

MAGYARORSZÁG BOSNA I HERCEGOVINA CRNA GORA HRVATSKA SHQIPËRIA SLOVENIJA SRBIJA

FOREVER

Mart 2021 XXV Izdanje 03



**START YOUR
JOURNEY**
Personal Use Pak

FLP360 OBEZBEZBEĐUJE SVE ZA USPEŠNO GRAĐENJE BIZNISA

Uz pomoć izveštaja možeš da pratiš formiranje svog biznisa. Možeš da istražiš vrline svog tima i mogućnost koja se krije u njima. Možeš da pratiš svoj razvoj preko važnih podsticaja i da stvariš ravnotežu u svom biznisu – na ovaj način ti pomaže FLP360 da imaš uvid u svoj biznis i da pratiš njegov razvoj.

FLP360[°]
Insight. Strategy. Growth.



FOREVER[®]





Živimo u čarobnom vremenu

Svet se zaista promenio u protekle 43 godine. Čini se kao da početna faza Forevera i nije bila tako davno, kada sam u svojoj dnevnoj sobi održavao prezentacije proizvoda. Posle toga sam seo u svoj auto i vozio se celu noć kako bih održao isto to predstavljanje proizvoda u drugom gradu. U to vreme je građenje biznisa značilo pisanje pisama, telefoniranje i kucanje na vrata. Najbliža stvar društvenim mrežama bio je jedan rolodex koji sam držao na pisaćem stolu.

Tadašnji tim se sastojao od samo nekolicine ljudi i svi smo bili izuzetno uzbuđeni zahvaljujući ovim proizvodima, kojima nije bilo premca na tržištu. Ovo uzbuđenje je ostalo i do dan danas i Forever me je odveo na takva mesta na koja ni u snu ne bih pomislio. Da ste mi rekli u prvih 20 godina Forevera, da ćemo jednog dana održavati događaje onlajn i da ćemo povezati puno ljudi širom sveta putem naših monitora, verovatno bih pomislio da čitate malo previše naučne fantastike. Bio sam siguran da me je ovaj posao pogodio svim mogućim iznenađenjima koja su već napisana u knjizi.

SLEDEĆEG MESECA PRIDRUŽIĆU SE DESETINAMA HILJADA LJUDI ŠIROM SVETA DA VIRTUELNO PROSLAVIMO GLOBAL RALLY.

Premotavajući unapred za par godina, naći ću se tamo kako stojim na bini Global Rallyja dok gledam više od 20 000 Forever poslovnih saradnika iz celog sveta.

Naš mali biznis prerastao je u jedan biznis globalnog karaktera i tehnologija je bila ta koja nas je odvela tamo. Nisam verovao, da bilo šta može prevazići taj osećaj, ali evo nas, spremni smo da ponovo napišemo istoriju.

Sledećeg meseca pridružiću se desetinama hiljada ljudi širom sveta da virtuelno proslavimo Global Rally. Ovo će biti Rally sa najviše učesnika do sad, sa kojim možemo pružiti još većem broju ljudi mogućnost da mogu da iskuse uzbuđenje Global Rallyja na jedan potpuno nov način. Neverovatno je u kojim vremenima danas živimo, možemo ostati u kontaktu i biti tu jedni za druge bez obzira na to što lični sastanci nisu ostvarljivi.

Svi ste zaslužili proslavu za svoj naporan rad i za postignute rezultate tokom protekle godine. Svaka godina donosi svoje izazove, mogućnosti i nepredviđene okolnosti. Međutim, možemo se nazvati srećnima da živimo u vremenu kada ne samo da se zajedno možemo suočiti sa izazovima, već svi možemo raditi na svetlijoj budućnosti i možemo graditi bolju zajednicu čak i kad nas razdvajaju hiljade kilometara jedne od drugih.

Tehnologija je daleko napredovala, ali temelji Forevera nisu se mnogo promenili. I dalje možemo da radimo na napretku povezivanja sa drugima, nudićemo omiljenih proizvoda i pružanju neuporedive mogućnosti. Način na koji uspostavljamo ove kontakte i impresivni alati koji su nam na dohvat ruke samo su nas ojačali.

Toliko sam ponosan što mogu da se pridružim tolikom broju vas na ovoj istorijskoj, virtuelnoj proslavi Global Rallyja. Osećam da je ovo godina prekretnice i pravo vreme da se u bliskoj budućnosti setimo tih svetlih dana. Ako smo naučili bar jednu stvar o Foreveru, to je da nikada ne potcenjujemo potencijal ovog biznisa koji poboljšava život. Možda ne znam šta se krije iza sledećeg ugla, ali znam da sa uzbuđenjem čekam da se to nešto dogodi i nadam se i vi.

S večnom ljubavlju:



Rex Maughan

Predsednik Upravnog odbora
Forever Living Products

Pokretačka snaga Forevera



Pouzdanost je jedna od najvažnijih stvari u životu, a ipak neobraćamo pažnju na to. Dobar motor obezbeđuje automobilu dugogodišnje funkcionisanje, ali ne posvećujemo dovoljno vremena tome da cenimo sve ono što se dešava ispod haube.



Vertikalna integracija je takav motor uz pomoć kojeg Forever funkcioniše i zbog njega radi punom parom od 1978. godine. U našem vlasništvu su te doline na kojim uzgajamo aloju i objekti u kojim nastaju naši proizvodi, kao i sistem logistike koji pomaže pri isporuci proizvoda širom sveta. Kada preuzmete vaš omiljeni proizvod, ili kada ga izvadite iz frižidera, sigurno ne razmišljate o svakom koraku procesa koji je neophodan za nastanak najboljeg proizvoda od aloje. Ne treba da promišljate. O tome ne treba da razmišljate pošto možete biti sigurni da smo mi to već uradili.

Pazimo na svaki detalj počevši od sadnje aloje, do trenutka dok vaša poručbina ne stigne do vas. Posvećenost vertikalnoj integraciji Forever čini jedinstvenim u network marketingu. Nije tajna da je potrebno znatno više ulaganja da bi se kontrolisali svi aspekti uzgajanja, proizvodnje i distribucije naših proizvoda, ali ovo je jedan od najubedljivijih razloga da sa sigurnošću preporučujete naše proizvode.

Postoji mnogo firmi koje uštede dosta novca i brzo zarađuju tako što svoje proizvode nabavljaju umesto da ih proizvode sami. Ali to urušava njihov kredibilitet. Ne mogu sa svojim strankama da pričaju sa samopouzdanjem o tome kako prave proizvode, ili kakvi su im objekti i da li zaposleni koji rade tamo dobijaju poštenu zaradu. Većina firmi često ne može da vam kaže gde i kako održavaju osnovne sastojke. Ovo je samo par stvari sa dugačke liste koje kupci zaslužuju da znaju kada kupuju proizvod.

Po tome se razlikuje Forever od ostalih. Kada preporučite nešto od širokog spektra dodatka ishrani onima koji su zainteresovani za to, možete im reći da su ovi proizvodi proizvedeni pomoću tako kvalitetne farmaceutske opreme koja je prošla kroz 333 ispitivanja kvaliteta u kompaniji Forever Nutraceutical. Ljudi koji rade tamo, rade sa strašću i predani su svom poslu. Ako pitate naše konkurente koliko testova kvaliteta sprovode na svojim proizvodima i objektima, neće vam moći reći. Međutim, kod nas se to ne dovodi u pitanje, u svakom našem objektu, od Arizone do Teksasa i širom sveta.

Neki tvrde da vertikalna integracija može biti ograničavajući faktor ili da su najsavremenije nauke i nove tehnologije preskupe. Naš proces čini posebnim to što znamo kada treba aktivirati ključne partnere. Forever je neverovatno ponosan što radi sa liderima koji razmišljaju unapred, da biste vi uvek bili u toku sa najnovijom tehnologijom ili inovativnim ambalažama.

Kvalitet nas uvek stavlja na istaknuto mesto. Ovo se odnosi na naše proizvode, naše ljude, naše objekte. Sledeći put kada preuzmete ili preporučite proizvode, imajte na umu da su to omogućili naši naučnici, u našim laboratorijama, naši posvećeni proizvođači, naš magacinski tim i svi koji rade na održavanju rada "motora". Možete računati na 43 godine vere, zalaganja i kvaliteta. To nije samo u našoj industriji retko, već je gotovo nepoznato u bilo kojoj industriji i svi možemo biti ponosni na to.

Uvek se smejte!

Gregg Maughan
Predsednik
Forever Living Products



Čestitam
Damama!

Osmog marta sam čestitao damama, devojkama, ženama, prvobitno mojoj budućoj supruzi Ani, mojim ćerkama i naravno uživo svima na Internetu, jer je ovaj dan prvenstveno njihov.



I naša struka se poženstvenila kako kažu, jer mrežu gradi više žena nego muškaraca – to je činjenica! Naravno gospodo moja i mi smo potrebni.

Prvobitno žene paze na porodicu, zdravlje dece, vole da komuniciraju, jako su vredne i istrajne, što su neophodni uslovi za građenje mreže.

Pazimo na žene, držimo ih kao malo vode na dlanu i na taj način će svet biti savršen za sve!

Ne čekaj da sutra dobiješ nešto zauzvrat, šta više, nemoj da radiš

**AKO NAČINIŠ JEDAN POZITIVAN KORAK
NAPRED, IMAĆEŠ PUNO PRATILACA I
TAKO ĆE TI RAZUMEVANJE I
PRIHVATANJE SVETA POSTATI PUNO
LAKŠE. POPRAVIMO SVET MAKAR
JEDNIM LEPIM OSMEHOM, REČJU,
JEDNIM ISKRENIM ZAGRLJAJEM I SA
PUNO LJUBAVI!**

da bi bilo šta dobio zauzvrat! Čini zbog sebe i videćeš da će te polako sve više njih pratiti! Prihvati u svom okruženju ljude onakvim kakvi jesu, ali budi im uzor i oni će da te prate!

Forever Mađarske i balkanski region su odlučujući u Evropi, postali su najvažniji član vodećih timova. Budi ponosan što živiš i radiš ovde i što možeš da budeš uzor!

Drage moje žene, vas slavmo, volimo i mnogo toga je u vašim rukama, prvobitno budućnosti mnogih porodica. Pazimo jedni na druge, jer su u najtežim okolnostima uvek žene održavale snagu, hrabrost i sklad u porodici.

Srećan Dan žena svima!

Napred Forever!

Dr. Mieszko Sándor PhD.
Országigazgató

Hrani se uravnoteženo!

Pravilna ishrana započinje sastavljanjem obroka iz različitih izvora. Ali čak i uravnotežena ishrana može da ima nedostatke. Razvojem dodatka ishrani, najjednostavnije možemo obezbediti svom telu hranljive materije koje su mu potrebne za zaštitu zdravlja. Evo nekoliko sjajnih saveta o tome koju hranu možete isprobati tokom našeg programa C9, i uopšte, zašto biste trebali ući u taj program.

Preporuka Eagle menadžera Eržebet Kišne Salaj:

Žašto treba ući u C9 program?

Jer će se tvoje telo i duša preporoditi. U januaru ove godine, ne po prvi put, otkrila sam koliko je istinita izreka: čisto telo – čist um. Pod C9 programom glava mi je bistrija, dobre misli, ideje, rešenja dolaze sami od sebe. Čak je i tih devet dana dovoljno da osetiš kako funkcionišeš kada (izvinite na izrazu) ne koristiš telo kao kantu za smeće, već ga napuniš kvalitetnim hranljivim sastojcima. Energično, sveže i u formi!

Zato što te program uči onome što si već znao – dnevnom unosu vlakana, dovoljnom unosu tečnosti i tako dalje – to sada koristi i u praksi, jer ćeš biti ponosan na sebe, izvući ćeš iz sebe svoje pobedničko ja! Osetićeš ovo: URADIO SAM! ZBOG SEBE!

Neka ti uvek bude na umu: to što daješ svom telu, to će ti ono vratiti nazad. Zato, daj mu najbolje! Kreni u C9 program!



Doručak

Tradicionalni doručak od jaja, tosta i slanine (ili slično) odličan je da ti obezbedi energiju koja ti je potrebna do ručka. Međutim, nedostaju mu neki važni vitamini i biljne hranljive materije. Možda više voliš da jedeš hranu sa manje kalorija, zdrav doručak, poput ovsene kaše sa svežim voćem. Ovo je odličan način da se napuniš energijom sa kompleksom ugljenih hidrata, bez puno masti, a voće obezbeđuje potrebne vitamine i antioksidante. Međutim, takvoj hrani nedostaje izvor belančevina.

Isprobaj Forever Lite Ultra®!

Forever ukusni shake-mix sadrži 17 grama belančevina, da bi dopunio tvoj doručak. Svaka porcija ti obezbeđuje plus vitamine i amino kiseline. Forever Lite Ultra® sa ukusom čokolade ili vanile, lako možeš da pomešaš sa biljnim mlekom ili svojim omiljenim pićem na biljnoj bazi.





Preporuka Senior menadžera dr. Nikoleta Doša:

U današnje vreme jedan od najmodernijih paketa proizvoda je naša kutija nazvana C9, ali mnogi nemaju volje da je isprobaju. I sama ga počinjem nekoliko puta godišnje i prolazim ovaj program do kraja sa svojim partnerom.

Volela bih da otklonim neke zablude o ovome:

NIJE DIJETA. Kako je neko mogao da pomisli da za devet dana možete zdravo i trajno da smršate?

NIJE PROMENA ŽIVOTNOG STILA. Na kraju krajeva, za devet dana nećemo promeniti način života.

NE MORATE DA GLADUJETE. Kako bismo uživali u procesu i rezultatu ako bismo u međuvremenu morali da patimo?

Pogledajmo o čemu je tačno reč ovde!

Za 9 dana MOŽEMO ZAPOČETI jednu promenu životnog stila. Na drugačiji način da se hranimo, krećemo, na drugačiji način da unosimo tečnost i kao glavno: drugačije da razmišljamo.

Za 9 dana MOŽEMO POKRENUTI metabolizam tako da ohrabreni vidnim promenama možemo i nadalje da nastavimo da se hranimo zdravo.

Za 9 dana ISKUSIĆEMO kako je oslobađajući osećaj napuniti telo korisnim supstancama, umesto da trošimo višak energije na varenje nezdrave (i na previše količinski) hrane. Ključ uspeha je u pridržavanju programa, personalizovanog, uz pomoć mentora.



Ručak

Nije uvek moguće pojesti uravnotežen ručak. U užurbanim danima kada se osećaš kao da ne možeš da se izboriš sa svim onim što treba obaviti, čini se sjajnom idejom da kupiš nešto u restoranu brze hrane. Iako nas ova hrana sprečava da se osećamo gladni, nedostaju im važne hranljive materije kao što su vitamini, antioksidanti i biljne hranljive materije koje dobijamo iz voća i povrća. Ako voliš da pripremaš ručak unapred, verovatno ćeš odabrati jelo poput piletine sa pirinčem i dinstanom šargarepom. Iako je piletina dobar izvor proteina (belančevina), a kuvano povrće sadrži dobre hranljive materije, ipak sadrži malu količinu vlakana.

Isprobaj Forever Fiber®!

Dopuni ručak sa malo vlakana, Forever Fiber®-om! Svaka kesica sadrži dovoljno vlakana, a ne moraš da unosiš dodatne kalorije u organizam. Ovaj Forever proizvod se brzo rastvara. Jednostavno ga pomešaj sa svojim omiljenim pićem i na taj način ćeš potpomoći svoje varenje.



Večera

Jedno takvo jednostavno jelo poput testenine sa turom (mladim sirom) vrlo je ukusno, a sadrži puno laktoze, što može opteretiti naš probavni sistem. Obilan obrok napravljen od mlečnih proizvoda može uticati i na one koji nisu osetljivi na laktozu (mada to ne znači da se zauvek moramo odreći svoje omiljene hrane).

Jedna jednostavna, zdrava večera poput lososa ili druge ribe sa pirinčem i salatoma je zdrava i nije preteška za pripremu. Štaviše, Omega 3 je bogat masnim kiselinama, vitaminima i biljnim hranljivim materijama, ali mu nedostaje kalcijum.

Isprobaj Forever Calcium®!

Dopuni ovaj nedostatak hranljivih materija sa Forever Calcium®-om! Forever Calcium® obezbeđuje kostima dnevne potrebe za njim. Kalcijum, vitamin D, magnezijum i cink učestvuju u održavanju normalnih kostiju. Ova ekskluzivna mešavina raspolaže efikasnim mineralnim sastavom u interesu maksimalne apsorpcije.

Forever Calcium® | 206



Preporuka Soaring menadžera Edit Knis:

Od kada je C9 u našim rukama kao izvanredan program za promenu načina života, nema potrebe za obećanjima na početku godine, jer konstantno možemo voditi računa o tome da se osećamo dobro spolja i iznutra!

Meni C9 daje mnogo više od onoga što mnogi ljudi misle o njemu. Uči samodisciplini, strpljenju, podstiče istrajnost i uvodi sistem u svakodnevni život. Uz njegovu pomoć možemo da pružimo našem organizmu kvalitetne hranljive materije, odgovarajuću količinu tečnosti i vlakana. Prvenstveno ga preporučujem onima koji su spremni da krenu u program sa ozbiljnim ciljem, savesno, i sa stavom: „Ne odustajem!“

Podrška mentora, korektan prenos informacija je presudan za uspeh. Bolji osećaj i lepši izgled može da se postigne tačnim praćenjem koraka procesa. Prva dva dana, bez čvrste hrane, pripremljen ukusni Lite šejk u prahu sa biljnim mlekom, a vlakna i Aloe gel čine da se osećamo lakše i puni energije. Od trećeg dana uključujemo niskokaloričnu ishranu. U ovom periodu volim lako varljive obroke!



C9® | 475-476, 625-626, 629-630

FGR21 ČPP

PRUŽAMO VAM JEDNO NEZABORAVNO ISKUSTVO

Uzbuđenje i atmosfera Global Rallyja u udobnosti tvog doma! Prikluči nam se 8-9-10. aprila i uživaj u tri dana puna uzbuđenja, treninga, slavljenja, priznanja i dobre ZABAVE! Global Rally nije samo još jedan virtuelni sastanak na kome ćeš samo sedeti i slušati. Umesto toga, priključuješ se sa timom, stupiti u kontakt sa liderima širom sveta i biti deo nekoliko iznenađenja i interakcije uživo. Ne propusti priliku da budeš deo ovog fantastičnog digitalnog događaja!

FGR21 KARTE

KVALIFIKOVANI

Ako si kvalifikovan za Global Rally, Chairman's Bonus ili Soar to Sydney, ne treba da kupuješ kartu za Global Rally at Home. Kada tvoje karte postanu dostupne, dobićeš imejl za registraciju. Kada završiš registraciju, poslaćemo ti potvrdu. Svaki potvrđeni registrovani kandidat dobiće pristupni kod putem e-pošte sredinom marta sa kojim će moći da prisustvuje događaju. Imajte na umu da bilo da ste kvalifikovani za Global Rally, za Chairman's Bonus ili Soar to Sydney, ili za sva tri, dobićete samo jedan pristupni kod.

NEKVALIFIKOVANI

Ako se nisi kvalifikovao, za Global Rally at Home, moći ćeš da kupiš karte od 10. februara na sajtu: bit.ly/FGR21Tickets

FGR21 ČPP

FGR21 je događaj koji se prenosi uživo?

Da, to je događaj koji će ići uživo i nije snimljen unapred.

Da li ćemo moći naknadno da pogledamo FGR21?

Ne, FGR21 je jedan neponovljiv i nezaboravan događaj koji neće moći naknadno da se pogleda.

Kada će se održati FGR21?

FGR21 će biti održan 8-9-10. aprila 2021. godine. Sva tri dana biće program od po 2-3 sata za naše gledaoce. Emitovanje uživo će biti svakog dana u sledećim terminima:

07:00 | Arizona, USA
10:00 | Kentucky, USA
11:00 | Brazil
15:00 | Velika Britanija
16:00 | Srbija
16:00 | Južna Afrika
18:00 | Ujedinjeni Arapski Emirati
19:30 | Indija
22:00 | Malezija / Hong Kong
23:00 | Japan
00:00 (+1 dan) | Australija
<https://www.timeanddate.com/worldclock/fixedtime.html?mg=Forever+Global+Rally+At+Home&iso=20210408T07&p1=197&ah=3>

Šta će se dešavati tokom sva tri dana FGR21?

8. april četvrtak – INSPIRACIJA

Uzbudljivi sadržaji, najave o svemu onome što Forever čini najvećom prilikom na svetu.

9. april petak – EDUKACIJA

Učite od najboljih i Forever lidera! Ovog dana ćete dobiti praktičnu obuku, najbolje savete i motivaciju koja će vam pomoći da izgradite posao.

10. april subota – PROSLAVA

Očekuju vas zabava, uzbuđenje, slavlje i velika priznanja, kao što ste možda i navikli na Global Rallyju.



Gde mogu da kupim karte za Rally?

Karte za Global Rally su dostupne na sledećem sajtu: bit.ly/FGR21Tickets od 10. februara pa nadalje.

Kako ću dobiti karte?

Jednom kada se registruješ (ako si kvalifikovan) ili nakon što kupiš kartu, dobićeš pristupni kod. Procenjuje se da će pristupni kodovi biti poslani do sredine marta.

Da li mogu da delim svoju kartu (kod)?

Ne, jer će kodovi dostupni za FGR21 biti samo za jednu upotrebu. Onaj ko prvi iskoristi kodove za kartu, moći će da gleda emisiju. Svi ostali koji imaju taj kod neće moći da ga iskoriste.

Da li mogu da pratim ovaj program na svoja dva različita uređaja?

Ako imaš samo jedan kod onda nećeš moći da gledaš FGR21 na više uređaja istovremeno. Ako si iskoristio kod na jednom uređaju, ali želiš da se prebaciš na drugi uređaj, onda moraš da se izloguješ sa prvog uređaja da bi se ulogovao u drugi. Molim te obrati pažnju da može da dođe i do kašnjenja od 15 minuta kada se menjaju uređaji.

Da li će FGR21 imati prevod?

Da, prevod će biti dostupan na najčešćim jezicima. Uskoro ćemo obavestiti sve o zvaničnom spisku i ostalim važnim informacijama.

**GLOBAL
RALLY
AT HOME**
#FGR21



FOREVER®



MyBrand – "Moj brend", građenje.
Najveći izazov u društvenim medijima.
Ko sam ja i kako vidim sebe? Sa kakvim metodama, alatima i principima mogu da pokažem svoju ličnost da me primete oni kojima šaljem poruku? U novom članku našeg časopisa ideje i savete će nam dati oni koji su već ostvarili izvanredne uspehe u Forever biznisu.



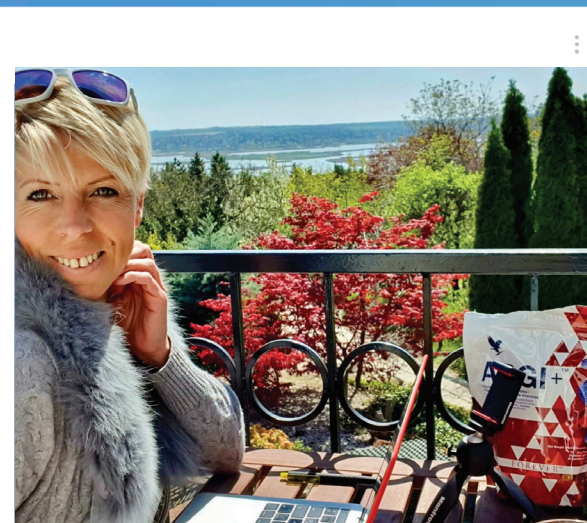
UGRADNJA TRENUTAKA IZ SVAKODNEVICE U

"Moj brend"

Građenje "Mog brenda" u početku se može činiti kao jedan stručan materijal marketinga, a u stvarnosti "Moj brend" ćeš moći da gradiš ako uspeš da se isključiš od jake buke spoljnog sveta, ako uspeš da pronađeš melodiju u svojoj duši i usudiš se da se otvoriš i da postaneš ono što bi istinski želeo da budeš.

"Moj brend" nije konstanta, već pokazivanje procesa, jedno putovanje, kontinuirani razvoj nas samih, jer ova profesija daje put samorazvoja i usavršavanja kojim možemo napredovati kao slobodni ljudi.

Ti si kao brend! Tvoj život i upravljanje njim, tvoje misli. To je sve sam proces: napredovanje, tvoje misli o životu, putu, tvojoj kompaniji, tvojim liderima, o tebi, izazovima, tvom danu, tvojim poteškoćama, tvojim radostima, tvom uspehu, tvom novcu, tvom vremenu, tvom



savezu, porodici. Ti i tvoji svakodnevni doživljaji. Postavljaj storije, pričaj, budi otvoren i *uvek tako postuj kao da na taj post čeka na hiljade njih, jer jednom i hoće!*

Za ovo je potrebno da ti sam kreneš, imaj na umu šta zastupaš, znaj ko si i šta je tvoja misija! Tu započinje "Moj brend", koji će ti pomoći da budeš prisutan na društvenim mrežama zbog sebe, da možeš da imaš uticaj na druge, upravo zato da mogu da te pronađu oni koji traže tebe.

Hrabro unesi svoja prethodna iskustva svog svakodnevnog života u izgradnju "Mog brenda", tvoja jutra, za tebe idealne jutarnje početke, vreme provedeno sa porodicom, jer Forever nije samo radno mesto ili biznis, već jedan odabran način života, životni stil, jedan sistem vrednosti. Sa svojim sadašnjošću – baš kao i svojim slobodnim izborima,

kao i hrabro prikazanim uloženim radom – mnogima možete ponuditi viziju budućnosti i na taj način oni mogu da kažu "da" jednom životu koji ih vodi do njihovih ciljeva.

Društvene stranice ti daju mogućnost da mnogima možeš da poručiš nešto, da imaš uticaj na njih sa tim ko si ti zapravo, kako napreduješ i možeš da kažeš: „Zdravo svete, ovde sam! Ovo sam ja! Nisam savršen, ali sam hrabar, nisam bez mana, ali se razvijam. Pronašao sam jedan put, jednu unutrašnju misiju koju volim i ja ću na ovaj način napredovati. Ovo sam ja, ovde je moj put i sa radošću ga pokazujem i tražim one koje ovo privlači i sa kojima zajedno, timski možemo da idemo prema budućnosti.”



I baš kako se ljudi priključuju jedni drugima u ovom biznisu, isto tako u tvom onlajn svetu tvoji poznanici nisu zainteresovani za „reklamne“ postove, već za tvoj život i za tebe. Prate te kako se menjaš kao rezultat svog poslovanja, načina na koji možeš srećno da živiš svakodnevicu, načina na koji se posao pretvara u kreativni proces za tebe, čak i ako je vremenom masivan. Zapitaće se: „Šta on radi da se toliko smeši? Kako može biti srećan u ponedjeljak? Šta znači naći svoj put?“ – i oni će obratiti pažnju na tebe, a ti nemaš izbora nego da im daš... Daj iz srca sa prirodnom otvorenosću iz svog života.

Kako da sagradiš poslovne i privatne postove u brendu?

Zapamtite pravilo 80/20! Osamdeset posto formiranja tvog života odnosi se i na tvoje poslovne procese, ali i na tvoj život. Pusti ljude u svoja osećanja, u svoju dušu! Neka svojim očima vide ovaj posao i tvoju svakodnevicu!

I slobodno živi svoj svakodnevni život i na društvenim mrežama, prikaži to što te okružuje i što te okupira! Ako si majka, piši o svakodnevnicim trenucima i osećajima majčinstva, ako voliš da se baviš sportom, onda o euforiji koju osećaš tokom sporta, iskustvu uspeha ili o pobedničkim trenucima nad sopstvenom lenjošću!

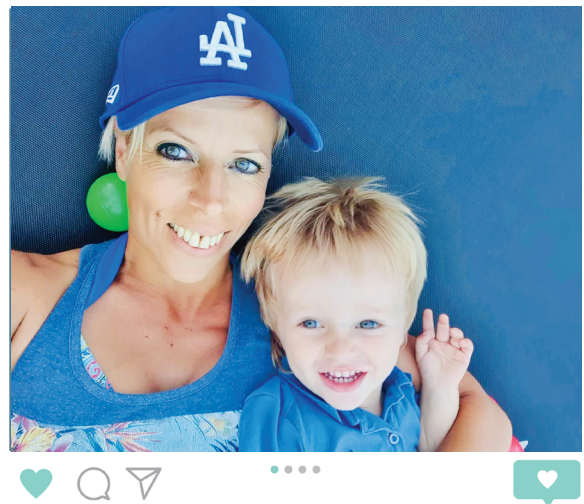
Što prirodnije živiš u svetu zajednice, to će im biti lakše da se povežu s tobom i onih dvadeset posto postova postavljenih vezano za biznis



GERGELJ ALMAŠI I BARBARA BAKOŠ
Safir menadžeri

će pronaći svoj cilj, jer ste se sa ovih osamdeset posto približili ljudima. Jedna devojka ili momak iz komšiluka, su baš poput njih, samo malo drugačiji, nekako pozitivniji, nekako srećniji... Biće gladni da saznaju "zašto" i zbog toga postaju otvoreni prema tih dvadeset posto poruka.

"Moj brend" nije jedan post, to je više proces tvoje promene, tvojih osećanja, tebe na putu. Stoga te podstičem da se usudiš da pokažeš ko si, usudi se da prikažeš proces u celosti i znaj da lepe građevine gradimo ciglu po ciglu, isto tako postovima utičeš na ljude. Nemoj da lajkuješ, već posmatraj. Nemoj pisati "lajkovima", već radi svoje stvari, pusti društvene medije u svoj život, otvori se, objavljuj kao da hiljade njih čeka na tvoj post. Piši onima koje zamišljaš, *njima se uvek obraćaj! Svojoj ciljnoj grupi! Njima piši od prvog minuta, na njih se fokusiraj i na taj način će oni i čuti.* Recite im prvog trenutka i verujte procesu, stići će!



U NOVOM 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.



MESEČNI planer

ANDREA EGRIŠITŠ-ILJEŠ
Eagle menadžer

U svom životu volim da planiram. Radim samo one stvari za koje tačno znam kakve rezultate donose na duže staze.

Danas smatram da svako pre nego sedne da planira treba da bude načisto sa tim kakav je tip.

U ovoj temi možemo ljude da podelimo u dve grupe:

- one koje pokreću kratkoročni ciljevi
- one koje pokreću dugoročni ciljevi

Ispitaj kojem tipu osobe ti pripadaš i na osnovu toga isplaniraj period koji je pred tobom!

Mene su uvek motivisali ciljevi na duže staze, oni za koje treba raditi bar tri do pet godina.

Ja polazim od takvih ciljeva i onda ih rastavljam na godišnje, polugodišnje i mesečne ciljeve. Kod mene tek tada sledi pravo razrađivanje detalja.

Kada sam krenula u biznis, moj prvi i najvažniji cilj je bilo dostizanje Eagle klasifikacije.

Treba da vidiš cilj, ali treba da si svestan i svakodnevnih koraka koji vode ka njemu i to mereno u CC-ima, jer samo onda ćeš videti za 90-150 dana da li ideš u dobrom pravcu!

Ne menja se sve sa jednog dana na drugi, za uspeh na duge staze su potrebne dnevne odluke, aktivnosti i koraci. Savetujem ti da "razmišljaš na veliko, a radiš u sitnim koracima".

Kako sam isplanirala naredni mesec:

- **1. nedelja:** govori o mom planiranju sa timom i dostizanju sopstvena 4 boda. Važno je da znam ko je u fokusu u timu, ko je pred kvalifikacijama i šta je kome mesečni cilj.
- **2. nedelja:** mesto kreativnosti. Tada uglavnom razrađujem strategiju, na primer građenje "JA brenda".
- **3. nedelja:** ponovo govori o timu. Tada uglavnom pogledam koliko ko napreduje sa ciljevima za dati mesec i tamo gde je potrebno tražimo "novi fokus".
- **4. nedelja:** nedelja zatvaranja i priprema za sledeći mesec. Poslednje konsultacije i "finese/sitne korekcije" da svi mogu da dostignu ciljeve koje su zacrtali.

Meni je oduvek bilo važno da svoju aktivnost ostvarim u prvih pet meseci i onda mi ostaje dovoljno vremena za moj osnovni posao i za tim.

Želim vam puno uspeha! Ostvarite ovde vaše snove i neka vam svakog dana kroz glavu prođe rečenica Eric Worre: "Ne možeš da imaš san od milion dolara ako razmišljaš kao neko ko zarađuje minimalac."

POKRENI SE!

PRAVAC SVEŽ VAZDUH!

Cintia: Od malena sam se uvek bavila sportom, u početku uglavnom onim što su moji roditelji želeli, tako da mi bavljenje sportom nije bila omiljena zanimacija – osećala sam se malo primorano. Dugo sam loše razmišljala o vežbanju, jer sam uvek uz njega želela da smršam. Nisam se bavila time kontinuirano: nekoliko meseci bih se bavila sportom, a zatim bih prestala i pa opet ponovo počela... Pre nekoliko godina uspeła sam da svoje razmišljanje preusmerim na činjenicu da treba da se krećem zbog srca i zdravlja. Od tada, to i radim sa različitim intenzitetom, ali sport je stalno prisutan u mom životu. Nekada je u pitanju brzo hodanje, nekada trčanje, nekada joga dolazi do izražaja. Želimo da živimo dug i zdrav život od najmanje 120 godina.

Gabor: Oduvek sam bio "hiperaktivan" – meni je potrebno svakodnevno kretanje. Kada sam bio u osnovnoj i srednjoj školi, igrao sam fudbal više od deset godina, ali na fakultetu je to bio samo hobi. Stagnirao sam. Fudbal je polako zamenjivala teretana: šest puta nedeljno sam išao da bih ojačao. Nedavno sam napravio promenu: sada su mi trčanje i brzo hodanje u prvom planu. Moram da priznam, dugo sam mrzeo trčanje, ali pre par godina se desio „klik“ i zaljubio sam se u to.

MARTOVSKI PROGRAM KRETANJA PREPORUČUJU:
Senior menadžer
Cintia Krasnai
i suprug Gabor Kalman

*Cintia
i Gabor*
SAVET

FOREVER ACTIVE HA

Oboje smo imali manje ili više problema koji su nas sprečavali da se bavimo sportom. Od kada ovaj proizvod redovno konzumiramo, možemo bez problema da trčimo.



KONTINUITET

Cintia: Nedeljno 2-3 puta se bavim sportom, u proseku sat vremena. Sada, kao primarno radim vežbe jačanja i šetam.

Gabor: Svaki dan bar 60 minuta šetam i trčim, pored toga nedeljno tri puta radim vežbe jačanja.



POKRENI SE

ISHRANA

Cintia: Pored kretanja, veliki naglasak stavljamo i na ishranu i konzumiramo mnogo dodataka ishrani. Na dnevnom nivou uzimamo deset vrsta vitamina, u trenutnoj situaciji uzimamo ih u povećanoj dozi.

PRAVAC SVEŽ VAZDUH!



BRZA ŠETNJA/HODANJE

Cintia: Primetili smo da kada trčimo, izgubimo deo mišićne mase, pa moramo da idemo u teretanu da je ponovo izgradimo. Kod brzog hodanja, pored toga što imate niži puls, iskusili smo da bistrije možemo da razmišljamo u toku šetnje, a i vreme provedeno zajedno nam je izvanredno. Ovo nije lagana šetnja, već brzo hodanje, u kome takođe obraćamo pažnju da intenzitet bude visok. Sportski sat mi je takođe od velike pomoći: puls mi je do kraja u opsegu sagorevanja masti od 125-130.

ZAGREVANJE I ISTEZANJE

Gabor: Pažljivo pazim na zagrevanje, posvećujući tome najmanje 10 minuta pre svakog treninga. Takođe se trudim da sve veći naglasak stavljam na istezanje. Smanjuje rizik od povreda, pomaže u sprečavanju skraćivanja mišića, a takođe sprečava grčeve mišića.



TRČANJE I ŠETNJA: SE MEĐUSOBNO UPOTPUNJUJU

Gabor: Već pola godine ustajem svako jutro u 4.45 i treniram od pet do šest u parku u blizini nas, gde se nalazi 600-metarska traka za trčanje. Brzu šetnju dopunjavam kratkim trčanjem: posle dva ili tri kruga šetnje, ubacim krug intenzivnog trčanja. Predena razdaljina je najmanje pet kilometara. Za mene je to jedan fantastičan početak dana: mentalno me osvežava i to je vreme koje takođe iskoristim za planiranje ciljeva.

JAČANJE

Gabor: Nedeljno tri puta radim vežbe jačanja. Na sreću na jako puno mesta ima takozvanih street work out teretana, u kojim možete bezbedno da odradite trening.





U 2020-oj sve je bilo naopako, pola sveta je primorano da radi "home office". Ljudi su morali da usvoje nove načine rada koji su zahtevali drugačiji pristup zbog promenjenih uloga i okolnosti za rad. U Foreveru graditelji mreža već godinama delom ili u potpunosti rade od kuće - onlajn, za njih ovo nije predstavljalo problem, a ni izazov. U novom serijalu, najbolji u svojoj struci nam dozvoljavaju da vidimo njihov svakodnevni rad.

Kada sam se pre pet i po godina priključila Foreveru, nisam razmišljala o biznisu, već samo o održanju sopstvenog zdravog načina života. Mislila sam da ja kao aktivna majka dve devojčice (tada tri i šest godina) i pored svog posla u Austriji, ne mogu da se bavim i ovim. I moj suprug je puno radio, tako da je dosta stvari palo na mene. Isto tako, jako volim da kontaktiram ljude, jer me je oduvek zanimala ljudska sudbina. I zato, vrlo

rado pričam o tome što je kod nas upalilo, tako da mi se za dve godine izgradio menadžerski nivo oflajn. Danas, već tri godine Forever radim kao glavni posao. Nikada nisam ni mislila da ću svoj austrijski posao od dvadeset i po godina moći da zamenim sa jednom prosperitetnijom firmom koja je okrenuta ka porodici. I sa tim smo dobili mogućnost da radno vreme mog supruga smanjimo na nedeljno dva radna dana.

Već duže vreme radim i onlajn, jer su mi moj sponzor Timea Nađ, kao i moja gornja linija dr Ilona Juronič i Geza Varga dali mogućnost i za to. Prošle godine u martu sam se iznenadila kako je to velika mogućnost za nas. Deca su trebala da uče od kuće i trebali smo da živimo u jednom totalno izmenjenom svetu. Tada ne samo da sam mogla da budem kod kuće sa decom, nego sam imala i porast prometa. Osećala sam da mogu fokusiranije da radim od



ANDREA GLATER
Eagle menadžer

kuće. Stvorila sam jedan sitem koji se lako prati i uči, koji su vrlo rado prihvatile moje kolege. Neverovatno je koliko na drugačiji način danas razmišljaju ljudi! Vidim da sve više njih oseća da im network-marketing može obezbediti sigurnu materijalnu pozadinu.

Ja uvek usklađujem porodični život sa radnim vremenom i obožavam što mogu da se prilagodim bilo kakvoj iznenadnoj promeni ako i dođe do nje. U prepodnevним časovima radim aktivnije, dok su deca u školi. Srećna sam, jer moje ćerke od početka prate moj posao i vrlo rado sede pored mene kada se uveče priključim nekom kursu ili kada slušam audio materijal. Tako je dobar osećaj što puno stvari možemo zajedno da radimo i oko kuće, jer imamo vremena!



Dobri saveti:

- ✓ Neka ti dete ne bude izgovor, nego neka bude razlog da počneš sa njim da radiš!
- ✓ Iskoristi svaku mogućnost sa kojom možeš da se razvijaš, veruj isplati se!
- ✓ Podeli znanje koje si usvojio i uspeh neće izostati!



Tajna očuvanja muškog zdravlja

NE SAMO U POSLU, VEĆ I U LIČNOM ŽIVOTU, STAVLJAM VELIKI NAGLASAK NA OČUVANJE MUŠKOG ZDRAVLJA, JER SU U MOJOJ PORODICI ZASTUPLJENI GOTOVO SVI UZRASTI: OD ADOLESCENCIJE, SREDOVEČNIH MUŠKARACA DO STARIJE GENERACIJE.



DR JUDIT KOLONIĆ

Senior menadžer
Urolog, glavni doktor na
onkologiji

PROMENA ŽIVOTNOG STILA

NOVOROĐENČAD

Najčešći problemi (poput fimoze ili kriptorhizam (nespušteni testisi)) pronalaze se prvim lekarskim pregledom, nakon kojeg se roditelji mogu pouzdati u stalni nadzor medicinske sestre i pedijatra. Roditelji sami mogu mnogo da učine da njihova deca budu zdrava, čak i pažljivim odabirom proizvoda koji se već koriste za kupanje ili negu kože. Preporučljivo je koristiti proizvode koji su hipoalergeni, pH neutralni, bez parabena. Pored toga, kaorišćenjem aloje, negujemo i hidriramo bebinu osetljivu kožu. Da biste sprečili probleme uzrokovane nošenjem pelena, savetuje se upotreba kreme obogaćene vitaminima A i E i propolisom, koja je zbog svog hranljivog dejstva idealno rešenje za negu bebine guze.

ADOLESCENCIJA

Tokom adolescencije, telo počinje da proizvodi muški polni hormon, testosteron. Dečaci postaju muškarci. Mišići se neprestano razvijaju i oblikuju se u muško telo. Prva spontana ejakulacija obično se dogodi oko dvanaeste godine, započinje rast stidnih dlaka, koža postaje masnija i pojavljuju se prve bubuljice. Hormoni oslobođeni tokom puberteta deluju na limbički sistem (centar emocija) kao da pojačavamo zvuk i pritisnemo pedal gasa do kraja. U telu dečaka od petnaest do osam-

naest godina dešavaju se promene koje dovode do povećanja apetita i potrebe za hranljivim sastojcima. Tada se roditelji zaista mogu doka-

zati u kuhinji, jer je jedan od njihovih najvažnijih zadataka da vuču glad deteta utole bogatim i raznovrsnim jelovnikom.



PROMENA ŽIVOTNOG STILA

Veliki akcenat takođe treba staviti na **redovnost**, koja je osnova pravilne ishrane. Mnogim tinejdžerima, zbog gustog rasporeda i nedostatka zdravstvene svesti, sve ovo izgleda kao nemoguća misija. Konzumacija složene zdrave hrane bogate hranjivim sastojcima može biti rešenje za sprečavanje problema izazvanih neredovnom ishranom. Takvi se, naravno, mogu naći i u paleti Forever.

U adolescenciji izgled postaje sve važniji, a broj sati provedenih u kupatilu se povećava. Nije ni čudo što raste vrednost efikasnih proizvoda za negu kože koji nežno pročišćavaju, prodiru u duboke pore, umiruju upaljena mesta i daju rešenje za masnu ili problematičnu kožu. Čak i za najosetljiviju tinejdžersku kožu postoji odgovarajući proizvod u Foreverovim proizvodima.

Prethodno pomenuta hormonska promena povećava znoj i rad



lojnih žlezda, što rezultira čestim znojenjem. Kada neutrališete neprijatne mirise, pobrinite se da vaša deca koriste deo ili deo stik koji omogućavaju koži da diše, ne zatvara pore, a istovremeno hidrira i diskretno miriše.

MLADO ODRASLO DOBA MUŠKARCA - GODINE OSNIVANJA PORODICE

U današnje vreme, potreba za dobijanjem dece se i **kod muškarca** razvija kasnije. **Kao rezultat civilizacijske štete, štetnih uticaja životne sredine i nezdravog načina života, plodnost muškaraca značajno je opala poslednjih decenija, o čemu svedoče brojne naučne studije.** Uobičajeni uzroci smanjenja plodnosti uključuju **nizak nivo testosterona**, neaktivan životni stil, hronični stres, prekomernu konzumaciju alkohola, nezdravu ishranu, neželjene efekte određenih lekova i hronične upale.

KAKO DA NA PRIRODAN NAČIN PODIGNEMO NIVO TESTOSTERONA

Kao prvi korak, spasite se nepotrebnog stresa, spavajte najmanje sedam do osam sati dnevno i smanjite unos šećera! Da bismo bili u potpunosti uspešni, takođe

moramo smanjiti konzumaciju alkoholnih pića, jer alkohol sprečava efikasno funkcionisanje enzima koji pretvaraju holesterol u testosteron. Naravno, ni sport ne sme da izostaje sa liste: redovno kretanje (naročito treninzi u intervalima i dizanje tegova) takođe mogu mnogo da pomognu.

ŠTA JOŠ MOŽEMO DA URADIMO?

Budući očevi treba **da povećaju** zalihe vitamina i minerala, što poboljšava kvalitet sperme! Bitan je unos aminokiselina: L-arginin, među vitaminima B6, B12, vitamin C, vitamin E, D3, beta-karoten, kao i folna kiselina, cink, selen, magnezijum, redovan unos joda, L-karnitin, koenzim Q10 i nezasićene masne kiseline, kao i konzumiranje prirodnog crvenog voća i matičnog mleča. Forever nudi nekoliko zaista sjajnih rešenja koja podržavaju promene u načinu života i nadoknađuju nedostatak vitamina i minerala uzrokovan lošim navikama ishrane.

ZDRAVA PROSTATA: „ZALOG MUŠKE SNAGE“

Većina muškaraca postaje svesna postojanja prostate tek kada se pojave problemi, pa nije iznenađujuće što mnogi nisu svesni stvarne uloge





ovog važnog organa. Napravimo reda u glavama: prostata je za zdravlje muškaraca najvažniji genitalni organ koji se nalazi u karlici, ispod mokraćne bešike i okružuje je mokraćni kanal koji izlazi iz nje. Sastoji se od vezivnog tkiva, glatkog mišića i žlezdanog epitela. Žlezde proizvode sekret - ugljenie hidrate, enzime i minerale koji se nalaze u njemu pospešuju kretanje sperme i neutrališu kiselo okruženje vagine, povećavajući



tako održivost ćelija sperme. Glatki mišić je uključen u normalan proces mokrenja. Pri rođenju, prostata je veličine zrna graška, a zatim u adolescenciji dostiže rast; kod seksualno aktivnih muškaraca ona dostiže veličinu divljeg kestena. U dobi od **40-50** godina, nakon pauze od nekoliko decenija, ova mala slika počinje ponovo da raste, što nosi rizik od benigne hiperplazije prostate (BPH).

PREDUHITRIMO PROBLEM!

Pravilo broj jedan: ne čekajte da se pojave neprijatni simptomi! Od tridesete godine razvoj BHP najbolje je sprečiti dijetom i načinom života koji podržavaju zdravo funkcionisanje prostate. Moramo voditi računa o održavanju idealne težine i redovno vežbati. Najvažnije je da: **nakon četrdeset i pete godine, treba godišnje ići na konsultacije sa urologom radi pregleda prostate.**

Izaberite dodatke ishrani koji sadrže **ulje od bundevinih semenki, cink, selen**. Ulje od bundevinih semenki pomaže u održavanju zdrave funkcije prostate, selen podržava zaštitu ćelija od oksidativnog stresa, cink igra ulogu u održavanju normalne plodnosti i reprodukcije, doprinosi održavanju normalnog nivoa testosterona u krvi. U našu ishranu treba da ubacujemo mediteransku hranu bogatu **Omega 3 masnim kiselinama**, jer su brojna ispitivanja pokazala da su poremećaji prostate mnogo ređi među muškarcima koji redovno jedu delikatese južnjačke kuhinje.

STARIJI MUŠKARCI

Muškarci u kasnim pedesetim godinama sve više primećuju da više nemaju toliko energije i da im je opala fizička, mentalna i seksualna aktivnost. Istovremeno, njihova sposobnost koncentracije može da se pogorša, uz česte valunge, pojačano znojenje i u mnogim slučajevima razdražljivost. Da li su svi ovi simptomi znaci starenja ili samo posledice prethodnog nezdravog načina života? Možda su to simptomi **muške menopauze (andropauze)**? Poput žena,



i nivo muških polnih hormona opada tokom godina. Za njih se, međutim, ova promena dešava sasvim drugačije: ne za nekoliko godina kao kod žena, već vrlo sporo. Iako ne možemo zaustaviti ovaj prirodni proces, svakodnevni život možemo olakšati konzumiranjem dodatka ishrani koji sadrže ginko bilobu (mandarinsko drvo), koren ruže i Bacopa monnieri. Rhodiola rosea (koren ruže) doprinosi optimalnoj mentalnoj i kognitivnoj aktivnosti, održavajući odgovarajuću mentalnu i fizičku snagu, normalnu cirkulaciju krvi, što podržava aktivnost i sposobnost reakcija mozga. Bacopa monnieri podržava koncentraciju i pamćenje, doprinosi zdravoj mikrocirkulaciji periferne krvi, što doprinosi aktivnosti mozga. Osim toga, zeleni čaj ima antioksidativno dejstvo koje delotvorno utiče na naše raspoloženje.

Kao zaključak možemo da kažemo, s obzirom na „jači pol“, uz promene načina života, zdravu i uravnoteženu ishranu, adekvatan i visokokvalitetan unos tečnosti, prevenciju gojaznosti, redovno vežbanje, izbegavanje pušenja i minimiziranje konzumacije kofeina i alkohola, u gotovo bilo kom dobu možemo očuvati svoje zdravlje!





PROIZVOD MESECA



PROIZVOD MES



FOREVER DAILY®

Poboljššan ekskluzivnim AOS Complex™-om, obezbeđuje snažnu dnevnu apsorpciju multivitamina i hranljivih materija. Patentirana formula sadrži savršeno uravnoteženu mešavinu hranljivih sastojaka sa alojom, uključujući preporučene dnevne količine osnovnih vitamina i minerala. Voće i povrće je takođe dodato kako bi telo moglo da dobije dragocene biljne hranljive materije. Jedna kutija zdravlja!

439

60 tableta

PREPORUKA DR TEREZIJE ŠAMU SOARING MENADŽERA:

Moji unuci su od svog rođenja korisnici proizvoda, jer je i njihova majka. Sa tim nije bilo nikakvih problema sve dok starije unuče nije postalo tinejdžer. On i njegova mlađa sestra se aktivno bave sportom: nedeljno imaju tri-pet treninga, utakmica i takmičenja (što znači ozbiljno opterećenje) i samim tim njima kao spotristima je potrebno puno više vitamina i mineralnih materija. Zbog toga je porastao unos Kids tableta. Samo odjednom je proradio tinejdžerski revolt kod "velikog dečaka": Zašto je potrebno od toga toliko? Naravno, sestra ga je pratila. I tada smo prešli sa Kids na Daily. Sada na dan kada imaju trening, utakmicu ili takmičenje dobiju dve tablete za taj dan, a slobodnim danima jednu. To su oboje prihvatili, a ja sam se smirila.



FOREVER CARDIOHEALTH® SA COQ10

Ovaj skoro pa savršeni dodatak ishrani pored CoQ10 sadrži brojne sastojke koji doprinose zdravom funkcionisanju srca. Forever CardioHealth® organizmu obezbeđuje B vitaminin, folnu kiselinu i ekstrakt lekovitog bilja, koji doprinose cirkulaciji. Pomešaj ga sa svojim omiljenim Forever pićem! **Sadrži soju.**

312

30 x 3,5 g



PREPORUKA DR KATALIN ŠEREŠNE PIRKHOFER SAFIR MENADŽERA:



Puno sam čitala o njegovim sastojcima i mnogo članaka sam našla i u medicinskim stručnim časopisima, to nije slučajnost.

Coenzim Q10 je jedinjenje koje igra važnu ulogu u našem organizmu. Ovaj enzim je neophodan učesnik za aktivan proces metabolizma. Q10/Ubiquinon unutar ćelije u mitohondrijima, u ćelijama gde se stvara energija, u ATP-u igra ulogu katalizatora. ATP je direktan izvor energije za ćelije. CoQ10 je svuda prisutan u ljudskim tkivima, iako njegovi nivoi variraju. Njegovi nivoi su najviši u organima sa visokim metabolizmom, kao što su srce, bubrezi i jetra, gde funkcioniše kao molekul za prenos energije. S tim da većina ćelijskih funkcija zavisi od adekvatnog snabdevanja adenozin trifosfata (ATP), zato je za zdravlje ljudskih organa i tkiva neizostavan CoQ10.

Koenzim Q10 je jedan od najznačajnijih lipid antioksidansa koji sprečava stvaranje slobodnih radikala i modifikacije proteina, lipida i DNK. Količina CoQ10 u organizmu je otprilike 500-1500 mg, a opada sa starenjem.

Antioksidansi, na primer CoQ10, mogu neutralisati slobodne radikale i smanjiti ili čak sprečiti štetu koju prouzrokuju. CoQ10 popravljja nivo energije, stimuliše imuni sistem i deluje kao antioksidans.^{1,2}

Cardio Health pored Q10 sadrži i više mineralnih materija, antioksidansa, vitamina i folnu kiselinu. Folna kiselina, vitamini B6 i B12 doprinose normalnom metabolizmu homocisteina, za smanjenje umora i izmorenosti, kao i za zdravo funkcionisanje imunog sistema.

Drugim rečima izvanredan je za očuvanje zdravlja! Od kada je dostupan kod nas, moj partner i ja ga konstantno koristimo. Kod nas funkcioniše.

1. Rajiv Saini: Coenzyme Q10: The essential nutrient (J Pharm Bioallied Sci. 2011 Jul-Sep; 3(3): 466-467)

2. Alvaro Sarmiento, Javier Diaz-Castro, Mario Pulido-Moran, Naroa Kajarabille, Rafael Guisado, Julio J Ochoa : Coenzyme Q10 Supplementation and Exercise in Healthy Humans: A Systematic Review (Curr Drug Metab.. 2016;17(4):345-58)

Laslone Ferenc Senior i Eagle
menadžer nam govori kako su joj se
navike kuvanja promenile kada su
joj se deca odselila. I sada ćemo čuti
njenu priču.

Forever



Promenu u ishrani mi je uvela moja ćerka Kristina, kad je predložila da izbacimo belo brašno i šećer. Već deset godina ne koristim te proizvode. U početku nije bilo lako. Nisam znala kako ću napraviti tortu bez brašna i šećera. Onda sam korak po korak shvatila da itekako bez ovih namirnica mogu da se naprave ukusna jela i deserti. Kada mi se rodilo unuče, moj sin i snajka su počeli da menjaju ishranu svog deteta i meni se svidelo što jedu više voća i povrća. Mislim da je u tome budućnost.

Gulaš

SASTOJCI:

80 dkg govedeg buta
4 šargarepe
3 peršuna
40 dkg krompira
pola celera
1 glavica crnog luka
5 čenova belog luka
mlevena paprika, so, biber, lovorov list
1 jaje
zobeno brašno

PRIPREMA:

Pržite luk dok ne porumeni, dodajte meso isečeno na kockice i dinstajte. Dodajte začine i dinstajte sat i po. Zatim u posudu stavite i povrće isečeno na kockice, a zatim još sat i po kuvajte. Na kraju od jajeta i zobenog brašna napravite knedle.

"Turo" gomboce

SASTOJCI:

1/2 kg turo sira
3 jaja
med
1,5 merice praha Lite od vanile
4 kašike sitnijih zobenih pahuljica

PRIPREMA:

Turo sir pomešajte sa žumancima i željenom količinom meda. Istucite sneg od belanaca u tvrdu penu, a zatim sve zajedno pažljivo izradite, dodajte zobene pahuljice i Lite prah i stavite u frižider na sat i po. Od tako pripremljene mase formirajte male knedle i stavite ih u kipuću vodu. Pržite 20 dkg mlevenih oraha, pa u to uvaljajte skuvane knedle. Idu odlično uz džem od brusnice i pavlaku sa limunom i medom.

Savet Laslone Ferenc:

Lycium plus

Proizvod koji sadrži mešavinu korena sladića i godžija koristim već petnaest godina. Obezbeđuje energiju i zaštitu od štetnih supstanci iz okruženja.



kuhinja

Aleksandra Rožane Virag, menadžer živi u Tisafiredu, u „glavnom gradu” Tise, sa suprugom i sinom od 4 godine. Oboje rado provode vreme u kuhinji, a Ronen obožava da im pomaže u kivanju.

Krem supa od šampinjona sa grilovanim shimeji pečurkama

SASTOJCI:

0,5 kg šampinjona
10 dkg shimeji pečuraka
2 srednja crna luka
3 čena belog luka
2 grančice majčine dušice
10 dkg maslaca
1 l supe
1,5 dl pavlaka za kuvanje
so, biber

PRIPREMA:

Zagrejte tiganj na umerenoj temperaturi i dodajte pola maslaca. Kad se istopi, dodajte seckani luk i dinstajte dok ne porumeni. Tada možete dodati beli luk, a zatim malo kasnije iseckane pečurke. Sve lepo promešajte i pržite dok pečurke ne puste svu tečnost. Tada dodajte svežu majčinu dušicu. Prelijte tečnošću od supe i kuvajte na umerenoj temperaturi oko 15 minuta, posolite i pobiberite po ukusu. Zatim dobijenu smesu sa preostalim maslacem umutite u kremastu smesu mikserom 5-8 minuta. Nakon miksiranja vratite u lonac, sipajte pavlaku za kuvanje i postepeno zagrevajte do ključanja. Pržite shimeji pečurke na malo maslinovog ulja 1-2 minuta i stavite ih kao ukras u supu.

Odrezak i sladak krompir sa pečurkama

SASTOJCI:

1 kg slatkog krompira
250 g maslaca
1kg govedeg buta
malo pečuraka
maslinovog ulja
so, biber

PRIPREMA:

Očistimo meso za odrezak. Posolimo, pobiberimo i vakumirajmo na 4,5 sati. Za to vreme spremimo priloge. U slanoj vodi kuvajmo polovinu iseckanog slatkog krompira. Kada je omekšao, izmiksajmo ga sa puterom i soli. Drugu polovinu tanko isecimo kao za čips i kuvajmo u vrelom ulju na 160 stepeni, dok ne porumeni i ne bude hrskav. Izvadimo na ubrus i sačekajmo da se iscedi. Ako smo ga dobro ispekli, biće hrskav. Posolimo ga. Pečurke pržimo na malo maslinovog ulja. Kada je meso odstojalo, izvadimo ga iz kesice, iscedimo na ubrusu i pecimo u tiganju sa pečurkama 1-1,5 minut po strani.



Sećam se da sam se još kao mali penjao na stolicu u kuhinji da vidim kako mama pravi ručak i šta bih mogao da joj pomognem. A kao odrasli ljudi volimo da putujemo, upoznajući tako nove ukuse. Takođe, koristimo trenutnu situaciju: često vodimo „bitku za večeru“ sa prijateljima, pa uvek pokušavamo nešto novo. Volimo mađarsku kuhinju, ali pazimo na zdrav način života. Srećni smo što naše bake i deke i dalje uzgajaju piliće, prasiće, patke i guske i što možemo da beremo povrće i voće iz njihove bašte, a neprekidno od njih dobijamo domaće sastojke. Zahvalni smo na tome. Doneli smo vam jedan od naših omiljenih recepata koji uključuje naše srce i dušu. Živeli!

Savet Aleksandre:

Aloe Vera Gel

Kako bismo dugoročno održali zdrav životni stil, „natur varijanta” ne bi trebalo da nedostaje u našoj svakodnevici. Dvesta četrdeset vrsta hranljivih sastojaka podržava vaše telo tamo gde je to potrebno! Mislim da je posle majčinog mleka ovo najhranljivija stvar na zemlji, zahvaljujući jedanaest esencijalnih aminokiselina koje se nalaze u njoj. Svako jutro započnemo sa ovim napitkom!



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 TOME.

Renata Beler



♥ Manadžer
Njeno zanimanje: pravni asistent
Majka troje dece

Kada sam bila devojčica, sanjala sam o tome kakva ću biti kad odrastem, uvek sam se zamišljala u lepoj haljini sa aktovkom. Sa profesijom pravnog pomoćnika, mogla sam čak i da budem u ovoj ulozi. Moja tri sina rođena su u razmaku od dve godine i uzalud sam pokušavala da nađem posao, troje dece je svuda bilo razlog za odbijanje. Posle sedam godina kod kuće, Forever me je ponovo pronašao, jer ja sam se pre nekoliko godina već sreća sa Foreverom, ali ni mesto, ni vreme, ni tadašnji kandidat za mentora nisu bili pravi za mene. Pre četiri godine, kao majci troje dece, jedina vizija koju sam videla bila je uspešni mentor troje dece. Videla sam da bismo i mi mogli imati život kakav smo sanjali, ako živim s mogućnostima koje mi je Forever pružao. U januaru je bilo četiri godine kako sam videla šansu u onome što je pokazao moj dragi sponzor, odnosno da sam kao majka kod kuće mogla da postignem bilo šta zahvaljujući društvenim mrežama. Mogu da budem uspešna bez žrtvovanja porodice, vremena koje provodim sa decom, a mogu i da stvorim finansijsku sigurnost. Za četiri meseca, tačnije u aprilu, postala sam supervizor, a onda je nastupio prijatan period, jer je ono što sam zarađivala pored dodatka za decu bila savršena nadoknada. Jednu celu godinu sam samo "raduckala". Zatim je došla životna situacija, bračna kriza, kada sam shvatila da se bez stabilne finansijske pozadine, čak i uz normalan posao, ne mogu godinama osloboditi finansijske zavisnosti. Shvatila sam da imam ogromnu priliku u Foreveru. Zašto ne živeti s tim? U sledeća četiri meseca postala sam asistent menadžer i menadžer, jednostavno pokazujući drugim majkama da postoji drugačiji način od sukoba uloga u koji smo umešani. Danas – dve i po godine kasnije – odgajam dečake sama sa stabilnom finansijskom pozadinom, slobodno, srećno, radeći sa fantastičnim timom. Budućnost gradimo na ženama i majkama koje imaju isti put kao i ja.

Roža Ildiko Hajdu



♥ Senior menadžer
Ranije zanimanje: vaspitačica
Majka troje odrasle dece

Kao vaspitačica u vrtiću, krenula sam u život sa "velikim slovima" nakon fakulteta, gde sam ubrzo shvatila da život zaposlenih nije ono o čemu sam sanjala kao devojčica. Prva motivacija mi je bila veća zarada, pa sam pokušala da radim u inostranstvu u austrijskom vrtiću, zatim da radim kod kuće u trgovini, u biznisu mojih roditelja, pa čak i u sistemu direktne prodaje. U međuvremenu mi je postalo jasno da više novca samo po sebi ne znači da sam na svom putu. Nakon rođenja dece, zaista sam želela da živim kao "slobodna majka" i naravno da radim. Zamišljala sam idealan posao za sebe, gde bih mogla da organizujem radno vreme, gde imam pozitivan uticaj na život ljudi, gde mogu da studiram, budem u dobrom timu i natprosečno zarađujem. Kao majci troje dece, bilo mi je važno da ostanem usredsređena na porodicu i samu sebe. To je bila moja vizija koju sam pronašla na prvom Forever događaju. Bio je to poseban osećaj kad sam shvatila da sve to mogu ovde. Taj entuzijazam u meni traje i posle osamnaest godina. Ni danas ne mogu da zamislim drugu profesiju, idealniji posao za sebe. Izgradnja preduzeća je toliko raznolika i pruža toliko iskustava da vam nikada neće biti dosadno. Pored toga, kompanija i naši lideri pružaju nam čvrstu pozadinu za rast poslovanja. Naravno, bilo je mnogo izazova koje sam iskusila tokom svih ovih godina, ali danas sam veoma zahvalna za svaki teži period, jer sam iz njih mnogo naučila. Nemoguće je opisati koliko sam dobila od Forevera. Divna putovanja, iskustva, dragoceni ljudski odnosi, moralno i materijalno poštovanje, sigurnost, svest i fenomenalan razvoj. Srećna sam što svoj život koristim da podstaknem druge da se odvaže krenuti putem umrežavanja svojih snova.

Odana sam snu Reka Maughana već dvadeset i tri godine i verujem da je Forever najlepší poduhvat na svetu. Dvadeset i jedna porodica mogla je direktno da ponudi zdrav način života, veru, slobodno vreme i dostojanstven život, a tim ima stotine menadžera u sto šezdeset zemalja sveta ... Ovde možete da dostignete izuzetne poslovne visine sa brzim odlukama, jer možete započeti međunarodno poslovanje, a uloženi iznos možete potrošiti na odgovarajući način života. Nije li ovo divna prilika?

U to vreme sam želela samo malo dodatnog prihoda, ali na kraju je ispalo mnogo, mnogo bolje! Kada sam se suočila sa pasivnim prihodima i kada je naš rad prepoznat u nekoliko zemalja, zaista sam razumela koliko sam dobru odluku donela. O ovoj ponudi вреди razmisliti! Bila sam profesionalni sportista gde sam učila o svakodnevnom fokusiranom radu, borbi i praćenju ciljeva. Sećam se brbljanja, kapljica znoja, ali i osećaja pobeđe, a ove uspomene me vode napred, posebno kada mogu da pomognem u postizanju ciljeva drugih. Najveća sreća je kada se kvalifikuju za podsticaje: menadžeri, Eagle menadžeri, članovi Forever2Drive ili nosioci Chairmans bonusa. Sa Foreverom imate priliku da istražite ceo svet, jer možete da idete na podsticajna putovanja! Moja snaga je i moja porodica, jer smo moj partner Andraš Kovač i ja zajedno već više od pedeset godina, a deca – Botond, Ksenija i Virginia – takođe su aktivni učesnici u našoj poslovnoj mreži. Kao nastavnik fizičkog vaspitanja, sa tri diplome i kao svetski šampion u bacanju koplja, odlučila sam se za posao u Foreveru i mogu da kažem da su nam se tadašnji životi iz korena promenili. Imali smo neverovatna iskustva, kako u finansijskom, tako i u smislu poštovanja. Ova prilika je za sve! Vi zaslužujete da imate život kakav želite. Radite na tome SADA!

Aranka Vagaši



♥ Dijamant safir menadžer, Eagle menadžer
Profesor fizičkog, atletski trener i pedagog,
Glavno zanimanje Forever poslovni saradnik
Majka troje dece

Od prvog trenutka

SMO SHVATILI OZBILJNO

Piroška i Arpad žive u Sombathelju sa dvoje dece, Fani i Arpijem. Višestruko kvalifikovani za Eagle, nije slučajnost što ovaj program smatraju najgenijalnijim u Foreveru.

Za one koji se tek sada upoznaju sa Foreverom, molim vas ispričajte nam nešto o sebi, prvobitno o tome iz kakve situacije ste krenuli!

Piroška: Živeli smo u sobi od dvadeset kvadrata sa mojom svekrvom. Bila sam na dečijem dodatku, a Arpi je imao tri posla. Tražili smo načine kako bismo mogli da živimo bolje, da živimo svoje snove, jer nikada nismo odustali od njih.

Ulazili smo u razne poslove. Konačno, upoznali smo se sa Forever proizvodima zbog situacije sa našom ćerkom, a o biznisu smo prvi put čuli od Tibora Lapica, mladića iz Šalgotarjana, što je zvučalo vrlo korektno. Arpi je čak proverio na registracionom sudu da li kompanija zaista postoji... Tako smo ušli u priču.

Doći do ovde da neko bude graditelj mreže se ne ostvaruje za par dana. Kako su kod vas išli ti koraci? Kako se ova prilika pretvorila u prihod, pa čak i u najveći ulov vašeg života?

Piroška: Vratili smo se kući sa jedne prezentacije i uveče je došlo do prosvetljenja: Bože moj, šta ako je ovo prilika našeg života? Šta bi bilo da nismo krenuli na ovo putovanje i prođe dvadeset godina i neko pokuca na naša vrata govoreći da živi naše živote i snove? Tada bih pala u nesvest. Tako da smo morali da krenemo u to. Pozvali smo svog sponzora te večeri, rekavši da želimo jednu kutiju. Ako želimo da izgradimo čvrste temelje, kredibilitet je

ARPAD HEGEDIŠ I
PIROŠKA HEGEDIŠNE
LUKAČI

Senior Eagle
menadžeri

Sponzor: Agota Tot

Gornja linija: Tibor Lapić, Beata Vanjane Banffy i Laslo Vanja, Šandor Tot i Edina Vanja, Anita Balogh i Tamaš Šile, Mikloš Berkič, Jožef Sabo, Olivia Emilia Gajdo, Rolf Kipp

važan. Proizvode možemo da ponudimo samo ako vidimo njihovu boju, osetimo ukus i teksturu...

Retko je to da oba bračna partnera sa istom takvom privrženosti stanu iza jedne odluke. Kod vas je to bila zajednička odluka? Arpi, ti si odmah krenuo u ovu situaciju?

Arpad: Na prvom razgovoru imao sam hiljadu pitanja i nedoumica. Sat i po vremena sam postavljao pitanja,





želeo sam sve da znam: da vidim kako funkcioniše ova kompanija, kakva je njena struktura, marketinški plan... i zato sam otišao na i registracioni sud. S jedne strane, dobio sam odgovore na svako pitanje, a s druge strane, opravdavali su sve što nam je Tibi rekao. Zato mi i danas učimo naše kolege, da kada pričaju o bilo čemu, neka to uvek budu činjenice zbog kojih će ljudi moći da se vrate. Jer, ako nekoga i malo zanima ili je takav skeptik kakav smo i mi bili

na početku, ti ljudi će naknadno da sklapaju sliku i ako ne bude odgovarala njihovim očekivanjima, slika će se razbiti. Zbog moja tri radna mesta dešavalo se da spavam samo deset sati nedeljno, pa sam mogao Piri da podržim i da joj pomognem samo tako što bi svima u našem okruženju rekao da postoji jedna takva mogućnost i da saslušaju Piri. Ako i nisam više mogao da joj pomognem, bar je nisam zaustavljao i kočio kao mnoge moje kolege.

Prošlo je nekoliko radnih godina, iako niste nužno postigli spektakularne rezultate za spoljni svet, ipak u svojim životima ste napravili velike pomake.

Piroška: Tako je, u poređenju sa našim tadašnjim životima, nivo supervizora je takođe bio izvanredno postignuće. Nisam se vratila na posao, a u roku od godinu dana dostigla sam i nivo menadžera, što je donelo ogromnu promenu i u prihodima i što se tiče slobodnog vremena. Veliki san mi je bio



da ja vodim svoje dete u zabavište i da ga dovedem kući u podne i da mogu da budem prisutna u svakodnevnicu svoje porodice.

Kažu da puno treba da se uči, iskusiti, da radimo na sebi da bi mogli da ištikliramo nove i nove stanice na putu kojim ide jedan Foreverovac. Na kojim ste teritorijama vi trebali da se razvijate i šta je bio doprinos toga?

Piroška: Ja sam stajala na frontovskoj liniji, a Arpi je bio pozadinska podrška. Nisam znala da sklapam kontakte, nisam imala dobar rečnik, nisam znala da se združim ni sa par ljudi, a ne sa dvadeset... Sve to sam trebala da naučim. Snimila sam obaveštenje na na kasetofon, zapisivala sam i učila. Do danas to daje osnovu za moja obaveštenja. Tako se isto desilo i sa mojim poslovnim predavanjima i danas koristim stvari koje sam tada naučila.

Arpi, kako si ti učestvovao u ovom razvoju?

Arpad: Od početka je bilo važno da budemo prisutni na svakom događaju, čak i onda kada nismo imali dovoljno novca za to. Odvojili smo da bi naučili

ovu struku. Mnogi pogreše u tome što krenu u posao, ali nisu spremni da se razvijaju i uče. A razvijanje ličnosti je jako bitno u ovom poslu. Mi smo to od prvog trenutka shvatili ozbiljno: nije bilo događaja na kojem nismo bili. Bili smo jako oduševljeni, čeznuli smo za znanjem.

Kakvu ulogu imaju podsticajni programi u izrađivanju dnevne rutine i godišnjeg planiranja?

Piroška: Najvažniju. Napredak i vizija mogu se prepustiti programima. Kompanija kaže: Hajde, učini samo malo više nego što je u zoni komfora i već si tu u podsticaju. Ako pomogneš samo dvema osobama, već možeš razmišljati o Eagle programu. Jedan svet se menja oko tebe iz koraka u korak, otvaraju se ona vrata o kojima si mogao da sanjaš samo u najsmelijim snovima i možeš da živiš život kakav samo želiš i da budeš ko god želiš da budeš. Ali najvažnije je to da ljudi ne izgube deo svoje ličnosti. Mi ne treba da budemo svi isti.

Arpad: Primetili smo, da smo kao deca sanjali o nekim stvarima, ali što smo stariji, to više guramo te snove prvo samo ispod tepiha, zatim u podrum, a zatim na njega stavimo dvostruki

katanac. Ili zato što boli što se nisu ostvarili, ili zato što deluju nedostižni. Podsticajni programi su zato dobri, jer daju svima nadu.

Među podsticajnim programima se ističe Eagle. Kako je on dospeo u vaše živote?

Piroška: Naše prvo Eagle putovanje nas je vodilo u Kankun... Ja sam bila krojačica, a Arpi bravar. Jedna krojačica u svojoj okolini uglavnom ne poznaje nikoga ko je preleteo okean... Osim toga, ideš tamo na poziv firme, jer računaju na tebe i zahvaljuju ti na radu. To poštovanje je bilo neverovatno. Orao zarađuje mnogo više od menadžera. Razvija se, ne zaglavi se u navikama, ima snove, usuđuje se da se promeni, nauči, izađe iz svoje zone komfora i pokaže ljudima put. Najgenijalniji program podsticaja.

A 2020-ta je bila posebno neobična godina sa dosada neviđenim izazovima. Vi zar ne, niste onlajn specijalisti, ali su vas okolnosti naterale na te promene.

Piroška: Oflajn nismo mogli da napustimo ni u najtežim periodima, ali je

„ŠTA BI BILO DA NISMO KRENULI NA OVO PUTOVANJE I PROĐE DVADESET GODINA I NEKO POKU-CA NA NAŠA VRATA GOVOREĆI DA ŽIVI NAŠE ŽIVOTE I SNOVE?“

onlajn došao u prvi plan. Ko u današnjem svetu ne odvoji ove načine, taj pravi grešku. Bilo je takvih meseci kada smo se oslanjali samo na onlajn, ali se ja samo u oflajn radu osećam dobro. Kada su se ljudi prvi put suočili sa situacijom, plašili su se. Preporučivala sam im da se brinu o ljudima, da održavaju sa njima kontakt, da ih zovu telefonom...

Arpad: Uvek teški periodi podučavaju najviše. Treba biti fleksibilan, po mogućnosti za jedan do dva dana preći na onlajn vezano za proizvode, isporuku, održavanje kontakata. Sve je zavisilo od toga. Fleksibilnost može jedan biznis ozbiljno da promeni i mislim da smo mi dobro savladali ovu prepreku.

Ova mogućnost ide i sa odgovornošću, jer se pojavila velika nesigurnost vezana za životni stil i egzistenciju. To je stvorilo neku vrstu povećanog interesovanja za proizvode i ovu vrstu posla. Kako ste uspeali da iskoristite ovo?

Piroška: Dobro. Ako čovek ozbiljno shvati ovo i to da radi za dobrobit drugih, onda je važno kakav uzor prikazuje, kako na terenu korišćenja proizvoda, tako i u građenju mreže i kako se to odražava na okolinu, jer će to pratiti njegove kolege. Ako ne tražimo probleme već rešenja, onda živimo potpuno drugačiji život, naspram mnogih drugih.

Da li osećate da vam se ljudi obraćaju sa poverenjem?

Arpad: Sve češće. Poznanici koji su do sada bili zatvoreni, sada pokušavaju da se uhvate za nešto. Velika je potražnja za kvalitetnim proizvodima na bazi

prirodnih proizvoda. Ovde kod nas, na zapadnoj granici, mnogi ljudi su otišli da rade u Austriju, a sada se to ukinulo. Možemo im pružiti ozbiljnu mogućnost. I u njihovim očima, naš rad postaje sve vredniji.

Forever je deo one grane koja je uspešno savladala sve ovo: i vi ste imali veliki porast. Kakva raspodela posla vam je pomogla u ovom?

Piroška: Prvo treba primetiti šta je kome vrlina i mana i prvo treba poštovati, a ne zadirkivati druge. Arpi se lako upoznaje, a ja jako volim da pričam o biznisu i proizvodima. Vrlo rado sednemo zajedno sa jednim novim početnikom punim nade da bi ga bolje upoznali, njegov život, gde možemo da doprinesemo, gde se tu uklapa Forever i kako da razmišljamo zajedno.

Arpad: Već na početku smo shvatili da se mnogo više isplati da stežemo dlanove jedni drugima, nego vratove. Mnogi kada krenu u ovaj biznis započnu ego borbu. Ali ovde treba spustiti ego. Najbolje je ako možete jedan pored drugog da se razvijate.

Šta te čini zadovoljnom i srećnom?

Piroška: Čudesno je videti kada se u život mojih kolega i prijatelja uklopi Forever.

Vidim koja se sve vrata otvore za njih, da započnu bolji život, koliko ljudi ih prati, i vidim da se stvarno osećaju dobro u svojoj koži. Sada već imamo vere, imamo samopouzdanja i uvek ima nešto dalje. Ne postoji limit u ovom biznisu. U našem ličnom životu nam je važno da možemo da prikazemo svet našoj deci, da ih podržavamo, da budu uspešni u nečemu. To što ne može da se plati je vreme, važno je da nam pored ovog posla ostane vremena jednima za druge. Ne treba da se isključivo radi od jutra do mraka.

Da tada niste rekli "da", kakav bi život video kod vas bilo ko, ko bi pokucao na vaša vrata?

Arpad: Ja već ne bih bio živ. Preopterećenje, nedostatak sna... Takav način života ne može da se izdrži na duge staze. I mi smo imali uspone i padove, ali je u nama uvek bio životni instinkt koji diktira da treba ići napred, malim koracima, pokazati sebi i svetu da smo sposobni za više. Ne usuđujemo se ni pomisliti šta bi nam se dogodilo da smo rekli "ne".

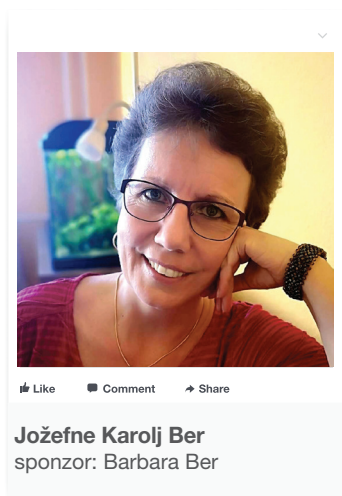




01. 2021. NOVI



MANAGER



„U tebi treba da gori ono što želiš da zapališ u drugima!“

FOREVER²DRIVE

3. NIVO

Klaj Ágnes
Tóth Sándor & Vanya Edina



SUPERVISORS

Adankó Kitti
Elvedin Čurovac
Glatter Miklós
Janikné Gál Gabriella
Lejla Karkelja
Kemény Ágnes
Kissné Szabó Lilla
Ana Lazarov
Magyar Zsuzsa
Máhr Evelin
Ljilja Milojević & Radiša Milojević
Paczolay-Kertész Ildikó
Pej Krisztián
Ružica Perišić
Pezenhófer Györgyné
Ponyokai Katalin
Jasna Stanojević
Lila Struzinjski
Szabó-Tóth Tímea
Tóthné Birkás Eszter
Jasna Tuzović-Kaluđerović
Utasi Nikolett
Vas Kálmán



ASSISTANT MANAGER

Schumacher Zsófia Krisztina
sponzori: Almási Gergely & Bakos Barbara

Marjan Stojadinović
sponzori: Aleksandra Petković
& Bogdan Petković

KVALIFIKOVANI

200+CC

januar 2021.

Almási Gergely
& Bakos Barbara

150+CC

januar 2021.

Aleksandra Petković
& Bogdan Petković

100+CC

januar 2021.

Krasznai Cintia
& Kálmán Gábor
Klaj Ágnes
Hegedüs Árpád
& Hegedüs Lukácsi Piroska Marietta
Szabóné Dr. Szántó Renáta
& Szabó József
Egresits-Ilyés Andrea Renáta

60+CC

januar 2021.

Đenan Alidžiković
Rusák Patrícia
Kubinyi Ida
Heinbach József
& Dr. Nika Erzsébet
Glatter Andrea
Magyari-Martos Mónika
Almási Vivien & Varga Árpád
Varga Géza
& Vargáné Dr. Juronics Ilona
Zsidai Renáta
Danko Šimac & Lucija Šimac
Dr. Rédeiné Dr. Szűcs Mária
& Dr. Rédei Károly
Dr. Seresné Dr. Pirkhoffer Katalin
& Dr. Seres Endre
Tóth Sándor & Vanya Edina
Tóth Rita
Éliás Tibor
Aleksandra Vujović
Dr. Bondor Ágnes
Ferencz László
& Dr. Kézsmárki Virág
Dr. Rokonyay Adrienne
& Dr. Bánhegyi Péter
Majoros Éva
Komondi Julia
Halmi István
& Halminé Mikola Rita
Szabó Péter
Lukács-Szabó Szilvia
Nagyné Belényi Brigitta
& Nagy Ádám
Háhn Adrienn
Zachár-Szűcs Izabella
& Zachár Zsolt
Stevan Lomjanski
& Veronika Lomjanski
Millich Józsefné
Szovákné Pellei Enikő

Vágási Aranka
& Kovács András
Laura Lepojević
Zsiga Márta
Ana Lomjanski
Slađana Vukojević
Mészárosné Hrabovszki Márta
Tanács Ferenc
& Tanács Ferencné
Dénes Gabriella
Szolnoki Mónika
Hajdu Ildikó Rózsa
& Hajdu Kálmán
Halmi Bence István
Anita Falamić
Stojić Dragana
Pappné Hubai Katalin
Vladimir Jakupak
& Nevenka Jakupak
Emődiné Csapó Barbara
& Emődi István



NEW

DR IŠTVAN LERINC

menadžer

DR IŠTVAN LERINC, STOMATOLOG I NJEGOVA SUPRUGA ANITA KOJA RADI KAO TRENER, ŽIVE U MATESALKI SA SVOJE DVE ČERKE, DOROM I ANOM.

Sponzor: Derfi Mikloš

Gornja linija: Judit Tot, Katalin Seč, Ištvan Fedver, Enike Kovač, Ištvan Major i Beatrix Majorne Kovač, Robert Varga, Žolt Leveleki, Terezia Herman, Zoltan Bec i Viktoria Žužana Kenešei, Žofia Gergelj i dr Laslo Reindl, Aranka Vagaši i Andraš Kovač, Mikloš Berkič, Jožef Sabo, Olivia Emilia Gajdo, Rolf Kipp

IGRA POČINJE OD MENADŽERSKOG NIVOVA

Bračni par poznaje Forever više od deset godina, ali dugo su uživali samo u njegovim prednostima samo kao korisnici proizvoda. „Nismo bili svesni vrednosti koju imamo u rukama”, kaže Ištvan. Koliko god kontradiktorno zvučalo, jedna svetska pandemija ih je probudila da shvate šta proizvodi mogu značiti njima i drugima i kolika je mogućnost za izgradnju biznisa kod kuće. Za to je bio potreban i jedan katalizator u ličnosti Katalin

Seč: pitala ga je zašto ne radi i kao poslovni saradnik. Ionako im je bio potreban dodatak na platu, pošto je Anita zbog pandemije ostala bez posla. Trenutno pomaže Ištvanu u svim aktivnostima: zubarski je asistent u ordinaciji, a takođe pruža pozadinsku podršku za Ištvanovu Forever karijeru. Što bi muškarci rekli, sjajno kombinuju razne aktivnosti, a do sada je prihod zarađen u Foreveru nadoknadio višak troškova – nisu to ni očekivali.

„Naš mentor je ovo predvideo, ali tek sad počinjemo da verujemo”, kažu.

Njihova situacija je posebna, jer ne znaju kakvo je isključivo oflajn građenje biznisa, oni znaju da započinju upoznavanje samo na daljinu. Ipak, danas koriste metode iz obe oblasti. „Dobili smo mnogo ljudi onlajn – koristimo sve kanale (Facebook, Instagram, Zoom), ali radimo i oflajn, jer neki to više favorizuju.

Katalin Seč im je i u ovome uzor, kažu da ako je ona uspjela u izmenjenim okolnostima da dostigne menadžerski nivo, onda će uspeti i oni – trebalo im je malo više od pola godine i uspjeli su, na čemu su zahvalni i Bei Majorne. Ištvan priznaje: „zapravo igra počinje od menadžerskog nivoa“, jer odatle slede ozbiljniji podsticajni programi, koji daju ogromnu motivaciju. Prema njegovim rečima, brzina je postojala zahvaljujući njihovoj ranijoj profesiji, jer su zbog toga ljudi prihvatili ono što oni govore, saslušali ih i počeli da ih kopiraju. „Iako proizvode ne moramo preterano da preporučujemo, ljudi sami shvataju da funkcionišu i prihvataju to što su napravljeni od prirodnih sastojaka. Kopiranje je takođe automatsko: naši zaposleni uvek vide više mogućnosti pred sobom. U svom timu imamo sigurnu pozadinu, na koju bilo kad možemo da se oslonimo.“

Imaju uspešne partnere iz svih vrsta profesionalnih grupa, od frizera do bankara, od klasičnog preduzetnika preko poštara do učitelja i veliki naglasak stavljaju na dubinski rad. „Trudimo se da svima pristupimo ponizno, pokušavajući da razumemo šta žele da izvuku od ovog biznisa. Sve se temelji na tome da pomažemo drugima, a pošto to isto radimo u svojoj izvornoj profesiji, to je nama došlo prirodno“. Naglašava da sada imaju ključne ljude koji dobro motivišu jedni druge.

Inače, Ištvan u šali sam sebe naziva „menadžerom karantina“, jer je mogao da proslavi svoje kvalifikacije bez publike, gde ga je, naravno, pratila i supruga. „Pošto ni sami ne znamo kakav je oflajn događaj, onda nam nije ni nedostajao. Ponosni smo što smo uspjeli da to postignemo iz najistočnijeg segmenta države.“

Ali šta trenutno može da nadoknadi lična iskustva? Prema Ištvanu, online kursevi i događaji su takođe inspirativni, a često je i udobnije učestvovati na njima od kuće.

„Posle jedne od ovih, ljudski mozak prestane tražiti. Tolika je motivacija

„Ako imate zacrtane ciljeve, prema zakonu privlačenja oni će se i ostvariti.“

u predavačima da to jednostavno morate da radite.“

Nezavisno od toga, veruju da će u Poreč već moći da odu lično. I to u što većem broju, jer imaju veće ciljeve. „Najvažniji je Eagle program, na tome baš radimo. Naravno privlači nas i Forever2Drive i nivo Seniora.“ Za sve je ključ dnevni fokus i proširenje koje daje stabilnost. „Ako imate zacrtane ciljeve, prema zakonu privlačenja sve će se i ostvariti. Ali za to je potrebno da dnevno kontaktirate bar troje-četvoro ljudi.“

Ištvan i njegova supruga kažu da bi, da su mogli da okrenu točak vremena unazad, jednu stvar učinili drugačije: mnogo ranije bi rekli "da" mogućnosti Forever. Kako kažu, karantinska situacija je ubrzala proces, ali mnogo ranije su mogli osnovni rad da uvrste u svoj svakodnevni život. „Malo vremena ne može da bude izgovor, jer uvek imamo vremena za ono što volimo. Ako odlučimo u glavi, onda možemo i da uradimo – to se odnosi na sve od treninga, preko načina životnog stila, do građenja mreže. Vreme je jedino potrebno za lični razvoj, jer je to svima potrebno.“

Prvo su morali da se naviknu na dve stvari: da se ne plaše odbijanja i da budu strpljivi.

„Meni u ordinaciji da sredim jednog pacijenta ne treba više od sat vremena. Bilo mi je teško da prihvatim da mi ovde treba više da bih postigao rezultate. Ali ono što mi dajemo ljudima vredi mnogo više od bilo kog bonusa.“



ALOE FIRST®

Ovaj nezamenljivi deo našeg domaćinstva sadrži ne samo Aloe veru, već i pčelinji propolis i jedanaest specijalnih biljnih ekstrakata, koji neguju iritiranu kožu. Ovaj sprej sa izbalansiranom pH-vrednošću, lako se nanosi na osetljivu kožu, bez dodira i masaže.

040

473 ml

Forever avanturista

Građenje firme je jedno veliko putovanje - put do samospoznaje i otkrivanja sveta. Mnogima je privlačno u firmi 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.



JOŽEF SABO

Eagle menadžer

Od kada sam se registrovao 2002. godine, bio sam na raznim putovanjima u sklopu Forevera. Ranije nisam nikada bio u inostranstvu, tako da sam osim putovanja, u Foreveru dobio i iskustva. Obišao sam Havaje, Španiju, Grčku, Švedsku, Tursku, Italiju i Tajland. I mogao bih da još nabrajam. Naša putovanja smo uvek produžavali za par dana kako bi upoznali zemlju i njenu kulturu. Put koji nam je ostavio najveći utisak je put i Kankun, Meksiko 2015. godine.

Tokom putovanja uživali smo u meksičkoj kuhinji, upijali njihovu prelepu narodnu nošnju (koja jako liči na našu) i videli jedno od svetskih čuda Čičen Ice piramidu. Kupali smo se u „cenot“-u, podzemnim bazenima, plivali u podzemnim rekama u Xcaret parku, videli ogromne kornjače, plivali sa delifinima, vozili se biciklom po tropskim šumama i upoznali delić majske kulture. Bilo je to veliko iskustvo.

Mesto gde je naš hotel sagrađen, je pre 40. godina bila šuma. Meksiko je tada na

tom mestu počeo da se razvija i sada je to veliki raj za turiste.

To je razvijanje koje smo mogli da vidimo u Forever Living Products firmi koja je od osnivanja za 40. godina rada postala multi marketing kompanija.

Kada smo stigli, čekali su nas lideri firme. Dobili smo ohlađene peškire da se osvežimo. Svi kvalifikovani su dočekani na pravi način, čak i one koji su kasno uveče stigli, dočekao je Gregg Maughan. A na priredbi smo upoznali lično Rexa Maughana. Kada je izašao na binu i počeo da priča, sve smo upijali, svaku reč. Pravi lider: pruža nam primer i ponizan je. U sali su sve oči bile uprte u njega. Posle govora se rukovao sa SVIM ljudima u toj prostoriji, što je skoro 2000 ljudi i sa svima se fotografisao!

Svakoga je hrabrio, hvalio, odao priznanje i podržao, a damama se klanjao. Iz njega su prosto izbijali ljubav i samopouzdanje. Svaki njegov pokret je govorio: „Pođi sa mnom i budi srećan čovek!“ Jasno



se sećam kakvu košulju je nosio, koliko je bio miran i kako je pričao mirno, sa puno vere, vizije i ubeđenjem i to sa osmehom. Da, on je REX MAUGHAN, osnivač naše firme, lider. Iskustio sam da osim iskustva sa putovanja, mi kući nosimo i proširene vidike zahvaljujući podsticajnim programima na putovanjima, i donosimo kući više nego što smo poneli, time postajući sve bolji na putu za lidera. Otvoreniji smo, gledamo stvari iz drugog ugla i drugačije posmatramo naš tim, kolege i mogućnosti za razvijanje.

Preporučujem vam da živite sa mogućnostima podsticajnih prorgama, verujte u firmu, u lidere i u sebe! Sve je moguće!



STEP BY STEP

"Moj brend" - građenje

KORAK PO KORAK

Oflajn građenje mreže je funkcionisalo do sada i nastaviće da funkcioniše! Ali danas, sa društvenim medijima u našim rukama, imamo takve mogućnosti koje bi bilo šteta ne iskoristiti. Govorimo o jednom takvom putu koji zahteva puno učenja i kontinuiranog usavršavanja. Platforme, metode i mogućnosti za građenje biznisa se neprestano menjaju. Zato moramo biti u toku i uvek učiti od onih koji su ispred nas u vezi s tom temom.

TOP 10

Ovo je jedna lista, koja je neophodna za onlajn građenje biznisa!

1. KONSTANTNA PRISUTNOST

Sa onlajn svetom smo dobili mogućnost da možemo konstantno da dajemo impulse našoj publici.

Što si im više pred očima, sve više njih će se poistovećivati sa tobom. Zapravo, algoritmi platforme tako funkcionišu da što više sadržaja sa ključnim rečima postavljaš, izbijaš među prve u pretrazi i samim tim te pronalazi više ljudi.

2. ISKRENOST I AUTENTIČNOST

Postaviću jedno pitanje: S kim možeš lakše da se poistovetiš? Sa onima koji pričaju „reklamne priče“, ili sa onima koji iskreno pričaju o svojim emocijama? Ako se iskreno posvetiš onlajn radu, onda će mnogi imati empatije za to. Osećaće: „On je nekako drugačiji od ostalih. Da, to i ja želim!“

3. KVALITET

Danas se tehnologija razvila na takvom nivou, da ne možeš sebi da dopustiš da imaš mutnu ili

fotografiju lošijeg kvaliteta. Neophodno je da predstavljaš najbolji kvalitet. Da bi to mogao da postigneš, smatraj svoj telefon investicijom i ne žali što si kupio jedan od najboljih alata! Takođe nabavi LED okruglu lampu za profesionalne uslove osvetljenja i koristi programe za uređivanje slika za još profesionalniji izgled!

4. BEZ PRODAJE!

Ovim štetiš svojoj zajednici i presuđuješ struci. Ljudima je jako odbojno kada forsiraš proizvod i teraš ih da kupuju. Nikad nemoj da postuješ o proizvodu o kojem nemaš iskustva! Ako želiš da imaš rezultate onda izbegavaj i fotografije proizvoda sa interneta! Uvek pazi na to kako komuniciraš o proizvodima. Ovo radi sa svojim osećanjima i iskustvima i u skladu sa pravilima.

5. PRIČA

Iskusio sam da mnogi ljudi ne rade ispravno i deluju kao „ljudi koji ne rade ovde“, umesto da razgovaraju o iskustvima koja su sami doživeli.

Reći ću jedan primer:

Šta sam doživeo u puno situacija:

„Sa ovom mogućnošću sam raspoređuješ svoje vreme i možeš bilo gde i bilo kada da radiš, pored svog posla ili deteta, putem svog mobilnog telefona.“

Kako preporučujem: „Obožavam to što, od kada sam prihvatio ovu mogućnost, sam raspoređujem svoje vreme i dok radim mogu da odvojim i kvalitetno vreme za svoje dete. Danas sam na primer, dok se moj sin Benjamin igrao na igralištu, napisao ovaj post.“

6. POVRATNI ELEMENTI

Imaj nešto posebno u tvom brendu! To može biti muzika, predmeti ili jedinstvene aktivnosti koje su karakteristične za tebe. Cilj je da kada je reč o određenim stvarima, ti budeš prvi na koga će ljudi pomisliti. Budi kreativan i pazi da budeš što originalniji!

7. SERIJE

Ovo je već viši nivo tvog brenda. Tada ne postavljaš samo postove svetu već imaš i tematiku. Ljudi znaju da će kod tebe pronaći postove i video priloge određenih tematika. Bilo o čemu da je reč, ako očekuju sledeći deo, ti si na dobitku.

8. VIDEO! VIDEO! VIDEO!

Iz mog iskustva, mnogo je jednostavnije sagraditi most poverenja sa zajednicom, ako im se obraćaš često u video. Osećaće se kao da te poznaju i zbog toga će ubrzo tražiti informacije o tvom poslu. Koristi što više formi videa! Story, live i IGTV-snimke.

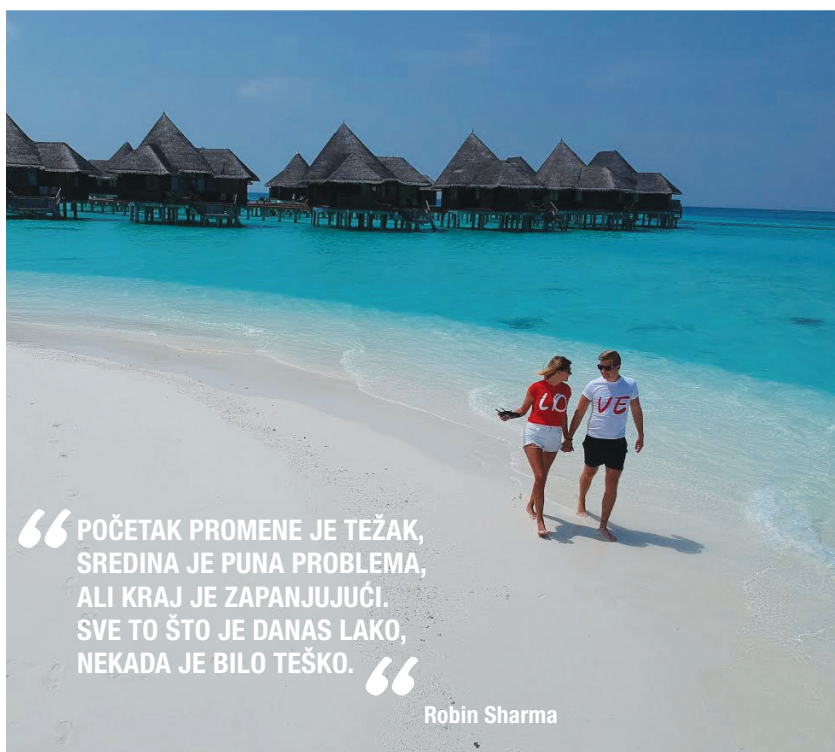
9. OHRABRUJUĆA AKCIJA

Često napominji drugima da imaju mogućnost da rade s tobom. To nikada nemoj raditi šablonski! Najdelotvorniji način za to je da pričaš o svojim osećanjima ili nekom događaju i da na kraju u maksimalno dve rečenice ohrabriš zajednicu, da ako mogu da se poistovete sa tobom i da od tebe potraže dodatne informacije.

10. DAVANJE UZORA

Budi ti taj koji objavljuje najviše postova, video snimaka, koji pravi najviše „live“-a i koji daje kvalitetan materijal u svojoj grupi! U tom slučaju će te pratiti i imaćeš puno profesionalnih „Moj brend“ biznis kolega.

+1. NO SPAM! Iako se ovo manje povezuje sa brendom, smatram da je bitno da napomenem da je jako loše „bombardovati“ nepoznate ljude sa porukama. Čak i onda kada te poruke oblikuješ za svakog ponaosob. Nemoj ti da budeš dvadeset i šesta osoba koja će iznenada da se pojavi sa nekom senzacionalnom poslovnom ponudom! Upoznaj se, gradi veze i slobodno ponudi mogućnost onima sa kojima ostvariš dobre međusobne odnose!



“POČETAK PROMENE JE TEŽAK, SREDINA JE PUNA PROBLEMA, ALI KRAJ JE ZAPANJUJUĆI. SVE TO ŠTO JE DANAS LAKO, NEKADA JE BILO TEŠKO.”

Robin Sharma



BENCE HALMI
Senior menadžer,
Eagle menadžer

Analiziraj svoje ciljeve

Kako sitnim koracima možeš da ostvariš velike stvari

Verovatno si čuo izreku da je ključ postizanja cilja da moraš zaista da ga želiš. Kada bi sve u životu bilo tako lako!

Na kraju krajeva, ne možeš tek tako da odlučiš da istrčiš maraton ove godine i da narednog dana istrčiš celih 42 kilometra – bez obzira na to koliko to želiš. Zapravo, istraživanja su pokazala da je postavljanje visokih ciljeva od samog početka osuđeno na neuspeh. Ali to ne znači da 2021. godine ne možeš postići velike stvari. Tajna lične transformacije je postavljanje malih, dostižnih ciljeva koji će ti pomoći da napraviš velike i značajne promene u svom životu.

Ideje za postizanje tvojih ciljeva

Možda već imaš jedan cilj, ili kao i mnogi drugi, želiš da se promeniš, ali se boriš upravo sa onim što želiš da postigneš. Postavljanje jednog cilja za novu godinu, znači mnogo više od novog plana fitnes treninga ili od odlučnosti da poboljšaš svoju ishranu. Kada razmišljaš o tome kako ćeš 2021. godinu pretvoriti u godinu promena, onda vredi da razmisliš o sledećim stvarima u svom životu.



FIZIČKA AKTIVNOST

Kada su u pitanju ciljevi vezani za održavanje našeg tela, nudi se mnogo mogućnosti, kao što je oslobađanje od nekoliko kilograma, povećanje svakodnevne aktivnosti ili bavljenje bodibildingom.



MENTALITET

Razmisli o strahovima ili brigama koji su te do sada sputavali i kako ih možeš savladati. Trudi se da budeš pozitivniji, preuzmi više rizika ili izrazi više zahvalnosti za ono što imaš!



KREATIVNOST

Da li će ovo biti godina u kojoj ćeš naučiti da slikaš? Možda si oduvek osećao kao da u sebi imaš knjigu koja samo čeka da se pojavi. Razmisli o tome kakve su kreativne ideje oduvek bile u dubini tvoje svesti i kreni u to!



FILANTROPIJA

Postavi jedan cilj koji će ti pomoći da svet učiniš boljim za druge! To bi moglo značiti više volonterskog rada ili doniranje za novu dobrotvornu organizaciju.



OBUKA

Postoji li veština koju si oduvek želeo da savladaš ili tema koja te zanima?



ZABAVA

Da li se osećaš kao da nikada ne trošiš dovoljno vremena na sebe? Postavi ciljeve koji će ti omogućiti da više vremena posvetiš sebi. To može biti odmor o kojem si oduvek sanjao ili malo dodatnog vremena svake nedelje koje možeš provesti onako kako voliš.



KARIJERA

Želiš li da izvučeš više iz svog posla? Oduvek si sanjao o tome da se baviš nekim poslom, ali nikada to nisi ostvario?

Napravi plan za ostvarenje tvojih najvećih ciljeva

Dok ne odlučiš šta želiš da postigneš, sada je vreme da napraviš sveobuhvatan plan. Treba da obratiš pažnju na sledeće.

1



ZACRTAJ MALE CILJEVE, KOJI ODGOVARAJU TVOJIM OČEKIVANJIMA

Ovi manji ciljevi mogu se podeliti na dnevne, nedeljne ili mesečne ciljeve. Misli o njima kao o koracima koji će ti pomoći da ostvariš svoj san. Na primer, ako imaš ambicije vezane za zdravlje, razmisli koje male stvari možeš učiniti da bi dobio polet. Započni tako što ćeš u jedan od obroka da uključiš zdravu hranu. Ako si ovo već savladao, preskoči desert. Tri puta nedeljno šetaj 1,5 kilometar, a kada postane lako, povećaj na 2,5 kilometra.

2



VODI EVIDENCIJU

Koristi tabelu, aplikaciju ili magnetnu tablu da bi u hodu mogao da ištikliraš manje ciljeve. To će ti pomoći da ostaneš motivisan i da možeš da vidiš koje rezultate postižeš u međuvremenu.

3



BUDI KONKRETAN

Postavi precizne ciljeve, po mogućnosti sa datumima i terminima, u interesu da se osećaš odgovornim. Ovo ti ujedno daje pregled tvojih postignutih rezultata, koji se vremenom sabiraju i čini da se osećaš primoranim da ostvariš svoj sledeći cilj.

4



BUDI REALAN

Ne uzimaj previše za svoje manje ciljeve. Ubedi se da možeš da ih ostvariš i vremenom postavi i teže ciljeve. Postavljanje nerealnih ciljeva na početku će te samo razočarati na tvom putu, jer si prerano pokušao da preuzmeš previše zadataka. Kreni sa poletom i usput slavi male pobeđe.

Fokusiraj se na svoje rezultate, a ne na poraze!

Sjajna stvar u postavljanju manjih ciljeva za postizanje većih je to što će biti lakše početi ispočetka, ako nešto ne uspe. Ako ne uspeš da ispuniš neki od svojih manjih ciljeva, nemoj biti strog prema sebi. Ostavi prošlost iza sebe i trudi se još više dok ideš napred ka svom snu.



KÖZLEMÉNYEK SAOPŠTENJA OBAVJEŠTENJA OBVESTILA NJOFTIME

MAGYARORSZÁG

Termékrendelés

Webáruházunk: www.flpshop.hu

Telecenter: hétfőtől péntekig 9:00-16:45-ig hívható számaink:
+36-1-297-55-38; +36-70-436-4290; +36-70-436-4291; +36-70-436-4294;
+36-80-204-983 („zöld szám”): vezetékes hálózathoz díjmentesen hívható)

Ügyfélszolgálat, Információ

Ügyfélszolgálat (telecenter, webshop): ugyfelszolgalat@foreverliving.hu
+36-1-269-5370/110 és 111
Vevőszolgálati és számlázási csoportvezető: Varga-Vizer Viktória,
+36-70-436-4173
Pénzügyi Recepció: +36-1-269-5370/121
www.foreverliving.com

Budapesti Központi Főigazgatóság:

1184 Budapest, Nefelejcs u. 9-11.
E-mail: flpbudapest@foreverliving.hu
Tel.: +36-1-269-5370, +36-70-436-4288, -4289, +36 1 297 1995
Levelezési cím: 1439 Budapest, Pf.:745.

Országigazgató: dr. Milesz Sándor: +36 1 297 1995, mobil: +36 70 316 0002
Főigazgató: Ladák Erzsébet: tel.: +36-1-269-5370/160-as mellék,
mobil: +36-70-436-4230;
Főigazgató-helyettes és rendezvényszervező: Altrichter Anett;
rendezveny@foreverliving.hu, mobil: +36 70 436 4240
Belföldi és nemzetközi kommunikáció: Szecsei Aranka: 136 mellék,
mobil: +36 70 436 4229;
Marketing csoportvezető: Bózári-Holtai Orsolya; mobil: +36 70 436 4272
Pontérték nélküli termékek: Gellén Veronika; mobil: +36 70 436 4278
Social Media: Galambos Dóra; mobil: +36 70 436 4212
FLP TV: dr. Karizs Tamás, mobil: +36 70 436 4271
Teremfoglalás: ujzag@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.
Vevőszolgálati és számlázási csoportvezető: Varga-Vizer Viktória,
mobil: +36-70-436-4173
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 szombatja és napjain (amelyeket már nem követ munkanap a hónapban) kizárólag a webshopon (www.flpshop.hu) adhatók le a megrendelések, minden hónap utolsó naptári napján 24.00 óráig. Területeink nyitvatartási rendje vonatkozik a hónap utolsó munkanapjaira is!

Forever Resorts

Teleki-Degenfeld Kastélyszálló, 3044 Szirák, Petőfi u. 26.,
Tel.: +36-32-485-300, fax: +36-32-485-285 www.kastelyszirak.hu

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

A Forever Resorts magyarországi intézményeinek ügyvezető igazgatója
Lenkey Péter, szálloda igazgató Király Katalin.

SRBIJA

Internet prodavnica: www.flpshop.rs

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

Beogradska kancelarija: 11010 Beograd, Kumodraška 162
tel.: +381 11 3970 127, fax: +381 11 3970 126, Email: office@flp.co.rs
Prodaja narudžbina: narucivanje@flp.co.rs

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

sreda i petak 9:00-16:30

Direktor: dr Branislav Rajić

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

+381 65 397 01 32 (telefon, Viber), utorkom i petkom od 14h-16h

Jelena dr Vujašin: +381 65 397 01 31 (telefon, Viber),

sredom od 19h do 21h i subotom od 17h do 19h

CRNA GORA

Podgorička kancelarija: Kapino polje BB, Nikšić

Telefon (Viber) +381 65 397 0130

Email flppodgorica@t-com.me, flp.podgorica@flp.co.rs

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

+381 65 397 01 32 (telefon, Viber), utorkom i petkom od 14h-16h

Jelena dr Vujašin: +381 65 397 01 31 (telefon, Viber),

sredom od 19h do 21h i subotom od 17h do 19h

Naručivanje isključivo preko www.flpshop.me

SLOVENIJA

SPLETNA TRGOVINA: webshop.forever.si

(dežurni telefon za spletno trgovino 064 259 222)

Prodaja Ljubljana: Stegne 15, 1000 Ljubljana

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

email za naročila: narocila@forever.si

Delovni čas: ponedjeljak 12:00-20:00, torek-petek 09:00-17:00

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

Prodaja Lendava/Lendva: Kolodvorska ulica 6, 9220 Lendava

telefon: +386 2 575 12 70; email: lendva@forever.si

Delovni čas: ponedjeljak-petek 09:00-17:00

Direktor: Andrej Kepe

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

HRVATSKA

www.foreverliving.hr

Zagrebački ured: 10000 Zagreb, Trakošćanska 16,

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

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

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

Voditeljica ureda: Branka Džaja

Naručivanje e-mailom: foreverzagreb@foreverliving.hr

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

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

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

Broj mobitela: 091 4196101

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

SHQIPËRIA

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

Tel./Fax: +355 44 500 866

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

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

Shëf Zyre: Xhelo Kijaj: Cel: +355 69 40 66 811

e-mail: flpalbania@abcmail.al

www.foreveralbania.com

KOSOVA

Area Manager: Mr Sc Lulzim Tytnxhiu,

+ 383 49 866 865

email: lulzimt@foreverliving.hu

webshop: www.foreverkosovo.com

BOSNA I HERCEGOVINA

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

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

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

elektronska pošta: forever.flpbos@gmail.com

Direktor FLP BiH: dr Slavko Paleksić

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

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

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

utorak, srijeda: 12:00–20:00

elektronska pošta: flpm@bih.net.ba

Rukovodilac ureda: Enra Ćurovac-Hadžović

Snaga aloeje



Da li si znao?

Prozirni gel dobijen iz unutrašnjosti lista je obrađen u roku od par sati, na taj način obezbeđujući da svaki **Forever Aloe Vera Gel®** tetrapak bude što svežiji i bez konzervansa!

FOREVER

FOREVER

FOREVER

Global Rally at home

A NEW WAY TO RALLY.

#FGR21

08-10 APRIL 2021

IME I KOD VAŠEG SPONZORA:



FOREVER®