



「奧視群倫」巔峰盛會、「體育推手」婕斯殊榮

2019美商婕斯環球集團冠名贊助的「婕斯盃全明星羽球對抗賽」，今年正式邁入第三屆，今年賽事主題為「奧視群倫、預見2020」，比賽首度進軍臺北市國際級運動場館 - 臺北和平籃球館，且賽事全面升級，邀集了丹麥、南韓及馬來西亞等奧運等級國際羽球好手參與，包括丹麥傳奇男雙好手鮑伊 (Mathias Boe)、馬來西亞「雙蔚組合」吳蔚昇及陳蔚強、南韓羽球男神李龍大等，我國則派出許仁豪、王齊麟、李洋等羽球好手出面應戰。除了正式比賽外，韓國超人氣男神李龍大搭配羽你同行分齡賽冠軍以及婕斯盃大使王子維與美商婕斯王總監共同表演公益對抗賽，捐出共計十萬元作為台北市長春國小羽球校隊訓練經費，希望能夠達到拋磚引玉的效果，和大家一同支持及推廣基層羽球。

為支持全民羽球運動的推廣，美商婕斯2018年持續冠名贊助第二屆「婕斯盃全明星羽球對抗賽」，是國內唯一採用BWF超級系列賽等級之場地規格，讓台灣的民眾不用出國也可以近距離觀賞世界級知名球星在高規格的球場上展現球技，更跨球團邀請李洋（合作金庫）、王齊麟（土地銀行）及王子維，組成實力堅強的台灣隊，與世界知名選手進行「男雙」與「男單」項目的對抗，成功將冠軍留在台灣，也造就了現今的台灣黃金雙打『麟洋』組合。更因此獲得108年第11屆體育推手獎贊助類銀質獎的殊榮。



美商婕斯以幫助人們獲得健康、創造積極態度的企業精神，持續推動羽球全民化。希望熱愛羽球的您，可以持續關注並且支持「婕斯盃全明星羽球對抗賽」，明年的精采賽事，期待有您共同參與！

成功和致富在婕斯已是必然
選擇婕斯，成就未來

GREATER CHINA

N E X T

JEUNESSE EXPO 2019

美商婕斯全球年會－大中華區

11-14, OCT. 2019

【EXPO X 報到須知】



ZEN產品講座暨體驗會 in 台北、台中、高雄

您有多久沒站上體重機了呢？ZEN 產品講座暨體驗會，於北中南巡迴的三場活動中，邀請大中華區產品顧問 Lindsey 介紹最夯話題「PFC 平衡飲食法」之外，現場也準備新款的超精密體重機提供測量，讓婕斯家人們重新審視自己的健康指數。健康的生活方式值得每個人都擁有，婕斯與您一起迎向健康人生！





婕斯名人講堂in 台北、高雄

「婕斯名人講堂」力邀在婕斯傑出的成功者，以親身經歷分享其精彩人生，並聚焦掌握婕斯的關鍵優勢，從婕斯影響力、平台力、傳播力為您勾勒出婕斯成功之路。婕斯名人講堂隆重邀請錢靖華鑽石伉儷與林育庭鑽石總裁，分別於台北、高雄進行訪談，錢靖華鑽石伉儷率直坦蕩的個性以及不服輸的精神，精準分析他們在婕斯精彩又豐富的鑽石之路；林育庭鑽石抱持著幫助更多人脫離貧窮的理想，傳達共力、共好、共享三大口號，最後給現場家人們獻上最有力量的祝福。想要「掌握婕斯、成就未來」就請鎖定「婕斯名人講堂」。







引爆動能成長營 in 台北富邦國際會議中心

重新定義你真正的渴望！課程中邦智老師用淺顯易懂的語言搭配實戰經驗，為婕斯家人們點出目前大環境的危機，並深入剖析行業面、市場面、趨勢面的趨勢。透過這次的活動，真正了解行業的優勢與大未來，重新定位自己、定位團隊、提升婕斯家人們的會議能力。最後在感恩擁抱的環節畫下完美的句點，也祝福婕斯家人們在事業上蒸蒸日上，勇往直前！





2019年10月全球活動看板

- 
- 10/05** Discover JEUNESSE – Moscow
 - 10/06** Discover JEUNESSE – Saint Petersburg
 - 10/09** Discover JEUNESSE – North America
 - 10/11~14** EXPO NEXT 2019 World Tour:GC (in IMPACT Thailand)
 - 10/18~20** EXPO NEXT 2019 World Tour:Milan

****課程日期與相關課程請參考官網公告課程內容****

2019年10月台灣培訓課程資訊

- 
- 10/22** 6:00PM~8:30PM 脂己脂彼身體檢測體驗會 (台北)
 - 10/24** 6:00PM~8:30PM 脂己脂彼身體檢測體驗會 (高雄)
 - 10/30** 6:00PM~8:30PM 脂己脂彼身體檢測體驗會 (台中)

****課程日期與相關課程請參考官網公告課程內容****

2019年10月香港培訓課程資訊

- 
- 10/16** 7:30PM~9:30PM Dr. Chan 健康講座:腦退化
 - 10/23** 7:30PM~9:30PM 澳門10月份產品課程 - 婕斯產品全面睇
 - 10/28** 7:30PM~9:30PM 經銷商Carroll Li 美容講座:RVL之髮式變變變

****課程日期與相關課程請參考官網公告課程內容****



月來月虛？ 教你**補好補滿** **月來月順！**



周宗翰 顧問醫師

現任 | 翰鳴堂中醫診所執行長

臺北市立聯合醫院仁愛院區中醫科主治醫師

很多女生在來月經前總會來一個大感冒，例如在經期前一到兩個星期，就會覺得喉嚨很乾、癢、痛，伴隨著鼻塞、流鼻涕、頭痛、全身骨痛...等，甚至疲倦到站著也想睡。通常這個時候好像服用常用的感冒藥都不會好，只有等當次月經結束了，症狀就會神奇的減輕或消失，其實這就是典型的經前症候群。在中醫又稱為經前外感，也就是月經前身體的免疫力會變差，感受到外在風邪所造成的一系列症狀，通常常見好發在氣虛的女性身上。

氣虛的女性在經前容易免疫力下降，身體活動力減退。當人體臟腑功能失調，身體元氣不足時，就會表現氣虛的症狀，造成月經前容易精神不振、氣短懶言、語音低微以及類似感冒的症狀。



這時可以依據日、夜不同的生理需求補充營養素，像是維生素、礦物質外，綠茶、薑黃、大麥草、綠藻、瓜拿那、褐藻等都是日間適合幫助改善疲勞增加體力的成分；夜間則可以補充酪胺酸、蜂王乳以及迷迭香萃取物幫助修復。



飲食上則建議要多吃補氣血的食物，因為氣血充足的人，一年四季手腳都是暖和的，而氣不足的人，對外界的低氣溫特別敏感，很容易就手腳冰冷，平時應該多吃桂圓、核桃、紅棗、枸杞等。儘量少吃一些生冷寒涼的食物，如白蘿蔔、綠豆、冬瓜、各類冷飲、冰鎮的食物、生拌涼菜等。在經前可以多喝點紅糖薑茶，在生理期間則建議選吃溫和蔬果：像是蘋果、芭樂、葡萄、小櫻桃、柳丁、A菜、菠菜、芥藍菜、高麗菜、地瓜葉、青花椰菜、青椒、紅杏菜、紅蘿蔔。另外應減少燒烤、油炸以及刺激的飲食，包含過量的咖啡、茶、酒、香菸。

除了食補以外，平時也要適當的運動！一般來說，氣血不足的人好靜不好動，當運動過多時他們容易感到疲勞、胸悶、氣短等，於是有些人就乾脆不動了。其實，動則生陽，適當且規律的體能鍛鍊也能改善血液循環，改善體質！希望每位女孩都能月月平安，月月順喔~



洗臉 **4** 步驟

深層清潔毛孔



Bye Bye!



清潔洗臉看似簡單，但是，你做對了嗎？

洗臉是保養首要步驟，也是影響後續保養的關鍵。正確的洗臉不只是帶走臉上累積的髒污及老廢角質，更是為了讓肌膚完整吸收保養品，若是認為洗臉很容易所以隨便洗洗的話，肌膚也會回報暗沉、皺紋、乾燥甚至是痘痘...等問題。因此，好好的洗臉是每天對自己最好的寵愛喔！

正確洗臉要注意以下幾個重點：

Step 1 / 溫水潑濕全臉

過冷的水，會使毛孔緊縮，不利粉刺油垢的代謝；太熱的水，會造成油脂過度的清潔，導致乾澀緊繃。建議使用與體溫相似的溫水來作為洗臉時最好的水溫，既能夠充分打開毛孔清潔，也不會帶走太多肌膚表層的油脂，皮膚保持在一個穩定的狀態下清潔。





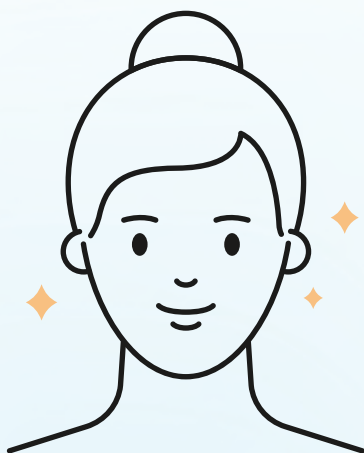
Step2/ 潔顏露充分起泡

將潔顏露取適量，在濕潤的手掌心上搓揉起泡後，再將泡沫帶到臉部使用。千萬別小看將潔顏用品充分起泡這個步驟，若直接將洗顏品塗抹在臉上忘記起泡這步驟的話，不但傷害肌膚，還可能會使潔顏品阻塞毛孔造成痘痘。



Step3/ 徹底清潔

將充分起泡後的潔顏露，以畫圓的方式均勻的塗抹在臉上，輕柔的用指腹按摩全臉額頭兩頰以及連同鼻翼人中下巴等這些小地方，用畫圓的方式仔細的按摩清潔 15-20下，讓泡泡遍布全臉。



Step4/ 沖掉泡沫

以足夠的清水沖洗全臉，將多餘的泡沫從臉部帶走，最後仔細檢查髮際線及下巴靠近脖子耳際處是否還有未帶走的剩餘泡沫。若是一切都乾淨後，最後用冷水再次潑灑全臉，讓稍冷的水將臉部的毛孔收縮將水分鎖住，最後以乾淨的毛巾按壓並輕柔的將臉部拭淨。



最後一道美顏工序小提醒：面膜

面對的空氣品質越來越差，皮膚傷害更是教人緊張害怕，光是正確洗臉還不夠，選擇溫和又能淨化修復的面膜，是打造清透肌的重要步驟：強化肌膚代謝，將老化角質、殘留在肌膚上的髒污代謝後，皮膚才能回復正常新陳代謝，膚質才會細嫩；否則再高檔的護膚品，皮膚也無法有效吸收。

luminesce™賦活超涵水肌淨面膜採用天然椰子生物纖維製成的奈導膜，導入天然乳油木果及珍貴的七草金質精粹草本配方，分子細小且清爽不膩，易被皮膚角質吸收，能促進代謝及修護肌膚，讓皮膚從底層透出光彩。

每天正確好好的洗臉與特殊護理，白天使用防止污塵黏附，強化肌膚對環境的抵抗力，夜晚使用提升修護力，強化肌膚屏障，全天候360°守護肌齡！



重要訊息



GREATER CHINA

N E X T

JEUNESSE EXPO 2019

美商婕斯全球年會－大中華區

11-14, OCT. 2019

【報到須知】



國品字第B00272號

美商婕斯明星商品

naära 娜妍膠原蛋白飲

榮獲 2019SNQ
國家品質標章



ZEN28

迎向質感人生

系列商品
上市



政策程序

◎不得重複申請入會

若申請入會者重複遞交不同推薦人之經銷商加入表格，公司僅認可第一筆資料，且保留任何爭端之最終權利。

◎取得其他經營權

如欲獲得其他經銷商經營權者，必須先申請終止本身經銷商之經營權並自申請日起滿18個月後，始有資格完成此程序，所有交易行為皆須遞交本公司”販售/轉讓表格”並由本公司進行最後裁定。

◎JEUNESSE商標使用

JEUNESSE之中英文名稱、所有產品名稱、服務和計畫，皆為JEUNESSE所擁有，並已註冊為JEUNESSE商標權之範圍，而前述權利僅限使用於生產與銷售JEUNESSE之產品與文宣上，包括但不限於會員手冊、產品文宣品、影片、網域、訓練或所有行銷及推廣產品，如服飾、帽子、別針、磁鐵等，意即若需使用JEUNESSE商標，無論是用於何處，皆必須先獲得JEUNESSE之授權，方可使用。經銷商同意不得任意使用JEUNESSE商標與版權，且JEUNESSE 擁有全部准否之權利。經銷商明確同意有關此商標與版權之相關商譽，不論直接或間接使JEUNESSE產生效益皆屬JEUNESSE私有財產，包含經銷商協議期滿或終止之後。經銷商亦與使用此商標或版權而產生之商譽價值無任何關連。

全球使命

婕斯致力幫助人們獲得健康、重返年輕，讓每個人釋放無限潛能，為世界創造正面積極的影響！

Jnews由美商婕斯環球台灣分公司發行
<http://www.jeunesseglobal.com>