

MAGYARORSZÁG BOSNA I HERCEGOVINA CRNA GORA HRVATSKA SHQIPËRIA SLOVENIJA SRBIJA

# FOREVER

Maj 2018 XXII Izdanje 05



GLOBAL  
LEADERSHIP  
TEAM

# GLT

## JOŽEF SABO

Safir Eagle menadžer, član GLT-a  
Forever poslovni saradnik 2017.  
po Total World bodovima



# 40 YEARS FOREVER®



# USPELI SMO! :) 7931 CC



## Često čujete od mene da je: „Snaga Forevera snaga ljubavi“

Teško je iskazati snagu ljubavi, zar ne? Ipak... bez obzira na to što je teško objasniti šta osećamo, mi smatramo da je ovo najbolji način za to da iskažemo ko smo mi i čime se bavimo. Po mom iskustvu, da bi najbolje razumeli neko osećanje, moramo da ga proživimo. Kao što to kaže francuski režiser Jean Luc Godard: „Nekada je stvarnost previše složena. Formiraju je priče.“

Ove godine, u kojoj slavimo 40 godina postojanja Forevera, proveli smo puno vremena evocirajući uspomene. Prisetili smo se svih stanica na kojim smo stali u proteklih 40 godina. Kada se prisetimo svih onih ljudi i mesta koji su nam pomogli u formiranju Forevera, shvatamo da su nam te priče pomogle da snagu ljubavi unesemo u svoje živote.

Želeli smo sa vama da podelimo sećanja na nekoliko ličnosti i nekoliko trenutaka koji su zajedno sa vama formirali Forever. Zato smo stavili njihovih 39 priča u knjigu: „40 priča o Foreveru“, koju smo vam prikazali u Dalasu, na Global Rallyju. Prvo smo mislili da će ove priče istaknuti sve dobre stvari ovog posla i zajednički

put koji smo prešli za ovih četrdesetak godina, ali dobili smo mnogo više!

Bilo da je reč o čoveku koji je svoj život strpljivo ugrađivao u jedan posao, jer je bio ponosan na njega, ili da je reč o ženi koja je bila svesna da može da promeni sudbinu celog sela, time što će im uvesti čistu vodu za piće, svaka priča govori o snazi ljubavi i kazuje nam kakvu čudesnu mogućnost nama nudi Forever: da delimo ljubaznost i vraćamo nadu ljudima.

Štaviše, našli smo nešto što ujedinjuje ove priče koje dolaze iz različitih krajeva sveta. Kada smo probali da izaberemo najbolju ili onu koja najbolje opisuje Forever, znali smo da ne možemo da izaberemo. I zato smo izabrali svih 39. A najbolja od svih je ona poslednja, TVOJA priča!

Forever priče su zapravo serijal u nastavcima i to nas podseća na snagu Forevera. Pokazuje nam da nema bolje stvari od toga da ljudi rade zajedno za jedan cilj: da svet učine boljim mestom. To čini našu budućnost sjajnijom!

Na proslavi naše 40. godišnjice ohrabrujem vas da poklonite jedni drugima svoje priče! Samo na ovaj način ćete razumeti zašto je Snaga Forevera snaga ljubavi.

**S večnom ljubavlju:**



**Rex Maughan**  
Direktor Upravnog Odbora,  
vlasnik Forever Living Productsa

# NAJVEĆA PRIČA







# KAO ČAROBNI TIM U AMERICI

Ovog puta imam jednostavan zadatak u vezi pisanja zahvalnice, jer sada, deset hiljada metara iznad zemlje, nakon napuštanja Dalasa, samo treba da mislim na to Čudo koje je naš tim izveo do kraja. Nailaze sveža sećanja, a ja pak počinjem da ih raspoređujem i delim sa vama, da bi mogli iznova i iznova da proživimo ove beskonačno prijatne trenutke.

Odmah posle našeg dolaska, bila je velika stvar susresti se sa Gregg Maughanom predsednikom i sa celim rukovodstvom Forevera, čuti nove planove i predloge GLT-a i biti ponosan na to što su iz Mađarske Jožef Sabo kao i Kati i Atila Gidofalvi članovi vodećeg tima.

Bio je jako je bio dobar osećaj doneti puno lepih priznanja od svetskih državnih direktora, tako da su ti pokloni jedva stali na zajednički sto koji imam sa Peterom Lenkeijem, generalnim menadžerom. Samo smo se smeškali i slavili. Ovde bih želeo da zahvalim svakom članu štaba i svakoj od osam država, na predanom poslu!

Ima već 40 godina od kako je nastao Forever. Vreme leti neverovatno brzo! Pre 40 godina Rex Maughan je imao jedan san, viziju, od koje nikada nije odustao, a koja se danas i ostvarila. 160 država slavi njega i Forever širom sveta, ali to je samo početak jedne fenomenalne budućnosti.

Upoznali smo se sa novom Forever aloe porodicom proizvoda. Jedan novi proizvod 21 veka, koji će osvojiti ceo svet, predstavljen je novogeneracijskom tehnologijom. Sadrži 99,7% Aloe Vera – tako nešto niko na svetu nema, samo mi, Foreverovci. Zahvaljujemo vam se Rex, Gregg!

Zatim fantastična zabava na Southfork ranču... Dobili smo prve čekove, internet nas je pun, slavi ceo region. Nastavljamo slavlje kući, na bini u maju. Bio je dobar osećaj videti sve više zadovoljnih i srećnih ljudi, zagrliti ih, čestitati im, čestitati Vama. Volim Vas!

Sve veći čekovi su uručivani na bini, mi smo aplaudirali svima, ustajali smo, sedali, igrali, pevali i konačno je na red došao ček Mikija Berkiča, koga je tim na ramenima uneo u prostoriju. Ispred su se viorile ogromne Mađarske zastave, svi su naučili: -ria, -ria Hungaria!

Kada je Kevin došao po mene, već sam znao da smo osvojili Spirit Award, kao najentuzijastičniji tim četrdesetogodišnjice. Zahvaljujem vam! Vi ste najbolji na svetu, a samo fotografisanje posle Rallyja je za sve ostalo nezaboravno.

Sledeći Rally će biti u Stockholmu i više hiljada nas može da ode tamo. Jeste da je blizu, ali neka i druge vide Čudo!

**Napred Forever!**

**Dr Šandor Miles**  
državni direktor





# 40 godina u poletu

**Svake godine kažem  
i nikada mi ne dosadi –  
Hvala VAM!**

Zahvaljujem što zajedno  
možemo da slavimo  
40-godišnjicu na Global  
Rallyju! Dalas je posebna  
destinacija u istoriji Forevera  
i ja sam jako zahvalan što  
sam kod kuće mogao da vas  
ugostim prilikom #FGR18.

Zahvaljujem što ste mi pomogli u  
tome, da od ove firme napravimo  
najveću mogućnost na celom svetu.  
Zahvaljujem na svemu što radite u  
interesu toga da što većem broju ljudi  
možemo da obezbedimo lepši izgled  
– bolji osećaj i stil života širom sveta.  
Prvobitno vam zahvaljujem na  
entuzijazmu, što Forever i njegovi  
proizvodi sada prolaze kroz najveće  
reforme do sada.

Puno napornog rada i odricanja, koji  
su prisutni u ovoj firmi i biznisu,  
pokazuju da se ništa ne dešava preko  
noći. Međutim, ponekad vidimo  
značajne rezultate samo ako se  
osvrnemo.

Uvek ću se sećati Global Rallyja  
2018. kao događaja koji  
najbolje predstavlja našu firmu.  
Hvala vam što ovu proslavu  
činite nezaboravnom! A sada  
koncentrišimo se na narednih  
40 godina!

Uvek se smejte!

*Gregg Maughan*

**Gregg Maughan**  
Predsednik, Forever Living  
Products





# Aloe

onako kako  
ju je priroda  
stvorila

**U poslednje vreme je porasla potreba za prirodno uzgajanim namirnicama i Fairtrade proizvodima. U skladu s tim nije iznenađujuće što se firme trude da prate filozofiju „sa farme na sto” da bi sadržaj proizvoda učinili što „prirodnijim”.**

Ljudi žele da znaju – i zaslužuju da znaju – sadržaj njihovog obroka i pića. Baš iz ovog razloga Forever Living je ponosan na to, što može da kaže da je biznis uvek funkcionisao na osnovu filozofije „od biljke do proizvoda” i ne zato što je to „cool”, nego zato što je za nas jedan od osnovnih principa da je ovakvo postupanje ispravno.

Mi smo firma koja vertikalno integrira, što znači da mi našu Aloe Veru ne samo da prerađujemo i prodajemo preko naših prodajnih mreža, nego je i lično uzgajamo. Toliko smo sigurni u naš proces i u vezi predstavljenog kvaliteta proizvoda, da smo se nazvali „The Aloe Vera Company” i kada i ti saznaš više o procesima i čistoći proizvoda, mislimo da ćeš i ti tako misliti!



# Od biljke...

Počevši od trenutka, kada je naša aloja pustila korenje u zemlju, svakoj biljci smo obezbedili negu u interesu toga da listovi budu debeli, zeleni, jaki i sočni. Kada donji listovi narastu (posle otprilike godinu dana) svaki list skidamo ručno. Uzimamo samo i isključivo zrele listove, obezbeđujući time da iz biljke izvučemo što više čistog gela.



Posle odvajanja listova od biljke nosimo ih u deo za preradu koji se nalazi na teritoriji farme, gde ih operemo i istisnemo njihovu unutrašnjost. Svaki list peremo dva puta, pre nego ručno izvadimo gel iz njega. To je potrebno, jer isključivo na ovaj način dolazimo do hranljivog unutrašnjeg gela. Na sledećem koraku, Aloe Vera prolazi kroz bezbroj analiza kvaliteta, pre nego stigne u sterilni deo za preradu. Ceo proces traje šest sati kako bi aloja sačuvala svoje blagotvorno dejstvo.

Za vreme sterilne prerade, aloju izlažemo kratkom testu toplote, da ostane sveža i da zadrži blagotvorna svojstva. Na ovaj način sigurno smanjujemo broj štetnih bakterija, bez upotrebe konzervansa. Ovaj proces prerade dokazano zadržava 300% više vitamina u aloji, obezbeđujući da proizvod zadrži svež ukus i da bude hranljiv, koliko je moguće. Čist alojin gel posle toga šaljemo u proizvodnju.





# do proizvoda...



Godišnje više od osam miliona galona Aloe Vera gela dospeva iz biljaka u proizvodnju. Centrala je u državi Teksas, u Dalasu, u „Aloe Vera of America“ delu za preradu. Ovo postrojenje može da bude ponosno na vrhunsku tehnologiju, laboratorije za proizvodnju, istraživanja proizvoda, kao i inovacije.

Kada gel stigne u proizvodnju, dopunimo ga sa ostalim sastojcima, kako nam formula to nalaže. Forever Aloe Vera Gel sadrži 99,7% aloeje i toliko je blizu jednom sveže odsečenom listu aloeje koliko je maksimalno to moguće. Forever Aloe Berry Nectar i Forever Aloe Peaches sadrže i druge sastojke. Ovim proizvodima dodajemo voćne sokove i koccenrate kako bi

i nadalje zadržali hranljivost i dobar, voćkast ukus.

Proizvode testiramo da bi garantovano odgovarali svim specifikacijama proizvoda, zatim ih opet tretiramo sa veoma visokom temperaturom. To je neophodno da bi bili sigurni da dodati sastojci nisu poprimili bilo šta što bi uticalo na kvalitet ili kvarenje. Gotov proizvod posle toga ide na pakovanje.

Svaki tetrapak je spljošten sve dok se ne napuni sa Forever Aloe Vera napitkom. Ovo pakovanje dobija formu tetrapaka tek kada ga napunimo. Kada je pun, na njega se stavlja vakumski zatvarač i na taj način se obezbeđuje sterilnost Aloe Vera gela. Posle poslednjeg testa za kvalitet, naše piće ide







# Tebi...

na dostavu, zadržavajući u sebi sve dobro.

Preko regionalnog centra za raznošenje – Aloe Vera of America (AVA) i holandski Forever Direct – dostavljamo Forever proizvode u više od 158 zemalja širom sveta. Time što sami proizvodimo proizvode, utičemo na vreme pripreme, smanjujemo troškove, pridržavamo se strogih uslova kvaliteta

na distributerskim kanalima. Sa ovim postrojenjem obezbeđujemo globalno raznošenje u manje zajednice i sada već u 12 država dostavljamo proizvode direktno do kupaca. Ovaj složeni sistem sa najmodernijom tehnologijom omogućava, da se svaki naručeni proizvod što preciznije upakuje, pa je jedan tako izvanredan tim, ponosan na to što mogu da budu članovi jednog takvog izvanrednog lanca snabdevan-

ja. Pripremljena pakovanja pažljivo pregledamo i zatvorimo kako bi mogli da bezbedno stignu do odredišta.

Naša filozofija „od biljke do proizvoda“ nam omogućava, da budemo nadležni oko troškova i što je najvažnije oko kvaliteta proizvoda u svakom trenutku. To znači da možemo da budemo sigurni u to da uvek dobijamo proizvod najboljeg kvaliteta.





# ZAŠTO FOREVER?

Priključi se i ti firmi koja je

NAJVEĆI  
UZGAJIVAČ,  
PRERAĐIVAČ  
I PRODAVAC  
**ALOE  
VERE**



AKTIVAN SARADNIK SA  
FOREVER GIVINGOM U  
INTERESU SUZBIJANJA  
SIROMAŠTVA



ETIČNA I  
PRIJATELJ  
ŽIVOTINJA



SOLIDAN KAPITAL  
I BEZ POREZA



PONOSNA NA TO ŠTO NUDI  
PROIZVODE VISOKOG  
KVALITETA

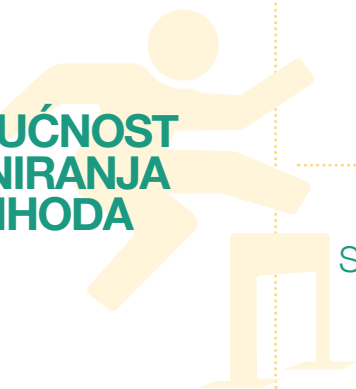
DAJE TI TAKVU  
MOGUĆNOST,  
KAO ŠTO SU...



BONUS I  
PODSTICAJNI  
PROGRAMI

FLEKSIBILNOST I  
SLOBODNO VREME

MOGUĆNOST  
PLANIRANJA  
PRIHODA



GLOBALNI  
BIZNIS,  
TRENUTNO  
U PREKO  
**150**  
ZEMALJA

KOSHER I  
ISLAMSKI  
KVALITET



VERTIKALNO  
INTEGRIRA



TRENINZI I  
PODRŠKA



FOREVER





# Women **POWER** **KARIJERA ŽENE U FOREVERU**

**Kolega, majka, poslovni saradnik,  
neverovatno koliko uloga može da  
postoji u životu žene. U Foreveru možeš  
da rasporediš vreme onako kako tebi  
to odgovara. Pokazaćemo ti nekoliko  
primera uspešnih graditelja mreže!**

Odmalena sam se pripremala da budem pedijatar. Za najveće priznanje smatram kada pacijenti koje sam nekada lečila i danas dolaze sa svojom decom kod mene. Za vreme svog rada zaključila sam da sa lekovima često nanesimo više štete, nego što pomognemo. Prilikom otvaranja moje privatne ordinacije ukazala mi se mogućnost da stavim akcenat na prevenciju bolesti. Tada sam se susrela sa dr Marian Vereš, koja mi je preporučila Forever Living Products firmu. Od maja 2004. nam se potpuno promenio život. Već u prvom mesecu smo dobili više priznanja od naše gornje linije, od bračnog para Šereš i tima, nego što sam dobila za svo vreme kao doktor. Mogli smo da se širimo i od tada iz meseca u mesec, iz godine u godinu se razvijamo. Već prve godine smo imali 600 bodova, ali ipak pravi uspeh smo ostvarili od kad smo sastavili tim pod vođstvom dr Judit Kolonič. Učestvujemo u svakom takmičenju naše firme. Kvalifikacije treba samo jednom ostvariti i posle samo iz godine u godinu treba ponavljati naučene korake!



**DR ERŽEBET NIKA**  
**Senior Eagle menadžer**  
**kvalifikovana za Chair-**  
**man's Bonus, pedijatar,**  
**dečiji pulmolog, alergolog**  
**majka dvoje odrasle dece,**  
**i baka jednog unuka**

Srećna sam što su naše dvoje odrasle dece postigli poziciju menadžera, što nam je data mogućnost da se život cele naše porodice finansira od Forevera. Kao lekar smatram da je najvažnije preporučivanje ovih izvanrednih proizvoda, ali sve veći značaj u mom poslu Forevera dobija građenje tima. U poslednjoj godini smo se upoznali sa onlajn svetom i u sve širem krugu možemo da dajemo savete i daljim kandidatima i pružimo im mogućnost „virtualnog putovanja“. Onlajn ili oflajn – u svakom slučaju uživam. Prihvatila sam misiju deljenja poruke Svetske zdravstvene organizacije i Forever Living Productsa, po kojima zdravlje ljudi čini zdravlje tela, duše i socijalno blagostanje. Smatram da kao lekari imamo veliku odgovornost u održavanju zdravlja, dok kao graditelji mreža možemo verodostojno da budemo uzor za one koji nas prate.



Sa četrdeset i dve godine sam bila samohrana majka troje dece u teškim materijalnim okolnostima, a u meni je sve jača bila odluka, da ne želim na ovaj način da proživim svoj život. Prihvatila sam i druge poslove, ali sa tim nisam mogla da postignem ozbiljne promene. Uvek sam volela da radim i bila sam sposobna za to. Posao preduzetništva mi se činio kao mogućnost, ali zbog nedostatka kapitala nisam mogla da se upustim u to. Tada sam upoznala MLM sistem, koji i bez kapitala nudi mnogo mogućnosti. Radila sam i u tri MLM firme. Posle puno poraza i iskustava, osetila sam na svojoj koži na šta treba da pazim. Što sam više znala i probala – bez obzira na poraze – bila sam sve sigurnija da je to za mene jedina prelomna mogućnost. U 1996. sam se susrela sa Foreverom preko ljubaznosti preduzetnika Jožefa i Marike Sabo. Posle višečasovne priče znala sam da su to firma, marketinški plan i proizvodi koje sam tražila. I rezultati su to pokazali. Posle tri meseca sam dostigla menadžerski nivo, bez automobila i telefona. Potpomažemo se međusobno

sa izvanrednim ljudima i vođama, jer ova firma samo na taj način funkcioniše. Bez obzira na materijalnu nezavisnost, sa Forever preduzetništvom sam uspela da ostvarim snove iz detinjstva i da proputujem svet. Jako je važno da obavljamo posao raznoliko, kreativno i sa konstantnim razvojem gde svako može da iskaže svoju ličnost. U poslednjih par godina, sa pojavom interneta i društvenih medija, totalno se promenilo građenje biznisa. Sada možemo da kažemo da su nam neograničene mogućnosti i ne možemo da zamislimo u kom smeru sve ovo može da se razvije. Bilo ko može da gradi globalni biznis – trenutno u 160 zemalja – tako da posao nije vezan za mesto i vreme! Uz pomoć jednog laptopa ili telefona možemo da radimo sa bilo kog mesta. Ovaj članak pišem trenutno sa jednog luksuznog broda, negde na Karipskom moru. Odavde održavam kontakt sa mojim kolegama, a usput mogu da otkačim još jedan cilj sa moje liste... Ako si slobodan, a imaš želju za životom iznad proseka, ovde je mogućnost: kreni!



**KATI NAĐ**  
Soaring menadžer  
hemijski tehničar,  
majka troje dece i baka  
dva unučeta

Ženska karijera. Čudno je kad to čujem, jer ranije nikada nisam to želela. Želela sam da radim. Znala sam da želim da predajem, kao i to da budem žena i majka. Karijera je za mene bila nešto što ako jedna žena stvori, onda neće imati dovoljno vremena za decu ili za partnera, ali najmanje za sebe. U Foreveru sam spoznala tu harmoniju i uverila se da sve to može da funkcioniše zajedno. Kao zaposleni ili kao tradicionalni preduzetnik ne bih mogla da ostvarim to. Zahvaljujući onlajn sistemu, danas imam radno vreme koje nije obavezno. Radim onda kad to želim i gde želim, jer je dovoljan samo jedan pametan telefon i sve vam je dato, kao i međunarodni biznis. Kada mi je Vica Majoroš rekla za ovu mogućnost, posle dugog odupiranja sa dvoumljenjem sam gledala u nju. Znala sam da su proizvodi dobri, sa njima sam imala iskustva, dok sam o MLM-u i građenju mreže imala negativno mišljenje. Ali ličnost mog sponzora i tima, kao i stvarna slika koju sam dobila na prezentaciji su me ubedile i osvestile da shvatim da kao vaspitačica, sa dvoje dece nemam drugu mogućnost,



**JUDIT HOLONE KOČIK**  
Eagle menadžer  
pedagog,  
majka troje dece

sa kojom bi mogli da priuštimo sebi natprosečan život, a da su nam i zdravlje i slobodno vreme prioritet. Ubedilo me je to da možemo da napredujemo tako što ćemo pomoći što većem broju ljudi da se promeni i popravi svoj život. Kada sam napredovala biznis nivo ili kada napredujem, to nikada nije toliko radost kao kada se kvalifikuje neko od kolega. Neko koga ste uspeali da naučite da koristi sistem i da izvuce najbolje od života. Podučavamo druge, što je pravi poziv. Za uzvrat smo dobili evropsku budućnost što je za mnoge mlade jedinstvena mogućnost kako ovde, tako i u inostranstvu. Treće dete nam se rodilo, zahvaljujući tome što smo postali Forever partneri. Kao zaposleni smo planirali samo dvoje dece, jer pored četrdeset sati rada nedeljno, dobro je i ako za njih bude vremena i novca. Uz podršku i pomoć mog muža, sada zarađujemo pare takvim sredstvima, da ovo ne doživljavamo kao posao, jer nas ispunjava i čini srećnima, a često i uz pomoć dece napredujemo.



# IZAZOV LETEČEĆEG STARTA

KVALIFIKOVANI



## 3. NIVO

Dr Seresné Dr Pirkhoffer Katalin  
& Dr Seres Endre  
Jakupak Vladimir & Jakupak Nevenka  
Dr Dósa Nikolett  
Henc Pezenhofer Brigitta  
& Henc Krisztián Dávid  
Berki Jennifer  
Heinbach József & Dr Nika Erzsébet

## 2. NIVO

Varga Géza  
& Vargáné Dr Juronics Ilona  
Hajcsik Tünde & Láng András  
Petković Aleksandra & Petković Bogdan  
Lomjanski Ana  
Barna Krisztina  
Dobai Lászlóné & Dobai László  
Dr Rédeiné Dr Szűcs Mária  
& Dr Rédei Károly  
Sziklainé Bán Hajnalka  
& Sziklai Gábor  
Hausel Beatrix  
Ross Andrea  
Dr Kolonics Judit  
Szentpéteriné Kapus Ilona  
Kozma Szikszai Szilvia  
Almási Gergely & Bakos Barbara  
Menkő Éva  
Stojić Dragana  
Wiederschitz Csilla  
Utasi Anita & Utasi István  
Légrádi Zoltán  
Molnár Rudolf & Molnár Ildikó  
Simon Beatrix  
Veličković Ivica  
Pintér Tünde  
Strober Barbara  
Tóth Emese Ágnes

## 1. NIVO

Nagy Katalin  
Vágási Aranka & Kovács András  
Lomjanski Stevan & Lomjanski Veronika  
Krizsó Ágnes  
Herman Terézia  
Éliás Tibor  
Knežević Sonja & Knežević Nebojša

Nyári Gabriella & Majoros János  
Hartyányi Julianna  
Stempelné Marosvölgyi Katalin  
& Stempel Zoltán  
Sobocanes Gordan & Sobocanes  
Dubravka  
Tanács Ferenc & Tanács Ferencné  
Boro & Mara Ostojić  
Rex Alexander  
Tornyai Gyuláné  
Futaki Ildikó  
Manda Korenić & Ecio Korenić  
Dr Vörös Mariann & Sámoly Ferenc  
Szabó Péter  
Szabados Zoltán  
& Szabadosné Mikus Emese  
Mustafić Safet & Mustafić Subhija  
Nagy Tímea  
Visnovszky Ramóna & Bognár Gábor  
Tóth Antalné & Tóth Antal  
Pókecz Ivett  
Ferencz László & Dr Kézsmárki Virág  
Vigh Sándorné  
Lérántné Tóth Edina & Léránt Károly  
Máté Viktória  
Tóth Anna  
Nagy Ádám & Nagyné Belényi Brigitta  
Rajić Branislav & Rajić Ana  
Avdija Ginera  
Szakál István & Szakál Istvánné  
Seres Máté & Seres Linda  
Komondi Julia  
Szovák Ferenc  
Starčević Damir & Starčević Vlasta  
Vajda Lászlóné & Vajda László  
Kurucz Endre  
Godó Richárdné  
Dr Mirjana Nedić  
Szolga Bernadett  
Prágai-Szalay Katalin  
Tijana Jakšić  
Antalné Kerekes Mária  
Orbán Tamás  
Kosik Katalin & Szántó József  
Barna Beáta & Barna Róbert  
Misiné Simonyák Ágnes  
Zachár-Szűcs Izabella & Zachár Zsolt  
Dr Bucsku Melinda

Zsoldos András  
Pavlovics Istvánné  
Németh Anikó  
Pristov Magdolna  
Mitevská Milica  
Buzási Bálint  
Vidović Bojana  
Dr Klemencsics Zoltánné  
Bogunović Ksenija  
Fraknóyné Mezei Gabriella  
Béres Mónika  
Beloša Stjepan & Beloša Snježana  
Czimre József  
Alibabić Fata & Alibabić Ahmer  
Barkócziné G. Tünde  
& Barkóczy Sándor  
Kaić Željko & Bodrožić Kaić Marija  
Ciklić Vida  
Dénes Gabriella  
Alidžiković Lejla  
Dr Fazekas Ferenc & Fazekas Mária  
Fenyvesiné Simon Klára  
Leel-Össy Gabriella  
Dr Đurđević Verica  
& Prof. Dr Đurđević Srđan  
Kaposi Tünde  
Aradványi Viktor  
Almási Vivien  
Hartai Klaudia  
Pataki Tímea  
Vukojević Slađana  
Lepojević Laura  
Pusománé Bencsik Ágnes  
Laklia Nikolett  
Ilyés Andrea Renáta  
Molnár Nikolett  
Kulcsár Renáta  
Szabó Renáta  
Miklós Tamás  
Simon Beata  
Papp Árpád  
Nadrai Krisztián  
Torma Sándor  
Timári-Kovács Barbara  
Kelemen Kornél Ferenc  
Major Krisztina  
Kovács Imre



# POKRENI SE!

DNEVNO 15 MINUTA ZA BOLJI OSEĆAJ

**PROGRAM  
KRETANJA ZA MAJ  
PREPORUČUJE:**

**Julia Torkom (65)**  
menadžer  
majka 5 dece,  
baka 6 unučića



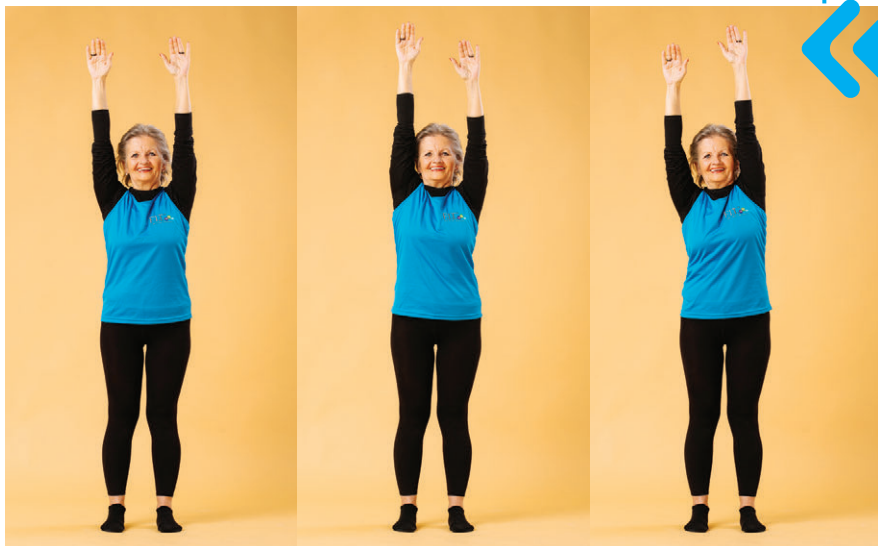
Dva puta nedeljno vežbam na organizovanim vežbama u centrali u Nefelejč ulici i zahvaljujući tome sam vitalna. Celog života me je pratila fizička aktivnost, za mene je to jedan vid želje za slobodom. I svoje vršnjake savetujem da se ne zakopavaju! Čovek je „programiran“ za 120 godina, ali ako možemo da živimo 90 godina zdravo i to je veliki poklon! Jedan zreo čovek ne mora da ide isključivo u teretanu, ali svakodnevna šetnja ili vožnja biciklom, malo jačanja, savesna ishrana, prevencija za gojaznost nam pomažu da budemo zdraviji i imamo manje problema u starijem dobu. Verujem u to, da dokle god se osećamo mladi u duši, to i ostajemo! Oni koji ne vežbaju, neka postepeno počnu da vežbaju ovde prikazane zadatke! Za par nedelja može da se uđe u fazon i onda treba lepo polako podizati broj ponavljanja, sve dotle dokle nam prija.



**Julijin  
SAVET**

Za zagrevanje i mišiće koji su umorni od vežbanja koristim Aloe Heat Lotion. Aloe Vera gel, mentol i eukaliptus pomažu u opuštanju i regeneraciji.





## Vežbe istezanja 1.

**1.** Stani u širini kukova, podigni ruke iznad! Ruke u isto vreme ispruži kao da želiš nešto da dohvatiš! Vežbu možeš da ponoviš sa dlanovima zategnutim na pozadi, tada dlanove guraj prema gore kao da plafon želiš da gurneš još više.

**Trajanje:** 3x10 sek.

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, zategni mišiće stomaka i gluteusa, karlicu drži malo napred!

**2.** Prvu vežbu ponovi sa naizmeničnom promenom ruka!

**Ponavljanje:** 8-12 puta svakom rukom zasebno.

**Obrati pažnju** na početni stav.

## Vežbe istezanja 2.

**1.** Stani u širini kukova i podigni jednu ruku!

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, karlicu drži malo napred, glavu drži u liniji kičme!

**2.** Nagni se u stranu i zadrži taj položaj 10-12 sekundi, zatim ponovi vežbu i na drugu stranu!

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, karlicu drži malo napred i za vreme vežbe ostani miran! Neka ti svaki mišić bude istegnut!



## Vežbe za ramena

**1.** Uzmi u ruke tegiće, i stani u širini kukova. Opusti ruke dole!

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, mišiće stomaka i gluteusa zategni. Karlicu drži napred, glavu drži u liniji kičme. Ovu poziciju drži do kraja za vreme vežbanja!

**2.** Podigni obe ruke sa strane u visini ramena!

**3.** Iz visine ramena ruke podigni gore!

**4.** Zatim pusti ruke dole! Ponavljanje: 6-8 puta

**Obrati pažnju:** Do kraja vežbe drži telo zategnuto, tako kao i na početku! Probaj vežbu prvo bez tegića, a posle sa njima! Ako nemaš tegiće, koristi flašu od pola litre, napunjenu vodom i učini nivo vežbanja odgovarajućim!







## Biceps vežbe

**1.** Uzmi u ruke tegiće, stani u širinu kukova i podigni tegiće ispred tela do visine ramena!

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, zategni mišiće stomaka i gluteusa, karlicu drži napred, glavu drži u liniji kičme. Ovu poziciju drži do kraja za vreme vežbanja!

**2.** Pusti tegiće tako da ti podlaktica bude horizontalno, zatim opet u početnu poziciju!

**Ponavljjanje:** 6-8 puta

**Obrati pažnju:** Nadlakticu drži čvrsto pripijenu uz telo!

**OBRATI PAŽNJU KOD SVIH VEŽBI:**  
na pravilan unos vazduha (kod napora izdahni vazduh), kao i na pravilnu dinamiku vežbi. Istegni se i na kraju vežbanja. Moj savet je da pre nego što počneš sa vežbanjem kod kuće, potražiš pomoć stručnjaka!

## Vežbe za stomak 1.

**1.** Lezi na leđa, savij noge u kolenima i među kolena stavi mekanu loptu! Ruke stavi iza vrata!

**Obrati pažnju:** Zategni mišiće stomaka i gluteusa, karlicu drži malo napred, struk prisloni uz podlogu i drži ovako do kraja vežbe!

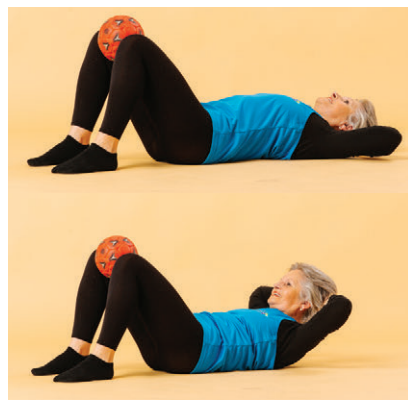
**2.** Podigni gornji deo i uradi trbušnjak, zatim se pusti nazad na podlogu!

**Ponavljjanje:** 6-8 puta

**Obrati pažnju:** Laktove drži sa strane u liniji ramena!

Glavu ne cimaj napred, neka ostane jedna pesnica prostora između grudnog koša i brade!

Vežbe nemoj da radiš iz zaleta!



## Vežbe za stomak 2.

**1.** Lezi na podlogu bočno, kao što je prikazano na slici! Loptu stavi među članke!

**Obrati pažnju:** Telo drži zategnuto, neka ti svaki mišić bude u istoj ravni!

**2.** Diži obe noge u stranu, drži tri sekunde pa spusti nazad na podlogu! **Ponavljjanje:** 6-8 puta

**Obrati pažnju:** Neka ti karlica ne ide ni napred ni nazad!



## Gluteus vežbe

**1.** Klekni na podlogu sa osloncima na rukama. Podigni jednu nogu nazad tako da ti koleno bude savijeno pod pravim uglom! Stopalo vuci nazad!

**Obrati pažnju:** Neka ti telo bude zategnuto, glavu ne vuci nazad, drži je u nastavku kičme! Neka ti lice bude paralelno sa podlogom! Karlicu ne okreći, i nju drži paralelno sa podlogom sve do kraja vežbe.

**2.** Guraj petu na gore 10-12 puta, zatim ponovi vežbu i sa drugom nogom!

**Obrati pažnju:** Kao u prvoj tački.











**Naš majski kuvar je Peter Sabo Eagle menadžer, savetnik za promenu načina života i networker, koji će nam preporučiti jedan veoma lak obrok, koji se veoma lako sprema, za one koji retko idu u kuhinju, koji su kuvari početnici.**

Privržen sam zdravom načinu života: priznajem, da pored redovnog kretanja, pored odgovarajućeg unosa tečnosti i uneta hrana ima važnu ulogu u očuvanju našeg zdravlja. Losos, kao i sve morske ribe su izvanredan izvor Omega 3 masnih kiselina i životinjskih belančevina. Slatkog krompira na sreću ima u sve širim krugovima, s tim da ima nizak glikemijski indeks i nizak sadržaj skroba. Sezonska sveža salata treba da bude prisutna u svakom našem obroku. Budimo svi pomalo Italijani, uzmimo u ruke svoje živote, zapamtimo svaki trenutak, smejmo se, volimo i naravno, pratimo mediteranski način ishrane: konzumirajmo što više morske ribe!



### *Peterov savet*

„Za vreme programa za promenu načina života, često možemo da osetimo da imamo manjak energije. Tada nam može pomoći FAB X koji nas snabde vitaminima i elektrolitima bez toga da unesemo nepotrebne kalorije u svoj organizam.“

## **Pečeni losos sa ruzmarinom, slatkim krompirom i svežom salatom**

### **Pečeni losos**

#### **SASTOJCI**

15-20 dkg fileta lososa (po osobi)  
1 kašika kokosove masti  
so, biber

#### **PRIPREMA:**

U jednoj šerpi ugrejmo kokosovu mast, lososa pecimo na svakoj strani 2-2 minuta, zatim posolimo, pobiberimo.

### **Pečeni slatki krompir**

#### **SASTOJCI**

1 srednji slatki krompir (po osobi)  
1dl maslinovog ulja  
1 kk ruzmarina  
so

#### **PRIPREMA:**

Slatki krompir oljuštimo, zatim isecimo na širinu od 1 cm. Stavimo ga u uljanu i začinjenu marinadu i poredajmo po papiru za pečenje i pecimo 20 minuta na 200 stepeni.

### **Salata**

#### **SASTOJCI**

6-8 koktel paradajza  
nekoliko grančica celera  
1-2 mladog luka

#### **za preliv:**

sok od ½ limuna  
2 kašike maslinovog ulja,  
mala kašičica senfa,  
so,  
biber,  
sveži bosiljak

#### **PRIPREMA:**

Povrće isecimo i prelijmo sa prelivom.





**DR MARIA FABIAN**  
menadžer  
specijalista neurolog



# TRETIRANJE POREMEĆAJA SNA

**PROMENOM ŽIVOTNOG STILA 1.**



# PROMENA ŽIVOTNOG STILA

**Spavanje je neizostavan i jako važan deo našeg života. Kretanje i reakcije na spoljne stimulanse se smanjuju. Za vreme spavanja se povećava deljenje ćelija i smanjuje se tempo njihovog izumiranja. Regeneriše se imuni sistem i normalizuje funkcionisanje sistema hormona. Pored ovoga, videćemo koja su specijalna i važna funkcionisanja sistema prilikom spavanja.**

Dnevni ritam (biološki ritam) kod sisara, kontroliše u mozgu pinealne žlezde i melatonin koji se ovde stvara. U mraku pri nedostatku svetlosti stimulacijom pinealne žlezde, povećava se stvaranje melatonina, a to jača san. Manjak melatonina u tvom organizmu podiže krvni pritisak, i ubrzava ritam srca. Jutarnja svetlost koja dolazi do naših zatvorenih očiju, smanjuje proizvodnju melatonina putem pinealne žlezde i time potpomaže pri buđenju organizma.

Problemi sa spavanjem se javljaju, ako unutrašnji sat i sat spoljašnjeg sveta nisu usaglašeni (na primer u noćnim smenama ili prilikom prelaska u vremenske zone). Unutrašnja temperatura tela uveče oko 9 je najviša (može da dostigne 37 stepeni), za vreme spavanja spada temperatura za po 1 stepen, dok u zoru u 5 dostigne najnižu temperaturu. Zatim se posle iznenada podiže na uobičajenu temperaturu

(koja je oko 36 stepeni). Ako telo nije sposobno za spuštanje unutrašnje temperature, onda osoba teže zaspi.

Prema objavi National Sleep Foundation, desetogodišnjacima je potrebno devet sati sna, dok je odraslima potrebno sedam-devet sati. Prema rezultatima istraživanja „Whitehall II” osobama starosti od 35 do 55 godina idealano je sedam sati spavanja (ako je iznad ili ispod, onda spavači lošije obavljaju i rešavaju umne zadatke).

## STVARANJE POTREBE ZA SNOM

Što smo duže budni, tim smo pospaniji. To je jedan redovan (stalan) ritam, koji funkcioniše kroz ceo naš život. Ako taj dnevni ritam nije usaglašen sa unutrašnjim periodima spavanja i budnog stanja, kao i sa nivoom hormona i promenama temperature tela, onda dolazi do poremećaja osećaja za pospanost i izostaje okrepljujuće spavanje.

I obrnuto je tačno: da bi držali hormone u ravnoteži, imamo potrebu za proračunatim buđenjem, odnosno, fazama odmornog spavanja. Nedostatak sna kvari ljudsku umnu i fizičku sposobnost za izvršavanje obaveza i smanjuje zaštitu imunog sistema.

O poremećaju sna pričamo kada imamo problem da zaspimo ili kada se prespavamo (pa čak i prilikom ranog ustajanja).



**„ZAVRŠI SVAKI DAN,  
PRE NEGO ZAPOČNEŠ SLEDEĆI,  
I MEĐU NJIMA NAPRAVI ZID  
SPAVANJA.”**

Ralph Waldo Emerson





## KOJA DEJSTVA KVARE DNEVNI RITAM SPAVANJA/BUĐENJA?

**1. Različiti fizički problemi, na primer: hormonske ili bolesti nervnog sistema, astma, alergija, problem cirkulacije, jaki bolovi.**

**2. Fiziološke promene:**

- Sa starosnim dobom nivo melatonina opada u pinealnim žlezdama, dnevni bioritam se kvvari, opada dnevna fizička aktivnost.
- Neodgovarajuća higijena spavanja: loše navike, neudobno mesto za spavanje, visoka temperatura u spavaćoj sobi...
- Noćna smena, večernje završavanje posla
- Promena u ishrani, kada se konzumira puno slatkog, večernje jelo opterećuje naš organizam

**3. Psihički razlozi, životna dešavanja, zabrinutost, sećanja ili trenutno stanje koje vas je previše „uzdrimalo“, planovi, koji bude pozitivnu stres reakciju.**

**4. Lekovi:** Puno lekova, kao i sredstva u kojima uživamo (alkohol) značajno utiču i remete ritam spavanja.

• sredstva za smirenje donose privremeni oporavak, ali na duže staze remete ritam sna i povećavaju poremećaj sna. Sa prestankom njihove upotrebe odmah nastaje poremećaj sna.

• Kofein, teofilin, kokain, amfetamin i slično, kao i različiti lekovi za srce (npr: beta-blokatori) imaju negativno dejstvo na san

• Zbog gore navedenih razloga u slučaju smetnji, zabrinutost vezana za spavanje, sve veće naprezanje za spavanje stvara stres i hrkanje koji dalje kvare san.



## ŠTA RADIMO AKO OSEĆAMO POREMEĆAJ SNA?

Ukoliko nedeljama već primećujemo smetnje vezane za spavanje, onda sredimo životni proces naveden program-koracima koji su dole navedeni! San i spavati je deo 24-časovnog bioritma. Jako je važno šta se dešava kada smo budni. Nemojmo se koncentrisati samo pola sata pre sna, nego 24 časa pre!

**1.** Dnevni unos tečnosti je jedan od glavnih uzroka nedostatka sna. Započnimo dan sa jednom-dve velike čaše vode i u toku dana konzumirajmo dve-dve i po litre vode!

**2.** U toku dana koristimo umereno pića sa kofeinom i teofilinom! U suprotnom ako dođemo do večernjih sati, neće nam se javiti osećaj pospanosti, nego stanje uzbuđenosti. Energetska pića sa prirodnim sastojcima ili pića sa B vitaminom, L-argininom i sadržajem flavonoida daju energiju za svakodnevne obaveze i savršeni su, ali bez preterane energije.

**3.** Ako je u vašem životu prisutna preforsiranost, onda izaberite kompleks godži i komorača! Njihovo dejstvo antioksidansa čini da nivo energije bude u harmoniji. Isto to u prirodnoj formi daje i matični mleč.



# PROMENA ŽIVOTNOG STILA

**4.** Pri sređivanju dnevnog ritma jako je važna dnevna fizička aktivnost. Ujutru posle buđenja – makar i pospano – pola sata kretanja (šetanje, kasnije trčanje) obezbeđuje telu buđenje u prirodnoj formi i pomaže da se dovede u red hormonska promena (pogledaj: ritam stvaranja melatonina).

**5.** Hranimo naše iscrpljeno telo! Pažnja, ugljeni hidrati koji se brzo apsorbuju (čokolada, pečeni hleb) ne rešavaju osećaj pospanosti, niti iscrpljenost izazvanu nedostatkom sna! Ova jela donose brze i pozitivne promene, podižu temperaturu tela i potrebu za hormonima, zbog toga nam se u večernjim satima telo izmori, što otežava doživljavanje fiziološke pospanosti i spavanje. Ceo dan pazimo na to, da pored namirnica bogatih belančevinama konzumiramo i puno vlakana i povrća! U večernjim satima – posle 19 sati – pun želudac, grickanje ometaju biološko funkcionisanje. Večeru konzumirajmo 17-19 sati!

**6.** U svakodnevnicu dopunimo našu ishranu sa sastojcima koji nedostaju!

**7.** Neka „večernji odlazak na spavanje“ bude period koji će postati stvorena navika.

**8.** Važno je, da uvek u isto vreme odemo u krevet, najkasnije uveče pre pola 11.

Neka vam bude udoban krevet i optimalna temperatura u sobi.

**9.** Zatišje i vreme okrenuto sebi treba da provodimo po napravljenom programu, na primer: ispisivanje zadataka za drugi dan, kupanje, čitanje pola sata usklađivanja sa spavanjem. Jedna čaša toplog finog čaja sa lekovitim biljem dobro pomaže u ovom periodu.

**10.** Televizor u suštini remeti ritam za spavanje (svetlost i rasanjivanje), kao i aktivnost koja se obavlja ispred monitora (ekran računara i "pametnih" telefona). Njih ne koristimo u ovo vreme!

**11.** Prema iskustvu, čitanje priča – i odraslima – doprinosi stvaranju „sanjivosti“.

**12.** Krevet služi za spavanje. Ako za 15 minuta ne zaspemo, onda ustavimo i zaposlimo sebe (čitanje, kućni posao). Možemo da obavljamo takav kućni posao koji mrzimo (peglanje, pranje veša). Često zbog toga zaspemo.

**13.** Izbegavajmo tu situaciju, kada mislimo, da MORAMO da spavamo, zato što...

**14.** Često sam iskusila, da se mnogi muče, ne par nedelja, već godinama „sa poremećajem sna“. I sama rečenica govori, koliko nije dobar ovaj pristup.

**15.** „Borbu“ stavimo sa strane. Uzmimo kao pomoć gornji program u pronalasku naših loših navika i stvaranju dobrog dnevnog reda i u njegovom pridržavanju.

**16.** Stabilni program za način života: Ono što ranije nismo imali u svakodnevnom životu, to sada vraćamo na mesto: konzumiranje odgovarajuće količine tečnosti, hranljive namirnice dobrog kvaliteta i dobrog sastava (bez glutena, bez pšenice i bez mleka), dopunjavanje iscrpljenog organizma sa dodacima za ishranu i dnevnu fizičku aktivnost. Sve to doprinosi izgradnji zdravijeg, fiziološkog bioritma i daje ozbiljnu pomoć.

Želim svima san koji će da bude ispunjen vašim snovima, ciljevima i da skupite dovoljno energije i za njihovo ostvarenje!

**NEDOSTATAK SNA  
KVARI LJUDSKU  
INTELEKTUALNU  
I FIZIČKU  
SPOSOBNOST  
ZA IZVRŠAVANJE  
OBAVEZA  
I SMANJUJE  
ZAŠTITU IMUNOG  
SISTEMA.**









## Forever Royal Jelly®

.....

Forever Royal Jelly sa božanstvenom hranljivošću! Smatra se da je tajna dugog života matice pčela – matični mleč. Matica pčela živi 50 puta duže nego jedna obična pčela radilica. S obzirom da mleč igra veliku ulogu u kraljičinom dugom životu, mnogi na njega gledaju kao na super namirnicu.

**036** 60 tableta



# PROIZVOD MESECA

PREPORUČUJE  
DR MARIA FABIAN, MENADŽER,  
SPECIJALISTA ZA NEUROLOGIJU

Jako volim ovu materiju napravljenu od strane pčela. Sastavni elementi matičnog mleča su u izvanrednoj ravnoteži i obezbeđuju našem organizmu hranljivost. To je jedno takvo „čarobno sredstvo“, koje pomaže đacima koji imaju ispite, koji stoje pred teškim sudovima, osobama koje drže predavanja ili pak tokom spavanja da se zaista naspavamo. To je jedna takva namirnica, koju i ja lično, redovno konzumiram i svim srcem preporučujem bilo kome.



# BEAUTY SAVETI

TIMEA HEGEDIŠ menadžer, kozmetičar



## PROLEĆNO OBNAVLJANJE

Svako godišnje doba može da predstavlja problem za negu kože, u tome možda i najviše problema uzrokuje proleće.

Počni sa svojom kožom!

Kako stigne proleće, mnogi dobiju želju da se obnove zajedno sa prirodom. Zimi je naša koža izložena grejanju, hladnom vazduhu, hladnoći napolju, vetru – način na koji organizam može da se zaštiti jeste da ojača gornji sloj kože. Otpornost naše kože se tada smanji i problemi na njoj postaju tada upečatljiviji. Za vreme zime koža nam ne dobija dovoljnu količinu A i D vitamina, čiji su glavni izvor zraci sunca.

S obzirom da zimi manje sunčevih zraka dolazi do naše kože, smanjuje se sadržaj prirodnog melanina (materija za boju) kože. Narodnim jezikom rečeno: pobelimo. Zbog toga treba već u ranom proleću da počnemo da koristimo zaštitu za sunce.

Na ovo treba da obrate pažnju:

- svi koji su podložni dobijanju pega, mladeža
- koji imaju upale na koži
- koji koriste lekove ili kreme osetljive na sunčeve zrake

### KAKO NEGUJEMO KOŽU NA PROLEĆE? VAŽNO:

- Odabir odgovarajućih proizvoda za negu kože
- Čišćenje, toniziranje – vraćanje koži odgovarajuće pH vrednosti, odstranjivanje zastarelog i zadebljanog odumrlog dela kože sa odgovarajućim pilingom. Hidrirajmo kožu i vratimo joj masnoću!
- Konzumiranje odgovarajućeg kvaliteta tečnosti!
- Odgovarajuća ishrana. Ako postoji nedostatak nečega, mi možemo sa široke skale da izaberemo proizvod za nas ili da ga preporučimo našoj okolini.

Za prolećno obnavljanje mogu da preporučim Forever najnovije proizvode (dnevna krema sa na primer zaštitnim faktorom 20).



Za čišćenje kože predlažem **Aloe Cleanser**, posle koga može **Balancing Toner**. To nije samo jedan tonik, koji se nanese i savršeno očisti kožu, nego specijalni proizvod, koji izjednačava pH vrednost kože i štiti je od prirodnog kiselog omotača, koji štiti kožu od hemijskog dejstva, smoga i sprečeva starenje. Sužava pore i tako ostavlja utisak da je koža finija, ravnija i mlađa. 100% je bez mirisa. Može biti za bilo koje starosno doba i čak je i unisex! *Njegovi sastojci: Aloe Vera, beli čaj, krastavac, allantoin, hyaluron, voćne kiseline, Beta glukon, morske alge – zahvaljujući kojima je osnova blago gelasta.*

Posle toga sledi **Protecting Day Lotion**, jedan čarobni, bogat, dnevni hidrirajući kompleks sa faktorom SPF20. Cela paleta delovanja za kožu se brine o savršenoj zaštiti kože i o njenoj svakodnevnoj nezi. *Njegovi nepotpuni aktivni sastojci: Aloe Vera, ulje kokosa, lubenica, ekstrakti voća, ekstrakt pečurke, hyaluron, allantoin, tokoferol, ulje citrusa*

Iz nove serije, sledeći proizvod je moj omiljeni, **Smoothing Exfoliator**, piling koji neguje i čisti lice, koji sa svojim glavnim sastojcima čini kožu čistom, ravnijom. Koža lica i dekoltea dobija savršeni tonus i teksturu. Doživljaj pojačava hladan citrusni miris!

*Njegovi aktivni sastojci: Aloe Vera, bambus, jobova bobice, ananas, prirodni ekstrakt voćne kiseline*

Tvoje telo se dnevno oslobodi od 30-40 hiljada izumrlih ćelija. Tvoj koži je i pored osnovnog čišćenja potrebno malo ekstra

podrške, nakon što se oslobodi izumrlih ćelija i nečistoća. Na taj način možemo da izbegnemo da naša koža izgleda umorno ili bledo. Piling čini kožu lica mekšom, sjajnijom i glatkom. Ali pazimo da ga ne koristimo previše često (nedeljno maksimalno jednom) i treba paziti na to, da nakon uklanjanja gornjeg sloja kože, treba sa pakovanjima ili kremama da obnovimo zaštitni sloj kože.

Za kraj imamo kremu za negu za područje oko očiju **Awakening Eye Cream**, koja je dugo čekala da dođe na tržište. Dejstvo koje je prevazišlo sva očekivanja: smanjuje bore, nadutost, tamne podočnjake ispod očiju. Stara se o mladom i sjajnom izgledu. Laka krema koja ne opterećuje tanku kožu ispod očiju, na taj način obezbeđuje i dobru podlogu za šminku.

*Njeni aktivni sastojci: Aloe Vera, dopunjena specijalnom peptid tehnologijom, morski kolagen, ekstrakti prirodnog lekovitog bilja, hyaluron, tokoferol.*



## IZADI NAPOLJE!

Posle zimskog ućaurenog perioda sa dolaskom lepog vremena, organizam ima potrebu za kretanjem. Kretanje oslobađa endorfin, koji umiruje nerve, jača imuni sistem, otklanja svakodnevni umor koji je izazvan stresom, oslobađa energiju, doprinosi boljem raspoloženju, čini da budemo nasmejani.

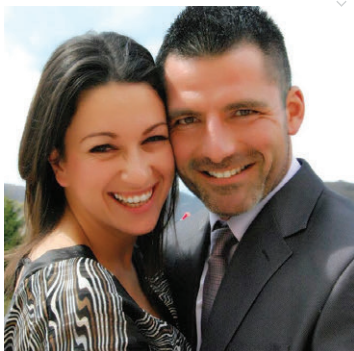
Krenimo da trčimo, da vozimo bicikl na otvorenom, navucimo rolere, imajmo izlet ili šetajmo dosta na suncu! Srećni ljudi imaju niži nivo stresa, čistija im je koža. Ko se dobro oseća, taj zrači i to se vidi na njemu – u svakom starosnom dobu.







## SENIOR MANAGER



Like Comment Share

**Đerđ Sabo & Nikoleta Sabo**  
sponzor: Agneš Klaj

Ako imaš dobar pristup, izdržiš do svojih ciljeva i snova, onda će čuda krenuti prema tebi!



## MANAGERS



Like Comment Share

**Barbara Anet Anđal-Kadinger**  
sponzor: Beg Morina

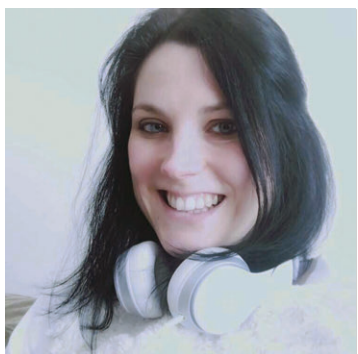
Ako bi voleo u svom životu ono što nemaš, za to je potrebno da postaneš čovek kakav još nisi!



Like Comment Share

**Gabriela Deneš**  
sponzori: Erika Rimocine Nemeth & Atila Rimoci

Svoju sudbinu krojiš u trenucima odluka!



Like Comment Share

**Dr. Žofia Horvat**  
sponzor: Patricia Rušak

Tajna uspeha se krije u odlučnosti: odlučiš šta želiš da postigneš i iz dana u dan istrajno radiš za to, čak i onda ako tako deluje da nećeš uspeti.



Like Comment Share

**Đerđ Ileš & Đerđne Ileš**  
sponzori: Đerđ Čuka & Dr Ibolja Bagolj

Nemoj se plašiti sporog napredovanja, samo se plaši da stojiš u jednom mestu!



Like Comment Share

**Beata Prešinski-Nadž**  
sponzor: Bernadet Major

Ako pomažeš drugima, to gradi i tebe. Prenesi nekoga na drugu stranu u svom čamcu, pa makar ti ne stigao tamo.

## FOREVER2DRIVE

### 1. NIVO:

**Dr Berezvai Sándor & Bánhegyi Zsuzsa**  
**Tomislav Brumec & Andreja Brumec**  
**Szabados Zoltán & Szabadosné Mikus Emese**



## ASSISTANT MANAGERS

**Aradványiné Dedics Adél**  
sponzori: Kovács Zoltán & Kovácsné dr Nagy Réka

**Željko Kaić & Marija Bodrožić Kaić**  
sponzori: Sonja Jurović & Zlatko Jurović

**Kiss Zenobia**  
sponzori: Molnár Rudolf & Molnár Ildikó

**Lerinc Sándor**  
sponzor: Kiss Zenobia

**Pavlovics Istvánné**  
sponzor: Berkics Miklós

**Szűcsné Kertész Lilla**  
sponzori: Hollóné Kocsik Judit & Holló István

# KVALIFIKOVANI



Like Comment Share

**Dr Ferenc Fazekas & Maria Fazekas**  
sponzori: Laslone Fejes Ferenc  
& Ferenc Fejes

Kukavice nikada ne započinju,  
slabi nikada ne završe,  
pobednici nikada ne odustaju!



Like Comment Share

**Istvane Felde**  
sponzori: Dr Lajos Kardoš  
& Dr Erzebet Kardošne Hosu

Put koji vodi do cilja je period koji daje  
najviše najuzbudljivijih, najlepših  
događaja. Veruj, vredi ići do kraja!



Like Comment Share

**Timea Hegediš & Gabor Hegediš**  
sponzori: Đerd Sabo  
& Nikoleta Sabo

Jedna glavna razlika između onih koji su  
uspešni i onih koji nisu je istrajnost.  
Trebalo ozbiljno da shvate zašto to rade –  
a uloženi trud svakako donosi uspeh.



Like Comment Share

**Katalin Štampelne Marošveldi  
& Zoltan Štampel**  
sponzori: Dr Endre Nemeth & Agneš Lukači

Verujemo da su ljudi sposobni za nadprosečna  
ostvarenja sa jednim dobrim ciljem i uz malo pomoći.



Like Comment Share

**Kiti Sične Pernjez**  
sponzor: Kiti Gedene Konfar

Uvek postoje dva puta ispred tebe: siguran,  
i onaj za koji si se rodio.



Like Comment Share

**Viktor Vili**  
sponzor: Eva Schwarz

Preko svega!



## SUPERVISORS

Balogh Mihály  
Balogh Péter Mihály  
Bánhegyi Flóra  
Bartha-Lőrincz Melinda  
Ines Basta  
Kristina Blažić  
Csenki István & Seres Mónika  
Csikós Katalin  
Dallosné Garai Anikó

Dolányiné Mile Dorottya  
Patricia Farkasova  
Füzék István  
Gyöngyösi Tamás  
Háda Sándorné  
Horváth Zoltán  
Rada Jovanov  
Kiss Balázs  
Kiss Péter  
Kissné Horváth Gabriella  
Kovács Imre  
Lukács Nóra

Mácsik Róbert  
Magyari-Martos Mónika  
Major Anita  
Nenad Nastić  
Patkó Diána  
Pavlovics Andrea  
Tatjana Pilarić  
Prokaj-Birinyi Judit  
Renata Radman Kromar  
Robotka Anita  
Samolyné Tóth Eszter  
Nataša Šarić

Peter Segec  
Suller Henrietta  
Szikszai János  
Tornyai Gyuláné  
Tóth Józsefné  
Ubitz Gyula & Bába Adrienn  
Veres Anna  
Bojana Vidović  
Zsoldos Tamás  
Zsupkóné Juhász Livia Anita



# NOVI KVALIFIKOVANI

## 2+6CC

1-15. aprila 2018.

Heinbach József  
& Dr Nika Erzsébet  
Dr Berezvai Sándor  
& Bánhegyi Zsuzsa  
Barna Krisztina  
Dr Szecső Tímea  
Szabóné Dr Szántó Renáta  
& Szabó József  
Dr Seresné Dr Pirkhoffer Katalin  
& Dr Seres Endre  
Dr Kolonics Judit  
Szabados Zoltán  
& Szabadosné Mikus Emese  
Takács Tamás  
& Takács Tamásné  
Vágási Aranka  
& Kovács András  
Horváth Sándor  
Szórád Erzsébet  
Kovács Angéla Zsuzsanna  
Leel-Össy Gabriella  
Kurucz Endre  
Kása István & Kása Istvánné  
Dr Hócsi Mária  
Hanyecz Edina  
Pusománé Bencsik Ágnes

## 150+CC

mart 2018.

Klaj Ágnes

## 100+CC

mart 2018.

Almásai Gergely  
& Bakos Barbara  
Dr Berezvai Sándor  
& Bánhegyi Zsuzsa  
Dr Dósa Nikolett  
Hollóné Kocsik Judit  
& Holló István  
Szabados Zoltán  
& Szabadosné Mikus Emese  
Andreja Brumec  
Ferencz László  
& Dr Kézsmárki Virág  
Krasznai Cintia  
Zsidai Renáta  
Dr Rokonay Adrienne  
& Dr Bánhegyi Péter  
Varga Géza  
& Vargáné Dr Juronics Ilona  
Majoros Éva  
Aleksandra Petković  
& Bogdan Petković  
Zachár-Szücs Izabella  
& Zachár Zsolt  
Dobai Lászlóné  
& Dobai László  
Hegedűs Árpád  
& Hegedűsné Lukátsi  
Piroska Marietta

## 60+CC

mart 2018.

Dr Kardos Lajos  
& Dr Kardosné Hosszú Erzsébet  
Csuka György & Dr Bagoly Ibolya  
Heinbach József & Dr Nika Erzsébet  
Szabó Péter  
Dr Kolonics Judit  
Berkics Miklós  
Laura Lepojević  
Dr Rédeiné Dr Szűcs Mária  
& Dr Rédei Károly  
Dr Németh Endre & Lukácsi Ágnes  
Dr Seresné Dr Pirkhoffer Katalin  
& Dr Seres Endre  
Köves Márta  
Stjepan Beloša & Snježana Beloša  
Rusák Patrícia  
Hajdu Ildikó Rózsa & Hajdu Kálmán  
Tanács Ferenc & Tanács Ferencné  
Rimócziné Németh Erika & Rimóczi Attila  
Schwarz Éva  
Vladimir Jakupak & Nevenka Jakupak  
Kurucz Endre  
Szabóné Dr Szántó Renáta  
& Szabó József  
Fekete Zsolt  
Fejes Ferenc Lászlóné & Fejes Ferenc  
Lérántné Tóth Edina & Léránt Károly  
Sonja Jurović & Zlatko Jurović  
Kiss Zoltán & Kissné Szalay Erzsébet  
Stevan Lomjanski & Veronika Lomjanski  
Kovács Zoltán & Kovácsné dr Nagy Réka  
Husztai Erzsébet & Pálkövi Tamás  
Tóth Zsolt & Tóthné Borza Eszter  
Háhn Adrienn  
Willi Viktor  
Szabó György & Szabó Nikolett  
Dénes Gabriella  
Halmi István & Halminé Mikola Rita  
Skáfár István & Skáfárné Vásár Amália  
Major István & Majorné Kovács Beatrix  
Tóth Sándor & Vanya Edina  
Fritz Adrienn  
Glatter Andrea  
Varga Róbert & Varga-Hortobágyi Tímea  
Kertész Venczel Katalin



Forever već godinama sarađuje sa Rise Against Hunger, jednom od svetski vodećih organizacija za pomoć drugima. Naše kolege iz preduzeća su svojim volontiranjem širom sveta potpomogli ovoj organizaciji, sa kojom su 2017. godine spakovali čak 1 500 000 paketa hrane za ljude kojima je potrebna. U tome su veliku ulogu imali i poslovni saradnici Mađarske i južnoslovenske regije, koji su spakovali 100 000 paketića hrane i time potpomogli smanjenje gladi u trećem svetu.

## POKAŽIMO IM

da smo ponovo spremni da spakujemo još  
30 000 paketa hrane i da možemo da  
doprinesemo i novčanom donacijom!  
Snaga Forevera je snaga ljubavi!

### 20. MAJ 2018.

1184 Budapest, Nefelejcs utca 9-11.



## REZULTATI 2017. GODINE:

Kao rezultat dve akcije pakovanja obroka hrane, spakovali smo 100 000 paketa i poslali ih iz Mađarske za Afriku, prvenstveno u Zimbabve. Paketi od 400 g sadržali su vitamine, rižu, granule soje, sušenu mešavinu povrća koja pokriva tri obroka po osobi.





**Kada si poslednji put podelio svoja razmišljanja sa čitaocima, postajao si prvi Forever poslovni saradnik u regiji na osnovu totalnih bodova. To si ponovio i proletos. U čemu je tajna?**

Ne postoje tajne i ako ih ima kriju se u timu. To su ljudske vrednosti koje sam predstavljao i koje sam 1995. zamislio kao pravac. Verodostojnost, strpljenje i marljivost: ove stvari su potrebne za stabilan posao. Ovo sam video u Americi i ovo gledam već dvadeset tri godine u Foreveru: oni koji na duže staze razmišljaju dosledno, njima će rezultati stići. Bilo koje promene koje su se dogodile u marketinškom planu u protekle dvadeset dve godine, desile su se u interesu graditelja mreža. Oдавde smo mogli da zaključimo da ova matična firma na svoj posao gleda kao na službu. Za ovo preduzeće je karakteristično razmišljanje na duže staze. To je strategija zahvaljujući kojoj je Rex za 40 godina od svoje vizije napravio svetsku, atomsko stabilnu i zaista bogatu firmu. I Rex Maughan je svestan da je osnova svega ovoga građenje mreže, tj. sam čovek. Ja sam se sa ovom prilikom sreo 20. decembra 1995. i hvala dobrom Bogu, što nisam rekao „ne” Antonu Gajdi, mom kasnijem sponzoru, koji danas nažalost nije sa nama. Nadam se da će svima doći trenutak kada mogu da budu zahvalni Foreveru, ili onome ko ih je spojio sa

# Slučaj mog života je **FOREVER**

Forever biznisom. Nekome će trebati jedna-dve godine, a nekome više vremena.

## **Hajde da nabrojimo najvažnije stanice zajedničke priče dugog života i Forevera!**

Ja sam počeo od Debrecinskog južnog šora i kuće koja se tamo nalazi i koja je gledala na dvorište dešavanja. Pošto moja sestra i ja ne dolazimo iz baš bogate porodice (moj otac je bio vozač, a moja majka je radila u fabrici tapeta), morali smo da štedimo do poslednjeg novčića. Moji roditelji su platu nadoknađivali utovaranjem vagona, a kad sam ja postao tinejdžer radio sam isti taj posao sa svojim prijateljima. Za jedan kvintal (centu) šljunka dobijalo se 50 filera. Celo leto bi radili i od tih para bi u septembru kupovali školske torbe, računaljku i patike za fizičko.

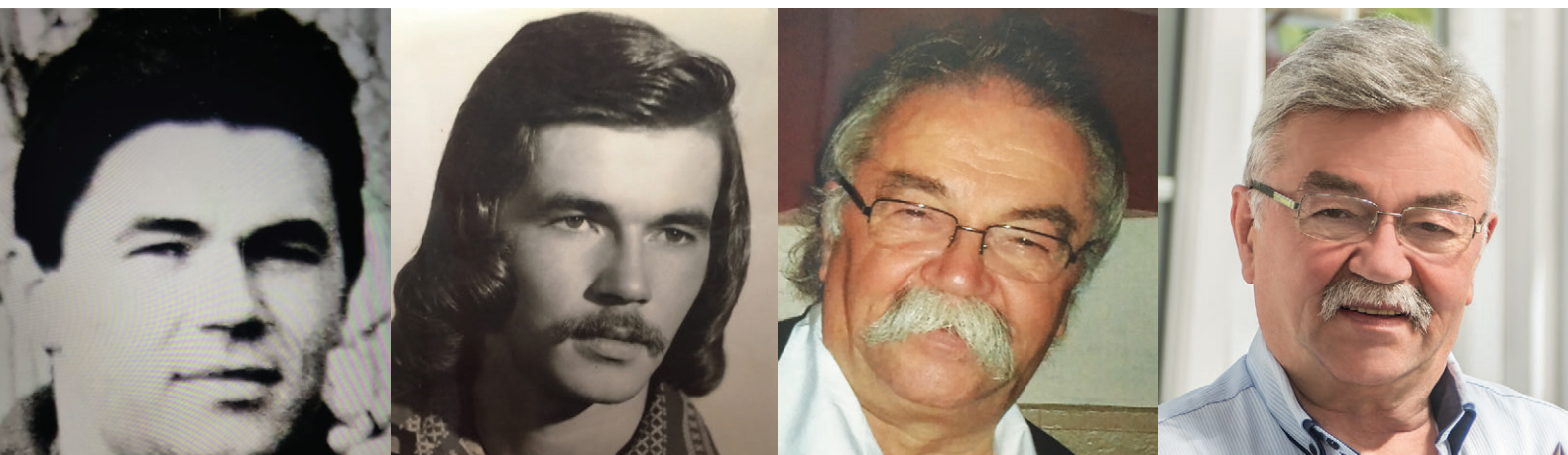
**Znači, ti si uvek zavisio od samoga sebe, ako si hteo da napreduješ. Koliko vidim, to iskustvo te prati ceo život.**

## **Čime si se sve bavio dok nisi došao do Forevera?**

Sa svim mogućim što postoji – i sve do moje trideset osme godine trajala je ta faza traženja. Utovar u vagone me je naučio strpljenju, jer nakon pola utovarenog vagona, nije bilo plate. To je isto kao u Foreveru: do menadžerskog nivoa ti moraš da se dokazuješ, jer inače nećeš dobiti nagradu. Sećam se da sam sa 17 godina prvi put video more u Opatiji. Pošto nisam imao para za nešto drugo, poneo sam sa sobom flašu morske vode i do dan danas stoji na mojoj polici – već 45 godina. Tada sam obećao sebi da ću se tamo vratiti. I od tada postoji malo mesta i tačaka na svetu na kojima nisam video more ili okean.

## **Sećaš li se kada si se sreo sa mogućnošću, šta te je prvo privuklo?**

Ne mogu da kažem da se sećam o čemu je tačno bilo reči. I moj sponzor se tada pre četiri meseca upoznao sa poslom, nismo imali nikakvu MLM



Spoljašnji izgled se vremenom menja, ali najbitnije promene dolaze iznutra, a to zavisi od tebe.

Poslednji put smo pričali sa osobom koja je prva donela Forever Living Products proizvode u Mađarsku, kada je došao nazad u GLT zajednicu. Tada je pričao kako će uskoro da krene u penziju i da uživa u onome što je stekao za protekle 23 godine. Tada smo sumnjali da će to tako da bude. Sada se na 40 rođendanu svetske firme ponovo nalazimo sa aktivnim Jožefom Sabo.

**JOŽEF SABO**

Safir Eagle  
menadžer  
GLT član



„Debrecenski južni red – gde je sve počelo – i moja sadašnja kuća.“



pozadinu, tako da smo radili po principu „slep vodi slepog“. Ja sam se služio svojim treznim, seljačkim umom i razmišljao: ako ova firma radi u 55 zemalja, zašto ne bi mogla da radi i u 56? Zašto to ne bi mogla da bude Mađarska?

#### **Planirao si kako ćeš razviti Forever u Mađarskoj?**

Mi smo samo krenuli tim putem. Mislili smo da sa dobrim ljudima ovo može da nam uspe. Radili smo tri godine u firmi kada nam je kolega Laci Hari pokazao jednu MLM brošuru koja je bila odštampana u više od hiljadu primeraka, na kojima je godinu i po dana pre našeg početka, Dusty Green, tadašnji potpredsednik Forevera pisao o tome kako bi mogli da se prošire na

Mađarsku. I bilo mi je iznenađujuće što tada niko nije reagovao na to.

Ja sam zamišljao da će u prvoj godini tržište krenuti sa eksplozijom. Ja to baš ne bih rekao, jer i meni je bilo potrebno godinu i po dana da postanem menadžer. Razmisli: ne poznaješ proizvode, marketinški plan – ovo drugo sam ja učio od nemačkog country menadžera na nemačkom, a ja nisam znao jezik, onda možeš da zamisliš kako je to izgledalo... Uvek sam učio samo dotle dokle sam stigao sa nivoom u poslu i radio sam sve što su preporučili. 35 puta sam išao u Frankfurt i spavao na parkinzima magacina...

#### **Kako ste dobijali bonus tada?**

Dobijali smo iznos u filerima. Dobio sam ček na kome mi je bilo ispisano ime, 7 maraka je bila prva nagrada, to je ondašnjih 560 forinti. Nikada nisam iskoristio taj novac, već sam dodao malo i kupio proizvode. Vremenom su mi stizali sve veći i veći čekovi. Stizali su i čekovi drugih ljudi, nosio sam im naručene proizvode kući, desnom rukom im davao, levom uzimao i vraćao se da im kupim proizvode.

#### **Dakle, postao si menadžer za godinu i po dana...**

U tome mi je mnogo pomogla Kati Nađ iz Debrecena, moj direktan kolega, dr Gabriela Kašai (moj prvi





„Naziv gornje slike je: PONIZNOST velikim slovima. Ovde sam se našao sa Rolf Kipom, pre dvadeset godina u nemačkom dvorcu, povodom konsultacije. Šta misliš kako sam se osećao na povratku kući?! Rolf je bio dosledan, marljiv ujedno i tvrd, ali i humanista, baš onako precizan Nemač. I velikodušan – više puta sam mu bio gost. Ljudi se razumeju i bez reči – ako to žele. I dan danas razgovaramo sa malim gestovima, jer iako nemamo zajednički jezik, razumemo se. Rolf me je naučio da razmišljam na veliko. Onda sam i ja ovde po okolini počeo tako da razmišljam: Rumunija, Srbija, Ukrajina, Rusija, Kazahstan... Donja slika je napravljena pre dve godine: u gostima kod Rolfa, negde u Austriji.”



doktor u timu). Zatim se pojavila Agneš Križo, Miki Berkič i sa njima i odgovornost...

**Zahvaljujući tebi, Mađarska je zaista postala 56-ta država u globalnoj mreži Forevera – sa zvaničnim sedištem i skladištem.**

16. januara 1997. dobio sam priliku da se nađem sa Rexom Maughanom. Ovaj događaj je promenio moju, kao i sudbinu Mikija Berkiča. Svejedno je šta

„Bioproducts”. Telefonirao sam, a zatim i otišao do Šandora. Primio me je Tibi Kiš, koji danas radi kao menadžer korisničkog servisa Forever budimpeštanskog centra. Ovde želim da se zahvalim svim Forever zaposlenima, što pomoć ovoj mreži shvataju kao službu baš kao i Rex. Možemo sa pravom da kažemo da je Forever najbolja firma na svetu. Ohrabrujem svakoga ko je nesiguran da slobodno nasloni svoje merdevine na ovaj zid.



„I ti moraš da imaš jednu priču. 2018 Dallas, Global Rally.”

radiš, samo radi! Ja sam danas srećan, što sam se zahvaljujući jednom nesporazumu (o kojem ćete detaljnije moći da pročitate u knjizi prikazanoj na Global Rally-ju „40”), na bini rukovao sa Rexom, koji je rekao da želi da otvori mađarsko tržište i traži country menadžera. Došao sam kući sa misijom da ću ga pronaći. Na debrecenskoj stanici sam video dr Milesovu reklamu

Dokaz ovoga je Dallas Global Rally.

**Kada smo poslednji put pričali, rekao si da ćeš se povući i da ćeš putovati sa svojom kamp prikolicom. Ovo zadnje se već desilo, ovo prvo baš i ne. Zašto?**

Vidi, ja za dvadeset i tri godine nisam otkazao ni jednu prezentaciju, bilo sa koje dubine





„Kada sam prvi put putovao u Ameriku, Rex je čekao na aerodromu. Uzeo je moj kofer iz ruke i tako smo išli do prevoza. Gestovi Rexa i Rolfa su razlog zbog koga sam ovde dvadeset i tri godine. Kako možete da ne osetite to?! Sa četrdeset godina, „ponovo rođen“, i ponovo formiran – to sam postao ja, graditelj mreže. Hvala vam gospodine predsedniče, neka vas Bog blagoslovi.“

da je stizala molba. Smatram, da sam tu energiju uložio pre deset godina na front, danas bih bio blizu dijamant nivoa. Postao sam safir menadžer za godinu i po dana, što znači da nisam imao ni subotu ni nedelju, jer sam morao da se „širim“. Pošto ja izlazim na binu, bilo je važno da mogu da računaju na mene, bilo da mi je posao u interesu ili ne.

Za mene je samo jedan posao, Forever. Imam 62 godine, moj kalendar je prepun, radim u više od dvadeset zemalja i idem kada me zovu. Smatram da imam puno iskustva u ovom poslu i služim sistemu tamo gde je potrebno. Lepo je odmarati, ali lepo je i biti potreban i važan. Tražim svoju harmoniju u poslu, prijateljstvu i vremenu.

#### Šta vizualiziraš u sledećem periodu u Foreveru?

Kad je Rex sve ovo smislio, imao je neverovatnu viziju o tome šta će Aloe Vera značiti čovečanstvu. Danas smo mi THE ALOE VERA COMPANY. Čovečanstvo nažalost ne postoji bez štete po civilizaciju i zato će naši proizvodi stalno biti potrebni. Samo je pitanje ko

„Ovo je Forever Resort. Mi smo to kupili novcem koji smo dobili od Rexa, a mi smo samo platili. Nalazi se u Biku, u Sebešvizu.“



„Šta mislite, koliko njih je pozvalo ovaj broj? Otkriću vam: niko.“

ovim mislima:

„Veruj u sebe. U svoje snove. U snagu volje.

U čestitost ljudima, ... i malo u mene!“



# STEP BY STEP

**TEREZIA HERMAN**

Soaring menadžer



## Osnovni principi GRAĐENJA BIZNISA



### 9 SMERNICA ZA GRAĐENJE BIZNISA

**Osnova je network-marketing. Na osnovu decenijama nagomilanog znanja i iskustva, nove i nove generacije i dalje rade po tome.**

#### 1. IMAJ SAN, CILJ!

Zamisli sebe u budućnosti, imaj jedan san! Od njega napravi ciljeve, po mogućnosti što konkretnije! Ako ti je cilj izgradnja jedne kuće, onda to isplaniraj do najmanjeg mogućeg detalja, zamisli je! Napravi rok za postizanje ciljeva!

#### 2. NAPRAVI LISTU IMENA!

Pripremi listu imena svih poznanika! Neka ti to bude kapital: mi u ovom biznisu ne ulažemo više miliona forinti, nego u kontakt kapital. Da li su imena iz imenika telefona ili Fejsbuk poznanici, stvar se ne menja: u svakom slučaju neka ti pri ruci bude ispisana lista! Prati tehniku „iz glave u ruku, iz ruke u glavu“!

#### 3. POZOVI!

Jako je važno da ne prosipamo oko informacije, nego da ciljano, pozivamo određene ljude, radimo to ili oflajn ili onlajn. „Ne rasipam seme oko, jer to što padne na beton, ono neće nići. Pazite na to da pripremite „zemlju“. Razmišljaj o tome kao da si nekoga pozvao na kafu: samo ćeš moći da sedneš sa onim ko je prihvatio tvoj poziv i došao na sastanak. Ja, ako držim

vodeći webinar, na njega zovem samo vode, stvarajući posebnu grupu. Ako organizujem otvoreno predavanje, onda zovem ljude u širem krugu, ali se i tamo trudim da ih pozovem lično.

#### 4. DRŽI INFORMATIVNE SASTANKE!

O proizvodima, marketinškom planu i o budućnosti koja može da se ostvari strogo pričaj po pravilima međunarodne poslovne politike i prema drugim pravilima! Danas predstavljanja i informisanja nisu fizički ograničena. Od kuće uz pomoć laptopa ili mobilnog telefona možemo da stupimo u kontakt sa ljudima na drugoj tački sveta. Drži što više informativnih sastanaka i na to isto podstiči i svoje kolege!

#### 5. TRAŽI PONOVO!

I ako je poziv bio uspešan ili neupešan, u svakom slučaju potražim ponovo pozvanoga, kako bih saznala šta se dogodilo. Za mene ne postoji pravi pol, nego samo „nesigurno da“. Pri likom ponovnog kontakta, ili za vreme sastanka „kako dalje“, izlazi na videlo da li će moj kandidat biti korisnik proizvoda ili kolega. Proučavam ljude, da bih saznala šta im je „pokretač“, kako mogu da ih pridobijem. Korisniku proizvoda pomognem pri registraciji, da od tada može udobno da naručuje proizvode preko web shopa. Sa kandidatom za budućeg kolegu započinem zajednički rad sa 9 smernica za građenja biznisa – na taj način nam se kopira aktivnost!

#### 6. PRAVI PROMET!

Jako je važno da svoj rad usmeriš ka tome da proizvodi od firme koju zastupaš dođu do što više ljudi, da što više njih stekne pozitivno iskustvo sa proizvodima i na taj način budi usredsređen na nove i nove kupce. Širi se! Potrudi se da što više ljudi priključiš biznisu!

#### 7. GRADI DUBINU!

Ono što garantuje stabilnost tvog biznisa i postizanje ciljeva jeste to kako se ostvaruju snovi i ciljevi tvojih kolega koji su direktno ispod tebe. Najsigurniji put za ovo jeste da se ispod tebe i nas izgradi što više generacija.

#### 8. UČI, RAZVIJAJ SE!

Čitaj, slušaj audio zapise, uči od drugih, usvoji nove tehnike! Učenje i želja da steknemo novo znanje nas prate do kraja puta. Ko ne razvije sebe i ne proširuje poznanstva, taj zaostaje.

#### 9. DUPLIRAJ!

Jako je važno da radiš samo stvari koje mogu da kopiraju bilo koje starosne grupe i živa bića u bilo kojoj životnoj situaciji! Ne zaboravi: negativan šablon se isto tako kopira, kao i pozitivan! Od svojih kolega možeš da očekuješ samo ono što i sam nosiš sa sobom.

**U životu se kroz bezbroj generacija srećemo sa nasleđenim navikama, a takva je na primer tradicija vezana za Uskrs. Pre nekoliko decenija dečaci su sa kantom hladne vode polivali devojčice, danas se to polivanje ulepšalo sa kolonjskom vodom, ali je suština ostala ista. Takvi smo i mi graditelji mreže sa našim stručnim navikama: navike se ulepšavaju, fomiraju, ali su isprobane osnove tokom decenija ostale iste – kao što radimo sa oflajn tradicionalnim tehnikama, tako radimo i sa novim onlajn tehnikama.**



## **7 TAČAKA KLJUČNOG ČOVEKA**

**Pogledajmo šta karakteriše elitni tim graditelja biznisa, najuspešnijeg poslovnog čoveka, ključnog čoveka!**

**1. 100%-TNI KORISNIK PROIZVODA**  
Promeni svoje navike kupovine i konzumiranja i podstakni i svoje kolege na to! Zameni sve kućne proizvode za Foreverove!

**2. IMAJ 10-15 STALNIH KUPACA**  
Imaj registrovane i aktivne stalne kupce, koji iz meseca u mesec imaju isplanirani promet! Podstiči ih na to, da u svakom mesecu probaju jedan novi proizvod! Upoznavanje započni sa proizvodima koje ljudi inače koriste: šampon, zubna pasta, sapun, krema za lice...

**3. MESEČNO DRŽI MINIMALNO 15 INFORMATIVNIH SASTANAKA**  
Veliki deo ljudi je već čuo za Forever, poznaju žuti flakon, ili First. Treba da ih informišeš o drugim proizvodima i o poslovnoj mogućnosti. Planiraj i drži se plana: ako si ključni čovek ili to želiš da postaneš, onda mesečno drži bar 15 informativnih sastanaka!

**4. DNEVNO MINIMUM 15 MINUTA POSVETI UČENJU**  
Ako nemaš kada, onda uveče pred spavanje čitaj štiva pozitivnog sadržaja, koja ti pomaže u radu! Istakni za tebe

važne misli, protumači ih i ugradi u svoj način razmišljanja!

**5. DNEVNO PRESLUŠAJ BAR JEDAN AUDIO ZAPIS**  
Tvoj automobil je jedan „pokretni fakultet“. Dok si u saobraćaju, iskoristi svoje vreme: slušaj audio zapise! Da li si već shvatio koliko neiskorištenog vremena imaš u toku dana? Možeš da posvetiš vreme učenju i u toku kupovine, kuvanja, ili trčanja!

**6. BUDI PRISUTAN NA SVAKOM DEŠAVANJU**  
Jedan ključni čovek nikada ne izostavlja ni centralna, ni timska dešavanja. On gradi dešavanja u interesu svojih kandidata i kolega: daje na značaju dešavanja, ličnosti predavača. Dolazi kao prvi i odlazi kao poslednji, nikada nije prisutan kao gost, već kao aktivan učesnik.

**7. TIMSKI IGRAČ**  
Lojalan je firmi. Gradi gornju liniju, donju liniju, pa čak i bratsku liniju. Daje konsultacije, i za konsultaciju se u svakoj prilici detaljno pripremi: priprema timske crteže, formuliše pitanja, vežba kontrolu. FLP360 govori istinu, odmah se vidi rezultat donje linije i „mora“ da se koristi od menadžerskog nivoa.

Ključni čovek ne ide u unakrsne linije: poslovne informacije koje se odnose na tim ne deli sa drugim linijama. U svakom slučaju gradi gornju liniju, a ne kritikuje je. Koristi svako sredstvo koje mu obezbedi gornja linija, bilo da je to jedan seminar od dva dana, jedan webinar ili jedan sastanak tima.



## **ZNACI ŽIVOTA**

**Kako da znaš da li se uspešno praktikuješ 9 smernica za građenje biznisa i da si postao ključni čovek? Sve se vidi iz toga kakve „znake života“ pokazuješ!**

**1. NOVI LJUDI**  
Konstantno ti se širi tim, što više ljudi priključiš, ti si uspešniji.

**2. ONI KOJI IDU NA DEŠAVANJA**  
Pogledaj iz tvog tima koliko njih prisustvuje događajima, to dobro pokazuje koliki ti je biznis. Sa 15 ljudi možeš da izgradiš biznis na menadžerskom nivou, a ovaj broj je jednak tvom rastu i budućnosti.

**3. AKTIVNI POSLOVNI SARADNICI**  
Aktivan znači da ćeš imati ljude u timu sa ostvarenjem od 4cc. Njih treba prvenstveno da držiš na oku, kod njih treba da paziš na kojoj tački traže za tvoju pomoć.



# NEW

ANITA

FEKETENE HORVAT

menadžer

**Anita Feketene Horvat živi u Vespreamu, u porodičnoj kući sa mužem Sabolčem, sa šestogodišnjim Davidom i troipogodišnjom Florom, kao i sa roditeljima. Sabolč radi kao web dizajner u svom preduzeću. Anita je ostavila svoj posao menadžera zbog Forevera.**



## MORAMO IĆI DALJE

**Sponzor:** Dr Judit Kolonič

**Gornja linija:** Dr Edit Prokay i dr Jožef Liptak, Jožef Heimbah i dr Eržebet Nika, dr Marian Vereš i Ferenc Šamolj, dr Katalin Šerešne Pirkhofer i dr Endre Šereš, Agneš Križo, Jožef Sabo, Rolf Kip

Anita spada među one majke, koje vreme provedeno sa dečijim dodatkom nisu smatrale napornim, već su uživale u tome. Njoj je bilo bitno da sa svoje dvoje dece provede što više vremena. Anita je kod kuće provela šest godina kao domaćica. Ali bez obzira što je toliko volela taj period, posle nekog vremena

je i ona želela neke izazove, a naravno i porodičnoj kasi je bio potreban dodatni prihod. Bilo je logično da se vrati u firmu u kojoj je prethodno radila, ali to nije bilo izvodljivo zbog radnog vremena koje nije odgovaralo porodici. „Radili smo non stop u smenama. Nekad ujutro, nekad popodne, nekad uveče, čak sam i puno puta Božić i Novu godinu provodila na poslu. Pored fakulteta to je još i išlo, jer sam posle posla mogla da idem da radim. Ali kao majci dvoje dece, to mi nije odgovaralo.“

Sabolčeva majka je tada išla kod dr Judit Kolonič. Jednom je Anita pratila svoju

svekrvu i dugo je pričala sa doktoricom, koja je imala ideju za Anitu. Da, Forever. „Proizvode sam poznavala već petnaest godina“ – priča majka – „Vremenom smo pili vitamine. Čak je i moja majka bila član i imala je dva boda, ali nije gradila biznis. No, mene je zanimala ta mogućnost.“

Prošle godine u februaru, napokon se registrovala. Aniti je pomogla Judit Kolonič Eagle menadžer sa sastavljanjem početnog paketa, proširila joj paletu proizvoda i naravno detaljno joj objasnila marketinški plan. „Ne mogu da kažem da nisam razmišljala, da li je ovo sve zaista za mene. Nisam praktikovala agresivan nastup, ali me je uhvatio ovaj Forever svet, tim, moj sponzor, a pre svega izvanredni proizvodi. Mesecima sam vodila bitke, ali sam išla na događanja. I uskoro je postalo

## Trudila sam se da razumeju da je ovo prava mogućnost za NJIH i da JA želim da ih učlanim.

*jasno da mi je ovde mesto. Za to je bilo potrebno da ostvarim nivo koji odgovara primanjima standardnog posla. Na sreću i muž i porodica su me podupirali na putu ka mom cilju, pružali mi porodičnu podršku, da bih ja mogla da radim.“*

Anita je postavila sebi rok da ako do kraja primanja dečijeg dodatka uspe da izgradi određen nivo, onda će ostati na ovom putu. Ako ne uspe, onda će da traži posao. „Ja nisam imala mogućnost da za dve-tri godine polako postanem menadžer. Ali želela sam, jer sam uvek maštala o poslu koji ima fleksibilno radno vreme i koji mogu da obavljam pored dvoje dece, od kuće. Želela sam da prvenstveno ostanem majka, da ih ja vodim i vraćam iz zabavišta i da ih ne vaspitavaju baka i deka. Na tom polju sam Forever videla kao najbolju mogućnost.“

Ulog je bio veliki. Anita je imala motivaciju i polet. Trudila se da stekne puno iskustva sa proizvodima i da ih preda dalje drugima. „Razmišljala sam kako ću svima reći o čemu se ovde radi i onda neka svi odluče da li žele da prihvate mogućnost korišćenja proizvoda ili razvijanja biznisa. Bio mi je cilj samo da me saslušaju i to je funkcionisalo.“

I polako je proces krenuo. U početku se mesečno registrovao po jedan kupac, onda sve više njih. „U prvo vreme je dobro išao oflajn način poslovanja (ali sam ja polako išla ka onlajn načinu), jer je meni bio bitan kontakt očima. Funkcionisale su kućne žurke na kojima sam se sa svima sretala uživo. Posle toga je veza išla odlično. Možda zahvaljujući tom diskretnom pristupu imam ne samo jednog kupca, već

*stabilan potrošački krug. Šta je najteže? Možda to da pozvani gosti ne kažu prvo „da“ iz ljubaznosti, pa onda pola sata pred odlazak da se predomisle, jer se i to dešavalo. Trudila sam se da razumeju da je ovo prava mogućnost za NJIH i da JA želim da ih učlanim. Moj sponzor i gornja linija su putovali i po 150 kilometara samo da bi održali prezentacije... Za mnogo toga mogu njima da zahvalim, jer bez njihove pomoći ne bih ovo postigla.“*

To sve bi bilo malo, da se u Anitinoj glavi nije desila promena u načinu rada: „Nakon prvog boda probala sam svesno da sama izvedem napredovanje svog nivoa i da u skladu sa tim povećam svoju platu. To je bilo zbog toga što sam prošle godine bila u Poreču, kao supervizor. Možemo da kažemo da me je ono što sam tamo dobila, vodilo do nivoa menadžera. Tada sam nakon jedanaest meseci postigla prvi cilj, ali znala sam da moram da idem dalje.

Cilj tada više nije bio samo materijalna sigurnost, već „da pored vremena i sigurne budućnosti svojoj deci i drugima obezbedim odgovarajući način života. Ljudi su zahvalni na pomoći. Svaki dan dobijam pozitivne povratne reakcije. Već sada sam se razvila što se tiče empatije i pažnje. Da su me stavili u kancelariju, sve ovo se ne bi desilo.“

Naravno, sledeći cilj je Eagle menadžer, i Anita zna da je postizanje ovog cilja malo drugačije. „Već imam kolege, kojima dugujem odgovornost i njima moram da pružim pomoć koju sam i sama dobila od njih.“

### OVAKO JA GRADIM:

- Ne želi po svaku cenu! Pusti da ona/on poželi!
- Postavi sebi konkretne rokove!
- Pruži pravu pažnju svojim kolegama!

### FOREVER SUN LIPS® SA SPF 30 FAKTOROM

Usne su jedno od najosetljivijih područja kože. Brini se o njima i vrati im mekoću pomoću Forever Sun lipsa, koji sadrži faktor SPF30 i štiti protiv UVA i UVB zraka. Tvoje usne mogu da izgube punoću zbog ultraljubičastih štetnih zraka, zato je veoma bitno što ovaj balsam za usne sadrži i zaštitu od sunca. Tvoje usne će se osvežiti i imaćeš osećaj punoće, zahvaljujući Aloe Veri i mentolu.





# Predmet mojih želja

**Predmeti. Njihova vrednost u novcu može biti jako visoka, a nekad samo za vlasnike oni imaju veliku vrednost. Dešava se i da želite neku stvar jako, a raditi za tu stvar znači jednaku sreću kao i posedovati je. Predmeti mogu biti mali, skoro neprimetni ili ogromni i dobro vidljivi. Mogu da oslikavaju bogatstvo, dobrobit, slobodu ili plod teškog rada u životu.**

Predmet mojih želja su jedne patike. Pre nego što bilo ko pomisli „Sad će garant da krene da priča o kretanju i zdravlju...“ – neću.

Tj, neću baš skroz.

Nije reč o PATIKAMA, već o JEDNIM cipelama.

Patike, koje bilo gde, bilo ko, bilo kome mogu da se nabave.

Patike koje meni simbolišu zdravlje, ali ne na način koji je najlogičniji. Godinama ranije nisam imao pojma šta znači način na koji razmišljam. Nisam slušao nikakve audio zapise, nisam ni čitao, jer sam smatrao da nema ni potrebe, ni vremena za to. Onda mi je u ruke dospao (naravno uz nečiju pomoć), audio zapis od 17 sati. Znao sam da ako ne naučim da „slušam brzo“ nikada neću završiti sa tim.

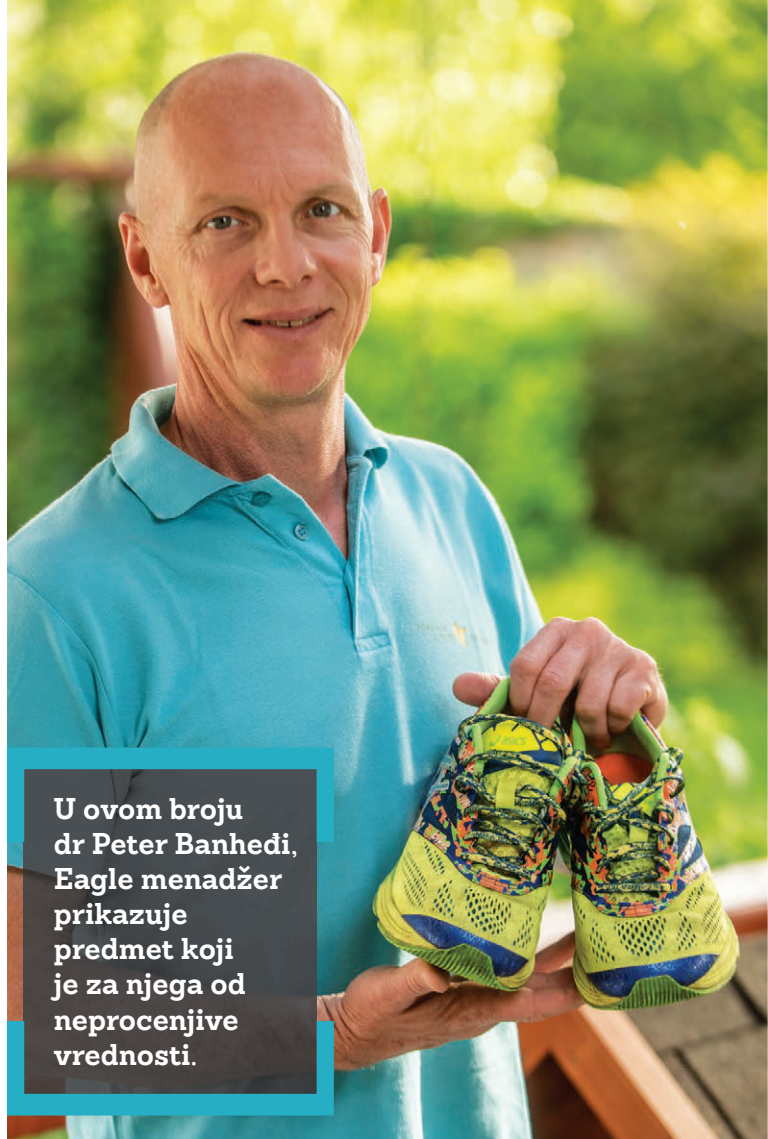
Naravno ŽELJA za tim mi je porasla i morao sam da smislim nešto. Onda mi je pala ideja na pamet: nosiću to na trčanje sa sobom. To je veza koja još uvek traje.

Mogu da kažem da je to jedan ljubavni trougao: ja, sport i učenje. Od tada je prošlo puno vremena i nekako smo odrasli zajedno.

U početku sam često išao da trčim, samo da bih mogao da slušam zapis.

Danas, kada obujem patike za trčanje jedva čekam da stavim i slušalice. Više ne znam šta radim zbog čega. Mnogo toga sam naučio u proteklom vremenu. Mnogo stotina ili hiljada časova audio zapisa i isto toliko kretanja.

Ranije smo od četiri osnove zdravlja uzimali za ozbiljno



**U ovom broju dr Peter Banhedi, Eagle menadžer prikazuje predmet koji je za njega od neprocenjive vrednosti.**

samo tri – kretanje, zdrava ishrana i dodaci ishrani zauzimaju značajno mesto u našem životu. Od tada sam počeo svesnije da gledam na zdravlje.

Tada sam se suočio sa odgovornošću i tada sam razumeo koliko značenje ima moj način razmišljanja o tome kako vidim svet, šta primećujem i na šta obraćam pažnju u ovom svetu.

Postoji puno nas koji radimo naporno SADA da bi ZA DVADESET GODINA bilo bolje. Potreban je pozitivan osećaj odmah, kao i nagrada!

Krenuti na trčanje nije jednostavno. Čovek je umoran, nema vremena, kao ni volje. Meni je audio zapis dao taj pozitivan osećaj zbog kog sam ŽELEO da počnem da trčim. To mi je pomoglo da napravim NAVIKU. Naviku trčanja i učenja. Danas patike simbolizuju učenje, razvijanje, razmišljanje i iznad svega toga odgovornost prema sopstvenom životu.

Naravno, vremenom dobijem potrebu da ne učim samo tokom sporta, ali i dan danas u mom životu je prisutna ta metoda učenja. Patike.





**JOŽEF SABO**

GLT član, Safir Eagle menadžer  
MEĐUNARODNO GRAĐENJE BIZNISA



**DR ŠANDOR MILES**

Državni direktor  
ZAHVALNICA



**VERONIKA LOMJANSKI  
& STEVAN LOMJANSKI**

Dijamant menadžeri  
OBUČAVAM ZA ONLAJN MARKETING



**DR ŠEREŠNE DR KATALIN  
PIRKHOFER  
& DR ENDRE ŠEREŠ**

Safir menadžeri  
PORODIČNA IZGRADNJA MREŽE



**DR EDIT ŠIKLOŠNE REVES  
& ZOLTAN ŠIKLOŠ**

Soaring menadžeri  
VODITELJI

# Birthday **SUCCESS DAY** **19. MAJ, TIŠKEČARNOK**

**KLAUDIA HARTAI**

Menadžer  
ONLAJN PRODAJA



**MANDA KORENIĆ  
& ECIO KORENIĆ**

Soaring menadžeri  
CHAIRMAN'S BONUS



**DR JUDIT KOLONIĆ**

Eagle menadžer  
FLP PUZZLE – NA VISOKOM NIVOU



**PRODUKCIJA GERGELJ LEBLANC & ANA HEVEŠI**



**AGNEŠ KLAJ**

Soaring Eagle menadžer  
PODSTICAJI U FOREVERU





# KALENDAR DOGAĐANJA 2018.

BUDIMPEŠTA	ALBANIJA KOSOVO	SRBIJA	HRVATSKA	SLOVENIJA	BOSNA
19. maj, Tüskecsarnok 20. maj, Dan zdravlja					
	17. jun, Kosovo	23. jun	9. jun, Opatija	2. jun	
21. jul, Tüskecsarnok					
15. septembar, Arena	23. septembar		DHR Poreč 28-29. septembar		
			20. oktobar Zagreb rođendan		27. oktobar Bijeljina
		24. novembar			
14. dec. Tüskecsarnok				1. decembar rođendanski Dan uspeha	

## GLOBALNA DOGAĐANJA:

7-13. OKTOBAR 2018.  
PHOENIX, EAGLE MANAGER RETREAT

## ROĐENDANSKI SUCCESS DAY

19. MAJ – TÜSKECSARNOK

20. MAJ – DAN ZDRAVLJA  
1184 Budapest, Nefelejcs utca 9-11.



**Predavač za mesec maj:** dr Renata Sabone Santo, Eagle menadžer

**Naziv predavanja:** Forever proizvodi II

**Termin predavanja:** 23. maj 2018. 18 časova

**Mesto predavanja:** Forever Living Products Magyarország Kft. 1184 Budapest, Nefelejcs utca 9-11.

## SVEOBUH VATNI PROGRAM ZA ZAŠTITU ZDRAVLJA MAĐARSKA 2018.

Ponosni smo na to što sad već šest godina sponzoriramo akciju „Mađarski sveobuhvatni program za zaštitu zdravlja 2010-2020“ i što kao jedina MLM firma Forever Living Products Mađarska Kft. imamo pravo da popularizujemo ARGi+ i Forever Ginko Plus proizvode.

Ove godine se ponovo otvara mogućnost za to, da vi lično predstavljate Forever na danima programa (po prezentaciji maksimum dve osobe). To je jedna ogromna mogućnost za vas da popularizujete proizvode i mogućnost za dalje građenje vašeg biznisa. Ukoliko je naš poziv probudio vaše interesovanje i rado bi bili oni koji bi predstavljali Forever, onda čekamo vašu prijavu na e-mail adresu [rendezveny@foreverliving.hu](mailto:rendezveny@foreverliving.hu).

Za svaki termin možemo da prihvatimo prijave najviše dve osobe u redosledu stizanja prijava. Molimo vas da u prijavama naznačite termin događaja, broj koda Forever poslovnog saradnika i broj lične karte. Cena: 5000 Ft + PDV/događaj/po danu/po osobi

### VREMENA I DESTINACIJE OD 12. MAJA DO 11. JUNA 2018:

2018. 05. 12. Budapest	2018. 05. 25. Budapest	2018. 06. 02. Szeged
2018. 05. 13. Budapest	2018. 05. 26. Balatonaliga	2018. 06. 03. Budaörs
2018. 05. 14. Űllő	2018. 05. 26. Budaörs	2018. 06. 05. Pápa
2018. 05. 15. Budapest	2018. 05. 28. Budapest	2018. 06. 06. Veszprém
2018. 05. 18. Budaörs	2018. 05. 29. Mosonmagyaróvár	2018. 06. 07. Budapest
2018. 05. 19. Budapest	2018. 05. 30. Bükk	2018. 06. 08. Nyergesújfalu
2018. 05. 20. Budapest	2018. 05. 31. Szombathely	2018. 06. 09. Soroksár
2018. 05. 23. Budapest	2018. 06. 01. Szombathely	2018. 06. 10. Budapest
2018. 05. 24. Budapest	2018. 06. 02. Budapest	2018. 06. 11. Rácalmás

Objava se odnosi samo na rad Forever Living Products Mađarska. Apelujemo na sve poslovne saradnike u Srbiji koji su tokom 2018. godine uradili podsticajni program "2 plus 6" da nam pošalju kratke video zapise u trajanju od par minuta koje ćemo postaviti na FB stranici Forever akademije u Srbiji. Ukoliko nisu u mogućnosti da snime zapise, mogu slobodno da dođu u firmu i na licu mesta ćemo snimiti njihove objave.

FOREVER

Izdaje: Forever Living Products Magyarország Kft. Redakcija: FLP Magyarország Kft. 1184 Budapest, Nefelejcs u. 9-11. Tel: (+36 1) 269 53 70 Fax: (+36 1) 297 1996  
Glavni urednik: PhD. dr. Miliesz Sándor Urednici: Pasqualetti Krisztina, Pósa Kálmán Prevod: Gondos Evelin Izgled i priprema za štampu: Crossroad Consulting Kft.  
Prevod, lektura: Dragana Meseldžija (srpski), Mimoza Borbáth, (albanski), Babity Gorán Vladimir, Anić Antić Žarko (hrvatski), Babity Gorán Vladimir, Harmat Császár Jolanda (slovenski)  
Štampa: Keskeny és Társai Nyomdaipari Kft. u 30 500 rimeraka.  
Za sadržaj teksta odgovaraju autori. Sva prava zadržana! [www.foreverliving.com](http://www.foreverliving.com)



## SRBIJA

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

Imejl za naručivanje: naručivanje@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**. 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  
Utorak i petkom 14:00-16:00

## MAGYARORSZÁG

**TERMÉKRENDELÉS: Webáruházunk:** www.flpshop.hu  
**Telecenter:** hétfőn 8:00-17:45-ig, kedden 8:00-19:45-ig, szerdán, csütörtökön, pénteken: 8:00-17:45-ig hívható számaink: +36-1-297-55-38; +36-70-436-4290; +36-70-436-4291; **+36-80-204-983 („zöld szám”): vezetékes hálózathól díjmentesen hívható),** hétfőn 8:00-19:30-ig, keddtől-péntekig 10:00-17:30-ig hívható számunk: +36-70-436-4294  
**Ügyfélszolgálat, Információ:**  
**Ügyfélszolgálat (telecenter, webshop):** ügyfélszolgálat@foreverliving.hu, +36-1-269-5370/110 és 111, ügyfélkapcsolati igazgató: Kiss Tibor, +36-70-436-4170  
**Nemzetközi és Belföldi Kommunikációs recepció:** +36-1-269-5370/123  
**Pénzügyi Recepció:** +36-1-269-5370/121  
**www.foreverliving.com**

**Budapesti Központi Főigazgatóság:** 1184 Budapest, Nefelejcs u. 9–11.  
E-mail: flpbudapest@foreverliving.hu  
Tel.: +36-1-269-5370, +36-70-436-4288, -4289, +36 1 297 1995  
Levelezési cím: 1439 Budapest, Pf.:745.  
Ország igazgató: dr. 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  
Belföldi és nemzetközi kommunikáció: Szecsei Aranka: 136 mellék, mobil: +36 70 436 4229;  
Csábrádi Ottilia: 135 mellék, mobil: +36 70 436 4227  
Oktatás és Fejlesztési Osztály (FLP TV): Berkes Sándor, 133. mellék, mobil: +36 70 436 4213, dr. Karizs Tamás, mobil: +36 70 436 4271  
Pontérték nélküli termékek: Nagy Adrienn, mobil: +36 70 436 4272  
Rendezvényszervező: Altrichter Anett, rendezveny@foreverliving.hu, mobil: +36 70 436 4240  
Teremfoglalás: rendezveny@foreverliving.hu

### **Ügyvezető Igazgatóság:**

1184 Budapest, Nefelejcs u 9-11. Tel.: +36 1 297 1704, +36-70-436-4288, -4289  
Ügyvezető igazgató: Lenkey Péter: mobil: +36-70-436-4279  
Varga-Berecz Klára, tel.: 192. mellék, mobil: +36 70 436 4281  
Vékás-Kovács Mónika, tel.: 191-es mellék, +36-70-436-4239

### **Budapest, Nefelejcs utcai vevő- és ügyfélszolgálat és raktár** nyitvatartási rendje:

H: 10-17:45, K: 10-19:45, Sz-P: 10-17:45,  
minden hónap utolsó hétköznapi munkanapján minden esetben 8-20 óráig,  
Ügyfélkapcsolati igazgató: Kiss Tibor, mobil: +36-70-436-4170  
**Debreceni Területi Igazgatóság:** 4025 Debrecen, Erzsébet u. 48.  
Tel.: +36-52-349-657, mobil: +36-70-436-4287  
Nyitva tartás: H: 12-20 óráig, K – 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 Nyitva tartás: H: 12-20 óráig,  
K – P: 10-18 óráig (a számlázás zárás előtt 30 perccel befejeződik).  
Területi igazgató: Radóczki Tibor

**Rendkívüli nyitva tartás:** Termékárusítás illetve termékrendelés magyarországi képviselőinken és telecenterünkön minden olyan hónap utolsó szombatján, amely után abban a hónapban már nincs munkanap: 10-16 óráig. Ezen alkal-mak pontos időpontját honlapunkon és képviselőinken minden alkalommal meghirdetjük.

## **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, operatív igazgató Király Katalin.

**Orvos szakértőink:** Siklósné dr. Révész Edit, a Forever Magyarország Orvos Szakmai Bizottságának elnöke, dr. Hócsi Mária: 70/882-3495, dr. Kertész Ottó: 70/418-7233, Szabóné dr. Szántó Renáta: 70/612-2486, dr. Samu Terézia: 70/627-5678, dr. Bakanek György: 30/942 8519

## CRNA GORA

**Podgorička kancelarija:** 81000 Podgorica, Srdara Jola Piletića 20.  
Poštanski fah 25  
tel: +382 20 245 402, fax: +382 20 245 412  
Radno vreme: ponedeljkom 12:00 – 20:00, ostalim radnim danima: 9:00 – 17:00  
Svakog meseca poslednja subota je radni dan, radno vreme: 9:00-14:00  
Lekar konsultant: dr Nevenka Laban +382-69-327-127  
Email: flppodgorica@t-com.me

## SLOVENIJA

**Ljubljanska pisarna:** 1000 Ljubljana, Stegne 15, Ind.cona Stegne  
tel.: +386 1 562 3640, faks: +386 1 562 3645  
Naročanje izdelkov: mobilni telefon: +386 40 559 631,  
tel: +386 1 563 7501. Naročanje po elektronski pošti:  
narocila@forever.si. Informacije po e-pošti: info@forever.si  
Delovni čas: Ponedeljek in četrtek od 12:00-20:00 in torek, sreda in petek od 09:00-17:00  
**Lendavska pisarna:** 9220 Lendava, Kolodvorska 14,  
tel.: +386 8 205 40 75, Delovni čas: ponedeljek-petek od 9. do 17. ure.  
E-naslov: lendva@forever.si webshop: http://sl.flpshop.hu/  
Direktor: Andrej Kepe  
Zdravnik svetovalec: dr. Miran Arbeiter: +386 41 420 788  
Uposabljanja: odprta predavanja in usposabljanja vsak četrtek  
Forever Info točka Slovenska Bistrica, Ljubljanska cesta 20

## HRVATSKA

**Zagrebački ured:** 10000 Zagreb, Trakošćanska 16  
Telefon: + 385 1 3909770; 3909773 ili 3909775; Faks: + 385 1 3909 771  
Otvoreno: ponedjeljak i četvrtak od 09:00 do 20:00,  
utorak, srijeda i petak od 09:00 do 17:00  
Područni direktor: Mr.sc. László Molnár  
Naručivanje e-mailom: foreverzagreb@foreverliving.hr  
Edukacije u uredima Zagreb : ponedjeljak i četvrtak od 18:00h  
Web adresa: www.foreverliving.com - birajte hrvatski jezik  
Na stranici www.foreverliving.hr možete napraviti web narudžbu proizvoda  
Sve vaše prijedloge, želje i obavijesti možete slati na e-mail adresu:  
vgolub@foreverliving.hr, ili na korisnickapodrska@foreverliving.hr  
Telefonski liječnici: Dr. Zoran Vrcić: + 385 91 5176510  
– ponedjeljak od 16:30 do 18:30 četvrtak od 16:30 do 19:30  
Dr. Draško Tomljanović: + 385 91 4196101 – utorak od 14:00 do 17:00,  
petak od 14:00 do 16:00

## SHQIPËRIA

**Zyra e Tiranës:** Rr. Selim Brahja 110. Sank Vjetër – Tirana  
Tel./Fax: +355 44 500 866  
Hapur: ditë 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  
Shëf Zyre: Xhelo Kijaj: Cel: +355 69 40 66 811  
e-mail: flpalbania@tring.al

## KOSOVA

**Office Address:** Rr. HILMI RAKOVICA Nr 13 Prishtina-KOSOVA  
E-mail: foreverkosovo@gmail.com  
Office employee: Agim Berisha, Mob: 00 377 44 264 000  
Area Manager: Borbáth Atilla

## BOSNA I HERCEGOVINA

**Bijeljinska kancelarija:** 76300 Bijeljina, 76300 Bijeljina, T.M.3.  
tel.: +387-55-211-784, +387-55-212-605, fax: +387-55 -221-780  
Radno vreme, radnim danima: 9:00–17:00  
Imejl adresa: forever.flpbos@gmail.com  
Regionalni direktor: dr. Slavko Paleksić  
**Sarajevska kancelarija:** 71000 Sarajevo, Džemala Bijedića 166 A.  
tel.: +387-33-760-650, +387-33-470-682, fax: +387-33-760-651  
Radno vreme: ponedeljak, četvrtak, petak 09:00–16:30,  
utorak, sreda 12:00–20:00  
Imejl adresa: flpm@bih.net.ba  
Rukovodilac ureda: Enra Ćurovac-Hadžović,  
imejl: forever.flpbos@gmail.com



28-29. SEPTEMBAR 2018.

# DIAMOND 2018 HOLIDAY RALLY





# Maksimalan ukus. Maksimalan rezultat.



ARG I+ | 473 ARG I+ termos | KI 424

[foreverliving.com](https://foreverliving.com)



FOREVER