

MAGYARORSZÁG BOSNA I HERCEGOVINA CRNA GORA HRVATSKA SHQIPËRIA SLOVENIJA SRBIJA

FOREVER

April 2019 XXIII Issue 04

**10-15%
POPUSTA**



*Ponuda za vašu kožu,
koja se ne odbija!*



*Napravite
prednost od
neuspjeha!*



“

**Teško je pobijediti nekog, tko se nikada ne predaje.
Ne daj da te strah od ispadanja izbaci iz igre!**

– Babe Ruth

(Jedan od najvećih igrača baseballa,
tijekom karijere je imao 714 optrčavanja)

Ovaj upečatljiv citat dovodi me do razmišljanja, što znači biti hrabar i ustrajan onda kada je sve protiv nas. Mnogima hrabrost znači neustrašivost – život bez straha, brzo i odlučno djelovanje bez da nas išta sprječava u tome. Ali u stvarnosti, ni hrabro ljudi nisu lišeni strahova, samo oni idu dalje unatoč tome da se nečega boje.

**NE MOŽETE POSTIĆI OPTRČAVANJE
SVAKI PUT, ALI NEĆETE BITI NITI
IZBAČENI BAŠ UVIJEK.**

Svatko se boji od nečeg, ali je zapravo bitno to što radimo kada se bojimo. Hoće li nas tjeskoba zaustaviti u napretku, ili ćemo smoći hrabrosti ići dalje punom snagom? Susreo sam bezbroj Poslovnih Suradnika koji su se suočili sa svojim strahovima i pri tom postali snažniji, samopouzdaniji i uspješniji.

Tu je na primjer Marie Alice Degraff, koja se nije prestala baviti Foreverom ni tada kada je na Haitiju zavladao politički kaos uslijed vojnog puča. Morala je bježati skupa s obitelji, sve što je imala je bila odjeća na njoj i postala je izbjeglica. Morala se suočiti sa strahovima, koje većina nas ne može niti zamisliti, a ipak je ponovno izgradila svoje poslovanje.

Možemo pričati i o Veroniki Lomjanski, koja je održala svoj promet tako što su se Foreverovi proizvodi prevozili brodom preko rijeke kada su svi mostovi na rijeci bili srušeni bombardiranjem. Unatoč tome što je njen grad – Novi Sad – bio napola srušen, Veronika nije dozvoljavala da se snovi njenog tima sruše. Poslovni Suradnici Forevera svuda u se svijetu svakim danom suočavaju sa svojim strahovima – kao i Vi. Ne morate doći u spomenute ekstremne situacije da bi ste osjetili strah! Ima onih koji se boje javnog nastupa. Drugi se pak boje odbijanja, ili razgovora sa strancima o Foreveru. Ti osjećaji su u potpunosti prirodni, i vjerujte da ih mnogi dijele!

Babe Ruth nije razmišljao o ispadanju kao o nečem čega se mora bojati. To je bio sasvim normalan dio njegove karijere i svaki puta kada bi zamahnuo i promašio, bio je korak bliže sljedećem optrčavanju. I Vi susrećete ljude koji nisu „kupci“ vaših vizija, koji vas žele obeshrabriti. I to je sasvim u redu. Svakim ste odbijanjem bliže sljedećem uspjehu, bilo da je riječ o pridobivanju novog kupca, ili razini Managera.

Znam da možete savladati svoje strahove, jer sam vidao mnoge koji su to učinili. Ne dozvolite da vas strahovi spriječe da date sve od sebe! Ne možete postići optrčavanje svaki put, ali nećete biti niti izbačeni baš uvijek. Bolje je da naučite nešto iz jednog promašenog udarca, nego da tijekom cijele utakmice sjedite na klupi.

S vječnom ljubavlju:

Rex Maughan

Rex Maughan

CEO, Forever Living Products



Proljetna obnova

Sunce nas ponovno lijepo grije. Cvjeta drveće u vrtu, pojavile su se prve lastavice. Anna i ja još čekamo povratak naše sive čaplje, ali ribice su već u jezeru. Hranimo ih, ubiremo salatu za prve piliće... proljeće je stiglo. Mnogi moji prijatelji već su jedva dočekali tu proljetnu obnovu.

Vrijeme obnove je došlo i u našem svijetu Forevera. Čuvajući stari, dokazani sustav, uvijek damo malo više od sebe: za izradu nekog novog posta ili prezentacije. Pustimo maštu na slobodu, neka se i kroz naše fotografije osjete prekrasne boje proljeća, neka naše prezentacije imaju dinamiku, jer i se Forever obnavlja s proljećem!

Pokrenuli smo akciju Infinite, i sada imamo razlog kontaktirati prijateljicu, poznanice, kupce. Uvijek postoji neka nova prigoda, kako bi još više proizvoda Forevera bilo u košari.

ZAVRŠAVA EAGLE PROGRAM. PREMA OČEKIVANJU, NA EDUKACIJU U AMERIKU, ODNOSNO NA TAILAND PUTOVATI ĆE NAS PREKO STOTINU I PEDESET. U CILJNOJ SMO RAVNINI, ALI LISTA OSVAJAČA JOŠ NIJE KONAČNA. POJAČAJMO TEMPO ZA KRAJ, BUDIMO I U TOME NA VRHU EUROPE!

Znate da se volim natjecati, vjerujem da i mnogi od vas tako misle, a lijepo je i pobjeđivati! Učinimo nešto za tu pobjedu! Rexu i Greggu Maughanu moramo biti jeko zahvalni za priliku koju su nam dali: svoju su kompaniju podijelili sa nama, kako bismo iz nje izvukli toliko dobiti, koliko god želimo. Samo od nas, od naše ustrajnosti i uložene količine rada ovisi, koliko će to biti. Hvala im!

Bilo je lijepo čuti poticajne riječi europskog potpredsjednika Petera Bootsa. Imamo velike mogućnosti u regiji, 3. mjesto prema prometu je realni cilj za nas do kraja godine. Neka bude tako, ali za to moramo početi raditi već danas!

Naprijed Forever!



Dr. Sándor Mílesz PhD.
zemaljski i regionalni direktor

Mislili smo da već dobro poznajemo aloe veru – ali u ovoj ulozi ju još nismo vidjeli! Infinite by FOREVER - proces starenja napada iznutra prema van i obrnuto, a čini to pomoću revolucionarnih formula koje su ciljano razvijene za hidrataciju kože. Njenom primjenom može se smanjiti pojava finih bora, a uspostavlja se zdrava razina kolagena i pomaže kako bi se osjećali bolje u svojoj koži.



infinite by Forever™ hydrating cleanser

Hydrating cleanser je hidratantni tonik za čišćenje lica, prepun prirodnih, učinkovitih sastojaka, kao što su esencija iz jabuke i jabučne aminokiseline. Ti sastojci hidratiraju kožu trenutno, te pomažu odstranjivanje nečistoća i masnoća. Proces čišćenja daje koži osjećaj lagane čistoće, mekoće i vlažnosti, te predstavlja čvrstu podlogu za daljnje korake programa sprječavanja starenja kože (anti-aging)

554

118 ml

infinite by Forever™ collagen-ceramide

DODATAK PREHRANI SA SADRŽAJEM KOLAGENA, CERAMIDA I VITAMINA

Kolageni su prirodne bjelancevine koji su važni sastavni dijelovi vezivnog tkiva kostiju, ligamenata, hrskavice, noktiju i kose. Ljudski organizam je sposoban proizvoditi kolagen i prirodnim putem, ali se starenjem taj proces usporava i zato je nadoknađivanje kolagena izuzetno važno. U ukupnoj masi bjelancevina kolagen čini 30%, ali je taj omjer u koži znatno veći, doseže čak 70%. Kolagen se u procesu probave rastvara na manje peptide, koji se tada pretvaraju u aminokiseline te

se tako apsorbiraju u organizmu. U kapsulama infinite by FOREVER collagen-ceramide kolagen se izvorno nalazi u hidroliziranom obliku ceramida, što pomaže laganu apsorpciju. Pored kolagena iz morske ribe u proizvodu se još nalaze i vitamin C i biotin. Vitamin C pomaže odgovarajuće stvaranje kolagena, time i zdravo stanje i funkcioniranje kože. Biotin također pomaže očuvanje normalnog stanja kože. Proizvod sadrži još i ceramid, specijalni lipid koji se prirodno nalazi u koži i kosi.

556

60 tableta

infinite

by FOREVER™



infinite by Forever™ firming serum

Firming serum zateže kožu i proces starenja napada s tri aminokiseline peptida koji oponašaju prirodne procese unutar kože. Time povećava zategnutost kože i smanjuje pojavu sitnih linija i bora. Firming serum sa svojim prirodnim učinkovitim sastojcima i aloe verom hidratira i zateže kožu, daje joj glatkoću i zasićenost, te popravljiva tonus. Njenom primjenom kožu osjećamo i doživljavamo ljepšom.

555

30ml

infinite by Forever™ restoring crème

Regenerator za kožu restoring crème sadrži 15 vrsta kondicionera, ali ni uz tako velik broj hidratantnih sastojaka kožu ne osjećamo masnom i „teškom“. Pri kreiranju restoring crème smo koristili najmodernije znanstvene metode, pri čemu smo aloe veru kombinirali s antioksidativnim acai bobicama i narom, te smo dodali esencijalna ulja protiv starenja. Mješavina anti-aging ulja sastoji se od ulja lavande, ulja lista gorke naranče, ulja bosiljka i eukaliptusa, ulja kore limete i naranče. Oni zajedno pojačavaju učinkovitost aloe vere, pomažu u zasićenju i pomlađivanju suhe i naborane kože. Pravi završni udarac procesu starenja!

558 48,2 g

Success Day

BUDIMPEŠTA, 23. OŽUJKA 2019.



**U OŽUJKU SMO
TESTIRALI KAKO JE
TO ORGANIZIRATI
VATRENI DAN
U LEDENOM
OKRUŽENJU. NOVA
LOKACIJA LEDENE
DVORANE „VASAS“
POLOŽILA JE ISPIT.
JOŠ VAŽNIJE, DA
JE MAĐARSKI I
JUŽNOSLAVENSKI
FOREVER PONOVO
U POLETU!**

PETER BOOTS » **EUROPSKI POTPREDSJEDNIK**

Prema Leonardu Da Vinciju postoje tri vrste ljudi: oni koji vide, oni koji vide kad im se pokaže i oni koji nikad neće pogledati. Mi susrećemo ove potonje, oni nam odmah kažu „ne“ na ponuđenu priliku. Pouka: nema drugog, već razgovarati s mnogo ljudi, kako bi među njima pronašli one koji su otvoreni. Razgovarajte kroz pet dana u tjednu s tri osobe i izdržite taj tempo kroz devet mjeseci. Ako danas krenete, za devet mjeseci ste na poziciji Managera. Mnogi dolaze među nas i žele uspjeh odmah. Samo to kod nas nije moguće. Ovo nije lov, mi smo više kao zemljoradnici. Svaka osoba s kojom razgovarate je zasađeno sjeme: morate raditi na njima, kao i zemljoradnik na svom usjevu. Znam, svi ste imali poteškoća, ali vam je vjera opstala i uvijek ste znali da će doći bolji dani: plodovi će postati sve bolji i bolji. I evo, vratili ste se među pet najboljih u Europi. Budite uporni dalje, jer vam Forever može ispuniti sve vaše snove. Ne tražite prečice, privucite odgovarajuće ljude koji dijele naša osnovna načela. Način rada MLM kompanija promjenjiv je od države do države, a svaki je Poslovni Suradnik odgovoran za njenu reputaciju. Ovdje uspjeh ne mijenja samo vaše živote. Ova kompanija je stvorena za svakodnevne ljude kako bi dobili nesvakidašnju priliku. Ovdje se radi o promjenama: tko je sposoban kopirati uspješne, može i sam to postati. Moj savjet je: ostanite prisni i oslanjajte se na osobne kontakte. Postanite primjer i tako pokažite pravi put! Neka vam na licu uvijek bude neizbrisiv osmijeh i ljudi će vam se otvarati.



BRIGITTA VERESS-BAKOSI MANAGER GRADNJA MREŽE S ALOE VEROM

Za što je dostatna jedna godina? Sa Foreverom sam se susrela prije godinu dana u veljači. Tražila sam nešto što bi mi omogućilo kako bih živjela kvalitetan život. Kontaktirala sam dr. Ibolyu Bagoly, i osjetila da sam „stigla doma“. Forever mi je u život ušao u najboljem trenutku. Otvorila su se vrata jednog novog svijeta i donijela sam odluku. Prošle godine sam dobila svoju značku za dva boda... ali to je bila neka druga osoba. Nakon nagrade bila sam puna elana. Cijele dane sam samo radila i do svibnja sam ostvarila razinu Supervisora. Još nisam bila nigdje, ali su mnogi imali povjerenja u mene: nastao je super tim. Ono što sam čula u Poreču oduševilo me. Odlučila sam raditi na tome, da svaki član mog tima osvoji Trening u Poreču. Tako sam shvatila bit timskog rada. Odlučila sam 2018. završiti kao Manager. Htjela sam dokazati, da će rezultati doći ako smo stalno usredotočeni i ako uložimo potreban rad. Za deset mjeseci postala sam Manager, a sada sam kao cilj postavila Eagle razinu. Ako u nešto duboko vjerujemo, nema druge opcije nego da nam se ostvari!



Najviše primjeraka našeg magazina u siječnju kupio je József Mázás, a u veljači Zsuzsa Varga - tako su osvojili posebna izdanja časopisa sa svojim portretima.





DR. ERZSÉBET SCHUNK ANTALNÉ MANAGER ŽELIMO DIJETE

Prosječna dob kada bračni par dobiva dijete se proteklih godina pomaknula, ali jednom svakom dođe taj trenutak. Potrebno je pripremiti se dobro, kako bi bebu i tjelesno i duševno i materijalno dočekali spremni. Programi Forevera to podržavaju. Dobro je i muški i ženski organizam tri mjeseca prije planiranog začeća pripremiti na taj događaj. To obuhvaća opširne urološke (čak i androloške) i ginekološke pretrage, prelazak na zdravu prehranu, vježbanje, te prestanak sa štetnim navikama. Preporučuje se jesti više puta manje količine hrane u danu, a pri tom imati na umu da su danas namirnice manje kvalitetne nego prije. Zato čak i prosječna osoba ima potrebe za dodatcima prehrani, a kod trudnica je to posebno važno. Konzumirajte kvalitetne dodatke prehrani. Počnite s nevjerojatno bogatom aloe verom! Od vježbanja se trudnicama preporučuje plivanje, šetnja, lagano trčanje i aerobik. Jako je važno postizanje optimalne tjelesne mase. A kad se začeće dogodilo, pratimo razvoj ploda sa stalnim kontrolama! Ovo je najljepše razdoblje života, ne budimo u stresu, već uživajmo!



Vodstvu poduzeća su nova dva tima predala simbolične čekove na pozamašne iznose u korist fondacije Forever Giving.





Na priredbi smo proslavili kvalifikacije za sljedeća dostignuća: Assistant Supervisor, Supervisor, Assistant Manager, Manager, 60cc+, 100cc+, 150cc+, Forever2Drive, Senior Manager, Soaring Manager, Safir Manager, odnosno osvajače Global Rallyja i Chairman's Bonus poticajnog programa.



ANDREA GECSE SOARING MANAGER ULOGA PROIZVODA U GRADNJI MREŽE

Prije dvadeset godina sam započela svoju karijeru u toksikološkom laboratoriju, ali su me eksperimenti na životinjama odvratili od tog poziva. U početku me zanimala sloboda koju Forever nudi, a onda sam shvatila koliko je ogromna ponuda proizvoda i kakve kvalitetne i nenadomjestive proizvode sadrži ta paleta. Tu na jednom mjestu mogu pronaći sve. Povrh toga proizvodi su po specifičnoj cijeni jeftini, jer sadrže visoke količine djelotvornih tvari. Stekli smo uistinu bogata iskustva s proizvodima, a gradnja mreže bila je logičan slijed toga. Nedavno smo se otvorili i prema mladima, njihova komunikacija i nama služi kao primjer. Ako želimo da nas primijete, moramo se pokazati na društvenim platformama. Zbog toga se važnost ljudskih kontakata ne gubi: kada se stekne povjerenje, sastajemo se, odlazimo na razna događanja. Online i offline metode međusobno se podržavaju. Kompanija nudi zadovoljstvo na svim područjima, ali pripazite kome nudite priliku: nekom tko igra na sigurno ili nekom tko voli slobodu? Ako svakom nudimo vrijednost koju treba i traži, možemo mijenjati njihovu budućnost i promijeniti kvalitetu življenja ljudi.



CINTIA KRASZNAI SENIOR EAGLE MANAGER TAJNA MOG USPJEHA

Morate se držati osnovnih pojmova, kao što su „proizvodi“ koji su temelj svega, ali i „postavljanje ciljeva“. Imajte svoj cilj, ali uspjeh ne vrijedi ništa ako ga ne možete podijeliti s drugima. Što je potrebno da ljudi stanu uz vas? Morate i ponuditi slobodu: to je najveća vrijednost. Uvijek napravite više no što je minimalno potrebno! Budite najveći potrošač proizvoda! Ako vam se ne sviđa pozicija na kojoj jeste, širite se: fokus na gradnju tima mora biti na prvom mjestu. Stabilnost je snažnija od naglih rezultata. Mene je uvijek najviše zanimao poslovni dio, tako da mi se uglavnom pridružuju ljudi istog interesa. Ali, ovaj se biznis gradi na proizvodima: važno je da to znaju i suradnici. To je timski rad, čiji ste centar vi i sve kreće od vas. Ponosna sam što moj mentor iz mog prometa zarađuje najviše novaca i što sam dio osvajanja poticajnih programa. Istovremeno sam i ja mentor, a ne šef. Prihvaćam da svi napreduju svojim tempom. A ove priredbe su nešto poput goriva za automobile. Živjela sam u Austriji, radila u četiri smjene, ali sam unatoč tome posjećivala sva događanja. To je dio samorazvoja: pokažite se u zrcalu. Nemojte da vas uplaši cilj, napredujte korak po korak! Najkraći je put kada je čovjek spreman razvijati se.



Mladi i stariji polaznici Plesne Akademije Anne Hevesi su ponovno očarali publiku svojim spektakularnim nastupom. A Veronika Noémi Szabó je šlagerima Abbe zagrijavała prisutne za nadolazeći svjetski Rally u Stockholmu.





DR. KATALIN PIRKHOFFER SERESNÉ I DR. ENDRE SERES SAFIR MANAGERI odnosno LINDA SERES I MÁTÉ SERES SENIOR MANAGERI POSTAVLJANJE CILJEVA

Cilj može biti osobni ili timski i za oba se može podjednako boriti. Ovdje možemo naučiti kako je to, kada se uistinu isplati truditi i za tuđe ciljeve. I smisao ciljeva može biti različit: zdravlje, materijalno blagostanje, karijera, a fantastično je to što se svi oni mogu ostvariti na jednom mjestu. Mogu biti kratkoročni ili dugoročni, nije sve jedno u kojem ih roku postižemo.

To može biti puno lakše u timu: sponzor, supružnik ili dijete mogu pomoći u postavljanju ciljeva... i naravno možete prizvati u pomoć alate kao što su mapa ciljeva ili knjiga snova. Zapisano sve dobiva drugačiju težinu. Većina mladih nema nikakve ciljeve. Bagateliziraju njihovu važnost, ili ne vjeruju da mogu uspjeti. A veliku razliku čini znati kamo idemo, ili tek plutati sa strujom. Ako postavite svoje ciljeve, ići ćete zacrtanim putem! Jer taj put se može proći. Treba željeti sa samokontrolom, poniznošću i vjerom – i onda se sve ostvaruje. Mi gradimo ljudske veze, a ljudi traže lidere koji će preuzeti odgovornost za njih. Pomozite ljudima pronaći njihove snove! Kako mi to radimo? Imali smo ciljeve već na startu, naravno oni su se mijenjali i rasli u hodu. Kakve osobine imate, kako biste predstavljali primjer drugima? Imajte ozbiljan stav, idite ususret poteškoćama. Kako mi predstavljamo ovu tvrtku, takvu sliku o njoj dajemo svijetu! Budite iz dana u dan bolja verzija sebe, volite to što radite i onda će samo mašta biti granica. Ostanite usredotočeni svaki dan!



Foreverova škrinja znanja

AKTIVNI POSLOVNI SURADNIK

je onaj, koji unutar jednog kalendarskog mjeseca ostvaruje minimalno 4 Aktivna Boda (4cc) prometa u državi prema mjestu stanovanja, od kojih barem 1 bod (1cc) treba biti Osobni promet.



*I malo
je bolje
od
ništa*



Sigurno ste već čuli izreku da ono što se isplati raditi, isplati se raditi samo dobro. Ne vjerujem u to. Prema mom mišljenju se isplati raditi sve, makar i ne bili tako dobri u tome, koliko bi ste željeli. Ako bismo se koncentrirali samo na stvari u kojima smo već dobri, kako bi smo učili, rasli i razvijali se?

Zamislite samo da se netko odluči napisati knjigu i svi mu govore kako će u tome uspjeti samo onda ako svaki dan napiše deset stranica. Ali on u svom životu nema ni vremena ni prostora za toliku obvezu, zato odloži projekt i ne razmišlja o opciji u kojoj bi svaku noć napisao jednu stranicu, i već bi bio bliže svom cilju.

Može biti strašno inspirirajuće upoznati Poslovnog Suradnika Forevera, koji je nevjerovatnom brzinom napredovao po marketinškoj ljestnici, ali se uloženi rad može činiti poražavajućim. Može vam se činiti, da ćete i vi morati obaviti nevjerovatne količine telefonskih poziva u jednom danu, organizirati mnogo sastanaka ili provesti bezbroj sati na društvenim mrežama. Ako vam se čini da je to jedini način postizanja uspjeha, mogu vam reći da to nije tako. Poznajem mnoge Poslovne Suradnike, koji su dobro iskoristili svoje

vrijeme, kako bi stekli znanja i samopouzdanja i stigli tamo, gdje se danas nalaze.

Ako se u vaš dan uklapaju svega nekoliko telefonskih poziva, onda ste već napravili više nego da niste napravili ništa. Ako vam se deset poziva na dan čini prenapornim, obavite samo dva. Organizacija jednog sastanka, pronalaženje jedne nove prilike vas još uvijek više približava cilju, nego da se predate i ne činite ništa.

Nije određeno, koliko vremena morate tjedno provesti u radu, kako ne trebate niti neku specifičnu pozadinu, kako bi ste pokrenuli svoje poslovanje. Najposebnije u prilici Forevera je to, da ne trebate biti stručnjak za njega. Prilika je dana svakom i svatko ima pravo napredovati u vlastitom tempu.

Svaki puta, kada koristite neki novi proizvod ili kada nekog upoznate s prilikom Forevera,

rastete i napredujete. Neka vas na vašem putu vodi strast prema proizvodima i posvećenost pomaganju drugih! Oduševit će vas što sve možete postići, kada vam samopouzdanje i iskustvo neprestano jača.

Ne zaboravite, ovaj se posao isplati nastaviti raditi onda ako u njemu još niste dovoljno dobri. Ne morate znati sve da bi ste se razvijali. Vremenom će doći i to, da ćete imati odgovore na sva pitanja. Dok radite u svrhu vašeg napretka, činite važne i realne korake prema boljem životu i postizanju vaših ciljeva.

Uvijek se smijte!

Gregg Maughan
Predsjednik, Forever Living Products

POKRENI SE!

U TIMU JE LAKŠE!

Uvijek sam se bavila sportom, ali je želja za promjenom došla otprilike prije tri godine: morat ću se više potruditi! Pogledala sam se u zrcalu i nije mi se baš dopalo to što sam vidjela. Čak sam već nekako prihvatila da to ide s godinama, ali sam onda „popričala sama sa sobom“ i odlučila da se neću pomiriti s ovim stanjem. Učinit ću sve da se vratim u formu. Počela sam s programom C9 – koji sam i do tada svake godine odradila – ali sam i tijekom i poslije shvatila ozbiljno i prehranu i vježbanje. Meni je vježbanje u grupi bilo prihvatljivo, jer iako i kod kuće imam sprave, uvijek nešto poremeti koncentraciju. Bitno mi je da netko nadzire moje pokrete - kao vrsta mentora – jer će kod nestručno izvedenih vježbi biti drugačiji i učinak i rezultat. Primijetila sam, da sam u

**„MALO STVARI MOŽE
ČOVJEK PROMIJENITI
U TRENUTKU, ALI
JEDNO MOŽE: STAV!“**

grupi upornija i da više izvlačim iz sebe nego kad vježbam sama. Dobar tim i zajednica mogu nas motivirati na svim područjima – i u sportu i u networkingu

– te izvući bolje rezultate iz nas. Vrijeme predviđeno za vježbanje unaprijed upisujem u svoj rokovnik (spinning, trx, kružne vježbe, cross box) i nastojim biti na barem tri jednosatna treninga tjedno. Tjedno jedanput „dupliram“ termin i ostanem i na sljedećem satu, kako mi već snaga i raspored vremena dozvoljavaju. Ako netko ne može odlaziti na grupne vježbe (nema u svom mjestu stanovanja ili raspored na poslu ne dozvoljava), neka počne vježbati kod kuće – prema svojoj tjelesnoj formi i mogućnostima. Uskoro će iskusiti sve blagodati vježbanja. U protekloj godini mi se stanje kondicije puno popravilo, bolja mi je cirkulacija, a osjećam i značajne promjene po pitanju oblikovanja tijela. Dolazi ljetno, dovedimo se u formu!

**PROGRAM
VJEŽBANJA
U TRAVNJU
PREPORUČUJE:**
Edina Vanya (46)
**Soaring Eagle
Manager**



Edina
PREPORUČUJE

Svako jutro započinjem s shakeom. Zahvaljujući svom sadržaju bjelancevina, pomaže u izgradnji mišića, izvrnog je okusa i daje početni polet!





POKRENI SE!

U TIMU JE LAKŠE!

ZAGRIJAVANJE

- trčanje u mjestu – možemo kombinirati s visokim dizanjem koljena;
- spajanje suprotnih laktova i koljena;
- sklekovi, čučnjevi, skokovi u raskoraku s podizanjem ruku
- kruženje ramenima, zaokretanje trupa

Kod ovih vježbi početni broj ponavljanja može biti 8-10, kasnije i više

1. Stiže proljeće, vrijeme velikog spremanja i pripreme za sezonu bikinija. Zabavna ali i vrlo učinkovita vježba s malim ručnikom ili čarobnom krpom (to nas na treningu uvijek nasmije) čistiti pod. Ako vježbu izvodite na tepihu, poslužiti će dva papirnata tanjura.

„PLANINARSKI PLANK NA SKLISKOM TERENU“

Početni stav je visoki plank oslonjen na dlanove, dlanovi u ravni ramena, trup ravan, kuk ne „visi“. Ispod nogu ručnik ili krpa i trčanje na mjestu, trup i trbušni mišići zategnuti.



Bočno klizanje s nogama

Početni stav je ponovno visoki plank (može i oslonjeno na laktove). Noge klizači po podu široko bočno dok kuk ostaje nepomičan. Vježba ima odličan učinak na trbušne mišiće i mišiće stražnjice.



2. VJEŽBA ZA TRBUŠNE MIŠIĆE S LOPTOM

Legnimo na leđa, noge pružimo ravno, pruženim rukama iznad glave uhvatimo loptu. Podignimo prvo loptu s pruženim rukama, zatim noge. Na sredini preuzmimo loptu nogama i spustimo skoro do poda. Pripazimo da nam križa svo vrijeme budu na podu. Ponovimo vježbu 8-10 puta!





3. VJEŽBE S UTEZIMA

Stanimo u uski raskorak, trup ravan, laktovi blago savijeni, pri podizanju utega ispuhujemo zrak. U nedostatku utega možemo koristiti dvije bočice s vodom od pola litre.

Bočno podizanje

(za ramena i bočne delta mišiće) Početni stav, ruke uz tijelo s blago savijenim laktovima. Ruke podižemo u bočni srednji stav, dok utezi ne dođu nešto iznad ramena, zatim spustimo polako natrag!

Prednje dizanje

U stojećem stavu podižemo utege ravno ispred sebe do visine očiju – obje ruke skupa ili naizmjenice, laktovi blago savijeni. Polako spuštajmo i ponovimo vježbu!



Savijanje bicepsa

Iz početnog stava (ruke uz tijelo, dlanovi prema unutra) utege podižemo prema glavi s nadlakticama stisnutim uz tijelo tako da se dlanovi u drugom dijelu pokreta okreću prema gore. Utege spuštamo lagano natrag u početni položaj. Utege možemo podizati paralelno skupa, ili naizmjenice. Vježbu možemo pokrenuti i tako, da su dlanovi s utezima pored kuka okrenuti pre van. Raskorak je u širini ramena, stav trupa ravan. Nadlaktice svo vrijeme pripijene uz tijelo. Kuk ne guramo naprijed, leđa ravna, koljena blago savijena. Savijanjem ruku utege približavamo ramenima. Ne ljuljamo se u trupu, ramena spuštamo lagano, uteg dižemo iz bicepsa.



4. VJEŽBA ZA TRICEPSE

Vježbu izvodimo na klupi ili stolcu. Iz zadnjeg potpornog stava s rukama nešto raširenijim od širine ramena na rubu klupe ili stolca, nadlanice prema naprijed. Spustimo se lagano dolje, tako da laktovi idu prema natrag, stražnjica prema dolje. Pogled ravan prema naprijed. Zaustavimo se na točki gdje nam je nadlaktica paralelna s podom, te se podižimo iz tog položaja natrag u početni. Pripazimo da trup ostane okomit, ne savijajmo se naprijed. Položaj nogu je varijabilan, mogu biti pružene naprijed, savijene ili čak dignute na drugu klupu. Rade i prsni mišići i prednji dio ramena.



ISTEZANJE

Nakon vježbanja ne smijemo zaboraviti na istezanje!

- desnu ruku stavimo iza vrata, lijevom rukom uhvatimo desni lakat, lagano vučemo, držimo taj položaj par sekundi, te vježbu ponovimo na kontra stranu.

- iz srednjeg prednjeg položaja lijevom rukom lakat desne ruke privučemo te savijemo desni lakat do vrata, lijevom rukom guramo, desna podlaktica iznad lijevog ramena.

- u četveronožnom stavu pri ispuhivanju ispravimo koljena i ruke, pete guramo prema podu, glava gleda prema stopalima (ponovimo 15-20 puta)

Foreverova kuhinja

Tímea Nagy, Eagle Managerica i njena sestra Ildikó Nagy, Assistant Managerica su nam u Foreverovoj kuhinji pripremile pravi proljetni obrok. U njihovoj obitelji zajedničko kuhanje ima veliku tradiciju, tako da su sestre uigrano surađivale u kuhinji, kako to rade i u poslu gradnje mreže.





Tímea: Proteklih par godina mi se pažnja okreće sve više u smjeru zdrave prehrane: nastojim uvrstiti u svakodnevnu ishranu što više povrća i lako probavljive hrane. Ovdje pripremljen obrok ne sadrži nikakvo meso, a ipak je pune hranjive vrijednosti, bogat bjelančevinama i vlaknima, pravi lagani proljetni obrok. Povrće lako može nabaviti svatko, jer se radi o povrću koje se i kod nas uzgaja. U obroku je i medveđi luk – sve više prepoznat – koji srdačno preporučujem svakom: nakon teže zimske hrane pomaže rasteretiti probavni sustav, a također podržava i proljetne kure čišćenja organizma. Može se pronaći skoro u svim mađarskim šumama, uz malo stručnosti početkom proljeća ga i sami možemo ubrati, ako se držimo potrebnih pravila. Ovdje pripremljeno jelo preporučujem i onima, koji su na nekom od Foreverovih programa promjena životnih navika, jer je uz vrlo nizak sadržaj kalorija ipak hranjivo, ima iznimno visok sadržaj vlakana i lako se probavlja.

Tímea preporučuje



Aloe Blossom Herbal Tea

Začinski čaj fantastičnog okusa. Preporučujem ga zimi vrućeg, a ljeti rashlađenog. Dobra tekućina svih programa promjena životnih navika.

Faširano povrće

SASTOJCI:

1 glava brokule
1 glavica luka
2 mlada luka
1 češanj češnjaka
50 g prženih suncokretovih sjemenki
1 žlica sitno sasjeckanog peršinovog lista
2 žlice brašna zobenih pahuljica
2 žlice zobenih pahuljica
sol i papar prema želji

PRIPREMA:

Na pari skuhanu brokulu usitnimo i pomiješamo s dinstanim lukom i ostalim sastojcima. Formiramo male pogačice i pečemo ih do hrskavosti na bogatom ulju.

Pečeno povrće (prilog)

SASTOJCI:

2 cikle
1 slatki krumpir
½ bundeve za pečenje
sol, papar, kokosova mast

PRIPREMA:

Na kockice nasjeckano povrće začinimo, zalijemo s otopljenom kokosovom mašću te pečemo u vatrostalnoj posudi

Preljev od medveđeg luka

SASTOJCI:

1 jabuka
100 g medveđeg luka
100 g poriluka
1 čaša jogurta
½ šake sasjeckanog oraha
limun, sol, papar

PRIPREMA:

Naribanoj jabuci dodamo sitno nasjeckani luk i pomiješamo sa začinenim jogurtom. Pospemo sa nasjeckanim orasima.

.....
PROMJENA ŽIVOTNIH NAVIKA
.....

Priprema, proljeće *pozor,*

PRIPREMA ZA SUNČANE MJESECE





DR. IBOLYA BAGOLY
Soaring Manager
Liječnica – prirodni iscjelitelj

PROMJENA ŽIVOTNIH NAVIKA



Nakon dugih zimskih mjeseci priroda se obnavlja i napokon možemo uživati u suncu. Drveće je procvjetalo i provodimo više vremena u prirodi. U ovom razdoblju tijelo i duša nam prolaze ogromne promjene u skladu s biološkim ciklusima. Trebamo se svjesno pripremiti i te procese učiniti lagodnim. Da vidimo, koji su to čimbenici, na koje trebamo pripaziti!

1. DO KRAJA ZIME ISCRPE SE ZALIHE

Zahvaljujući našem zimskom načinu života i prehranbenim navikama, naše zalihe vitamina i minerala su se iscrpile. Zato se i pojavljuje „proljetni umor“, a intenzivniji dani, više kretanja i ubrzavanje metabolizma to stanje nedostatka samo pojačavaju. Zato moramo težiti raznovrsnijoj ishrani koja je bogatija vitaminima i mineralnim tvarima, ali u ovim mjesecima je svakako važno nadoknaditi mikroelemente putem kvalitetnih dodataka prehrani.

2. RAZDOBLJE POSTA

U proljeće imamo najveću šansu i za promjenu životnih navika. Naš metabolizam i hormonalni sustav mijenjaju se, tako da se s odgovarajućom pažnjom, kretanjem, voljom i svjesnom prehranom možemo osloboditi viška centimetara i kilograma. To razdoblje se isplati proći uz savjete stručne osobe, kako bi rezultati bili vidljivi.

3. STANJE NAŠIH CRIJEVA

Temelj odgovarajuće izmjene tvari i dobre probave je ispravan rad crijeva. U njemu posebnu ulogu ima crijeva flora. U proljeće se i flora crijeva obnavlja. Ako svoja crijeva pravilno hranimo, vratiti će nam proizvodnjom brojnih vitamina, aminokiselina, imunih tvari i hormona sreće, tako ćemo se stvarno moći napuniti životnom energijom.



4. STRANO, A PRIJATELJSKO

U proljeće u svoj organizam putem prehrane, prašine iz zraka i peludi unosimo brojne tvari koje su strane, ali ih naš imuno-sustav mora znati prepoznati i ne braniti se protiv njih. To su prijatelji našeg organizma. Ako je crijevni sustav zbog nečega oštećen, ako neka stanična hranjiva tvar nedostaje iz tijela, tada se to prepoznavanje i davanje odgovora poremeti i mogu se pokrenuti alergijski ili autoimuni procesi. Zato je važno stanje crijevene flore i svjesna prehrana u kojoj uz vitamine i mineralne tvari veliku ulogu dobivaju i namirnice raznih boja, određene gljive, ljekovito bilje i čajeve.

PROMJENA ŽIVOTNIH NAVIKA

5. ULOGA SUNČEVOG SVJETLA

A Sunce životnu energiju ne daje samo biljkama, već i u ljudima pojačava proizvodnju hormona i drugih materija. Pri tom nam bolje rade žlijezde, prolazimo promjene na razini stanica. U tim procesima važnu ulogu ima vitamin D3 koji se aktivira uslijed sunčevog zračenja, za koji danas znamo da ima regulativnu funkciju. Ako putem naše prehrane unosimo premalo temeljnih tvari za njegovu proizvodnju, onda dopunu moramo i u ovim mjesecima rješavati putem nekog dodatka prehrani.



6. SLOBODA KRETANJA

Ugodna temperatura mami nas u prirodu. Uslijed kretanja nam se koštani sustav mijenja, naša se djeca u ovom razdoblju počinju izduživati. Pored nadopune kalcija i magnezija, potrebno je pripaziti i na druge materijale koji tvore kosti. Uz odgovarajući unos tekućine neka u našoj ishrani bude i dovoljno bjelančevina i mikroelemenata. Ako tijelo opskrbito s dovoljno tih tvari, može nam se dogoditi i ugodno iznenađenje. Uz pojačano kretanje će se na našim stanicama pojaviti više inzulinskih receptora, putem kojih će se ubrzati sagorijevanje šećera, a uslijed toga i savršenija razgradnja masnoća.

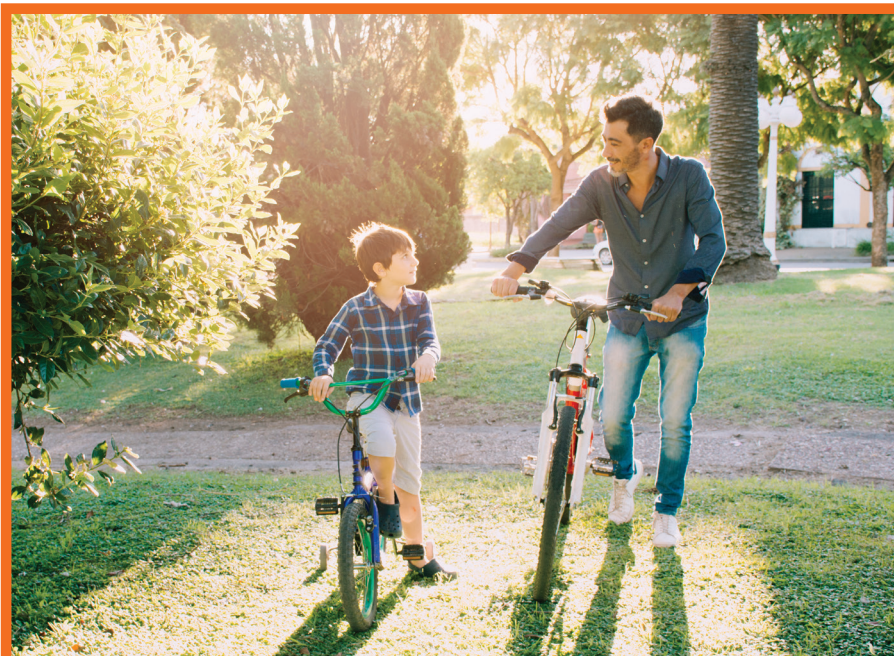
7. ZAŠTITA ZGLOBOVA

Kada brinemo o našem kosturu, moramo misliti i na naše zglobove, jer najviše boli osjećamo upravo u njima. Kako hrskavica nema vlastitu opskrbu krvlju, tako je prvenstveno bitno popraviti stvaranje hrskavične tekućine – a to se može riješiti pojačanim unosom tekućine. Ako netko osjeća da ne može piti više litara vode, jer ne osjeća žeđ, može naučiti svoj organizam na nadoknadu tekućine putem čaja na bazi ljekovitog bilja. Ali nakon određene dobi je i ta nadoknada premala jer se smanjuje proizvodnja tvari za podmazivanje. Priroda i tu ima rješenje. Tvari od kojih je hrskavica građena naš organizam ne proizvodi, njih svakako moramo unositi putem ishrane. Ako nekome načinom života ili prehranbenim navikama (kod djece je to često stvar izbjirljivosti) - na tradicionalan način malo takvih materijala dopijeva u organizam, može ih se nadoknaditi putem kvalitetnih dodataka prehrani (neophodno).



8. ANTIOKSIDANTI KOJI VEZUJU SLOBODNE RADIKALE

U našem se organizmu oko proljeća bogatije stvaraju slobodni radikali nego u zimskim mjesecima, jer nas UV zračenje više zrači, intenzivnije se krećemo i putem hrane s roštilja također povećavamo mogućnost



PROMJENA ŽIVOTNIH NAVIKA



prevencije važno i u ovom slučaju. Odijevati se slojevito, oslanjati se na temperaturu a ne na osjet temperature. Preporučuje se često pranje ruku ili u nemogućnosti toga uporaba dezinficijensa, posebice prije jela. U slučaju imunološkog odgovora, naš organizam mora proizvesti milijune imuno-stanica i poslati u cirkulaciju. Tijekom njihovog funkcioniranja događaju se također milijuni bioloških procesa. Kako bi se sve odvijalo savršeno, da te stanice oblikom i funkcijom budu odgovarajuće, jako je bitna zasićenost naših zaliha. Pored vitamina i minerala je bitna nazočnost i brojnih esencijalnih aminokiselina.

sunčanja. Mislimo tom prilikom i na usne, nemojmo ih samo mastiti, već osigurajmo usnama i UV zaštitu! Oko, najviše šarenica i zjenice osjetljivo reagiraju na sunčevo zračenje. Suza odgovarajućeg sastava čini tekući zaštitni sloj, zato je bitno osigurati zasićenost vitaminima i mineralima, odnosno unos određenih biljnih tvari putem ishrane. Nošenje sunčanih naočala također ima svoju svrhu. U tim mjesecima je i naša cirkulacija više izložena naporima, jer se i srce mora naviknuti na više kretanja. Tada se isplati povećati unos omega-3 masnih kiselina, ako je potrebno (posebice kod sportaša) također i unos Q10 i L -arginina.

njihovog stvaranja (u međuvremenu ih pojačano stvara i naš imuno-sustav). Kako ove agresivne molekule ne bi oštećivale naše stanične membrane i druge sastavne dijelove stanica, neophodno je da nam antoksidativni sustav dobro funkcionira. Taj sustav građen je na brojnim međusobno vezanim materijalima i procesima. Većinu elemenata nismo sposobni proizvesti sami, tako da ih u tijelo moramo unijeti gotove putem hrane. Ti materijali su najčešće: dio vitamina, elementi u tragovima, biljne boje (žuta, crvena, crna i zelena) i drugi biljni sastojci. Uslijed nesavršenog rada sustava mogu nas pogoditi brojni civilizacijski funkcionalni poremećaji.

9. ZAŠTITA IMUNOUSTAVA

Naš imuno-sustav oko travnja-svibnja često susreće strane uzročnike bolesti – najčešće viruse. Promjene vremenskih prilika, nagle promjene tlaka i temperature zraka naše tijelo doživljava kao stres, koji može pokrenuti upalne procese u nama. Zato je naglašavanje

ZAŠTITA KOŽE, OČJU I CIRKULACIJE

Kod svjesne pripreme bitno je govoriti i o nekim drugim organima. Kože je velikom površinom izložena sunčevom zračenju, UV utjecaju, tako da je odgovarajuća zaštita kože putem zaštitnih krema neophodna čak i ako se pridržavamo pravila

Proljeće donosi obnovu za prirodu: svijet postaje šaren. Želim da to godišnje doba i u vašim tijelima i dušama pokrene takve promjene. Neka vaši životi krenu u željenom smjeru, smjeru u kojem osjećate ispunjenje na svom poljima!





VITAL5®

Vital5® sadrži pet osnovno potrebnih proizvoda Forevera, koji pomažu nadoknaditi nedostatak hranjivih tvari i pomažu nesmetani tok hranjivih tvari u našem probavnom sustavu.

456-459

Sadržaj Vital5® paketa:

- Forever Aloe Vera Gel® - 4 kom, 1 litra, ili
- Forever Aloe Berry Nectar® - 4 kom, 1 litra, ili
- Aloe Peaches™ - 4 kom, 1 litra, ili
- Forever Freedom® - 4 kom, 1 litra
- + Forever Daily®
- + Forever Pro-BTM
- + Forever Arctic Sea®
- + ARG1+®

PROIZVOD MJESECA

TERÉZIA HERMAN SOARING EAGLE MANAGERICA PREPORUČUJE

Prošlo je vrijeme posta i spremni smo za proljetno obnavljanje. Sigurnije i efikasnije možemo kročiti na put preobrazbe, ako svoj organizam opskrbito s kvalitetnim hranjivim tvarima, putem kojih možemo stvoriti ravnotežu u tijelu. U Vital5 paketu naći ćete hranjive tvari od presudnog značenja, a koje imaju važnu ulogu u postizanju boljeg općeg stanja.



Women Power

ŽENSKA KARIJERA U FOREVERU

PARTNERICA, MAJKA, POSLOVNA SURADNICA: KOLIKO JE SAMO ULOGA U ŽIVOTU JEDNE ŽENE! U FOREVERU SVOJ RASPORED VREMENA MOŽETE KROJITI KAKO VI ŽELITE. POKAZAT ĆEMO VAM NEKOLIKO USPJEŠNIH PRIMJERA!

Adrienn Fritz



♥ Managerica

Danas je sve drugačije! Dobro sam zamijenila boljim. Sestra i ja smo prije točno dvadeset godina otvorile svoj prvi salon ljepote. Uvijek sam bila uspješna u svojoj frizerskoj struci. Obožavala sam posao i voditi svoj tim. Moj se sponzor – Péter Szabó – prije tri i pol godine pojavio u životu s poslovnom prilikom Forevera, za što sam mu svaki dan zahvalna. Svaku novost primali smo s radošću. Mislila sam, bit će dobro ako ćemo u salonu ubuduće moći ponuditi rješenje ne samo za vanjsku, već i za unutarnju ljepotu. Ja sam upoznavanje s proizvodima počela s programom C9. Odmah sam pokazala proizvode svojoj sestri, kozmetičarki. U tih devet dana smo se odmah zaljubile, i nije bilo upitno da ćemo paket preporučivati i drugima. Vrlo brzo sam došla na razinu Supervisora, koji sam stabilno održavala. Moj tim i ja bili smo na svakom događanju, ali bilo mi je dobro, imala sam takoreći sve, pa sam se tu „ulogorila“. Ali mi je jedna stvar uvijek nedostajala: slobodno vrijeme. Nisam ni mogla zamisliti što je pasivna zarada. Promatrala sam svog sponzora i višu sponzorsku liniju i nakon dvije godine odlučila da ću postati Manager. Uspjelo mi je za dva mjeseca. Tek tada sam osjetila pravu snagu Forevera. Shvatila sam da se raditi može i drugačije. Shvatila sam, kako ni iz daleka nije dovoljno proizvode i poslovnu priliku pokazati samo poznanicima i klijentima, ako je to moguće u stotinu i šezdeset zemalja. Prije šest mjeseci sam sa svojim salonom ljepote u potpunosti prekinula. Povjerovala sam da se može živjeti slobodno i ostvarivati iznimne zarade. Kako sam prije radila samo offline, sada učim o ljepotama online svijeta, za što mi svu potrebnu pomoć daje savršeno osmišljen sustav rada moje više sponzorice Ágnes Klaj. Komunikacija s ljudima mi je prednost, jer je i u frizerskoj struci važno ostvariti povjerenje s

klijentima. Posebna je ljepota u tome, da mi se i sestra pridružila i sada već i ona radi samo Forever. I ovdje usko surađujemo, zajednički doživljavamo uspjehe. A dvadesetogodišnje znanje u industriji ljepote savršeno koristi radu u Foreveru.

Beáta Presinszki-Nagy



♥ Managerica
Savjetnica za prehranu, mentorica, trenerica,
novinarka
Majka jednog djeteta

U mom životu sve je bilo savršeno kada sam prije dvije i pol godine upoznala ovu poslovnu priliku. Voljela sam svoj poziv, bila sam tražena i uspješna. Kako sam po struci savjetnik za prehranu i trener, moja svakodnevica je bila pomaganje ljudima. Beskrajno vjerujem da nam život može biti ispunjen, tek ako u sebi na neki način nosimo tu želju za pomaganjem. Probala sam C9 program koji je uzrokovao čudesne promjene. Obećala sam da ću tu mogućnost podijeliti sa svima. Tako je i bilo, a moja zahvalnost i vjera u proizvode je samo rasla. Kada sam shvatila kako pomoću ovog posla imam priliku poboljšati živote ne samo drugih, već i svoj život mogu učiniti boljim, slobodnijim i potpunijim, rodila se odluka. Ostajem, nastavljam i izgradit ću sebi život, kakav sam oduvijek željela. Što mi danas znači Forever? Slobodu, ispunjenje, samoostvarenje. Slobodu, da uvijek mogu živjeti kako želim i raditi ono što me usređuje. Neizrecivo vjerujem u snagu obitelji, vjerujem da je ispunjen život pravo svakog čovjeka. Danas već i moj suprug – koji je također iz struke – aktivno sudjeluje u vođenju tima, u gradnji posla. Kao žena osjećam svojim zadatkom prenositi poruku: zaslužujemo živjeti život prema svojim željama! Imamo pravo i mogućnost biti ispunjene istovremeno i u karijeri i kao majke i supruge. Moj cilj je pokazati tu harmoniju ženama, ukazati im kolika se snaga krije u zajedništvu, međusobnoj podršci i podijeliti s njima način rada koji se krije u poslu Forevera. Zahvalna sam da skupa sa svojim suprugom mogu raditi na tome, da iz dana u dan možemo biti bliže cilju koja nam se rađa u srcu: voditi druge prema slobodnom životu.

U jesen 2016, kao majka tada jednogodišnje i trogodišnje curice na porodijskom dopustu tražila sam neku mogućnost dodatne zarade. Tada još nisam znala što točno tražim, ali sam znala, kako bih željela živjeti. Željela sam provoditi kvalitetno vrijeme sa svojim kćerima, živjeti jedan nadprosječni život, što se kao zaposlenici činilo nemogućim. Prilika me ubrzo pronašla u osobi fantastične mentorice Ágnes Klaj i u obliku savršenog programa – i to online! Od tada ne vjerujem u slučajnosti i znam, da će uvijek sve biti dobro. Spoznaja, da je Forever upravo ono što meni treba došla je, kada sam upoznala marketinški plan. Znala sam da ću ovdje moći ostvariti ono za čim sam čeznula. Odluci je u mnogome pripomogla Ágnesina osobnost. Do dana današnjeg ima veliku utjecaj na mene, kako ona zastupa Forever. Ubrzo se izgradio most povjerenja među nama, i postalo mi je jasno da ću sa znanjem koje ću od nje dobiti ostvariti svoje ciljeve. Dospjela sam u tim koji daje takvu podršku o kakvoj sam mogla samo sanjati i koji stvara savezništva za cijeli život. Nakon tri godine provedene kod kuće opet sam imala viziju budućnosti, počela sam postavljati ciljeve. Kada sam se registrirala, odlučila sam da za dvije godine – kada mi mlađa kćer napuni tri – moram izgraditi svoje network poslovanje i to 100% online. I danas se naježim kada se sjetim, da se - doduše sa šest dana zakašnjenja – misao pretvorila u realnost. Vjerujem da je uz podršku sve lakše. Kod nas moja majka ima ogromnu ulogu u tome da svakodnevica bez problema funkcionira. Provodim kvalitetno vrijeme s kćerima, mogu biti usredotočena na rad, imam vremena za tjelovježbu, razvoj osobnosti, obitelj; to jest za stvari koje su uistinu bitne. Mogu živjeti potpunu slobodu, jer raspored vremena kreiram prema obitelji. U proteklom sam razdoblju prošla i ogromne promjene po pitanju razvoja osobnosti. Usvojila sam znanje i vrijednosti, koji mi pomažu ne samo u poslu, već i na mnogim drugim područjima života. Obožavam naš novi život i želim mi je da zajedničkim radom stil života s Foreverom dovedem u što više obitelji.

Ida Kubinyi



♥ Managerica
Ekonomistica
Majka curica od 3 i 5 godina



SOARING MANAGER



Like Comment Share

Barbara Bakos & Gergely Almási
sponzori: Rita Mikola Halminé
& István Halmi

„Davati samo malo manje od najviše - je trošenje vremena.“



SENIOR MANAGERS



Like Comment Share

Dr. Judit Kolonics
sponzori: Dr. Erzsébet Nika
& József Heinbach

„Svaki trenutak može biti novi početak: pitanje je odluke. A odluka je tvoja.“
Clearwater



Like Comment Share

Cintia Krasznai
sponzor: Patrícia Rusák

„Napravi više od onoga što je potrebno!“



MANAGERS



Like Comment Share

Józsefné Fitos & József Fitos
sponzor: Dr. Judit Kolonics

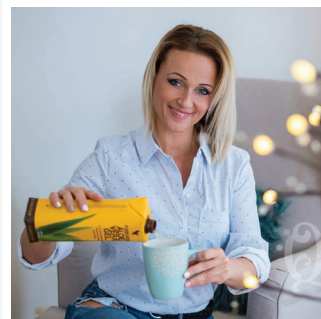
„Ono što dobijemo postizanjem cilja, nije ni blizu toliko važno kao ono, što postajemo dok postizemo cilj.“



Like Comment Share

Alexandra Virág Rózsánai
sponzor: Cintia Krasznai

„Uspjeh ima svoju cijenu.“



Like Comment Share

Bernadett Szolga
sponzor: Zsuzsanna Katona

„Jedino vrijeme ide svojim putem. Za sve ostalo smo odgovorni sami. Nema stanja i životne situacije koja se ne bi mogla učiniti boljom.“

QUALIFICATIONS



ASSISTANT MANAGERS

Bakosi Miklósné

sponzor: Veress-Bakosi Brigitta

Pappné Hubai Katalin

sponzor: Kottlár Zsófia

Marija Salaj

sponzor: Jadranka Soldo

Jadranka Soldo

sponzori: Alen Lipovac & Dolores Lipovac

Virovecz Angelika

sponzori: Fitos József & Fitos Józsefné

FOREVER²DRIVE

3.RAZINA:

Herman Terézia

Varga Róbert & Varga-Hortobágyi Tímea



SUPERVISORS

Ádám Annamária

Balogh Lászlóné

Baloghné Tóbel Adrienn

Bánki Viktória

Barta Boglárka

Bertók Roberta

Birkás Györgyi

Doboczky Hajnalka Andrea

Farkasovszki Viktor

Gyurika Daniella

György Józsefné & György József

Hajdúné Dinnyés Gabriella

Aida Hodaj

Holló Ágnes

Horváth Gáborné

Horváth Zsuzsanna

Horváth József

Juhos Petra Georgina

Kálmán Gábor

Komárominé Csillag Judit

Kopornoky Judit

Korompainé Mocsnik Marianna

Kovács Anna

Kötél Henrietta

Kőszegfalvi Péter

Lantos László

& Lantos Csilla

Merics Mónika Katalin

Mesterházi Anita

Mesterházi Gáborné

Barica Mrazovic

Nagy Katalin

Nagy Krisztina

Nagyné Gál Borbála

Németh Tímea

Pálinkás Nikolett

Ring Dóra

Sándor Krisztina

Norsan Serica

Julka Simic

Adisa Smalbégovic

Dr. Zora Stanic Vukobrad

Ljiljana Sucec

Szántai Gábor

Szatmári Krisztina

Szeniczey-Tajti Viktória

Nada Tesic

Tóth Péter

Slavica Trifunovic

Andelka Urovic

Vágóné Ugró Szilvia

Verő Beáta

Virányi Imréné

Zeleva Éva Daniella



Zsuzsanna Katona je rehabilitacijski terapeut, učiteljica joge, trenerica i uz to stalno stječe nove i nove stručne vještine. Ona je Poslovni Suradnik Forevera, supruga i majka šesnaestogodišnje Eszter i dvadesetogodišnjeg Balázsa. Foreveru se pridružila prije svega tri godine, a u vrijeme izlaska ovog magazina postaje Senior Manager.

Sponzor:
Enikő Lehoczky

Viša sponzorska linija:
Endre Kurucz, Melinda Gulyás, Éva Szépné Reszi i Mihály Szép, Ilona Illyés, Zsófia Gergely i Dr. László Reindl, Aranka Vágási i András Kovács, Miklós Berkics, József Szabó, Olivia Emília Gajdo, Rolf Kipp

ŽELIM BITI SUDIONIK STVARANJA JEDNOG

BOLJEG SVIJETA

Do kakvih rezultata je doveo taj stav?

U veljači se kvalificirao novi Manager i dok ovaj časopis izađe, kvalificirat će se još jedan i tako da postajem Senior. Što više, do kraja ožujka će se ispuniti i uvjeti za Eagle program. Ostvaruje se sve što sam zamislila, a to se događa i na ostalim područjima života. Čini se da sam sretna miljenica sudbine, ali je to povezano i sa svjesnošću.

Kakve si promjene prošla kako bi se vizija od prije dvije godine ostvarila?

Prvenstveno je važno reći, kako sam beskrajno zahvalna svom sponzoru i suradničkoj liniji s kojom radim. Vjeruju u mene, cijene moj učinak i pomažu mi na putu ka liderstvu. Proizvode poznajem već jako dugo, ali o poslovnoj prilici nitko prije mog sponzora nije razgovarao sa mnom. Sjećajući se ciljeva od prije dvije godine, željela sam da i drugi mogu doživjeti ono što sam ja doživjela. Mislim tu na zdraviji život i na to da možemo ljudima ostvariti snove. A onda, kako su jedan za drugim stizali partneri u tim, shvatila sam da moram postati lider. Prije sam bila tip koji se radije povlačio u pozadinu, ali sam pročitala mnoštvo knjiga o osobnom razvoju, slušala jako dobre audio materijale i mislim da je to urodilo plodom. Još se iznenadim, kada čujem kako me predstavljaju, ali vidim da se ljudi ugledaju na mene i to me diže. Osjećam da sve bolje poznajem ljude, a mudrošću koju donose godine se sve češće oslanjam i na svoju intuiciju. Shvatila sam da prava rješenja mogu ponuditi samo pravim ljudima.

Po izvornoj struci si diplomirana ekonomistica. Iako si struku napustila, ranije stečeno znanje ipak pomaže, zar ne?

I mene iznenađuje, ali je tako. Iako svojevremeno nisam shvaćala čemu učiti sve te stvari, ni te godine nisu bile uzaludne, danas mi i te kako koriste. Moj sanjarski ego treba i onu realnu stranu, koja zna planirati.

Kako netko postaje liderom?

Ako razmišljam o tipovima lidera, mogu reći da sam bila i ostala lider koji služi s puno ljubavi u sebi. Želja za pomaganjem uvijek je bila vrlo jaka u meni. Ljudi valjda osjete taj pristup. Moji se suradnici time poistovjećuju i to prosljeđuju dalje, u našem timu se to načelo duplicira. Proizvodi su neupitno izvanredni, marketinški plan je savršen, ali u poslu svatko postaje sve bolji i bolji dodajući svoju osobnost.

„ŽELJ ZA
POMAGANJEM
JE UVIJEK BILA
VRLO JAKA U
MENI. LJUDI
VALJDA OSJETE
TAJ PRISTUP.“

ZSUZSANNA
KATONA

Managerica

Prije dvije godine kao svjež
kvalificirani Manager si za magazin
Forever izjavila kako želiš graditi
tim. Kako danas stojiš s tim ciljem?

U to vrijeme sam taj cilj još samo vizualizirala, u međuvremenu se stvorio i tim. Vjerujem u privlačenje sličnosti, članovi tima mi stižu iz sfere u kojoj se i sama krećem. Tako možemo ići u istom smjeru, i vjeruju u ono što ja vidim u njima.



**„MENI JE VAŽNO
DA BUDEM U AURI
LJUDI S KOJIMA
KOMUNICIRAM.
TAKO MOGU MISLI
PROSLJEĐIVATI
OD SRCA PREMA
SRCU.“**

**Jesi li zadržala svoje djelatnosti
vezane za rehabilitaciju i zdravlje
djece?**

Ne mogu ni zamisliti život bez toga. Za mene se rad u Foreveru i posao na području očuvanja zdravlja savršeno nadopunjuju. Aktivna sam i u udruzi za promicanje fizičke aktivnosti kod djece, i tamo smo puni planova, i vidim da se ni od te zajednice ne mogu odvojiti. Moram priznati da mi gospodarenje vremenom još nije jača strana, tijekom postajanja liderom mi je to jedan od najvećih izazova, ali nastojim maksimalno zadovoljiti na svim poljima.

**Često se vidi kod bračnih parova, da
posao prvenstveno grade žene i da
partner ne sudjeluje aktivno u radu.
Kako je to kod vas?**

István je na početku osjetio da vidim ogromnu priliku u Foreveru, ali on to tada još nije vidio. Ubrzo su počeli stizati uvjerljivi rezultati, a osnovno načelo našeg odnosa je da jedan drugog ne sprječavamo u ostvarivanju snova. Zna da me taj rad veseli, dobro je i za obitelj jer daje djeci primjer, tako da uživam njegovu potporu.

**Što si u Foreveru našla što ti je falilo
iz ranijeg života?**

Ciljeve iz manifesta o poslanju Forevera osjećam potpuno svojima: želim biti sudionik stvaranja jednog boljeg svijeta. Vidim, kolikim sam ljudima uspjela pomoći u ove kratke tri godine. Zahvaljujući poslovnoj prilici mnogo je žena, majki povratilo svoje samopouzdanje i vjeru u sebe.

Gdje si sada?

Kada čovjek postane Manager koji počinje primati novčanu nagradu to je barem toliko važna točka u poslu kao i razina Managera. Sada me vuče želja za pomaganjem svog tima. Naime više nisam odgovorna samo za sebe, već i za druge. Kao i Mali Princ za svoju ružu. Pred sobom vidim budućnost mnoge djece i mnogih obitelji za koje sam odgovorna. S druge strane o sebi nikad nisam razmišljala kao o „državnoj umirovljenici“, a na sreću vidim da neću biti ovisna o toj skrbi. Daje snagu i spoznaja, da radim za budućnost svoje djece.



Oboje nalaze smisao u ovom poslu, Eszter se jako zanima, Balázs je već također bio na nekim priredbama, ali još nije spreman. Vidim pred sobom Soaring razinu, važan mi je cilj da svi Manageri u timu budu Eagle Manageri. S veseljem se spremam na Eagle susret u Dallas, dala sam sebi cijelo ljeto da dovedem svoje znanje engleskog na višu razinu, kako bih mogla razgovarati s Rexom. Želim mu reći koliko sam zahvalna za njegov san o Foreveru i da ga u najdubljem smislu riječi vodi kao. Želim mu zahvaliti na viziji budućnosti koju nam daje i na fantastičnim proizvodima.

Kako ocjenjuješ i koliko koristiš online alate?

Moram priznati da nisam privržena online tehnikama. Meni ja važno da budem u auri ljudi s kojima komuniciram, tako mogu prosljeđivati misli od srca do srca. Online je za mene pomoćni alat za marketing, koristim ga i provodim mnogo vremena u komunikaciji sa svojim timom putem messenger-a. Ali kontaktiranje i gradnja kontakata je kod mene uvijek osobna stvar. Tako se osjećam dobro.

Mnogi kažu da je offline rad manje efikasan, već i uslijed fizičkih ograničenja.

Kada sazovemo neku prezentaciju, tada se obraćam deseterici, petnaestorici ljudi odjednom, i te prigode završavamo s jako dobrim rezultatima. Znanje koje tom prilikom predajemo, podijeljena iskustva zajedno djeluju vrlo snažno. Ljudi, kupci postaju otvoreni za proizvode kada osjete osobnu brigu, a otvaraju se i prema drugom izvanrednom proizvodu kompanije - poslovnoj mogućnosti. Na tim susretima se točno osjeti trenutak, kada im dotaknemo duše.

Kako kontaktiranje funkcionira u svakodnevnicama?

Obraćam se svakome, osobi u redu ispred mene, ako osjetim da mogu ponuditi rješenje za neki problem. Znam da mnogi rade na temelju točnih planova, ali meni se te stvari više „samo događaju“. Tu sigurno igra ulogu i pregršt iskustava s proizvodima koje sam stekla tijekom godina.



Gdje se vidiš za pet godina?

Vidim se kao lidera - koji možda iz malo veće udaljenosti - ali je uvijek spreman pomagati ako treba. Meni karakterističnog „lidera koji služi“ bih malo distancirala, dajući i tako primjer svojim suradnicima da se tim može voditi i sa znatno manje napora. S druge strane sebe više vidim kao mentora, koji podučava na svim poljima života: u Foreveru, ali za mene jednako važnom polju rehabilitacije također.

MOJI SAVJETI

- Iz kontakata nikad nemojte izostaviti osobni karakter!
- Obratite se svakome ako osjećate da možete pomoći!
- Razvijajte svoj način razmišljanja kao lideri!

STEP BY STEP

20 GODINA UŽIVAM U BLAGODATIMA KOJE MI PRUŽAJU PROIZVODI I POSLOVNA PRILIKA FOREVERA. 20 GODINA NEPRASTANO RADIM I 20 GODINA NASTOJIM LJUDIMA PONUDITI OVU ČUDESNU PRILIKU. NA SREĆU MOGU BIRATI SVOJE SURADNIKE. SLJEDEĆE MISLI SAM NAMIJENILA ONIMA, KOJI S UŽITKOM ŽELE IZGRADITI SVOJ BIZNIS. NEKA OVO BUDE ČLANAK O OTKLANJANJU ZABLUDA!



DR. NIKOLETT DÓSA
Senior Eagle Managerica
Osvajačica Chairman's Bonusa

Korištenje proizvoda

“KADA ĆU IMATI
MNOGO NOVACA,
I JA ĆU KUPOVATI
VIŠE PROIZVODA”

Genijalni proizvodi naše kompanije su svi do jednog namijenjeni svakodnevnoj uporabi. Pojednostavljaju našu svakodnevnicu i olakšavaju nam život. Vjerodostojni ćemo biti jedino ako ih i sami pijemo, mažemo, špricamo, ako predstavljaju dio naših života. Kompanija prodaje mnoštvo proizvoda na koje su svi trošili i prije kontakta s Foreverom, samo su ih nabavljali iz drugih izvora. Zašto bi smo nastavili s tom navikom? Ako za svoj rad očekujemo novac od Forevera, Forever također s pravom očekuje, da proizvode reklamiramo vjerodostojno. Kada početnici počinju trošiti na neke proizvode koji ranije nisu imali naviku kupovati – recimo dodatke prehrani – sami se iznenade, kako im se poboljšava kvaliteta života. A to je bit: energično, od srca dijeliti svoja iskustva.

“KAKO SE TU NE
TRAŽI BILO KAKVO
PREDZNANJE,
SVATKO GA MOŽE
ODMAH RADITI.”

Lagani posao

To je istina. Samo nije sve jedno kako!

Bilo koja punoljetna osoba može se pridružiti sustavu, i svatko tko odluči naučiti struku, može postići uspjeh. Kao u bilo kojem drugom poslu! Istina je također, da kod nas radu ne prethodi višegodišnje školovanje. Ali za postati profesionalcem trebaju godine! Struku smo svi učili usput. Sam sustav je vrlo jednostavan, i uistinu ga mogu svi usvojiti. Proces učenja ne smije se izostaviti iz formule. Moramo iskusiti ophođenje s ljudima, usvojiti potrebne korake. Kako u posao ulazimo bez prethodne edukacije, sve moramo usvojiti usputno, uživo, a to je mnogima prilično bolno iskustvo. Ako shvatite da vježba čini majstora i da i tijekom faze učenja plaćaju proviziju za vaše nespretne pokušaje, ako ste zahvalni svom sponzoru na tome da je uz vas i da vas vodi i uči korak po korak, onda će vam i ovo početno razdoblje biti zabavno.

Otklanjanje zabluda

Brzo bogaćenje

“OSTAO SAM BEZ NOVACA, IDEM SE BRZO OBOGATITI PUTEM MLM-A”

Ne, nipošto!

Naravno, ako uzmete dobar zalet, iz tog poleta možete povećati svoje prihode, ali samo do te razine, na kojoj ste i do sada bili u životu. Iz prethodnog ulomka vidi se, ako ćete sustavno, dosljedno i uporno raditi za svoje ciljeve, ako ćete se razvijati iz dana u dan, jednom ćete doći do toga da će vam poslovanje funkcionirati i samo od sebe, jer ste ga postavili na čvrste temelje. Tada možete početi razmišljati o bogaćenju.

“NE ŽELIM NUDITI PROIZ-
VODE OKOLO, SAMO ĆU
TIPKATI PO INTERNETU I
IMATI VELIKI BIZNIS”

Online čudo

Imat ćete. Ali ne naglo.

Online svijet je velika blagodat, pametnim korištenjem se može uštedjeti puno vremena i novaca. Ali samo ako ga naučite pametno koristiti! Ni ovdje se ne može ne raditi. U početku se mora raditi s većim brojem ljudi. A offline susreti se ne smiju i ne mogu izbjegavati. Ne zaboravite da se MLM gradi od priredbe do priredbe, ali carstva se stvaraju samo u četiri oka.

Mnoštvo slobodnog vremena

“DAT ĆU OTKAZ I POSTATI
ONLINE NETWORKER, JER
ONI NE RADE NIŠTA SAMO
PUTUJU OKOLO I IMAJU
MNOŠTVO SLOBODNOG
VREMENA”

Ako pobliže promotrite život jednog pravog online networkera, vidjet ćete da radi jako puno. U radnim satima možda i više no što je to potrebno na tradicionalnom radnom mjestu. Ali ono što je tu različito, to je slobodno raspolaganje vremenom. Činjenica da ja odlučujem kada ću raditi, daje slobodu, slobodu odlučivanja. Ali, tko ne radi, neka ni ne jede – kaže mađarska poslovnica. Jer, ovo je pravedan sustav. U kojem pomažemo drugima u postizanju jednog zdravog, slobodnog života, čineći sebe boljim osobama. Najljepši posao na svijetu!

BEAUTY IDEJE

ERIKA TARI OLÁHNÉ Senior Managerica

Veliko proljetno čišćenje KOŽE

Napokon je stiglo proljeće, a istovremeno važnu ulogu dobiva i njega kože lica. Tijekom jesensko-zimskog razdoblja koža nam lako postane dehidrirana. Epiderma se podeblja, a koža je bez sjaja i izgleda blijeda, a može postati i osjetljiva. Svakako je potrebna regeneracija, čišćenje i nadoknada vitamina!

Kao kozmetičarka smatram bitnim, da barem promjenom godišnjeg doba nađemo načina za stručni tretman kozmetičkog čišćenja. Istodobno je njega kože kod kuće isto toliko važna, kako bi smo što dulje sačuvali njen zdravi i lijepi izgled.

Osobno sam zaljubljenik u Foreverove proizvode već pet godina. Od početka me očarava njihov nenametljiv miris, prirodni sastojci i učinkovitost. Široka paleta proizvoda (Sonya Daily Skincare System, Infinite Skincare Kit, Targeted Skincare, Aloe Bio-cellulose Mask...) omogućuje da bismo najvišu kakvoću i da nam njega kože bude dnevna rutina. Proizvode se isplati koristiti u setovima, jer tako imaju sinergični učinak: međusobno jačaju djelotvornost i dobivamo još bolje rezultate.

Što možete učiniti kod kuće kako bi vaša koža povratila svoju svježinu...

ČIŠĆENJE LICA

Prvi korak:

jutarnje i večernje

čišćenje lica. Iz

dana u dan se na

kožu lica može

nataložiti nečistoća

- prašina, znoj, šminka - koja začepљуje pore. Na površini se mogu razmnožiti bakterije, a može uzrokovati i upalne procese kože lica. Uvijek savjetujem: koliko god bili umorni ili u žurbi, ovaj korak nikad nemojte zanemariti!



Prema tipu kože čišćenje možete obaviti sa **Sonya Refreshing Gel Cleanserom**: laganim, gelastim čistačem bez mirisa, razvijenim za mješoviti tip kože. Za suhu, zreliju kožu preporučujem Infinite **Hydrating Cleanser**, koji pored čišćenja kože ima i anti-aging učinak. Pored tekućih sredstava volim još i **Avocado Face & Body Soap**, koji je odličan i za suhu i osjetljivu, ali i za mješoviti tip kože. Proizvodi se od 100% čistog avokado maslaca, ne uzrokuje iritaciju i nježno čisti. Dugotrajan miris citrusa nam daje svježinu.



PILING

Nakon čišćenja trebamo napraviti piling (najviše tri puta tjedno) koji će odstraniti odumrli epitel kože i tako omogućiti bolje disanje kože, bolju cirkulaciju i izmjenu tvari tako pripremajući kožu za bolju apsorpciju hranjivih tvari. Međutim, ne smije se pretjerivati s pilingom, jer se lako postigne suprotni učinak!



I Aloe Scrub i Smoothing Exfoliator sadrže sitne kuglice jojobinog ulja i žele aloe vere, te kožu čine glatkom, a ton i teksturu kože ujednačenom. Oba proizvoda čiste nježno, ne isušuju, već hidratiraju kožu.



TONIRANJE

Danas je pored novih, pH neutralnih proizvoda za čišćenje kože uloga tonika za neutralizaciju pH vrijednosti kože nešto manja, ali se još uvijek isplati uvrstiti i taj korak, jer taj proizvod osvježava i kožu opskrbljuje s vrijednim hranjivim sastojcima. Istovremeno pomažu u odstranjenju nečistoća ili ostataka piling kreme.



Aloe Activator sadrži najmanje 98,9% aloe vere i allantoin, odličan je kondicioner i izvanredan za njegu osjetljive kože oko očiju. Balancing Toner uspostavlja ravnotežu kože (izrazito se preporučuje za mješoviti tip kože), smanjuje pojavu proširenih pora.



HIDRATACIJA

Ovo je završni korak koji prvenstveno znači primjenu kreme za hidrataciju. Tome može prethoditi serum, ili dva do tri puta tjedno i maska. Sonya Refining Gel Mask je moj omiljeni proizvod, jer „radi“ na koži noću dok spavate. Pojavom proljetnog sunca protiv štetnog učinka UV zračenja koristite dnevnu kremu i a Protecting Day Lotion (SPF 20) i Forever Sun Lips (SPF 30): hidratiraju i štite kožu.



UNUTARNJI PLUS

Pored kozmetičkih proizvoda također važnim smatram i odgovarajuću prehranu, bogat unos tekućine, duševnu ravnotežu, odnosno nadoknadu vitamina i primjenu dodataka prehrani. Izdvojila bih Forever Aloe Berry Nectar, Infinite by Forever Collagen-Ceramide, Forever Active HA, Forever A-Beta-CarE i program C9.



Sjajite s Foreverom i izvana!



**U NOVOJ RUBRICI FOREVER MAGAZINA
USPJEŠNI SURADNICI IZ MJESECA U
MJESEC DAVATI ĆE UVID U ZADATKE
PLANIRANJA AKTAULNOG RAZDOBLJA.
OD ONIH NABOLJIH ĆEMO MOĆI
UPOZNATI PRISTUP OSNOVNIM
KORACIMA MREŽNOG MARKETINGA,
JER USPJEH SE MOŽE PLANIRATI.**



MJESEČNI planer

VIVIEN ALMÁSI
Managerica

Prije nego počnemo s planiranjem mjeseca, pozabavimo se malo sa "zašto"!

Smatram nezamislivim, da se na posao bacamo srcem i dušom, bez valjane motivacije. Svaki mjesec raščistite sa sobom: ZAŠTO ste ušli u ovaj posao, ZAŠTO ovo radite?

Ako imate goruću želju, a nemate za nju opciju B kojom bi ste izgradili svoj život iz snova, onda može doći na red postavljanje cilja i planiranje.

Početkom svakog mjeseca zapišem u planer koji su mi kratkoročni (1-3-6 mjeseci), srednjoročni (1-3 godine) i dugoročni (3-5 godina) ciljevi. Ja sam u Forever došla za cijeli život, a ne na dva-tri mjeseca.

Travanj je, završava Eagle program, ali radimo već na postavljanju temelja novog kvalifikacijskog razdoblja. U svibnju kreće i posljednje kvalifikacijsko razdoblje za Poreč. Pazimo na 4cc, bodove iz regije i bočni promet. Radimo na tome, da u Poreču budemo s ogromnim timom!

Nakon što su važniji ciljevi zapisani, mogu odrediti cilj mjeseca, planiranje mjeseca, i rastavljanje na tjedne i dnevne planove.

Kao 100% slobodna networkerica, radim u vremenskim

blokovima. Zapišem svoje dnevne zadatke i podijelim svoj dan na sate. Imam svoje fokusirano radno vrijeme, i uz to konzultacije. Vjerujem u fokusiran rad, tako mogu biti učinkovita.

Nakon što je moj planer ispunjen i krenem u realizaciju, na redu je tim, i konzultacije na početku mjeseca. Gornje korake i oni naprave početkom svakog mjeseca, nakon čega se 1/1, 2/1 konzultacijama dogovaramo oko planova i potrebnih koraka.

Svaki dan radim na širenju svoje mreže, koristim sustav, poletno radim. Širim svoje navike uspjeha, svoje dnevne zadatke odrađujem s pozitivnim stavom i na to isto inspiriram i svoje suradnike.

Mjesečno dva puta održavamo ne-managerski timski sastanak, a uz to usko surađujem s liderima.

Radimo online, ali priredbe ne propuštamo, jer tada se pokrene cijeli tim. Mnogi tada putuju kući iz inozemstva kako bismo se osobno susreli.

Moj cilj je da njih stotinu može reći da živi sretno, uspješno i slobodno zahvaljujući Foreveru.

Na kraju ne zaboravite, planiranje je od presudne važnosti, ali nakon toga se morate obvezati i na realizaciju i ostvarenje!

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.

Ország igazgató: dr. Miliesz 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

Belföldi és nemzetközi kommunikáció: Szecsei Aranka: 136 mellék,

mobil: +36 70 436 4229;

Csábrádi Ottília: 135 mellék, mobil: +36 70 436 4227

Oktatás és Fejlesztési Osztály (FLP TV): dr. Karizs Tamás, mobil: +36 70 436 4271

Pontérték nélküli termékek: Galambos Dóra +36 70 436 4212

Rendezvényszervező: Altrichter Anett, rendezveny@foreverliving.hu,

mobil: +36 70 436 4240

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: 9-16:45

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

2019. január 2-től a nyitvatartás megváltozott budapesti központi számlázásunkon és Telecenterünkön: Budapest: Hétfő-péntek: 9:00-17:00

(Ez a nyitvatartás vonatkozik a hónap utolsó munkanapjaira is!)

Helyi előadások esetén hosszított nyitvatartással várjuk partnereinket.

(a számlázás zárás előtt 15 perccel befejeződik)

Vidéki irodáink nyitvatartása változatlan.

A hónap utolsó szombatja eső napjain (amelyeket már nem követ munkanap

a hónapban) kizárólag a webshopon (www.flpshop.hu) lesznek leadhatók a

megrendelések minden hónap utolsó naptári napján 24.00 óráig.

Ez a változás minden irodánk működését érinti.

Forever Resorts

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

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

Sasfészek Étterem, tel.: +36-1-291-5474, www.sasfeszketterem.hu.

A Forever Resorts magyarországi intézményeinek ügyvezető igazgatója

Lenkey Péter, szálloda igazgató Király Katalin.

Orvos szakértőink: Siklósné dr. Révész Edit, a Forever Magyarországi

Orvos Szakmai Bizottságának elnöke, dr. Hósi Mária: 70/882-3495,

dr. Kertész Ottó: 70/418-7233, Szabóné dr. Szántó Renáta: 70/612-2486,

dr. Samu Terézia: 70/627-5678

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

Utorkom 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: ponedjeljakom 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

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: ponedjeljek in četrtek od 12:00-20:00, torek, sreda in petek od 09:00-17:00

Pisarna Lendava/Lendva: Kolodvorska 14, 9220 Lendava

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

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

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

Direktor: Andrej Kepe

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

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

sedežu podjetja Stegne 15, Ljubljana (razpored izobraževanj 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

Područni direktor: Mr.sc. László Molnár

Naručivanje e-mailom: foreverzagreb@foreverliving.hr

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

Telefonski liječnici: Dr. Draško Tomljanović: +385 91 4196101 – utorak od 14:00

do 17:00, petak od 14:00 do 16:00

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@abcmal.al

KOSOVA

Office Address: Rr. HILMI RAKOVICA Nr 13 Prishtina-KOSOVA

E-mail: lulzimt@foreverliving.hu

Area Manager: Mr Sc Lulzim Tytnxhiu

+383 49 866 865 email: lulzimt@foreverliving.hu

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 Čurovac-Hadžović

Dan uspješnosti

FOREVER HRVATSKE I FOREVERA SLOVENIJE

LAŠKO 06.04.2019.



PO PRVI PUTA OD POSTOJANJA FOREVERA - DAN USPJEŠNOSTI NAPRAVLJEN JE U SURADNJI DVA UREDA - SLOVENSKEG I HRVATSKOG. U PREKRASNOM HOTELU TERMAMA LAŠKO OKUPILI SU SE SURADNICI IZ CIJELE REGIJE KAKO BI ZAJEDNIČKI PROSLAVILI 18, ODNOSNO 20 GODINA RADA FOREVERA U SVOJOJ ZEMLJI.

Izvršni domaćini programa Andrea Brumec, senior managerica i Nenad Pavletić, soaring manager. Sve sudionike dočekao je crveni tepih, a voditelji i predavači i direktori ureda – dobili su svoju zvijezdu – baš kao u Hollywoodu.

Okupljene suradnike najprije su pozdravili direktori ureda Andrej Kepe i mr. László Molnár. Nakon pozdravnog govora ukratko su se osvrnuli na protekle godine koje su nas spojile u ovom fantastičnom danu.

Dr. Sándor Miliesz pozdravio je sve prisutne suradnike i u svojoj prezentaciji objasnio koje su mogućnosti Forevera u regiji. Bitan je odnos prema Foreverovim





poslovnim suradnicima i naša želja za promjenama. Kako naći još više korisnika i kako ih zadržati u Timu glavni su naglasci predavanja.

Naša divna Anna Hevesi – balerina i vlasnica plesne akademije – otplesala nam je ples na temu moderne filmske muzike i sve nas oduševila. Zahvaljujem se Anni na dobrom plesu, osmjehu i izvrsnoj energiji koju je podijelila sa nama.

Slijedilo je fantastično predavanje dr. Mirana Arbeitera, senior managera – velikog poznavatelja naših proizvoda i telefonskog liječnika. Fantastična je mogućnost čuti djelovanje i savjete o našim izvrsnim proizvodima od osobe koja je svoje golemo znanje, ali i iskustvo podijelio sa nama. Zahvaljujemo se doktoru Miranu na odličnom osvrtu na naše proizvode.

Manda Korenić, soaring managerica iz Pule – predstavila nam je liniju za njegu kože Infinite i Sonja kolekciju. Mogli smo čuti





korisne savjete koje možemo primijeniti za svaki tip kože. Naša kolekcija je jedinstvena i hidratizira i pomlađuje našu kožu. Izvrsna kolekcija i za žene, ali i muškarce.

Matej Cvikel, manager iz Slovenije predstavio nam je paket C9 Ispričao je svoju priču o korištenju i preporuci ovog izvrsnog paketa za detoksikaciju i skidanje viška kilograma. Detaljno i poučno predavanje. C9 je zaista hit među našim paketima.

Slijedile su dodjele znački za razinu supervizora i asistent managera, te najuspješnije suradnike 60+, 100+, osvajače GR i CB. Iznimno zadovoljstvo osvajača bilo je dobiti svoje zaslužene značke iz ruku zemaljskog direktora, a uz asistenciju naših regionalnih direktora. Čestitamo osvajačima na ostvarenom uspjehu.

Napraviti managersku poziciju veliki izazov je, ali i veliko veselje. Mnogi taj cilj ne uspiju dostići, jer potrebno je raditi, biti prisutan na prezentacijama, slijediti svoje sponzore. Iako njegovi sponzori ne žive u istom gradu, Sonja i Zlatko Jurović uspjeli su u kratkom vremenu stvoriti u Karlovcu managerski par Mariju i Željka. A kakav je bio taj put ispričao nam je Željko Kaić.



Kvatropirci su slovenski bend koji nas je oduševio svojim nastupom. Otpjevali su slovenske i hrvatske pjesme koje su digle na noge sve prisutne. Plesala i je i pjevala cijela dvorana. Hvala dečkima na izvrsnom nastupu.

Stjepan Beloša, soaring manager iz Zagreba održao je izvrsno motivirajuće predavanje u kojemu je objasnio kako su supruga Snježana i on osvojili Global Rally. Smisao života je svakodnevica. Ništa nije vječno i treba uživati u lijepim stvarima. A rad u Foreveru je uz zanimljiv rad i druženje također i uživanje. To je rad koji vam omogućuje ovakva druženja i vrhunska putovanja i materijalnu sigurnost.

Značke orla za 2 CC – podijeljene su suradnicima koji su u dva uzastopna mjeseca ostvarili promet od dva boda. Pozornica je bila puna novih, mladih lica i njihovih sretnih sponzora. Čestitamo osvajačima i na sljedećem danu ih očekujemo na višim pozicijama.





Miklós Berkics, diamond manager iz Mađarske održao je izvrsno predavanje o Forever poslu i četiri vala suradnika. Dolaze nove generacije koje su sve više okrenute radu putem interneta. Taj novi val je naša budućnost. No svejedno se uvijek vraćamo i osobnom kontaktu, a najvažniji u svemu je naš fantastičan proizvod. Naši dodatci koji su ono što Forever posao čini još boljim. Koristite i preporučujte proizvode – zaključio je u svom predavanju naš Miki.

Na kraju programa – zahvalili smo se svim predavačima, voditeljima i direktorima, a program je nastavljen uz svečanu večeru i fantastičan nastup Saše Lendero, Mihe Hercoga i grupe Night Life.

Želimo Vam puno uspjeha u radu.



KALENDAR DOGAĐANJA 2019

BUDIMPEŠTA

**ALBANIJA
KOSOVO**

SRBIJA

HRVATSKA

SLOVENIJA

BiH

23. siječanj
Dan Uspješnosti
Fusion Centar

23. ožujak
Dan Uspješnosti
Vasas Jégcentrum

30. ožujak
Dan Uspješnosti
Sarajevo

6. travanj
Hrvatska + Slovenija zajednički DU
Laško

18. svibanj
Dan Uspješnosti
19. svibanj Dan Zdravlja

25. svibanj
Dan Uspješnosti
Tirana

15. lipanj
Dan Uspješnosti
Beograd

20. srpanj
Dan Uspješnosti
Dvorana Túske

27-29. rujan Diamond Holiday Rally Poreč & Regionalni Dan Uspješnosti

23. studeni
Dan Uspješnosti
Beograd

2. studeni
Dan Uspješnosti
Bijeljina

14. prosinac
Božićni Party
Dvorana Túske

GLOBALNA DOGAĐANJA:
5-12. SVIBANJ 2019.
STOCKHOLM GLOBAL RALLY



WHERE EAGLES SOAR

DALLAS PATTAYA



EMR19

IME I KODNI BROJ VAŠEG SPONZORA:



FOREVER