
BHIM MAYA THAPA
BHIM PRASAD KATTEL
BHO BAHADUR BISHWAKARMA
BHUJEL KAMALA
BHUWAN SING SARU
BI MI LAR
BIBAS YONGHANG
BIBIANA BEIDILER
BIJAY SUBBA CHEMJUNG
BIMLESH KUMAR MANDAL
BIN BAHADUR BARAL
BINA MAYA THING

Star Agent

May, June & July 2020



BINAY KUMAR DAS
BINOD KUMAR ADHIKARI
BINOD OLI
BINOD PASI
BINOD TAMANG
BINTA BUDHATHOKI
BIR BAHADUR KHATRI
BIRENDRA M C
BIRUN KUMAR YADAV
BISHNU BAHADUR CHIDI
BISHNU BAHADUR SUNUWAR
BISHNU DEV CHAUDHARY
BISHNU RANA MAGAR
BISNNU MAYA LAMA
BISRAM MUKHIYA
BK DEEPAK
BRAHIM BAAKIL
BRAHIM MASSIKI
BRIAN KALLANG ANAK SIMER
BRIJ MOHAN CHAUDHARY
BUDDHI BAHADUR PULAMI
BUDDHI RAM RANA MAGAR
CHALIMA
CHANDAN SAH
CHANDRA DIP MAGAR
CHANDRA KUMARI ALE
CHANDRA PRAKASH PUN
CHANDRIKA CV NARAYANAN NAIR
CHEAH LEAN SIM
CHHABILAL CHAUDHATY
CHIN KON YEN
CHITRA KALA TAMANG
CHULWA CHAUDHARY
CHUNDO MURMU SATAR
CING SIAN SAN NUAM
CLIFFORD SINAWAT
CRISTY LUMANGLAS ROCA
DAEBORAH JEFREY
DAMBAR BAHADUR BISHWOKARMA
DAMBAR BAHADUR BOHARA
DAN BAHADUR BANIIYA
DANALETCHUMI A/P KRISHNAN
DASTGIR SIDDEEQUI
DAYANG JULINA BINTI
ABANG MALIK
DEBARJUN DISHA MAGAR
DEBIDRA KHADKA
DEBIKA RAI
DEV BAHADUR GHARTI MAGAR
DEV BAHADUR SAUD
DEVENDRA THAPA
DEVIKA RAI CHEMJONG
DHAN BAHADUR BHAT
DHAN BAHADUR RAI
DHAN KUMAR RAI
DHANASHING SHAHI
DHARBENDAR KUMAR MANDAL
DHARMENDRA CHAUDHARY
DHOLI TIKA RAM
DIK KUMAR SHRESTHA
DIL BAHADUR THAPA
DIL KUMAR THALANG LIMBU
DILIP KUMAR KARKI
DILIP KUMAR RAJAK

DILLI PRASAD PHUYAL
DINANATH CHAUDHARY
DINDA NURUL FADHILAH
DIPA NEPALI
DIPAK BOHARA
DIPENDRA KUMAR SINGH
DR JOHN JEYASINGAM THAMBIRAJAH
DURGA BAHADUR GHYABA
DURGA BAHADUR PACHHAI
DURGA KUMAR THAPA
DURJAN THARU
EL MOURTAKI NAJIA
ELHADI RAHMANI
ESSAADIA BOUTBAOUCHT
ESWARAN A/L SUBRAMANIAM
FAAM JIA YEE
FAISAL SULIMAN SIDDEG
FALEKE TAMANG
FARIS AHMED MOHAMED ISMAIL
FATIMA ABDULLAH ALANSI
FATIMA JIBOU
FAZILAH BT ABD RANI
FELEXCIA MALIK
GANESH B.K
GANESH BAHADUR KARKI
GANESH BAHADUR SHAHI
GANGA DEVI THAPA
GAO GUANGPING
GARAY DOMINIC GUERRERO
GAYUD ANAK BANTI
GHANASYAM MAHATARA
GINALYN GACUSAN
GIR BAHADUR BHANDARI
GITA GIRI GHIMIRE
GITA PANDEY
GITA PUN
GOH JOO TECK
GOH ZHENG YING
GOPAL BAHADUR TAMANG
GOUDJIL SID AHMED
GUN BAHADUR SEJWAL
GUNA LAXMI TAMANG
GUNARAJAN A/L MARIAPAN
GUNESHWAR GUPTA
GURDIAL SINGH A/L HOJA SINGH
GYAN KUMARI BUDHA
GYAN PRASAD SHRETHA
HABIBULLAH HABIB
HADRI GHANIA
HAFISAH BINTI MASKON
HAFSA ELOUZZANI
HAITHAM ABDULSATTAR JAMEEL
HAMROUCHE MOHAMED
HARI KRISHNA DANGOL
HARI PRASAD SHARMA DHUNGANA
HASNAH BT ABDULLAH
HEM KUMAR SHAHU
HEM RAJ KHATRI
HEMRAJ KC
HIMAL GURUNG
HIRALAL BK
HIRAMAYA GURUNG
HNIN PWINT PHYU
IBRAHIM BIN DRIS

INDRA BAH DU
 INDRAMAJIT SAH
 INDRANI A/P THANNIM
 ISHRAGA AHMED MOHAMED ISMAIL IBRAHIM
JAGARNATH MAHATO
 JALAL MIA
 JANAKI BANTHA
 JANNATHOOL FAJIRIYA BINTI MOHAMED IQBAL
 JAYA BAHADUR SUNUWAR
 JAYAMALAR KATHERAVELU
 JIBAN TAMNG
 JIT BAHADUR MAGAR
 JOBAER
 JOLAMP ANAK LAJING
 JOYCE TAY JIN AI
KABIN UPERKOTI
 KAILASH SARDAR
 KALAI SELVAN A/L RAMAYA
 KALAIARASIY A/P RAMAN
 KALE TAMANG
 KAMAL BAHADUR MAGAR
 KAMALA DAVI A/P RAMU
 KAMALA DEVI SHARMA CHAPAGAIN
 KAMALA SHAH
 KAMSINI
 KAREEM KOH SU-TSHUNG
 KARNAN S/O MANIVEL
 KESH KUMARI BUDHA
 KESHAV KUMAR YADAV
 KHADGA BAHADUR KARKI
 KHADIJA BOUMRAIT
 KHARIN O. SERDEÑA
 KHARKA BAHADUR KAWAR
 KHARKA BAHADUR MALLA
 KHATRI GORAKHA
 KHIM BAHADUR DARLAMI
 KHIN BAHADUR BASNET
 KHOLIFATUL AFIANI
 KHUM BAHADUR RANA
 KO KO HTWE
 KOMATHY A/P POOPALAN
 KRISHNA KHATRI
 KRISHNA KUMARI KHADKA
 KRISHNA MAHARJAN
 KUMAR THING
LAI SAI THONG
 LAKPA TAMANG
 LAL BAHADUR KUNWAR
 LAL BAHADUR SHRETHA
 LALITA CHAULAGAI
 LAU LU NGOH
 LAURENTE
 LEE SOON LIAN
 LEE TECK CHUN
 LETCHUMANAN A/L MUNIANDY
 LETCHUMY A/P ARUMUGAM
 LIEW SIEW CHIN
 LILA DEBI BHADARI
 LILA KOIRALA
 LILA MAYA GURUNG
 LIM HONG SIAN
 LIM KOK BENG
 LIM MEI KING
 LOH KOK HOONG
 LOK CHNADRA THAPA
 LOPSANG TAMANG
 LUNGELI MAGAR HARKA BAHADUR
 LYE CHUN KENG
MADHAV PRASAD REGMI
 MADHU SUDHAN ARYAL
 MADUKAR BK
 MAGAR SANUMAYA

MAGGIE KOTOKEN CONCHAO
 MAHAMDAR KUMAR ALMANIAM
 MAHAMMAD KAMAL BIN ABD AZIZ
 MAHATO JITENDRA
 MAHATO RAMPRAVESH KUMAR
 MAHESH KUMAR DAS
 MAK KIAN SENG
 MAN BAHADUR RAI
 MAN KUMARI SUNUWAR
 MAN SING RAI
 MANBIR CHAUDHARY
 MANDAL MURALI NARAYAN
 MANDEEPA BUDHATHOKI
 MANDIP KUMAR RAUT
 MANIKA KHADKA
 MANISHA BK
 MANJU GURUNG
 MANOJ NIROULA
 MARILYN AMPARADO BALAURO
 MASIRA ABOUZI
 MASNUH BIN KUNSINA
 MAY THEN SU HUI
 MAYA BUDHA
 MD ABUL KALAM
 MD KOWSAR HOSSAIN
 MD NAZMUL HASAN
 MD SHAH JAHAN
 MD SHUKRI BIN ISMAIL
 MD UZZAL MOLLA
 METANGO KADJIO ANI CELLE NINA
 MILCA CUDO GUILEÑO
 MIN BAHADUR KHAMCHA
 MIN BHADUR ALE MAGAR
 MOHAMAD A J E J ALJASEM
 MOHAMED EL HADY EL GHASSEM
 MOHAMMAD BAITUL MOKADDES
 MOHAMMAD ISMAEL AL FALOUJI
 MOHAMMAD RAZKI B OTHMAN
 MOHAMMAD TARMIZI BIN ABDUL HAMID
 MOHAMMED IDRIS
 MOHD MIZI B PANDAK LIMAN
 MOHID ELHAJ ELTAYE ALI
 MONISHA DEVI A/P APPU
 MR SURESH RANA
 MUHAMAD SHAHMEER BIN ZAZMAN
 MUHAMMAD EKMALUDIN BIN SUHAIMI
 MUN BAHADUR ROKAYA
 MURUGAIYAN CINNAPILLAI SURESHKUMAR
 MURUGAN A/L MATHURAI
 MYA YEE
NABIN KUMAR OLI
 NABIN KUMAR YADAV
 NABIN MEWAHANG
 NABIN RAI
 NADA OUACHANI
 NAILA AFWA
 NAJMA ABDU GALIB ALHARAZHY
 NALANI A/P DAMODRAM
 NAM BAHADUR GHARTI
 NAN AYE MAY
 NAND KISHOR KAPAR
 NARAMAYA TAMANG
 NARAYAN CHAUDHARY
 NARAYAN PRASAD GAJUREL
 NARENDRA BAHADUR LIMBU
 NARENDRA KERUNG
 NARESH PRASAD YADAV
 NAW MAW MYAR
 NAYAN TAMANG
 NAZRUL ISLAM
 NIBHA KUMARI SAH
 NIGMA TAMANG

NIRAK BAHADUR SHAHI
 NIRJAL KHADKA
 NIROSHINI A/P THANGAVELU
 NOOR AINI BINTI GHAZLI @ GHAZALI
 NOOR HAYAM BINTI BANIN
 NORAINI BT ZAINUDDIN
 NORILA BT ISMAIL
 NUR FATIN NABILAH BINTI WAHAB
 NUR HIDAYAH BT LATIF
 NWE AYE KHING
OM BAHADUR SHRESS
 OMAR ABDELLAH AHMED KOLAIP
 OUAKRIM RACHID
 OUAZAD MOHAMED
 OUSSAMA ERRIDA
P NAVARATNAM
 PABITRA DARJI
 PABITRA TAMANG (KARKI)
 PADAM PRASAD POKHREL
 PAKHREN BIR BAHADUR
 PAMFA KUMARI BISTA
 PANDIT SUNIL PRASAD
 PARAUDI A/P A PALANISAMY
 PHULGEN YADAV
 POOMADEVI D/O MUNIANDY
 POON YUEW CHUN
 PRADIP OLI
 PRAGADEESH VIZHIMARAN
 PRAKASH DANGURA
 PRAKASH JABEGU
 PRAKASH KAMI
 PRANSISKA SITI YULLA
 PREM BAHADUR GHARTI
 PREM BAHADUR PAIJA
 PRITHIVI SHIVABHAKTI
 PRTIMA THAPA MAGAR
 PUDASAINEE DIPENDRA
 PUNITHA A/P RAJAMANIKAM
 PURNA BAHADUR BALAMPAKI
 PUSPITASARI LILIK
 PUSTA BAHADUR TAMANG
RABIN KUMAR YADAV
 RAHMATHULLAH BIN ABDULLAH
 RAJ ISHWAR DAS THARU
 RAJ KUMAR BUDHATHOKI
 RAJ KUMAR RAI
 RAJ KUMAR TAMANG
 RAJA RAM KHANG
 RAJA UMAR BIN RAJA ALI @ RAJA MAHMUD
 RAJAESWEARY A/P RAMASAMY
 RAJAYAINDRAN A/L KARUPPIAH
 RAJENDRA KUMAR MAHATO
 RAJENDRA NEMBANG
 RAJKANT RAY
 RAJU MUKHIYA
 RAKESH GOLE
 RAKESH PAUDYAL
 RAM BAHADUR DARJI
 RAM BAHADUR SHRESTHA
 RAM BAHADUR SINGH
 RAM BALI SING
 RAM DHYAN MANDAL
 RAM ISHAWAR RAY
 RAM KISHOR MANDAL
 RAM PRAVESH MAHATO
 RAM SHANKAR LODHA
 RAMANI A/P SIVASANGARAN
 RAMINI @ RAINI BINTI RATIMIN
 RAMKAJI BK
 RAMLI BIN HASAN
 RANA SHOHEL
 RANJIT SAHANI

RAQINAH BINTI AB RAZAK
 RATHEE DEVI A/P MUTHIAH
 RATON CHANDRA DEBNATH
 RAWAA ELSIDDEG MUSTAFA
 REDIK ANAK JUAT
 REWATI PRASAD SATYAL
 RHODALYN CAYA-AS
 RINJU BIN MORISIN @ MARUSIN
 RISANGMU TAMANG
 RISHIRAM SAPKOTA
 RITA KUMARI SHRESTHA
 RITA MAGAR
 RIYA RANA MAGAR
 ROMIZAN B MAJIDI
 ROMUALDO JR TEJERO BUHAT
 RURAN KAYA
SABARIAH BINTI AHMAD ISMAIL
 SABIN RAI
 SADDAM
 SADDAM HOSEN
 SADHASIVAM VENGATESAN
 SAE BA SETKYAR OO
 SAHANI LAKHINDRA
 SAN BAHADUR NEGEE
 SANJA BIR LIMBU
 SANJAY MAHATO
 SANJAYA MAJHI
 SANJINA K.C
 SANTHOSH KUMAR
 SANTHY A/P GOVINDASAMY
 SANTOSH BAHADUR TARAMI
 SARAH NOMAN ABDULRAMAN NOMAN
 SARASWATHY DEVI A/P GOVINDASAMY
 SARAVANAN NAIR A/L SUTHAKARAN NAIR
 SARBAJIT RANA
 SATHASIVAM A/L KUPPUSAMY
 SATHIS KUMAR A/L RAGINDA
 SELOSSINNA A/P SELLAIAH
 SENDAHANG CHEMJONG
 SHAIFUL HENRI BIN MANSUR
 SHAIK SHER VALI
 SHAILA KUMARI DEVI
 SHAMBHU KUMAR SHARMA
 SHANTHINY NAIR A/P RAVI
 SHAON MOHAMMAD
 SHARON SHAMALA A/P SRI RAMLU
 SHEHNATH KAHAR
 SHEO AI LIN
 SHER BAHADUR BAYAMBU
 SHINTA RAHMAD PARWATI
 SHISHIR RAYAMAJHI
 SHITAL GURUNG
 SHITHARTHINI RAVICHANDRAN
 SHOVA KUMARI ADHIKARI
 SHREEKRISHNA RANA
 SHUSILA KUMAL
 SHYAM KUMARI TAMANG
 SHYAM LAL THAKUR
 SIM CHEE SENG
 SIM SIEW LANG
 SIMANCHALAM A/P
 SOORIYANARAYANAN

SIPUL
 SIRAJUDIN A/L KADIR SUPPIAH
 SITA GHEWALI
 SITI FATIMAH BINTI MD MAKHTAR
 SITI HAJAR
 SITI NABILAH BINTI ABDUL MALIK
 SITI ROHAYA BINTI HJ. KADIR
 SITI ZAWIYAH BINTI ABDUL JALIL
 SIVA SUBRAMANIAM A/L KANNAN
 SLIMANI ABDELWAHAB
 SOBNIT BASNET
 SOM NATH THARU
 SOMA SUNDARAM A/L ALAGAN
 SONALAL RAM
 SOON CHOON YIN
 SRI SIVASANKARI A/P KRISHNA
 STEPHAN BIN BALAWAN
 SUBAS TAMANG
 SUBBRAMANIAM A/L APPANNAN
 SUBITRA SUNAR
 SUHANYA RAMAMURTHY
 SUJANA DEVI RAI
 SUJJITHRA D/O SATHIS
 SUK BAHADUR LAWATI LIMBU
 SUKUMARAN A/L RAMAN
 SUMAN RAI
 SUMITRA KUMARI LAMA
 SUNIL KUMAR SINGH
 SUNITA KUMARI RAJBANSHI
 SUNITA TIWARI
 SUPAYAH A/L MANIKAM
 SURESH GURUNG
 SURYA BAHADUR SHRESTHA
 SURYA KUMAR REGMI
 SUSAN SIPAI BALANG
 SUSHIL BASNET
 SUSHILA SUNUWAR
 SUZILAWATI BINTI ISMAIL
 SYED ABDUL AZIZ BIN WAN YUSUF
TAMILSELVI A/P MANIKAM
 TAN CHEE SIN
 TAN KAM LIN
 TAN KIM MING
 TANG JYE SHENG VINCENT
 TAY SIOK KEE
 TEK MAN GHAILAL
 TEOH SIAN KEONG
 THAGENDRA SUNAR
 THAKUR ARUN KUMAR
 THAMAN THAPA MAGAR
 THAMI BOUZZITE
 THAMI SANG DAWA
 THAMIZH ARASI SARAVANAN
 THANKAMAH A/P ARUMUGAM
 THET THET NWE
 THIN THIN HLAING
 THINESH RAO A/L SUBRAMONIAM
 THIVIYA A/P KRISHNANSAMY
 TIKA MAYA DHIMAL
 TIL BAHADUR KHANGAHA
 TILAK BAHADUR KHADKA

TILAK BAHADUR RANA MAGAR
 TIMOTHY SIMER
 TIRTH PRASAD SAPKOTA
 TSHERING NAMGAY
 TUAN NURASIAH BINTI TUAN JUSOH
 TULSHI GODI
UDDHAB KARKI
 UDDHAB PRASAD GAUTAM
 UDDHAV KHATIWADA
 UMA DEVI A/P V.A. CHELLAIAH
 UNGKU HASIMAH BINTI UNGKU MOHAMED
 UPENDRA CHAUDHARY
 UPENDRA KUMAR SAH
V.SUBAZINI A/P VADIAPPAN
 VIBHA KUMARI YADAV
 VIGKNES A/L SUBRAMANI
 VIJAYAN A/L NOTTATH BHASKARAN
 VIJIAR KUMAR A/L NADARAJAN
 VIKNESWARAN A/L PERUMAL
WEE YAW TECK
 WONG POH LANG
 WONG YOKE SAN
 WONG YOKE TIAM
 WOO SWEE FONG
XU LEXIAN
YADAB NEPAL
 YADAV BINOD PRASAD
 YAM BAHADUR ADHIKARI
 YASHODA SHARMA
 YEE LAI KHAING
 YONG HAI LENG
 YONG LAL GEN
 YONG TZE LIANG
ZACHARY JAKARIA ANAK JIGANG
 ZAMRI BIN AWANG
 ZHAO YUCUI
 ZUBAIDAH BT SHAFII

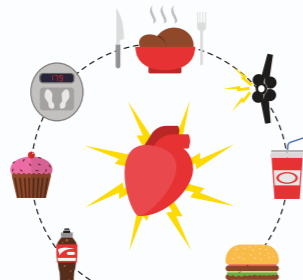
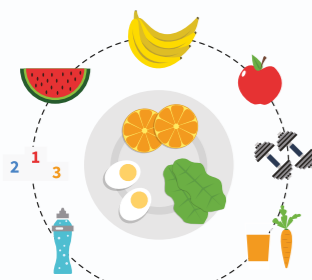
 **HONG KONG**

LI MAN YAN
BUI SUI BOR
CHAN SHUI YAN
JEAN PAN MONTALBAN
LAU YAU LIN
NANCY BHUTIA
NASSER ASMA HAZEM MOHAMMED
PURNAMAYA SUNUWAR
RAI DHURBA KUMARI
THAPA BISHNU KUMARI

Healthy Diet for a Healthy Weight!

健康的饮食习惯以维持健康的体重!

Diet Sihat untuk Berat yang Sihat!



Diet is the food consumed by a person that can give different combinations of energy and nutrients. The word "diet" itself is often described as the specific type and amount of food intake planned to maintain or improve general wellness, health, and for weight management reasons. A balanced diet supplies all the nutrients which are needed in our body to work effectively while an imbalanced diet will lead to poor body defense system in which we will be more vulnerable to various infections and diseases such as obesity.

In this modern era, obesity is an epidemic, that may impair our health. It is the result of an abnormal or excessive accumulation of body fat, due to many factors such as personal diet and exercise choices. It is a medical problem that is the major cause of chronic diseases such as diabetes, cardiovascular diseases, musculoskeletal disorders, and certain cancers [1], as it is basically related to an impaired immune function [2][3]. The good news is, shedding some weight not only helps to treat obesity, but also helps to control and reduce the risk factors for those chronic diseases worsened by obesity [4].

There are thousands of popular diets and eating plans shown to be effective towards weight loss. Among them, the Atkins diet and Vegetarian diet are the ones most well-researched.

饮食 (Diet) 是指一个人所食用的食物, 然而, 不同类型的食物能给予您不同的能量和营养组合。"Diet" 亦可表示为了维持或改善身体健康和控制体重而只摄入特定类型和数量的食物。健康均衡的饮食习惯为我们人体提供不同的营养需求以维持身体的正常运作, 而不均衡的饮食习惯则会导致人体免疫力下降, 更容易染上各种疾病, 列如肥胖症。

在这个时代, 肥胖已成为一种全球性的“流行病”, 对于人体健康会有很大的影响。由于不良的饮食习惯和运动选项等多种因素而导致体内异常或脂肪积聚过多。肥胖是百病之源, 是导致各种慢性疾病的主要原因, 如糖尿病, 心血管疾病, 肌肉骨骼疾病和癌症等等 [1], 这是由于肥胖症会破坏人体免疫功能, 从而促发各种疾病 [2][3]。但好消息是, 减轻体重不仅有助于治疗肥胖症, 而且还有助于控制和降低慢性疾病的风险 [4]。

成千上万种流行的减肥饮食法和饮食计划被证实对减轻体重确实有效。其中, 大多数对阿特金斯饮食法和素食饮食法的研究最为深入。

CONSEQUENCES



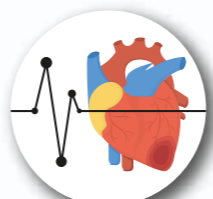
DIABETES



CANCER



MUSCULOSKELETAL DISORDERS

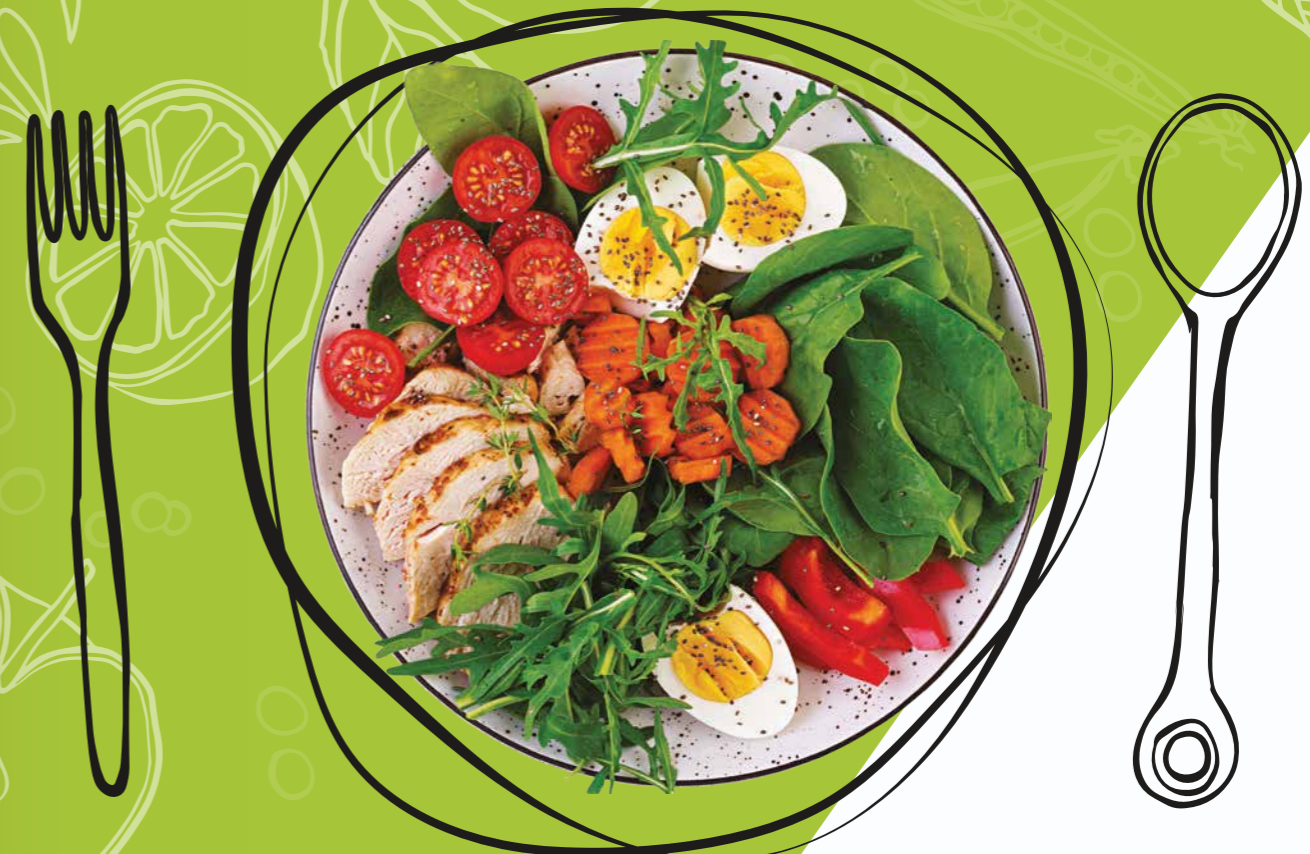


CARDIOVASCULAR DISEASES

Diet adalah makanan yang dimakan oleh seseorang individu yang boleh memberikan gabungan tenaga dan khasiat yang berbeza. Perkataan "diet" selalunya dikaitkan dengan jenis atau jumlah makanan yang tertentu yang dirancang untuk diambil bagi mengekalkan atau memperbaiki kesihatan secara am dan untuk menguruskan berat badan. Diet yang seimbang membekalkan semua khasiat yang diperlukan oleh badan untuk berfungsi dengan baik, manakala diet yang tidak seimbang akan menyebabkan sistem pertahanan yang tidak baik, yang akan mendedahkan kita kepada pelbagai jangkitan dan penyakit seperti obesiti.

Dalam dunia moden, obesiti telah menjadi satu epidemik, yang boleh menjejaskan kesihatan kita. Ini adalah kesan daripada pengumpulan lemak badan yang tidak normal atau berlebihan, yang boleh disebabkan oleh pelbagai faktor seperti diet dan pilihan senaman. Ianya adalah masalah kesihatan yang boleh menyebabkan pelbagai lagi penyakit kronik seperti kencing manis, penyakit kardiovaskular, penyakit berkaitan otot dan barah [1], memandangkan ianya berkaitan dengan sistem imunisasi yang tidak berfungsi dengan baik [2][3]. Berita baiknya adalah, mengurangkan sedikit berat bukan sahaja dapat membantu merawat obesiti, tetapi juga dapat mengawal dan mengurangkan risiko faktor kepada penyakit kronik lain yang diburukkan oleh obesiti [4].

Terdapat ribuan jenis diet dan pelan pemakanan yang terkenal yang berkesan terhadap pengurangan berat badan. Di antaranya adalah diet Atkins dan diet Vegetarian yang paling banyak dilakukan kajian terhadapnya.



Atkins Diet

Atkins diet (also known as the low-carb diet) is the most popular diet for weight loss. It helps with weight loss by limiting the intake of carbohydrates and controlling insulin levels. A person on this diet avoids food that contains high carbohydrates in favor of food with high protein and low fat as protein can help curb appetite, raise metabolism, and conserve muscle mass. However, fruits and grains that contain high carbohydrates are also a good source of vitamins, minerals, fiber, and antioxidants. Thus, they are also encouraged to consume more fortified food or supplements made from nutrient-dense ingredients such as Roselle, Noni, and Spirulina to increase the intake of nutrients.

阿特金斯饮食法

阿特金斯饮食法(也称为低碳减肥法)是全球最流行的减重方法。阿特金斯饮食旨在通过限制碳水化合物和控制胰岛素水平来帮助人们减肥。当您遵循阿特金斯饮食法, 应避免食用高碳水化合物食物, 而应选择食用高蛋白质和低脂食物, 这是因为蛋白质有助于抑制食欲, 促进新陈代谢和增加肌肉质量。但是, 水果和谷物富含维生素、矿物质、纤维和抗氧化剂, 对健康十分有好处, 是碳水化合物的健康来源。因此, 还建议食用富含营养成分, 如洛神花, 罗非果和螺旋藻所制成的食品或补充剂, 以增加营养素的摄入量。

Diet Atkins

Diet Atkins (juga dikenali sebagai diet rendah karbohidrat) adalah diet yang terkenal untuk mengurangkan berat badan. Ianya membantu mengurangkan berat badan dengan mengurangkan pengambilan karbohidrat dan mengawal kadar insulin. Seseorang individu yang melakukan diet ini perlu menghindari makanan yang mengandungi karbohidrat yang tinggi dan makan makanan yang mengandungi protein yang tinggi dan rendah lemak yang dapat mengurangkan selera, meningkatkan metabolisme dan memelihara ketumpatan otot. Walau bagaimanapun, buah-buahan dan kacang tinggi karbohidrat dan kaya dengan vitamin, mineral, serat serta antioksidan. Oleh itu, ianya juga digalakkan untuk mengambil makanan atau makanan tambahan yang kaya dengan khasiat seperti Roselle, Noni dan Spirulina untuk meningkatkan pengambilan nutrien.



Vegetarian Diet

The Vegetarian diet (known as the plant-based diet) may also help in weight loss. This kind of diet generally restricts animal products with high calories such as meat, poultry and fish, for health, ethical, and environmental reasons, however some vegetarians may still continue to eat eggs and dairy products. Even though this diet plan seems to be healthier, those who are on this diet should appropriately plan their food intake to obtain the whole range of essential nutrients, especially the nutrients that are typically found in animal products.

Alternatively, proper nutrient-dense versatile supplementations that contain various types of vegetables, herbs and also mushrooms will help in the detoxification of your body by gently cleansing the digestive tract and promoting waste excretion as well as making you feel full for a longer period of time due to its high fiber content^[5]. According to a published literature, mushrooms contain great amounts of insoluble fiber known as chitin. Chitin can only be found in the exoskeleton of shellfish, cuticles of insects, and fungi cell walls^[6]. It may provide the prebiotic properties to the gut flora; thus, it can improve our immune system, gut health as well as reduce inflammation^[7].

Consuming a balanced diet is one of the best things that you can do to treat and prevent obesity. Choose a proper diet according to your lifestyle and food preference to live a healthier life!



VEGETARIAN 素食

素食饮食法

素食饮食法(也称为植物性饮食)亦有助于减轻体重。出于健康、道德和环境方面的因素,这种饮食法限制食用高热量的动物产品,如肉类、家禽和鱼类,但一些素食者仍然会继续食用鸡蛋和奶制品。

尽管这饮食计划看起来更健康,但是正在遵循这种饮食法的人应适当地规划饮食,以摄取足够的营养,尤其是动物产品中所含有的营养素。因此,可选择由蔬菜、草药和蘑菇所制成的补充剂,能温和地帮助清理消化道和排除多余的废物和毒素,并因其高纤维含量能让您获得长时间的饱腹感^[5]。根据一篇已发表的文献,蘑菇含有大量的不溶性纤维,称为甲壳素(几丁质)。甲壳素是真菌和节肢动物外骨骼(包括甲壳类和昆虫)中细胞壁的主要成分^[6]。它能为肠道提供益生元,从而改善人体的免疫系统,肠道健康和减少炎症^[7]。

均衡的饮食习惯是治疗和预防肥胖的最好方法之一。依据您的生活方式和饮食偏好选择最合适您的饮食方式,以活出更健康的人生!

Diet Vegetarian

Diet Vegetarian (dikenali sebagai diet berasaskan tumbuhan) juga dapat membantu dalam pengurangan berat badan. Diet ini secara amnya tidak membenarkan pengambilan produk berasaskan haiwan yang tinggi dengan kalori seperti daging dan ikan, untuk kesihatan, etika dan alam sekitar. Walau bagaimanapun, sesetengah daripada mereka masih mengambil telur dan produk tenusu. Walaupun ianya kelihatan lebih sihat, mereka yang mengamalkan diet ini perlu merancang diet mereka dengan sempurna untuk mendapatkan khasiat penting yang secukupnya, terutamanya khasiat yang terdapat dalam produk yang berasaskan produk haiwan.

Sebagai alternatif, makanan tambahan yang kaya dengan khasiat yang mengandungi pelbagai jenis sayur-sayuran, herba dan juga cendawan akan membantu badan anda untuk menyahtoksin dengan membersihkan sistem pencernaan anda dan menggalakkan pembuangan bahan kumuhan serta membuatkan anda kenyang untuk jangka masa yang lebih panjang yang disebabkan oleh kandungan seratnya yang tinggi^[5]. Menurut sebuah penulisan, cendawan mengandungi serat tidak larut yang banyak yang dikenali sebagai chitin. Chitin hanya dapat ditemui dalam rangka luar kerang-kerangan, kutikel serangga dan dinding sel pada kulat^[6]. Ia dapat membekalkan ciri-ciri prebiotik kepada perut, dan dapat memperbaiki sistem imunisasi, kesihatan perut dan mengurangkan kerengsaan^[7].

Diet yang seimbang adalah perkara terbaik yang dapat anda lakukan untuk mengubati dan mencegah obesiti. Pilih diet yang sempurna mengikut gaya hidup anda dan pilihan makanan anda untuk hidup yang lebih sihat.



SUCCESS STORY

“Dirgha Lal Dong

Never forget – you just have one life – don't get discouraged by the success or failure of other people – don't compare yourself to others – be the best version of you that you can be – you can never be a better copy, than your best original! Get a strong why – and fight for your freedom. You deserve freedom!

请记住——人生只有一次——不要因别人的成功或失败而气馁——也不要拿自己与别人相提并论——更不要试图成为别人的复制品,做最好的自己。坚持——为自由而战。您值得拥有!

Jangan lupa – hidup hanya sekali – jangan putus asa dengan kejayaan atau kegagalan orang lain – jangan bandingkan diri anda dengan orang lain – jadi diri anda sendiri – tiada yang lebih hebat dari menjadi diri sendiri! Terus berusaha untuk mendapatkan kebebasan. Anda layak untuk bebas!

Good Morning DXN!

I am Dirgha Lal Dong, an ordinary boy, born in a family with an average income in the Temal rural municipality, Kavrepalanchok district of Nepal. I obtained my School Leaving Certificate (SLC) from my own hometown and went to Banepa city to further my studies where I got the chance to complete my Higher Secondary Education Board (HSEB). I encountered numerous challenges while I was studying including financial burdens and the Nepalese Civil War (Maoist Conflict) that disrupted the peace of the nation. The Nepalese political system was unstable back then, which created unemployment and financial insecurity. So, all these things led me to come to the decision of working abroad with aspirations of living a normal life and supporting my family financially. And yes, it was also when I decided to put my studies on hold, because I could see no other options besides this.

In 2005, I came to Malaysia with a working visa and a heavy heart, where I worked with a low income for 3 years. I was homesick and the climate didn't suit my health, which slowly deteriorated. I felt sad, for I had come just to make my life and my family's life easier but was stuck with financial and health challenges like tonsillitis, gastritis, hemorrhoids and so on. Every day was a challenge for me, mostly caused by health issues, which really hampered my work in the company I was working for. It was then that I realized the importance of health and the fact that it stood above all. "Health is Wealth" is not just a saying but a universal truth so I became more health conscious and I was determined to get back to my country for the sake of my health.

However, one of my friends, Umesh Acharya, approached me with DXN products and introduced me to Ganoderma and its products for the first time. Moreover, he explained to me about its health benefits and I thought to give it a try. I used Ganozhi toothpaste as recommended and just after 2 weeks, the product showed its efficacy in overcoming my health issues. Then I gradually started trying out other DXN products and I couldn't ignore the positive effects I was getting from DXN products so I was optimistic about its future health benefits. As influenced by the efficacy of the products, I joined DXN on 19th June 2007 and started using the products with a 15% to 25% discount through my DXN distributor

code. With the continuous use of the products, my health improved.

While I tried to learn more about DXN products and the DXN system, I got to meet ETD Ram Krishna Ahir, the first Nepalese to achieve the Diamond status and ESSD Jeyathi A/P Amarthalingam who shared detailed information about the company and its Ganoderma products. Applying the information I received from these senior DXN members into my life, and sharing them with my colleagues and other people, I also started growing my DXN business and attained the status of Star Agent in DXN. I began attending meetings, trainings, seminars and started following the path of success. I studied about DXN Ganoderma products and the DXN MLM system in more detail to make myself equipped with the required information so that I could inspire others by the products.

I returned to Nepal with the goal of making DXN Products flourish in Nepal but it didn't turn out as well as I expected and I encountered numerous barriers and refusals. I wasn't able to gain the faith of even my own family members but these difficulties didn't affect my goal. I was determined to achieve success through DXN, so I worked through different ways to expand my mind and myself as a whole. I attended new meetings, studied books like Network Marketing, Multi Level Marketing and Direct Selling, and it added further into my existing knowledge.

Due to a lack of possibility in growing the business in Nepal like the Nepalese political instability, strikes, lack of unity in government parties, government restriction of the Direct Selling System in Nepal and societal ignorance, I again went to Malaysia in 2013 to work as a security guard.

I was confident of the fact that the dreams and goals that I had set for my life was never going to be achieved only with this earning and lifestyle. Although I always adhered to the rules of the security company, worked for 12 hours, and gave 100% effort in my work, I was still never praised and was never treated well by the supervisors of the company. From then, I developed a strong determination within me and resolved to step into my DXN business. After working for 12 hours in my job at the security company, I utilized my remaining time by communicating with the DXN team, and

being involved in teaching/learning, and solving the group's problems. I started utilizing the knowledge that I had attained and through DXN's concept of "One World, One Market", I built many team organizations in different countries and succeeded in developing a strong team with people from more than 45 countries.

Now, I hold the status of EDD and I am very happy about my progress which was made possible through my intense hard work, patience and perseverance. Most importantly, I didn't quit even with repeated failures. Before stepping into DXN, I had nothing but today I have more than I could have ever expected.

From 2016, after qualifying for NTSI and TSI, I have been on world tours to more than seven countries (India, Bali, Indonesia, Singapore, Thailand, Malaysia, Cambodia and Dubai) with my family. After attending NTSI and ITSI, I was inspired by the lectures of the professional and successful DXN leaders which made me more motivated to continue on my career path and to contribute to the company as well. Now, my family members and I are enjoying a healthy and peaceful life by integrating DXN into our life.

To conclude, I would like to thank all my leaders and business team for their continuous support and guidance throughout my DXN journey. I would like to express my sincere gratitude to IMD Mr. Ashish Jashani, Malaysia's first CA Mdm Sim Poh Meng and Mr. Lee Gee Kow, as well as the DXN management team. A huge thanks to Datuk Dr. Lim Siow Jin who provided this wonderful platform that emphasized health, wealth and happiness for all human beings.

"You will face challenges, but none that won't lead you to the next breakthrough—onwards to where you wish to go. Stay focused, follow the system and be true to your dreams. You will achieve the success you are seeking. Never give up, because what you do is important."

Reference:

- 1) World Health Organisation. (2020) WHO Fact sheets : Obesity and overweight. Available from : <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- 2) Marti, A., Marcos, A. and Martinez, J.A. (2001). Obesity and immune function relationships. The International Association for the Study of Obesity; 2: 131–140.
- 3) Bagatini, M.D., Cardoso, A.M., Santos, A.A., and Carvalho, F.B. (2017). Immune System and Chronic Diseases. Journal of Immunology Research; Volume 2017: pp 1-3.
- 4) Cefalu, W. T., Bray, G. A., Home, P. D., Garvey, W. T., Klein, S., Pi-Sunyer, F. X., Hu, F.B., Raz, I., Gaal, L.V., Wolfe B.M. and Ryan, D. H. (2015). Advances in the science, treatment, and prevention of the disease of obesity: Reflections from a diabetes care editors' expert forum. Diabetes Care, 38(8), 1567–1582. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4831905/>
- 5) Anderson, J.W., Baird, P., Davis, R.H., Ferreri, S., Knudtson, M., Koraym, A., Waters, V. and Williams, C.L. (2009). Health benefits of dietary fiber. Nutrition Reviews; Volume 67, Issue 4, pp 188–205.
- 6) Muzzarelli, R.A.A. (2011). Chitin nanostructures in living organisms. In: Gupta S.N., editor. Chitin Formation and Diagnosis. Springer; New York, NY, USA.
- 7) Stull, V. J., Finer, E., Bergmans, R. S., Febvre, H. P., Longhurst, C., Manter, D.K., Patz, J.A., and Weir, T.L. (2018). Impact of Edible Cricket Consumption on Gut Microbiota in Healthy Adults, a Double-blind, Randomized Crossover Trial. Science Report; 8: 10762. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6050247/>



Healthy Food

早安德信!

我的名字是 Dirgha Lal Dong, 一个来自小康之家的普通男孩, 出生在尼泊尔 Temal 乡村自治市, 卡夫雷帕兰乔克县。我在家乡取得毕业证书 (SLC) 后, 便前往巴内帕市继续升学, 也在那取得完成高等教育委员会 (HSEB) 的机会。我在学习期间历经无数考验, 包括财务负担和破坏国家和平的尼泊尔内战。由于尼泊尔当时的政治不稳定, 加剧了经济不安全和失业率增高的问题。因此, 种种因素促使我决定出国工作, 希望能过上安稳的生活, 并且能够在经济上帮助我的家人。当时我别无选择, 我必须暂停学业。

2005 年, 我带着工作签证, 怀着沉重的心情独自来到马来西亚。我在这里工作了三年, 工资非常的低, 也因身体无法适应马来西亚的气候, 导致健康状况每况愈下。然而, 我最难过的是, 我千里迢迢来到这里工作是为了让我与家人能过上更好的生活, 但却偏偏因为身体上的毛病, 扁桃腺炎, 胃炎和痔疮等等的健康问题造成困扰。由于身体不适而妨碍了工作, 所以对我来说, 每天都是充满挑战的一天。我清楚地意识到健康的重要性“健康就是最大的财富”这不仅仅只是一句谚语, 而是一个普遍的真理。从那时起, 我开始注重健康, 也决定为了健康而回到祖国。

偶然通过一个朋友 Umesh Acharya, 她向我介绍由德信-灵芝所制成的系列产品。她细心向我解释德信产品对健康所带来的益处。因此, 我尝试使用德信灵芝保健牙膏, 两周后, 我的扁桃腺炎和吞咽困难获得明显改善。这也使我逐渐尝试使用德信的其他产品, 果然, 德信产品所带来的惊奇效果和健康效益使我对它未来发展的前景非常乐观。由于产品的卓越功效, 我于 2007 年 6 月 19 日正式加入德信, 注册成为经销商并使用经销商代码以获得 15% 至 25% 的折扣, 随着不断使用德信产品, 我的健康状况逐渐得到了改善。

当我正尝试去更多地了解德信产品和德信系统时, 我遇上贵人 Ram Krishna Ahir 先生, 他是第一位取得执行叁钻石明星等级的尼泊尔人, 以及执行高级钻石明星 Jeyathi A/P Amarthalingam 女士, 他们与我分享了公司及其灵芝产品的详细信息。我将我从德信资深会员中所学习到的信息运用到我的生活中, 并与同事朋友们分享, 随后便开始发展德信业务, 并成功取得德信明星代理的阶级。我开始参加会议、培训、研讨会, 并沿着成功之路一直走下去。我对德信灵芝产品和德信直销系统进行了更详细的学习, 以使自己具备了所需的信息, 从而可以通过产品来激励他人。

经过深入的学习与了解, 我将德信产品带回尼泊尔, 希望德信产品能够在尼泊尔蓬勃发展, 但往往事与愿违, 我遇到重重挫折与难关, 无法达到预期满心期待的目标。我甚至无法得到家人的信任, 但是种种的困难并不影响我继续追求梦想。我决心通过德信来取得成功, 所以我通过不同的方式来拓展思维, 提升自我。我参加会议, 阅读《网络营销》、《多层次营销》、《直销》等书籍以增进知识, 进一步充实自己。

由于尼泊尔的政治动荡、罢工、政党缺乏团结、尼泊尔政府对直销系统的限制以及社会的无知等原因, 我无法在尼泊尔继续发展业务, 所以我在 2013 年再次重返马来西亚工作, 担任一名保安人员。

我相信保安人员的收入和生活方式, 我将永远无法实现为自己所设定的梦想和目标。尽管我始终严格遵守保安公司的规章制度, 工作 12 个小时, 付出 100% 的努力, 但我从未受到赞扬, 也从未受到公司主管的好评。因此从那刻起, 我下定决心专注于德信业务。

在保安公司工作了 12 个小时后, 我利用剩余的时间与德信团队进行沟通, 并参与了教学或学习课程和解决小组问题。我开始运用我所学到的知识, 秉持德信“同一个世界, 同一个市场”的理念, 我在不同国家建立了许多团队组织, 并成功地与来自 45 个国家以上的会员建立了一组强大的团队。



Selamat Pagi DXN!

Nama saya Dirgha Lal Dong, seorang insan biasa, dilahirkan dalam keluarga yang berpendapatan sederhana di kawasan pendalaman Temal, wilayah Kavrepalanchok di Nepal. Saya telah memperolehi Sijil Berhenti Sekolah (SLC) dari kampung saya dan berhijrah ke bandar Banepa untuk melanjutkan pelajaran saya di mana saya telah mendapat peluang untuk melanjutkan pelajaran saya di peringkat menengah (HSEB). Saya telah melalui pelbagai halangan ketika menuntut ilmu termasuk kewangan dan Perang Saudara Nepal yang telah menjejaskan keamanan negara. Sistem politik Nepal yang tidak stabil pada ketika itu

我目前的阶级是执行双钻石明星, 我为我付出耐心, 毅力和辛勤的工作而取得的进步感到非常开心。最重要的是, 即使一再失败, 我也没有放弃。在进入德信之前, 我一无所所有, 但今天我所拥有的比我所期望的更多。

2016 年起, 在获得参与旅游研讨会奖励的资格后, 我与家人一起环游了七个国家 (印度、巴厘岛、印度尼西亚、新加坡、泰国、马来西亚、柬埔寨和杜拜)。在参与旅游研讨会时, 我从德信一名成功领导者的讲座会中得到了启发, 他使我更有动力继续前进, 并为公司做出贡献。自从德信走入我与我家人的生活后, 我们从此享受着健康安宁的生活。

我非常感谢我所有的领导和业务团队, 感谢他们在我德信旅程中一直给予我的支持和指导。衷心感谢 IMD 的 Ashish Jashani 先生, 马来西亚首位皇冠大使 Sim Poh Meng 女士和 Lee Gee Kow 先生, 以及德信管理团队。最后, 非常感谢拿督林孝仁博士, 他总是倡导着健康、财富与幸福的理念, 给予我们这完美的平台。

“你将会面临各种严峻挑战, 但没有任何一个挑战会引领您实现新突破——带您到达您想去的地方。”保持专注, 遵循系统并忠实于您的梦想, 您将会取得成功。坚持你的梦想, 永不放弃。”



tujuan saya datang ke Malaysia adalah untuk memberikan kehidupan yang lebih baik kepada saya dan keluarga, tetapi masih terpaksa berdepan dengan masalah kewangan serta masalah kesihatan seperti tonsillitis, gastritis, buasir dan lain-lain penyakit. Setiap hari adalah mencabar untuk saya, dan masalah kesihatan menjejaskan prestasi kerja saya. Saya kemudian menyedari mengenai kepentingan kesihatan. “Kesihatan adalah kekayaan” bukan sekadar kata-kata, tetapi kebenaran. Sejak itu, saya mementingkan kesihatan dan bertekad untuk kembali ke negara saya demi kesihatan.

Walau bagaimanapun, rakan saya, Umesh Acharya, telah memperkenalkan saya kepada produk DXN dan Ganoderma buat pertama kali. Beliau turut menjelaskan kepada saya mengenai faedahnya kepada kesihatan dan saya fikir, saya patut mencubanya. Saya menggunakan ubat gigi Ganozhi seperti yang disarankan dan dalam masa dua minggu, produk tersebut telah membuktikan keberkesanannya dalam menyelesaikan masalah kesihatan saya. Saya kemudiannya mencuba produk DXN yang lain untuk merasai keberkesanannya dan telah menyebankan saya yakin dengan faedahnya kepada kesihatan. Kerana keberkesanan produk-produknya, saya menyertai DXN pada 19 Jun 2007 dan mula menggunakan produk dengan diskaun sebanyak 15% sehingga 25% menggunakan kod pengedar saya. Dengan penggunaan berterusan, kesihatan saya bertambah baik.

Saya cuba mempelajari lebih lagi mengenai produk dan sistem DXN, yang telah mempertemukan saya dengan Berlian Berganda Tiga Eksekutif (ETD) Ram Krishna Ahir, warga Nepal pertama mencapai status Berlian serta Bintang Berlian Kanan Eksekutif (ESSD) Jeyathi A/P Amarthalingam yang telah berkongsi maklumat mengenai syarikat dan produk berasaskan Ganoderma. Saya kemudiannya mengguna pakai ilmu yang dikongsi oleh ahli DXN yang lain ke dalam hidup saya, dan berkongsi dengan orang lain, saya telah berjaya mengembangkan perniagaan DXN saya dan mencapai status Ajen Bintang. Saya mula menghadiri perjumpaan, latihan dan seminar dan mula mengikuti langkah menuju kejayaan. Saya belajar dengan

lebih lagi mengenai produk Ganoderma DXN dan sistem Jualan Langsung DXN untuk mempersiapkan diri saya dengan maklumat yang diperlukan supaya saya dapat memberi inspirasi kepada orang lain melalui produk DXN.

Saya kembali ke Nepal untuk memperkenalkan produk-produk DXN di Nepal, tetapi ianya tidak berjaya seperti yang saya sangkakan dan saya menghadapi pelbagai cabaran dan dugaan. Saya tidak berjaya meyakinkan keluarga saya mengenai DXN, tetapi ianya tidak menjejaskan matlamat saya. Saya bertekad untuk mencapai kejayaan melalui DXN, jadi saya telah menggunakan pelbagai cara untuk mengembangkan minda dan diri saya secara keseluruhan. Saya telah menghadiri perjumpaan baharu, membaca buku-buku yang berkaitan dengan jualan langsung untuk menambahkan lagi ilmu pengetahuan saya.

Oleh kerana kurangnya potensi untuk mengembangkan perniagaan di Nepal yang disebabkan oleh ketidakstabilan politik, tunjuk perasaan, tiada perpaduan dalam kerajaan, larangan kerajaan terhadap jualan langsung, dan masyarakat yang tidak cakna, saya sekali lagi berhijrah ke Malaysia pada tahun 2013 dan bekerja sebagai seorang pengawal keselamatan.

Saya yakin bahawa impian dan cita-cita saya tidak akan dapat dicapai dengan hanya bergantung kepada pendapatan yang diperolehi dari pekerjaan ini dan gaya hidup saya. Walaupun saya sentiasa mematuhi arahan syarikat, bekerja selama 12 jam, memberikan 100% usaha dalam kerja saya, saya tidak dipuji dan tidak dilayan dengan baik oleh penyelia syarikat. Sejak itu, saya bertekad dan yakin untuk terus maju dalam perniagaan DXN saya.

Setelah bekerja dengan syarikat keselamatan selama 12 jam sehari, saya menggunakan masa yang berbaki untuk berhubung dengan kumpulan DXN, terlibat dengan pengajaran/pembelajaran, dan menyelesaikan masalah kumpulan. Saya menggunakan ilmu pengetahuan yang telah saya perolehi dan melalui konsep DXN iaitu “Satu DXN, Satu Pasaran”, saya telah menubuhkan banyak kumpulan di pelbagai negara dan berjaya

membina kumpulan yang kuat yang terdiri daripada mereka yang berasal dari 45 buah negara yang berbeza.

Kini, saya memegang status Berlian Berganda Eksekutif (EDD) dan saya amat gembira dengan kemajuan yang telah dicapai dengan kerja keras, kesabaran dan kecekalan. Yang paling penting, saya tidak menyerah kalah walaupun telah beberapa kali gagal. Sebelum menyertai DXN, saya tidak mempunyai apa-apa. Tetapi kini, saya mempunyai lebih dari apa yang pernah saya impikan.

Sejak tahun 2016, selepas layak menyertai NTSI dan TSI, saya telah melawat ke lebih tujuh buah negara (India, Bali, Indonesia, Singapura, Thailand, Malaysia, Kemboja dan Dubai) bersama keluarga. Selepas menyertai NTSI dan ITS, saya amat terinspirasi dengan perkongsian yang diberikan oleh pemimpin DXN yang profesional dan berjaya, yang telah memberikan saya lebih motivasi untuk meneruskan karier saya dan menyumbang kembali kepada syarikat. Kini saya dan keluarga menikmati kehidupan yang sihat dan tenang dengan adanya DXN dalam kehidupan.

Akhir sekali, saya ingin merakamkan penghargaan kepada semua ahli atasan dan kumpulan saya atas sokongan berterusan dan tunjuk ajar yang telah mereka berikan sepanjang perjalanan saya dalam DXN. Ribuan penghargaan juga diucapkan kepada Pengarah Pemasaran Antarabangsa, En. Ashish Jasani, Duta Mahkota pertama Malaysia, Pn. Sim Poh Meng dan En. Lee Gee Kow, serta pihak pengurusan DXN. Jutaan terima kasih ingin saya sampaikan kepada Datuk Dr. Lim Siow Jin yang telah mencipta platform ini yang menekankan kepentingan kesihatan, kekayaan dan kebahagiaan kepada manusia.

“Anda akan hadapi cabaran, dan ianya akan membawa anda kepada kejayaan --- ke mana sahaja yang anda inginkan. Terus fokus, ikuti sistem dan sentiasa mengingati impian anda. Anda akan mencapai kejayaan yang dicari-cari. Jangan berputus asa, kerana apa yang anda lakukan adalah penting.”

“
Never give up
永不放弃
Jangan berputus asa

FRUIT DRINKS

果汁饮料

Jus Buah-Buahan

Water is indeed essential for all life on Earth. According to the U.S. Geological Survey, 60 percent of our body weight is made up of water.

Do you know what water does for you to serve a number of essential functions that keep you all going? Our body loses water every day, no matter either in a hot climate or cold area, through breathing, sweating, urination, and digestion, as it helps to regulate our body temperature, flushing body waste, and maintaining other bodily functions. Hence, it's crucial to re-hydrate and replenish water by eating foods that contain water and drinking fluids.

When our body is lacking in water, the body will send a signal to us and the first sign is feeling thirsty. Although the best way to quench thirst may be to drink a cup of plain water, however, fruit drinks can also be stars of the show for water replenishing and enjoyable health benefits.

水是地球上所有生物的必需物质。根据美国地质调查局的调查，水分约占人体体重的60%。

您可否知道水分在人体多项基本功能操作中扮演什么角色吗？无论在炎热的气候或是寒冷的地区，我们的身体每天都会通过呼吸、排汗、排尿和食物消化中流失水分，从而帮助人体调节体温、排出体内的废物以及维持其他身体功能。因此，通过食用含有水分的食物和液体以达到充分补水是至关重要的。

当身体缺乏水分时，身体会向我们发送的第一信号是口渴。虽然解渴的最佳方法可能是喝一杯白开水，然而果汁饮料也不失为一款可以补充水分并同时享受健康乐趣的选择。

果汁饮料已逐渐成为全世界热门的饮料之一，毫无疑问，这主要归功于其味道和它的营养价值。它是一种由不同种类的美味水果加工制成

Air adalah penting untuk setiap kehidupan di muka Bumi. Menurut Kajian Geologi oleh Amerika Syarikat, 60 peratus daripada berat badan kita terdiri daripada air.

Adakah anda tahu apa yang dilakukan oleh air untuk menyajikan sejumlah fungsi kepada kehidupan seharian anda? Badan kita kehilangan air setiap hari tidak kira dalam cuaca panas mahupun sejuk. Air terhidrat melalui proses pernafasan, pengeluaran peluh, proses perkumuhan mahupun proses pencernaan untuk menstabilkan suhu badan, menyingkirkan sisa yang tidak diperlukan oleh badan serta mengekalkan fungsi badan yang lain. Oleh itu, adalah penting untuk kita menghidratkan semula badan dan menggantikan semula air dengan cara makan makanan yang mengandungi air dan juga cecair minuman.

Apabila badan kita kekurangan air, badan akan menghantar isyarat kepada kita dan tanda utamanya adalah merasa dahaga. Walaupun cara terbaik untuk

Fruit drinks have become one of the popular beverages worldwide, undoubtedly owes to both its flavour and nutrients' benefits. It is a non-alcoholic beverage that is processed by different types of delicious fruits for certain signature tastes with the different fruit nutrients' benefits such as vitamins, minerals and dietary fibre. Hence, billions of people worldwide consume fruit drinks to quench their thirst and replenish water loss as well as to enjoy the health benefits bring by the different fruits.

Among the dazzling choices, below are the top 6 fruit drinks from DXN that bring you different flavours and benefits.

的非酒精饮料，具有独特的口味并富含各水果不同的营养成分如维生素、矿物质和膳食纤维。因此，全世界有数十亿人饮用果汁来解渴、补充水分，同时享受不同水果带来的健康益处。

在众多令人眼花缭乱的選擇中，德信為您帶來了以下六款不同口味及益處的果汁飲料。

menghilangkan dahaga adalah dengan minum sekurang-kurangnya secawan air putih, jus buah-buahan juga bagus dalam menggantikan semula air dan menikmati faedahnya kepada kesihatan.

Jus buah-buahan telah menjadi salah satu minuman popular di dunia kerana rasa dan khasiatnya kepada kesihatan tubuh badan. Lanya adalah minuman tanpa alkohol yang diproses menggunakan beberapa jenis buah-buahan yang lazat dengan pelbagai jenis khasiat seperti vitamin, mineral dan serat pemakanan. Oleh itu, berbilion manusia di seluruh dunia mengambil jus buah - buahan untuk menghilangkan dahaga dan menggantikan air yang telah hilang serta menikmati khasiat yang berbasal dari pelbagai jenis buah.

Antara pilihan yang menarik, berikut adalah 6 jenis jus buah-buahan dari DXN yang memberikan kelainan pada rasa dan khasiat.



DXN ROSELLE JUICE
德信洛神果汁
Jus Roselle DXN



DXN ALOE VITA
德信 Aloe Vita
Aloe Vita DXN



DXN MORICINIA
德信 Moricinia
Moricinia DXN

- Made from Roselle.
- Sweet and sour in taste.
- Roselle can be consumed for improvement in health condition due to its excellent nutritional value^[1].
- 由洛神花制成。
- 口感酸甜。
- 洛神花的营养价值高，有助于改善人体健康^[1]。
- Dihasilkan daripada Roselle.
- Rasa yang manis dan masam.
- Roselle boleh diambil untuk memperbaiki kesihatan disebabkan oleh khasiatnya^[1].

- Made from Aloe vera.
- Sweet and sour in taste with Aloe vera pulp.
- A ready to drink beverage for refreshing and thirst quenching.
- Aloe vera has shown potential for maintaining good health^[2].
- 由芦荟制成。
- 口感酸甜可口，带有冰冰凉凉的芦荟果肉。
- 是一款随时可饮用的提神解渴饮料。
- 芦荟对人体保健有益^[2]。
- Dihasilkan daripada Aloe vera.
- Rasa yang masam dan manis dengan isi Aloe vera.
- Minuman sedia untuk diminum yang menyegarkan dan menghilangkan dahaga.
- Aloe vera mempunyai potensi untuk mengekalkan kesihatan yang baik^[2].

- Specially formulated from valuable plants, Noni (*Morinda citrifolia*) and Asam Gelugur (*Garcinia atroviridis*).
- Sweet and sour in taste.
- Noni may aid to improve digestion^[3], whereas Asam may help in weight management^[4].
- 由罗罗果 (*Morinda citrifolia*) 与藤黄果 (*Garcinia atroviridis*) 特制而成。
- 口感酸甜。
- 罗罗果有助于改善消化^[3]，而藤黄果则有助于控制体重^[4]。
- Diformulasi daripada tumbuhan yang bernilai, Noni (*Morinda citrifolia*) dan Asam Gelugur (*Garcinia atroviridis*).
- Rasa yang manis dan masam.
- Mengkudu boleh membantu memperbaiki sistem pencernaan^[3], manakala Asam Gelugur boleh membantu mengawal berat badan^[4].

Looking for a delicious and refreshing fruit drink? Kindly visit the nearest DXN branch or DXN website for your preferable fruit drinks or other nutritional drinks.

A cup of refreshing fruity drink a day, banish off your daily exhaustion with a nutritious drive.

想要品尝一款清爽美味的果汁饮料? 请到临近的德信分行或德信网站, 购买您最喜欢的果汁饮料或其他营养饮品。

一天一杯清爽的果汁饮料, 让其丰富的营养消除您每天的疲惫。

Mencari jus buah-buahan yang enak dan menyegarkan? Kunjungi cawangan DXN yang berhampiran atau laman web DXN untuk maklumat lebih lanjut mengenai jus buah-buahan atau minuman berkhasiat yang lain.

Secawan jus buah - buahan yang menyegarkan setiap hari, dapat menghilangkan kepenatan harian anda dengan khasiatnya.



DXN MORINZHI
德信罗苓果汁
Morinzhi DXN



DXN KIWI FRUIT DRINK BASE
德信浓缩奇异果汁
Bes Minuman Buah Kiwi DXN



DXN APPLE FRUIT JUICE DRINK BASE
德信浓缩苹果果汁
Bes Minuman Jus Buah Epal DXN

- Specially formulated from valuable plants, Noni (*Morinda citrifolia*) and Roselle.
- Slightly sour and bitter in taste.
- Noni and Roselle may help to maintain general health ^{[1][3]} and improve digestion ^[3].
- 由罗苓果 (*Morinda citrifolia*) 与洛神花特别调制而成。
- 口感微酸微苦。
- 罗苓果与洛神花有助于维持身体健康 ^{[1][3]} 和改善消化 ^[3]。
- Dihasilkan daripada tumbuhan yang berharga iaitu Mengkudu (*Morinda citrifolia*) dan Roselle.
- Rasa yang sedikit masam dan pahit.
- Mengkudu dan Roselle dapat membantu mengekalkan kesihatan secara am dan memperbaiki sistem pencernaan ^[3].

- Made from kiwi puree.
- Delicious and unique tangy taste.
- Suitable for homey dessert recipes.
- Kiwi may help to improve health condition due to its excellent nutritional value ^[5].
- 由奇异果泥制成。
- 口感独特美味, 香气扑鼻。
- 适用于家庭式甜点食谱。
- 奇异果含有丰富营养价值, 有助于改善健康状况 ^[5]。
- Dihasilkan daripada puri kiwi.
- Rasa yang enak dan masam.
- Sesuai untuk resipi masakan.
- Kiwi boleh membantu memperbaiki kesihatan kerana kandungan khasiatnya ^[5].

- Made from apple.
- Sweet in taste with slightly fruity smell.
- Apple can be consumed as part of healthy diet to maintain good health ^[4].
- 由苹果制成。
- 口感甘甜, 略带果香。
- 苹果可以成为健康饮食的一部分, 有助于维持身体健康 ^[4]。
- Diperbuat daripada epal.
- Rasa yang manis dengan sedikit bau buah-buahan.
- Epal boleh dijadikan sebahagian daripada pemakanan untuk mengekalkan kesihatan yang baik ^[4].



Reference | 参考文献 | Rujukan :

1. Arpita, M. (2017). "Review On Amazing Benefits Of Roselle (Hibiscus Sabdariffa L.) And Their Uses". *World Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 217-227. doi:10.20959/wjpps20177-9426
2. Sharma, R., Tandon, D., Joshi, V.K. & Attri, S. (2015). Development and evaluation of different beverages from Aloe vera (L.) Burm.f. For their nutritional, functional and sensory qualities. *Indian Journal of Natural Products and Resources*. 6(4), 278-282.
3. Krishnaiah, D., Nithyanandam, R., & Sarbatty, R. (2012). Phytochemical Constituents and Activities of *Morinda citrifolia* L. *Phytochemicals - A Global Perspective of Their Role in Nutrition and Health*. doi:10.5772/26094
4. Roongpisuthipong, C., Kantawan, R., & Roongpisuthipong, W. (1970, January 01). [PDF] Reduction of adipose tissue and body weight: Effect of water soluble calcium hydroxycitrate in *Garcinia atrovirens* on the short term treatment of obese women in Thailand. *Semantic Scholar*. Retrieved from <https://www.semanticscholar.org/paper/Reduction-of-adipose-tissue-and-body-weight-effect-Roongpisuthipong-Kantawan/17d9d0bd1eb21e382fc948a3a92d9e1fb3dae>
5. Singletary, K. (2012). Kiwifruit. *Nutrition Today*, 47(3), 133-147. doi:10.1097/nt.0b013e31825744bc
6. Boyer, J., & Liu, R. H. (2004). Apple phytochemicals and their health benefits. *Nutrition Journal*, 3(1). <https://doi.org/10.1186/1475-2891-3-5>



ONE DOLLAR ONE CHILD

According to Unicef, nearly half of all **Deaths** in children under 5 are attributed to **Malnutrition**.

Join **DXN** to fight malnutrition in children worldwide through 'One Dollar One Child' campaign.

Do your part by contributing to the betterment of our future leaders.

Visit <https://eworld.dxn2u.com/> to start contributing.



BOLIVIAN 1ST Crown Ambassador



JAIME COLQUE GUTIERREZ & SARA AGUILAR MAMANI

“ Good Morning DNX!

My name is Jaime Colque. Before knowing DNX, I worked as a distributor of a multilevel company living on direct sales without financial freedom. The only remarkable thing that I have achieved with the company is that I have managed to develop my skills.

My first job was with a tailor shop where I worked for many years. I worked a lot, but earned just a little without having any free time to study. I could not depend on my parents since they were not able to support me financially. However, at that time, my wife worked as a secretary.

During my previous job, I worked a lot, but with minimum income. I came from a low-income family. As a child, I have always dreamed big to achieve great things and to improve myself and bring my family forward and give them the best. I have always been looking for a real opportunity to generate high income and improve my family's lifestyle.

I was searching for DNX, as I had already heard and researched about the company and its products. I found that their compensation plan was impressive as it was simple and duplicable. I said to myself, "wow, this is for me". So one day, a former colleague called me to talk about DNX just at the same time that I wanted to consume the products, to see if they are effective or not. When I started consuming, the first few days as a customer, I was delighted with the result. I said to myself "this really works and the price is affordable", and that has been the main reason that I started to do DNX full time in the city of El Alto, La Paz in Bolivia. At that time, DNX was not in Bolivia yet, but still, we managed to grow, thanks to the 'One World One Market' concept that has been the company's principle since its inception. After years of hardwork and determination shown by everyone, the company officially established in Bolivia in March 2012.

What I always dreamed of as a networker is to have financial freedom, freedom of time and freedom to travel, and all of these have come true. I have obtained a lot with DNX in a short amount of time. But this of course came with

hard work. With short, medium and long-term plans and goals, I have achieved the status of Diamond, Crown Diamond and Crown Ambassador and I am the first to achieve the status in the country. I am now enjoying the freedom in health, time and financial.

Once a tailor and now a successful and professional individual in network marketing, I am very proud and thankful of the status of Crown Ambassador that I have achieved. It changed my life forever, and also the lives of others in various countries. With DNX too, we have traveled to a lot of countries all over the world, fully paid by DNX. DNX is a company where all your dreams will come true.

Now, together with my wife, I have built a legacy so that our next generation and many families in Bolivia will live in peace and freedom.

My infinite gratitude to Datuk Dr. Lim Siow Jin, Mr. Prajith Pavithran, Ms. Bing Undajon-Adalla, the Managers, the Corporate Staff, and the Leaders, for their endless support in my journey with DNX.

早安德信!

我的名字是 Jaime Colque。在加入德信之前，我曾是一家多层次直销公司的经销商，虽然当时靠直销生活没能实现财务自由，但通过在这家公司所学习到的知识从而提升了自身的直销经验。

我的第一份工作是在一家裁缝店工作，在那儿工作了好几年。我亦尝试过很多工作，但所赚取的工资都很少，亦没有空闲时间去提升自己。由于父母无法在经济上支持我，我必须得靠自己。然而，在那时候，我的妻子也只是一名普通秘书。

我曾经尝试过许多行业，但收入都不理想。再加上我是一名来自低收入家庭的孩子，所以小时候一直盼望着将来能够成就一番伟大的事业，改善自己与家人的生活，给予他们最好的一切。因此，我一直在寻找一个能够创造高收入的机会。

偶然听说德信这家直销公司，我便开始深入研究该公司及其产品，同时也发现他们的回酬计划非常吸引和令人印象深刻，所以这对我来说是个千载难逢的机会。就在那个时候，也恰巧一位前同事联系我并向我推销德信的产品，同时希望我能够试用，以了解产品的效果。当我开始作为客户购买产品并且使用后，产品惊人的效果让我感到非常满意。德信产品不仅有效而且价格合理，这也是我决定在埃尔托玻利维亚全职经营德信业务的主要原因。虽然当时德信还未在玻利维亚开拓业务，但秉持着德信“同一个世界，同一个市场”的理念，德信业务得以蓬勃发展。经过大家多年的付出和努力，德信最终于2012年3月在玻利维亚正式成立。

我成功实现我所梦想的财务与时间自由，并且达到到处旅行的目标。在这短短时间内，德信让我收获颇丰，但这当然需要付出艰辛的努力。通过短期、中期和长期的目标计划，我已经成功取得了钻石、皇冠钻石和皇冠大使的阶级，并且是玻利维亚第一任皇冠大使。我目前正享受着健康、时间和财务自由的生活。

我从一名渺小的裁缝员蜕变成一名直销领域的专业人士，我为今时今日达到皇冠大使这阶级的成就感到非常自豪和感恩。德信彻底改变了我与世界各地人们的生活。德信亦提供全额付费旅行，实现我们到全国各地旅行的梦想。德信绝对是一家让你梦想成真的公司。

如今，我和我的妻子一起建立了一份遗产，让我们的下一代和玻利维亚的家人能够过着无忧无虑地生活。

在此，非常感谢拿督林孝仁博士、Prajith Pavithran 先生、Bing Undajon-Adalla 女士以及公司的经理、员工和领导，是您们在我与德信的旅程中给予我无尽的鼓励和支持。

Selamat Pagi DNX!

Nama saya Jaime Colque. Sebelum mengenali DNX, saya telah bekerja sebagai seorang pengedar di bawah sebuah syarikat jualan langsung tanpa kebebasan kewangan. Perkara hebat yang telah berjaya saya capai ketika bersama syarikat itu adalah saya telah memperbaiki kemahiran yang saya ada.

Pekerjaan pertama saya adalah di sebuah kedai menjahit, di mana saya bekerja di situ selama beberapa tahun. Saya bekerja keras, namun hanya memperoleh pendapatan yang sedikit dan tidak mempunyai masa untuk belajar. Saya tidak boleh bergantung kepada ibu bapa saya kerana mereka tidak mampu untuk memberi saya sokongan kewangan. Walau bagaimanapun, pada ketika itu, isteri saya bekerja sebagai seorang setiausaha.

Ketika bekerja dengan pekerjaan lama saya, saya telah bekerja keras, tetapi dengan gaji yang minimum. Saya berasal dari keluarga yang berpendapatan rendah. Ketika saya masih kanak-kanak, saya selalu mengimpikan untuk mengecapi perkara hebat dan memperbaiki diri sendiri serta memajukan lagi keluarga saya dan memberikan yang terbaik kepada mereka. Saya sentiasa mencari peluang untuk menajana pendapatan yang lebih tinggi dan memperbaiki kualiti kehidupan keluarga saya.

Saya mula mencari mengenai DNX, memandangkan saya telah mendengar dan membuat sedikit kajian mengenai produk-produknya. Saya mendapati pelan pampasan mereka adalah sangat menarik, mudah dan boleh direka semula. Saya berkata kepada diri sendiri, "Inilah yang saya cari". Jadi pada suatu hari, seorang bekas rakan sekerja saya menghubungi saya untuk berbincang mengenai DNX dan dalam masa yang sama, saya ingin mencuba produk-produk DNX, untuk melihat keberkesannya. Apabila saya mula mengambil produk tersebut, beberapa hari yang pertama sebagai seorang pelanggan, saya amat berpuas hati dengan keputusannya. Saya berkata kepada diri sendiri, "ianya berkesan dan harganya berpatutan", dan ianya telah menjadi sebab utama saya mula menjalankan perniagaan DNX secara sepenuh masa di bandar El Alto, La Paz, Bolivia. Ketika itu, DNX masih belum wujud di Bolivia, tapi kami berjaya untuk berkembang kerana konsep 'Satu Dunia Satu Pasaran' yang telah menjadi prinsip syarikat sejak dari awal penubuhannya. Setelah bertahun-tahun bertungkus lumus, DNX akhirnya berjaya ditubuhkan pada Mac 2012 di Bolivia.

Apa yang selalu saya impikan adalah untuk mendapatkan kebebasan kewangan, kebebasan masa dan kebebasan untuk melancong, dan semua ini telah berjaya dicapai. Banyak yang telah saya perolehi dengan DNX dalam tempoh masa yang singkat. Tetapi ini datang dengan kerja keras. Dengan rancangan jangka masa pendek, sederhana dan panjang, saya telah berjaya mencapai status Belian, Bertian Mahkota dan Duta Mahkota, dan saya adalah Duta Mahkota DNX pertama di Bolivia. Saya kini menikmati kebebasan kesihatan, masa dan kewangan.

Dahulu merupakan seorang tukang jahit dan kini adalah individu profesional dalam bidang jualan langsung, saya amat bangga dan bersyukur dengan status Duta Mahkota yang telah

saya capai ini. Ianya telah mengubah kehidupan saya dan juga mereka yang lain diseturuh dunia. Dengan DNX juga, kami telah melawat ke pelbagai negara di seluruh dunia, ditaja sepenuhnya oleh DNX. DNX adalah sebuah syarikat dimana semua impian anda akan menjadi kenyataan.

Kini, bersama dengan isteri saya, saya telah membina legasi supaya generasi akan datang dan lebih banyak keluarga dapat hidup dengan aman dan bebas.

Jutaan penghargaan saya ucapkan kepada Datuk Dr. Lim Siow Jin, En. Prajith Pavithran, Cik Bing Undajon - Adalla, para pengurus, staf korporat, para pemimpin, untuk sokongan mereka yang tidak berbelah bahagi sepanjang perjalanan saya dengan DNX.





ITS1 2021 EGYPT

**QSD
POINTS
615,000
POINTS**

Promo Period
**FROM 1ST JANUARY -
31ST DECEMBER 2020
6 DAYS 5 NIGHTS**



NTS1 2021 Da Nang Vietnam

**QSA
POINTS
163,000
POINTS**

Promo Period
**FROM 1ST JANUARY -
31ST DECEMBER 2020
4 DAYS 3 NIGHTS**



DXN Marketing Sdn. Bhd.

Block C, 8 Suria Boutique Offices, Jalan PJU 1/42, Dataran Prima, 47301 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan

Tel : +603-7809 3388 Fax : +603-7809 3300

<http://www.dxn2u.com>

199301029165 (283904-P) (A.J.L. 93432) (A Wholly Owned Subsidiary By DXN Holdings Berhad)