

MAGYARORSZÁG BOSNA I HERCEGOVINA CRNA GORA HRVATSKA SHQIPËRIA SLOVENIJA SRBIJA

FOREVER

February 2020 XXIV Issue 02



#OurAloeOurMug

Izdignite se iznad oluje kao orao



Monsunski vjetrovi u Arizoni su nagli i nepredvidivi; nikada ne možete znati kada će se podići hladni vjetrovi i početi oluja iz čistog i sunčanog neba.

Monsunski vjetrovi u Arizoni su nagli i nepredvidivi; nikada ne možete znati kada će se podići hladni vjetrovi i početi oluja iz čistog i sunčanog neba.

Jedno popodne, iznenada se stvorila baš takva oluja. Dok sam promatrao prizor iz svog ureda, razmišljao sam kako je moguće da je oluja došla takvom brzinom. Iznenada sam zapazio ogromnu pticu koja je sletjela na granu obližnjeg drveta. Na moju veliku radost, bio je to orao! Prije dolaska oluje, većina životinja potraži sklonište kako bi izbjegla grmljavinu i kišu, ali se činilo da se ova ptica ne želi maknuti, više je izgledala kao da se sprema na borbu. U trenutku je nestala s grane drveta i podigla se visoko prema oblacima.

**SHVATIO SAM DA JE UPRAVO TAJ
BORBENI STAV ORLA, ISTA
OSOBINA KOJA DOLAZI DO
IZRAŽAJA U POSLU FOREVERA.**

Ispostavilo se da orlovi drugačije preživljavaju oluju. Orao se digne visoko koliko god može, vjetar ga podigne iznad divljeg nevremena – on koristi snagu oluje da se digne iznad nje i hrabro dosegne nove visine.

Koliko ste puta osjetili da se oluja spustila na vaše živote i poremetila vam harmoniju? Sigurno vam se dogodilo da se promet iznenada smanji, da je netko iz vašeg tima odlučio napustiti posao ili niste uspjeli ostvariti poticajni program koji ste priželjkivali.

Sjetio sam se da je ta osobina orla, taj borbeni stav, ista osobina koja dolazi do izražaja u poslu Forevera. Neuspjesi vas mogu obeshrabriti prilikom gradnje mreže. Gledajući olujne oblake, osjetivši snagu oluje, u nama se lako javi pomisao da ćemo se predati.

No, ne smijete predati! Oni koji na olujna vremena gledaju kao privremeno stanje, shvatit će da izvan toga ima mnogo povoljnih razdoblja. Kada vam se promet vrati u normalu, kada nađete novog, predanog člana tima koji leti ili pak ostvarite neki od poticaja, bit ćete zahvalni što niste dozvolili da vas nedaće pokolebaju. Ostali ste na svom putu i nastavili dalje ka svom cilju; bili ste sposobni dići se iznad oluje i time postali snažniji i spremniji na izazove koji vam se u životu spremaju.

Zbog te osobine vas poštujem. Vas, i sve Poslovne suradnike koji rade u ovom poslu. Zahvaljujući vašoj odvažnosti i hrabrosti, pomažemo ljudima

širog svijeta živjeti sretnije i zdravije. Pomažemo im da se i sami izbore sa svojim izazovima.

Kao što je Gregg posljednjih mjeseci podijelio s vama, vrijeme je da započnemo s jednostavnijim pristupom poslu. Kada vas izazovi opterećuju, pomislite na ljude koji računaju na vas kao mentore, vođe i Forever ambasadore.

Kada se pojave nagle nedaće, budite prilagodljivi. Usredotočite se na temelje i izdržite oluju. Ne zaboravite da ste orlovi, članovi obitelji Forevera.

S vječnom ljubavlju:

Rex Maughan

CEO, Forever Living Products



Dobar je osjećaj napisati ovu znamenku kao rezultat prvog mjeseca u novoj godini. Senzacionalno smo počeli, na tome hvala članovima GLT kluba, vodećim suradnicima, tek kvalificiranima, zaposlenicima ureda, kupcima, kojih je više od četvrt milijuna, te svima koji Foreverove proizvode smatraju dijelom svog života.

Sve češće me pitaju zbog čega smo toliko uspješni; ima mnogo manjih, ali i značajnih čimbenika zbog kojih je Forever u Mađarskoj i južnoslavenskoj regiji najdinamičnije rastuće poduzetništvo. Forever Akademija ima najbolje, najspremnije edukatore; najveća imena struke prenose svoje znanje i iskustvo. Tu moram naglasiti istinitu, iskrenu komunikaciju te međusobnu povezanost, koje čine čvrsti temelj za sve uključene u mrežni marketing.

**MULTI LEVEL MARKETING JE
NAJDINAMIČNIJE RASTUĆA
INDUSTRIJSKA GRANA 21.
STOLJEĆA. PRATIMO SUSTAV
KOJI JE RAZRADIO FOREVER NA
ČELU S REXOM I GREGGOM. TKO
UISTINU USVOJI I SAVRŠENO
PRIMIJE NIJEGOVE ELEMENTE U
SVAKODNEVNOM ŽIVOTU, DOLAZI
SVE BLIŽE SLOBODI NA SVIM
RAZINAMA.**

Multi level marketing je najdinamičnije rastuća industrijska grana 21. stoljeća. Pratimo sustav koji je razradio Forever na čelu s Rexom i Greggom. Tko uistinu usvoji i savršeno primijeni njegove elemente, dolazi sve bliže slobodi na svim razinama.

Cijeli život ću biti zahvalan što sam i sam iskoristio priliku Forevera i preporučio je svakom kog sam susreo u životu.

Naprijed Forever!


Dr. Sándor Miliesz PhD.
zemaljski i regionalni direktor



Success Day

BUDIMPEŠTA, 25.SIJEČNJA 2020.



"Sretna Nova Godina Forever Mađarska!" – moglo se čuti više puta tijekom priredbe. Sve ukazuje na to da smo na pragu jedne uistinu sretne godine – znamenke upućuju na to. Voditeljice programa, Mónika Béres (Managerica) i Mónika Márton (Senior Eagle Managerica) među prvim su činjenicama iznijele sljedeće: 2019. je bila najbolja godina te smo po prometu završili na trećem mjestu u Europi!



DR. SÁNDOR MILESZ Zemaljski Direktor

"Počinjem vrlo ponosnom izjavom: od dvadeset i jednog člana GLT kluba, trojica pripadaju nama, što je jedinstven rezultat! Osjećam kako će 2020. biti još bolja! Ove godine nam snovi moraju biti ogromni, veći od svih! Sad možete napraviti sve što želite u svojoj karijeri i u privatnom životu, jer je regija u ovom trenutku čudo za sve ostale nacije. Da, vi ste "mađarsko čudo" i neka to čudo potraje cijele godine!"



JÓZSEF SZABÓ Safir Manager

"Hvala vam na članstvu u GLT klubu, jer ste tom rezultatu pridonijeli svi. Ovaj posao je život. Nađite bolje ljude od vas samih, kako sam i ja napravio! Neka vam dani budu takvi, da navečer liježete čista srca!"



MIKLÓS BERKICS Dijamant Manager

"Bogu hvala, opet sam član ovog "elitnog kluba". Hvala vam na tome!"



ATTILA GIDÓFALVI Dijamant Manager

"Ponosan sam što imam ovakvu višu sponzorsku liniju. Želim da vam se ostvari sve što ste isplanirali! Naučite razumjeti ovaj posao!"





DR. ILONA JURONICS VARGÁNÉ Safir Manager, Eagle Manager DJECA SU NAŠA BUDUĆNOST

Kada stvorimo dijete, predstoji nam dug zajednički put i naša je odgovornost koliko će imati kvalitetan život. Mi smo ti koji od početka dajemo priliku svojoj djeci. Kada novorođenče ugleda svijet, tada se nakon zaštićenog okruženja suočava s vanjskim svijetom i svim njegovim izazovima. Nasreću, u Forever imamo na raspolaganju kvalitetne dodatke prehrani i svjesnost razmišljanja, kojima im uistinu možemo pomoći. Da vidimo što sve treba naša beba! Ljubav, prihvaćanje i harmoniju – koje možemo pružiti u ovom okruženju. Tjelesno, duševno i socijalno blagostanje – koje je neophodno da dijete izraste u stabilnog tinejdžera, a poslije i u takvu odraslu osobu. Skupa s njima rastemo i mi. Što možemo učiniti za njih? Hajdemo gledati svijet kroz naočale Forevera! No, moramo biti načisto i s biološkim temeljima svega. Naše tijelo je građeno od bjelančevina, masti, ugljikohidrata, vitamina i mineralnih tvari. Primarno je potomcima davati savršene hranjive tvari, ali će uz sve to trebati i podršku na duševnom polju, a to ćete također pronaći ovdje.

PRIZNANJE ZA SVOJE REZULTATE PRIMILI SU:

Assistant Supervisor,
Supervisor, Assistant Manager,
60cc+, 100cc+, 150cc+,
Forever2Drive, Manageri,
prva dva nagrađena za izazov
#AloeAroundTheWorld. Na
pozornici smo mogli pozdraviti
osvajanje Global Rallyja i
kandidate za Chairman's Bonus
čekove!



SÁNDORNÉ ENYEDI Manager MOJ PUT DO MANAGERSKE RAZINE

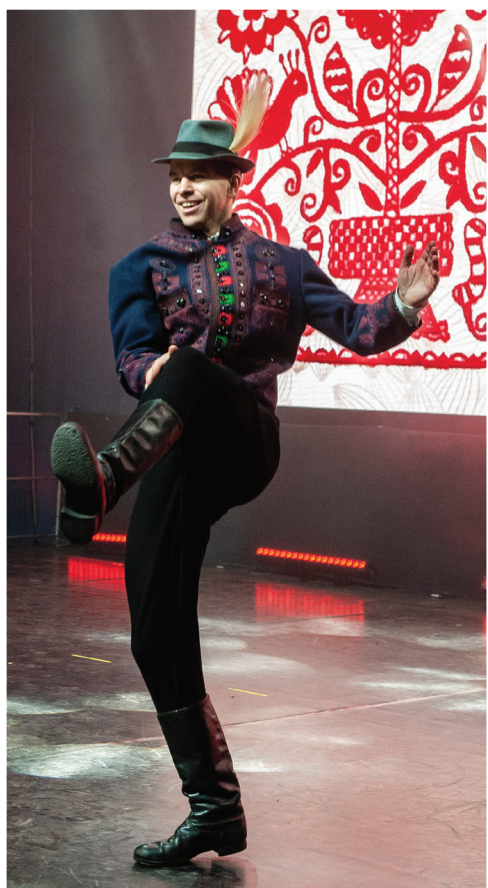
Kada sam počinjala, nisam prihvaćala poslovnu priliku, samo sam koristila proizvode. Radila sam to usput, iz hobija, ali me već na prvoj manifestaciji "ulovio" osjećaj. Toliko dobronamjernih ljudi, toliko priznanja, ciljna orijentiranost, želja za pomaganjem, toliko pozitivne energije...i vama predlažem da odlazite na priredbe i iskusite što sam iskusila sama, jer ćete na njima najbolje osjetiti o čemu se tu zapravo radi! Mene je nakon nekog vremena počelo smetati što se moje ime nije čulo s pozornice; to me je motiviralo da napokon zaslužim crvenu Managersku lentu i mogu vam reći da je osjećaj fantastičan! Zahvalna sam na prilici koju sam dobila. Dospjela sam na mjesta u svijetu o kojima sam mogla samo sanjati: Dallas, Dubai, Stockholm...a pored svega me ovdje i dalje drži kvaliteta proizvoda, uz stalne inovacije. Važno je i to da se ovaj posao odlično može uskladiti s obiteljskim životom – dobro je pripadati kompaniji koja njeguje tradiciju obitelji. Podijelite čudo Forevera sa što više ljudi!





RENÁTA ANDREA EGRESITS-ILYÉS Eagle Manager #SRETANUSPJEH

Razmislimo što znači živjeti uspješan i sretan život te što je ispunjenje! Različiti smo, ali svima nam je zajedničko da tražimo nešto. Zašto ste vi ovdje? Zašto ste krenuli ovim putem? Postavite si pitanje: Zbog čega biste željeli biti među nama? Uvijek imajte to pitanje na umu, ne dozvolite da vas životne nedaće skrenu s puta i poremete vam fokus! 2020. nije samo nova godina, već počinje i novo desetljeće: dobili ste prazne listove kako biste kreirali život kakav ste oduvijek htjeli. Uspjeh ne znači i sreću. Često čujemo "Bit ću sretan kada ću imati ovo/ ono/kad mi nešto uspije". Nemojte živjeti u tom "bit ću" svijetu! Ako ovdje i sada niste sretni, onda je svejedno što ćete postići, jer nikad nećete biti sretni. Uvijek ćete osjećati da nešto fali. A to "nešto" sami morate pronaći u sebi, a onda ni uspjeh neće izostati. Ovaj posao je vrlo jednostavan, ali nije lagan i često ga sami otežavamo nedoumicama: "Jesam li dovoljno dobar?", "Hoće li me netko pratiti?". Svi imamo bolje i lošije dane. Ovaj posao će polučiti uspjeh ako ćete razumjeti tko ste i da ste upravo takvi sasvim dobri. Ali, ne zaboravite – koliko god bili dobri individualno, trebat ćete i tim!



NA NASLOVNICI

U rujnu su Szilvia i Róbert Pataki, a u listopadu Viktor Egyed i Zuzana Egyed kupili najviše primjeraka Forever Magazina i dobili kao nagradu posebno izdanje sa svojom fotografijom na naslovnici.



VIKTOR EGYED **Safir Manager** **SNAGA MREŽNOG MARKETINGA**



Dugo sam živio zaposlenički život, nisam dobivao priznanje ni poštovanje, nisam imao život koji sam mogao planirati i u kojem sam ostvarivao sebe. Uvijek sam priželjkivao kreirati svoje vrijeme i prihode, tako da je mrežni marketing unio ogromnu promjenu u moj život. U čemu je snaga? Osigurava mogućnost stalnog napretka i daje viziju za ciljeve. Ciljeve smo imali i prije, ali nismo imali alata za njihovo ostvarivanje. Provodite li vrijeme sa svojom djecom kad vas trebaju? Počnite razmišljati o tome! Ako ovdje radite, sve važne trenutke možete doživjeti skupa s njima. Dobit ćete pozitivno okruženje, treninge i podršku, jer je ovo posao s ljudima. Svi mogu započeti bez obzira na karakter. Nije bitno odakle ste došli ili gdje živite, kakve ste škole završili, već s kakvom vizijom dolazite i što želite postići od svog života. Ovaj posao se ne treba razumjeti, samo morate željeti pomagati drugima! Postići ćete uspjeh ako pomognete dovoljnom broju ljudi, ali znajte – za svaki veliki rezultat, treba šest do osam mjeseci. No, sigurno je da će vam se uloženi trud isplatiti. Zašto je Forever dobar izbor? Jer je ovo obiteljski posao bez dioničara; četrdeset i dvije godine funkcionira stabilno i pouzdano i prisutan je u više od 160 zemalja svijeta. Godišnji promet je 2,6 milijarde dolara, a dio profita vraća suradnicima. Ovdje se ne trebate bojati gubitka pozicije, wellness i ljepota su uvijek stabilna područja. Aloe vera je priznata biljka i kvaliteta proizvoda je zajamčena. Možete imati online fleksibilno radno vrijeme, što znači da možete biti sami svoji šefovi. Ulaganja nema, dakle nema rizika, nema limita u zaradi - samo u glavama. Ipak, istina je da za sve to treba raditi! Naučite vraćati. Ne dozvolite da vanjski svijet utječe na budućnost vaših obitelji! Novac se može napraviti ne samo iz novca, već i iz volje, a za to nema boljeg alata od mrežnog marketinga.



KULTURNE VRIJEDNOSTI

I ovoga puta je Dan Uspješnosti bio uveličan sa spektakularnim kulturnim programom. Péter i Zita Major su izveli elegantan Bečki valcer, Sándor Enyedi je s obitelji pjevao o Forever životnom stilu, Nanett Kiss je nastupila s ganutljivom pjesmom, a Lajos Bereczki je izveo spektakularan momački ples.





australia

GLOBAL RALLY SYDNEY



FOREVER GLOBAL RALLY 2020

7500cc+ – GLT

Szabó József
Berkics Miklós
Gidófalvi Attila & Gidófalvi Kati

5000cc+

Halmi István
& Halminé Mikola Rita
Krizsó Ágnes
Stevan Lomjanski
& Veronika Lomjanski

2500cc+

Almási Gergely & Bakos Barbara
Herman Terézia
Klaj Ágnes
Knisz Edit
Krasznai Cintia
Leveleki Zsolt
Lexné Gidófalvi Zsanett & Lex Ákos
Rusák Patrícia
Dr. Seresné Dr. Pirkhoffer Katalin
& Dr. Seres Endre
Tóth Sándor & Vanya Edina
Vágási Aranka & Kovács András
Varga Géza & Vargáné Dr. Juronics Ilona
Varga Róbert

1500cc+

Almási Vivien
Becz Zoltán
& Kenesei Zsuzsanna Viktória
Stjepan Belosa & Snjezana Belosa
Bezzeg Enikő
Andreja Brumec
Tomislav Brumec & Andreja Brumec
Marija Burus & Bosko Burus
Csuka György & Dr. Bagoly Ibolya
Fekete Zsolt
Ferencz László & Dr. Kézsmárki Virág
Gálné Bacsár Zsuzsanna
Halomhegyi Vilmos
Hegedűs Árpád
& Hegedűsné Lukátsi Piroska Marietta
Hollóné Kocsik Judit & Holló István
Vladimir Jakupak & Nevenka Jakupak
Kis-Jakab Árpád
& Kis-Jakabné Tóth Ibolya
Jadranka Kraljic-Pavletic
& Nenad Pavletic
Lapicz Tibor
Laura Lepojevic
Majoros Éva
Márton Mónika
Menkő Éva

Dr. Miliesz Sándor
Nagy Katalin
Nagyné Belényi Brigitta
& Nagy Ádám
Dr. Németh Endre
& Lukátsi Ágnes
Orosházi Diána
Dr. Marija Ratkovic
& Cvetko Ratkovic
Dr. Rokony Adrienne
& Dr. Bánhegyi Péter
Dr. Samu Terézia
Schwarz Éva
Tihomir Stilin & Maja Stilin
Szabóné Dr. Szántó Renáta
& Szabó József
Szegfű Zsuzsa & Pintér Csaba
Szépné Keszi Éva & Szép Mihály
Utasi István
Zachár-Szűcs Izabella
& Zachár Zsolt



CHAIRMAN'S BONUS 2020

Level3

Berkics Miklós

Level2

Tóth Sándor & Vanya Edina

Level1

Djenan Alidzikovic
Almási Gregely
& Bakos Barbara
Stjepan Belosa
& Snjezana Belosa
Dr. Dósa Nikolett
Fekete Zsolt
Halmi István
& Halminé Mikola Rita
Hegedűs Árpád
& Hegedűsné Lukátsi Piroška Marietta
Heinbach József & Dr. Nika Erzsébet
Hollóné Kocsik Judit & Holló István
Vladimir Jakupak
& Nevenka Jakupak
Klaj Ágnes
Manda Korenic & Ecio Korenic
Krasznai Cintia

Lapicz Tibor
Stevan Lomjanski
& Veronika Lomjanski
Majoros Éva
Nagy Tímea
Aleksandra Petkovic
& Bogdan Petkovic
Rusák Patrícia
Dr. Seresné Dr. Pirkhoffer Katalin
& Dr. Seres Endre
Szabó Péter
Szabóné Dr. Szántó Renáta
& Szabó József
Vágási Aranka & Kovács András
Varga Géza
& Vargáné Dr. Juronics Ilona
Zsidai Renáta
Zsiga Márta

#FGR20

26. TRAVNJA – 3. SVIBNJA 2020.



FOREVER®

Izgradite posao budućnosti pomoću nove aplikacije **FLP360**



Forever je građen isključivo prema konceptu osobnog marketinga, koji je u centru poslovnih aktivnosti, ali ne možemo zažmiriti na činjenicu da se svijet mijenja. Više se poslovnih aktivnosti odvija online nego ikada ranije i Forever nije izuzetak. Zato s veseljem najavljujem da je stigla nova FLP 360 aplikacija.

Ova digitalna platforma je potpuno modificirana, kako bi svoje osobne aktivnosti i zajednički rad sa suradničkom linijom mogli graditi još učinkovitije. Ne odmičemo se od marketinške forme koja nam je pomogla da narastemo u svjetsku veličinu, cilj ovog razvoja je jačanje poveznice uz prihvaćanje digitalnih trendova. Želimo da vam ova aplikacija bude pomoć pri izgradnji uravnotežene i moderne poslovne forme.

Nаш središnji ured i timovi širom svijeta, prošle su godine naporno radili na kreiranju digitalne platforme koja vam osigurava tri osnovna elementa: uvid, strategiju i rast. Te su tri riječi upravljale razvojem aplikacije, jer izgradnja poslovanja zahtijeva više od pukih podataka. Morate imati stvarni uvid, kojim ćete odrediti odgovarajuću strategiju i način rasta poslovanja te alate kojima ćete pokrenuti svoje zamisli.

Davanje korisnih i lako dostupnih podataka, od početaka je bio važan cilj. Nova FLP360 aplikacija svojim "4Core meni" točkama nudi upravo to. Znam da nepokolebljivo vjerujem u snagu jednostavnosti te u poslovanje u kojem su regrutacija, produktivnost i razvoj podjednako zastupljeni.

"4Core meni" točke vam pokazuju kako napredujete i što trebate napraviti u svrhu postizanja ravnoteže. Možete vidjeti kako vam se suradnička linija snalazi s regrutacijom i koji suradnici u timu trebaju vašu pomoć u postizanju ciljeva.

Nove izvještaje možete koristiti u svrhu poboljšanja prometa praćenjem novih narudžbi. Proučite za koliko se dana prosječno događa nova narudžba u vašim suradničkim linijama ili pratite u kojem su postotku ljudi naručivali u proteklih 12 mjeseci. Nije li fantastično imati takav uvid u svoje poslovanje?

No, istinska snaga FLP360 je u povezivanju različitih informacija u potrebno djelovanje i zadatke, koje unutar platforme možete pronaći u sekciji digitalnih alata. Bit FLP360 aplikacije je povezivanje podataka, uvid u rast i primjena potrebnih alata. Moći ćete vidjeti osobe koje u zadnje vrijeme nisu naručivale i stupiti u kontakt s njima – sve to putem aplikacije.

FLP360 ima i sadržaje koje direktno možete dijeliti na društvenim mrežama, a možete koristiti i nove naslovnice koje će vam pomoći u predstavljanju online poslovanja. Mogao bih još mnogo govoriti o

inovacijama aplikacije, ali imam ograničen prostor za predstavljanje malog djelića novosti u aplikaciji. Nadam da ćete i iz ovog kratkog predstavljanja uvidjeti kakav će učinak osvežena aplikacija imati na vaše poslovanje.

Ovo je zasigurno jedno od najvažnijih ulaganja u vaše poslovanje. Za mene najvažnija stvar u priči nije nevjerojatan napredak tehnologije, već to što vam aplikacija pomaže pojednostaviti poslovanje, a vi se možete usredotočiti na ono što je zaista bitno: povezivanje ljudi u svjetsku obitelj Forevera. Znam da će vam FLP360 pomoći u rastu i postizanju postavljenih ciljeva u 2020. godini.

Uvijek se smiješite,

Gregg Maughan

Predsjednik, Forever Living Products

POKRENITE SE!

JAKAJTE SREDIŠNJE MIŠIĆE!

Jako puno sjedimo! Za našu generaciju je svojstveno da svoj posao radi u uredu, uz računalo. Čak i u našem poslu je karakteristično da posao obavljamo u sjedećem položaju s pametnog telefona ili laptopa, a to nas dovodi do krivog držanja. Moramo obraćati pažnju na to, jer ako ništa ne poduzmemo, pojavit će se neugodni simptomi: bolovi u kralježnici i zglobovima, glavobolje, pa i poremećaji u disanju i probavi. Za sprječavanje navedenih simptoma, bitno je jačanje središnjih mišića kroz vježbe snage i istezanja. Njima vježbamo nevidljive dubinske mišiće, središte našeg tijela, što će nam osigurati pravilnu kralježnicu i lijepo držanje tijela.

Danas je moderno odlaziti u teretanu, ali se nažalost mnogi bave samo s postizanjem vizualno atraktivnih mišića: jaki mišići prsa, široka leđa, veliki biceps i triceps... naravno, i to je važno, jer lijepi mišići pružaju samopouzdanje, ali je također važno da nam tzv. "core" (op. prev core = srž/jezgra) mišići budu snažni. Mišići trbuha, donjeg dijela leđa, zdjelice i mišići stražnjice čine središte na koje trebamo obraćati pozornost tijekom izvođenja vježbi (možda je razumljivije ako kažem da mišiće trbuha i stražnjice trebamo stisnuti tijekom vježbi). Ovi mišići stabiliziraju naš trup, omogućavaju pravilno držanje, reguliraju pritisak na trbušnu šupljinu i sudjeluju u gotovo svim našim kretnjama.

Sport u mlađim danima nije bio dio mog života, ali zadnjih nekoliko godina vježbam tri puta tjedno po dva sata. To me drži u dobroj formi no, ako samo tjedan ili dva pauziram, već se pojavljuju simptomi: bolovi bolovi u raznim dijelovima tijela.

Potičem vas da pronađete odgovarajuću količinu tjelovježbe i učinite ju dijelom svoje svakodnevice. Bilo da vam odgovara 15-20 minuta ili sat vježbanja dnevno. Bit je u dosljednosti i ispravnom izvođenju vježbi!



Marcsi
PREPORUČUJE



**PROGRAM VJEŽABANJA
ZA VELJAČU PREPORUČUJE:**

**Marcsi Berecz Botondné,
Eagle Manager**

Ono što od srca mogu preporučiti kada je u pitanju (i) sport, jest naš proizvod Forever Supergreens. Uz mnoštvo voća, povrća i vitamina, naglasila bih bitan sastojak - špinat. Želite li svoje tijelo prije vježbanja napuniti dodatnom energijom, sadržaj jedne vrećice pomiješajte u 2-3 dl vode. Osjetit ćete značajne promjene u kvaliteti, snazi i duljini vježbanja. Nestat će umor, a svoje ćete zadatke moći izvršavati bolje te uz više koncentracije. Želim svima ugodno vježbanje i dobro zdravlje!

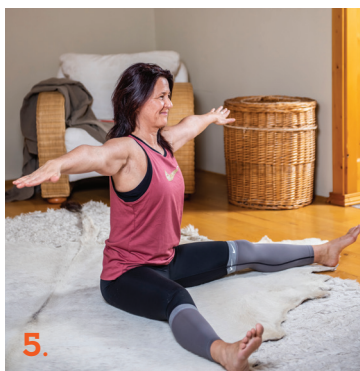
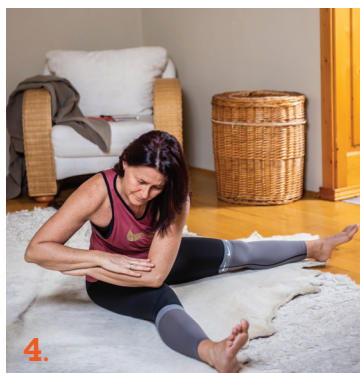
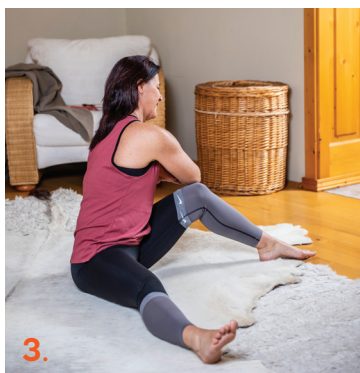


TRBUŠNJACI

1. Početni položaj: legnite na leđa, noge privucite sebi i savijte, križa ostaju na tlu, nemojte ih dizati! Rukama sklopljenim na potiljku podbočite glavu i držite položaj tijekom trajanja vježbe.

2. Tijelo dižemo u tri etape, gore i dolje. Podignite trup, izdahnite, te ga spustite i udahnite. Vježbu izvodite lagano, trbuh i mišići stražnjice moraju biti stegnuti tijekom cijele vježbe. Ponovite vježbu 8x.

3. Oslonite se na desni lakat te zaokrenite i podižite tijelo na desnu stranu. Lijevo rame približavajte desnom koljenu. Zdjelica je na tlu i nepomična, okrećemo samo trup. Pri podizanju udahnite, pri spužtanju izdahnite! Vježbu izvodite u četiri etape: gore, bočno, natrag u sredinu i spužtanje dolje. Ponovimo 4x4 na obje strane.



"PILA"

1. Početni položaj: sjedeći stav, noge raširene, stopala na tlu. Ruke prekržiene, tjeme podižemo, leđa nam u mislima moraju biti "naslonjena na zid".

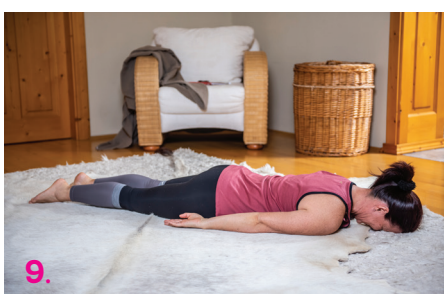
2. Okrenimo trup prema suprotnom koljenu, ramena raširena, blago istezanje u vis. Položaj kratko zadržimo te se vratimo u početni. Vježbu izvodimo 4x4 na obje strane. Okret: udahnimo, početni položaj: izdahnimo.

3. Okret prema suprotnom koljenu uz pružanje noge paralelno s trupom. Lakat kreće u smjeru koljena, te natrag. Pazimo na blago istezanje lakta, noge i tjemenom. Ponovimo 4x4 na obje strane.

4. Obje noge raširene, trup ostaje u istom položaju. Istezanje! Okret tijela uz prekržiene ruke prema koljenu, te natrag. Ponovimo 4x4 na obje strane.

5. Sjedeći položaj, noge raširene, blago istezanje tjemenom, nogama, rukama.

6. Istezanje pruženim rukama prema koljenu, blago se protegnite "stražnjom" rukom. Zadržimo taj položaj nekoliko minuta. Širimo ramena. Ponovimo 4x4 na obje strane.



"LABUD"

1. Početni položaj: legnimo na trbuh, ruke pored tijela, dlanovi prema gore, čelo na podu. (Ako vam je neudoban položaj za vrat, stavite mali ručnik ispod čela). Blago istezanje tjemenom, rukama, nogama – uključujući i rameni pojas – tijekom cijele vježbe.

2. Podižemo obje ruke dlanom prema gore, lopatice približavamo jednu prema drugoj. Ponovimo vježbu 4x.

3. Savijemo obje ruke, dlanovi okrenuti prema dolje. Lopatica i lakat se približavaju te se vraćamo natrag u početni položaj. Ponovimo vježbu 4x.

4. Početni položaj.

5. Objе ruke savijamo dok čelo polako odižemo od tla. Visina nije bitna, već istezanje kroz tjeme i noge. Ponovimo vježbu 4x.

6. Početni položaj.

7. Čelo ostaje na tlu, gornji dio tijela odmara (istezanje ostaje). Podižemo jednu nogu, te kratko zadržavamo položaj. Visina nije važna, već uzdužno istezanje!

8. Pridružujemo i drugu nogu, zadržavamo položaj dok se blago istežemo tjemenom i ekstremitetima. Objе noge zajedno vraćamo na tlo.

9. Početni položaj.

10. Podižemo trup i jednu nogu sa savijenim rukama, obraćajući pozornost na istezanje. Ponovimo vježbu 4x.

11. Podižemo i drugu nogu, par sekundi zadržimo položaj te se vraćamo u početni stav. Ponovimo vježbu 4x.

12. Na kraju se dugo istežemo: sjednimo na noge ili ako to ne ide, onda se stražnjicom ispružimo prema natrag, dok pruženim rukama činimo isto prema naprijed! Čelo tijekom istezanja slobodno položimo na tlo. Osjećajte se dobro!

TIJEKOM VJEŽABANJA BUDITE USREDOTOČENI! PUPAK UVUCITE PREMA KRALJEŽNICI I ZADRŽITE U TOM POLOŽAJU, A MIŠICE STRAŽNICE DRŽITE BLAGO ZATEGNETIMA. TAKO RADE MIŠIĆI KOJI SU ZADUŽENI ZA ISPRAVNO DRŽANJE TIJELA, STABILIZIRAJTE KRALJEŽNICU I VJEŽBE IZVODITE SIGURNO.

Foreverova kuhinja

Čitatelje našeg magazina u veljači su u svom segedinskom domu ugostili Senior Manageri Irén i Ferenc Tanács. Što su drugo mogli pripremiti nego šarana iz Tise – dajući mu, naravno, novu dimenziju.





Irén: Obožavam kuhati i činim to od rane mladosti. Zdrava prehrana nam je važna, zato rado kupujem od domaćih proizvođača: pored voća i povrća, nabavljam i jaja, a perad također nastojimo kupovati od malih uzgajivača. Otvoreni smo prema novitetima te su zadnjih nekoliko godina cikla, celer i bundeva sve češće na stolu. Ovo potonje koristimo kao prilog, ali ju pripremam i kao krem juhu. Krumpir smo zamijenili batatom, jer je mnogo zdraviji, bez obzira na oblik u kojem se priprema. Imajući u vidu navike cijele obitelji, umjesto radikalnih promjena, postupno uvodim neke nove namirnice, tako da uz tradicionalne recepte povremeno koristim i integralno brašno ili zobene pahuljice. Za nas je važno da hrana ne bude polugotova, brza hrana i zato izdvajamo vremena za kuhanje. Gotovo svaki dan kuham nešto svježije, a često nam i članovi šire obitelji dođu na ručak. U pripremi i serviranju nedjeljnog ručka sudjelujemo svi: suprug je skloniji pripremi, ali pomažu i dvije kćeri, četvero unučadi i zetovi. Kuhamo i pečemo skupa, a ponekad nam pristignu i s nekim već gotovim jelom. Majka jednog od zetova stručnjakinja je za kolače i uvijek nečime iznenadi unuke. Mladi serviraju stol, a nakon jela sklanjaju posuđe i pune stroj za pranje – tako dijeleći zadatke, nitko nije previše opterećen poslom. Imamo i chat grupu te kroz tjedan dogovaramo tko dolazi, što će biti na meniju...ništa nije obavezno i ništa se od nikog ne očekuje; svatko sam odlučuje hoće li nam se pridružiti ili ne. Nedjeljni ručak je dobra prigoda za razgovor ili neku društvenu igru te uživanje u zajedničkom vremenu – to nam je jednako bitno, kao i to što ćemo poslužiti.

Fileti šarana „a la Tisa“ s pireom od celera, čipsom i začinjnim maslacem

Kada je riba u pitanju, pripremam 20-30 dkg po osobi. Ribu zarežemo, posolimo i preko noći stavimo u hladnjak da dobro upije sol i oslabi eventualno zaostale tanje koščiće. Počevši od strane na kojoj je koža, na maslacu pečemo 2-3 minute svaku stranu.

Pire od celera

1-2 stabljike celera
50 g maslaca
2 dl vrhnja za kuhanje
sol, mljeveni oraščići

Oguljeni celer nasjeckamo na kockice i u slanoj vodi kuhamo dok ne bude mekan. Nakon toga napravimo pire i s maslacem i vrhnjem miješamo do pjenastog stanja te dodamo prstohvat mljevenih oraščića.

Čips od batata i cikle

Povrće ogulimo i nasjeckamo na tanke kriške. Na vrelom ulju naglo pečemo. Izvadimo na papirnati ubrus kako bi se upila sva suvišna masnoća.

Začinjeni maslac

150 g maslaca
zeleni začini prema želji
sol, papar

U mekani maslac prema želji dodajemo svježije začine (medvedji luk, ružmarin, češnjak) te posolimo i paprimo prema želji. Nakon što sve pomiješamo, na papir za pečenje formiramo valjkasti oblik koji ostavimo u hladnjaku da se stvrdne, kako bi se kasnije mogao rezati na šnite.

Desert od jogurta u čaši (4 porcije)

5 dl grčkog jogurta (zaslađeno javorovim sirupom)
150 – 200 g šumskog voća
50 g sušenog voća
50 g zobenih pahuljica
U čašu slojevito slažemo sastojke te ukasimo listom mente.

Irén preporučuje:

Male nezgode se mogu dogoditi i u kuhinji iskusne domaćice. Ako se opečemo, nakon hlađenja vodom dolazi First! Stradalu mjesto trebamo prskati što češće, a možemo pripremiti i oblog uz pomoć ovog proizvoda!





PROMJENA ŽIVOTNIH NAVIKA



DR. JUDIT VÉGH

Managerica,
internistica i imunologinja

Jedna od karakterističnih oboljenja zimskog razdoblja je gripa, zarazna bolest koja se širi putem virusa. Glavni simptomi su visoka temperatura, koja počinje naglo, slabost, bolovi u mišićima, curenje nosa te nakon nekoliko dana i kašalj. Kod ljudi sa slabijim imunitetom i kod starijih ljudi, kao komplikacije se mogu pojaviti upala pluća ili upala srčanog mišića. Bolest se širi kapljičnim putem (kašalj, kihanje) ili direktnim kontaktom. Zaražena sluz dopijeva u dišne puteve, tamo se nastanjuje na stanicama sluznice, ulazi u njih i počinje se razmnožavati. Novonastali virusi se prazne putem iskašljavanja ili kihanja sluzi koja se stvara i zaražuje nove jedinke. U obrani sudjeluje više elemenata imuniteta. Uključuju se stanični elementi, a pored toga se stvaraju i antitijela.

ZAŠTO BAŠ ZIMI?

Zašto smo tim infekcijama više izloženi zimi? Prvobitni razlog je hladnoća koja ima utjecaj na funkcioniranje imuniteta, ali i na širenje uzročnika. Za optimalno funkcioniranje imuniteta, potrebna je odgovarajuća temperatura. Učinkovitost u zimskim mjesecima pada, cirkulacija usporava, tj. smanjena je opskrbljenost organizma krvlju. Zbog nedostatka sunca stvara se manje vitamina D u organizmu, što dalje oslabljuje imunitet.

Nasuprot tome, virusi se po hladnom vremenu brže razvijaju. U toplim i grijanim prostorijama se sluznica brzo isušuje te se na nju lakše lijepe uzročnici, prodiru i razmnožavaju. Kako bi smo te promjene regulirali, jako je važno imunitet držati u stanju pripravnosti, jačati ga u zimskom razdoblju, pa čak i prije toga. Svjesnim ponašanjem, pravilnom ishranom,



dostatnim unosom tekućine, pravilnim odijevanjem i kretanjem možemo otkloniti ili barem umanjiti posljedice tih nezgodnih razdoblja.

ONO ŠTO MOŽETE UČINITI DANAS

Po pitanju optimalnog funkcioniranja imuniteta, jako je važno imati zdravu crijevu floru. Naime bakterijska flora u debelom crijevu ne pomaže samo probavi, već proizvodi vitamine i bjelančevine koje pomažu zdravom imunitetu te sprječavaju prodiranje uzročnika kroz crijeva. U današnjici je većini ljudi crijeva flora narušena, ne samo zbog antibiotika, već i zbog pretjeranog unosa mesa i šećera, hrane koja sadrži konzervanse i razne aditive. Kako bi smo to korigirali, po mogućnosti cijelu godinu, barem od jeseni trebamo koristiti probiotike. Da bi se unesene bakterije mogle razmnožiti, režim prehrane trebamo obogatiti značajnim količinama vlaknastih namirnica (na primjer svježim povrćem) i tekućinom. Također je bitan povećani unos D vitamina. Danas znamo da uslijed promijenjenih okolnosti u okruženju, nedostatak vitamina D ne smijemo zanemarivati ni ljeti, a to stanje je zimi još teže. Tako je nadoknada u jesensko-zimskom razdoblju neophodna. Za odraslu osobu se preporučuje konzumacija 2-4000 MJ, ali u slučaju većih opterećenja, ta doza može biti i veća.

U jesensko-zimskom razdoblju, konzumacijom "super hrane" iz košnice, matične mliječi, također učinkovito možemo poboljšati funkcioniranje imuniteta. To je hrana isključivo rezervirana za maticu. Od ostalih sastojaka su posebno važni Omega-3, rojalizin i gamaglobulin.



Putem njih matična mliječ pospješuje rad stanica i poboljšava mehanizme zaštite od uzročnika zaraze.

KORISNI DODATCI

Važan element prevencije gripe je i odgovarajući način života, što znači ishranu bogatu hranjivim tvarima, odgovarajuća količina kretanja, unos tekućine, sklad odmora i načina razmišljanja. U prehrani izbjegavajmo rafinirane šećere (ako je potrebno, za zaslađivanje koristimo kvalitetan med) i brzo apsorbirajuće ugljikohidrate! Svakako pojačajmo unos vlaknastih tvari, konzumirajmo češće povrće koje se sporije probavlja. U tom razdoblju je također važan i unos antioksidanasa, voća bogatog vitaminom C (citrusi, mango, kivi, nar) te dodataka prehrani koji su bogati vitaminom C, Omega-3 masnim kiselinama i koenzimom Q10.



Te djelotvorne tvari pomažu učinkovit rad imuno sustava i stvaranje antioksidanata koji imaju funkciju regeneracije organizma. Ne zaboravimo niti na A vitamin! Pomaže nam u očuvanju cjelovitosti sluznice, čuva ju od isušivanja i nastanjenja i prodiranja uzročnika bolesti.

Za zdravo funkcioniranje enzima su važni cink i ostali elementi u tragovima, a učinkovito je i začinsko bilje. Konzumirajmo što više luka, češnjaka, majčine dušice, hrena, rotkvice, kajenskog papra. Cimet pored protuupalnog djelovanja, stimulira rad imuno sustava, jako je ukusan i može se primjenjivati na različite načine. Među ljekovitim biljem ima mnogo onih koji nisu prikladni samo za pripremu čaja za smanjenje simptoma gripe, već pomažu i u prevenciji iste. Omiljena je i često primjenjivana mješavina čaja lipe, vrbe i timijana, koja je vrlo bogata esencijalnim uljima, flavonoidima i ima učinak razrjeđivanja sluzi te je od velike pomoći oboljelima, ali i za prevenciju. Mogu se koristiti u obliku čaja, ali i kao dodatak prehrani.



SPORT I ČISTI ZRAK

Pored adekvatne prehrane je važna i tjelovježba. Često se spominje i dobro primjenjuje metoda vrelog i hladnog tuširanja (pet-šest izmjena), sauna i parna kupelj. Njihov učinak se temelji uglavnom na stimulaciji cirkulacije. Osobe kojima su noge često hladne, pored nošenja toplih čarapa i cipela trebaju primijeniti i vrelu kupku za noge. Slojevito, nepropusno odijevanje, uz tople rukavice, šal i zaštitu lica također je preporučljivo!



Važno je da što više vremena provodimo na otvorenom, po mogućnosti na suncu, jer svjež zrak bogat kisikom ima povoljan učinak na imunitet. Iskoristimo mogućnosti bavljenja zimskim sportovima, uz vježbanje u zatvorenom prostoru možemo skijati, sanjkati se, klizati, trčati ili voziti bicikl, ako to vremenske prilike dozvoljavaju.

Nemojmo pregrijavati prostorije u kojima boravimo! Kroz dan je dovoljno 20 stupnjeva, a za spavanje neka temperatura sobe ne bude iznad 17-18 stupnjeva. Ako smo do sada koristili više temperature, prilagođavanje treba biti postupno. U slučaju djece ta temperatura može biti za stupanj do dva viša.

Grijanje isušuje zrak u prostorijama, trebamo primjenjivati ovlaživač zraka, u njega možemo staviti par kapi ulja bora ili eukaliptusa, kako bi smo pojačali učinak!

U prevenciji gripe veliku ulogu igra i osobna higijena. Perimo ruke redovito toplom vodom i sapunom, koristimo jednokratne maramice i ubruse, u zatvorenom prostoru možemo nositi masku za lice. Smanjimo nepotrebne kontakte s okruženjem!



Po pitanju optimalnog funkcioniranja zdravlja i imuniteta su redoviti odmor, opuštanje i oslobađanje od stresa također važni čimbenici. Šećimo na svježem zraku i zimi, pročistimo glavu! Pozitivne misli i mir u našim životima ima važan učinak, jer je i dobro stanje duše neophodno da zimu prebrodimo zdravi.



PROIZVOD MJESECA

MANAGERICA IVETT SIMON PREPORUČUJE

Daily je hrana za svaki dan.

Iako se u prodavaonicama mogu nabaviti razni vitaminski pripravci, ja sam se za Daily odlučila i zato što je stvaran najmodernijom tehnologijom uz maksimalno uvažavanje napretka znanosti. Putem njega možemo nadoknaditi potrebu organizma za vitaminima i mineralima u obliku koji će se uistinu iskoristiti. "Dnevna doza" – kaže i sam naziv proizvoda, što znači da se treba konzumirati ne samo povremeno, već svaki dan. Nažalost, povrće i voće danas ne sadrži onu količinu hranjivih tvari koja nam je potrebna ili bismo ih trebali konzumirati u nemoguće velikim količinama. Trebamo naći drugu učinkovitu mogućnost i osigurati nadoknadu za cijelu obitelj. Kada organizam dobiva potrebne količine hranjivih tvari, može normalno funkcionirati te će biti otporan na bolesti. U Foreveru smo svi sigurni, jer je naglasak uvijek na kvaliteti!

FOREVER DAILY®

Primjena ekskluzivne tehnologije AOS Kompleksa™, osigurava najsavršeniju apsorpciju hranjivih tvari iz ovog multivitaminskog pripravka. Patentirana formula sadrži mješavinu hranjivih tvari obloženu Aloe verom, uključujući dnevno potrebnu količinu vitamina i mineralnih tvari. Dodali smo i mješavinu voća i povrća, kako bi organizmu osigurali i potrebne hranjive tvari iz bilja. Kutija puna zdravlja!

439 60 tableta





Women Power

ŽENSKA KARIJERA U FOREVERU

KARIJERA ILI OBITELJ? PITANJE KOJE SE ČESTO POSTAVLJA U ŽENSKIM ČASOPISIMA. ODGOVOR U FOREVERU JE: OBITELJ I KARIJERA – I TO NE BILO KAKVA! PITALI SMO USPJEŠNE POSLOVNE SURADNICE KAKO SU OSTVARILE USPJEH I ŠTO MOGU ZAHVALITI TOM PUTOVANJU.

Zsuzsanna Bánhegyi



♥ Senior Managerica
Inženjerica kemije
Majka dvaju odraslih sinova, dvije kćeri i
dvostruka baka

Već sam kao gimnazijalka znala da ja neću imati "normalan" posao poput svojih roditelja, koji su kao zaposlenici pošteno i marljivo radili. I ja sam, kao moja empatična majka, htjela postati pedagoginjom, ali je zvanje inženjerke obećavao sigurniju egzistenciju i karijeru pa krenula sam putem svog oca. Kad smo prije dvadeset godina upoznali priliku Forevera, kao majka sinova od pet i sedam godina, radila sam kao sudska vještakinja kemije. Iako sam u poslu bila uspješna, falilo mi je priznanje i poštovanje i teško sam podnosila zaposleničku vezanost. Jako sam priželjkivala više kvalitetnog vremena sa svojom djecom i život s više slobode općenito. Suprug, koji je i danas aktivni kirurg primarijus, želio je započeti s privatnom praksom, kako bi osigurao materijalnu sigurnost i život iz snova za obitelj. Nasreću je tada došao poziv na događanje Dr. Terézije Samu, gdje je moj suprug na priliku Forevera odmah rekao "da" i snovi su za nekoliko godina postali realnost! Sretna sam što smo suprug i ja od početka skupa u tome, napredujući zahvaljujući svojim vrlinama, ponekad se boreći s poteškoćama, ali smo uvijek spremni za učenje i napredak u mrežnom marketingu. U svijetu Forevera smo postali priznati i uvaženi lideri, dok sam je postala ono što sam oduvijek htjela. Zdrava, slobodna i sretna majka i poslovna žena koja živi u harmoniji, putuje mnogo i može i humanitarno djelovati! Neizmjereno sam zahvalna na toj zasluženju dobrobiti! Zahvalna sam što dobivam zahvalnost mnogih obitelji, što uživam u njihovom povjerenju i ljubavi. Ponosna sam na svoje suradnike s kojima imamo isti put, priželjkujem njihov uspjeh i sreću. Moja misija je prenijeti priliku Forevera mnogima. Ovaj posao me uistinu učinio sretnom, jer sam tu pronašla mogućnost služenja drugima. Usudite se sanjati i nastojte ostvariti sretan i slobodan život!

Mónika Gajdos



♥ Managerica
Diplomirana ekonomistica

Potičem iz klasične zaposleničke obitelji i kada sam prije dvanaest godina kao svježe diplomirana ekonomistica susrela poslovnu priliku Forevera, nisam ju odmah iskoristila. No, već mi je tada ideja pomaganja bila bliska, tako da sam se zaposlila u multinacionalnoj kompaniji na području ljudskih resursa. Teško sam podnosila vezanost za posao, no kako sam taj primjer imala pred sobom cijeli život i ja sam bila poslušna. Svo sam vrijeme tražila mogućnost proboja iz te situacije, uz posao sam završila još jedan fakultet te stekla zvanje u struci njege ruku i stopala. Tražila sam mogućnost pomoću koje bih organizirala posao oko svog života, a ne život oko posla. Tako je prošlo jedanaest godina, zbog čega mi gledajući unatrag nije žao, jer sam za to vrijeme naučila raditi samostalno, ali i u timu. To što godinama nisam mogla pronaći svoje mjesto me je na kraju u ožujku 2018. koštalo i zdravlja. Tada su mi preporučili proizvode i buduću sponzoricu Tünde Pintér. Posao me i dalje nije zanimao, ali su se proizvodi dokazali i za par mjeseci sam postala Supervisor. Tek tada sam ozbiljnije počela razmišljati o poslovnoj prilici. Dala sam otkaz na radnom mjestu i od jeseni počela graditi međunarodnu mrežu uz mentoriranje svoje sponzorice i Zsolt Levelekija. Zahvaljujući primjeni online tehnika u radu, svakodnevnom marljivom radu i odluci da ću ove godine u Poreč putovati kao osvajačica, naravno i radu svog tima, 25. rujna sam postigla status Managerice. Je li trebalo puno vremena ili ne, to je relativno. Trajalo je dok mi osobnost nije dostigla razinu na kojoj može ostvariti postavljeni cilj, ali i to mi je omogućila ova prilika: razvoj osobnosti. Voljela bih što više prenijeti na druge s kojima sam na zajedničkom putu. Moj cilj je pokazati drugima da se može drugačije živjeti, da se može probiti iz ustaljenih formi i da je "stvaranje važnije od posjedovanja"!

Proizvode sam upoznala 2003. godine na jednoj obiteljskoj prezentaciji. Dopali su mi se Gel i First, ali sam ih godinama samo rijetko naručivala. Onda sam se 2009. responsorirala i krenula s Touch paketom, jer mi se svidjelo probati više proizvoda s popustom. Priliku čak ni tada nisam razumjela, iako sam u kratkom vremenu imala par upisa. Kada je naša kći Hanna imala godinu dana, krenula sam u školu za kozmetičarku i uselili smo u novu kuću. Moja je pozornost bila usmjerena na sasvim drugu stranu. Sve do veljače 2016., kada sam se odlučila probati C9 program. Rezultirao je tako pozitivnim učinkom, da sam osjetila da iskustvo moram podijeliti sa svima. Tada sam već radila kao kozmetičarka, kćeri su narasle, Hanna je imala osam, Lilien pet. Moje ogromno oduševljenje je za tri tjedna rezultiralo Supervisorskom razinom i kvalifikacijom u F.I.T. Top 10: bila sam jedna od najboljih prodavača paketa za promjenu životnih navika. To priznanje mi je toliko značilo, bila sam ushićena! Počela sam koristiti sve edukacijske programe: odjednom sam htjela znati sve! U međuvremenu se stvorio i krug potrošača i stalnih kupaca oko mene, stigli su i prvi suradnici koji su prepoznali mogućnost dodatne zarade. Iz godine u godinu sam rasla, bilo je sve više zadovoljnih korisnika i poslovnih partnera. Na rođendanskom smo Danu uspješnosti preuzeli Managersku lentu i značku. Volim svoj posao, volim pomagati i davati. Pomažem svima koji mi se obrate za pomoć u obje struke. Veza između te dvije struke je snažna – stanje naše kože je odraz unesenih hranjivih tvari, a njihov eventualni nedostatak odražava negativne učinke načina života. Ispunjava me mirom da mi dodatna zarada u Foreveru dopušta više vremena s obitelji te mogu raditi stvari koje me ispunjavaju. Hvala na prilici da predam ono što nosim u sebi!

Beatrix Hausel



♥ Managerica
Majka dviju djevojčica



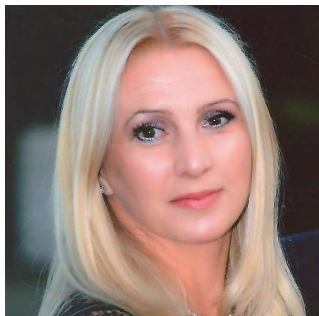
MANAGERS



Like Comment Share

Dr. Ágnes Bondor
sponzor: Adrienn Juricza-Bondor

"Snaga u meni je snažnija od svih
prepreka ispred mene."



Like Comment Share

Milana Davidovic
sponzori: Boro Ostojic & Mara Ostojic

"Vjeruj u sebe i u Forever i svijet
će biti tvoj - zauvijek!"



Like Comment Share

Gabriella Pavlovszky
sponzor: Erika Varga

"Jedan od najljepših darova života je pomagati
drugima, a time istovremeno pomoći sebi.
Tako je i u Foreveru!"



SUPERVISORS

Radenka Babic
Biljana Bertic & Bane Bertic
Birincsik András Jánosné
Bogdán Hajnalka
Csehné Király Karolina
Csintalanné Kiss Anna
Tijana Devic
Dobos Ildikó
Aleksandra Dujic
Dr. Fersch László
& Dr. Ferschné Várnai Tímea
Fülöpné Zajác Ilona
Dzenan Gljiva
Edin Hasanicevic
Hegedüs Fanni
Horváth Anita
Ivana Jankovic
Kadlecsikné Bögyös Gréta
Dr. Király-Nagy Norbert
Kisbenedek Lilla

Natasa Kovacevic
Kovacsics-Tóth Livia
Tatjana Kuzet
Ante Lukas Stancin
Marczali Romuald
Natasa Marinkovic
Mezriczkyné Talpas Ottilia
Ivan Milovic
Molnár Noémi Ottilia
Nagyné Futó Andrea
Dragan Radenkovic
Sunita Rizvic
Szarka Erika
Szegedi Réka
Dr. Szentágotainé Tóth Ibolya
Szőkéné Ber Andrea
Tomózer Lilla
Vass Zoltánné
Dragana Vidovic



ASSISTANT MANAGER

Milan Davidovic
sponzor: Milana Davidovic

FOREVER²DRIVE

2. RAZINA:

Vladimir Jakupak & Nevenka Jakupak

1. RAZINA:

Boro Ostojic & Mara Ostojic
Djenan Alidzikovic

QUALIFICATIONS



Tímea Kiss Molnárné
sponzor: Ágnes Klaj

"Cijeni sebe!"



Julija Szommer
sponzor: Andrea Žantev

"Ostani vjeren sebi i bori
se za svoje ciljeve!"

150+CC

12. 2019.

Almási Gergely
& Bakos Barbara
Dr. Rokony Adrienne
& Dr. Bánhegyi Péter

100+CC

12. 2019.

Laura Lepojec
Zachár-Szűcs Izabella
& Zachár Zsolt
Djenan Alidzovic
Boro Ostojic & Mara Ostojic
Egresits-Ilyés Andrea Renáta
Szabóné Dr. Szántó Renáta
& Szabó József
Patkós Edina Anna
Hegedűs Árpád
& Hegedűsné Lukátsi Piroska Marietta
Dr. Seresné Dr. Pirkhoffer Katalin
& Dr. Seres Endre

60+CC

12. 2019.

Berkics Miklós
Nagy Tímea
Varga Géza
& Vargáné Dr. Juronics Ilona
Andrea Zantev
Stjepan Belosa & Snjezana Belosa
Vladimir Jakupak
& Nevenka Jakupak
Hollóné Kocsik Judit & Holló István
Aleksandra Petkovic
& Bogdan Petkovic
Mirsada Sehagic
Sladana Vukojevic
Ferencz László
& Dr. Kézmárki Virág
Klaj Ágnes
Dubravka Calusic
Majoros Éva
Veress-Bakosi Brigitta
Varga Erika
Tanács Ferenc & Tanács Ferencné
Almási Vivien
Jordán Mária
Berecz Botondné & Berecz Botond
Dénes Gabriella
Krasznai Cintia
Zsiga Márta
Danko Simac & Lucija Simac

Heinbach József
& Dr. Nika Erzsébet
Dr. Berezvai Sándor
& Bánhegyi Zsuzsa
Dr. Szomják Edit
Vágási Aranka & Kovács András
Glatter Andrea
Dr. Fábíán Mária
Rusák Patrícia
Háhn Adrienn
Csirkés Sándor
& Csirkés Sándorné
Kubinyi Ida
Magyari-Martos Mónika
Dr. Dósa Nikolett
Tóth Sándor & Vanya Edina
Zsidai Renáta
Szabó Péter
Julija Szommer
Csuka György & Dr. Bagoly Ibolya
Dobai Lászlóné & Dobai László
Vígh Sándorné
Varga Róbert
Stevan Lomjanski
& Veronika Lomjanski
Éliás Tibor
Szabó György & Szabó Nikoletta
Fritz Adrienn
Dr. Kolonics Judit
Ana Lomjanski

FOREVER

Je najbolje sredstvo za ostvarivanje

SNOVA

Novinari Forever Magazina našli su se s trostrukim Senior Eagle Managerima u dvorcu Szirák, gdje su boravili u pratnji njihovih pasa Jacka i Luckyja. Uz šalicu vrelog čaja, razgovarali smo o putu koji su prošli, uspjesima i njihovim planovima.

Biti Senior Eagle Managerom znači pripadati elitnom krugu Forevera. Što znači to za vas?

Tünde: Da smo Senior Manageri, ni to ne bi bilo loše stanje, ali nam ovaj poticajni program iz godine u godinu daje novi fokus. Putovanja koja nam putem ovog programa nudi tvrtka su jako privlačna i to je jedan od naših pokretača. Drugi pokretač je da ni naši suradnici Manageri ne izgube inspiraciju, bitno je da u njima postoji želja za postizanjem nečeg većeg. Nasreću, u timu su ljudi koji napredak zamišljaju kroz Eagle program, a imaju i Chairman's Bonus kao cilj.

U kojoj mjeri Eagle program traži veći fokus od vas?

Tünde: Zahtijeva cjelogodišnji svjestan rad, ali naravno i mi možemo dozvoliti da se na kraće vrijeme opustimo. Događa se da se "zapetljamo" u nešto, ali kada pogledamo kalendar, program nas uvijek vraća na zadatke.

Laci: Kada čovjek skrene s puta i izgubi fokus, teško je vratiti se. Treba imati kontinuitet i raditi svjesno iz mjeseca u mjesec. Nasreću imamo svoje sljedbenike, zbog kojih je neophodno da ostanemo primjeri koji se mogu pratiti.

Još je tri mjeseca preostalo od aktualnog Eagle programa. Kako stojite?

Tünde: Negdje smo na sedamdeset posto, imamo još dosta toga za napraviti. Na početku godine smo zaključili da nas čekaju četiri radna mjeseca i da nećemo propustiti šansu. Potičemo članove tima da napreduju. Ako se dogode potrebne kvalifikacije i ostvare rezultati, onda će nam uspjeti nova Eagle kvalifikacija.

Laci: S Mikijem Berkicsem smo u stalnoj vezi, gleda na nas kao važnu "nogu" u svojoj kvalifikaciji. Zna reći: "Tünde, Laci, ono što ne naprave drugi, morate napraviti vi!". U skladu s tim vjerujemo u svakoga, ali ne čekamo nikog. U

TÜNDE RÉVÉSZ
LÁSZLÓ KOVÁCS

Senior Eagle
Manageri

Sponzori: dr. Edit Révész Siklósné i Zoltán Siklós

Viša sponzorska linija: Miklós Berkics, József Szabó, Olivia Emilia Gajdo, Rolf Kipp, Friedhelm Ruecker, Dr. Milesz Sándor, Rex Maughan

ovu kvalifikaciju smo krenuli s novim temeljima, radimo s novim ljudima i ovo razdoblje želimo s njima privedi kraju.

Koje poteškoće susrećete?

Laci: Rad s ljudima nosi i mogućnost razočaranja. Ako netko nešto obeća, a to ne napravi...teško se suočiti s tim. Čovjek s vremenom nauči kako prebroditi takve situacije. Kroz svjesnu gradnju posla pokušavamo imati dobre odnose sa svima. Ako netko ispadne iz užeg



kruga, važno nam je da zadržimo dobar odnos s njihovim suradnicima.

Kako se odnosite prema online gradnji mreže?

Laci: Vezu s ljudima koji žive udaljeno od nas održavamo online. Možda malo ljubomorno gledamo na one koji dinamično napreduju u online svijetu, ali mi nismo takvi. Čak i online poslovanje gradimo na tradicionalan, uhodan način, baziran

na vrijednostima. Nastojimo savladati nove tehnike, ali ih krojimo prema sebi, kako bi se i drugi mogli poistovjetiti s njima.

Često se čuje i Miklós Berkics također često citira, da je "Forever natprosječna prilika za prosječne ljude". Koliko je to točno?

Tünde: U potpunosti se slažem. To je bila jedna od rečenica koja je i mene "kupila". Kada se ova prilika pojavila – zahvaljujući mojoj sestri dr. Editi Révész i Miklósu

OVO JE ŽIVOT KOJI SE ISPLATI ŽIVJETI I KOJI SVI PRIŽELJKUJU, SAMO TE LJUDE JOŠ NISMO PRONAŠLI.



**"U ŽIVOTU SE MOŽE
POJAVITI BEZBROJ
STVARI NA KOJE
NEMAMO UTJECAJA,
ALI NAM FOREVER
DAJE POZADINU I
POTPORU, A TO JE
SIGURNOST U SVIM
NEOČEKIVANIM
ŽIVOTNIM
SITUACIJAMA."**

najviše razvila. Prije dvadeset godina sam za godinu i pol postala Managerom te sam izvagala gdje mogu dobiti više – u moralnom i materijalnom smislu. I na tadašnjem sam radnom mjestu željela učiti i napredovati, ali tu priliku nisam dobila. Jedan ponedjeljak sam došla na posao i rekla da ne tražim otpremninu, samo želim da se u miru razidemo. Iako sam bila Manager, znala sam da još nisam spremna: bila sam očarana koliko se iz knjiga može naučiti. Kroz čitanje sam dobivala ideje kako razvijati i bolje iskoristiti svoje sposobnosti. I ranije sam dobivala organizacijske i menadžerske zadatke, ali sam tek ovdje osvijestila da s takvim sposobnostima mogu dati više od sebe.

Berkicsu – ja sam uistinu živjela život ispod prosjeka. Ta rečenica mi je dala nadu. A druga je došla kao odgovor na moje izgovore. Bila sam uvjerena da ljudi oko mene neće prihvatiti ovu poslovnu priliku i neće biti zainteresirani za proizvode. Na to je Miki rekao da će tim ljudima u hladnjaku i u kupaonici za tri do pet godina biti proizvodi Forevera, samo trebam razmisliti kako će to utjecati na mene – hoće li proizvodi tamo doći preko mene ili preko nekog drugog? Dodao je i to da mogu biti osoba koja

će ljudima pokazati izlaz iz neimaštine. I povjerovala sam mu! Povjerovala sam da mogu biti ona koji nosi zastavu. I sada vjerujemo da nam se svatko može pridružiti kao partner, ne gledamo tko je u kakvoj financijskoj situaciji. Mnogo nam je važnije što želi od života.

**Koliko je prilika Forevera
promijenila vaš život?**

Tünde: Na prvom je mjestu samopouzdanje, u tome sam se možda



U dotadašnjem životu sam propuštala mnogo prilika, nisam iskoristila svoj potencijal. Iako sam se na početku jako bojala, odlučila sam da ću i sebi i drugima dokazati da se neću predati i da ću ovo napraviti do kraja kako treba.

Laci: Moji su roditelji bili jednostavni radišni ljudi koji su svoju djecu – mene, brata i sestru, poticali na učenje. Na višu školu sam primljen iz trećeg pokušaja, tako da je ustrajnost već tada bila u meni, nisam ni znao koliko će mi to u Foreveru jednom biti potrebno. Mene nisu vodili talent ili sreća, već uporan i marljiv rad. Obožavao sam crtati, imao sam viziju kako ću jednog dana raditi kao umjetnik, kao profesor likovnog odgoja, samo nisam znao da se od toga ne može živjeti. Na višoj školi sam volio obavezne stručne izlete, preko odsjeka za geografiju smo putovali u Italiju, u Erdély...kroz ta se putovanja čovjeku prošire vidici, postaje bogatiji kada upoznaje druge ljude i kulture - kao i

ovdje u Foreveru. Prije petnaest godina smo imali analogni telefon, a danas... samo je mašta granica što sve čovjek može postići. 2020. godine, Forever je najbolje sredstvo za postizanje ciljeva.

Kako radite zajedno, koja je podjela posla među vama?

Laci: Oboje i volimo i znamo komunicirati, ali je Tünde u nekim stvarima potpuno suprotna od mene: ono što meni fali ili čega je previše, ona drži u ravnoteži. Ja se lakše obraćam nepoznatima, ali ono "kako dalje" je njezina domena.

I kako dalje? Koji su novi ciljevi?

Tünde: U mojim ciljevima nema razine Dijamanta, ja imam druge želje. Više volim imati stabilno poslovanje i želim da ova struktura koju smo izgradili zadrži svoj vrijednosni sustav. Želim da i nama i drugima osigura egzistenciju i pasivnu zaradu. Voljela bih oko sebe gledati

sretne ljude, one, koji su zahvaljujući Foreveru postali neovisni.

Baš sam neki dan pričala da je ovo život koji se isplati živjeti, koji svi priželjkuju, samo te ljude još nismo pronašli. Sigurna sam da nakon četrdeset godina rada nikome nije privlačna perspektiva više problema rješavati s manje novaca. Raduje me što i u našem timu vidim nekoliko ljudi koji, iako još rade svoje poslove, sve više uviđaju što se sve može postići s mrežnim marketingom – to nije slučaj s tradicionalnim poslovnim formama. U životu se može pojaviti bezbroj stvari na koje nemamo utjecaja, ali nam Forever daje pozadinu i potporu, a to je sigurnost u svim neočekivanim životnim situacijama.

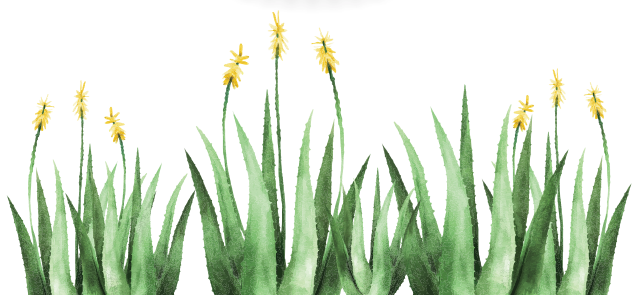
Laci: Gregg je jednom rekao da je najvažniji zadatak Eagle Managera poboljšati ljudske živote. S koje god strane promatram, kroz proizvode ili posao, zaista uvijek poboljšavamo ljudske živote.



STEP BY STEP



DR. TERÉZIA SAMU
Soaring Manager



Svi ovdje pristizemo iz različitih priča – različite smo dobi, obrazovanja i drugačijih okolnosti. U jednoj smo stvari ipak slični: ako nam se nešto ne sviđa u životu, umjesto kukanja želimo nešto promijeniti.

Prvi korak na putu prema uspjehu je da pronađete svoje "zašto" – cilj, zbog kojeg ćete biti voljni raditi iz dana u dan i naučiti mnoge nove vještine. **Imajte velike snove!** – ovaj savjet pripada srednjoj generaciji, među kojima su mnogi, kao i ja svojevremeno, zaboravili sanjati. Pretvorite svoje snove u ciljeve s rokovima i počnite raditi!

Najveći posao koji vas svakodnevno čeka je – rad na sebi!

Naučite vjerovati u sebe koliko vaš mentor vjeruje u vas! Do odrasle dobi nam okruženje poprilično uništi samopouzdanje, a vi ga morate ponovno izgraditi. To je možda i najteži posao koji vas čeka – promijeniti način razmišljanja. No, isplati se, jer ćete zračiti energijom koja će privući ljude.

Budite strastveni! Kada pronađete svoj cilj, nešto od čega pri samoj pomisli osjećate leptiriće u trbuhu, imat ćete i goruću želju za ostvarenjem tog cilja – postat ćete nepokolebljivi. Ova goruća želja će vam biti prijeko potrebna, jer ćete izvan okruženja Forevera imati mnogo ljudi koji će vas pokušati odgovoriti od vaših ciljeva.

Prepreke će se javljati u obliku izjave da vam "žele samo dobro", a njih ćete savladati uz pomoć svoje vjere i strasti. Samopouzdanje i vjera će utjecati i na vaše kandidate, jer će oni "kupiti" vas, a ne proizvesti ili poslovnu priliku.

Budite spremni na učenje! Morate znati da je ovo struka, jako lijepa struka, ali kao i svako drugo zvanje i ovo se mora učiti i uvježbavati kako biste postali dobri u onome što radite. Morate razumjeti da vaš sponzor i viša sponzorska linija imaju interes u vašem uspjehu i da će vas učiti samo stvari koje funkcioniraju. Sjećate li se trenutka kada ste prvi puta sjeli za volan, a pored vas je sjedio instruktor? Nije vam palo na pamet da sumnjate u njegove upute. Tako se trebate postaviti i kada vam mentor daje savjete.

Kada vam se pridružuju prvi suradnici i sami postajete lideri. No, kako bi ste bili dobar lider, morate usvojiti još neke stvari. Ono što ste naučili, morate proslijediti svojim suradnicima. Znajte: **pružanje primjera** nije jedan od, već jedini način odgoja. Da bi vas drugi slijedili, prvo vi morate napraviti nešto, ponekad i više puta. Trebat ćete se naoružati i **ustrajnošću**, bez koje nema uspjeha. Kad vas netko odbije, to nije neuspjeh. Ta osoba možda nije spremna ili vi niste postavili dovoljno pitanja, odnosno niste pažljivo slušali odgovore. U prvom slučaju dajte kandidatu vremena i potražite ga kasnije. U drugom slučaju, izvucite pouku! Sljedeći put ćete biti spremniji, to je dio učenja.



Kao lider, budite **strpljivi i pokažite razumijevanje**.

Prihvatite da netko još nije spreman zbog životnih okolnosti ili zbog nemogućnosti donošenja odluke! Svi imaju drugačiji ritam, to uvijek morate imati na umu. Radite s onima koji trenutno žele poduzeti nešto, s onima koji žele nešto **sada**, jer su oni motivirani i s takvim suradnikom možete napredovati.

Uvijek budite **etični**! Međunarodna poslovna politika je naš zakonik, molim vas da postupate po njemu! Nikad ne idite prečicama, jer se ne isplati. Samo će etično i na povjerenju izgrađeno poslovanje biti stabilno. Kako vi morate imati **povjerenja** u svog mentora, tako i vi morate graditi odnos povjerenja sa svojim partnerima, kupcima i suradnicima. To je možda najvažnije u našem poslu.

Naša najveća snaga je u **timu**! Ovdje nitko ne postiže uspjeh sam, samo zajedno možemo napredovati! Tim umnožava našu snagu. Ako se do sada niste navikli raditi na taj način, to ćete morati naučiti. Budite timski igrač – u tome će vam pomoći vaš mentor.

Nemojte se baviti **drugim strukturama**! S bratskim linijama se može surađivati, ali poslovni savjet tražite i prihvaćajte samo od svoje sponzorske linije. Sve ostalo je krivo! Redovito se konzultirajte sa svojim sponzorom i suradnicima. Kad ste u nekoj situaciji, ne možete ju sagledati na

odgovarajući način. Mentor je taj koji može sagledati vaše poslovanje s odmakom, on ima iskustva, poznaje vas i pomoći će vam ostati na pravom putu – zato postoji elementarna potreba za **konzultacijom**. To isto morate raditi i sami u svojoj suradničkoj strukturi.

Bilo da radite **offline** ili **online**, **priredbe** su od ključne važnosti u našem poslu. Tu ćete sresti vodstvo kompanije, uspješne networkere, svoju sponzorsku liniju, možda i neke svoje suradnike iz šireg tima – tu će vaš odnos postati osoban. Velike odluke se rađaju na priredbama. Zašto? Atmosfera, zračenje predavača, priznanja – sve to jako motivira. I za vaše kandidate je bolje ako o poslovnoj prilici čuju sa pozornice od treće osobe. Tako lakše prihvate priliku.

Budite svoji! Znam da morate usvojiti mnogo toga, ali uvijek ostanite osoba za sebe! Vi činite naš svijet šarenim. I nikad ne zaboravite odakle ste krenuli!

Budite uvijek **ponizni i uslužni**! Naš je posao divan, jer služimo ljudima u nadi da će postići blagostanje i dajemo im priliku da grade bolju budućnost, a dok druge dovodimo do njihovih ciljeva, postizemo i svoje!

Ako ćete redovito i marljivo raditi prema gornjim načelima, nagrada nikad neće izostati: priznanje i nagrade povrh bonusa!



NEW

SZILVIA LUKÁCS-SZABÓ

Manager

Szilvia sa suprugom i kćerima od četiri i dvije godine, Doroti i Lotti, živi u mjestu Felsőzsolca. Po struci je pedagoginja u vrtiću, ali je prije odlaska na porodični dopust radila po dvanaest sati na dan u tvornici. Kaže da se tamo nipošto ne bi vraćala...

Sponzor: Mónika Magyari Martos
Viša sponzorska linija: Gergely Almási i Barbara Bakos, István Halmi i Rita Halminé Mikola, Terézia Herman, Zoltán Becz i Zsuzsanna Viktória Kenesei, Zsófia Gergely i Dr. László Reindl, Aranka Vágási i András Kovács, Miklós Berkics, József Szabó, Olivia Emilia Gajdo, Rolf KippGajdo, Rolf Kipp

ZNALA SAM DA ĆU JEDNOM ŽIVJETI IZNADPROSJEČNIM ŽIVOTOM

Nakon rođenja djeteta, mnogo se žena suoči s pitanjem: "Kako dalje?". Mnogima nakon godina provedenih s djetetom kod kuće, postaje jasno da se stari način života ne može uskladiti s novom situacijom. Željele bi mnogo vremena provoditi s djecom, a ne biti iscrpljene i nervozne majka. No, istovremeno nam je potreban i novac. Ni Szilvia Lukács-Szabó nije znala kamo krenuti, ali ju je zanimalo posao, jer su u to vrijeme zbog gradnje kuće iscrpili sve financijske

zalihe. "Tada sam dobila poruku svog mentora, koji mi je pristupio online. Nakon prvog razgovora sam zaključila da ne želim graditi posao i ne želim velike stvari. Nakon dva tjedna u poslu, počela sam priželjkivati status Managera." To se događalo unatoč tomu što je Szilvia krenula uz minimalna ulaganja i nije znala ništa o mrežnom marketingu.

Takav početak je imao svoje prednosti, jer nije imala predrasude. Iako je mislila

da ovaj posao može donijeti samo dodatnu zaradu, zamislila se kada je čula koliko i kako brzo su drugi u timu uspjeli radeći online od kuće, uz mnoštvo slobodnog vremena. "Shvatila sam da nemam što izgubiti. Doma sam s djecom i mogu uložiti potrebno vrijeme. Dala sam si godinu dana da izgradim Managersku razinu, tako sam se dogovorila i sa suprugom. Sebi sam pak obećala da ću u tih godinu dana dati sve od sebe. Rekli su mi da je ta razina ulaz u kvalitetan život."

Godinu dana se pretvorilo u trinaest mjeseci. "Jedan sam mjesec odmorila i proslavila razinu Assistant Managera, jer je kolovoz zahtijevao potpuni fokus. Najbolje mjesto za to je bio Poreč, gdje sam se dva puta kvalificirala. Tamo sam osigurala Managersku razinu za listopad."

Nakon toga se punim elanom bacila na posao. Radi isključivo online. "Osobno se nalazimo samo ako nismo daleko ili na priredbama, jer gradimo globalni biznis. Imam suradnike u Njemačkoj i Austriji. Naravno imamo online meetinge i održavamo aktivnu vezu u online prostoru. Imamo dobar sustav treninga putem kojeg sam već prvi mjesec ostvarila 4 boda, unatoč tome što nisam imala mnogo poznanika na Facebooku.

Mnogo toga su me naučili o gradnji "JA brenda" – od svijeta društvenih mreža do kontaktiranja ljudi. Rezultat je odmah bio vidljiv i više nije bilo mjesta sumnji." Kod nje stvari funkcioniraju kao i kod mnogih: traži suradnice među sebi sličnima – majkama s djecom. "U mnogim obiteljima vidim da muž nosi teret zarađivanja, što ga opterećuje, dok se žena zatvara u kuću. To nije dobro za nikog, a živjeti od jednog prihoda je vrlo opasno u današnje vrijeme. Kako znam reći, pametna žena ne čeka čuda, već ih stvara. Obožavam pokazati ženama da u Foreveru ne moraju birati između majčinstva i karijere.

Lijepo je kada djeca dolaze sa mnom na skupove! U Poreču su prvi puta vidjeli more, štoviše, muž i ja smo tada prvi puta bili skupa u inozemstvu...a novac da ne spominjem! Ja ovoliko novaca u životu nisam zarađivala. Ne moram raditi ni noćnu smjenu, niti smjenu od dvanaest sati! Zato osjećam da sam na dobrom mjestu. Ono što me drži ovdje su sigurnost i mir te nije upitno da ovako zamišljam ostatak života. Nakon ovog više ne bih mogla raditi kao nečija zaposlenica."

Po mišljenju Szilvije, poslovni uspjeh je 70% vjera. "Ako netko za godinu dana želi postati Managerom, onda nema mjesta kolebanju, ni sebi ga nisam dozvolila. Ima jedna izreka: gubi samo onaj koji se predla."

"Odnosno, ako netko vjeruje da može izgraditi ozbiljnu mrežu, neće dozvoliti sebi da ga okolnosti ometaju.

"Uspjeh nije ravan put, već zakrivljen puteljak."

Neće preuzeti ulogu žrtve, već će stati na svoje noge i dobit će bitku. U početku me mnogi nisu razumjeli, nisu vjerovali da je ovo ozbiljan posao. Ja sam bez obzira na sve znala da ću jednom živjeti iznadprosječnim životom. Trebalo je tu i strpljenja od strane mog supruga, ali kada žena stane iza svojih želja te ako ju partner uistinu voli, dat će joj podršku." Szilvia kaže da je ranije mnogo toga započinjala, ali je nakon prve prepreke odustajala.

"Ovdje sam naučila uvijek iznova ustati, jer uspjeh nije ravan put, već zakrivljen puteljak. Bitno je da ne ispuštamo cilj iz vida." Sadašnji cilj je Eagle program od svibnja i do kraja godine 1000 nemenadžerskih bodova. "Voljela bih biti Manager sa 600 cc u Chairman's Bonusu svojih mentora, ali najviše priželjkujem da što više mojih suradnika doraste poziciji lidera. Uz sve neprestano širim svoj tim, kako bih ovu priliku pokazala što većem broju ljudi!"

MOJI SAVJETI VAMA

- Nemojte utonuti u sivilo svakodnevice!
- Budite ambiciozni u majčinstvu!
- Ne dozvolite da vam oduzmu vjeru!

FOREVER ALOE VERA GEL™

NAPITAK – DODATAK PREHRANI

Prvi proizvod koji je dobio certifikat Međunarodnog znanstvenog vijeća za Aloe Veru. Naš Aloe Vera Gel sadrži 99,7% unutarnjeg dijela lista. Gel se ručnim putem uz posebnu pozornost dobiva iz lista biljke, a proizvodni procesi se odvijaju u sterilnim (aseptičnim) uvjetima, kako biste osjetili pravu snagu prirode.

Ne sadrži šećer.

71612

12 x 330 ml

*Aloe
za ponijeti?
Zgrabite mini!*



6 ZAŠTITNIH
SLOJEVA



OD 100% RECIKLAŽNOG
MATERIJALA

Forever ISTRAŽIVAČ

Mrežni marketing je veliko putovanje – put ka otkrivanju sebe i svijeta. Mnogima je najprivlačnije što mogu upoznati sebe, ali i daleke predjele te strane kulture u vidu luksuznih nagradnih putovanja. U našem novom serijalu i sami možemo postati istraživači kroz doživljaje Foreverovih suradnika koji putuju svijetom.



LÁSZLÓ FERENCZ
Soaring Manager

Sa suprugom Virágom godinama uživam u velikodušnosti Forevera kroz Global Rally i Eagle susrete. Ti susreti nisu izazovni samo po zbog edukacije, već daju odličnu priliku za upoznavanje svijeta. Kada sam razmišljao o kojem ću putovanju pisati, shvatio sam da neće biti lak izbor. Odlučio sam se za Global Rally 2018., koji je bio organiziran u američkom Dallasu. Putovanja svake godine organiziramo tako da prije samog događaja provedemo tjedan ili dva u zemlji održavanja. Izbor je te godine pao na New York. Posebnu radost nam je predstavljalo što je s nama putovalo još pet članova tima.

Skoro je nemoguće upiti sve doživljaje koje smo imali u ta dva tjedna. New York je ogroman i pun znamenitosti. Prvi dan smo posjetili Brooklinški most, Bankovnu četvrt i Kinesku četvrt. Napravili smo bezbroj fotografija i jedva čekali večer kako bi vidjeli svjetla Times Squarea. Nevjerojatno!

Sljedeći dan mi se ostvario davni san trčanjem po Central parku, lokaciji snimanja mnogih holivudskih filmova. Šetali smo, fotografirali se, hranili ptice i dok se Virág opuštala na klupi, ja sam navukao tenisice i otrčao krug oko parka. Bio je to prekrasan doživljaj! Nakon toga smo

pješice išli do Manhattana, gdje smo bili smješteni.

I ostali dani su bili puni doživljaja – izlet brodom na Liberty Island, gdje smo pogledali Kip slobode, a zatim smo posjetili i Ellis Island.

Došao je dan kad smo odletjeli za Dallas, gdje nas je čekao sam događaj. Bilo je neobično iz prohladnog proljeća stići na vrućinu od 32 stupnja za svega dva i pol sata.

Dallas nas nije razočarao, a ni u doček koji nam je priredio Forever. Hotel je bio luksuzan, a doživljaj je dodatno uljepšala ljubaznost Forevera. Proizvodi, suvenir šalice, kartica s džeparcem – svaka gesta nam je iznova potvrdila da smo u pravu kompaniji. Povodom 40. obljetnice osnutka kompanije, svi dobili i prekrasan žuti kofer.

U srijedu nismo imali puno vremena za otkrivanje Dallasa, ali smo stigli posjetiti nekoliko destinacija u gradu. U četvrtak je naglasak bio na edukaciji. U sklopu kratkog predavanja predstavili su nam nove proizvode. Vizija i oduševljenje Gregga Maughana nam uvijek



potvrđuje da smo odabrali najbolju kompaniju te da nam je budućnost osigurana i narednih četrdeset godina.

Taj dan smo nazočili i posebnoj zabavi povodom podjela Chairman's Bonus čekova. Svoj ček je primila i naša viša sponzorica Niki Dósa, što nas je ispunilo posebnim ponosom. Lokacija je bila značajna: ponos Forevera, mjesto snimanja serije Dallas, na Southfork Ranchu.

Petak i subota su prošli u karnevalskom raspoloženju. Bilo je fantastično vidjeti ljude iz svih krajeva svijeta u karakterističnim nošnjama svojih zemalja, kako dočekuju zabavu s muzičkim

instrumentima, zastavama. Nevjerojatna je energija koja vlada u tim situacijama.

U dva dana rallyja smo dobili pregršt motivacije, viziju budućnosti i podijeljeno je zaista mnogo novaca. U subotu navečer smo puni entuzijazma čekali nedjeljni povratak kući.

Mogu navesti mnogo razloga zbog kojih se isplati raditi s Foreverom, ali za nas je ovo bilo jedno od najinspirativnijih putovanja s pregršt doživljaja, novih poznanstava i novim ciljevima. Hvala na tome!

Svijet je velika knjiga, a tko ne putuje, čita samo jedan list te knjige.



**U OVOJ RUBRICI FOREVER
MAGAZINA, USPJEŠNI SURADNICI
IZ MJESECA U MJESEC DAJU UVID
U ZADATKE PLANIRANJA
AKTAULNOG RAZDOBLJA. OD
NABOLJIH SAZNAJEMO PRISTUP
OSNOVNIM KORACIMA MREŽNOG
MARKETINGA, JER USPJEH SE
MOŽE PLANIRATI.**



MJESEČNI planer

MÁRTA ZSIGA
Soaring Managerica

Nekad davno mi planiranje nije bila jača strana, ali sam u protekle dvadeset i dvije godine u Foreveru shvatila da se moram neprestano razvijati. Morala sam se suočiti s mnogim strahovima kako bih okupila tim koji funkcionira i u kojem se vrijednosti neće izgubiti. Danas kristalno jasno vidim da je svaki čovjek sposoban stvarati i da smo svi primorani ubirati plodove onoga što smo sami posijali. Što želite napraviti u svom Forever poslovanju? Što ste spremni napraviti za njega?

Iz mjeseca u mjesec postavljam nove ciljeve i planiram njihovu realizaciju. Odavno me ne motivira potreba da nekome udovoljim, već da privlačim ljude svojom energijom sreće te da ih uspijem dotaknuti porukom Forevera.

Ovaj posao pokreće aktivnost od 4 boda – to smatram najvažnijim elementom posla. Naučimo ovo i svoje suradnike, stvorimo im naviku, jer su 4 boda temelj za svaki poticajni program! Ako gradite na čvrstim temeljima, onda će vam poslovanje biti stabilno.

Da bi vam vjera jačala, morate biti nazočni na svim događajima koje organiziraju vaši mentori i kompanija, na njima se budi strast i dobiva samopouzdanje. Napravite potrebne korake kako biste bolje upoznali sebe! Morate znati postotak ljudi koji kažu "da" kada im se obratite i koliko ih se priključuje kompaniji preko vas – tako ćete moći planirati svoje poslovanje.

Vaši ciljevi određuju hoćete li ostvariti kvalifikaciju za poticajne programe. Imajte postavljene i zapisane ciljeve koji vas potiču na akciju!

Put o kojem sanjate je prepun prepreka, ali se ne smijete predati. Svjesna sam da se sve treba zaslužiti. Za "ništa" se ne dobiva "nešto".

Želje nas vode ka ispunjenju cilja dok učimo bezbroj lekcija, a usput nam stižu potrebni alati.

Znam da je želja za činjenjem manje bolna od neispunjenja. Vjerujem u sebe i u snagu Forevera i zato mi život pruža ono za čime žudim.

KALENDAR DOGAĐANJA 2020

BUDIMPEŠTA

**ALBANIJA
KOSOVO**

SRBIJA

HRVATSKA

SLOVENIJA

BiH

21. ožujka DU Ledeni
Centar Vasas
22. ožujka
Pakiranje hrane

18. travanj
Slovenija – Hrvatska zajednički DU
Maribor

23. svibnja DU
Dvorana Túske
24. svibnja Susret
Managera

30. svibanj
Dan Uspeha
Beograd

27. lipanj
Dan Uspješnosti
Kosovo

6. lipanj
DU
Sarajevo

11. srpnja
DU Dvorana
Túske

8. kolovoz
Aloe Dan
Kosovo

2. – 3. LISTOPADA 2020. DIAMOND HOLIDAY RALLY POREČ

17. listopada
DU
Bijeljina

21. studenog
DU Ledeni Centar
Vasas

GLOBALNA DOGAĐANJA:

26. TRAVANJ – 3. SVIBANJ GLOBAL RALLY 2020. SIDNEY

21-25. EAGLE MANAGER'S RETREAT 2020. BAHAMI

FOREVER

Izdaje: Forever Living Products Magyarország Kft.

Uredništvo: FLP Magyarország Kft. 1184 Budapest, Nefelejcs u. 9-11. Tel: (+36 1) 269 53 70 Fax: (+36 1) 297 1996

Glavni urednik: dr. Miliesz Sándor PhD. Urednici: Bózári-Holtai Orsolya, Pósa Kálmán

Fotografija: Bácsi Róbert László, Layout, priprema za tisak: Crossroad Consulting Kft.

Prijevod, lektoriranje: Vasilija Golub, Zsolt Pölhe, Babity Gorán Vladimir, Dragana Meseldžija, Jolanda Harmat Császár, Mimoza Borbáth

Tisak: Keskeny és Társai Nyomdaipari Kft. U 30 500 primjeraka

www.foreverliving.com

Izvanredan okus.

Fantastične prednosti. Manje pakiranje.



Uživajte u prednostima
i sočnim okusima
Forever Aloe Berry
Nectara i Forever Aloe
Peachesa u malim ali
moćnim pakiranjima
od 330 ml!

Dodano voće i Forever Aloe Gel stvaraju
pravu energetsku bombu.

Ovako i na putovanjima možete
uživati u vašoj omiljenoj
kombinaciji aloe napitka.

Dostupno u pakiranju od 12 komada:

Forever Aloe Peaches™ 12 x 330ml | SKU 77812

Forever Aloe Berry Nectar® 12 x 330ml | SKU 73512

**The
Aloe Vera
Company**

FOREVERLIVING.COM



FOREVER®

*Preporučite gel
i osvojite
nagradu!*



PODIJELITE VIŠE O ONOME ŠTO VOLITE!

U razdoblju od 1. siječnja do 31. ožujka se možete kvalificirati i osvojiti uzbudljive nagrade, ukoliko vaši novi Forever Poslovni Suradnici kupe Aloe Vera Gel ili bilo koji proizvod, odnosno paket, koji sadrži gel. Započnite 2020. godinu poletno i pratite listu natjecatelja na linku foreverliving.com/aloearoundtheworld!

#AloeAroundTheWorld



FOREVER®

KÖZLEMÉNYEK SAOPŠTENJA OBAVJEŠTENJA OBVESTILA NJOFTIME

MAGYARORSZÁG

Termékrendelés

Webáruházunk: www.flpshop.hu

Telecenter: hétfőtől péntekig 9:00-16:45-ig hívható számaink:

+36-1-297-55-38; +36-70-436-4290; +36-70-436-4291; +36-70-436-4294;

+36-80-204-983 („zöld szám”: vezetékes hálózathálózati díjmentesen hívható)

Ügyfélszolgálat, Információ

Ügyfélszolgálat (telecenter, webshop): ugyfelszolgalat@foreverliving.hu,
+36-1-269-5370/110 és 111

Ügyfélkapcsolati igazgató: Kiss Tibor, +36-70-436-4170

Nemzetközi és Belföldi Kommunikációs recepció: +36-1-269-5370/123

Pénzügyi Recepció: +36-1-269-5370/121

www.foreverliving.com

Budapesti Központi Főigazgatóság: 1184 Budapest, Nefelejcs u. 9–11.

E-mail: flpbudapest@foreverliving.hu

Tel.: +36-1-269-5370, +36-70-436-4288, -4289, +36 1 297 1995

Levelezési cím: 1439 Budapest, Pf.:745.

Országigazgató: dr. Milesz Sándor: +36 1 297 1995, mobil: +36 70 316 0002

Főigazgató: Ladák Erzsébet: tel.: +36-1-269-5370/160-as mellék,

mobil: +36-70-436-4230;

Főigazgató-helyettes: Kismárton Valéria: 130-as mellék,

mobil: + 36 70 436 4273

Főigazgató-helyettes és rendezvényszervező: Altrichter Anett;

rendezveny@foreverliving.hu, mobil: +36 70 436 4240

Belföldi és nemzetközi kommunikáció: Szecsei Aranka: 136 mellék,

mobil: +36 70 436 4229;

Marketing csoportvezető: Bózári-Holtai Orsolya; mobil: +36 70 436 4272

Pontérték nélküli termékek: Gellén Veronika; mobil: +36 70 436 4278

Social Media: Galambos Dóra; mobil: +36 70 436 4212

FLP TV: dr. Karizs Tamás; mobil: +36 70 436 4271

Teremfoglalás: rendezveny@foreverliving.hu

Ügyvezető Igazgatóság:

1184 Budapest, Nefelejcs u 9-11. Tel.: + 36 1 297 1704, +36-70-436-4288, -4289

Ügyvezető igazgató: Lenkey Péter: mobil: +36-70-436-4279

Vékás-Kovács Mónika, tel.: 191-es mellék, +36-70-436-4239

Budapest, Nefelejcs utcai vevő- és ügyfélszolgálat, raktár és informatika

nyitvatartás: H-P: 9-17 óráig (a számlázás zárás előtt 15 perccel befejeződik)

Helyi előadások esetén hosszított nyitvatartással várjuk partnereinket.

Ügyfélkapcsolati igazgató: Kiss Tibor, mobil: +36-70-436-4170

Informatikai igazgató: Rigó Gábor, mobil: +36-70-436-4231; 165-ös mellék

Debreceni Területi Igazgatóság:

4025 Debrecen, Erzsébet u. 48.

Tel.: +36-52-349-657; mobil: +36-70-436-4287

Nyitvatartás: H – P: 10-18 óráig (a számlázás zárás előtt 30 perccel befejeződik).

Területi igazgató: Pósa Kálmán, mobil: +36-70-436-4265

Szegedi Területi Igazgatóság:

6726 Szeged, Pillich Kálmán u. 1.,

Tel.: +36 62 555 444, mobil: +36 70 436 4175 Nyitvatartás: H: 12-20 óráig,

K – P: 10-18 óráig (a számlázás zárás előtt 30 perccel befejeződik).

Területi igazgató: Radóczki Tibor

A hónap utolsó szombatja eső napjain (amelyeket már nem követ munkanap a hónapban) kizárólag a webshopon (www.flpshop.hu) adhatók le a megrendelések, minden hónap utolsó naptári napján 24.00 óráig.

Területeink nyitvatartási rendje vonatkozik a hónap utolsó munkanapjaira is!

Forever Resorts

Teleki-Degenfeld Kastélyszálló, 3044 Szirák, Petőfi u. 26.,

Tel.: +36-32-485-300, fax: +36-32-485-285 www.kastelyszirak.hu

Sásfészek Étterem, tel.: +36-1-291-5474, www.sasfeszeketterem.hu.

A Forever Resorts magyarországi intézményeinek ügyvezető igazgatója

Lenkey Péter, szálloda igazgató Király Katalin.

SRBIJA

Internet prodavnica: www.flpshop.rs

Telecenter: +381 11 309 6382; +381 65 309 6382

Beogradska kancelarija: 11010 Beograd, Kumodraška 162

tel.: +381 11 3970 127, fax: +381 11 3970 126, Email: office@flp.co.rs

Predaja narudžbina: narucivanje@flp.co.rs

Radno vreme telecentra: ponedjeljak, utorak i četvrtak 12:00-18:30;

sreda i petak 9:00-16:30

Direktor: dr Branislav Rajić

Lekari konsultanti: dr Biserka Lazarević i dr Predrag Lazarević: +381 23 543 318

Utorok i petkom 14:00-16:00

CRNA GORA

Podgorička kancelarija: 81000 Podgorica, Srdara Jola Piletića 20.

Poštanski fah 25, tel: +382 20 245 402, fax: +382 20 245 412

Radno vreme: ponedjeljak 12:00 – 20:00, ostalim radnim danima: 9:00 – 17:00

Svakog meseca poslednja subota je radni dan, radno vreme: 9:00-14:00

Lekar konsultant: dr Nevenka Laban +382-69-327-127

Email: flppodgorica@t-com.me

Naručivanje isključivo preko www.flpshop.me

SLOVENIJA

Spletna trgovina: webshop.forever.si

(dežurni telefon za spletno trgovino 064 259 222)

Pisarna Ljubljana: Stegne 15, 1000 Ljubljana

Telefon: +386 1 562 36 40; email: info@forever.si; www.forever.si

Naročanje izdelkov: +386 1 562 36 40; mobilni telefon +386 40 559 631;

email: narocila@forever.si;

Delovni čas: ponedjeljak i četvrtak od 12:00-20:00, torek, sreda i petek od 09:00-17:00

Pisarna Lendava/Lendva: Kolodvorska ulica 6, 9220 Lendava

Telefon: +386 2 575 12 70, email: lendva@forever.si

Spletna trgovina / webshop: <http://sl.flpshop.hu>

Delovni čas: ponedjeljak – petek od 09:00 – 17:00

Direktor: Andrej Kepe

Zdravnik svetovalec: dr. Miran Arbeiter: +386 41 420 788

Izobraževanje: Forever Info točka Slovenska Bistrica, Ljubljanska cesta 20 in na

sedežu podjetja Stegne 15, Ljubljana (razpored izobraževanja je na voljo na spletni

strani www.forever.si)

HRVATSKA

www.foreverliving.hr

Zagrebački ured: 10000 Zagreb, Trakošćanska 16,

Telefon: + 385 1 3909770; 3909773 ili 3909775; Faks: + 385 1 3909 776

Otvoreno: ponedjeljak i četvrtak od 09:00 do 20:00,

utorak, srijeda i petak od 09:00 do 17:00

Naručivanje e-mailom: foreverzagreb@foreverliving.hr

Edukacije u uredima Zagreb : ponedjeljak i četvrtak od 18:00h

Telefonski liječnici: Telefonski savjeti mr. ph. Milica Sirotković.

Pozivati možete utorkom i četvrtkom od 10:00 do 13:00 h.

Broj mobitela: 091 4196101

Upite možete slati i na e-mail: savjeti@foreverliving.hr

SHQIPËRIA

Zyra e Tiranës: Rr. Selim Brahma 110. Sank – Tirana

Tel./Fax: +355 44 500 866

Hapur: ditët e punës 9.00-13.00 dhe 16.00-20.00

Drejtor rajonal: Atilla Borbáth, cel: +355 69 40 66 810, +36 70 436 4293

Shef Zyre: Xhelo Kicaj: Cel: +355 69 40 66 811

e-mail: flpalbania@abcmail.al

www.foreveralbania.com

KOSOVA

Area Manager: Mr Sc Lulzim Tytnxhiu,

+ 383 49 866 865

email: lulzimt@foreverliving.hu

webshop: www.foreverkosovo.com

BOSNA I HERCEGOVINA

Centralna kancelarija: - adresa: Trg Đ. D. M. broj 3, 76300 Bijeljina

tel: +387-55-211-784, +387-55-212-605, fax: +387-55 -221-780

Radno vrijeme - ponedjeljak-petak: 9:00–17:00

elektronska pošta: forever.flpbos@gmail.com

Direktor FLP BiH: dr Slavko Paleksić

Ured u Sarajevu - adresa: Džemala Bijedića 166 A, 71000 Sarajevo

tel: +387-33-760-650, +387-33-470-682, fax: +387-33-760-651

Radno vrijeme - ponedjeljak, četvrtak, petak: 09:00–16:30,

utorak, srijeda: 12:00–20:00

elektronska pošta: flpm@bih.net.ba

Rukovodilac ureda: Enra Ćurovac-Hadžović

21.-25. RUJNA 2020.



Bahamas
#EMR20



FOREVER®

Uživajte u prednostima!

Bez obzira na tip kože, ova maska je jednostavan i ugodan proizvod koji možete uvrstiti u svoju rutinu njege kože. Ovim Forever Mask Experience setom možete upoznati obje maske za lice koje imamo u ponudi. Uživajte u testiranju proizvoda i nadamo se da će vam bar jedan od njih postati omiljeni proizvod – ZAUVIJEK!



FOREVER®
mask experience set



Aloe Bio-Cellulose Mask

Nevjerojatno hidratantna bio-celulozna maska je ulaznica u novu dimenziju njege kože. Ovaj pionirski proizvod objedinjuje snagu Aloe vere i sjemenke divljeg kestena s hidratantnim serumom, a rezultat je uistinu učinkovita maska, pomoću koje hranjive tvari dopijevaju i u najdublje slojeve kože. Učinak je zapanjujuć: mekana, nježna, hidratizirana koža, koja zrači očaravajućim sjajem.



Sonya Refining Gel Mask

Dajte novi značaj izrazu *beauty sleep* (op.a. san za ljepotu)! Proizvod smo kreirali na znanstvenoj osnovi, u svrhu optimizacije funkcije kože noću. Sonya Refining Gel Mask utječe na prirodne funkcije kože i stvaranje ravnoteže tijekom spavanja. Kontrolira masnoću kože i daje joj prirodni sjaj. Gel smo obogatili ljekovitim biljem i voćnim ekstraktima, kako bi nakon buđenja koža bila sjajnija, izgledala mlađe i ujednačenije.



POTRAŽITE NA NAŠEM WEB-SHOPU TE U NAŠEM UREDU! 6162 Forever® Mask Experience Set
PROIZVODI SE MOGU KUPITI I ODVOJENO: 616 Aloe Bio-Cellulose Mask **607** Sonya Refining Gel Mask

IME I KODNI BROJ VAŠEG SPONZORA: