

zdrowie I SUKCES

kwartalnik nr 4 (4) październik 2004

ISSN 1732-0186

cena 4,50 zł

 **Akuna**
Health & Success

Zadbaj o zdrowie dziecka
pediatra radzi

Odzyskałam sprawność
Blanka Wielińska

Karaiby
Tortola – wyspa żółwi

Alveo przywraca równowagę
wywiad z dr. Jaromirem Bertlikiem

MOTO GRAND PRIX 2004



Nagroda dla najlepszych

Pod koniec sierpnia br. w Brnie odbyła się impreza MOTO GRAND PRIX 2004. Z Polski pojechało pięciu partnerów AKUNYPOLSKA: Paweł Borecki i Małgosia Krzysztofik z grupy Jana Brykczyńskiego,

Krzysztof Witkowski oraz Marzenka i Wiesiu Wadelscy. Reszta osób była partnerami AKUNY CZECHY i AKUNY SŁOWACJA. Ich wyjazd zasponsorowała firma AKUNA. Była to nagroda dla zwycięzców ogłoszonego w lipcu konkursu. Całe spotkanie rozpoczęło się od uroczystej kolacji (z szampanem) w hotelu oddalonym od Brna o 20 km. Krótką, 5-minutową przemowę wygłosił Rene Lelak – wiceprezes AKUNY KANADA. Rano rozpoczęły się treningi zawodników. Naj-

pierw polska ekipa została oprowadzona po parku maszynowym przez przewodnika. AKUNA zadbała o wszystko: nagrodzeni mieli pełne wyżywienie, mogli korzystać praktycznie z wszelkich przywilejów, jakie przysługują gościom specjalnym. Oglądali przygotowania

zawodników do wyścigów, przypatrywali się, jak mechanicy ustawiają parametry w motorach.



Skorzystaliby również z przejażdżki na skuterku po torze przylegającym do głównego toru. Dzięki temu mogli z bliska zobaczyć, jak zawodnicy wykonują skręty przy prędkości 100 km/h.

Po dniu obfitującym w tak wielkie wrażenia, nagrodzeni pojechali do miasta Znojmo – niedaleko granicy austriackiej – poprobować wspaniałych win. W niedzielę z rana rozpoczęły się Mistrzostwa Świata GRAND PRIX BRNO 2004. – CÓŻ TO ZA PRZEŻYCIE!!! TEGO NIE DA SIĘ OPOWIEDZIEĆ, TO TRZEBA ZOBACZYĆ!!!! – mówili uczestnicy. Szczególne podziękowania kierują w stronę prezesów polskiej AKUNY – Tomka Kwołka i Bogusia Dudzika, z którymi mieli okazję lepiej się poznać i wymienić doświadczenia. AS

**Alveo jest polecane sportowcom.
Zostało ono zaaprobowane przez
organizację antydopingową.**





Szanowni Państwo!

Na początku obiecaliśmy, że zostaniemy wzorową network marketingową firmą i dziś mogę z czystym sumieniem powiedzieć, że dotrzyaliśmy słowa. W ciągu minionych miesięcy prowadzone były intensywne działania organizacyjne, przygotowujące naszą spółkę do samodzielnego, bardziej efektywnego funkcjonowania na polskim rynku. Wprowadziliśmy nowoczesny system finansowo-księgowy i przyjęliśmy nowych pracowników do naszego biura. Trwały intensywne prace, związane z wprowadzaniem systemu zarządzania jakością ISO 9001:2000, które zakończyliśmy 8 września 2004 r. pomyślnym audytem. Wszystko to pozwala na stwierdzenie, że jesteśmy

w pełni przygotowani do samodzielnego działania na trudnym, bardzo wymagającym rynku polskim. Obliguje nas to do ciągłego podnoszenia kwalifikacji naszej załogi, pilnego śledzenia postępu technicznego i organizacyjnego. Chcemy być potrzebni, dlatego świadczymy swoje usługi na najwyższym poziomie, a satysfakcja Wasza i Partnerów jest dla nas dowodem ogromnego uznania. Zapewniamy, że do Waszej dyspozycji stawiamy naszą wiedzę, umiejętności, profesjonalizm i otwarcie personelu na Państwa potrzeby. Pamiętajcie, że pomaganie innym i wytrwałość to droga do sukcesu w Waszym biznesie.

Życzę Wam dużo zdrowia i sukcesów

Bogusław Dudzik

Wiceprezes Akuna Polska Sp. z o.o.

ISO 9001:2000 dla Akuny

W styczniu 2004 roku Akuna Health Products Inc. Canada uzyskała certyfikaty potwierdzające pomyślnie wdrożenie norm i standardów zarządzania i kontroli jakości ISO 9001:2000, zestaw procedur produkcyjnych, nastawionych w szczególności na higienę produkcji oraz zapobieganie wytwarzaniu produktów niespełniających wymagań jakościowych GMP „Good Manufacturing Practice” (Dobra Praktyka Produkcyjna) oraz system, który pomaga zidentyfikować wszystkie zagrożenia, mogące mieć wpływ na bezpieczeństwo zdrowotne oraz skutecznie nadzorować Krytyczne Punkty Kontroli HACCP (Hazard Analysis and



Critical Control Point). Również poszczególne oddziały firmy Akuna przystąpiły w tym roku do procesu wprowadzania systemu zarządzania jakością ISO 9001:2000. W przypadku Akuna Polska starania te zakończyły się pomyślnie 8 września 2004 r. uzyskaniem certyfikatu po przeprowadzonym audycie. Zarząd firmy kładł nacisk nie tylko na sam fakt uzyskania certyfikatu jakości, ale przede wszystkim na wprowadzenie w życie rzetelnego i w pełni funkcjonalnego systemu, który pozwoli świadczyć usługi na najwyższym poziomie. Najlepszą oceną starań jest zadowolenie naszych klientów.

Spis treści

Medycyna: str. 6 i 7 Alveo przywraca równowagę – dr Jaromir Bertlik; str. 10 i 11 Alveo od kołaski – Pediatra radzi; str. 14 i 15 Alveo + ruch = zdrowie – Zastosowanie w rehabilitacji; **Reportaże:** str. 2 Moto Grand Prix 2004; str. 4 i 5 Życia firmy; str. 8 i 9 Podjęłam walkę z chorobą – Małgorzata Mazurek; str. 12 i 13 Odzyskałam sprawność – Blanka Wielińska; str. 17 Sprawdzić siebie; **Podróże:** str. 20 i 21 – Tortola – wyspa żółwi; **Porady:** str. 18 Zaczynamy od listy – Marek Wawrzeńczyk radzi; str. 19 Samochody – nowości w ofercie; **Kariera:** str. 16 Rodzinny biznes – Państwo Witkowscy; **Informacje:** str. 3 Słowo wstępne; ISO 9001:2000; str. 22 Informacje z biura; str. 23 Szczeble sukcesu; str. 24 Certyfikat ISO

Nowa szkoła w Kwaśniowie

Dla dzieci



Aleksander Kwaśniewski

Na początku września br. Prezes Tomasz Kwolek i Wiceprezes Bogusław Dudzik wzięli udział w uroczystym otwarciu Szkoły Podstawowej w Kwaśniowie koło Olkusza. Firma Akuna dołożyła małą cegiełkę, dzięki której mogło powstać boisko. To właśnie na nim odbywała się uroczystość. Fundatorem szkolnej sali komputerowej był sam Prezydent RP Aleksander Kwaśniewski, który osobiście przybył na inaugurację. Najważniejszym momentem uroczystości było wbicie do tarczy pamiątkowego herbu przez prezydenta. Tuż pod pierwszym herbem został wbity herb Akuny. Decyzję o budowie szkoły podjęto w 2000 roku. Dotychczasowy budynek pochodził z początku lat 50. ub. wieku



Tomasz Kwolek



Bogusław Dudzik

i został adaptowany ze strażnicy Ochotniczej Straży Pożarnej. Nadal mieszczą się w nim garaże tej jednostki. Przed ośmiu laty ekspertyza wykazała, że budynek jest w fatalnym stanie technicznym i nadaje się tylko do rozbioru. Prace budowlane przy nowo powstającej szkole rozpoczęły się przed trzema laty. Ich koszt wyniósł 4,2 mln zł i został pokryty z budżetu gminy oraz z funduszy przekazanych przez sponsorów. Budynek ma dwie kondygnacje i jest podpiwniczony. Patronem szkoły jest Unia Europejska.



Aleksander Kwaśniewski przekazuje sztandar

AS

W trosce o zdrowie i bezpieczeństwo

Odblaski z Akuną



Dorota Stalińska od lat walczy o bezpieczeństwo pieszych na drodze. W ten sposób spłaca dług za darowane życie. Sama była ofiarą wypadku samochodowego i długo walczyła o powrót do aktywności. Przysięgła, że zrobi wszystko, by ocalić innych. Rocznie w Polsce na drogach ginie około 8 tys. ludzi, w tym około 2 tys. dzieci. Fundacja Nadzieja, założona przez Dorotę Stalińską, zaopatruje dzieci w odblaski, co sprawia, że są bardziej widoczne dla kierowcy. Droga hamowania samochodu jadącego ze średnią prędkością wynosi 40 metrów, jeśli dziecko idące poboczem ma na sobie odblask, staje się widoczne już z odległości 150-300 metrów – to daje kierowcy szansę na zareagowanie. Firma Akuna Polska

od niedawna stała się partnerem Fundacji Nadzieja we wspólnej akcji pod hasłem „Zdrowo i Bezpiecznie”. – Cieszę się, że Prezesi polskiej Akuny rozumieją ten problem i działanie na rzecz bezpieczeństwa na drodze stało się również ich celem – mówi Dorota Stalińska. – Alveo ratuje ludzkie zdrowie, odblask ratuje ludzkie życie. Można więc powiedzieć, że Akuna i Nadzieja = zdrowo i bezpiecznie.

Z Dorotą Stalińską będziemy mogli się spotkać w Wiśle, na grudniowym szkoleniu Akuny. Pani Dorota odwiedzi nas z niespodzianką.

Grażyna Michalik

Spotkanie integracyjne

Warsztaty w Wiśle



Wykład dr. Jaromira Bertlika



Prezes Tomasz Kwolek, Julian Kowalski nowy Vice President, Leokadia Gabryniowska, Wiceprezes Bogusław Dudzik



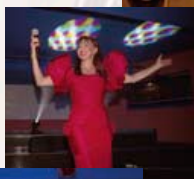
Dyrektorzy Sieci Międzynarodowej



Dyrektorzy Sieci Krajowej

W czerwcu, w malowniczo położonej Wiśle odbyły się warsztaty firmy Akuna. Do Hotelu Gołębiowski przyjechało ponad 600 osób. Były wykłady fachowców, wyróżnienia dla najlepszych, wieczorna zabawa z udziałem gwiazd, loteria fantowa oraz możliwość wymiany doświadczeń. Kolejne spotkanie, które odbędzie się już w grudniu w Wiśle, zapowiada się również interesująco.

Ewa Kuklińska
– gwiazda wieczoru



Dorota Stalińska i Marek Wawrzeńczyk



Szczęśliwi zwycięzcy loterii fantowej

Dyrektorzy Sieci Regionalnej



Alveo przywraca równowagę

Rozmowa z dr. Jaromirem Bertlikiem o zdrowiu, profilaktyce i harmonii w organizmie

– Współczesna medycyna bardzo szybko się rozwija, dysponuje coraz większymi możliwościami, a mimo to liczba chorych wzrasta. Czym spowodowana jest taka sytuacja?

– Na pogorszenie zdrowotnej kondycji naszego społeczeństwa wpływa styl życia. Zbyt duże tempo, chemia spożywcza, brak czasu na relaks. Produkty, które zjadamy, są teraz gorszej jakości niż przykładowo 50 lat temu, coraz więcej ludzi dostaje np. alergię na mleko i produkty mleczne. To dlatego, że w przemyśle spożywczym i rolnictwie używa się antybiotyków, hormonów i różnego rodzaju chemikaliów. Ludzie w pożywieniu przyjmują bardzo dużo toksyn. Organizm nie może sobie z nimi poradzić. To jest przyczyną powstawania wielu chorób.

– Jaki wpływ na stan zdrowia ma nasza psychika?

– Bardzo duży, ponieważ psychika wpływa na chemię mózgu, który z kolei oddziałuje na nasze zdrowie. Często z powodu stresu dochodzi do braku równowagi w chemicznej gospodarce naszego organizmu, a to pociąga za sobą poważne konsekwencje. Musimy koniecznie znaleźć czas na higienę psychiczną, na zdrowy tryb życia i relaks.

– W jaki sposób Alveo oddziałuje na centralny układ nerwowy?

– Jednym z głównych celów Alveo jest oczyszczenie organizmu, zwłaszcza wątroby i układu trawienno-go. Wątroba to swojego rodzaju system filtracyjny, razem z płucami i nerkami wychwytuje toksyny i je usuwa. Kiedy w organizmie jest mniej toksyn, łącznie z centralnym układem nerwowym, jest on czystszy i lepiej funkcjonuje. Wpływa to dodatkowo na przestrzenie międzykomórkowe, są one lepiej dotlenione. Poprawia się również metabolizm tlenu, wodoru, minerałów i wszystkich innych substancji.



Dzięki temu człowiek lepiej się czuje, bo cały organizm jest właściwie dotleniony i dożywiony.

– Jak Alveo poprawia proces homeostazy?

– Homeostaza to stabilna równowaga reakcji chemicznych w organizmie. Komórki muszą jak najlepiej wykorzystywać dostarczane składniki odżywcze, wówczas dobrze funkcjonują. Ale jeśli brakuje jakiegoś elementu, np. potasu, magnezu czy sodu, pojawiają się problemy. Komórki akumulują go wewnątrz siebie, a my czujemy się źle – jakbyśmy byli spuchnięci. Jeśli natomiast jakiś składnik ucieka z komórek, zaczynamy się jakby kurczyć, co ma negatywny wpływ na nasze zdrowie. Trzeba utrzymać organizm w stabilnym stanie. Głównym zadaniem Alveo jest oczyszczenie przestrzeni międzykomórkowych ze wszystkich niepotrzebnych składników i utrzymanie optymalnego dopływu odżywczych substancji do komórek.

– Skąd biorą się alergie?

– Alergia to zaburzenie w układzie immunologicznym i jest ona uzewnętrznieniem problemów zdrowotnych. Głównym celem stosowania Alveo jest oczyszczenie układu trawiennego. Obrazowo można go porównać do rur w budynku, które używane przez wiele lat brudzą się i wszystko, co przez nie przepływa, nawet jeśli jest czyste, pozostawia mały osad, zwiężający coraz bardziej ich średnicę. Substancje odżywcze są dostarczane do organizmu poprzez jelita. Jeśli powstają w nich osady, składniki te nie przedostają się do organizmu i wówczas wszystkie układy, łącznie z immunologicznym, zaczynają szwankować. Mogą pojawić się problemy przy wytwarzaniu specjalnych białek, immunoglobulin i stajemy się wrażliwi na poszczególne elementy pożywienia albo takie czynniki, jak np. kurz, trawa czy sierść. Immoglobuliny produkowane są w części jelita cienkiego. Jeśli w tym obszarze gromadzą się toksyny, to transport immunoglobulin do całego organizmu staje się niemożliwy. Alveo jest bardzo dobrym, łagodnym środkiem oczyszczającym go z tych toksyn.

– Często ludzie kupują preparat schorowanym rodzicom. Tymczasem prowadzą podobny tryb życia i nie zdają sobie sprawy, że mogą również zachorować. Czy Alveo może temu zapobiec?

– Tak bywa, że pomagamy innym, ale zapominamy, aby przede wszystkim zadbać o swoje zdrowie. Lepiej zapobiegać chorobom, niż czekać, aż konieczna będzie interwencja lekarza. Należy zrozumieć, że na co dzień wdychamy i wchłaniamy z pożywieniem coraz więcej toksyn. Jeśli wątroba i nerki nie mogą sobie z nimi poradzić, kumulują się one w organizmie, krążą we krwi i spowalniają jego procesy życiowe. Rozwijamy się do około dwudziestego piątego roku życia, a potem zaczynamy się starzeć, tak więc funkcje organizmu stają się coraz wolniejsze. Dlatego coraz więcej ludzi ma problemy ze zdrowiem. Jeśli zawczasu nie zaczniemy o siebie dbać, nie powinniśmy się dziwić, że w wieku 50 lat zaczniemy chorować.

– Czy przyjmowanie Alveo nie koliduje z terapią lekową?

– Pijąc Alveo nie należy odstawiać zaleconych wcześniej leków. Jednak po 2-4 miesiącach, kiedy samopoczucie, stan zdrowia i wyniki badań się poprawiają, należy skonsultować z lekarzem ilość przyjmowanych leków. Jedynymi przeciwwskazaniami do picia Alveo są sesje chemioterapeutyczne w leczeniu chorób nowotworowych. Ta terapia wpływa na układ immunologiczny. Powstałoby więc błędne koło: z jednej strony wzmacnianie, a z drugiej osłabianie. Kolejnym przeciwwskazaniem jest picie Alveo bezpośrednio po zabiegu transplantacji organów. Natomiast w innych przypadkach możemy pić Alveo, zwłaszcza że poprzez zwiększenie powierzchni wchłaniania w organizmie preparat wspomaga działanie leków.

Katarzyna Piotrowska



To kwestia wiedzy, a nie wiary

Podjęłam walkę z chorobą

Po raz pierwszy wygrała z rakiem po operacji i chemii. Wróciła do normalnego życia. Po trzech latach choroba znowu zaatakowała. Podjęła walkę, tym razem bardziej świadomie, bo – jak twierdzi Małgorzata Mazurek – o zdrowie trzeba walczyć wiedzą.



Mieszka w Jaworznie razem z rodziną. Wiodła aktywne i szczęśliwe życie, na co dzień była zajęta pracą i domem. Aż do roku 1990, kiedy po raz pierwszy dostała skierowanie do lekarza onkologa. Powodem były bóle w piersi i okolicach tarczycy. W rodzinie zdarzały się już wcześniej przypadki zachorowań na raka, więc Małgorzata wołała nie lekceważyć tych sygnałów. Orzeczenie lekarskie brzmiało: mastopatia lewej piersi, zespół włóknisto-torbielowaty. Została skierowana na kolejne badania. Okazało się, że zarówno po prawej, jak i po lewej stronie tarczycy występują małe torbiele. Lekarze uspokajali, że to nic groźnego, należy jedynie regularnie kontrolować stan zdrowia.

Słabła z dnia na dzień

– Byłam cały czas pod opieką Wojewódzkiej Poradni Endokrynologicznej – wspomina Małgorzata. – Chodziłam na rutynowe badania, czułam się dobrze, aż do roku 2000. Jesienią prawa pierś mi napuchła, towarzyszył temu uciążliwy ból, który promieniował

w kierunku tarczycy. Byłam bardzo zaniepokojona. Dokonano biopsji. Okazało się, że to nowotwór złośliwy – należy szybko operować. Ze względu na młody wiek Małgorzaty lekarze odradzali wycięcie całego płata tarczycy, miała się odbyć operacja mikroskopowa na prawym płacie tarczycy. Małgorzata słabła z dnia na dzień, źle się czuła, gwałtownie chudła, rozdwajały się jej paznokcie, włosy wychodziły garściami. Nie mogła spać, miała kłopoty z oczami, dokuczały jej ciągłe zmiany nastrojów. Badanie PRL, czyli poziomu rakowych leukocytów, przeraziło ją. Normą było 66 jednostek, Małgorzata miała ich 400. Natychmiast podjęto decyzję o operacji, podczas której usunięto całą tarczycę. – Nie można było czekać – twierdzili lekarze – nowotwór złośliwy całkowicie zaatakował tarczycę.

Walka z rakiem

Małgorzata wróciła do domu i zaczęła czytać o raku. Dowiedziała się, że choroba składa się z wielu elementów, po operacji można dalej żyć, ale trzeba chcieć i należy wiedzieć jak. Rozpoczęła się kolejna faza leczenia, chemia (J131). Wypadły jej włosy, przeżyła ciężką depresję. – Przez trzy miesiące nikt nie zapukał do moich drzwi – opowiada. – Ludzie bali się mojej choroby. Czułam się bardzo samotna. Jednak Małgorzata się nie poddała. Poznawała specyfikę nowotworu i próbowała go „zrozumieć”. – Z rakiem trzeba walczyć wiedzą – mówi. – Chciałam dobrze zrozumieć, co dzieje się z moim ciałem, aby skutecznie walczyć o siebie. Była pod stałą kontrolą lekarzy, choroba się wyciszyła. Małgorzata wracała do normalnego życia.

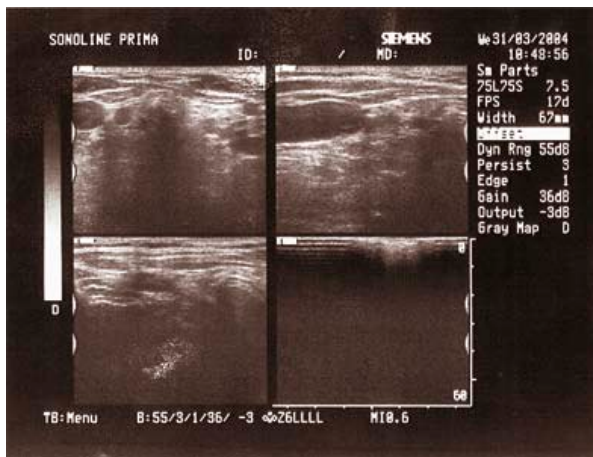
Nawrót choroby

Minęły trzy lata i rak znowu dał znać o sobie. Wyniki się pogarszały. Bała się najgorszego – jeśli nowotwór zaatakuje węzły chłonne, nastąpi operacja ich usunięcia, wówczas będzie mniejsza szansa na wyzdrowienie. Badanie USG wykazało opuchnięte trzy węzły chłonne. Rozpoczęło się leczenie, po-

czątkowo farmakologiczne. Małgorzata starała się nie myśleć o zagrożeniu. Wzięła na siebie dużo obowiązków. Do ich domu wprowadziła się chora ciocia, opiekowała się też małą wnuczką. – Kiedy nie mogłam wytrzymać bólu – wspomina – zamykałam się w łazience, odkręcałam wodę i płakałam w samotności. Tak bardzo chciałam żyć.

Alveo na próbę

Na początku listopada 2003 roku Małgorzatę odwiedziła znajoma – Maria Brańka-Bednarz – i opowiedziała jej o Alveo. – Nie chciałam słuchać – wspomina Małgorzata. – Wydawało mi się to nierealne. Czekałam tylko, kiedy Maria wyjdzie. Jednak koleżanka zostawiła butelkę ziół: „Pij, wiem, że jest ci to potrzebne”, powiedziała wychodząc. Małgorzata była osłabiona, czuła, że choroba znowu uderzy, a organizm potrzebuje wsparcia. Postanowiła dowiedzieć się więcej na temat Alveo, wiadomości szukała w Internecie, w broszurach. W listopadzie zaczęła pić zioła. – Bardzo dotkliwy był dla mnie okres detoksykacji – wspomina. – Wcześniej przyjmowałam sporo leków, byłam po chemii, wiedziałam, że organizm musi się oczyścić, ale nie zdawałam sobie sprawy, ile toksyn nagromadziło się w czasie mojej choroby. Początkowo piła jedną miarkę dziennie. Po dwóch tygodniach poczuła, że wracają jej siły witalne. Rano przyjmowała lek, Eltroksim, to zastępowało brakującą tarczycę. Po półgodzinie mogła dopiero wypić Alveo. – Czułam się spokojniejsza, pełna energii, zniknęło bolesne swędzenie – wspomina Małgorzata.



Wynik badania USG pokazujący cofanie się choroby

– Wcześniej przyjmowałam już suplementy, czułam się po nich lepiej, ale gdy je odstawiałam, dolegliwości wracały. Alveo łączy w sobie oczyszczanie i dożywianie organizmu. Dlatego czułam się coraz lepiej, a zmiany były trwałe. Mijały miesiące, a stan zdrowia Małgorzaty się poprawiał.

Lekarze nie mogli uwierzyć

W marcu 2004 na onkologii przeszła kolejne badania, miały zadecydować o konieczności operacji.

– Bardzo się bałam – opowiada Małgorzata. – Poszłam na badania USG, a lekarz nie mógł uwierzyć – węzły chłonne były czyste. Na pamiątkę dostałam wynik badań. Zapytał, czy przyjmuję jeszcze coś oprócz leków, które mi zapisał. Powiedziałam, że piję Alveo, polecane również przez profesora Religę. Docent spojrział i powiedział: „Może pani pić dalej te zioła”. Dziś Małgorzata wie, że wygrała z chorobą – swoją siłą i wiedzą oraz dzięki Alveo. Węzły chłonne powróciły do normy. Małgorzata odzyskała zdrowie i wróciła do aktywnego życia. Wciąż pije Alveo. Poleca je również innym potrzebującym. – Przecież od 14 lat jestem stałą pacjentką onkologii – mówi. – Wiem, ilu ludzi potrzebuje pomocy. A o tym, jak w odzyskaniu zdrowia może pomóc Alveo, najlepiej świadczy mój przypadek.

Joanna Zakrzewska



Lekarz pediatra dr Elżbieta Deńca-Radke radzi

Alveo od kołyski



Stosowanie Alveo u dzieci jest częstą praktyką, zapobiega infekcjom i uodparnia organizm

O opinię na ten temat poprosiliśmy dr Elżbietę Deńca-Radke, pediatrę z ponad 30-letnią praktyką. Pani

doktor od ośmiu lat leczy również homeopatycznie. Stale pogłębia wiedzę z zakresu naturalnych form i możliwości leczniczych, co jest związane z szeroko pojętą profilaktyką. Konsumentem Alveo jest od lutego 2002 roku, od tamtej pory również włącza preparat do leczenia małych pacjentów.

– Czy Alveo mogą pić kobiety w ciąży?

– Ciąża to dla kobiety okres osłabienia organizmu. Zazwyczaj lekarze zalecają stosowanie chemicznych preparatów witaminowych, ale nie przynoszą one pożądanego efektu, a ich składniki odkładają się w organizmie. W swojej praktyce miałam wiele pacjentek, które zaczęły pić preparat z powodu niedokrwistości i osłabienia. Już po miesiącu ich samopoczucie znacznie się poprawiało, a następnie polepszały się również wyniki. Świetnym przykładem dobrego wpływu Alveo jest moja córka. Podczas ciąży była bardzo zapracowana, nerwowa, źle się odżywiała. Ciąża była zagrożona. Zaczęła pić Alveo w trzecim miesiącu. Dziecko urodziło się w pełni zdrowe. Kobiety w ciąży powinny pić preparat nie tylko dla wzmocnienia swojego organizmu i poprawienia

metabolizmu, ale również dlatego, że wraz z poprawą kondycji fizycznej przychodzi uspokojenie, wyciszenie, a to dla dziecka w łonie matki jest najważniejsze.

– Czy preparat można podawać niemowlętom?

– Alveo bardzo pomaga w przypadłościach wieku niemowlęcego. Np. przy ząbkowaniu, kiedy dziecko jest niespokojne, płaczące, ma kłopoty ze snem. Nie tylko uspokaja, ale również wpływa kojąco na obolałe dziąsła. Jeżeli preparat pije mama karmiąca, maluchowi nie trzeba go już podawać. Chyba że w nagłych przypadkach – np. podczas infekcji lub gdy występują zaparcia czy biegunki. Alveo pomaga uregulować florę bakteryjną przewodu pokarmowego i udrażnia jelita, w konsekwencji wspomaga trawienie i wydalanie. Zaproponowałam picie Alveo małym pacjentom cierpiącym na zaparcia. Po uporządkowaniu diety i problemów

psychicznych, na tle których powstawały zaparcia (np. tata regularnie wyjeżdżający do innego miasta do pracy), dolegliwości ustąpiły. Mój wnuczek pił preparat od drugiego miesiąca

życia. Przestały go męczyć kolki, jest silny i odporny. Nawet kiedy cała rodzina chorowała, Michaś się nie zaraził.

– Jak to jest w przypadku dzieci alergicznych, czy im również Alveo może pomóc?

– Przyczyną alergii u dzieci jest zazwyczaj nieodpowiednia dieta. Uczulenia objawiają się wysypką, dusznością, luźnymi stolcami, wydzieliną z nosa, kaszlem. Nie chodzi o to, by „zagłaskać” te objawy doraźnymi środkami, jak maści sterydowe

Dawkowanie – w zależności od stanu zdrowotnego dziecka i wagi

- Dzieci paromiesięczne – 1-2 ml dziennie
- Przedszkolaki – 3-5 ml dziennie
- Dzieci w wieku szkolnym – 10-14 ml dziennie

Jeżeli matki karmiące same piją Alveo – dzieciom nie trzeba podawać preparatu.

W razie potrzeby dawkę można powtórzyć 2-4 razy dziennie.





czy preparaty wziewne. Trzeba znaleźć przyczynę alergii – a więc najpierw zastosować odpowiednią

dietę. Następnie oczyścić organizm z toksyn i uzupełnić brakujące składniki, a w tym właśnie pomaga Alveo. Trafiła do mnie mama z dwiema córeczkami – dwu- i czteroletnią. Jedna z nich cierpiała na grzybicę przewodu pokarmowego, spowodowaną wielokrotnym podawaniem antybiotyków w infekcjach na tle alergicznym. Choć sprawa jest świeża, terapia homeopatyczna i podawanie Alveo już przyniosły pierwsze efekty.

– **Innym problemem dla matek są dzieci niejadki, czy Alveo poprawia również apetyt?**

– Brak apetytu ma często podłoże psychiczne i ważne jest, żeby poszukać przyczyn takiego buntu. Jeżeli te sprawy się uporządkuje, Alveo z pewnością wpłynie na poprawę łaknienia. Większość moich pacjentów pijących preparat nie ma już niedowagi. 10-letni Kamil, z różnymi zdrowotnymi problema-

mi, leczony wieloma lekami, na diecie bezglutenowej – już od ponad trzech lat dzięki terapii homeopatycznej otrzymywał coraz mniej leków chemicznych, aż do ich całkowitego odstawienia, od czasu zaś włączenia do kuracji Alveo nie bierze żadnych leków i może cieszyć się normalną dietą.

– **Wiek przedszkolny to zazwyczaj dla dziecka okres częstych chorób i infekcji, jak temu zaradzić?**

– Nasze pociechy narażone są w tym czasie na kontakt z chorymi dziećmi. Chodzi o to, żeby ich organizmy były na tyle silne i odporne, by nie ulegały

bakteriom. Z mojej praktyki wynika, że dzieci, które piją Alveo już od września, są mniej podatne na jesienno-zimowe infekcje. Jeśli nawet zaziębiają się, przebieg infekcji jest krótki, dużo łagodniejszy i na pewno nie wymaga leczenia antybiotykiem. Alveo możemy również podawać w ostrej fazie choroby (należy rozcieńczyć preparat z wodą i dawać kilkakrotnie w ciągu dnia), a z pewnością pomoże dziecku szybciej wyzdrowieć.

Rozmawiała Anna Szulc

Szczególnie zalecane picie Alveo

- niestrawności i choroby przewodu pokarmowego
- zmęczenie, osłabienie i brak odporności, zwłaszcza w okresie jesienno-zimowym
- alergie pod różnymi postaciami
- intensywne uprawianie sportu
- nadmierny stres



Teraz znów mogę cieszyć się życiem

Odzyskałam sprawność

Blanka Wielińska, dziś 26-letnia, pełna energii, roześmiana dziewczyna. Aż trudno uwierzyć, że do niedawna była ciężko chora. Gościec postępujący całkowicie zmienił jej życie.

Jeszcze cztery lata temu Blanka wiodła zwyczajne życie. Dobra praca, grono sprawdzonych przyjaciół, aktywnie spędzany wolny czas. Jesienią zaczęła pobolewać ją stopa. Początkowo myślała, że to z powodu niewygodnych butów. Jednak ból się nasilał i zaczął obejmować kostkę, następnie kolano, aż wreszcie wszystkie stawy. Blanka szukała pomocy u specjalistów. Dostawała leki przeciwbólowe (m.in. Ketonal Forte, Voltaren, Piroxicam), mimo to czuła się coraz gorzej. Chodzenie sprawiało jej kłopoty, nie radziła sobie z codziennymi czynnościami. Ukrojenie chleba, odkręcenie butelki czy przekręcenie klucza w zamku – to były dla niej czynności niewykonalne.

Choroba się nasilała

Wreszcie choroba została zdiagnozowana: RZS (reumatologiczne zapalenie stawów), czyli gościec postępujący przewlekły. Natychmiast rozpoczęto kurację sterydami, miała ona powstrzymać rozwój choroby i uchronić przed punkcją spuchniętych stawów. Blance zaaplikowano pokaźną dawkę sterydów (Medrol) oraz innych leków (Sulfasalazin EN, Naklofen Duo). W tym czasie dziewczyna dowiedziała się, że RZS nie da się wyleczyć. – Strasznie się czułam – wspomina. – Od zawsze miałam wielu przyjaciół, z którymi spędzałam każdą wolną chwilę. W moim życiu wiecznie coś się działo, miałam niespożytą energię. I nagle to się skończyło. Z natury jestem niepoprawną optymistką i uważam, że śmiech jest doskonałym lekarstwem na wszystko. Coraz częściej jednak śmiałam się przez łzy, dla zachowania pozorów. W końcu zabrakło mi sił, żeby dalej udawać, że wszystko jest w porządku. Nie chciałam nigdzie wychodzić, z nikim się spotykać, bo wstydziłam się swojej słabości. Czułam, że do niczego się nie nadaję, nie chciałam ludzkiej litości – wspomina.



Życie z chorobą

Blanka odizolowała się od ludzi, uczyła się żyć z chorobą. Zaczęła kupować krojony chleb, ser w plasterkach, butelkę z wodą mineralną odkręcała zębami. W pracy do pewnego czasu dawała sobie radę – zamiast dłoni używała łokci, np. aby włożyć papier do drukarki, oderwać faks itd. Niestety, choroba się pogłębiała. Lekarze zalecali kolejne leki (Sandimum Neoral, Metypred, Trexan) i dawali rady jak żyć z RZS. Mimo długotrwałego leczenia i rehabilitacji, musiała zrezygnować z pracy. Wtedy zaczęła szukać pomocy u bioenergoterapeutów. I to był pewien przełom...

Alveo przyniosło ulgę

Janusza Gocałka poznała właśnie u bioenergoterapeuty, to on opowiedział jej o Alveo. – Podeszłam do tego bardzo sceptycznie – wspomina. – Słuchałam wszystkiego z ironicznym uśmiechem i bez przekonania, w odróżnieniu od mojej mamy, która z entuzjazmem powiedziała, że zafunduje mi preparat i dopilnuje, żebym go piła regularnie. Stwierdziłam, że skoro biorę taką ilość leków, jeszcze jeden specyfik nie robi różnicy. Tak to się zaczęło, dziś jestem im wdzięczna – śmieje się Blanka. Początkowo nie odczuwała żadnej zmiany. Ale choroba nauczyła ją pokory i cierpliwości. Po 3 tygodniach picia Alveo w dawce wzmocnionej (dwie miarki dziennie, rano i wieczorem), zaczęła czuć się nieco lepiej. Ból

był słabszy, obrzęk mniejszy, poranna sztywność stawów trwała krócej. – Zaczęłam odstawić leki. W pierwszej kolejności sterydy, które powodowały największe spustoszenie w moim organizmie oraz wyglądzie. Mijały kolejne dni, a ja każdego ranka wstawałam o własnych siłach z łóżka i dobrze się czułam – opowiada. – Kolejnym krokiem było odstawienie Trexanu. Kilkakrotnie zdarzyło się, że zapominałam o Naklofenie Duo – leku przeciwbólowym i przeciwzapalnym, co oznaczało, że mogę się bez niego obejść.



Odzyskała sprawność

Blanka wróciła do życia. – Czuję się tak, jakbym narodziła się na nowo – mówi pełna entuzjazmu. – Mogę samodzielnie przygotować kanapki, odkręcić butelkę z napojem, zrobić ręczne pranie. Pierwszy raz od kilku lat bardzo aktywnie spędziłam wakacje. Wraz z mężczyzną mojego życia pokonywałam codziennie kilkunastokilometrowe trasy wycieczek, pływałam kajakiem, rowerem wodnym i spacerowałam po plaży. Blanka znowu jest pełna energii. Zaczęła planować przyszłość, marzyć, realizować swoje ambicje. Razem z mamą prowadzi sklep, w wolnych chwilach pracuje w ogródku, chętnie spotyka się z przyjaciółmi.

Docenić zdrowie

– Całe otoczenie jest pod wielkim wrażeniem poprawy mojego stanu zdrowia – stwierdza Blanka. – Zdziwionym mówię tylko jedno słowo: Alveo! Opowiadam o tym preparacie wszystkim, każdemu

go polecam. Zresztą dla ludzi, którzy znają historię mojej choroby, najlepszym dowodem skuteczności Alveo jestem ja sama! Blanka nie wstydzi się opowiadać o chorobie. O chwilach słabości i zwątpienia. Wie, jak trudno żyć będąc zdanym na pomoc innych. Ostatnio miała okazję rozmawiać o tym z całkiem obcą osobą. Pani Celina Paszkowska, która przekonała Blankę do picia Alveo, poprosiła, żeby porozmawiała przez telefon z dziewczyną cierpiącą również na RZS. – To było niesamowite – opowiada Blanka – rozmawiać z obcą osobą, z którą łączą cię te same doświadczenia: ból, niemoc, cierpienie i nazwy leków. Najważniejsze było to, że po naszej rozmowie dziewczyna zdecydowała się na podjęcie kuracji preparatem Alveo. Obiecała, że zadzwoni po wypiciu pierwszej butelki. Mam nadzieję, że moje doświadczenia pomogły jej uwierzyć w coś, co wydaje się niemożliwe, a stało się faktem: 28 ml Alveo jest w stanie zastąpić garść tabletek i ponownie przywrócić nas do życia.

Katarzyna Piotrowska

Alveo wspomaga rehabilitację

Alveo + ruch = zdrowie



Dominika i Wojciech Młodniccy z Gdyni uważają, że to równanie powinny wziąć sobie do serca osoby, które w przyszłości chcą uniknąć problemów z kręgosłupem, jak również te, które z tego typu dolegliwościami już się zetknęły

Oboje są z wykształcenia rehabilitantami (Dominika za rok kończy studia na Wydziale Fizjoterapii Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, Wojtek jest absolwentem poznańskiej Akademii Wychowania Fizycznego, Wydziału Rehabilitacji). Od początku swojej edukacji mają kontakt z pacjentem i kilkuletnią praktykę. Po negatywnych doświadczeniach z pracą w państwowej przychodni rehabilitacyjnej, postanowili założyć własną firmę, w której z każdym pacjentem spędzają tyle czasu, ile wymaga tego terapia. Wojtek w tym roku kończy również edukację w międzynarodowym instytucie Mc Kenziego. Od stycznia tego roku piją Alveo i polecają go swoim pacjentom. – Początkowo podchodziliśmy do preparatu sceptycznie. Po jakimś czasie zaczęliśmy go sami pić i byliśmy zaskoczeni jego działaniem. Pierwszym objawem oczyszczania organizmu był brązowy mocz. Z czasem zaczęliśmy lepiej sypiać, mniej się zaziębiać, a mnie po wielu latach wreszcie uregulowały się miesiączki. Później naszym pacjentom dołączaliśmy preparat do zabiegów rehabilitacyjnych, uzyskując dużo lepsze efekty w leczeniu – wspomina Dominika.

Czas na gimnastykę

Podłożem chorób kręgosłupa i stawów jest na ogół nieodpowiedni tryb życia. Do gabinetu Dominiki i Wojtka trafia wielu młodych ludzi, którzy większość dnia spędzają przed komputerem i za kierownicą samochodu. Brakuje im ruchu, który jest absolutnie potrzebny, by organizm mógł dobrze funkcjonować. Wielu z nich

ma nie tylko problemy z kręgosłupem, ale cierpi również na choroby wewnętrzne, jak np. cukrzyca, problemy z krążeniem, brak odporności. Dominika i Wojtek zalecają im odpowiednią gimnastykę i Alveo, które pomagają uporać się z większością chorób wewnętrznych. – Leczenie chorób kręgosłupa bywa długotrwałe, potrzebna jest więc cierpliwość i systematyczność. Rehabilitacja połączona z pić Alveo szybciej przynosi spodziewany efekt, po kilku tygodniach widać pierwsze plusek kuracji – z twarzy pacjentów znika charakterystyczny grymas spowodowany długotrwałym bólem. Zaczynają też chodzić mniej niedbale, przestają powłóczyć nogami, znacznie się poprawiają również wyniki badania krwi – mówi Wojtek. Podkreśla on, że proces kostnienia kręgosłupa całkowicie kończy się dopiero około 25 roku życia. Jeśli do tego czasu nie zadamy o kręgosłup – pierwsze kłopoty mogą nas spotkać już po trzydziestce. – Dlatego tak ważne jest podawanie Alveo w okresie intensywnego wzrostu, żeby właściwie dożywić organizm, a w szczególności układ kostny i mięśnie. Jeżeli mięśnie będą silniejsze, dziecku łatwiej będzie trzymać kręgosłup w odpowiedniej pozycji. Alveo stymuluje również proces uwapniania kości – dodaje Wojtek. Ich 10-letni pacjent z porażeniem mózgowym miał często odwoływane ćwiczenia rehabilitacyjne z powodu przeróżnych infekcji i zatruc. Po włączeniu Alveo chłopiec niemal zupełnie przestał chorować, jest silniejszy. Mimo bardzo napiętego harmonogramu zajęć (rehabilitacja, szkoła, śpiew, hipoterapia), świetnie sobie radzi.



Życie z bólem

Pacjenci Dominiki i Wojtka często od wielu lat cierpią z powodu bólów bioder, nóg czy pleców. Nauczyli się żyć z bólem. Rekordzistką jest chorująca na rwę kulszową emerytka, która odczuwała ból od 20 lat. Wojtek porównuje rwę kulszową, spowodowaną dłu-

gotrwałym uciskiem na nerw, do wkładania palców między drzwi. Palce będą tak długo bolały i w konsekwencji ulegały deformacji, dopóki ich stamtąd nie wyjmiemy. W tym przypadku szczególnie skuteczna jest metoda Mc Kenziego, którą leczy pacjentów. Polega ona na bardzo dokładnym zdiagnozowaniu chorego i – w zależności od problemu – zastosowaniu odpowiedniej, indywidualnej terapii. – W przypadku rwy kulszowej Alveo nie tylko pozwala szybciej zregenerować wcześniej uciśnięty

Regeneracja po urazach

Dominika i Wojtek doceniają rolę Alveo szczególnie w przypadku urazów kręgosłupa. – Preparat wspomaga regenerację tkanek i remineralizację. Gdy organizm jest zanieczyszczony, część wapnia zużywamy na jego dożywienie. Kiedy bierzemy Alveo, organizm jest wolny od toksyn, a wapń zostaje bezpośrednio wykorzystany przez układ kostny. Dlatego stosowanie Alveo jest tak ważne w przypadku rekonwalescencji – mówi Wojtek. Jako przykład podają przypadek



nerw, ale również doraźnie może działać przeciwbólowo – dodaje Dominika. Z doświadczeń Dominiki i Wojtka wynika, że stosowanie preparatu daje również rewelacyjne wyniki u osób chorych na reumatoidalne zapalenie stawów. Pani Ania cierpiała na RZS od wielu lat, kilka razy w roku trafiała do szpitala. Miała opuchnięte stawy, a rano nie mogła wstać z powodu sztywnych kończyn. Po kuracji Alveo większość dolegliwości zniknęła, a lekarz prowadzący stopniowo odstawił leki. Dziś pani Ania nie potrzebuje leków, wizyty w szpitalu przestały być potrzebne, a jedynym środkiem, jaki stosuje – jest Alveo. W takich przypadkach należy być cierpliwym, czasem potrzeba kilku miesięcy, by zaobserwować pierwsze efekty. Wszystko zależy od ilości toksyn zalegających w organizmie i stawach.

38-letniej pacjentki, która podczas jazdy na rolkach poślizgnęła się i z całym impetem przewróciła na plecy. Skutkiem upadku było pęknięcie ostatniego dysku i rwa kulszowa aż do stopy. W takich przypadkach operację – jako jedyną formę leczenia – zazwyczaj uważa się za konieczną. Na szczęście chora trafiła do Dominiki i Wojtka, niemal uciekając chirurgom spod noża. Zabiegi terapeutyczne wspomagane Alveo dały rewelacyjne efekty. Po dwóch miesiącach kobieta wróciła do dawnej sprawności i wyjechała z rodziną do Chorwacji – nie odczuła nawet trudów kilkusetkilometrowej drogi.

Anna Szulc

Alveo zjednoczyło naszą rodzinę

Rodzinny biznes

Zanim rodzina Witkowskich podjęła współpracę z Akuną, niedzielne obiady były w ich domu jedyną okazją do spotkania

Edward i Elżbieta oraz Krzysztof i Rafał – ich synowie, tylko w ten sposób mogli na chwilę zapomnieć o stresie związanym z pracą i niezbyt dobrą sytuacją finansową. Dzisiaj wspólnie pracują na rodzinnym sukcesie.



– Po 30 latach pracy, zamiast godziwej emerytury, oboje z mężem mieliśmy jedynie problemy ze zdrowiem – wspomina Elżbieta.

– Miałam chore gardło, bolące stawy i poważne problemy z okresem klimakteryjnym. Edward cierpiał na bezsenność. Od wielu lat mało spał, 2-4 godziny na dobę. Przyzwyczał się już do tego, że w nocy czyta lub ogląda telewizję. Krzysztof i Rafał rozpoczynali swoją pracę zawodową.

– Nie wszystko szło po naszej myśli – mówi Rafał. – Otworzyłem kawiarenkę internetową i agencję reklamową, ale oba przedsięwzięcia zakończyły się niepowodzeniem. Krzysztof pracował w banku. – To miała być dobra, stała praca. Stres był jednak bardzo duży, szybko zaczęły mi dokuczać bóle głowy i serce. Nie miałem szans na awans, nie mogłem się rozwijać. Chciałem zmienić pracę i swoje życie. Czytałem książki i poradniki z dziedziny biznesu i czekałem na życiową szansę. Szukałem swojej drogi.

Życiowa szansa

W marcu 2003 r. Anna Cieślak zaprosiła Krzysztofa na spotkanie w sprawie Alveo. Gdy przedstawił mu wszystkie aspekty działania preparatu, kupił cztery butelki, głównie z myślą o tacie. Wspólnie z rodziną przestudiował plan marketingowy Akuny. – Stwierdziliśmy, że potrzebujemy pomocy kogoś doświadczonego w MLM-ie, kogoś, kto nas poprowadzi. Bez edukacji nic nie uda się osiągnąć. Z pomocą przyszedł nam Antoni Cieślak. Zbieraliśmy materiały, organizowaliśmy spotkania, ustalaliśmy reguły. – Zapraszając kogoś do współpracy, stajemy się za niego odpowiedzialni – dodaje Rafał. – Musieliśmy się do tego przygotować. Na efekty działania Alveo nie trzeba było długo czekać. Krzysztof po dwóch miesiącach picia preparatu stał się spokojniejszy. Ustąpiły bóle serca i dolegliwości alergiczne. Rafał przestał skarżyć się na bóle stawów. – Najbardziej cieszyła nas poprawa zdrowia rodziców – wspominają. – Mama nie miała już problemów z okresem menopauzalnym, a tata zaczął się wysypiać.

Realizacja marzeń

1 września 2003 r. Krzysztof zrezygnował z pracy w banku, aby cały swój czas i energię poświęcić nowemu przedsięwzięciu. – To dzięki Antoniemu odważyłem się walczyć o swoje marzenia. „Człowiek, który nie marzy, nie żyje naprawdę” – powiedział mi kiedyś. To zdanie stało się moim mottem – tłumaczy Krzysztof. – Wyciąłem z katalogu zdjęcie wymarzonego Forda Mondeo i przykleiłem w widocznym miejscu. To fotografia rozbudziła we mnie wiarę w sukces i mobilizowała do pracy całą rodzinę. Rezultaty były widoczne



po miesiącu. Wraz z pierwszymi nominacjami i pro wizjami pojawiła się możliwość posiadania forda mondeo. – Kiedy w październiku 2003 r. Krzysztof wyjechał z salonu Forda swoim autem, uwierzyłem w potęgę marzeń – wspomina Rafał. – Od razu „magiczne” zdjęcie samochodu przykleiłem w swoim pokoju. Dwa miesiące później mogłem odebrać kluczyki do forda.

Rodzinne przedsięwzięcie

– Przełomowym momentem pracy w Akunie okazało się dla nas seminarium w Polanicy – wspomina Krzysztof. – Wtedy postanowiliśmy, że będziemy pracować wspólnie – całą rodziną. Dzięki temu mamy większą szansę na sukces. Tworzymy zgrany zespół, w którym każdy jest jednakowo waż-

ny. Wspieramy się wzajemnie, korzystamy ze swoich doświadczeń i mądrości. Uzupełniamy się. Naszym partnerom staramy się pomóc w realizacji celów i zamierzeń. Cieszymy się, kiedy biorą życie w swoje ręce i mają odwagę walczyć o marzenia. To sprawia nam dużą satysfakcję.

Katarzyna Mazur



Rodzina Witkowskich poleca książki: Roberta T. Kiyosaki i Sharon L. Lechter: „Biedny ojciec. Bogaty ojciec”, „Szkoła biznesu”, „Kwadrant przepływu pieniędzy”

Outdoor

Sprawdzić siebie



Tym razem nasza firmowa ekipa: Krzysiek Witkowski, Rafał Witkowski, Ania Cieślak, Antoni Cieślak (tata Ani) oraz Józek Palejczyk pojechała

na outdoorowy trening połączony z Klubem VIP w czeskim mieście Ołomuniec. Podczas treningu uczestnicy mieli okazję sprawdzić, jak reagują w trudnych sytuacjach, czy umieją przewyciężyć strach i czy potrafią funkcjonować w zespole. W spotkaniu uczestniczyli partnerzy AKUNY z Polski, Czech i Słowacji – razem ok. 60 osób. W sobotę rano ekipa została przewieziona do twierdzy z okresu I wojny światowej, by tam przenieść się w czasie austro-węgierskie. Uczestnicy zostali podzieleni na 10-osobowe ze-



społy: trzy czeskie, dwa polskie oraz słowacki. Trening składał się z dwunastu różnych, odpowiednio punktowanych dyscyplin. Większość z nich wymagała logicznego myślenia, a inne sprawdzały sprawność fizyczną. Zadania polegały m.in. na przejściu tunelu o średnicy metra na odległość ok. 70 metrów, 30-metrowej „przejażdżce” po linii

nad skarpą na wysokości powyżej 10 metrów, znalezieniu w ruinach twierdzy (przy pomocy świeczek) brakujących elementów pewnego przedmiotu, przejściu po moście zbudowanym z powrozów itp. Po zakończeniu treningu wszyscy odpoczywali, delektując się pysznym pieczonym prosięciem.

AS



Korzystamy z pomocy innych

Zaczynamy od listy

Marek Wawrzeńczyk, Dyrektor Sieci Międzynarodowej, laureat prestiżowej nagrody Star of the Year, czyli osoba, która osiągnęła największy sukces w firmie Akuna w roku 2003, doradza, jak efektywnie współpracować z firmą.



– Nasi konsumenci piją Alveo, widzą pozytywne rezultaty i zaczynają rozważać możliwość współpracy z firmą Akuna. Od czego powinniśmy ją zacząć?

– Najważniejsze jest to, że każdy, kto chce podjąć współpracę z firmą, powinien zacząć od picia Alveo. Bez

wewnętrznych przekonań, że ten preparat działa, nie ma szans na efektywną pracę. Następnym krokiem jest przygotowanie listy osób, do których chcemy się zwrócić z informacją o preparacie. Na tej liście powinno znaleźć się ok. 100 nazwisk. Następnie wspólnie z naszym sponsorem będziemy ją analizowali.

– Dlaczego wspólnie, przecież każdy zna swoich znajomych najlepiej?

– Na pewno tak, ale ktoś, kto dopiero zaczyna, nie ma wycucia, do jakich osób powinien zwrócić się w pierwszej kolejności. Jeżeli skorzystamy z pomocy osoby bardziej doświadczonej, unikniemy wielu błędów i rozczarowań.

– Według jakich kryteriów powinniśmy wybrać te osoby?

– W dokonaniu wyboru pomoże nam właśnie obecność osoby bardziej doświadczonej. Możemy też wesprzeć się pytaniami pomocniczymi, to one uzmysławiają nam, kim są ludzie, do których chcemy się zgłosić. Np.: Czy ta osoba ma do nas zaufanie? Czy jest to człowiek otwarty na nowości i czy potrafi słuchać? Czy jest pozytywnie nastawiony do życia? Czy nie boi się pracy? Bo jaką szansę na sukces ma

osoba, która choć jest otwarta i pozytywna, nie lubi pracować? Jakie jest nastawienie jej partnera życiowego? Czasem zdarza się, że np. kobieta chce działać, jest otwarta, a chorobliwie zazdrosny mąż ogranicza ją w pracy. Możemy pisać sobie plusy i minusy na kartce. Na przykład: jeśli dana osoba ma do nas zaufanie, stawiamy plus. Czy jest to człowiek przedsiębiorczy? Jeśli nie – otrzymuje minus. I tak po kolei. Od razu widać, do kogo powinniśmy się zwrócić w pierwszej kolejności.

– Ile takich osób powinniśmy wybrać z listy?

– Generalnie preferuję pracę z trzema osobami. Oczywiście może być wielu konsumentów, którzy korzystają z dobrodziejstw preparatu i polecają zioła innym, dzięki temu mają Alveo taniej. Biznes jednak powinniśmy budować z tymi, którzy chcą zająć się profesjonalnie współpracą z naszą firmą.

– Jak ich rozpoznać?

– Gdy ktoś zaczyna pić zioła, widzi efekty i jest zainteresowany współpracą z firmą, zadaję mu podstawowe pytanie: jaki sukces chcesz osiągnąć? Jeśli odpowiada, że może się tym zajmować od czasu do czasu, szanuję jego decyzję. Jeżeli zaś mówi, że chce się skupić na współpracy z Akuną, przedstawiam mu swój system pracy, czyli spotkanie, spotkanie, spotkanie... W przypadku jego akceptacji ustalamy czas pracy i działamy.

– Jednak nie każdy od razu znajduje tych właściwych ludzi.

– Tak naprawdę zaczynamy od znalezienia trzech właściwych osób. Jednym udaje się to od razu, inni muszą trochę poczekać, ale tacy ludzie pojawiają się prędzej czy później. Trzeba ich szukać, ale we właściwy sposób. I nie tracić czasu na tych, którzy nie podjęli decyzji. Niedawno rozmawiałem z kimś ze struktur i powiedział mi, że postawił sobie za punkt honoru przekonanie wszystkich, którzy są najbardziej oporni. Ale pytam: po co? Przecież to nie ma sensu, szkoda czasu. Lepiej pracować z ludźmi, którzy są otwarci, pozytywni i naprawdę chcą działać.

Joanna Pawłowska

W następnym numerze kolejne rady Marka Wawrzeńczyka

Nowe samochody dla partnerów Akuna

Volvo – prestiż i bezpieczeństwo

Od 1 lipca 2004 r. Akuna Polska Sp. z o.o. poszerzyła ofertę dla osób ubiegających się o auto w naszych dwóch promocjach samochodowych. Są to Volvo i BMW. Dziś opisujemy pierwszą z nich – Volvo.

Tadeusz Polak, doradca handlowy firmy Andrzej Karwala FHU przedstawia najciekawsze modele.

Firma Andrzej Karwala FHU, jedyny autoryzowany dealer marki Volvo na Podbeskidziu, od ponad 20 lat jest postrzegana jako gwarant dobrej jakości świadczonych usług. W 2001 r. powstał salon sprzedaży samochodów marki Volvo w Bielsku-Białej, a także wyspecjalizowany serwis oraz magazyn części zamiennych, umożliwiające obsługę techniczną, naprawy mechaniczne i blacharsko-lakiernicze. Od 2002 r. bliźniacza firma Autoboss realizuje specjalną sprzedaż samochodów marki Ford dla pracowników firmy Akuna Polska. W czerwcu br. poszerzyliśmy naszą ofertę o samochody firmy Volvo. Volvo, jako samochód należący do klasy najwyższej, oprócz związanych z tym przywilejów posiada dwie ważne cechy: bezpieczeństwo i trwałość. Wśród modeli volvo można zna-

leźć samochody od najmniejszego S40 i V50 – dla osób o sportowym zacięciu, poprzez luksusowe S60, do prawdziwej limuzyny S80. Volvo to również duże rodzinne samochody, takie jak V70 kombi i XC70 oraz XC90 – samochody dla amatorów jazdy terenowej. Osobom prowadzącym firmę proponu-

jemy model volvo XC90 z homologacją ciężarową. Do każdego z tych modeli oferujemy AWD – inteligentny i nowoczesny napęd na cztery koła. Nowe volvo S40 w porównaniu z poprzednim modelem jest krótsze, ale jednocześnie szersze i wyższe, dzięki czemu we wnętrzu znajduje się więcej miejsca dla pasażerów na tylnym siedzeniu. Rozstaw kół i osi został powiększony, co zapewniło odpowiedni sportowy wygląd, przyczyniając się jednocześnie do po-

prawy stateczności jazdy. W nowym volvo S40 zastosowano cztery silniki benzynowe i jeden silnik wysokoprężny. Standardowo wersje 1.8 l i obie 2.4 l modelu S40 wyposażone są w nową generacji pięciobiegowe skrzynie mechaniczne, nato-

miał wersja T5 (2,5 t/220 KM) oraz diesel w skrzynie sześciobiegowej. W standardzie znajduje się między innymi: klimatyzacja, ABS z elektronicznym układem rozdziału sił hamowania EBD (Electronic Brake Distribution), układ wspomagania gwałtownego hamowania EBA (Emergency Brake Assistance),

układ dynamicznej kontroli trakcji – DSTC (Dynamic Stability and Traction Control), system inteligentnego informowania IDIS (Intelligent Driver Information System), system zabezpieczeń przed skutkami uderzeń bocznych i wiele innych,

niezwykle potrzebnych akcesoriów. Wszelkie informacje na temat warunków promocji można uzyskać w biurze firmy Akuna Polska w Katowicach u Marka Dudzika.

Z ofertą Volvo można się zapoznać w salonie w Bielsku-Białej przy ul. Prusa 30 oraz na stronach internetowych www.karwala.volvo.pl lub telefonicznie: (33) 829 52 75, (33) 811 10 00, 600 004 109



Volvo S40

Tortola – wyspa żółwi

Tortola, wyspa wspaniałych plaż i bujnej roślinności

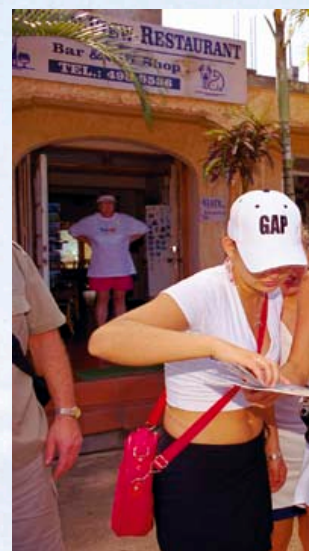
W czasie rejsu po Karaibach wizyta na tej największej z Brytyjskich Wysp Dziewiczych była wspaniałą przygodą. Jej nazwa wzięła się od żółwi, których



populacja jest tutaj wciąż liczniejsza od 14-tysięcznej grupy mieszkańców. Choć Tortola ma zaledwie 18 km długości i 5 km szerokości, atrakcji nie brakuje.

Aby przenieść się z jednej strony wyspy na drugą, trzeba pokonać położony centralnie grzbiet górski, którego najwyższe wzniesienie ma ponad 500 m n. p.m. (jest to najwyższy punkt archipelagu Wysp Dziewiczych). Na szczyt wędruje się wąskimi uliczkami i choć droga do najlżejszych nie należy, warto się wspiąć, bo widoki na sąsiednie wyspy, piaszczyste plaże i błękitną wodę zapierają dech w piersiach. Na wierzchołku można również podziwiać wspaniałą roślinność. Mount Sage National Park został założony, by chronić pozostałości lasu równikowego, który niegdyś pokrywał całą wyspę. Jest to raj dla turystów. Tortola kusi malowniczymi plażami, doskonałymi warunkami do nurkowania i przytulnymi restauracjami, w których można delektować się wyborną kuchnią.

Katarzyna Piotrowska





Akuna Polska – informacje



W lipcu doszło do zmiany na stanowisku w dziale realizacji zamówień. Zakończył z nami współpracę Bartłomiej Burzyński z powodów rodzinnych. Dziękujemy za okazaną siłę twórczą oraz życzymy dużo powodzenia w życiu osobistym. W miejsce Bartka wskoczyła w pełnym biegu Aneta Gawrońska. Odpowiedzialna jest za realizację wysyłki towaru i reklamacje wysyłki.

Akuna Zdrowie i Sukces – Wydawca Akuna Polska Sp. z o.o.

Adres: ul. 11 Listopada 11, 40-387 Katowice

Redaktor naczelny: Marek Dudzik. Zastępca redaktora naczelnego: Katarzyna Piotrowska. Zespół redakcyjny: Katarzyna Mazur, Grażyna Michalik, Weronika Kasprzak, Joanna Zakrzewska, Anna Pawłowska, Beata Maj, Anna Szulc, Filip Maciński.

Zdjęcia: Agencja Prasowa Pasja

NAKŁAD: 14 900 szt.

Nominacje

Nowy zestaw nominacyjny zawiera:

- druk nominacji z hologramem
- certyfikat „LIDER”
- list do Lidera
- odznaka „LIDER”
- zestaw karty AKUNA CLUB dla klienta
- kupon na zniżkę 50% z opłaty za transport pierwszego zamówienia Lidera

Cena za zestaw zostaje taka sama jak za „zwykłą” nominację – 80 zł. Zestawy nominacyjne można zamawiać w biurze w Katowicach.

Posiadamy już cztery numery telefonów:

032/ 2569138

032/ 2049697

032/ 6085532

032/ 6085533

Pod każdy z nich można zadzwonić lub wysłać fax. Zgłasza się automat. Jeżeli chcesz wysłać fax, wybierz numer wewnętrzny 27 lub 28. Pozostałe rozmowy są przełączane na biuro.

Konta bankowe PKO BP SA – INTELIGO:

5010205558111122360900029 – zamówienia

5010205558111122360900023 – umowy dystrybucyjne

50102055581111223609000126 – nominacje

Samochód Akuny w prezencie



Dzięki współpracy z AKUNĄ Marzenna Lewandowska zrealizowała swoje marzenie o prezencie ślubnym dla córki i jej męża. Udało się jej to w czasie 3 miesięcy wyteżonej pracy i 28 sierpnia tego roku ford fushion stanął pod kościołem NMP w Pabianicach, przewiązany kolorowymi wstęgami i ślubnymi balonami. Dla młodej pary było to wielkie i radosne zaskoczenie.

Akuna w Internecie

- Oficjalna strona internetowa: www.akuna.pl
- Adresy poczty elektronicznej: biuro@akuna.pl
- Zamówienia towaru – Aneta Gawrońska: zamowienia@akuna.pl
- Informacje, zapytania: info@akuna.pl
- Rejestracja umów dystrybutorskich – Beata Paciej: umowy@akuna.pl
- Obsługa klientów, faktury – Matylda Cerek: mati@akuna.pl
- Wypłacanie prowizji dystrybutorskich – Magda Tabor: finance@akuna.pl
- Kierownik biura, nominacje – Anna Mazurkiewicz: mazurkiewicz@akuna.pl
- Wiceprezes Bogusław Dudzik: dudzik@akuna.pl
- Prezes Tomasz Kwolek: kwolek@akuna.pl
- Relacje dystrybutorskie – Marek Dudzik: marek@akuna.pl
- Zapraszamy do korzystania z naszego forum internetowego pod adresem: www.akuna.pl/forum2, gdzie również w zakładce Biuro AKUNA – sprawy biurowe – znajdziecie wszelkie informacje dotyczące współpracy z biurem, pliki do pobrania itd.



W następnym numerze:

– wywiady z lekarzami

– ciekawe reportaże

– porady fachowców

– podróże z Akuną

– nowe promocje

CERTLINE, s.r.o., tř. Generála Píky 1996/3, 613 00 Brno



CERTLINE, jednostka certyfikująca w zakresie Systemu Zarządzania Jakością (QMS), akredytowana według standardu CSN EN 45012 przez the Czech Accreditation Institute Public Service Company pod numerem 3130 w zakresie certyfikacji Systemu Zarządzania Jakością, na podstawie pozytywnej oceny przyznaje

CERTYFIKAT

nr QMS-082-2004

potwierdzający wprowadzenie i realizację Systemu Zarządzania Jakością

firmie:

AKUNA Polska Sp. z o.o.

ul. 11 Listopada 11

40-387 Katowice

POLSKA

REGON: 276613390

NIP: PL9542303351

Przedmiot certyfikacji Systemu Zarządzania Jakością:

norma:

ISO 9001:2000 (z wyłączeniem elementów systemu 7.3, 7.5.2)


zakres działalności:

**Sprzedaż hurtowa napojów bezalkoholowych -
dietetycznych środków spożywczych z ekstraktów
roślinnych z zawartością witamin i minerałów**

zakres wprowadzenia: w całej organizacji

Ważny od: **10 09 2004**
Obowiązujący od: **10 09 2004**
Ważny do: **10 09 2007**




.....
Ing. Lubomír Kolek
Dyřektor jednotky certyfikující

Certyfikat został wydany wg warunków podanych w Umowie Licencyjnej zawartej z organizacją – posiadaczem Certyfikatu.