

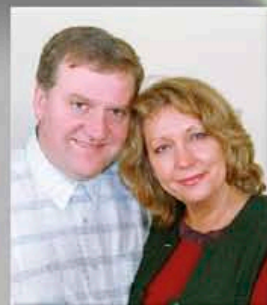
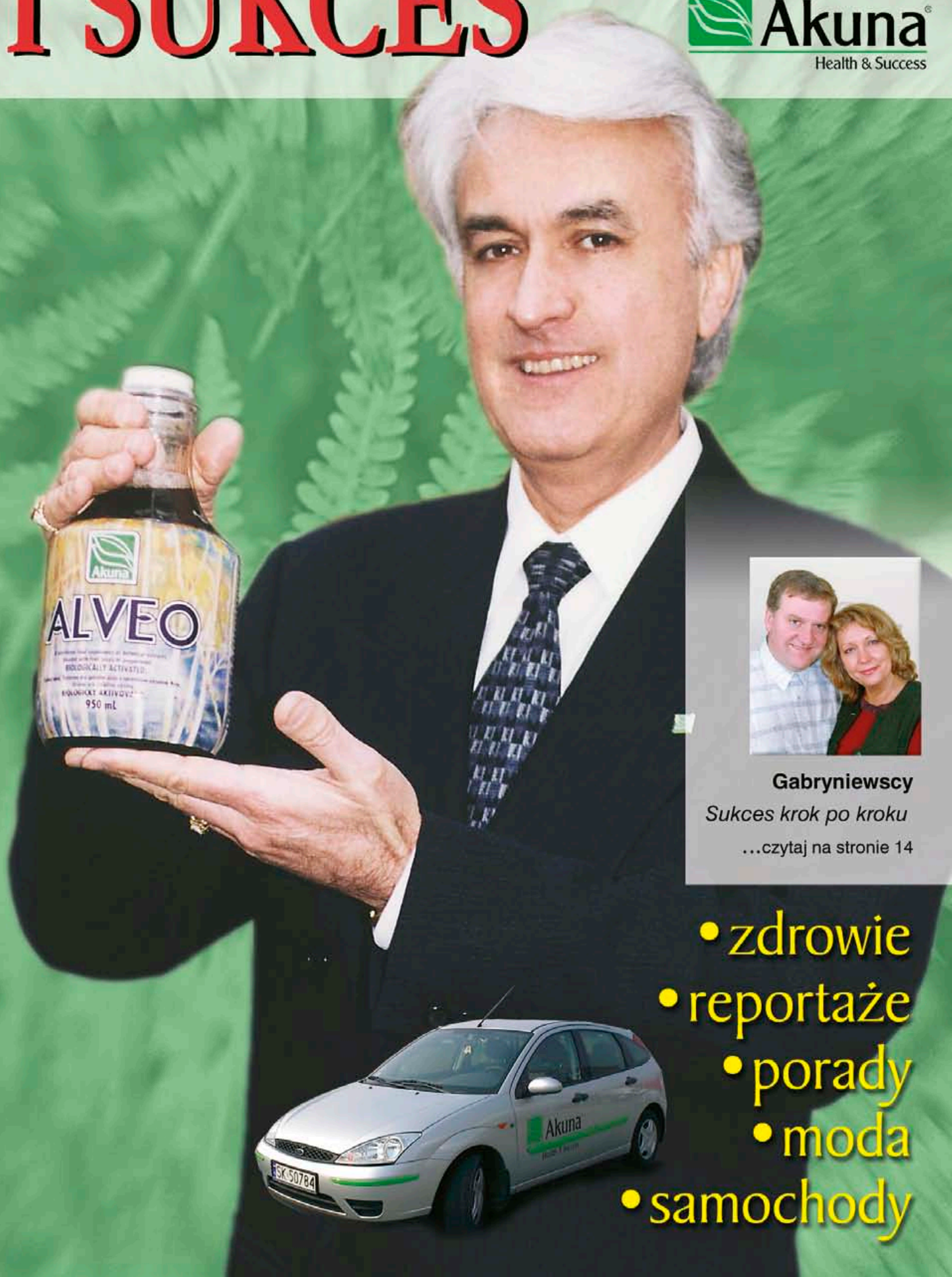
zdrowie I SUKCES

kwartalnik nr 1 (1) styczeń 2004

ISSN 1732-0186

CENA 4,5 zł

 **Akuna**[®]
Health & Success



Gabryńewscy

Sukces krok po kroku

...czytaj na stronie 14

- zdrowie
- reportaże
- porady
- moda
- samochody



ROZDAJEMY

\$ 1 000 000

Jeżeli jesteś Liderem lub Liderem Dywizji możesz w roku 2004 skorzystać z niepowtarzalnej okazji.

Możesz jeździć własnym samochodem o wartości 10 000 USD całkowicie za darmo. Firma Akuna zapłaci za Twoje auto opłatę wstępną i wszystkie 48 rat leasingowych w całości.

Dlaczego właśnie 1 000 000 USD? odpowiedź jest prosta... na początku 2004 r. zostanie w Europie sprzedana 1 000 000. butelka ALVEO!!! A taki sukces warto uczcić.

Warunki uczestnictwa w promocji dostępne będą na forum internetowym pod adresem: <http://forum.akuna.pl> oraz w siedzibie firmy Akuna w Katowicach.



Nie zwlekaj – promocja obejmuje tylko 100 samochodów na terenie Europy !!!

Szanowni Państwo,



Śledząc w tym roku Wasze osiągnięcia, mam powody do ogromnej radości i dumy. Taką liczbą nowych menedżerów i takim ogromnym wzrostem sprzedaży, jakie mamy w naszej polskiej Akunie, nie może poszczycić się żadne z państw, w których firma prowadzi swoją działalność. W 2003 roku liczba naszych dystrybutorów wzrosła czterokrotnie, a łączny obrót w porównaniu do roku 2002 wzrósł o ponad 450%. Praca, którą w ciągu roku wykonaliście, zasługuje na szacunek i duże uznanie. Mamy wiele prężnie działających struktur, które swoim sponsorom i całej firmie przyniosą satysfakcję. Codziennie przekonuję się o entuzjazmie i zapale, z jakim pracujecie — widząc, jak stajecie się prawdziwymi profesjonalistami. Serdecznie dziękuję Wam za waszą pracę. Właśnie dzięki Wam nasza firma trafia do świadomości całego społeczeństwa. Właśnie od Was, aktywnych menedżerów, zależeć będzie los Akuny, ale przede wszystkim Wasza przyszłość. Proszę nie zwalnijcie tempa. Inspirujcie swym przykładem innych. Polska jest dużym krajem, a dotychczas wykorzystujemy jej potencjał w zaledwie kilkunastu procentach. Są przed nami ogromne możliwości związane z wejściem Polski do Unii Europejskiej, a nieskorzystanie z nich byłoby wielkim grzechem. Zapewniam Was, że my kierownictwo Akuny będziemy starali się pomóc Wam w tym wielkim przedsięwzięciu, będziemy nadal udoskonalali system wsparcia dystrybutorów, system logistyki, informacji, a niniejszy numer czasopisma „Zdrowie i Sukces” niech będzie tego dowodem.

„Zdrowie i Sukces” to czasopismo, w którym znajdziecie informacje dla Was i o Was. Tematyka naszego czasopisma dotyczyć będzie zdrowia, kariery w Akunie, Waszych osiągnięć, wydarzeń związanych z życiem firmy. Znajdziecie w nim również porady psychologiczne oraz modę przydatną podczas spotkań z klientami.

Na rok 2004 przygotowaliśmy wiele nowych promocji — np. Samochody za 1 000 000 dolarów, Płać przez Inteligo... Będą również kontynuowane programy „Twój nowy samochód”, TOP 10, Super Loteria i wiele innych.

W Nowym 2004 Roku życzymy Wam zdrowia i dalszych sukcesów

Tomasz Kwolek

Prezes Akuna Polska Sp. z o.o.

Z życia firmy

NASZE BIURO

Możecie nas zastać przy ul. 11 Listopada 11 w Katowicach od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00-17:00. Jesteśmy zawsze chętni służyć Wam pomocą i radą. W naszym biurze, jak w całej firmie, jest rodzinna i ciepła atmosfera, więc nie krępujcie się dzwonić i zaglądać do nas. Zapraszamy!



W biurze jest nas sześcioro: Prezes Tomasz Kwolek, Wiceprezes Bogusław Dudzik oraz drużyna biurowa zawsze chętna do pomocy, w następującym składzie:



Ania Mazurkiewicz – rejestruje umowy; zajmuje się fakturami sprzedaży oraz zakupami w systemie



Z Wiceprezesem Bogusławem Dudzikiem możecie spotkać się najczęściej we wtorki i czwartki.



Marek Dudzik – szef biura, jego działka to premie i operacje bankowe, leasing oraz sprawy międzynarodowe



Bartek Burzyński – obsługuje wysyłkę towaru oraz faktury sprzedaży



Iwona Kusik – odbiera i wysyła korespondencję.

Program Polskiego Sztucznego Serca



Pracownia Sztucznego Serca Instytutu Protez Serca Fundacji Rozwoju Kardiologii prowadzi badania nad implantowaną protezą serca od 1995 roku.

Pierwszy etap badań podstawowych za-

mknięty został skonstruowaniem implantowanej protezy klinicznej. Aktualnie, zespół Fundacji Rozwoju Kardiologii pod kierownictwem prof. Zbigniewa Religi przygotowuje się do jej wdrożenia. Sukces przedsięwzięcia pozwoli za około pięć lat wszczepić pierwsze polskie implantowane sztuczne serce, prawdopodobnie także wtedy jedno z zaledwie kilku na świecie. AKUNA jest Partnerem Programu Budowy POLSKIEGO SZTUCZNEGO SERCA. Każda butelka ALVEO kupiona w Polsce lub innym kraju od dystrybutora zarejestrowanego w strukturze sprzeda-

ży sieciowej AKUNA POLSKA oznacza, że ktoś korzysta z dobrodziejstwa działania tego preparatu i jest to kolejna „cegiełka” na sfinansowanie tego, także ważnego medycznego, naukowego i społecznego polskiego programu.

Fundusz Rozwoju Kardiologii zaleca preparat ALVEO w profilaktyce chorób serca.

Kupując produkty firmy Akuna wspomagasz Program Budowy Polskiego Sztucznego Serca.

JEDZIEMY NA KARAIBY

Co roku ogłaszane jest TOP 10 dystrybutorów całej Akuny. Osoby z pierwszej dziesiątki jadą na rejs za darmo..... to ich nagroda. Następny rejs będzie za dwa lata. Tym samym w nagrodę pojedzie 20 osób (TOP z 2004 roku i TOP z 2005 roku). Firma Akuna ogłasza też rok przed rejsem promocję w czasie, której można

ską grupą jedzie również Ania z biura Akuny w Katowicach w roli tłumacza i opiekuna. Pojadą też: management Akuny Kanada, USA, Czechy, Słowacja, Bułgaria, Austria, RPA, no i obaj polscy prezesi.

Na wyspach czeka nas wiele fascynujących atrakcji m. in. nurkowanie, zwie-



co miesiąc uzyskać dodatkowe pieniądze tzw. „centy na Karaiby”, a że z centów potrafi uzbierać się ładna sumka, o tym niech świadczy fakt, że kilkanaście osób uzbierało ponad 1000 USD, a dziesiątki osób uzbierały setki USD, które mogą przeznaczyć na rejs. W rejs można oczywiście zabrać ze sobą członków rodziny np. małżeństwo Gabryńskich wyruszy w podróż z trójką dzieci.

Wyruszamy 17 stycznia o 7:15 z Pragi i lecimy przez Amsterdam do Santo Domingo (Rep. Dominikańska).

Powrót: 26 stycznia 23: 45 z Santo Domingo przez Amsterdam do Pragi, gdzie przybędziemy o 17:45 dnia 27 stycznia. Polska grupa liczy 28 osób.

W niedzielę 18 stycznia wyruszamy w rejs, który kończy się 25 stycznia w południe. Cały 26 stycznia będzie można zwiedzać Santo Domingo. Na statku czeka nas: odpoczynek, warsztaty, dyskusje, będą tam ludzie z Akuny z Kanady, USA, Czech, Słowacji. Z pol-

dzanie dna morskiego małą łodzią podwodną, safari itd.



Promocja z Inteligo

Od 1 stycznia 2004: jeżeli jeszcze nie posiadasz konta w Inteligo, załóż takie konto za pośrednictwem biura Akuny. Jeżeli wyślesz zamówienie pocztą e-mail i dokonasz zapłaty przez Inteligo zapłacisz za transport produktów o całe 30% mniej. Promocja trwa przez cały rok 2004. Szczegóły na forum www.akuna.pl

SPIS TREŚCI

Od Prezesa str. 3

Z życia firmy str. 4 i 5

Kilka słów o biurze, wyprawa na Karaiby

Reportaż – rodzina Cybulskich str. 6 i 7

Akuna zmieniła nasze życie – mówi Ryszard Cybulski

Zdrowie i medycyna str. 8 i 9

Wywiad z dr. Khoshbinem, lepsza profilaktyka od leczenia, jak Alveo pomogło wyleczyć alergię,

Elegancja i styl, coś dla pań str. 10 i 11

Kilka wskazówek, jak ubrać się elegancko i z fantazją, jakie kosmetyki warto zabrać w podróż,

Elegancja i styl, coś dla panów str. 12 i 13

Jaki garnitur na jaką okazję, kilka słów o samochodach, Mondeo i Focus,

Reportaż – rodzina Gabryńskich str. 14 i 15

Czyli sukces krok po kroku, Jerzy Pierzchalski sponsoruje drużynę piłki nożnej,

Psychologia str. 16 i 17

Odkryj swoje możliwości, co to jest marketing wielopoziomowy, sonda na wesoło, czyli jak odreagować stres,

Szczeble kariery str. 18 i 19

Akuna Zdrowie i Sukces

Wydawca Akuna Polska Sp. z o.o.

Adres: ul. 11 Listopada 11,

40 – 387 Katowice,

tel. + 48 (32) 25 69 138,

tel/fax: + 48 (32) 20 49 697.

www.akuna.pl

Redaktor Naczelny: Marek Dudzik

Zespół redakcyjny: Grażyna Domalewska,

Katarzyna Mazur, Grażyna Michalik,

Weronika Kasprzak, Aldona Kaszubska,

Katarzyna Piotrowska, Agnieszka

Piórkowska, Anna Szulc, Jolanta

Wiśniewska.

ALVEO ZMIENIŁO NASZE ŻYCIE



Cybulscy znowu cieszą się pełnią życia.

Córka Ryszarda Cybulskiego była ciężko chora, do jego domu niemal pukał komornik, a on nie miał pracy. Wyszedł z tarapatów dzięki Akunie. Mała Ala poczuła się lepiej, a problemy finansowe odeszły w niepamięć. Dziś Ryszard ma pozycję Dyrektora Sieci Krajowej, a jego struktury są w całej Polsce.

Życie Ryszarda Cybulskiego było uporządkowane i spokojne. Szczęśliwy mąż i ojciec trojga dzieci. W pracy też się realizował – prowadził szkołę języka angielskiego, a jednocześnie był asystentem dyrygenta w Chórze Politechniki Szczecińskiej. Gdy nagle cały ten poukładany świat legł w gruzach. Najmłodsze dziecko Ryszarda i Basi – Alicja zachorowała na anginę. Był rok 1993, dziewczynka miała niespełna dwa lata. Po kilku tygodniach wysoka temperatura wciąż utrzymywała

się, a mała zaczęła cierpieć na bóle stawów, płakać po nocach, puchły jej kolana i dłonie. Diagnoza brzmiała jak wyrok – dziecko zachorowało na gościec.

– Jeździliśmy po szpitalach, sanatoriach, bioenergoterapeutach i salach rehabilitacyjnych.

Nie przespaliśmy ani jednej nocy, bo malutką budził silny ból. Najgorsza była bezsilność. Patrzyliśmy, jak cierpi i mimo wszelkich starań, nic nie mogliśmy zrobić – mówi ze smutkiem Ryszard.

Wiedział, co to ból, w dzieciństwie stracił w wypadku obie nogi, a później oko. Teraz nie mógł znieść myśli, że cierpi jego dziecko.

Depresja i długi

Postanowili zmienić malutkie 40-metrowe mieszkanko na pięttrze, by Ala, która już wówczas miała trudności z chodzeniem, mogła swobodnie wychodzić na świeże powietrze. Całe oszczędności wydali na kupno i uzbrojenie działki w Jezierzycach pod Szczecinem. By budować dom musieli zaciągnąć kredyt, ogromne kwoty pochłaniała też rehabilitacja i leki dla

Ali. W tym czasie Ryszard dostał intratną posadę w firmie ubezpieczeniowej, stać go było na spłacanie rat kredytu i dalsze inwestowanie w dom. Nagle wszystko się zawaliło. Ryszard z dnia na dzień został zwolniony z firmy. Jeszcze nie zdążył odetchnąć po szoku, a stan zdrowia Ali gwałtownie się pogorszył – dziewczynka nie mogła już chodzić, cierpiała na silne migreny. Tymczasem dom stał wybudowany do połowy, a w banku czekały na spłatę raty kredytowe.

– Rysiu popadł w depresję. Całymi dniami siedział i nic nie robił – wspomina Basia.

Żeby ratować nie zadany dom przed zniszczeniem, sprzedali mieszkanie. Oszczędności powoli się kończyły, w końcu rodzina popadła w ogromne długi.

Butelka na stole

Kiedy wydawało się, że lada dzień do drzwi Cybulskich zapuka komornik, nagle splot fatalnych wydarzeń został przerwany. W listopadzie 2001 roku Rysia odwiedził kolega, Janusz Gabryniowski. Towarzyszyli mu Rafał Reński oraz Bogusław Dudzik, Wiceprezes z firmy Akuna. Pokazali mu ziołowy pre-

parat „Alveo” i wytłumaczyli, że może on nie tylko pomóc jego córce, ale również stać się antidotum na jego problemy finansowe.

– Siedzieli przy stole i proponowali mi pomoc, a ja uparcie ją odrzucałem. Znałem Jasia od lat, nie raz sobie pomagaliśmy. Raptem tydzień wcześniej przyniósł mi pieniądze na leki dla mojej córeczki, a mimo to nie potrafiłem mu wtedy zaufać. Obawiałem się kolejnego nieudanego eksperymentu ze sprzedażą sieciową – wspomina Ryszard.



Koledzy wyszli wtedy zniechęceni odmową Ryszarda, ale zostawili mu na stole butelkę ziół, za darmo. Stała tam jeszcze 3 miesiące.

Pierwsza przespana noc

Basia spróbowała „Alveo” właściwie z ciekawości. Zioła były smaczne, więc zaproponowała je Ali, wciąż nie wierząc w ich uzdrawiające właściwości. Po dwóch tygodniach zauważyła szokujące zmiany – dziewczynka zaczęła swobodnie chodzić, przestały jej sztywnieć nogi i ręce, trzymała prosto głowę, choć od miesiący ta pozycja sprawiała jej ból, ustąpiły też migreny.

– Ta noc była najpiękniejsza w naszym życiu. Alunia ani razu nie zapłakała. Po raz pierwszy nie odczuwała bólu – wspomina Basia.



Zmiany u Ali zauważyła nawet lekarka

prowadząca, zaś po przeczytaniu składu Alveo, poleciła dalsze stosowanie preparatu, jednocześnie zmniejszając dawki sterydów. Wtedy Ryszard podpisał umowę z firmą, ale tylko, po to, by mieć zniżkę na preparat. Wciąż miał wątpliwości – myślał, że stan Ali poprawił się dzięki rehabilitacji.

Pierwszą butelkę ziół zaproponował Tadeuszowi, swojemu przyjacielowi, który miał problemy z cukrzycą.

– Gdy jemu pomogło naprawdę zacząłem wierzyć w „Alveo” – wspomina Ryszard.

Koniec problemów finansowych

Powoli Ryszard zaczynał wierzyć, że zioła nie tylko pomagają jego córce, ale mogą też pomóc jemu w rozwiązaniu problemów finansowych. W maju sprzedał już 10 butelek specyfiku, a pod koniec czerwca został liderem – sprzedał 60 butelek Alveo. W sierpniu dostał pierwszą poważną wypłatę – ponad 4 tys. zł, a Basia stawiająca pierwsze kroki w interesie zarobiła 1,5 tys. zł. Dziś Basia i Ryszard zarabiają razem około 30 tys. zł miesięcznie. Spłacają raty kredytów i są spokojni o swoją przyszłość. Oboje jeżdżą samochodami refinansowanymi przez firmę

Akuna. W „interese” pomagają też obaj synowie Piotr i Maciek, dziewczyna Piotra – Kasia, nawet dwunastoletniej Ali udało się namówić wujka do współpracy z firmą.

– Jestem rotarianinem i moim mottem jest: „Ten dostaje najwięcej, kto daje najwięcej”. Prawdziwą radość daje mi świadomość, że mogę pomagać innym ludziom. Tak, jak do mnie pomocną dłoń wyciągnęli przyjaciele. Dziś jestem silny i wierzę, że wszystkie problemy zostały zażegane na zawsze – mówi pewnym głosem.

Anna Szulc

Pierwsze kroki w biznesie

Ryszard Cybulski radzi tym, którzy stawiają pierwsze kroki w Akuna:

- nim zaczniemy proponować produkt, sami musimy się do niego przekonać i mieć absolutną pewność, że jest dobry i skuteczny;
- znaleźć autentyczną historię osoby, której preparat pomógł;
- produkt proponować osobom wrażliwym na ludzkie problemy, bo tylko one naprawdę zrozumieją, że może pomóc nie tylko im;
- podczas rozmów nie naciskać potencjalnego klienta, mówić spokojnie i rzeczowo;
- uświadomić rozmówcy, że jesteśmy u niego po to, by pomóc mu rozwiązać jego problem;
- jeżeli rozmówca ma obiekcje – rzeczowo odpowiadać na jego pytania i wątpliwości;
- rozmowa nie powinna trwać więcej niż 15 min.



(AS)



Wyzdrowiałem dzięki „Alveo”

Pięć lat temu Tadeusz Stachowski, ekonomista ze Szczecina zachorował na zapalenie trzustki. Konsekwencją choroby była cukrzyca. Musiał zacząć żyć mniej intensywnie, przejść na dietę, co kilka godzin mierzyć poziom glukozy we krwi i robić zastrzyki z insuliny.

Z pomocą przyszedł mu przyjaciel – Ryszard Cybulski. Zaproponował preparat ziółowy „Alveo”. Tadeusz pomyślał, że zioła jeszcze nikomu nie zaszkodziły. Jednak po tygodniu zauważył, że poziom cukru gwałtownie spadł.

– Przed kuracją wstrzykiwałem sobie 80 jednostek insuliny dziennie, teraz – zaledwie 30. Pomiary cukru wykonuję dwa razy dziennie. Po badaniach lekarka stwierdziła, że z takim zdrowiem mógłbym lecieć w kosmos – cieszy się Tadeusz.

Ma też więcej siły, łatwiej się koncentruje, szybciej podejmuje decyzje i nie ma nadkwasoty. Razem z żoną Ewą zajął się też sprzedażą preparatu.



Alveo to nasza szansa na przyszłość.

Czym jest sukces mówi Maciej Jasiński, student prawa ze Szczecina:

Osoba niepełnosprawna, poruszająca się na wózku inwalidzkim,

ma w naszym kraju niewielkie perspektywy znalezienia pracy. Oboje z moją żoną rozpaczliwie szukaliśmy finansów na przeżycie, by móc skończyć studia. Wtedy z pomocą przyszedł nam Rysiu Cybulski. Zaproponował wejście w biznes z Akuną i zasponsorował zakupy pierwszych butelek. Już po tygodniu mieliśmy dochody ze sprzedaży trzech butelek. Co miesiąc wpływy rosły. Uwierzyłem, że też mogę odnieść sukces i samodzielnie zarobić na utrzymanie. Świadomość, że komuś pomagam jest dla mnie największą radością. Akuna kojarzy mi się z samorealizacją. Moim marzeniem jest dotrzeć na Mont Everest i przepłynąć Pacyfik. Ania marzy o domu. Może już wkrótce zrealizujemy nasze marzenia. (AS)

POMAGAM LUDZIOM — TO CEL MOJEGO ŻYCIA

Z dr. Sohrabem Khoshbinem rozmawia dr Jaromir Bertlik



Bertlik: Kiedy po raz pierwszy rozważał Pan możliwość pracy nad ziołową recepturą?

Khoshbin: Myślałem o tym, kiedy byłem jeszcze dzieckiem. Mieszkaliśmy w Teheranie w Iranie, gdzie się urodziłem. Mój ojciec był psychoterapeutą, a matka jego asystentką. Uważnie obserwowałem mojego ojca i starałem się mu pomagać. Chciałem być taki, jak on i spełniłem swoje dziecięce marzenie.

Proszę nam opowiedzieć o uniwersytecie i swoich studiach.

Uzyskałem wykształcenie akademickie w Kanadzie na wydziale chemii organicznej. Miałem wielkie ambicje. Bycie badaczem to wspaniały zawód, ale pomoc ludziom daje większą satysfakcję. Tak więc stworzyłem własną metodę pomocy.

Na czym ona polega?

Mój sposób to powrót do kulturowego dziedzictwa, które w dalszym ciągu nie jest przez ludzi dostatecznie doceniane. Pragnąłem powrócić do skarbu tysięcy lat doświadczeń wschodnich uzdrowicieli i antycznych lekarzy.

Czy mógłby nam Pan opowiedzieć o pochodzeniu receptury Alveo?

Powstała w wyniku praktyki klinicznej. Zauważyłem liczne problemy u większości moich pacjentów, takie jak brak energii, osłabienie, trudności z trawieniem i używanie różnego rodzaju odżywek, problemy z przemianą materii, symptomy zatrucia toksynami itp. Zawsze chciałem stworzyć produkt, który pomógłby niezależnie od postawionej diagnozy i pozwoliłby żyć na wyższym poziomie.

Jednym słowem chciał Pan wytworzyć uniwersalne lekarstwo.

Każda choroba ma inne podłoże. Przyczyną może być czynnik zewnętrzny, jak bakteria czy wirus, lecz często choroby spowodowane są nieprawidłowym funkcjonowaniem organów i układów naszego organizmu. Między innymi powodem choroby może być brak składników odżywczych. Około 95% ludzi ma problemy z tego powodu. Zbyt dużej ilości toksyn w procesie przemiany materii nasz organizm nie jest w stanie eliminować.



dr Sohrab Khoshbin i dr Jaromir Bertlik

Od czego zaczął Pan pracę?

Pracowałem nad mieszankami ziołowymi, które moi pacjenci zażywali. Jednak konkretną pracę nad preparatem rozpocząłem od zdefiniowania celu. Chciałem aby preparat wywierał pozytywny wpływ możliwie na cały organizm. Nie chciałem, aby miał jakiegokolwiek skutki uboczne. Musiałem także udowodnić, że każdy organizm będzie w stanie wykorzystać substancje, jakie preparat dostarczy. Wtedy przyjrzałem się bliżej filozofii chińskiej medycyny.

Dlaczego właśnie chińska medycyna?

Jest nowoczesną medycyną życia, mimo że różni się od medycyny za-

chodniej. Chcę dowiedzieć, że w ludzkim organizmie wszystkie części ze sobą współgrają. Medycyna chińska łączy organy ze sobą oraz z całym organizmem poprzez ścieżki energetyczne. Być może uważamy tę teorię za przestarzałą, ale prawdą jest, że potraktowanie organizmu w ten sposób przynosi dobre rezultaty. Medycyna chińska jest także nastawiona na zapobieganie chorobom.

Co było najtrudniejsze w procesie tworzenia ALVEO?

Tworząc ALVEO musiałem rozważyć potrzebę tych samych lub podobnych skutków wywieranych na większość ludzi. Bardzo długo pracowałem nad tą ideą. Trudno było również zmieniać recepturę zgodnie z wymaganiami produkcji na szeroką skalę, tak aby nie stracić cennych właściwości preparatu, a jednocześnie uwzględnić standardy obowiązujące w różnych krajach, gdzie Alveo miało być rozprowadzane.

Jaka była dalsza droga preparatu?

Akuna zainteresowała się tym preparatem i chciała, aby był używany jako suplement żywnościowy, który zapewniałby ludziom na całym świecie otrzymywanie specyficznych ziół. Dostosowałem swoją recepturę i połączyłem mieszankę składającą się ziół, syropu klonowego oraz miodu gryczanego z naturalnym sokiem. Wzbogaciłem recepturę poprzez użycie wybranych naturalnych elementów, które umożliwiają skuteczne przenikanie wszystkich składników odżywczych do tkanek organizmu. Akuna nazwała produkt ten ALVEO.

GRAM PROFILAKTYKI JEST SKUTECZNIEJSZY NIŻ KILOGRAM LECZENIA

Dr Eugeniusz Siwik zamiast witamin i leków proponuje swoim pacjentkom rozsądek i... Alveo.

Chore społeczeństwo

Większość chorób jest wynikiem złych nawyków żywieniowych – mówi dr Eugeniusz Siwik, ginekolog – położnik z Warszawy. Dlatego ważne jest, abyśmy zwracali uwagę na to, co i jak jemy. Pośpiech, stres, genetycznie modyfikowane jedzenie, niezdrowy tryb życia sprawiają, że niszczymy zdrowie nasze i przyszłych pokoleń. Dr Siwik od 18 roku życia jest wegetarianinem, od 3 lat nie spożywa mleka i jego pochodnych. – W naszej rodzinie dbamy o zdrowie i dobre samopoczucie – tłumaczy.

Pomoc automatycznego pilota

– Wiosną bieżącego roku przyjaciel, Jacek Sekuła zaprosił mnie na spotkanie, na którym poznałem Alveo. Od razu wiedziałem, że ten preparat będzie nieodłącznym elementem żywienia w mojej rodzinie. Gdy poznałem skład i działanie Alveo stwierdziłem, że podobnie

jest z automatycznym pilotem w samolocie. Gdy przestaniemy pilotować, automat wykonuje naszą pracę. Często nie wiemy, że była jakaś niebezpieczna sytuacja, bo automat sam ją opanował. Podobnie jest z Alveo. Regularnie przyjmowany sprawia, że możemy leczyć chorobę w bardzo wczesnym stadium.

Rodzimy zdrowe dzieci

W swojej pracy dr Siwik poleca Alveo – Kobiety chcą rodzić zdrowe dzieci – tłumaczy. – Jest to bardzo trudne, kiedy same borykają się z dolegliwościami i chorobami. Zalecam im Alveo, żeby przywrócić stan równowagi w organizmie. Po co faszerować się lekami, które z jednej strony pomagają, a z drugiej wywołują skutki uboczne.

Efekty widoczne w pracy i w domu

– Kiedy kilka dni temu mój syn, Mateusz oznajmił, że przeczytał „Mistrza i Małgorzatę” przez 2 dni, nie mogłem w to uwierzyć. Zawsze miał problemy z czytaniem i koncentracją. Od dwóch miesięcy pije Alveo. Efekty zaskoczyły całą rodzinę.



– Jestem bardzo zadowolony, że mogę pomóc sobie i rodzinie – mówi dr Siwik. – Teraz propaguję profilaktykę i zdrowy styl życia wśród innych. Alveo bardzo mi w tym pomoże.

Weronika Kasprzak

BUTELKA ALVEO STAŁA W SZAFCE PRZEZ KILKA MIESIĘCY

– Przez 8 miesięcy mój brat Olek przekonywał nas do Alveo – wspomina Maria Rogala z Międzyzychodu. – Nasza córka Marianna była chora. Dostawała kataru i duszności, gdy bawiła się ze zwierzętami lub spacerowała po lesie. Nie mogła uprawiać żadnego sportu, była słaba i bardzo szybko się męczyła. U Marianny stwierdzono alergię. Zaczęła przyjmować lekarstwa, które likwidowały jedynie objawy choroby.



Zioła zamiast antybiotyków.

– Gdy wiosną tego roku Marianna znów trafiła do szpitala, byliśmy załamani –

wspomina Maria. Nie wiedzieliśmy jak jej pomóc? – Spróbujcie Alveo – nalegał Olek. – Leki nie skutkowały i traciliśmy nadzieję na poprawę – wspomina Sławek, tata Marianny. – Wyjąłem butelkę Alveo z szafki, gdzie stała przez kilka miesięcy. – Nie sądziłem, że zioła przyniosą jakiś efekt. Marianna chętnie piła preparat i już po dwóch tygodniach biegała bez wysiłku. Od kilku miesięcy nie wystąpiły u niej żadne objawy alergii. Preparat pije już cała rodzina Rogala. – Jestem wdzięczny Olkowi za pomoc. Szkoda, że tak długo byłem uparty – uśmiecha się Sławek.

Grażyna Michalik

KOBIETA Z KLASĄ

CZYLI SUKCES W BIZNESIE



Mana Wojewódzka
z Wejherowa
PO PRZEMIANIE

Sukces w biznesie uzależniony jest od wielu czynników. Jednym z nich jest świadomie dobrany strój. Razem z nami możesz odkryć swoje możliwości. Taką przemianę przeszła Mana Wojewódzka z Wejherowa. Nasza stylistka Karolina Siwiec dobrała jej makijaż oraz zaproponowała kilka zestawów strojów, które świetnie nadają się do pracy oraz wyrażają osobowość modelki.

PRZED

„Jak cię widzą, tak cię piszą” mówi stare, polskie przysłowie. Ta zasada jest ciągle aktualna. Nieodpowiedni strój sprawi, że będziemy postrzegane jako osoby niepoważne i niewiarygodne. Ubiór do pracy powinien być elegancki i schludny. Nie oznacza to jednak białej koszuli i czarnego uniformu. Zalecane kolory to szary, beżowy i brązowy. Strój możemy uzupełnić czerwonymi elementami, aby wyglądać na osobę bardziej pewną siebie. Idealnym dodatkiem będzie torebka o niekoniecznie klasycznym wyglądzie. Pamiętajmy jednak, że to jedyna ekstrawagancja na jaką możemy sobie pozwolić w stroju służbowym.

Wygodnie
i elegancko

– Do klasycznych spodni idealnie pasuje sweterek z dzianiny.

Szare spodnie
KappAhl 99zł,
sweter czarno-biały
Reserved 69 zł,
czarna torba
Reserved 79 zł:



Karolina Siwiec – stylistka

Idealny makijaż musi być dostosowany do pory dnia i okoliczności. Pamiętajmy o tym, że makijaż do pracy, to makijaż dzienny. Musi różnić się od tego na romantyczną kolację lub przyjęcie u znajomych. Powinien być widoczny, ale delikatny. Zbyt mocny sprawi, że będziemy wyglądały na zmęczone. Dobrze dobrany podkład to połowa sukcesu. Podkład powinien być w kolorze cery, aby twarz nie odróżniała się kolorem od szyi i dekoltu. U Many zastosowałam podkład korygujący, aby ukryć drobne zaczerwienienia. Aby makijaż wyglądał świeżo przez cały dzień użyłam specjalnego korektora, który rozjaśnia cienie pod oczami. Całą twarz przypudrowałam i musnęłam policzki pudrem brązującym. Aby podkreślić zielone oczy modelki, zastosowałam cienie w kolorze blad różowym i wrzosowym. Całe oko delikatnie obrysowałam czarną kreską, co podkreśliło spojrzenie. Pamiętajmy, aby kreskę rozetrzeć! Zbyt gruba i mocna sprawi, że oko będzie wyglądało jak obrysowane mazakiem. Rzęsy Many pomalowałam tuszem wydłużającym – podkreślającym. Na usta nałożyłam różową pomadkę i podkreśliłam je błyszczakiem. Jeżeli chcemy, aby szminka utrzymywała się dłużej – przypudrujmy usta i nałożmy pomadkę jeszcze raz. Tak wykonany makijaż sprawi, że będziemy czuły się piękne przez cały dzień.





Ponadczasowe szarości

– Tradycyjną marynarkę doskonale zastąpi luźna koszula w paski. Spódnica Gantos 83 zł, szara koszula w paski KappAhl 99 zł



Błysk i mat

– Dla odważnych – połączenie błyszczącej spódnicy i matowej marynarki. Kremowa koszula Reserved 59 zł, błyszcząca spódnica KappAhl 129 zł, brązowy żakiet Gantos 238 zł.



Tweed na wesoło

– Tweed to przebój tego sezonu. Wzorzysta kamizelka będzie idealnym dopełnieniem tweedowych spodni. Spodnie tweedowe Reserved 139 zł, Kremowa koszula Reserved 59 zł, kamizelka 79 zł, torba Gantos 68 zł.



Kobieca i romantyczna

– Na mniej oficjalne spotkanie – modny sweterek z dekoltem przewiązany paskiem. Sweter brązowy wiązany KappAhl 129zł, beżowa spódnica KappAhl 149 zł, torba czarna 79 zł.

Co warto zabrać ze sobą w podróż?

Wybierając się w podróż, zapakuj kilka rzeczy przydatnych w każdej sytuacji:



Dzięki chusteczkom do demakijażu np. Cerasil szybko zmyjesz makijaż i odświeżysz się po długiej podróży.

Łatwo usuniesz kurz i zabrudzenia. Chusteczki mają właściwości tonizujące i matujące, dlatego skóra będzie czysta i nawilżona. Ich świeży, przyjemny zapach długo pozostanie na skórze.

Mgła ujędrniająca np. A. T. W., pomoże ci szybko wzmocnić i uelastyczyć skórę twarzy i ciała. Mgła nawilża i odżywia skórę, dzięki czemu twoja cera nie odczuje szkodliwego wpływu klimatyzacji i suchego powietrza np. w pociągu.



W lesie, gdy będziesz zmieniała koło nie bój się, że wybrudzisz rękoma ubranie i tapicerkę. Użyj kremu do mycia bez wody np. A. T. W.

Nałóż go na dłonie, a następnie wytrzyj je w chusteczkę higieniczną. Dzięki temu usuniesz zabrudzenia, a na twoich dłoniach jeszcze przez długi czas będzie utrzymywał się świeży zapach.



Tak przygotowana do podróży nie martw się, że w toalecie pociągu nie ma mydła, powietrze jest zbyt suche, albo że najbliższa stacja benzynowa znajduje się sto kilometrów dalej.

Dziękujemy za wypożyczenie ubrań do sesji zdjęciowej sklepom:

KappAhl, Reserved, Gantos z Centrum Handlowego Klif W Gdyni.

Rzeczy można nabyć w sklepach na terenie całego kraju.

ELEGANCKI MĘŻCZYZNA

W ubiorze eleganckiego mężczyzny ważny jest odpowiednio dobrany garnitur. Garnitur musi być dopasowany do budowy ciała. Panowie bardzo wysocy powinni nosić garnitury z odcięciami i mankietami, dzięki czemu ich sylwetka będzie wydawała się bardziej proporcjonalna. Panom o dużych obwodach w klatce piersiowej i w pasie polecam garnitury zapinane tylko na



Jacek Przybyszewski z Gdyni

dwa guziki. Taki fason wyszczupla i wydłuża postać. Garnitur należy także dobrze dobrać kolorystycznie. Mężczyźni o bardzo jasnej karnacji powinni unikać zbyt ciemnych kolorów, a ci o śniadych cerach powinni

zrezygnować z bieli i beżu. Idealnym rozwiązaniem w takiej sytuacji są tkaniny opalizujące tzn. takie, które przystosowują swój odcień np. do koloru koszuli. Elegancki mężczyzna musi wiedzieć, że najbardziej przyciągają uwagę koszula i krawat. Dlatego należy je dobierać szczególnie starannie, w zależności od okazji.

Na spotkanie biznesowe i do pracy najbardziej odpowiedni jest ciemny garnitur o klasycznym kroju. Z takim garniturem najlepiej komponują się koszule w kolorze beżowym, gołębim i niebieskawym. Krawat musi pasować kolorystycznie do koszuli, inaczej będzie przyciągał wzrok naszego rozmówcy i odwracał jego uwagę od tego, co mówimy.

Ubierając się na spotkanie z przyjaciółmi, mężczyzna nie musi być już tak zasadniczy. Może włożyć garnitur w jaśniejszym kolorze np. brązowym. Półgolf lub golf zastąpi tradycyjną koszulę, a kolorowy krawat może zwracać uwagę innych. Jeżeli nie ma możliwości zmiany garderoby, wystarczy zdjąć krawat i rozpiąć pierwszy guzik koszuli. Dzięki temu uzyska się połączenie luzu z elegancją.

Wybierając się na oficjalne przyjęcie lub do teatru każdy pan powinien pamiętać, aby dopasować swój strój do sukienki swojej partnerki. Jeżeli towarzyska ma czerwoną sukienkę należy do garnituru i jasnej koszuli założyć czerwony krawat. Taki dodatek zaakcentuje, że tworzymy całość.

Idealnym wykończeniem stroju eleganckiego mężczyzny jest pasek, w kolorze butów.

Te zasady ułatwią nam dopasowanie odpowiedniego stroju. Pamiętajmy jednak, że najważniejsze jest, aby ubierać się w zgodzie z własną osobowością.

Porad udzieliła Honorata Tołoczko, opracowała Jolanta Wiśniewska

FOCUS I

Focus i Mondeo to dwa modele Forda cieszące się ogromną popularnością na naszym rynku. W Polsce dostępne wersje silników Focusa to: benzynowy 1.4 l, 1.6 l, 1.8 l oraz diesel 1.8 TDCI, zaś Mondeo można kupić w wersji silników: benzynowy 1.8 110 KM, 1.8 125 KM, 2.0 145 KM oraz diesel 2.0 TDCI 115 KM, 2.0 TDCI 130 KM.

Mondeo jest większy i ma bardziej pojemny bagażnik: pięciodrzwiowy model ma długość 4731 mm, szerokość 1812 mm i pojemność bagażnika 500 l, natomiast kombi: długość 4804 mm, szerokość 1812 mm i pojemność bagażnika 540 l. Wymiary Focusa pięciodrzwiowego to: długość 4174 mm, szerokość 1702 mm, pojemność bagażnika 350 l, a kombi ma długość 4454 mm, szerokość 1702, pojemność bagażnika 520 l.

Focus jest samochodem dużo bardziej

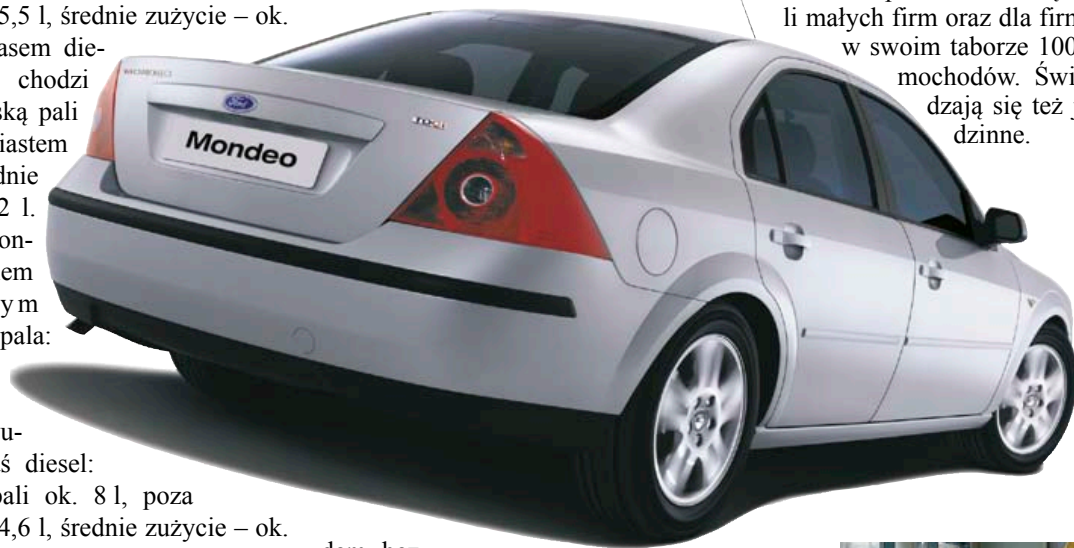


MONDEO

ekonomicznym: model z silnikiem benzynowym w mieście pali ok. 9,5 l, poza miastem ok. 5,5 l, średnie zużycie – ok. 6,8 l, tymczasem diesel: jeżeli chodzi o jazdę miejską pali 7 l, poza miastem 4,2 l, średnie zużycie – 5,2 l. Natomiast Mondeo z silnikiem benzynowym w mieście spala: ok. 11 l, poza miastem ok. 6 l, średnio zużywa 8 l, zaś diesel: w mieście pali ok. 8 l, poza miastem ok. 4,6 l, średnie zużycie – ok. 5,8 l.

Oba samochody są bardzo bezpieczne. Focus to samochód

sprawdzony, ma poduszki powietrzne o 2 stopniach napętnienia. W 1999 zdobył tytuł samochodu roku w Europie, w 2000 został autem roku w Ameryce Płn., natomiast w 2002 jako 3-latek wg TUV był najmniej awaryjnym samochodem. Mondeo tymczasem jest samochodem na płycie podłogowej Jaguara, ma systemy bezpieczeństwa (IPS) z Volvo, jego porównanie pod wzglę-



dem bezpieczeństwa z innymi autami wypadają bardzo dobrze.

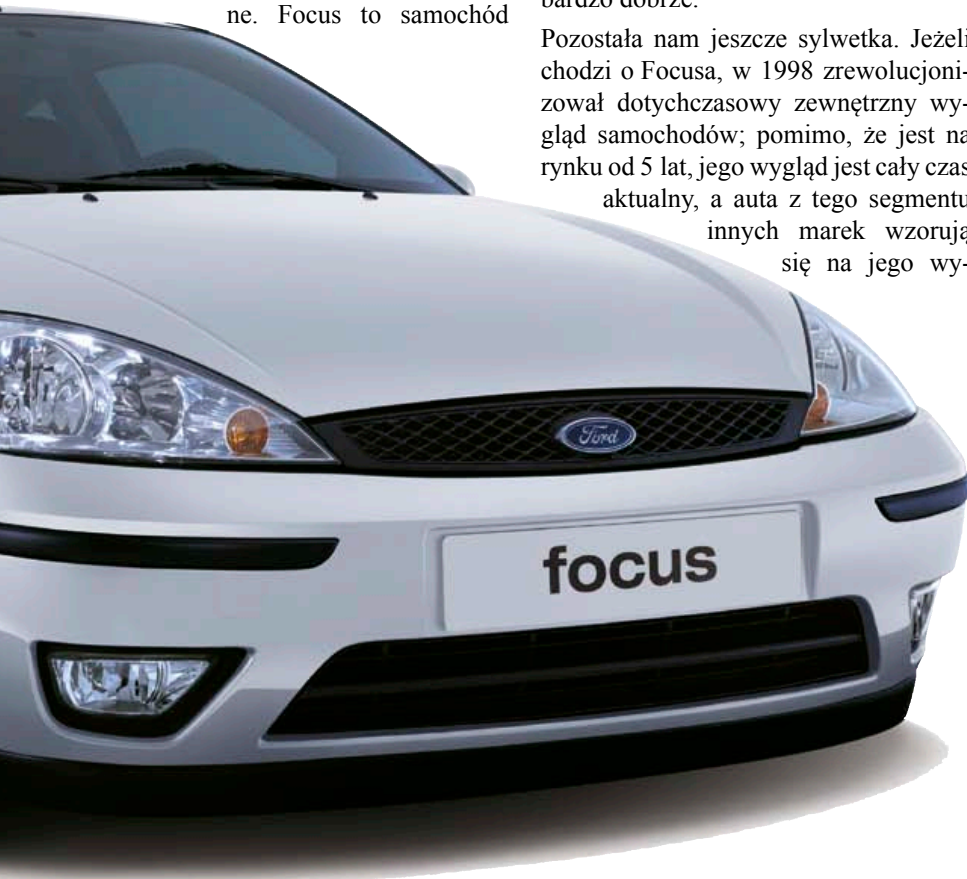
Pozostała nam jeszcze sylwetka. Jeżeli chodzi o Focusa, w 1998 zrewolucjonizował dotychczasowy zewnętrzny wygląd samochodów; pomimo, że jest na rynku od 5 lat, jego wygląd jest cały czas aktualny, a auta z tego segmentu innych marek wzorują się na jego wy-

glądzie. Natomiast Mondeo to auto dla wielbicieli surowego, eleganckiego stylu: klasyczna sylwetka, wnętrze dość surowe, mocny niemiecki design; auto, które w testach porównywane jest w sylwetce do Passata.

W rankingach w roku 2002 – Focus należał do najchętniej kupowanych samochodów w segmencie aut kompaktowych.

Oba auta przeznaczone są dla właścicieli małych firm oraz dla firm, które mają w swoim taborze 100 i więcej samochodów. Świetnie sprawdzają się też jako auta rodzinne.

AS



Maria Peszko



Jolanta Opala



Wojciech Murawa

SUKCES KROK PO KROKU

Szukali pracy przez wiele miesięcy. Teraz sami tworzą etaty.

W maju 2001r. państwo Gabryniewscy z Gorzowa Wielkopolskiego musieli zamknąć swoje dwa sklepy. – To była trudna decyzja – mówi Lila Gabryniewska. – Przez 10 lat prowadziliśmy sklepy ze sprzętem RTV, które z każdym rokiem przynosiły mniej zysków. Znaleźliśmy się w dramatycznej sytuacji. Długi wielokrotnie przewyższały nasze dochody.

– Likwidację sklepów odkładaliśmy przez pół roku – dodaje Janusz, mąż Lili. – W końcu decyzja zapadła. Przez kilka miesięcy Gabryniewscy szukali pracy. Dzieci były dla nich ogromną podporą. – To kwestia czasu – mówi syn Sławek. Taka sytuacja nie może trwać wiecznie.

Koniec z drogiymi suplementami

Gdy w listopadowy wieczór Lila odebrała telefon od przyjaciółki, nie przypuszczała jak szybko spełnią się słowa syna. Jola Bednarkiewicz zadzwoniła, aby podzielić się dobrą wiadomością: – Mam preparat ziołowy, który pozwoli wam zrezygnować z innych suplementów. – Jola wiedziała, że dla nas profilaktyka zdrowotna jest bardzo ważna – tłumaczy Lila. Ostatnio jednak wydatki na witaminy były poważnym obciążeniem. Po spotkaniu z Jolą, Lila wróciła z butelką Alveo. – Przeczytałam skład preparatu i zdecydowałam odrzucić

inne suplementy. Janusz zrobił to samo. – Dzięki systemowi zniżek proponowanemu przez firmę Akuna będziemy mogli pić Alveo za darmo – cieszyła się Lila. – To



był nasz pierwszy cel – wspomina Janusz.

Zdrowie i godziwa pensja

Wydarzenia potoczyły się błyskawicznie. – Alveo cieszyło się dużym zainteresowaniem wśród naszych znajomych, więc rozpoczęliśmy współpracę z Akuną. Dzieci postanowiły pomóc.

– Jeszcze w listopadzie odsprzedaliśmy 93 butelki Alveo – wspomina Janusz. Gabryniewscy codziennie organizowali spotkania i prezentowali

produkt. Sami byli najlepszą reklamą. Stan zdrowia całej rodziny szybko poprawił się. Janusz przestał narzekać na nerki i alergię, a u Lili ustąpiły dolegliwości je-

lit. Znajomi potwierdzali skuteczność preparatu. – To było dla nas dodatkową mobilizacją – mówi Lila.

Pierwsze sukcesy

Wraz ze wzrostem sprzedaży preparatu pojawiły się pierwsze sukcesy – nominacje na pozycje w firmie – Byłam bardzo szczęśliwa – wspomina Lila. Cieszyłam się, z naszego sukcesu oraz z tego, że pomagamy innym roz-

wiązać problemy zdrowotne i finansowe. Kiedy Tomek Kwolek, Prezes Akuna Polska Sp. z o.o. przedstawił nam program „Auto” nie wierzyłem, że się uda – wspomina Janusz. Odsprzedanie 400 butelek

Warto przeczytać, polecają Gabryniewscy:

„Do zobaczenia na szczycie” Zig Ziglar wyd. Medium W-wa 1995

„Sekret milionera” Frank Fisher wyd. Medium W-wa 1992

„Jak zdobyć przyjaciół i zjednać sobie ludzi” Dale Carnegie wyd. Emka W-wa 1994

miejszynie? – To odległa przyszłość.

Lila była bardziej entuzjastyczna. Co miesiąc pokazywała mi faktury i cieszyła się



ze wzrostu obrotu. Janusz był ostrożny: – Poczekajmy jeszcze – powtarzał. Gdy w lipcu 2002r. obrót wynosił 840 butelek, dał się przekonać. Odbiór samochodu był bardzo uroczysty. W salonie Forda w Bielsku Białej Gabryńskich przywitał prezes Akuny. Wylaliśmy morze szampana na samochód. I nie tylko... – uśmiecha się Janusz. Niedługo do grona szczęśliwych kierowców dołączyli Janusz i syn Sławek, który zajmuje już pozycję Dyrektora Sieci Krajowej. Ela i Irek także idą w ślady rodziców.

Pani Vice President

W styczniu br. nastąpiła najważniejsza nominacja Lili – na Vice Presidenta. To pierwsza taka pozycja w Polsce. – Na gali Akuny w Brnie, byłam tak zdenerwowana, że powtarzałam jak się nazywam i skąd jestem, w obawie, że zapomnę – wspomina pani Vice President. Gdy stałam przed tysiącem osób ugięty się podę mną nogi i zaschło mi w gardle. Nie wiem, czy wymieniłam wszystkich, którym chciałam podziękować.

Spełnione marzenia

Nasza rodzina wiele osiągnęła dzięki wspólnemu wysiłkowi. Krok po kroku realizowaliśmy zamierzone cele. Od pierwszej darmowej butelki, poprzez zaspokojenie potrzeb, spłaceniu długów, aż do najważniejszego poziomu w firmie. Nareszcie możemy spełnić nasze marzenia – mówi Janusz. Nie zapomnę min dzieci, kiedy po powrocie ze szkoły zobaczyły w swoich pokojach komputery – wspomina Lila. Tak długo o nich marzyły. W wakacje byliśmy w Londynie. To pierwszy urlop od trzech lat. Teraz mamy jeszcze więcej chęci do pracy.

Katarzyna Mazur

Lila i Janusz Gabryńscy radzą.

Sukces osiągniesz jeśli:

- nie poddasz się, gdy pojawią się pierwsze trudności;
- uwierzysz w to, co robisz;
- będziesz szczerzy i rzetelny;
- wyznaczysz sobie cel i postarasz się go realizować krok po kroku;
- skorzystasz z pomocy sponsora, który pomoże ci na twojej drodze do sukcesu.

DO PRZODU!!!

Przez 13 lat Jerzy czekał na taki produkt jak Alveo.

– Ziołami interesuję się od dawna – mówi Jerzy Pierchalski z Łodzi. W 1995r. ukończyłem kurs, który umożliwił mi otwarcie sklepu zielarskiego. Nie było to jednak łatwe. Zaczynałem od zera.



Nie miałem żadnych środków finansowych. Bank nie chciał mi udzielić kredytu. Mimo trudności nie poddałem się i w końcu osiągnąłem cel. Pięć lat później udało mi się otworzyć przychodnię medycyny niekonwencjonalnej. Byłem bardzo zapracowany, ale szczęśliwy.

Telefon od nieznanego

W maju br. do Jerzego kilkakrotnie dzwonił nieznanomy. Prosił o spotkanie. Wiedział, że Jerzy interesuje się zielarstwem i chciał mu zaprezentować nowy produkt. – Byłem wtedy bardzo zajęty, ale zgodziłem się, dla świętego spoko-

ju – wspomina Jerzy. Ów nieznanomy, Wiesław Dobrowolski, pokazał Jerzemu preparat Alveo. – Gdy przeczytałem pozytywną opinię Instytutu Roślin i Przetworów Zielarskich oraz opinię prof. Lutomskiego, którego znam z czasów kursu zielarskiego, wiedziałem, że to musi być dobry produkt. Kupiłem 12 butelek. Od dnia tamtego spotkania, cała moja rodzina pije Alveo codziennie.

Lider po 4 dniach

Już cztery dni później Jerzy kupił swoją sześćdziesiątą butelkę. – Nie sądziłem, że preparat będzie cieszył się takim zainteresowaniem – tłumaczy Jerzy. Obrót zwiększał się w zawrotnym tempie. Moje dochody również – uśmiecha się.

Miesiąc później Jerzy został liderem dywizji, a niedługo potem odebrał samochód w siedzibie Ford Auto Boss w Bielsku Białej.

Sportowy sukces

Dobra sytuacja finansowa Jerzego sprawiła, że postanowił zostać sponsorem drużyny piłkarskiej. – Drużyna z mojego rodzinnego miasta przeżywała poważny kryzys – tłumaczy. Postanowiłem pomóc. Paweł Parteka, trener ekipy był bardzo zadowolony. Drużyna oprócz zastrzyku finansowego, dostała również zastrzyk ziołowy – uśmiecha się Jerzy.

Teraz Alveo Rokita Rokitnica zajmuje szóstą pozycję w grupie i wytrwale walczy o awans do klasy A. – Jestem szczęśliwy z sukcesu mojego i drużyny – mówi Jerzy – Życie to ciągła walka. A my walczymy po to, aby wygrywać.



Agnieszka Piórkowska

ODKRYJ SWOJE MOŻLIWOŚCI



Olek Karczewski z Gdyni

TAJEMNICA SUKCESU ZAWODOWEGO, CZYLI KILKA SŁÓW O POZYTYWNYM MYŚLENIU I EFEKTYWNEJ PRACY

Czy zastanawialiście się kiedyś, dlaczego jedni ludzie, mimo dużego potencjału intelektualnego i pracowitości mają kłopotliwą pracę, są niezadowoleni ze swoich zarobków i pozostają bez szans na awans, natomiast inni, przy takich samych możliwościach umysłowych i równie wytężonej pracy odnoszą sukcesy zawodowe i z powodzeniem łączą pracę z życiem rodzinnym?

Wyobraźcie sobie zawodników na starcie, którzy mają podobne możliwości, ale inne nastawienie do swojego zwycięstwa. Okazuje się, że najczęściej

wygrywają ci, którzy mają dużo wiary we własne zwycięstwo.

Co decyduje o sukcesach zawodowych:

- znajomość produktu, który się sprzedaje i przekonanie, że jest dobry
- pogłębianie wiedzy i doskonalenie umiejętności
- nastawienie na sukces
- wiara we własne siły
- stawianie sobie realnych celów
- upór i cierpliwość
- docenianie swoich, nawet małych sukcesów
- umiejętność ponoszenia porażek i traktowania ich jako informacje, nad czym należy jeszcze popracować i co należy zmienić.

Jak rozbudzić w sobie motywację do odniesienia sukcesu zawodowego:

1. Pomyśl, jakie sukcesy zawodowe możesz osiągnąć w swojej pracy.
2. Spróbuj przyzwycząć się do myśli, że jest to coś, co możesz osiągnąć.
3. Przypomnij sobie swoje poprzednie osiągnięcia w pracy, w szkole, w życiu prywatnym (powinno Cię to przekonać, że Ty też wiele potrafisz).
4. Zastanów się, czy w obecnej pracy odniosłeś już jakiś mały sukces.
5. Załóż sobie specjalny kalendarz. Na początku napisz, co chcesz osiągnąć. To będzie twój cel główny. Podziel drogę do jego osiągnięcia na kilka etapów. Pamiętaj, aby dać sobie dostatecznie dużo czasu na realizację zadań na każdym etapie. Każdego dnia zapisuj sobie sukces, nawet ten najdrobniejszy. Gdy poczujesz znużenie i zniechęcenie, zacznij czytać to, co wcześniej zapisywałeś. To powinno utwierdzić Cię w przekonaniu, że jedna porażka nie przekreśla poprzednich osiągnięć.
6. Nie oczekuj sukcesu zbyt szybko; do niektórych celów prowadzi długa i wyboista droga.
7. Przypomnij sobie kilka trudnych sytuacji z Twojego życia, z którymi sobie poradziłeś. Potem pomyśl:

„Skoro poradziłem sobie z tym, to dlaczego nie mam pokonać tych trudności?”.

8. Wystrzegaj się bezkrytycznego porównywania siebie z innymi. Absolwent rozpoczynający pracę nie powinien porównywać się z kimś, kto pracuje kilka lub kilkanaście lat w danym zawodzie. Taki profesjonalista może być dla niego wzorem, nauczycielem, ale nie może służyć jako porównanie. W biegu maratońskim nie biorą przecież udziału mężczyźni i dzieci równocześnie.
9. Naucz się planowania swojej pracy.
10. Pracuj systematycznie. Zaległości nie wpływają korzystnie na nasze samopoczucie, gdyż stanowią pewnego rodzaju obciążenie psychiczne. Uniemożliwiają też zajęcie się sprawami bieżącymi.
11. Zastanów się, czy nie wyolbrzymiasz niektórych swoich pomyłek lub niedociągnięć w pracy. Każdy ambitny człowiek dąży do perfekcji, ale pomyłki zdarzają się nawet mistrzom.

Grażyna Domalewska



Anna Reglińska z Bolszewa

NETWORK MARKETING

Bazą firmy działającej w systemie network marketingu jest produkt bądź usługa, której nie można nabyć w tradycyjnej formie sprzedaży. Produkt trafia bezpośrednio od producenta do klienta, dzięki czemu jest dla niego wyjątkowo atrakcyjny cenowo. Finansowe oszczędności (brak reklamy, pośredników hurtowych i detalicznych) tworzą dochód, czyli prowizję pracownika networku. Wielkość dochodu zależy wyłącznie od efektywności pracownika – to on decyduje o tym, czy, jak i ile sprzedaje. To pracownik dokonuje również wyboru, czy będzie tworzył tzw. własną strukturę (grupę ludzi pracującą w tym samym networku, mającą wspólny cel, jakim jest sprzedaż produktu lub usługi klientom) i razem tworzyć wspólny obrót. Solidność i wysoka jakość postępowania w network marketingu pozostaje zawsze taka sama — ktoś poznaje produkt przez osobę pracującą w networku oraz sprzedającą produkt i kupuje go. Zadowolenie klienta przynosi się na dalszych klientach, którym produkt polecono. Polecenia stanowią bazę kontaktów dla sprzedawcy. To sprzedawca decyduje o tym, czy jego biznes będzie stanowił solidny dochód dodatkowy, czy jedyne źródło dochodu z nieograniczonymi możliwościami. Network marketing ma też taki atut, że jest niezależny od kolejnych kryzysów w gospodarce, redukcji pracowników, bankructw i fuzji firm oraz nastrojów szefa.

Zalety network marketingu w telegraficznym skrócie:

- nie wymagana jest wiedza wstępna
- wiek nie ma znaczenia
- prosta rejestracja
- natychmiastowy dochód
- nie ma zwierzchników
- nie ma ograniczeń terenowych
- biznes międzynarodowy
- nie wymagane są kwalifikacje
- zawód nie ma znaczenia

- nie wymagany jest kapitał startowy
- stałe prowizje
- dowolny udział czasu
- żadnych ograniczeń kariery
- nie ma ograniczeń w dochodach
- uznanie społeczne

Pomimo, iż forma sprzedaży bezpośredniej ma w Ameryce długą tradycję, jej rozkwit nastąpił w 1979 r., kiedy zapadł wyrok na korzyść firmy Amway. Od roku 1970 Amerykański Urząd Nadzoru Handlu prowadził dochodzenie, czy wielopoziomowy system sprzedaży – network marketing czy multi-level-marketing – ma znamiona nielegalnego systemu piramidalnego. Wyrok zapadł na korzyść Amway. W połowie lat 80, wielkie amerykańskie firmy rozpoczęły ekspansję na cały świat. Do Europy weszły przez Wielką Brytanię.

– Żadna inna gałąź przemysłu nie może wykazać się tak stałym wzrostem, który ma swój wymiar w często dwucyfrowych punktach procentowych i to już ponad 23 lata.

– W Ameryce istnieje około 2 tys. firm network marketingowych

– Około 120 firm działających w branży sprzedaży bezpośredniej jest notowanych na giełdzie.

Pionierska faza polskiego networku zmierza ku końcowi. Duży krok do przodu w systemie sprzedaży sieciowej, większość krajów europejskich zrobiła po upowszechnieniu internetu. Umożliwił on regionalną, krajową i międzynarodową ekspansję. Umożliwia też szybką rejestrację on-line, gwarantuje szybki i stały dostęp do nowości, informuje o wydarzeniach w marketingu na świecie, umożliwia prezentację biznesową na całym świecie, wspomaga networkowca w jego codziennej pracy.

Oprac. AS

Przy pisaniu artykułu korzystaliśmy z tekstu Many Loya „Odczarowanie network marketingu”.



SONDA – MOJA RECEPТА NA STRES

Jak poradzić sobie ze stresem radzi Ewa Adamczewska z Rumi oraz jej dwie córki Julia i Paulina. Od roku cała rodzina współpracuje z firmą Akuna.



Ewa Adamczewska

Najlepiej zająć się tym, co się lubi. W moim przypadku jest to kąpiel z wonnymi olejkami, połączona z relaksującą maseczką na twarz. Świetne działanie odstresowujące ma też zjedzenie pudełka pysznych lodów – pod warunkiem, że zapomina się w tej chwili o idealnej figurze. W takich momentach udaje mi się zapomnieć o wszystkim – czasem też o tym, o czym powinnam pamiętać. W krytycznym momencie, kiedy stres się nawarstwia funduję sobie po prostu podwójną porcję Alveo, zieloną herbatkę i dawkę witaminy C.



Julia Adamczewska

Są dwie rzeczy, które pomagają mi zapomnieć o problemach – czekolada, najlepiej mleczna i muzyka, najlepiej lekki rock. Połączone razem dają świetne efekty. Gdy nie pomagają, staram się trochę zdrzemnąć, by na moment zapomnieć o stresie, związanym ze szkołą. Kiedy mam więcej czasu wybieram się na przejażdżkę rowerem lub spacer.



Paulina Adamczewska

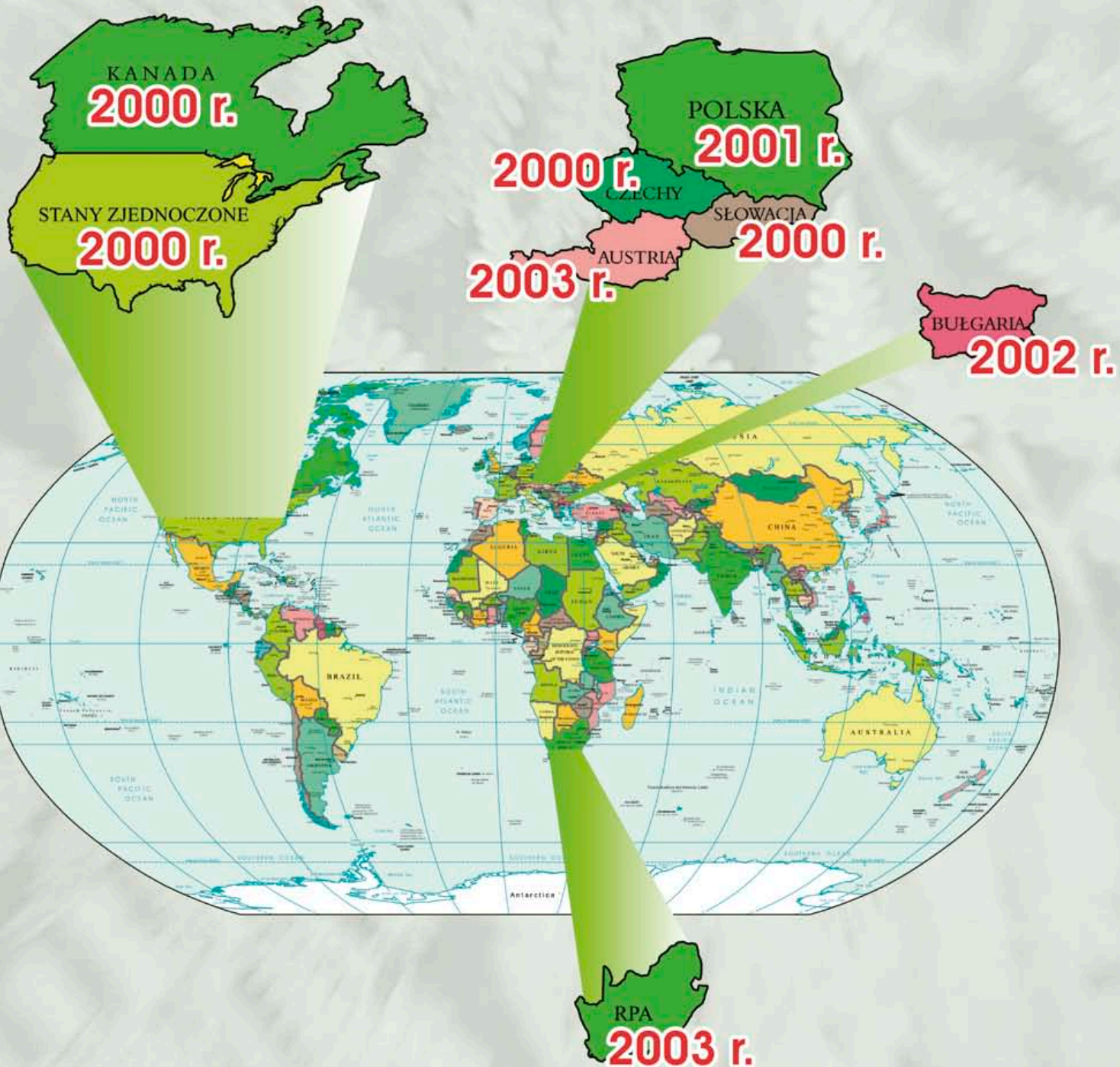
Kiedy jestem mocno zdenerwowana idę na długi spacer z psem do pobliskiego lasu. Mam też inną niezawodną metodę – granie w piłkę nożną. Gramy na boisku ze znajomymi. Dobrym relaksem jest też mecz piłki nożnej w telewizji – najlepiej, kiedy gra moja ulubiona drużyna AC Milan. Meczów z udziałem polskiej reprezentacji wolę nie oglądać, bo mają raczej odwrotne działanie.



Akuna®

Health & Success

na świecie



Akuna rozwija się dynamicznie. Każdego dnia na całym świecie przybywa osób, które odkrywają zbawiennie działanie preparatu Alveo oraz podnoszą jakość swojego życia, dzięki satysfakcjonującej pracy.