

MAGYARORSZÁG BOSNA I HERCEGOVINA CRNA GORA HRVATSKA SHQIPËRIA SLOVENIJA SRBIJA

# FOREVER



Maj 2020 XXIV Izdanje 05







# Pobeda iznad poraza — strpljenjem i zahvalnošću



**Kada prolazimo kroz teške periode, postajemo prilagodljiviji. Ipak, vođen ličnim iskustvom, mogu da kažem da je teško usred oluje prepoznati koliko smo uspeli da se prilagodimo situaciji.**

Zastanite na trenutak i razmislite kakve reakcije su izazvala protekla iskustva, koja se vas naterala da se prilagodite, usvojite nove navike i posle svega ostanete pozitivni.

Sada se srećemo sa takvim izazovom, kakav nismo imali do sad. Forever porodica se i dalje bori zajedničkim snagama, tako da iako ne možemo da budemo zajedno fizički, ja verujem da će nas ovaj događaj još više ojačati. Imamo sve više onlajn obuka, pronašli smo nove načine da se povežemo i imali smo i mogućnost da sa vama podelimo naše uzbuđenje i strast sa prenosom FGR20 uživo.

Iako ovo može da potraje još neko vreme i svet stane ponovo na svoje noge, ja znam da ćemo mi i naš Forever biznis iz ovoga izaći jači nego ikada. I u ovo vreme koje sada provodimo kod kuće, možemo malo bolje da se analiziramo i da vidimo da li nam se otvaraju neke nove mogućnosti i šta je ono što je zaista važno sada. Kada

se budete prisećali ovog perioda, znam da ćete biti svesni da vam se nije razvila samo sposobnost prilagođavanja, nego ste počeli da zaista cenite ljude oko sebe, kao i iskustva koja ste proživeli i koja će vas na kraju učiniti kompletnom osobom.

Do pre par meseci vašu svakodnevnu rutinu činile su sitne stvari poput zagrljaja bliske osobe, zajedničke večere sa prijateljima i sunčanog dana provedenog sa porodicom u parku. Mislim da smo svi ove naizgled male stvari, uzimali zdravo za gotovo.

Znam da će proći puno vremena pre nego što budemo mogli ponovo da praktikuemo ove stvari. Prijateljski zagrljaj, dodir druge osobe ili vreme provedeno sa prijateljima napolju na sunčanom danu... Sve su to iskustva koja će biti još lepša i bolja, kada ponovo budemo mogli da ih proživimo. Ništa nije važnije od onih stvari koje nas čine ljudima i od dobrote koju delimo jedni sa drugima.

Želim da vas zamolim da razmislite o tome šta možete da naučite o sebi i poslu u ovom periodu. Razmislite o tome kako trenutno kontaktirate vama drage osobe i poslovne saradnike, s obzirom da niste imali mogućnost da napuštate stan. Razmislite o sitnim stvarima na kojima ste zahvalni svaki dan i koje nikad više nećete uzimati zdravo za gotovo. Pustite da vas naučene lekcije i prisvojene sposobnosti vode do novih uspeha u vašim poslovima.

Sposobnost da posmatramo svet iz potpuno nove perspektive je stvar koja je protekla iz teškog i nesigurnog perioda. Neka vaša zahvalnost bude katapult za postizanje novih uspeha!

**S ljubavlju,**

**Rex Maughan**

Predsednik Upravnog odbora,  
Forever Living Products





# Prva četiri meseca 2020.

Radeći od kuće, još je užurbaniji život u Foreveru. Nikada nisam ni pomislio da neko ko putuje svetom više hiljada kilometara, može da ispuni vreme onlajn komunikacijom. Šta više, postoje i prednosti u toj promeni, na primer puno više mogu da se konsultujem sa Aidann, Peterom Bootsom, Dejanom. Dobijamo puno korisnih informacija o razvoju i zadacima koji su pred nama, kao i o svemu što se dešava u Home Office-u. Malo treba da se naviknemo i na to da se ovde i u devet uveče punom parom dešava život, drugačija je organizacija vremena, drugačiji je i tajming onlajn marketinga.

Znate da uzimanjem u obzir Foreverove, regionalne statistike, pomažem na onim poljima gde je potrebno dati malo više energije. Trenutni porast broja novih kupaca na mesečnom nivou je dobar, u konstantnom smo proširenju, ali

## **PREMA MOJIM INFORMACIJAMA, STABILNO ODRŽAVAMO PETO MESTO U FOREVER SVETU, ŠTO JE JEDNO MANJE ČUDO.**

smatram da mi ovde imamo mnogo neiskorišćenih mogućnosti. Kao što bi rekao Robert Varga: Širi se! Naše držanje, lojalnost naših kupaca proizvodima, privrženost naših graditelja mreža FBO je na svetskom nivou. Možda su čak i prvi u svetu. Zato je i bilo očekivano da će prva četiri meseca u 2020. u porastu prometa premašiti 20 odsto. Prema mojim informacijama, stabilno stojimo na petom mestu u Forever svetu, što je već jedno manje čudo. Vi ste čudo dragi FBO-vi, jer su vaša organizacija, webinar, lični i onlajn sastanci, redovni nedeljni sastanci za građenje tima, zaslužni za to što se povećao broj naših kupaca u prva četiri meseca. Moram da

kažem: Vi ste "kraljevi" i ovo je dobra žurka, a biće još bolja, jer za par dana, 23. maja možemo da slavimo 23. rođendan.

Hvala Bogu, imamo šta da slavimo, jer peto mesto, čarobni čekovi, mnogo kvalifikacija, sve će to biti deo ovog čarobnog Dana uspeha koji ja sa uzbuđenjem i nestrpljem čekam. Budite pre 10 sati ispred ekrana i uživajte u prvom onlajn rođendanu Forever Mađarske. Zahvaljujem Raxu i Greggu na ovoj izvanrednoj mogućnosti i naravno svim FBO, kupcima, koji već 23 godine istrajno grade i razvijaju naše zajedničko preduzetništvo.

**Napred Forever!**

**Dr. Šandor Miles**  
državni i regionalni direktor



# FOREVER GLOBAL RALLY *live!*

FOREVER  
PRVI ONLINE  
*svetski  
sastanak*

#FGR20  
14.04.2020.



## **AIDAN O'HARE** izvršni potpredsednik

Čao Forever svete! Dobrodošli na Forever Global Rally proslavu, na live program iz Sidneja, Australije. Ne, naravno da nismo tamo. Ali smo silno želeli da budemo sa vama u Sidneju... Slavimo uspehe Forever sveta i to ćemo uraditi na neverovatan način.

Mogu da kažem i na sasvim drugačiji način od svih do sada. Zahvaljujući čudu od tehnologije sakupili smo se širom sveta. Ne znam tačno koliko nas je bilo, da li je na stotine ili hiljade ili milion ljudi selo i pogledalo ovaj snimak sa slavlja. Vaši uspesi, vaš naporan rad i vaša želja za radom koja je drugima bila nezamisliva, to slavimo. Obožavamo vas ekipo i jedva čekamo da sa vama to proslavimo!

Priznajemo da u ovom trenutku stvari u svetu nisu savršene. Zato sam sa Reksom i Gregom odlučio da ćemo ipak održati ovaj sastanak, ali ne zato što nismo svesni šta se trenutno dešava oko nas. Naravno da znamo. I srce nam se cepa zbog svih vas koji sada patite zbog posledica ovog virusa, zbog promena u ovom svetu koje mogu promeniti način građenja vašeg posla u budućnosti. Ali šta mi možemo da uradimo?

Smatram da Forever treba da se ujedini kao jedna velika porodica, globalna porodica i da sedne na dva sata i proslavi rezultate vašeg napornog rada.



**Više od deset hiljada Forever poslovnih saradnika gledalo je u monitore, jer je tugu zbog otkazanog svetskog sastanka u Sidneju zamenila radost. Forever je sposoban da i u virtuelnom svetu spoji ljude. Da slavi, da da nadu i pokaže nove mogućnosti. Mogli smo da budemo svedoci istorijskog događaja, a sada ćete i vi moći da ponovo proživite najvažnije trenutke tog sastanka.**



### **NICK WOODWARD-SHAW potpredsednik za komunikacije**

Budite u Sidneju aprila 2021. godine! To možete da postignete na više načina. Na tradicionalan način, tako što ćete ostvariti 1500 cc ili Chairman's Bonus. Ponovo pokrećemo podsticajni program Soar to Sydney, dakle, bilo ko ko postigne 500 cc treba da stupi u kontakt sa državnom kancelarijom FLP-a za više informacija! Naravno, vi možete da putujete sa nama i ako se niste kvalifikovali ni na jedan gore navedeni način. Ali ja vas ohrabrujem da se kvalifikujete i pustite da vam firma plati put, da bi doživeli nešto što niste do sada! Jako smo uzbuđeni što ćemo se dogodine vratiti u Australiju!



### **AKWASI FRIMPONG olimpikon, globalni ambasador za Forever**

Dolazim iz Gane i rodio sam se u jako siromašnim uslovima. Moja porodica je izbegla u Holandiju, da bi deca imala veće šanse da postanu uspešna. Isprobao sam bezbroj sportova. Na zimu 2018. oprobao sam se na olimpijadi u skel-tonu, a 2022. mi je cilj da pobedim na olimpijadi u Pekingu. To je moj sledeći san. Naravno, to je san još bar milijardi ljudi, jer u Africi živi 1,2 milijarda ljudi i nikada nisu pobedili na zimskoj olimpijadi. Nadam se da ću ovim snom inspirisati jedan ceo kontinent, da ću inspirisati ljude koji se nalaze u lošoj situaciji, kao ja nekad i da ću inspirisati i vas. Nadam se da oni koji imaju velike snove smeju da izađu iz svoje zone komfora. Kao i oni koji ceo život slušaju kako njihovi snovi nisu ostvarljivi. Želim da vam dokažem da je u životu zaista sve moguće postići, ako naporno radite za to.





## GREGG MAUGHAN **predsednik**

Želim da znate da ne morate uvek da živite sa strahovima koje imate sada. Jako smo smireni i želimo i sa vama da podelimo informaciju da je situacija u Foreveru stabilna. Razlog za to je prvenstveno što imamo proizvode kakve imamo, širom sveta.

Svi znate da su to najkvalitetniji proizvodi sa sastojcima koji čuvaju vaše zdravlje i vaše raspoloženje, sa posebnim akcentom na imuni sistem. To su fantastični proizvodi. Razmislite o tome kome možete preporučiti naše proizvode! Ne samo zbog posla, već zato što je sada jako važno da pomažemo drugima. Znači, kada imamo u sebi iskrenu nameru - pošto i mi konzumiramo proizvode - lakše je podeliti tu nameru. Mi ne pravimo kompromise sa kvalitetom, čak ne dižemo ni cene. Vidim mnogo proizvoda za kojim je velika trenutna potražnja. I sa našim proizvodima je ista stvar.

Reksov najveći san je da mi sami kontrolišemo svoje lance distribucije i sada se posebno vidi koliko je to važno. Jako je važno da budemo samostalni. Razmišljajte samo o sadnicama aloje i na to kako mi vršimo distribuciju istih! I naravno, sve industrije i magacini su u Forever rukama. To je jako važno tokom ovakve krize. Reks je to odavno zamislio i želeo je da sami vodimo svoju sudbinu.

Forever poslovna mogućnost je nepromenljiva. Razmislite samo o poslovnim modelima! Vi ste u ovom preduzeću radili od kuće i onda kada kriza nije bila ni na vidiku, tj. vi ste stekli rutinu u ovome. Mnogo ljudi tek sada treba da se navikava na to, ali vi ste na to navikli i već ste napredni na tom putu. Možete da napredujete u preduzeću tako što ćete komunicirati sa ljudima preko telefona ili nekih drugih uređaja. Zahvalni smo što živimo u ovom vremenu.

Jako smo zahvalni što su nam dostupna ova sredstva. Znači, mi dajemo ljudima mogućnost da grade svoj posao. I trenutno ima puno ljudi kojima je potreban prihod, tako da je ovo odlična mogućnost za to da njima pokažemo Forever put: mogu da rade od kuće i da i dalje imaju prihod.

Želimo da se zahvalimo svim zaposlenima širom Forevera. Sa nama rade čudesni ljudi. Oni su privrženi, posvećeni, spremni na rizik, iskreni, spremni da vas podrže i pomognu u vašem Forever poslu za vreme krize. Ne zaboravite da ih potapšete po ramenu bilo da je to u formi imejla u kome ćete im se zahvaliti ili poslati poruku, jer je njima zaista važno vaše preduzeće i pomažu vam da napredujete. Njihov cilj je da vaše narudžbine stižu na vreme, da se proizvodi zapakuju, da se bonusi i dalje isplaćuju. Samo zadržite taj osmeh na licu i razmislite o tome kako će doći još lepše vreme!

Mi smo trenutno u situaciji koja zrači dobrom energijom. To je ono o čemu govori Forever. Isto kao i supermarketima, zdravstvenim ustanovama i snabdevačima WC-papira i za nas je ovo velika prilika. Najnoviji podaci govore da potrošnja proizvoda raste, potražnja raste i u ovom periodu ljudi zaista hoće da koriste naše proizvode. Dakle, nama je ovo već navika, jer mi ovaj posao već radimo, zar ne? Koristimo proizvode, prodajemo ih dalje i širimo poslovnu mogućnost. Dakle koncentrišite se na ono na šta možete da utičete! Uverite se da ljudi dobijaju pozitivnu energiju koja im je sada potrebna.

Uradite ono što treba!

Pratite principe, ali i delite svojoj porodici, prijateljima i svima sa kojima ste u kontaktu dobro koje se krije u Foreveru!





# TOP 10

1. JAPAN
2. INDIA
3. FRANCE  
ALGERIA, FRENCH  
GUAYANA, GUADALOUPE,  
MADAGASCAR, MARTINIQUE,  
MAURITIUS, MOROCCO,  
RÉUNION, TUNISIA
4. GERMANY, AUSTRIA  
& SWITZERLAND
5. HUNGARY  
ALBANIA, BOSNIA &  
HERZEGOVINA, CROATIA,  
KOSOVO, MONTENEGRO,  
SERBIA, SLOVENIA
6. UK, IRELAND,  
ICELAND
7. ITALY & MALTA
8. MALAYSIA,  
SINGAPORE, BRUNEI
9. MIDDLE EAST  
BAHRAIN, JORDAN, KUWAIT,  
LEBANON, OMAN, QATAR,  
SAUDI ARABIA, UAE
10. SCANDINAVIA  
SWEDEN, DENMARK,  
FINLAND, NORWAY

**FOREVER  
GLOBAL  
RALLY** *live!*  
#FGR20



## MAĐARSKA PONOVO MEĐU TOP10!

2019. godine smo bili peti u svetu po prometu! Dr Šandor Miles se u live prenosu zahvalio vođstvu firme, poslovnim saradnicima i GLT članovima: Jožefu Sabou, Atili i Katiki Gidofalvi, kao i Miklošu Berkiču na ovim fantastičnim rezultatima.



## SUMIRANJE CHAIRMAN'S BONUS ČEKOVA U 2020.:

- podelili smo 501. ček
- ukupna vrednost čekova: 17.401.145 USD



## TOP10 VLASNIKA CHAIRMAN'S BONUS ČEKOVA U 2020.:

1. Rolf & Dominique Kipp – Nemačka
2. Jayne Leach & John Curtis – UK
3. Adelino Bolzonello & Anna Mastrodonardo – Italija
4. Juraidah & Ahmad – Malezija
5. Nqobile & Percy Mseleku – Južnoafrička Republika
6. Joelle Bonnefoy Poli & Andre Poli – Francuska
7. Philipp Ritter – Švajcarska
8. Asha Juma & Mustafa Mohamed – Ujedinjeni Arapski Emirati
9. Mikloš Berkič – Mađarska
10. Kim Madsen – Ujedinjeni Arapski Emirati

U sledećem broju časopisa nastavljamo izveštavanje o događajima sa FGR20. Pokazaćemo vam i dobitnike Chairman's bonus čekova mađarske regije, kao i nove Forever proizvode! Budite sa nama i u junu!





GLOBAL  
LEADERSHIP  
TEAM

# GLT KLUB

*Mikloš Berkič*  
*dijamant menadžer*  
*Eagle menadžer*



**Sedam godina si bio član GLT-a, zatim nakon nekoliko godina pauze vratio si se u ovu Forever stručnu elitu. Molim te pričaj nam o tom putu.**

Prvi put sam na ovom sastanku bio 2007. godine na Mormon Lake Lodgu, u Foreverovom zapadnom odmaralištu. Posle toga, poslednja godina mog odlaska je bila 2014. (u međuvremenu su ovu grupu nazvali GLT). Na početku sam osećao kao da sam dobio stalno društvo... Svake godine su bodovi polako dolazili i

ako ne računamo precizno to je bilo oko 8-9 hiljada. Samo što je kriza pre deset godina i kod nas došla i 2014. sam ispaio iz društva. Nisam puno zaostajao, nedostajalo mi je 2-3 hiljade bodova. Rekao sam sebi: nema veze, iduće godine! Samo što kad čovek misli da je nešto lako, to je u stvarnosti mnogo teže. Do 2018. godine nisam uspeo da ostvarim taj cilj. Naravno, nezavisno od toga, ja sam i dalje radio i pokazivao se sa Chairman's Bonusom. Stalno sam bio u top 10, da mi ne zaborave ime.

#### **Šta ti smatraš najvećom pozitivom ovog društva?**

Veliki uspeh je ući ovde. Ovde čovek svojim idejama, savetima i posetama liderima donosi odluke o firmi. Međutim, ova grupa ima i drugi sastojak: prestiž. GLT tim dobija posebnu pažnju za razliku od drugih. Mi dobijamo više informacija i imamo više uvida u međunarodni posao. Ovo je najuži krug poverenja. Ja osim ovog imam i još jednu motivaciju: Aidan O'Hare mi je uvek govorio kako „čuva mesto za mene”.

#### **I onda je prošle godine došla promena...**

Da, 2019. na jesen sam već dobio Chairman's Bonus ček, i tako mi se duhovni kapacitet oslobodio. Pogledao sam GLT plan i shvatio da još imam mogućnost, iako sam znao da to neće doći samo od sebe... Ako kažemo ljudima koliko treba da se radi za koji tim, onda ima nade da osvojite 7500 bodova. Imali smo konsultacije, oflajn sastanke, jer je i moj lider imao potrebu da se ja vratim u tim. Verovali su da ja to pripadam i to mi je dalo još više snage. Moji poslovni saradnici su igrali ovu timsku igru, tako da samo završili sa prometom od 7538 bodova. Naravno i decembar je bio uzbudljiv, dok konačno nisam saznao rezultate.

#### **Mora da ti je to jako prijalo.**

Od 2007. godine sam video mnoge ljude kako ulaze i izlaze iz ovog tima (koliko je teško ući, toliko je lako izaći), ali jedna stvar je sigurna: niko se nije vratio u



**GLOBAL LEADERSHIP TEAM: FOREVER LIVING PRODUCTS LIDERSKI TIM POSLOVNIH SARADNIKA. GRUPA OD DVADESET JEDNOG ČLANA, ČIJA TRI ČLANA OVE GODINE SU ČLANOVI MAĐARSKE REGIJE. OVDE SPADAJU NAJBOLJI MEĐU NAJBOLJIMA KOJIMA GODIŠNJI ZBIR BODOVA PRELAZI 7500 CC. OVOGA PUTA SA VAMA DELIMO MISLI MENADŽERA KOJI SU DOSTIGLI KVALIFIKACIJU DIJAMANTA NAJBRŽE U ISTORIJI FOREVER LIVING PRODUCTS SVETA.**

# IZVRSNIH

ovaj tim osim Jožefa Saboa, Atile i Katike Gidofalvi i mene. Joži je taj koji je pokazao put i to nam je dalo snagu. Sada u celom svetu postoje dvadeset tri porodice ovde, od milion njih koliko bi moglo da ih bude.

**Ova mala regija sa svojim malim tržištem u velikoj meri reprezentuje sebe u GLT-timu, dok se gledajući promet nalazi na petom mestu u svetu... To su dve činjenice koje ne možete razdvojiti.**

Mađarska je bogata mnogim stvarima, tako da smo takođe svetska sila što se tiče network marketinga. Pet godina smo bili prvi na kontinentu, globalno smo bili treći. Mađari su vredni ljudi, i ako vide da nešto vredi i dobiju odgovarajući cilj, onda su sposobni da naporno rade. Mislim da će u ovoj državi biti još dosta GLT članova.

**Kakve odgovornosti ima jedan član tima prema svojim kolegama tj. vođstvu?**

Velika je odgovornost, jer tvom tim radi za to da ih predstavljaš, ali usput žele da budeš odgovoran i prema vođstvu firme, jer očekuju od tebe da i sledeće godine budeš u svom timu da i dalje prenošiš informacije ljudima. U međuvremenu ti naravno imaš uticaj na strategiju, razvoj proizvoda i marketinški plan. Ovde nije stvar u tome da mi samo klimamo glavom, ovde iskreno možemo da kažemo naše "za" i naše "protiv", jer je cilj da proizvodi odgovaraju mreži i da je marketinški plan svakodnevno u skladu sa tržištem. Naši lideri gledaju na nas kao na jednake partnere sa kojima sarađuju. Imaju redovnu komunikaciju sa nama preko webkonferencije i na onlajn sastancima.

**Da li ovaj tim dobija više pažnje sada kada je Mađarska imala izvanredan rezultat sa ovim dinamičnijim i kontinuiranim porastom?**  
Firma vrednuje svačiji posao, čak i onih kojima



trenutno ne raste promet. Suština je u visini rekorda: imamo iznad 28 hiljada bodova. Sada je na redu četvrti talas, što sam već napomenuo, u Poreču, sa najboljim Country menadžerom, dr Šandorom Miles i ponovo smo na vrhu.

Zbog toga smo zaista i dospeli pod svetlo reflektora, a vođstvo firme i drugim državama pokazuje naš primer.

I to se ne vidi samo u pohvalama, već i na primer u tome kako nam poklanjaju proizvode.

**I šta ti lično planiraš u budućnosti?**

Odlučio sam da ostanem. Ako već imam ovde mesto, ne želim da razočaram svoj tim koji mi je pomogao da dođem do ovde, kao ni Aiden. Ne želim da kad on u budućnosti pogleda ovaj tim, vidi da ja nisam u njemu...



# Women Power

KARIJERA ŽENE U FOREVERU

**KARIJERA ILI PORODICA? OVO JE ČESTO PITANJE U ŽENSKIM ČASOPISIMA. FOREVER DAJE ODGOVOR I TO NE BILO KAKAV: I KARIJERA I PORODICA. USPEŠNI POSLOVNI SARADNICI NAM GOVORE KAKO SU ONI DOŠLI DO OVDE I ČEMU MOGU DA ZAHVALE NA TOM PUTU**

*dr. Maria Botoš*



♥ menadžer  
lekar opšte prakse  
majka jedne devojke

Moj sponzor u ovom poslu je Julija Torkom. Bila je 1999. godina. Ništa nisam znala o proizvodima, a ni o mogućnosti, a nisam to mnogo ni želela. Prihvatila sam aloe gel. Vreme je prolazilo, Juli me je nagovarala da preporučujem drugima proizvode. U mojoj glavi su se vrzmali klasični izvori: Ja? Kao lekar? Zar to nije skupo? Šta ako ipak ne funkcioniše?... Danas već znam. Aloe "ne funkcioniše", samo mi je data jedna prilika sa 240 hranljivih sastojaka da bih ja funkcionisala. I kada sam primetila da ne vičem na sestricu zbog stvari, zbog kojih bi inače vikala, otišla sam na prvu prezentaciju proizvoda i tu sam i ostala. Trudila sam se da prikupim sve informacije i iako nisam verovala da ću uspeti, polako sam počela da preporučujem proizvode. Ja sam 48 godina lekar, od toga 44 godine kućni lekar. Volim svoj posao i tokom tog posla, uvek mi je bilo najvažnije da se brinem o bolesnima. Počela sam da verujem u čuda, kada su mi se vratile reakcije i krenula pitanja: kažite mi molim vas da li će ovo biti dobro za moje prijatelje, decu, muža, majku...? Kad su krenula ta pitanja, već sam znala mnogo više o proizvodima i rado sam preporučivala svakome ponaosob ono što mu je bilo potrebno. Poznato je da je danas ishrana ljudi daleko od preporučene i zdrave. A čak i kad bismo jeli zdraviju hranu, ne bismo mogli da unesemo dovoljnu količinu i kvalitet hrane koji je potreban našem organizmu, kao ni potrebne važne sastojke. Mladi ljudi su još osetljiviji, tako da nije ni pitanje da li su potrebni dodaci ishrani. Kvalitet. Dakle jedem, pijem, mažem, prskam i preporučujem. Tako sam dobila veliki potrošački krug i menadžere među kolegama, kao i još neke kolege koji takođe koriste i preporučuju. To mi omogućuje da živim dobro kao penzioner i aktivni kućni lekar. Da još uvek mogu da dam. I da ovu mogućnost jednom predam i svojoj ćerki. Moj moto je: ja brinem za sebe i zato ću rado pomoći. Zahvalna sam za Forever mogućnost!



## Zita Novozanske Almaiši



♥ menadžer  
majka troje dece: Dani 7, Lilien 4,  
Mate 1.

Nakon ekonomskog fakulteta rodio mi se sin, tako da sam jako brzo postala porodična žena: majka i supruga. Nakon tri godine imala sam dvoje male dece, i razmišljala šta ću da radim kad mi istekne dečiji dodatak. Ljudi oko mene su radili dan i noć da bi sebe prehranili i zato sam znala da ja želim da živim drugačije. Ja želim da vaspitavam svoju decu, da provedem kvalitetno vreme sa njima, da putujemo zajedno i da ne moraju da mi nedostaju. Zbog jednog zdravstvenog izazova sreća sam se sa Foreverom, zatim sam počela da se zanimam i za poslovnu stranu. Sa svojim mentorom Erikom Kovač pronašla sam zajednički jezik i ona me je naučila kako da budem uspešna u onlajn poslu, i kako da gradim svoju budućnost od kuće, na čemu sam joj jako zahvalna. Od tada, kao bliski prijatelji, zajedno vodimo tim. Od priključenja je prošlo tri godine ali se naš život promenio iz korena. Zahvaljujući porečkom podsticajnom programu prvi put sam videla more – to nam je bio medeni mesec. U ovom poslu češ biti uspešan samo ako razumeš da si dovoljno dobar i da je ovo što radiš dobro. Ali koliko god da si dobar, važno je da imaš tim oko sebe. Zato su članovi mog tima slični: naročite majke sa kojim sam za kratko vreme ostvarila jako dobar odnos i znam da možemo da računamo jedna na drugu. Neko možda misli da je pored male dece teško graditi biznis, ali oni su meni uvek motivacija. Želeli smo i treće dete, ali smo odlučili da ćemo sačekati prvo menadžerski nivo da to ne bi uticalo na naše materijalno stanje. Kada mi je 2018. test bio pozitivan bila sam iznenađena. Ali beba je unapred znala da ću ja u julu postati menadžer. Forever je u jednom cugu ubio osećaj dvoumljenja i strahove u nama. Moj cilj je da pomognem svojim kolegama da ostvare svoje ciljeve i znam da će se tako ostvariti i moji ciljevi. A to su: nivo Eagle menadžera i Forever2Drive program. Danas kao menadžer mogu svima da kažem: Priključi nam se i budi slobodan!

Ja sam mešavina hrabrosti, radoznalosti, želje za avanturom i učenjem sa velikom dozom želje za slobodom. Prema Foreveru su me i odvele ove osobine. Nakon 4. godine učiteljske karijere koja je obećavala slobodu, ostavila sam taj posao i kad su mi se rodila deca, postala sam preduzetnik. Bila sam hrabra. Zatim je došla 2005. "gusta" godina sa razvodom i građenjem. Tada sam naišla na Forever, tj. na mog sponzora: prijavila sam se na oglas Tamaša Budajja. Želela sam da učim. On mi je rekao da je to ovde moguće, ali ja nisam verovala. Koristila sam samo proizvode, zatim sam se posle tri godine vratila. Do tada sam naučila da šest stvari vodi ko dugotrajnom uspehu: čist vid, energija, potreba, produktivnost, uticaj i hrabrost. Shvatila sam da sam ove stvari već praktikovala u životu: i ovde se se sve složilo. Iako sam u svojoj sportskoj istoriji bila timski igrač, ovde sam shvatila da ništa nije jako kao tim čiji članovi znaju da funkcionišu i sarađuju, imaju zajedničku viziju i cilj, dok svoje ciljeve drže u fokusu. Tako se razvijaju i tim i pojedinci. Tako smo ostvarili veliki rezultat i nastavice. Sada krojimo nove ciljeve: moramo da promenimo način razmišljanja, sve generacije! Kod nas imamo i puno X generacija i babyboomer-e, koji još imaju dosta energije u sebi i osećaju da nakon završenih životnih zadataka žele nove izazove, kao i da otkriju i druge segmente samospoznaje. Sa prijateljima smo tražili žene koje su osećale snagu, hrabrost da krenu u avanturu XXI veka tj. "kitchentablebusiness". Pored odluke da budem u Foreveru i da mu budem privržena, moja osnovna pravila su da volim proizvode, viziju i poruku firme. Kad su mi deca porasla, napustila sam glavni grad i otišla na najčudesnije mesto, na periferiju Balatona da živim život iz snova. Uspela sam da doživim slobodu o kojoj sam maštala dok sam kao dete čitala Jokajevu knjigu "Zlatni čovek": Nemam granice, ograde i moja duša slobodno leti dok lutam planinom.

## Anamarija Sič



♥ menadžer  
učiteljica  
majka dve odrasle ćerke



**U periodu punom izazova, čovek lako može da se oseća preopterećenim ili može da izgubi volju zahvaljujući negativnostima koje ga okružuju. U ovim borbenim periodima, često se dešava da nas okružuje više pozitivnih poruka i ljudi koji pomažu, nego što to mislimo.**

Ovi ljudi nam pomažu da pobedimo poteškoće, ne pomažu zbog pohvale ili priznanja, već zbog toga što im je strast da pomažu drugima.

U proteklim mesecima svi smo osetili razliku, šta nam znače u našem životu ti ljudi kojima je prvobitan cilj da potpomažu jedni druge. Mnogi od nas ostaju kod kuće i rade od kuće, da bi potpomogli u zaustavljanju ove pandemije, koja je mogla da ima uticaj na sva preduzetništva u svetu. Iza krila su uvek stajali i stajaće hrabri ljudi, koji su sposobni da puže ruku pomoći. Postoje lekari i sestre koji neće samo u kritičnim situacijama pomoći pri snabdevanju, nego će i nadalje brinuti o svakodnevnim potrebama svojih pacijenata. Postoje radnici u magacinima i šoferi kamiona, koji pomažu pri održavanju globalnog lanca. Drugi opet rade za to da uvek u radnjama na policama, bude namirnica. Ovi radnici su karike u održavanju zajednice.

Oni koji se i u lošem i dobrom periodu brinu o tome, da pomažu drugima, oni rade izvanredan posao i to često zahteva napor i fanfare. Ovo se odnosi na našu mnogobrojnu Forever porodicu, i ljude koji su deo proizvodnje, pakovanja i dostave proizvoda širom sveta, time podržavajući vaš Forever biznis, kao i vaše porodice i zdravlje i blagostanje članova vašeg tima.

Baš zato znam koliko Forever znači svim radnicima u Foreveru i industriji, kada dobijaju i čitaju vaša pisma i podršku iz proteklih nekoliko meseci.

Nastavite da zahvaljujete onima koji pomažu u funkcionisanju Forevera i u neizvesnim vremenima. Počevši od administracije, prehrambenih radnji, preko dostavljača paketa, nemojte da izostavite ni jednu priliku da zahvalite onima koji nas podržavaju, a na taj način i one ljude koji preuzimaju veliki rizik.

Moguće je da ste i Vi među tim ljudima koji pružaju pomoć, ako je to stvarno tako, onda prihvatite moju iskrenu zahvalnost. Ako ipak niste, onda bih vas podstakao na to da razmišljate o tim mogućnostima sa kojim nečiji život možete da promenite pa makar to bilo samo za malo. Razmišljajte o jednostavnim stvarima kao što je kupovina za svog starijeg komšiju, ili da pozovete nekog prijatelja kojeg već dugo niste čuli ili da saznate kako možete da mu pomognete.

Uvek imajte na umu da uzmete svoj deo dobročinstva, tako što ćete se fokusirati na manje stvari kojima možete da pomognete drugima. Bilo da je to fizičko pružanje pomoći ili da jednostavno podelite jednu poruku pozitivnog sadržaja sa nekim, možda ste baš vi ti, čija će ruka pomoći i oraspoločiti druge.

**I dalje se smejte!**

*Gregg Maughan*

**Gregg Maughan**  
Predsednik, Forever Living Products



# POKRENI SE!

## OTKLANJANJE STRESA JOGOM

Sport je odmalena bio deo mog života. U osnovnoj školi sam igrala rukomet, a u srednjoj školi sam se trudila da smanjim "hiperaktivnost", pa sam se okrenula ka jogi i pilatesu i kod kuće radila vežbe sa raznih video kaseti i DVD-jeva. Sa dvadeset godina sam imala cilj da se smirim pomoću fizičke aktivnosti i da ublažim dnevni stres, tako da sam izabrala jogu. Iako je nekad i meni teško da se nateram na vežbanje, posle toga se uvek osećam sveže i jako sam srećna. Naravno, umorim se, ali taj umor mi prija, nakon čega iznova i iznova dobijam želju da vežbam. Tokom godina, u meni se stvorila prava zavisnost. Iskusila sam i pozitivna dejstva na moje zdravlje. Više od dvadeset godina sam radila kao kozmetičarka i osećala sam da dugo sedenje šteti mojoj kičmi i baš zbog toga mi je postalo važno da se jačam i teglim, a yoga je bila pravi izbor za to. Onome ko sada kreće sa jogom, preporučujem da krene sa trenerom, jer je u početku važno da vam trener kontroliše pokrete. To možete i sada da rešite, jer ima bezbroj onlajn časova joge. Za to nam je potrebna strunjača za jogu i udobna odeća. Smatram da je yoga sada jako aktuelna: gledajući vesti, možemo da nakupimo puno stresa zbog stvari na koje ne možemo da utičemo i onda postajemo napeti. Yoga nam pomaže da smanjimo tu napetost.

### MAJSKI PRO-GRAM KRETANJA PREPORUČUJE:

**Timea Hegediš (44)**  
**menadžer**



*Timikin*  
**SAVET**



### ALOE BIO-CELLULOSE MASK

Nakon pola sata joge, da bismo se još više opustili koristimo masku za lice! Dok ova maska ispolji svoje dejstvo, možemo da meditiramo.





## 1. LAGANI SED

Pored istezanja ligamenata zglobova, takođe jača i mišiće leđa. Ublažava ukočenost gležnjeva i kolena. Za razliku od sedenja u stolici, ovaj sed održava cirkulaciju i pritisak u ravnoteži, jer krv ne ide u donje ekstremitete i na taj način sprečavamo bolesti vena na nogama.

**Praktikovanje:** Smesti se u turski sed! Savij noge, desno stopalo stavi ispod leve butine, a levo stopalo ispod desnog kolena na tlo. Možeš i obrnuto da saviješ noge, ako ti je tako udobnije. Naravno, ovde je važno da ti kičma bude ispravljena. Ako ne možeš da sediš ispravljenih leđa, onda sedi na jedno jastuče i to će ti pomoći da opustiš kukove. Dlanove okreni na dole ili podlaktice nasloni na kolena, to će ti pomoći u istezanju ramena i grudnog koša. Ramena opusti, a vrat izduži! Opusti mišiće lica i brade i nek ti celo telo bude opuštano. Ovo je asana i ona će postići svoj cilj, ako se udobno namestiš.

## 2. POZA PSA KOJI GLEDA NA DOLE

Ovo je jedna od najpoznatijih i najomiljenijih poza u jogi. U ovoj vežbi se istežu skoro svi mišići u telu.

**Ima velike zdravstvene prednosti:** pokreće sve mišiće, isteže noge, core mišiće, formira noge i ruke, jača skelet i mišiće, popravljja cirkulaciju, oslobađa od stresa, popravljja disanje.



## 3. POZA PODIGNUTI LUK

Tokom udisanja obavi istezanje suprotne ruke - noge: podigni desnu ruku i levu nogu. Podignuta ruka i noga neka budu u jednoj liniji sa telom. Kada izdahneš savij levu nogu, a petu približi glutealnim mišićima. Desnu ruku istegni ka nazad i preko leđa uhvati petu (ili vrhove prstiju). Sa sledećim udisajem podigni glavu i ruku i nogu. Zategni kičmu, istegni butine i prednji deo trupa. Gledajte gore i napred. Trudi se da budeš u jednakoj ravni sa ramenima i sa karlicom. Sa sledećim udisajem uradi vežbu sa suprotnom rukom i nogom, a kada izdahneš stani četvoronoške.

**Dejstva:** Daje stabilnost i otvorenost, harmonizuje čakre, pomaže u varenju, daje energiju bubrežima i jetri, popravljja neredovne ženske cikluse, poboljšava cirkulaciju i disanje, formira telo, isteže prednji deo trupa (butine, stomak, grudni koš), popravljja držanje, ispravljja krivu kičmu i čini je fleksibilnom.





#### 4. POZA PSA KOJI GLEDA NA GORE

Leži na stomak, dlanovi neka ti budu u liniji ramena, laktovi savijeni, noge ispružene sa tabanima na gore. Udahni i kada izdahneš lepo polako istegni gornji deo tela. Ispravi ruke, savij ramena ka nazad i ka dole, dok je tvoj pogled usmeren ka gore. Zatim, oslanjajući se na vrhove prstiju podigni noge i telo i zadrži tu poziciju par santimetara od tla i udahni 2-4 puta. Ponovi ovu vežbu 2-3 puta.

**Dejstva:** Moćna poza, istezanje kičme koja jača gornji deo tela, isteže grudni koš i stomak. Isteže i mišiće oko kukova koji se često skupljaju i time pomaže pravilnom držanju tela. Popravlja cirkulaciju, smanjuje blaže forme depresije, umor i išijas.



#### 5. HELIKOPTER VEŽBA

Ležeći na leđima podigni obe noge po mogućstvu ispravljenih kolena, ali ako ne možeš sa ispravljenim kolenima, nije problem. Pazi da butine budu u vertikalnom položaju. Nakon što si podigla noge, kičma će sigurno upasti u dušek. Cilj je da ovu poziciju zadržimo, kako bi opustili svoj mozak. Uključimo i naše stomakne mišiće. Okrenimo lice ka gore, neka vrat bude neutralan i nemoj uzimati nikakav obrnuti ili naporan položaj. Ramena odvojmo od ušiju, ruke spustimo pored tela i sa prstima se polako teglimo ka dole.

**Dejstva:** Ako pravilno radimo vežbu, detaljno ćemo razraditi prave, ukošene i poprečne trbušne mišiće, kao i kukove, mišiće butina, unutrašnje mišiće butina i karlice. Time ćemo dobro razdrmati i mobilisati mišiće kukova.



#### 6. DEČIJA POZA

Ova poza nije samo udobna, nego ujedno oslobađa od stresa i nervoze. Ovo je jedna vrsta vežbi za istezanje koja opušta donji deo leđa i kičme. Pomaže u opuštanju i jačanju mišića, popravlja cirkulaciju. Osim što pomaže u otklanjanju bolova u leđima, vežba na duže staze pomaže u popravljanju držanja tela i donosi mir osobama koje pate od nesanicе.





# ACCELERATE 3.

**SEDONA, MESTO GDE JE 19 MAĐARSKIH SRCA KUCALO ZAJEDNO**

Kada treba da donesemo jako važne odluke, kada treba da napravimo korake van zone komfora, baš tada se rađaju nova čuda. Prvo se rađaju u našim mislima, dušama, "tamo duboko". Sa svim liderima mađarskog tima se to desilo februara 2020. u "američkom Forever domu" u Feniksu.

## **MELINDA GULJAŠ Soaring menadžer**

Na Accelerate 3 obuci i Experience 2020. seminaru Gregg Maughan, Aidan O'Hare, Nick, Gary i Garin su nam potvrdili da sreća nema bolji izvor od praktikovanja ljubavi. Gregg je sa ženom Cyntijom i fantastičnim liderima na obuci učinio da nam postane jasnije sve ono što možemo da naučimo o ljudima, Forever preduzeću i o samima sebi. Doneli smo vest, da pružimo

svima ohrabrenje: "Nalazimo se na najlepšem poslu na svetul". Imamo sigurnost, obilje, stabilnost i veliku sliku budućnosti za narednih deset godina. Mi smo ovo doživeli i želimo svima da prenesemo.

## **ADAM KERENJI menadžer**

Bilo je fantastično sa 22. godine doživeti osećaj profesionalnosti, pažnju i veličinu struke koju nam je pružio američki Forever centar i njihovo vođstvo. Zahvalan sam što

sam bio sa ovakvim mađarskim timom i što su me na obuci osvestili: jednostavno treba da radim svoj posao svaki dan dosledno da bih bio uspešan.

## **TIMEA NAD senior Eagle menadžer**

Moj život se okrenuo naglavačke i prešavši ovaj put shvatila sam koja je moja misija i koju poruku treba da prenesem. Cilj mi je bio da postanem bolja verujući u sebe i svoje



sposobnosti lidera. Dobila sam mnogo više nego što sam tražila i ne mogu rečima opisati ljudskost, jednostavnost u pozitivnom smislu i čistoću.

#### **BALAŽ MADAR supervisor**

Moja gornja linija (Žolt Leveleki, Tinde Pinter, Monika Gajdoš) su verovali iskreno u mene i ponudili mi mogućnost koju sam prihvatio bez razmišljanja, jer sam znao da je ovo ono što će okrenuti moj život u pozitivnom pravcu. Bio je neverovatan osećaj iskusiti koliku snagu ima jedno porodično preduzeće, kao i to da je vođstvu firme najvažnije da pomogne ljudima i porodicama, kako zdravstveno tako i materijalno. Hvala.

#### **MONIKA GAJDOŠ menadžer**

Na osnovu mojih postignutih rezultata gornja linija (Žolt Leveleki, Tinde Pinter) mi je savetovala da idem na obuku. Prihvatila sam to bez razmišljanja zbog učenja i samorazvoja. Ta obuka mi je pružila mogućnost da pobedim strahove, dala mi je samopouzdanje i veru.

#### **DR TEREZIA ŠAMU Soaring menadžer**

1. Accelerate: Aidan je zakopao naše strahove, vreme je za rad.  
2. Experience 2020.: Prezentacija Cynthia Wagener Maughan je imala veliki uticaj na mene – smatram da je stigao Forever ženski glas.

#### **DR TINDE KIRALJ Eagle menadžer**

Moj stari san se ostvario zahvaljujući Accelerate. Bilo je čudesno i očaravajuće za mene da budem u blizini naših lidera – Gregga i ostalih – i osetim njihovu ljubav, sigurnost, vidim njihovo stručno znanje kojim vode Forever firmu. Zahvalna sam na tome, jer je to imalo veliki efekat na mene i na moj život, kao i na moj razvoj i posao.

#### **MENKE EVA senior Eagle menadžer**

Osećati ljubav i prijateljstvo vođstva naše firme. Čuti kako pričaju o čvrstim ciljevima, videti kako su privrženi tome i kako nas uče... To daje osećaj vrednosti i sigurnosti da se nalazimo i živimo u najlepšem i najsigurnijem preduzeću na svetu.

#### **DR ILONA VARGANE JURONIČ I GEZA VARGA safir menadžeri, Eagle menadžeri**

Tokom naše karijere u Foreveru, sreli smo se više puta sa liderima. Ali ovaj put bilo je drugačije: bili su bliži ljudima, pokazali nam duboka osećanja, davali snagu – kao otac svom sinu.

#### **ŽUŽANA ŠLEZAK supervisor**

Ostvario mi se jako stari san, a to je da otputujem u Ameriku. Ali ni u snoviima nisam zamišljala da će se to ostvariti sa ovako fantastičnim timom, na obuci koja će promeniti moj život i pomoći mi da se oslobodim strahova! Pristupačnost rukovodstva i želja da nesebično daju, okolnosti u kojima smo videli proizvode me je uverila da se nalazim na najboljem mestu. Hvala!

#### **ČABA PINTER senior Eagle menadžer**

Ovo je za mene jedna neizostavna prilika - lično se sresti sa Rexom, učiti od Gregga Maughana i rukovodstva. Mogu slobodno da kažem u ime svih: Hvala vam na prijateljstvu i iskrenosti!

#### **VIVIEN PINTER asistent supervisor**

Bilo je nezaboravno iskustvo za mene kada sam na molbu Gregga Maughana na bini Forever Experience 2020. mogla da podelim svoju priču i iskustva sa Accelerate treninga. Ovaj trenutak mi je dao moje pravo ZAŠTO.

#### **TINDE PINTER menadžer**

Znaj na šta treba da se fokusiraš, uvek nek ti u srcu bude Forever!

Imaj snove, ciljeve sa rokovima i nemoj samo da probavaš, nego donesi odluku i ostvari cilj!

#### **EVA SEPNE KESI I MIHALJ SEP soaring menadžeri**

Nama je najveće iskustvo bilo prići Gregu. Kada je stajao metar i po od nas i pokazao nam pravo značenje Forever Mission Statementa, dao svoje Forever srce i dušu. Kada smo shvatili da je Forever preduzeće u vrednim rukama Rex Maughana, vratili smo se kući sa još jačom verom. I zadali smo sebi još veću obavezu: We are Forever!

#### **ENDRE KURUC menadžer**

Sve što smo uložili je vredelo, jer smo mogli da budemo zajedno na ovom istaknutom programu sa Forever rukovodstvom. Nivo stručnosti, ophođenje prema ljudima, vredan tim koji je bio prisutan, programi u slobodno vreme, razmišljanje na duže staze i sigurnost, sve je to bilo odlučujuće. I sada i u budućnosti smo sigurno još decenijama.

#### **VILI VIKTOR menadžer**

Bilo je veliko iskustvo učiti lično od Gregga i Aidana o vođstvu. Konstantno se osećalo da žele da nam daju mnogo više nego što mi očekujemo od njih. Njihov profesionalizam, njihovo jasno razmišljanje i strast koja se mogla videti, pružili su mi sliku za ceo život o tome kako da budem pravi lider.

#### **KRISTINA HERTEI asistent supervisor**

Velika mi je čast bila što su mi gornja linija i mentor, Fekete Žolt dali mogućnost da lično iskusim atmosferu kada sam među Forever liderima. Važna stanica u mom životu jeste otkrivanje pravog smisla moje misije. Nezaboravno iskustvo je bilo sresti se sa liderima, otkriti pravu humanost i ličnost koji imaju. Zahvalna sam za svaki provedeni minut na putu i znam da mi je tih par dana okrenulo život u novom smeru.



PROMENA  
ŽIVOTNOG STILA

# OSNOVA SVAKOG ŽIVOTA JE *voda*



VODA SE (FORMULA:  $H_2O$ ) SASTOJI OD HIDROGENA I KISEONIKA, BEZ BOJE JE I BEZ MIRISA, NA SOBNOJ TEMPERATURI JE U TEČNOM STANJU. KAD JE ZAMRZNUTA, ONDA JE ZOVEMO LED, KAD JE U VAZDUHU ZOVEMO JE PARA. TO JE JEDINA MATERIJAKOJU U PRIRODI MOŽEMO NAĆI U SVA TRI AGREGATNA STANJA.



## DR MARIA HOČI

menadžer  
pedijatar, endokrinolog,  
dijabetolog

Voda je najčešća materija koja može da se nađe na površini zemlje i osnova je života. 71% zemlje je prekriveno vodom, od čega je samo mali deo (2,5%) pijaća voda, a sve drugo je slana voda u morima i okeanima. 98% izvora slatke vode nalazi se ispod zemlje.

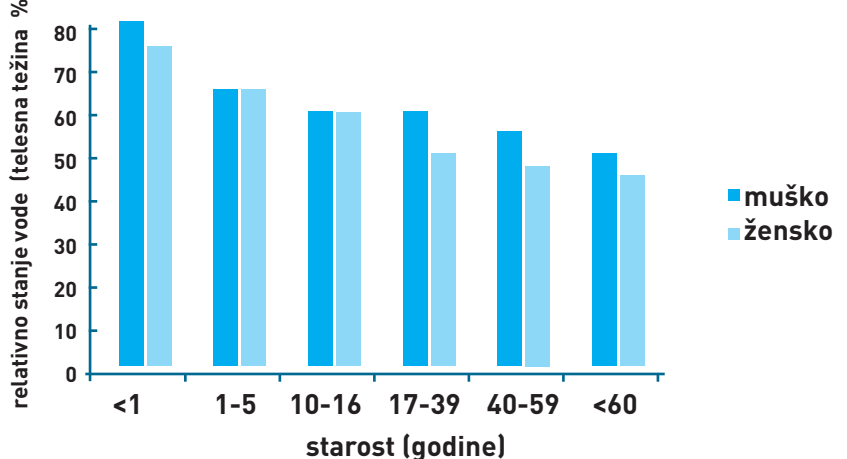
### VODA U NAŠEM ORGANIZMU

50-70% telesne mase čoveka je voda, tako da svaki organizam ima različitu količinu vode u sebi. Dok crevni organi imaju relativno 80% vode, dotle masne ćelije imaju svega 10%.

Količina vode u ljudskom telu zavisi od godina. Kod novorođenčadi taj nivo je blizu 80%, kad čovek ostari izgubi skoro polovinu toga. Zato je dobro poznato da beba nakon dva-tri povraćanja, već pada u kritično stanje, dok kod odraslih to nije problem.

Kod muškaraca i žena istih godina, žene imaju niži procenat vode od muškaraca i zato su njihova tela sa više masnoće. Zato muškarci moraju da piju dnevno pola litara više vode nego žene. Istina je i da jedan stariji deka ima potrebu za manjom količinom vode nego njegov unuk. I preterani unos tečnosti može da uspori cirkulaciju.

### Promena nivoa vode u odnosu na starost



Količina ove vode je 55% u ćelijama (unutarćelijski prostor), a 45% van ćelija (vanćelijski prostor). 1/4 toga se nalazi u vaskularnim putevima, a 3/4 između ćelija. Naš organizam može da dođe do tečnosti na tri načina: konzumiranjem vode, konzumiranjem hrane (i najsuvlja hrana ima neku količinu vode u sebi) i treći način je unos tečnosti koja se sintetiše u telu kao rezultat oksidacije ugljenih hidrata. Od ovih unosa možemo da utičemo samo na konzumiranje vode. Tečnost iz organizma izbacujemo putem uriniranja, stolice, preko pluća (dok smo mirni to neprimetno isparava) i preko kože.

Ono na šta možemo da utičemo jeste izbacivanje vode preko bubrega, (npr. tako što nećemo popiti litru tečnosti tokom filma od tri sata).

Isto tako, svaki dan treba da pijemo vode, jer je za metabolizam potrebno minimalno 500 ml tečnosti.

Polja nervnog sistema zaduženog za upijanje i izbacivanje vode se nalaze u hypothalamusu jedno blizu drugog, a opet odvojeno. Hypothalamus je mali deo centralnog nervnog sistema, blizu limbičkog sistema, talamusa, blizu silaznih i uzlaznih puteva i endokrine žlezde na bazi mozga (hipofiza).



# PROMENA ŽIVOTNOG STILA



**Mesto hipotalamusa i endokrine žlezde na bazi mozga.**

Ovaj deo mozga je zadužen da održava harmoničnu ravnotežu (homeostazu) između konstantno dolazećih spoljašnjih i unutrašnjih stimulansa.

Pijenje vode je mnogo komplikovanije i bolje koordiniran proces nego izbacivanje vode. Nervne ćelije koje su zadužene za osećaj žeđi se tokom nedostatka tečnosti smanjuju i skupljaju (kao i druge ćelije u organizmu) i tada nastaje taj specijalni osećaj, žeđ.

Kod čoveka unos tečnosti staje kada potrošimo polovinu "deficita vode" (popijena voda se apsorbira nakon 10 minuta). Tako da, ako smo popili jednu čašu vode ne osećamo se žednim, ali treba da popijemo još jednu radi optimalne količine vode u organizmu.

Tokom nedostatka vode, ćelije kreću da se smanjuju i ne mogu normalno da vrše funkcije. Tokom gubitka tečnosti od 1-5%, već imamo neprijatne simptome, a dodatni gubitak tečnosti može da dovede do dehidracije i smrtnog ishoda.

Možemo da vidimo da čak i mali

## **Simptomi dehidracije:**

| gubitak vode 1-5%      | gubitak vode 6-10%        | gubitak vode 11-20% |
|------------------------|---------------------------|---------------------|
| žeđ                    | glavobolja i nesvestica   | grčenje mišića      |
| nestrpljenje           | teško disanje             | mutan vid           |
| gubitak želje za jelom | trnjenje ekstremiteta     | teško gutanje       |
| crvenilo kože          | visoka gustina krvi       | pojačan sluh        |
| povišen puls           | teško stvaranje pljuvačke | bolno mokrenje      |
| mučnina                | teško pričanje            | naborana koža       |

gubitak tečnosti može da dovede do simptoma koji bi – na primer tokom vožnje mogli da dovedu do saobraćajne nesreće. (nestrpljenje).

Dakle, jako je važno da uvek imamo pored sebe i unosimo odgovarajuću količinu tečnosti u skladu sa našim godinama,

polako smanjuje, ali tada unosimo i dodatne kalorije u naš organizam. Svakako treba popiti veliku čašu vode, i ako smo nakon 15-20 minuta ponovo gladni ili žedni, onda pojedimo nešto. To nešto neka bude hrana sa visokim nivoom vode, na primer supa ili povrće, kako bi naš osećaj gladi nestao.



zdravstvenim stanjem i spoljašnjom temperaturom! Zašto je to nekada teško? Jer i glad i žeđ imaju slične neprijatne simptome i ponekad ne možemo da ih razlikujemo. Pošto većini ljudi jelo izaziva osećaj radosti, oni će radije da jedu nego da piju. Svaka hrana koju jedemo sadrži tečnost u sebi, tako da se naš osećaj žeđi

## **KOLIKO TEČNOSTI DA PIJEMO**

U slučaju odraslih, ako nemaju neku bolest sa nekim specijalnim pravilima (na primer bolest bubrega), na 10 kg telesne težine ide 3,5-4 dc vode. Kao što smo videli muškarcima treba više, starijima manje tečnosti, ali svako mora da popije svoje.

## Računanje potrebne dnevne količine vode za decu i bebe

| bebe         | < 10kg  | 100ml po kilogramu težine                                                                             |
|--------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| mala deca    | 10-20kg | 1000ml + iznad 10kg                                                                                   |
|              |         | na svaki kg 50ml/kg<br>(npr.: ako dete ima 20 kg<br>$1000+500=1500\text{ml}$ )                        |
| starija deca | > 20kg  | 1000ml + iznad 20kg<br>na svaki kg 20ml/kg<br>(npr.: ako dete ima 30 kg<br>$1500+200=1700\text{ml}$ ) |

Izvor: Prof. Dr. Tulassay Tivadar: Klinikai Gyermekgyógyászat 2. dopunjeno izdanje

Zašto treba da biramo vodu? Zato što je čista voda jedina "hranljiva materija" bez ugljenih hidrata, sa glikemijskim indeksom nula. I naravno jedina "hranljiva materija" koja ne goji...

### KOJE VODE MOŽEMO DA BIRAMO?

**Pijaća voda:** pijaća voda odgovarajućeg kvaliteta, ljudi mogu da je piju, a njen sadržaj mineralnih materija ne dostiže 500 mg/l.

**Izvorska voda:** Prirodno kruženje vode se nalazi u dubljim delovima zemlje i to je voda pročišćena na prirodan način, a izbija na izvorima ili sagrađenim bunarima.

**szikvíz:** gazirana voda pod pritiskom, često je zovemo sodom. "Szikvíz" je nazivamo samo kada se nalazi u prirodi u Mađarskoj i kada je pune u balone sa specijalnim zatvaračima ili flašama sa sifonskim zatvaračem.

**Pijaća voda obogaćena mineralnim materijama:** Voda obogaćena dodatim mineralnim materijama na veštački način i to nije prirodna mineralna voda.

**Prirodna mineralna voda:** Voda koja dolazi iz dubine zemlje i čiji sastav prelazi 500 mg/litara, ili sadrži po neki deo (u obliku iona) u većoj količini nego u proseku i daje vodi poseban ukus i lekovito dejstvo.

Možemo je pronaći na istom mestu gde i pijaću vodu iz arterskog bunara ili izvora.

Većina ove vode je negazirana, ali tokom sipanja u flašu čine je gaziranom. Zahvaljujući gore navedenim stvarima polovina domaćih pijaćih voda i prirodnih voda se smatra mineralnim. Kod prirodnih mineralnih voda sadržaj mineralnih materija je 1000 mg/l i time sadrži sledeće aktivne biološke materije: litijum, sulfidne jone, metasilnu kiselinu, natrijum, magnezijum, kalcijum, bromidne jone, jodidne jone, fluorid, slobodni ugljen dioksid.

**Lekovita voda:** To su sve one mineralne vode, termalne vode čije ih fizičke karakteristike ili hemijski sastavi čine lekovitim i u datoj državi po zakonima u nazivima sadrže mineralnu ili lekovitu reč. Sadržaj mineralnih materija u njima je 20 000 mg/litara i možemo ih dobiti isključivo na arterskim bu-

narima, jer se nalaze mnogo dublje nego ostale navedene vode.

Nije preporučljivo dugotrajno korišćenje mineralnih ili lekovitih voda, jer možemo uneti u organizam veliku količinu specijalnih mineralnih materija koje sadrže, što može da dovede do trovanja i bolesti. Kod lekovitih voda treba uvek da se pridržavamo pravila (koliko dnevno sme da se pije), koja često stave na flaše ili kod izvora.

Nije preporučljivo ni preterano korišćenje gazirane vode bogate ugljen dioksidom jer može da izazove težinu u stomaku i crevima i da dovede do neprijatnih tegoba ili da loše utiče na bolesti. Osim toga ugljen dioksid kao blaga kiselina popravljja apetit.

Ne zaboravimo da je voda naš najvažniji izvor snage. Tokom pravljenja bilo kog proizvoda mi koristimo vodu, kuvamo, grejemo, od nje se pravi i električna energija u hidroelektrani, što je najvažnija tačka saobraćaja. I ono što je nama često mesto zanimacije, putovanja, to je mnogim životinjama i biljkama mesto stanovanja. Pazimo na vodu svugde i uvek. Jer su nam prirodu, Zemlju pa i vodu dali na zajam naši unuci i prauunci.

## Zašto volim Forever izvorsku vodu?



Voda koja dolazi iz Sirona izvora, naša prirodna voda je jako lepa, ima isti ukus kao voda iz mog mesta rođenja. To je zato što ima nizak nivo natrijuma zbog čega dobro utoli žeđ i može da se koristi u dijetama bez natrijuma. Nivo mineralnih materija u njoj je 222,6 mg/l.





## C9™

C9 program ti daje vetar u leđa, pomoću kojeg možeš da imaš kvalitetniji život i da budeš u formi. Ovaj program od 9 dana je efikasan, lako usvojiv i daje ti oruđe u ruke sa kojim možeš već danas da središ svoje telo.

475 | Vanila & Aloe Vera Gel

625 | Vanila & Aloe Berry Nectar

629 | Vanila & Aloe Peaches

476 | Čokolada & Aloe Vera Gel

626 | Čokolada & Aloe Berry Nectar

630 | Čokolada & Aloe Peaches

Vera  
company



## PROIZVOD MESECA

### PREPORUKA MONIKE MARTON MAĐARI, MENADŽERA

C9 je jedan od prvih Forever proizvoda koji sam isprobala i odmah sam se zaljubila! Svakog godišnjeg doba moj suprug i ja odradimo ovaj program, jer je organizmu potrebno da ga napunimo, vitaliziramo, a ovaj program pruža podršku za to. Sistem, svesnost, kretanje su i do sada bili deo našeg života, ali za ovih 9 dana je to bilo baš u fokusu. Pored dvoje dece potrebna nam je energija, a pored C9 paketa ustajanje rano više nije izazov!



ONLINE

# Success Day

2. deo 11. 04. 2020.



## **DR EDIT ŠIKLOŠNE REVES Soaring menadžer:** **Uloga dodataka ishrani u zdravoj ishrani**

Poznate činjenice: prosečno zdravstveno stanje Mađara je izuzetno loše u poređenju sa stanjem u Evropi. Više sastojaka su problem, prvobitno neodgovarajuća ishrana puna ugljenih hidrata i manjak fizičke aktivnosti. Merenja su pokazala da je 77% stanovništva neaktivno, a jedva da se 5% kreće na dnevnom nivou, redovno.

Zbog toga je teško da se izborimo sa gojaznošću, u čemu smo prvi na svetskom nivou i što je i izvor bolesti civilizacije. Savetujem da oni koji razmišljaju o promeni načina života, u svoju svakodnevnu rutinu uvedu kretanje. Većinu vitamina ne unosimo u odgovarajućoj količini. Dobra vest je pak, da oko polovine stanovništva konzumira dodatke prehrani – za prevenciju, održavanje. Mnogi ljudi me pitaju koje su to mikromaterije koje su nam potrebne. No, lista je dugačka, ali je sigurno da nam je korisno da uzimamo D vitamin, kalcijum, cink, magnezijum,

razne vitaminske komplekse, aminooksidanse. Važan je i unos pro- i prebiotika, jer nam zdravlje u velikoj meri zavisi od unutrašnje flore. Možda nam budu potrebne masnoće Omega-3 za naš krvotok i konzumiranje vlakana za zdrav metabolizam.

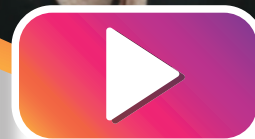
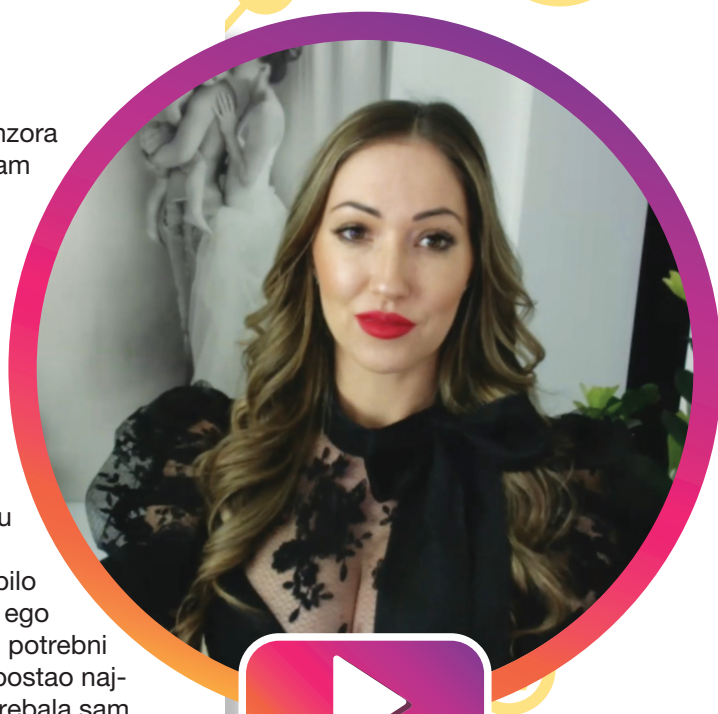
Forever pomaže u sastavljanju i pet najvažnijih proizvoda je stavio u jedan paket. Tamo nam je Aloe gel, koji je bez konzervanasa i šećera, bogat delotvornim sastojcima koji su međusobno u sinergiji. Argi+ koji između ostalog sadrži i B vitamine koji smanjuju umor, D i C vitamin za imuni sistem i L-arginin koji je jedna od važnih aminokiselina za naš organizam. U Forever Active Pro-B možemo naći bakterije koje su dobre za normalno funkcionisanje crevne flore, Forever Daily je pak mešavina 55 hranljivih materija, koji sadrži preporučeni dnevni unos vitamina i minerala. Ako konzumiramo bar ovih pet proizvoda, možemo da se nadamo dobrom zdravstvenom stanju i regulaciji nedostataka. Za dobar način života je isto tako od velikog značaja ishrana odgovarajućeg kvaliteta i količine, dovoljan unos tečnosti, svež vazduh, sunčeva svetlost, spavanje, upravljanje stresom, sređivanje optimalne težine, fizička aktivnost, higijena. Nije pitanje da li dodaci ishrani imaju ulogu u svemu ovome. Pitanje je da li si ti ovo prepoznao, šta praktikuješ od svega ovoga i da li dobijaš kvalitetne proizvode koji se nalaze u stošezdeset država. Da li radiš nešto za sebe, svoju okolinu i svoju decu?



Ove godine se sve malo drugačije odvija nego prethodnih godina, jer su se stvorile takve okolnosti u našem životu na koje ne možemo da utičemo. Ali mi se njima možemo fleksibilno prilagoditi, kako je Forever oduvek i učio. Ovog puta se naš Dan uspeha odvija onlajn u dva dela: posle predavanja i kvalifikacija koje su bila 21. matra, ovde je i drugi deo, sa vrednim razmišljanjima lidera. One koji su sedeli ispred monitora su pozdravili dr Šandor Miles i dve voditeljke Terezia Herman soaring Eagle menadžer i Tinde Hajčik senior Eagle menadžer.

### **PETRA NADUDVARI** menadžer: **Put razvoja je od dijamanata**

Pre osamnaest godina sam se registrovala preko svog sponzora i ujedno i moje drugarice. Uvek sam se trudila da predstavljam "dobro", ali me je život odneo na drugu stranu i udaljila sam se. Završila sam ekonomsku višu školu, radila sam u hotelu, ugostiteljstvu i optici. Moj partner je jedno vreme imao posao vezan za Kipar, zatim smo nastavili sa radom ovde kod kuće. Ali sve do kraja mi je prolazilo kroz glavu da ću jednog dana birti samostalno, i da ću sama ostvariti svoje ciljeve. Odjednom nam je stigla i jedna velika sreća i velika tuga: rodilo nam se dete, zatim sam izgubila majku, koja je bila jako važna osoba u mom životu. Na našu veliku radost, danas naš mali sin ima devet godina i želi da postane fudbaler... I ja sam imala snove: želela sam da postavim majčinu umetnost. Zahvaljujući tome sam postala priznati fotograf, devet godina radim na terenu. Usput smo imali poteškoća, bilo je tu i bolnih izazova. U svačijem životu naiđe trenutak kada ego treba da se stavi sa strane i treba da se menja. I meni su bili potrebni novi snovi i ciljevi, promena fokusa, a u tome mi je Forever postao najsigurnija tačka. Samo što sam do tada sva vrata zatvorila. Trebala sam da naučim kako da se opet približim ljudima – Mikloš Berkić je bio taj koji mi je pomogao u tome: uvek je bio tu za mene u pozadini. Krenula sam i u početku su prva dva meseca bila magična. Ništa nije bilo toliko važno kao moj cilj. Svaki dan mi je bio fokus na konstantnom poslu, iako je često bilo teško. I posle izvesnog vremena kvalifikovala sam se za asistent menadžera. Ponosna sam na one koji su me uvek podržavali, na svoj tim! Zahvaljujući i njima krajem 2019. sklopio mi se i menadžerski biznis. Velika čast je bila preuzeti traku. Zahvaljujem našim liderima na genijalnim čestitkama: oni su za mene veliki uzori, među njima i Terezia Herman ili braćni par Gidofalvi i naravno moj sponzor, koji me je uvek držao za ruku. I danas radim s poštovanjem, koračam sa drugim ciljevima, sa drugom slikom budućnosti. Nikada ne odustajte od svojih snova! Budite jaki, istrajni, sa verom i puni ciljeva! Predstavljajte ovu čarobnu firmu, budite odani partneri ove mogućnosti!







### **PATRICIA RUŠAK Soaring menadžer: Znaj ko si i gde ideš!**

Nikada mi nije bilo toliko važno, da napredujemo pomoću naših vrednosti, koliko sada u ovom promenjenom vremenu. Uporedo sa vrednostima koje nam je rukovodstvo jasno dodelilo. Nije nam trebalo mnogo da počnemo da radimo zajedno i u harmoniji.

Network marketing se još uvek ne poštuje dovoljno. U poslednje vreme mnogo njih počinje onlajn posao, ali mnogi rade tako da sa tim umanje percepciju profesije. Sada treba da dajemo uzor. Forever daje tako visok kvalitet kom treba samo da se prilagodimo. Savesno predstavljaj Forever vrednosti! Pokažimo zajedno kako treba graditi mrežu na profesionalni način!

Razmišljaj o tome, koje vrednosti ti pratiš. Uzmi papir i napiši sve svoje prednosti, prednosti proizvoda, firme i svoje mentorske linije! To će i tebe jačati, njih treba koristiti na dobar, dosledan način, konstantno sa svakodnevnim radom. Znaj da si na najboljem mestu, samo drži pravila zato da bi izgradio čvrste osnove u svom biznisu! Na taj način će i firma ići na još veći nivo.

Sada možemo stvarno da osetimo: da imamo takvo blago u rukama, takvu pozadinu, što se danas smatra retkošću. Sigurnost, sloboda, marketinški plan, porodične vrednosti, imovina, lična garancija... s jedne strane neprocenjive vrednosti. Ovde je prilika da se oslonimo na onlajn sredstva. Ali neka, imaj u vidu da onlajn platforma nije neka kompjuterska igra, nego jedna mogućnost, pomoću koje možeš da pronađeš svoje saveznike.

Ovde znamo jedni za druge ispod koje zastave stojimo. Braća smo, koja veruju jedni drugima i zajedno napreduju.

Da li ti znaš da razmišljaš na duže staze u korist zajednice i drugih? Moguće je da neće biti neki veliki rezultat prekosutra, ali biće! Hrabri smo, jer to što sagradimo znamo da vredi.

Teškim vremenima su potrebni veliki ljudi. Pokažimo našoj struci šta znamo! Ovo je jedan poziv za građenje ljudi. Sada ste nam potrebni vi, a i mi smo vama.



## IŠTVAN HALMI **dijamant-safir menadžer** **Stani među šampione!**

Sa ženom radim zajedno u ovom preduzetništvu, počeli smo kao višehiljaditi, dok smo danas iz jednog razloga među vođama: uložili smo svoju energiju, imali smo svoje "zašto". Jer je "zašto?" važnije od "kako?" Ako imate "zašto", onda ćete "kako" pronaći. Pogledajmo kakav nas put vodi do tamo!

Kao prvo postavi sebi pitanje: šta želiš da postigneš u životu osim kuće, automobila, posla... Kuda ide tvoj život, šta je to što zaista želiš, šta ti je važno?

Malo promisli o tome kako sada živiš život i koliko ti to donosi radosti! Jer život ništa ne vredi, ako ne dobijamo i ne dajemo – samo se menja redosled kako čovek raste. Mi imamo jedan zadatak: ako se sretnemo sa nekim, da učinimo da se on oseća bolje nego pre susreta sa nama.

Velika većina ljudi nema pojma šta želi. Kao deca imamo snove, kasnije ih iznosimo. Iz zemlje snova prelazimo u stvarnost. Zašto bi to trebalo biti tako?

Kakav ti je sad život, kako postupaš sa drugima, da li će te tvoj način života odvesti tamo gde bi želeo da stigneš? Ako sada puno vremena provodiš kod kuće, razmisli šta radiš sa vremenom za sebe! Ako gledaš televiziju, društvene mreže, ima li tamo korisnih ili besmislenih stvari? I sada možeš da se baviš sportom ili da ideš na izlete po prelepim mestima. Sport, dodaci ishrani, zdrava ishrana: šta možete učiniti za sebe, učinite to!

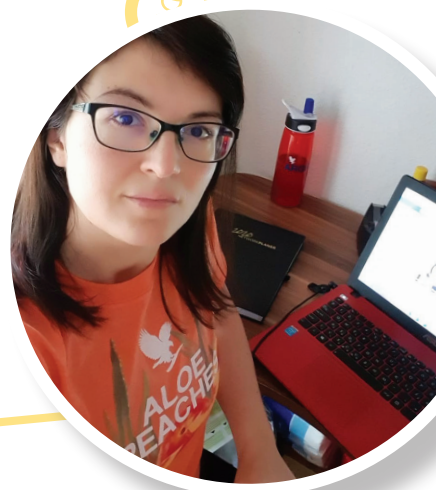
Imamo posao, pun nam je život njega, samo treba pronaći čoveka koji razume da ima zadatak u ovom svetu. Jer, posao oplemenjuje, njegovi rezultati ga čine srećnim.

Ispuni svoje vreme korisno, pa makar i sa ličnim stvarima! Učini nešto za sebe, za svoju okolinu! Budi i ti svakodnevni heroj, ili takav čovek koji daje svetu, a ne pita šta će dobiti za uzvrat.

Bilo kakve da su okolnosti, ti si odgovoran za svoj život. Nešto ne ide? Započni nešto drugo! Mi smo mnogo puta ustali sa dna i svako može.

Ako osećaš da zaslužiš više, onda stani među šampione. Svaka kriza donosi i mogućnosti. Odbaci predrasude, postani Forever šampion, nauči kako to da radiš pravilno! Imamo odlične lidere koji će te svemu naučiti. U svetu su dostupna sva sredstva, ali jedno nije: tvoja volja.

Čekamo, mesto ti je među nama!





# DOBILA SAM svoju bitku

**Marta već jedno vreme živi  
sama u Sekešfehirvaru.  
Ima tri ćerke i mnogo planova...**

**Pripadaš toj generaciji građenja  
biznisa, čiji su članovi bili tu pre  
dvadeset tri godine na otvaranju  
Forever Mađarske. Iz koje životne  
situacije si stigla tamo?**

Iskreno da vam kažem: sa umerenim entuzijazmom. Pre toga sam probala više network marketing sistema, ali nisam postala stvarno uspešna. Sa bišim partnerom sam bila preduzetnik za "second hand" robu, što je zahtevalo puno posla pored troje dece. Jedna prezentacija Mikija Berkiča mi je ostala u sećanju, primetila sam kako mu se sijaju oči. I jedna njegova rečenica: „sada je vreme da čovek učini nešto za sebe”. Kupili smo jedan-dva proizvoda, i prvobitno su nas pozitivna iskustva sa proizvodima pokrenula na to da bolje pogledamo i poslovni deo. Pored toga nam je prekretnica bila i jedna knjiga u kojoj sam čitala da čovek posle jednog vremena postane takav kakvo mu je okruženje. Jednog jutra dok sam bila na pijaci, pogledala sam oko sebe i videla da se puno više prodavaca svađa oko mesta i zapitala sam se: Bože, hoću li i ja biti ovakva? Ili sam već ovakva? Tada sam odlučila da ću da pogledam šta ima u tom Foreveru. Kao prvo sam ispitivala duh firme. Vratila sam slike događanja. To kako je Rex bio simpatičan na otvaranju. Kako se sa jednostavnom ljubavlju kreće među ljudima. Ja uglavnom donosim

emotivne odluke i to je bilo to što me je zapravo ubedilo. Iz perspektive od dvadeset i tri godine, mogu da kažem da se nikada nisam razočarala u firmu – sve je bilo tako kako su i obećali. Ovde sam se do kraja osećala sigurnom.

**Kako ste tačno počeli da gradite  
novo preduzetništvo?**

Pravo i svesno građenje je počelo tek nakon menadžerskog nivoa. Do tada smo radili mogu reći "na mišiće". Imali smo jedan cilj: da ostavimo ovaj život, da živimo jednu bolju budućnost i da puno putujemo. Tako da smo svakome ko bi dospeo u metar našeg okruženja, pričali o proizvodima i držali jako puno prezentacija. Pravi razvoj je počeo kada smo se kvalifikovali za menadžere, i kada smo napustili posao "second hand".

**Pored velikog prometa, menadžerski  
nivo daje jednu relativno  
egzistencijalnu sigurnost i to čoveka  
smiri. Kakve stanice su usledile kod  
vas u samospoznaji i građenju tima?**

Ja sam prvo morala da ispitam kakva sam sama sa sobom, jer su mi i ostali kontakti zavisili od toga. Morala sam da pronađem svoje prave vrednosti i da počnem da verujem u sebe. Jer uzalud smo dostigli menadžerski nivo, moje samopouzdanje još nije došlo do



**MARTA ŽIGA**

.....  
**Soaring menadžer**

**Sponzor:** Halomhedi Vilmoš

**Gornja linija:** dr Laslo Kovač  
i dr Kovač Laslone, Mikloš Berkič,  
Sabo Jožef, Olivia Emilia Gajdo,  
Rolf Kipp

tog nivoa da postanem pravi dobar lider. Oduvek sam se plašila da će mi opasti promet, ali smo nakon jedne godine već bili seniori. Početni trzaj je doneo dva menadžera, a posle je usledila duga pauza i tada se desio pravi napredak. Slušali smo jako puno audio materijala, čitali smo knjige. Ja se nikada nisam stidela što sam došla "sa dna" i to što sam dostigla ogromne visine, to je bila velika stvar, ali i velika borba same sa sobom. Nije





građenje biznisa teško, nego ta borba samih sa sobom. I ja sam pobedila u toj borbi. Često sam osećala, da dolazi sila koja me vuče nazad, što mi je bio poznat osećaj još iz detinjstva. Odrasla sam u jednoj kući na železnici, u siromašnoj okolini. Niko u meni nije video ništa. Najteže mi je bilo da se fokusiram kao sangvinik-kolerik. Pre bih samo išla napred, sa entuzijazmom, sa čime bih samo "spalila" svoju okolinu. Nije dobro ni

kada neko gori na hiljadu stepeni.

**Ove dvadeset i tri godine su takođe izazov za vas. Raspad veze koji smo već pominjali je uticao i na vaše poslovanje.**

Bili smo dobar par, dobro smo se razvijali zajedno, podelili smo posao. Ali je jedan put došao do kraja. Nije bilo lako. U takvim situacijama se povredi čovekovo samopoštovanje. Tada je usledila i ekonomska kriza.

Naši prihodi su pali, i nažalost, pre smo se širili više nego što su nam bile mogućnosti: krediti, kupovine... Kada sam ostala sama, jedva da sam mogla da platim režije, a ne da preživim.

**U ovom biznisu je baš u tome veličina: ako i padne, čovek ne gubi sve, pa imate vremena da ponovo gradite.**

Rekla sam da treba da se suočim sa strahom, pa ako sam i sama,





ne smem da bežim od dugovanja. Zaključila sam da mi ni tim nije više dovoljno jak. Morala sam sebi da dokažem da mogu biznis da dovedem do mesta na kome je nekada bio. Pozvala sam Mikija Berkiča i rekla da želim da budem aktivnija, na šta je on odgovorio: „Ovaj Chairman's ste vi uradili devet puta, to će ti ponovo pomoći da ustaneš.” I ne samo da treba da se dokaže da je čovek sposoban da ustane, nego i to da može da ostane da stoji. Verovala sam mu, ali nije bilo lako. Uvek bi mi se javljali strahovi, tada bih i osećala iz dana u dan razvoj na sebi – što mi je i duhovno jako pomagalo. Znaš, ovih deset godina što sam provela sama, bile su godine promene i obnove. I danas sam srećna – osećam se dobro. Beskrajno sam zahvalna na svemu. Na saopštenju FGR20 sam plakala do kraja... Ovde sam sa šezdeset godina i ne treba da se bojim kako ću raspodeliti svoju penziju.

**Znamo da je učestvovanje na Chairman's Bonusu timski rad, što zahteva jednog dobrog lidera, koji**

**je sposoban da bude uzor. I u ovome si uspeła da se razviješ.**

Jako puno. U ovom delu marketinškog sistema najvažnije je, a ujedno i najteže to što konstantno treba da dovodimo nove ljude, treba da pazimo na ceo non-menadžerski promet, dok usput bar jednog poslovnog saradnika treba dobro da ojačamo. Jednako treba da pazimo i na stari i na novi tim, kao i na nove kandidate. Ja i dan danas priznajem da ne radim ovaj biznis kako treba, ali barem ga radim – nasuprot onima koji ako ne mogu nešto savršeno da urade, onda to neće ni da rade. Ja napravim mnogo grešaka, ali pokušavam i da naučim nešto iz njih. Tip sam borca i osećam se sve jačom. Samo što je ovaj biznis, umetnost ljudskih kontakata, a oni ne uspeju uvek onako kako bismo mi voleli. Neko može da bude deo mog tima iako je drugačiji od mene. Interesantno je da kod mene nikada nisu dolazile takve kolege slične meni, nego oni od kojih treba nešto da naučim. Na primer strpljenje.

**Tvoja priča može biti primer drugima. Jedan uspešan biznis je pao na minimum i ti si odatle morala iznova da gradiš i to i sebe. To je tako dobro uspeło, da si četiri puta zaredom uspeła da učestvuješ u Chairman's Bonusu, što zahteva savesnost i ogromnu snagu. Šta misliš koji je bio taj sastojak koji ti je najviše pomogao?**

Kod ljudi treba da izvučete njihovu dečije "ja" koje sanjari. I svakako treba svake godine pronaći jedan poslovni cilj i "zašto" koje ide uz to i koje budi vatru.





## „KOD LJUDI TREBA DA IZVUČETE NJIHOVO DEČIJE "JA" KOJE SANJARI. PRONAĐITE SVAKE GODINE JEDAN POSLOVNI CILJ I "ZAŠTO" KOJE IDE UZ TO I KOJE BUDI VATRU.”

Ja mogu jako da zagrejem sebe, ako pronađem cilj koji me vodi napred. Zapravo, na putovanju uživam, a čak nije ni sigurno da kada završim to putovanje, da mi je prvobitni cilj i dalje važan. Nekad mi je san bio jedan bazen – od tada ga nemam. Kada sam mogla da ga kupim, shvatila sam da me više ne zanima. Ali imala sam jednu važnu vodeću misao: sve je u redu, samo se trenutno događa promena – sa ovom mišlju sam se često, kada nešto ne bi funkcionisalo, smirivala. Nije hrabar onaj koji se ne boji, već onaj koji radi bez obzira na svoje strahove...

**Ti si među onima koji su godinama radili oflajn u jednom takvom vremenu u kome su lični susreti pokretali biznis. Onlajn načini su postali aktuelni tek u periodu kada si počela sve iznova da gradiš.**

Zaista. Dugo sam se opirala, jer sam uvek verovala u lične kontakte, ali su u biznis ušli mladi sa kojima smo teško pronalazili zajedničku tehniku. Kod njih već nije funkcionisalo to da se sastanemo u dnevnoj sobi. Morala sam da naučim da koristim skype i shvatila sam da lična energija prelazi i preko toga. Danas već držim onlajn obuke, onlajn predstavljanja i jako uživam u tome. Shvatila sam da su mi puno manji troškovi, jer ne idem svugde kolima. Puno sam pribranija

i delotvornija, jer se ne koncentrišem na to koliko će ih biti na određenom mestu. Od kada redovno održavam onlajn kontakt sa svojim timom, puno nam je veći promet, čak više kupuju i potrošači koji samo slušaju predavanja. I posao u dubinu je na ovaj način jednostavniji: puno lakše se međusobno upoznamo, a lakše funkcioniše i izgradnja. Drugim rečima onlajn rad je pravi blagoslov.

**Kao što smo sada, a i u drugim situacijama, deo ovog sveta, bez njega bi naša misija bila nemoguća.**

Ni od ove promene ne treba da se plašimo. Možemo da vidimo da je porasla potreba za proizvodima i za biznisom. Sad ljudi imaju vremena da razmišljaju i sve više njih uviđa da treba da se menja.

**Hajde da pričamo o vašoj slici budućnosti! Pomenula si da uvek treba imati jedan željeni cilj. U ovoj godini koji bi on bio?**

Sada nemam konkretan materijalni cilj. Pre bih rekla da me pokreće to što bar jedan čovek može da me kopira: to jest da dovede nekoga do Chairman's Bonusa. Već smo isplanirali taj put, jeste da još uvek ratujemo s tim, ali sam i ja bila takva na početku. Verujem da ću imati jedan tim pun ljubavi, koji dobro funkcioniše i u svojim osamdesetim godinama. Moja lična želja je da više mogu da se otvorim, a ne da mi samo posao bude život. Da vidim mesta na kojim još nisam bila. Rado bih obišla svet, ali to ne bih sama planirala...





# STEP BY STEP

## Osnovni principi



**GEZA VARGA I DR. ILONA  
VARGANE JURONIĆ**

safir menadžeri,  
Eagle menadžeri

**Živimo u vremenu moralne krize koja narušava zdravlje i ekonomiju. Nikada ranije nije bilo toliko potrebno, da ljudi razmišljaju pozitivno, budu tolerantni, preuzimaju odgovornost za sebe i druge.**

Držanje pravila i držanje zajedno je zalaganje za budućnost. Mi i svoj život baziramo na ovim principima. Od prvog trenutka je bilo važno prihvatanje drugih mišljenja i održavanje poštovanja.

Radimo u jednoj firmi koja na osnovu ovih principa radi dvadeset i dve godine. Funkcioniramo na osnovu stava i načina razmišljanja koje nam prenose lideri i gde nam obezbeđuju sigurnu budućnost.

Raznolikost Forever proizvoda, veličina marketinškog sistema i konstantan rad, doneli su nam uspeh.

### OSNOVNI PRINCIPI KOJE I MI PRATIMO:

- Upoznaj ono što zaista predstavljaš!
- Pridržavaj se osnovnih principa firme!
- Upijaj znanje!
- Želi da se razvijaš!
- Usvoj najnovije metode struke i posla!
- Prihvati ličnost drugih ljudi!
- Pusti da te sponzor vodi!
- Gledaj rad svoje gornje linije!
- Želi da postaneš takav čovek koji dobro radi ovaj posao!
- Prilikom usvojenog odgovarajućeg znanja, postani samostalan!
- Pomozi svom kolegi u razvoju!

### MOŽEŠ DA GREŠIŠ, ALI NE I DA KRIVIŠ DRUGE!

Ne boj se da grešiš! – kažemo svima koji krenu u naš biznis. To je jedan važan momenat da bi mogao da nastaviš dalje.

Ako ne deluješ zato što se bojiš da ćeš pogrešiti, nikada nećeš moći zaista da kreneš.

“Još ovo da naučim, pogledaću šta je ovo, ovo ću da isprobam...” Da, sve to treba da se uradi, ali istovremeno treba i krenuti. Daj sebi tu mogućnost, da ponekad pogrešiš! To je najveća pomoć u razvoju, jer si nešto radio i vidiš posledice toga. To će te pripremiti na to kako da se odnosiš prema “padovima” svojih kolega. Uči te da prihvataš i pokazuje ti šta treba da menjaš i na čemu da radiš. Znaj da je svaki veliki lider prošao kroz ovaj proces. Važno je da ne kriviš sebe, nemoj stati, nego uči odatle i idi dalje!

Firma ne traži savršenog čoveka, nego, one koji se probijaju, one koji znaju i koji su sposobni da usluže druge. Bilo šta da se desi, ne traži ko je kriv i nemoj da kriviš nikoga!

# za uspeh



Ima samo jedan zadatak: potražiti na koji način može bolje, humanije i na profi način završiti zadatak.

## VEŽBAJ PONIZNOST!

Poniznost je ljudska osobina, koja je neizostavna u svakom polju života za to da bi bili sposobni da zajedno funkcionišemo. To nam pomaže da smanjimo veliki broj faktora stresa.

Nemoj pogrešno da razumeš: ne pišemo o ponižavanju, nego o čoveku koji se prema drugima odnosi sa poštovanjem i ne stavlja sebe iznad nikoga.

Svestan je ko je on stvarno, ali svoje znanje i rezultate ne koristi kao moć, nego kao primer.

Zbog svega toga je jako važno da tražimo kolegu koji može da nam pomogne da formiramo i ostvarimo naše ciljeve koji prepreke gledaju kao izazove.

## HRABROST

Da li je potrebna hrabrost za put koji vodi do uspeha? Da, da potrebna je velika hrabrost i ujedno i velika posvećenost.

To ti daje:

- sposobnost da odlučuješ,
- mogućnost da se suočiš da poteškoćama,
- mogućnost da budeš deo izazova,
- savladavanje nesigurnosti.

Koliko puta su nas voljeni i prijatelji osuđivali kada smo kretali sa ostvarenjem najvećih životnih

snova! Tada se vidi koliko si hrabar, da li možeš da prihvatiš svoju odluku i njihovo mišljenje, da li si sposoban da ideš dalje prema cilju. Ili postaneš nesiguran, odustaneš, tražiš izgovore, ideš unazad ili dođeš do jednog nivoa i hvališ se. Ali tamo, još uvek treba da radiš na presudama sa svojim "ja".

Upitaj sebe, kako dalje. Staneš, odmoriš se i sa tim grešiš.

Potrebna je hrabrost da sebe dovedeš u red i da ponovo staneš na put pobednika.

Radi kao i priroda koja se svake godine obnavlja. Ne zanima je šta ko misli, samo procveta, ima nove izdanke i evoluira.



# NEW

ŽUŽA KOKOVAINE  
ZUDOR

menadžer



**Sponzor:** Čirkeš Šandorne i Šandor Čirkeš

**Gornja linija:** Laslo Lukač Đerđ, Eva Kristina Gece, Laslo Žoltne Gece i Laslo Žolt Gece, Judit Molnar, Ilona Oros i dr Žolt Genci, Istvan Halmi i Rita Mikola Halmine, Terezia Herman, Zoltan Bec i Žužana Viktoria Renešei, Žofia Gergelj i dr Laslo Reindl, Aranka Vagaši i Andraš Kovač, Mikloš Berkič, Jožef Sabo, Olivia Emilia Gajdo, Rolf Kipp

## AKO SVE PUCA I AKO SE RASPADA, JA ŽELIM DA ŽIVIM OD FOREVERA

Interesantno je da Forever proizvodi i poslovna mogućnost koju nam neko ponudi, često ne dođu preko te osobe u jednu porodicu, a koja na kraju „oseti ukus posla“. Kod Žužine porodice na primer, Zoltan je radio kao građevinski preduzetnik i prvi put je video puno šarenih kutija kod njegovog mušterije Šandora Čirkeša na stolu. I kao što to inače biva počeo je da se raspituje i uskoro je dobio i puno saveta za proizvode i naravno jedan poziv. Prvo su

na jednom porodičnom obaveštenju čuli opširnije o network marketingu firme.

Opisi proizvoda su još od prvog trenutka bili obećavajući, tako da se Žužina porodica registrovala sa jednom Touch kutijom – prvobitno razmišljajući o popustu koji dobijaju kao kupci. Zatim je Žuži jednom sebe zatekla kako i na svom poslu nudi proizvode: skoro pa je neprimetno počelo da je zanima i građenje biznisa. Jedva da

**Žuži živi sa svojim mužem Zoltanom Kokovai u Hajdu-soboslou. Kata njihova ćerka ima dvanaest godina, a Ana deset godina.**

je prošlo dva meseca i već je mogla da razmišlja o tome "kako dalje" kao supervizor. "Istina je, da kada smo ušli u posao, ja još uvek nisam to želela, ali kako je krenuo supervizor biznis, odjednom sam se sve zagrevala za to. Šta više, želela sam to što pre. Mrzela sam kad bi mi mentori rekli da treba putem ići do kraja, da se razvijam, da učim i slične stvari. Međutim, uvidela sam da su bili potpuno u pravu. Moram da kažem sada gledajući sve to, da i nije bilo toliko teško. Naravno, kada je čovek u tome, na sredini, onda ima i plakanja i smejanja i svega. Dugo sam imala verovala, ali sam jako želela rezultate, pa onda usput nekako sam gubila veru da je to i meni moguće. U



tome su mi puno pomogli sponzori, koji su zajedno sa mnom verovali u to da sam i ja sposobna i da zaslužujem to."

Tako da uzalud se ranije Žuži protivila, jer polako je ipak prošla kroz jednu vrstu razvoja ličnosti. Važan element toga je bilo to da bude sposobna da razmišlja kao preduzetnik. "Pre toga sam uvek bila radnik, a sada sam trebala da podesim mozak na to da sama gradim svoju firmu i da od toga može da se živi. Pored glavnog posla sam dostigla 25 bodova, posle toga sam predstavljala samo Forever."

Bila sam šef osoblja zaduženog za higijenu u hotelu, a to ni malo nije osiguravalo miran život. „Već godinu dana kako nemam ovaj posao, ali mi uopšte ne nedostaje ni sa materijalne tačke posmatrano, ni sa tačke stresa. Ponekad se setim kako je bilo onda kada nisam mogla da budem sa svojim devojkicama za praznike, niti za letnji raspust... U ugostiteljstvu ne postoji fleksibilnost, pa ni priznanja. Samo je moralo da se radi, dok su svaki dan sve obaveze bile na meni, sve loše je padalo na mene, jer sam bila lider. Imala sam jaku motivaciju: Ako sve puca i ako se raspada, ja želim da živim od Forevera. Nisam imala plan B."

I tempo napredovanja kod Žuži se menjao. Na početku je pre radila oflajn (sa dve prezentacije nedeljno) i samo u određenim situacijama je imala vremena da održava druge kontakte. Prvi porečki put joj je odmah dao energiju za razvoj. "Tamo sam prvi put videla more, što je bio poseban doživljaj. Pored toga, obuka mi je sve dala. Išla sam napred, tražila sam one ljude sa kojima mogu da napredujem i zajedno postižem ciljeve."

Tražila je saradnike, ali nije zacrtala tačno kakve. Kao što priča, privlačili su je svakakvi ljudi i nikome nije rekla "ne". Posle određenog vremena je počela da piše, s kime želi da radi i vizualizirala je. „Raspoložene, iskrene, ponizne, koji žele da izađu iz sadašnje situacije i koji rade za svoje ciljeve” – ovako vidi svog idealnog poslovnog saradnika.

## **„SAMORAZVOJ, KONTAKTIRANJE I "POSTOVANJE", LOJALNOST I NARAVNO 100% KORIŠĆENJE PROIZVODA - DANAS JA TOME UČIM DRUGE."**

Partner u ovom poslu joj je postao Zoltan, njen suprug, iako samo kao podrška. „Sa entuzijazmom svima gde god se okrene, nudi proizvode. Uvek kaže za sebe da je on "moj plesni partner u pozadini". Uvek je bio pored mene: ako sam bila utučena uvek bi mi rekao nešto što bi me podiglo i tako je i dan danas. Mnogo mogu da zahvalim Tereziji Herman, koja me je naučila dnevnim navikama uspeha. Samorazvoj, kontaktiranje i "postovanje", lojalnost i naravno 100% korišćenje proizvoda – danas ja svemu tome učim druge."

Žužikin plan za blisku budućnost je da ima 60 bodova i da se fokusira na Eagle program, a na duže staze je pak „sve što može da zamisli” – objašnjava. „Život mi se promenio u potpunosti. Sama organizujem svoje vreme, naravno i na to se treba naviknuti. Na početku je bilo čudno, ali mi se promenilo shvatanje, i pristup prema ljudima. Postala sam otvorenija i prihvatam sve onakve kakvi jesu."

Žuži je rukovodstvo onlajn na Danu uspeha proglasio menadžerom, zbog čega je u početku bila zatečena, zatim je obuzeo osećaj počastvovanosti: „Izvanredno je što nas radnici i lideri na ovaj način podržavaju i u ovoj situaciji – kaže ona. – To je tako trebalo da se desi."

## **FOREVER SUPERGREENS™**

Započni svoj dan sa energetsom bombom koja sadrži više od 20 vrsta voća i povrća! Ojačaj svoj imuni sistem i daj osnovu antioksidantima kako bi i dalje mogao da budeš u najboljoj formi! Pomešaj sa vodom svoje omiljeno piće kako bi iskoristio najbolje hranljive sastojke koje nudi priroda i uneo ih u svoj organizam, postižući da ti svi dani budu zeleni.

**621**

30 x 0.16 kesica







## SAFIR MENADŽER



Like Comment Share

**Diana Oroshazi**  
sponzor: dr Šandor Miles

„Dopusti da se dogodi.“



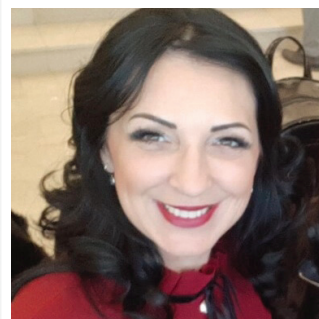
## MENADŽERI



Like Comment Share

**Melinda Lerinc**  
sponzor: Ištvanu Monuš

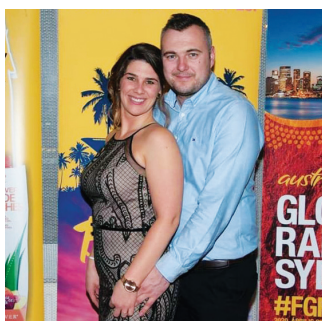
„Forever je rešenje!“



Like Comment Share

**Sofija Momčilović Puljić**  
sponzor: Tijana Mijović

„Tajna uspeha je da volimo ono što radimo.“



Like Comment Share

**Ibolja Njilaš Tot & Jožef Njilaš**  
sponzor: Edina Onodine Suhar

„Verujem u snagu ljubavi,  
u svet koji se budi i u svetlost!“



Like Comment Share

**Adam Pandak**  
sponzor: Eržebet Čizmadiu

„Gde je fokus, tamo je rezultat!“



Like Comment Share

**Arpad Šomodí**  
sponzor: Beata Kamaraš

„Sve počinje sa jednom mišlju...  
Misao ima snagu stvaranja.“

# KVALIFIKOVANI



Like Comment Share

**Mirjana Nikolić & Radona Nikolić**  
sponzor: Olga Ugrenović

„Čak i mali koraci jedne jedinke mogu da promene ceo univerzum.”

## FOREVER2DRIVE

### 3. NIVO

Stjepan Beloša & Snježana Beloša  
Žolt Leveleki

### 2. NIVO

Bezzeg Enikő  
Hegedűs Árpád  
& Hegedűsné Lukátsi Piroska Marietta  
Kis-Jakab Árpád  
& Kis-Jakabné Tóth Ibolya  
Knisz Edit  
Laura Lepojević  
Dr Milesz Sándor  
Dr Samu Terézia  
Utasi István

### 1. NIVO

Balogh Anita & Süle Tamás  
Gecse Andrea  
Jordán Mária  
Sonja Jurović & Zlatko Jurović  
Slađana Vukojević



## ASSISTANT MANAGERS

**Ádám Annamária**

sponzor: Szeicz Gabriella

**Branislav Andrić**

sponzor: Slavica Trifunović

**Tihana Dimitrijević**

sponzor: Jelena Kušljević

**Marija Grubić**

sponzor: Sofija Momčilović-Puljić

**Huber Edit**

sponzor: Walter Trimborn

**Kaló Annamária**

sponzor: Jordán Mária

**Jerkan Kovačević**

sponzori: Stjepan Beloša & Snježana Beloša

**Kovács Enikő**

sponzori: Major István & Majorné Kovács Beatrix

**Mácsikné Szabó Noémi**

sponzori: Lérántné Tóth Edina

& Léránt Károly

**Plózer Katalin**

sponzori: Rimócziné Németh Erika & Rimóczi Attila

**Nikolett Schaeffer**

sponzor: Bernadett Kiss-Lorincz

**Szeicz Gabriella**

sponzori: Berecz Botondné & Berecz Botond

**Slavica Trifunović**

sponzor: Slađana Vukojević

**Ürmös Róbert**

sponzor: Jordán Mária

**Aleksandra Vujović**

sponzor: Jelena Kušljević



## SUPERVISORS

**Alasztics Ildikó**

**Rasima Alibegović**

**Bakota Anikő**

**Gazmend Bala**

**Bernadett Barath**

**Bartha Ibolya**

**Dr Baumholczer Judit**

**Ivana Beljanski**

**Mitar Cvijanović**

**Czeglédny Edina**

**Donkó Rebeka Mária**

**Dórá Erika**

**Endresz Edit Edilász**

**Fábián István**

**Ferencz Zoltán**

**Fodor Dzsénifer**

**Frey-Székely Gyöngyi**

**Gajdács György**

**Snežana Gajić Lozić**

**Gemici Damla**

**Gregor Zuzana**

**Dr Hagymásy László György**

**Hegedűs Király Brigitta**

**Marina Jokić**

**Juszkú-Géczi Melinda**

**Ante Kero**

**Királyné Bognár Judit**

**Kiss István**

**Knul-Kerezi Andrea**

**Kórász Lászlóné**

**Láng Evelin**

**László Julianna**

**Léránt Olivér**

**Hamza Licina**

**Aleksandra Malijar**

**Dragana Marković**

**Matusné Bauer Andrea**

**Nagy Ilona**

**Németh Edit**

**Népossy László**

**Pálinkás Anett**

**Pálmai János**

**Pápai Renáta**

**Pató Noémi**

**Stanka Pejović**

**Póta Gábor**

**Rabóczkiné Veréb Mária**

**Selymesné Bognár Brigitta**

**Senkár Renáta**

**Soós Tibor Andrásné**

**Szabó Mária**

**Szajkó Kálmánné**

**Sziderisz Dorottya**

**Teremy László**

**Tóbiás Henrietta**

**Liljanka Tomašić**

**Toplák Tamás**

**& Horváth Erzsébet**

**Tyukodi Veronika**

**Ana Valent & Vladimir Valent**

**Aniko Varga**

**Vásárhelyiné Schneid Anett**

**Vígh Krisztián**

**Wilk Zsuzsanna**

**Sara Zugic**



# Forever avanturista

**Gradenje firme je jedno veliko putovanje – put do samospoznaje i otkrivanja sveta. Mnogima u firmi je privlačno što ne otkrivaju samo sebe, već i razne daleke destinacije, nepoznate kulture koje mogu da dobiju kao bonus putovanje. U našem novom članku časopisa Foreverovci koji su obišli svet pričaju svoje priče i tako i mi postajemo istraživači.**



**DR ENDRE NEMET**  
soaring menadžer

Proteklih dvadeset godina ljubaznošću Forevera obišli smo svet. Postali smo bogatiji za mnoga iskustva - i želimo sa vama da podelimo neka od njih.

Naše najčudesnije putovanje bilo je jedno od naših prvih putovanja sa Foreverom 2001. godine. Posetili smo sadnice, industrije i Southfork Ranch, kancelariju u Feniksu, bili do Las Vegasa i posle toga na Rallyju u Vankuveru.

Za deset dana putovali smo jedanaest puta avionom. Busevi su nas vozili skroz do aviona. Izašli smo iz autobusa, i nakon nekoliko koraka bili u avionu. Danas je to nezamislivo.

Na prvom putovanju u autobusu nas je dočekao Rex Maughan. Tada je postavio pitanje koje je danas već obišlo svet: "Mr. Rex! Zašto Forever nema svoju penu za brijanje?" Na šta je Rex Maughan odgovorio: „Zato što u

tome još uvek mi nismo najbolji." Moja druga omiljena priča jeste kada nam je pratilac bio Navaz Gashwala. Uveče smo stigli u hotel mrtvi umorni i nije bilo dovoljno očišćenih soba. Svi su dobili svoju sobu, samo mi nismo. Tada je Navaz uzeo i dao nama ključ od svoje sobe. Jednostavno smo se zaledili i samo smo uspeali da izgovorimo "thank you".

I za kraj još jedna fantastična priča koja je bila odlučujuća za naš život u Foreveru. Čekali smo da krenemo u Las Vegas, a naši koferi su i dalje bili pored autobusa i čekali da budu upakovani.

Do tada smo već bili navikli da ne treba da se bavimo koferima, jer iz autobusa nose kofere direktno u sobu. Kad krećete, treba samo da ih stavite ispred sobe. Tako da sam ja samo stajao pored autobusa i razmišljao. I onda se pojavio Rex Maughan i kao da je to najnormalnija stvar na svetu, počeo da ubacuje kofere u autobus. Bili smo zapanjeni.





Tada sam naučio nešto: veličina i poniznost idu ruku pod ruku. Ja mogu još da radim na svojoj poniznosti!

Želim i tebi da imaš slična iskustva, koje ćemo zajedno proživeti!





# 03.2020. NOVI KVALIFIKOVANI

## 200+CC

Almási Gergely & Bakos Barbara

## 150+CC

Laura Lepojević  
Hegedűs Árpád  
& Hegedűsné Lukátsi Piroska Marietta  
Slađana Vukojević  
Dr. Seresné Dr. Pirkhoffer Katalin  
& Dr. Seres Endre  
Klaj Ágnes  
Jordán Mária  
Aleksandra Petković  
& Bogdan Petković

## 100+CC

Szabóné Dr. Szántó Renáta & Szabó József  
Stjepan Beloša & Snježana Beloša  
Varga Géza & Vargáné Dr. Juronics Ilona  
Dénes Gabriella  
Berecz Botondné & Berecz Botond  
Zsidai Renáta  
Egresits-Ilyés Andrea Renáta  
Dr. Rédeiné Dr. Szűcs Mária  
& Dr. Rédei Károly  
Heinbach József & Dr. Nika Erzsébet  
Dr. Berezvai Sándor & Bánhegyi Zsuzsa  
Djenan Alidžiković  
Dr. Rokony Adrienne & Dr. Bánhegyi Péter  
Hollóné Kocsik Judit & Holló István  
Szabó György & Szabó Nikolett  
Horváthné Csíki Mariann  
Glatter Andrea  
Vladimir Jakupak & Nevenka Jakupak  
Halmi István & Halminé Mikola Rita  
Dr. Dósa Nikolett  
Stevan Lomjanski & Veronika Lomjanski  
Krasznai Cintia  
Nagy Ildikó  
Tanács Ferenc & Tanács Ferencné  
Éliás Tibor  
Háhn Adrienn

## 60+CC

Magyari-Martos Mónika  
Ferencz László & Dr. Kézsmárki Virág  
Major István & Majorné Kovács Beatrix  
Kubinyi Ida  
Csuka György & Dr. Bagoly Ibolya  
Tijana Mijović  
Jelena Kušljević  
Rusák Patrícia  
Zsiga Márta  
Tóth Sándor & Vanya Edina  
Tóth Emese Ágnes  
Ana Lomjanski  
Kurucz Endre  
Leel-Őssy Gabriella  
Komondi Julia  
Lérántné Tóth Edina & Léránt Károly  
Dr. Fábián Mária  
Andreja Brumec  
Olga Ugrenović  
Majoros Éva  
Szabó Péter  
Ludvigné Szigeti Zsuzsanna  
Almási Vivien  
Dobai Lászlóné & Dobai László  
Utasi István  
Kissné Szalay Erzsébet & Kiss Zoltán  
Orbán Tamás  
Sárrfyné Gutmann Zsuzsa & Sárrfy János  
Vigh Sándorné  
Berkics Miklós  
Halmi Bence István  
Nagy Tímea  
Barna Beáta & Barna Róbert  
Danko Simac & Lucija Simac  
Lapicz Tibor  
Knisz Edit  
Tóthné Beller Renáta  
Husztai Erzsébet & Pálkövi Tamás  
Dr. Debrődi Mária  
Hajdu Ildikó Rózsa & Hajdu Kálmán  
Rimócziné Németh Erika & Rimóczi Attila  
H. Pezenhofer Brigitta  
& Henc Krisztián Dávid  
Bata Orsolya  
Varga Róbert  
Illés Györgyné & Illés György

Pappné Hubai Katalin  
Tóth Antalné & Tóth Antal  
Sonja Knežević  
& Nebojša Knežević  
Lőrincz Melinda  
Hegedűs Tímea  
& Hegedűs Gábor  
Seresné Bathó Mária  
& Seres János  
Szolnoki Mónika  
Boro Ostojić & Mara Ostojić  
Köves Márta  
Kobza Rita Zita & Kormos Gábor  
Sofija Momčilović-Puljić  
Dr. Kardos Lajos  
& Dr. Kardosné Hosszú Erzsébet  
Brayer Ildikó Hajnalka  
Molnárné Kiss Tímea  
Horváth Andrásné  
Donkó Zoltánné & Donkó Zoltán  
Tóth Zsolt  
& Tóthné Borza Eszter  
Kardos Anikó  
Tóth Tamás & Bostyai Emília  
Hanyecz Edina  
Béres Mónika  
Dr. Király Tünde & Nagy Károly  
Emődiné Csapó Barbara  
& Emődi István  
Mészárosné Hrabovszki Márta  
Katona Zsuzsanna  
Kovács-Király Krisztina  
Senk Hajnalka  
Galambosi István  
Miklós Istvánné & Tasi Sándor  
Dr. Kolonics Judit  
Seres Máté & Seres Linda  
Angyal-Kadlinger Anett Barbara  
Gyurik Erzsébet  
Simon Janó  
Nagyné Belényi Brigitta  
& Nagy Ádám  
Dragana Stojić  
Fekete Zsolt  
Szeicz Gabriella  
Szenpéteriné Kapus Ilona

**U OVO ČLANKU FOREVER MAGAZINA, IZ MESECA U MESEC ĆE NAM PO JEDAN USPEŠNI GRADITELJ MREŽE DAVATI UVID U NJEGOVA PLANIRANJA ZA AKTUELNI PERIOD. MOŽEMO DA UPOZNA MO NJEGOV STAV O OSNOVNIM KORACIMA GRAĐENJA, KA USPEŠNOM PLANIRANJU.**



**ARPAD HEGEDIŠ I PIROŠKA  
LUKAČI HEGEDIŠNE**  
senior Eagle menadžeri

## MESEČNI planer

Započecu ovaj tekst slično kao Eva Majoroš u aprliskom izdanju časopisa: Celo godišnje planiranje je osnova našeg posla, ali sada to ima još veći značaj, jer počinje preiod kvalifikacije za Eagle program 2021. koji kada ispuniš, bićeš deo fantastičnog iskustva. Ići ćemo da posetimo Feniks, centar Forevera, a počinje i drugi deo kvalifikacije za Poreč.

Ponovo svi imaju mogućnost da napreduju nivo i da se kvalifikuju, zato je važno da kao menadžer održiš promet od 60 bodova, da se fokusiraš i pomogneš kolegama da budu kvalifikovani za Poreč.

Upravo zato je jako važna mesečna aktivnost od 4 boda i njeno planiranje u timu.

- Ako imaš rutinu, onda to ostvari do sredine meseca, tako da sa 100% energijom možeš da pomogneš svojim kolegama u uspehu!
- Pazi da uvek imaš FBO bodove, jer će ti biznis samo tada napredovati. Nauči koji je pravilan pravac!

- Ako ti se nedeljni planovi pomere do sredine meseca, onda pričaj sa sponzorom, jer te on pronašao i on veruje u tvoj biznis. Skoncentriši se, fokusiraj i daj sve od sebe, JER TI OD OVOGA ZAVISI BUDUĆNOST.

- Čitaj knjige, slušaj motivacione materijale koji će ti pomoći da usvojiš struku network marketinga i da imaš pozitivan stav!

- Uvek koristi podsticaje koji se odnose na tebe! U timu koristi podsticaj za Poreč, jer tako možeš da daš primer drugima.

Dakle, pazi na 4 cc, na FBO bodove i kvalifikuj se za podsticaje, koristi državne i timske događaje i webinare!

Uživaj u poslu, timskoj igri, osećaj se dobro, smeji se puno i ljudi će te pratiti!

Uživaj u svakom trenutku svoga života, budi zahvalna na poteškoćama, preprekama i ne zaboravi: svaka poteškoća popločana je čudesnom stazom.



# OBAVEŠTENJA KÖZLEMÉNYEK SAOPŠTENJA OBVESTILA NJOFTIME

**Naša kancelarija u Mađarskoj zbog trenutne pandemije i opasne situacije, radi očuvanja zdravlja svih nas, do daljnjega neće primati lične narudžbine. Isto tako naša kancelarija i magacin i nadalje svaku narudžbenicu obrađuju 0-24 sata ([www.flpshop.hu](http://www.flpshop.hu)), drugim rečima, svi pozadinski radovi se i nadalje odvijaju bez zastoja. Molimo Vas, da nam vaša pitanja šaljete prvenstveno na našu e-mail adresu. Želimo Vam i nadalje dobro zdravlje!**

## SRBIJA

**Beogradska kancelarija:** 11010 Beograd, Kumodraška 162.  
tel.: +381-11-397-0127, fax: +381-11-397-0126, imejl: [office@flp.co.rs](mailto:office@flp.co.rs)  
Salon lepote Sonya +381-65-394-1711

Imejl za naručivanje: [narucivanje@flp.co.rs](mailto:narucivanje@flp.co.rs)  
Radno vreme: ponedeljak, utorak i četvrtak 12:00-20:00, sreda i petak 09:00-17:00, svake poslednje subote u mesecu: 9:00-13:00 i tokom Dana uspeha  
Telecentar: +381-11-309-6382, +381-65-309-6382  
Radno vreme: ponedeljak, utorak i četvrtak: 12:00-18:30  
sreda i petak: 9:00-16:30, svake poslednje subote u mesecu

Forever Srbija internet prodavnica je non-stop dostupna na [www.flpshop.rs](http://www.flpshop.rs). Stranica je u režimu održavanja radnim danima od 8 do 9 ujutru, kao i poslednjeg dana u mesecu kada se kraj radnog vremena internet prodavnice poklapa sa radnim vremenom kancelarije u Beogradu.

Direktor: dr Branislav Rajić  
Lekari konsultanti: dr Biserka Lazarević  
i dr Predrag Lazarević: +381-23-543-318  
Utorakom i petkom 14:00-16:00

## MAGYARORSZÁG

### **Termékrendelés**

**Webáruházunk:** [www.flpshop.hu](http://www.flpshop.hu)

**Telecenter:** hétfőtől péntekig 9:00-16:45-ig hívható számaink:  
+36-1-297-55-38; +36-70-436-4288; +36-70-436-4291; +36-70-436-4294;  
+36-80-204-983 („zöld szám”: vezetékes hálózathoz díjmentesen hívható)

### **Ügyfélszolgálat, Információ**

**Ügyfélszolgálat (telecenter, webshop):** [ugyfelszolgalat@foreverliving.hu](mailto: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](http://www.foreverliving.com)

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

E-mail: [flpbudapest@foreverliving.hu](mailto: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](mailto:rendezveny@foreverliving.hu), mobil: +36 70 436 4240

Belföldi és nemzetközi kommunikáció: Szecsei Aranka: 136 mellék,

mobil: +36 70 436 4229;

Marketing csoportvezető: Bótvári-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](mailto: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 – P: 10-18 óráig

(a számlázás zárás előtt 30 perccel befejeződik).

Területi igazgató: Radóczki Tibor

**A hónap utolsó szombatára eső napjain (amelyeket már nem követ munkanap a hónapban) kizárólag a webshopon ([www.flpshop.hu](http://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](http://www.kastelyszirak.hu)

Sasfészek Étterem, tel.: +36-1-291-5474, [www.sasfeszeketterem.hu](http://www.sasfeszeketterem.hu).

A Forever Resorts magyarországi intézményeinek ügyvezető igazgatója

Lenkey Péter, szálloda igazgató Király Katalin.

## CRNA GORA

Forever Living Products Hungary LTD Budimpešta

**Glavno predstvištvo Nikšić**

Kapino polje bb, 81400 Nikšić, Crna Gora

Naručivanje: [www.flpshop.me](http://www.flpshop.me)

Email: [flppodgorica@t-com.me](mailto:flppodgorica@t-com.me), [flp.podgorica@flp.co.rs](mailto:flp.podgorica@flp.co.rs)

Telefon (Viber): +381653970130

## SLOVENIJA

**Spletna trgovina: [webshop.forever.si](http://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](mailto:info@forever.si); [www.forever.si](http://www.forever.si)

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

email: [narocila@forever.si](mailto:narocila@forever.si);

Delovni čas: ponedeljek in četrtek od 12:00-20:00, torek, sreda in petek od 09:00-17:00

**Pisarna Lendava/Lendva:** Kolodvorska ulica 6, 9220 Lendava

Telefon: +386 2 575 12 70, email: [lendva@forever.si](mailto:lendva@forever.si)

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

Delovni čas: ponedeljek – 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](http://www.forever.si))

## HRVATSKA

[www.foreverliving.hr](http://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](mailto: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](mailto:savjeti@foreverliving.hr)

## SHQIPËRIA

**Zyra e Tiranës:** Rr. Selim Brahja 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 Kijaj: Cel: +355 69 40 66 811

e-mail: [flpalbania@abcmall.al](mailto:flpalbania@abcmall.al)

[www.foreveralbania.com](http://www.foreveralbania.com)

## KOSOVA

Area Manager: Mr Sc Luzim Tytynxhii,

+ 383 49 866 865

email: [lulzimt@foreverliving.hu](mailto:lulzimt@foreverliving.hu)

webshop: [www.foreverkosovo.com](http://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](mailto: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

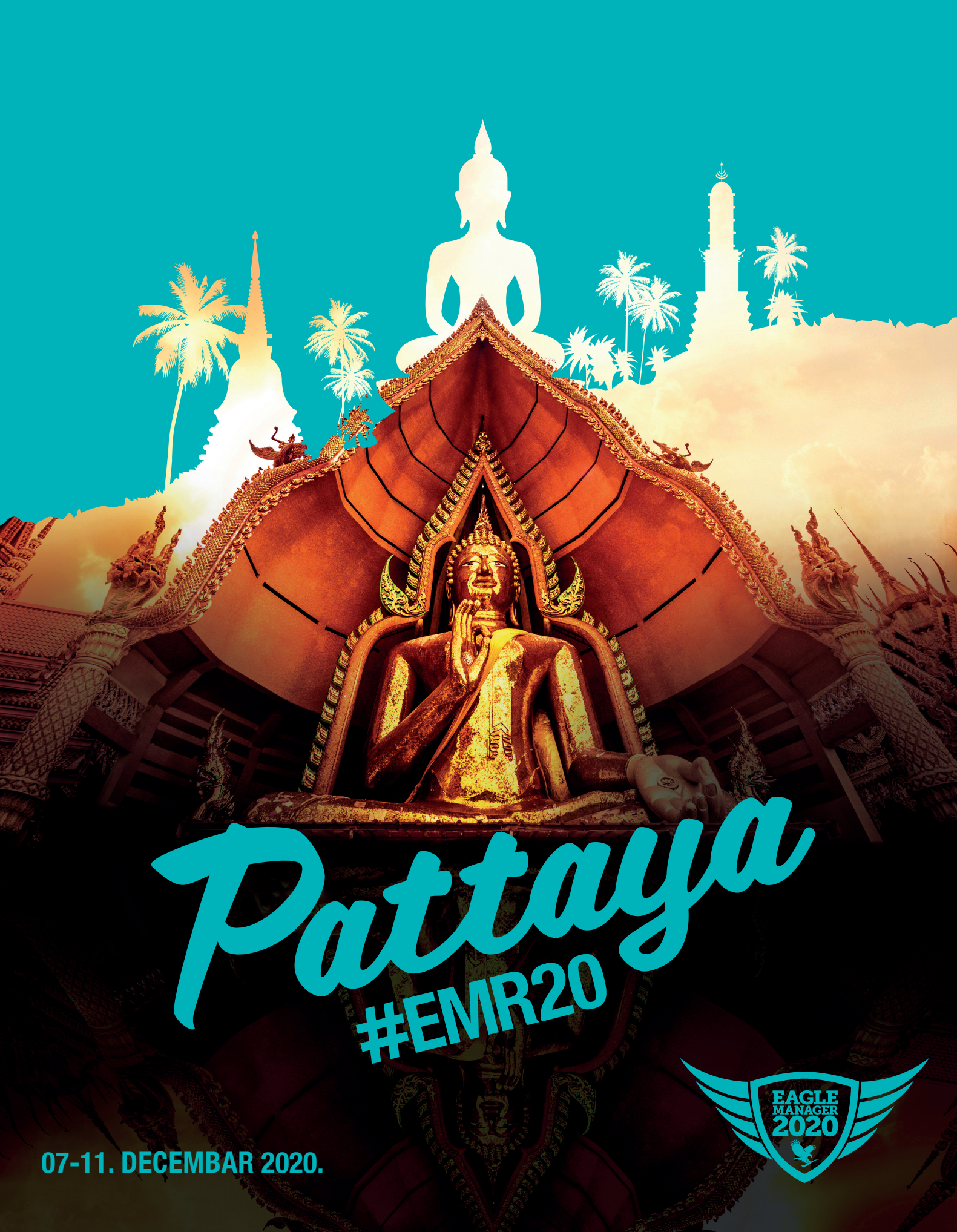
Radno vrijeme – ponedjeljak, četvrtak, petak: 09:00–16:30,

utorak, srijeda: 12:00–20:00

elektronska pošta: [flpm@bih.net.ba](mailto:flpm@bih.net.ba)

Rukovodilac ureda: Enra Čurovac-Hadžović





# Pattaya

## #EMR20

07-11. DECEMBAR 2020.







 *australia*

# GLOBAL RALLY SYDNEY

**#FGR21**  
11-18. APR. 2021.



IME I KOD VAŠEG SPONZORA: