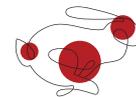




2024

仁心為本
崇尚生命

JANUARY 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		7 十一月廿六	14 十二月初四 YDPB Negeri Sembilan's Birthday	21 十二月十一	28 十二月十八
MON 星期一	1 十二月二十 New Year ^①	8 十一月廿七	15 十二月初五 YDPB Negeri Sembilan's Birthday	22 十二月十二	29 十二月十九
TUE 星期二	2 十一月廿一	9 十一月廿八	16 十二月初六	23 十二月十三	30 十二月二十
WED 星期三	3 十一月廿二	10 十一月廿九	17 十二月初七	24 二月十四	31 十二月廿一
THU 星期四	4 十一月廿三	11 十二月初一	18 十二月初八	25 十二月十五 Thaipusam ^②	
FRI 星期五	5 十一月廿四	12 十二月初二	19 十二月初九	26 十二月十六	
SAT 星期六	6 十一月廿五	13 十二月初三	20 十二月初十	27 十二月十七	

① Except Johor, Kedah, Kelantan, Perlis, & Terengganu

② Only Johor, Kuala Lumpur, Negeri Sembilan, Penang, Perak, Putrajaya & Selangor



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





亂吃亂喝，
疼痛不斷。

從今天開始健康飲食
並照顧好您的身體。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。



FEBRUARY 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		4 (立春) 十二月廿五	11 正月初二 Chinese New Year	18 正月初九	25 正月十六
MON 星期一		5 十二月廿六	12 正月初三 Chinese New Year Holiday ^(II)	19 正月初十	26 正月十七
TUE 星期二		6 十二月廿七	13 正月初四	20 正月十一	27 正月十八
WED 星期三		7 十二月廿八	14 正月初五	21 正月十二	28 正月十九
THU 星期四	1 十二月廿二 Federal Territory Day ^(I)	8 十二月廿九 Israk and Mikraj ^(II)	15 正月初六	22 正月十三	29 正月二十
FRI 星期五	2 十二月廿三	9 十二月三十	16 正月初七	23 正月十四	
SAT 星期六	3 十二月廿四	10 (农历新年) 正月初一 Chinese New Year	17 正月初八	24 正月十五 (元宵节)	



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。

^(I) Except Johor, Kedah, Kelantan, Perlis, & Terengganu ^(II) Only Johor, Kuala Lumpur, Negeri Sembilan, Penang, Perak, Putrajaya & Selangor ^(III) Except Johor & Kedah

A close-up photograph of a person wearing a pink sweater and a stethoscope. They are holding a large, textured red heart in their right hand and the chest piece of a stethoscope in their left hand. The background is a soft, out-of-focus light color.

有病早治，
無病早防。

經常體檢，及早發現疾病。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。



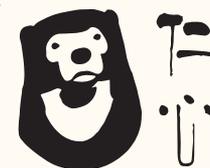


	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天	31 二月廿二	3 正月廿三	10 二月初一	17 二月初八	24 二月十五
MON 星期一		4 正月廿四	11 二月初二	18 二月初九	25 二月十六
TUE 星期二		5 正月廿五	12 二月初三 Awal Ramadan ①	19 二月初十	26 二月十七
WED 星期三		6 正月廿六	13 二月初四	20 二月十一	27 二月十八
THU 星期四		7 正月廿七	14 二月初五	21 二月十二	28 二月十九 Nuzul Al-Quran ②
FRI 星期五	1 正月廿一	8 正月廿八	15 二月初六	22 二月十三	29 二月二十 Good Friday ③
SAT 星期六	2 正月廿二	9 正月廿九	16 二月初七	23 二月十四 Sultan of Johor's Birthday	30 二月廿一

① Only Johor, Kedah & Melaka

② Except Johor, Kedah, Melaka, Negeri Sembilan, Sabah & Sarawak

③ Only Sabah & Sarawak



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。



睡多容易病，
少睡亦傷身。

每天充足的睡眠讓身體得到休息。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。





	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		7 二月廿九	14 三月初六	21 三月十三	28 三月二十
MON 星期一	1 二月廿三	8 二月三十	15 三月初七 Declaration of Melaka as a Historical City	22 三月十四	29 三月廿一
TUE 星期二	2 二月廿四	9 三月初一	16 三月初八	23 三月十五	30 三月廿二
WED 星期三	3 二月廿五	10 三月初二 Hari Raya Aidilfitri	17 三月初九	24 三月十六	
THU 星期四	4 二月廿六 (清明节)	11 三月初三 Hari Raya Aidilfitri	18 三月初十	25 三月十七	
FRI 星期五	5 二月廿七	12 三月初四	19 三月十一	26 三月十八 Sultan of Terengganu's Birthday	
SAT 星期六	6 二月廿八	13 三月初五	20 三月十二	27 三月十九	



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。

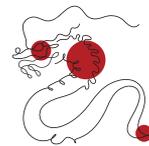


常打太極拳，
益壽又延年。

為了健康不斷鍛煉。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。





	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		5 三月廿七	12 四月初五	19 四月十二	26 四月十九
MON 星期一		6 三月廿八	13 四月初六	20 四月十三	27 四月二十
TUE 星期二		7 三月廿九	14 四月初七	21 四月十四	28 四月廿一
WED 星期三	1 三月廿三 Labour Day	8 四月初一	15 四月初八	22 四月十五 Vesak Day Hari Hol Pahang	29 四月廿二
THU 星期四	2 三月廿四	9 四月初二	16 四月初九	23 四月十六 Hari Hol Pahang	30 四月廿三 Harvest Festival ¹
FRI 星期五	3 三月廿五	10 四月初三	17 四月初十 Raja Perlis' Birthday	24 四月十七	31 四月廿四 Harvest Festival Holiday ¹
SAT 星期六	4 三月廿六	11 四月初四	18 四月十一	25 四月十八	

¹ Only Labuan & Sabah



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





多吃鹹鹽， 少活十年。

減少食物中的糖分和鹽分。
這將使我們保持健康並減少因不良生活方式導致的疾病。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。



JUNE 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天	30 Sultan of Kedah's Birthday 五月廿五	2 Hari Gawai Holiday ❶ 四月廿六	9 五月初四	16 Arafat Day ❷ 五月十一	23 五月十八
MON 星期一		3 Agong's Birthday 四月廿七	10 端午节 五月初五	17 Hari Raya Haji 五月十二	24 五月十九
TUE 星期二		4 Hari Gawai Holiday ❶ 四月廿八	11 五月初六	18 Hari Raya Haji Holiday ❸ 五月十三	25 五月二十
WED 星期三		5 四月廿九	12 五月初七	19 五月十四	26 五月廿一
THU 星期四		6 五月初一	13 五月初八	20 五月十五	27 五月廿二
FRI 星期五		7 五月初二	14 五月初九	21 五月十六	28 五月廿三
SAT 星期六	1 Hari Gawai ❶ 四月廿五	8 五月初三	15 五月初十	22 五月十七	29 五月廿四

❶ Only Sarawak

❷ Only Kelantan & Terengganu

❸ Only Kedah, Kelantan, Perlis & Terengganu



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





針灸拔罐， 病去一半。

使用針灸來搭配您的
草藥療法以獲得完整
的治療。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。





	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		7 Georgetown World Heritage City Day ^① Awal Muharram	14 六月初九	21 六月十六	28 六月廿三
MON 星期一	1 五月廿六	8 Awal Muharram Holiday ^②	15 六月初十	22 Sarawak Day	29 六月廿四
TUE 星期二	2 五月廿七	9 Georgetown World Heritage City Day ^①	16 六月十一	23 六月十八	30 Sultan of Pahang's Birthday
WED 星期三	3 五月廿八	10 六月初五	17 六月十二	24 六月十九	31 六月廿六
THU 星期四	4 五月廿九	11 六月初六	18 六月十三	25 六月二十	
FRI 星期五	5 五月三十	12 六月初七	19 六月十四	26 六月廿一	
SAT 星期六	6 六月初一	13 Penang Governor's Birthday	20 六月十五	27 六月廿二	

① Only Penang

② Only Johor, Kedah, Kelantan & Terengganu



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





仁民,愛物。

如果我们好好照顾它们,
我们就可以享受大自然。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品,向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。

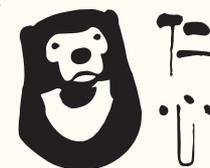


AUGUST 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		4 七月初一	11 Hari Hol Almarhum Sultan Iskandar ¹ 七月初八	18 七月十五	25 七月廿二
MON 星期一		5 七月初二	12 七月初九	19 七月十六	26 七月廿三
TUE 星期二		6 七月初三	13 七月初十	20 七月十七	27 七月廿四
WED 星期三		7 七月初四	14 七月十一	21 七月十八	28 七月廿五
THU 星期四	1 六月廿七	8 七月初五	15 七月十二	22 七月十九	29 七月廿六
FRI 星期五	2 六月廿八	9 七月初六	16 七月十三	23 七月二十	30 七月廿七
SAT 星期六	3 六月廿九	10 (七夕节) 七月初七	17 (盂兰节) 七月十四	24 Melaka Governor's Birthday 七月廿一	31 Merdeka Day 七月廿八

¹ Only Johor



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。



話甜能騙人，
藥苦能治病。

苦口良藥，多喝苦茶有
益健康。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。

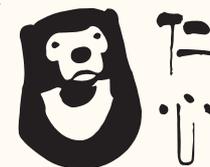


SEPTEMBER 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天	1 Merdeka Day Holiday ¹ 七月廿九	8 八月初六	15 八月十三	22 八月二十	29 Sultan of Kelantan's Birthday 八月廿七
MON 星期一	2 七月三十	9 八月初七	16 Prophet Muhammad's Birthday 八月十四	23 八月廿一	30 Sultan of Kelantan's Birthday Holiday 八月廿八
TUE 星期二	3 八月初一	10 八月初八	17 (中秋节) Malaysia Day 八月十五	24 八月廿二	
WED 星期三	4 八月初二	11 八月初九	18 八月十六	25 八月廿三	
THU 星期四	5 八月初三	12 八月初十	19 八月十七	26 八月廿四	
FRI 星期五	6 八月初四	13 八月十一	20 八月十八	27 八月廿五	
SAT 星期六	7 八月初五	14 八月十二	21 八月十九	28 八月廿六	

¹ Only Kelantan & Terengganu



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。



知足者常樂，
能忍者自安。

經常冥想，讓您的心平靜
下來。它對身體有奇效。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。

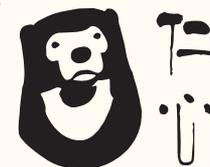


OCTOBER 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		6 九月初四	13 九月十一	20 九月十八	27 九月廿五
MON 星期一		7 九月初五	14 九月十二	21 九月十九	28 九月廿六
TUE 星期二	1 八月廿九	8 九月初六	15 九月十三	22 九月二十	29 九月廿七
WED 星期三	2 八月三十	9 九月初七	16 九月十四	23 九月廿一	30 九月廿八
THU 星期四	3 九月初一	10 九月初八	17 九月十五	24 九月廿二	31 九月廿九 Deepavali ¹
FRI 星期五	4 九月初二	11 九月初九 (重阳节)	18 九月十六	25 九月廿三	
SAT 星期六	5 Sabah Governor's Birthday 九月初三	12 Sarawak Governor's Birthday 九月初十	19 九月十七	26 九月廿四	

¹ Except Sarawak



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





家和萬事興。

家庭和睦會帶來健康和繁榮。

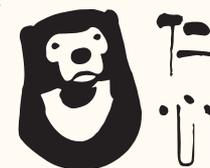
讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品,向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。



NOVEMBER 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天		3 十月初三	10 十月初十	17 十月十七	24 十月廿四
MON 星期一		4 十月初四	11 十月十一	18 十月十八	25 十月廿五
TUE 星期二		5 十月初五	12 十月十二	19 十月十九	26 十月廿六
WED 星期三		6 十月初六	13 十月十三	20 十月二十	27 十月廿七
THU 星期四		7 十月初七	14 十月十四	21 十月廿一	28 十月廿八
FRI 星期五	1 Sultan of Perak's Birthday 十月初一	8 十月初八	15 十月十五	22 十月廿二	29 十月廿九
SAT 星期六	2 十月初二	9 十月初九	16 十月十六	23 十月廿三	30 十月三十



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。





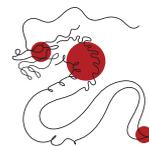
吃飯先喝湯，
勝過開藥方。

适当的喝草藥湯來滋養
身心。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。

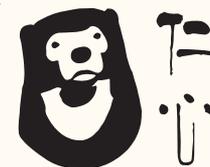


DECEMBER 2024



	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4	WEEK 5
SUN 星期天	1 十一月初一	8 十一月初八	15 十一月十五	22 十一月廿二	29 十一月廿九
MON 星期一	2 十一月初二	9 十一月初九	16 十一月十六	23 十一月廿三	30 十一月三十
TUE 星期二	3 十一月初三	10 十一月初十	17 十一月十七	24 十一月廿四 Christmas Eve ¹	31 十二月初一
WED 星期三	4 十一月初四	11 十一月十一 Sultan of Selangor's Birthday	18 十一月十八	25 十一月廿五 Christmas Day	
THU 星期四	5 十一月初五	12 十一月十二	19 十一月十九	26 十一月廿六	
FRI 星期五	6 十一月初六	13 十一月十三	20 十一月二十	27 十一月廿七	
SAT 星期六	7 十一月初七	14 十一月十四	21 十一月廿一 (冬至)	28 十一月廿八	

¹ Only Sabah



仁心為本 崇尚生命

讓我們共同承諾，
遵守法律法規，
杜絕出售瀕危野
生動植物產品。



戒菸限酒，
健康長久。

邁向健康的第一步是
限制身體攝入毒素。

讓我們承諾不購買瀕危
野生動植物產品，向您的
中藥店詢問合法與取自
可持續來源的中藥材料。



