

FOREVER



TÜRKİYE KAZAKISTAN IRAK KIRGIZISTAN AZERBAIJAN GÜRCİSTAN Haziran 2024 / Sayı: 111 Ücretsizdir

Teşekkürler FLP Türkiye, Kazakistan, Irak,
Kırgızistan, Azerbaycan, Gürcistan

*Tebrıklar
En Başarılı
5. Ülke Olduk!*



SİZİ NE MOTİVE EDER?

FOREVER²DRIVE

Arabanız ister bir statü sembolü ister ailenin bir parçası olsun, bir sonraki maceranız için kendinizi mükemmel hissedin.

Level 3

Serdar Hakan Çiftçi (Aralık 2023)

Level 2

Laila Alinizi (Kasım 2023)

Level 1

Songul Efe (Aralık 2023)
Şiyar Yokuş (Aralık 2023)
Yurdagul Yıldız (Şubat 2024)
Sevinç Başayvaz (Mart 2024)
Kadir Kocatürk (Mart 2024)
Selma Kırmızıay (Mart 2024)
Madina Yokuş (Nisan 2024)

Binlerce kişi Forever 2 Drive Teşvik Primi sayesinde yeni bir araba almaya hak kazandı. Eğer bir sonraki kazanan siz olmak istiyorsanız, üst grubunuz ile iletişime geçin ve bu teşviki kazanmak için neler yapılması gerektiğini öğrenin.

Telefon

+90 (212) 347 71 26 (pbx)

+90 (212) 347 81 26 (pbx)

Faks

+90 (212) 216 71 39 (pbx)

+90 (212) 347 81 30 (pbx)

Tüm Turkcell Hatlar için

755 0 FLP (357)

Vodafone Sipariş Hattı

+90 (544) 347 71 27

Türk Telekom Sipariş Hattı

+90 (555) 978 50 59-60



WhatsApp Hattı

+90 (539) 661 72 77

Genel Müdürlük Elden Teslimat Saatlerimiz

Pazartesi-Cuma: 10:00-14:00

Web Sitesi

www.foreverliving.com | www.teamflptr.com | www.flptr.com

E-mail

Kredi kartı, hatalı kartlar, İnternet şifresi, Fatura ile ilgili sorular ve adres değişiklikleri için musterihizmetleri@flptr.com

Online Sponsorluk online@flptr.com

Siparişlerinize ilgili sorular ve sipariş vermek için

siparis@flptr.com

Kargo ve sevkiyat ile ilgili sorularınız için kargo@flptr.com

Genel bilgi için info@flptr.com

İmtiyaz Sahibi

Forever Living Sağlık ve Güzellik Ürünleri Dağıtım

Ltd. Şti. Adına

Genel Müdür: İlker İŞMEN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü: Ömer Atas



19 İdeal Sağlık için Esneme Hareketlerinin 5 Faydası

İÇİNDEKİLER

03 En Başarılı 20 FBO (Ekim, Kasım, Aralık 2023 - Ocak, Şubat, Mart, Nisan 2024)

04 Direncin Önemi

06 Tebrikler Global Rally Kazananlar

07 Tebrikler Chairman's Bonus Kazananlar

08 Forever Global Rally 2024

09 En Başarılı Forever Ülkeleri TOP 10

14 2. Türkiye Rallisi 114. Success Day

17 Tebrikler Eagle Manager 2024 Kazananlar

18 Forever Immune Gummy

32 Sapphire Manager Kariyerine Ulaşanlar

32 Soaring Manager Kariyerine Ulaşanlar

33 Senior Manager Kariyerine Ulaşanlar

28 Manager Kariyerine Ulaşanlar (Ekim, Kasım, Aralık 2023 - Ocak, Şubat, Mart, Nisan 2024)

29 Non Manager "En Başarılı 20 FBO" (Ekim, Kasım, Aralık 2023 - Ocak, Şubat, Mart, Nisan 2024)

31 Yükselenler (Ekim, Kasım, Aralık 2023 - Ocak, Şubat, Mart, Nisan 2024)



FLP TÜRKİYE

Forever Living Sağlık ve Güzellik Ürünleri Dağıtım Ltd. Şti.

Gazeteciler Sitesi Yazarlar Sokak No:8
34394 Esentepe - Şişli / İstanbul



FLP IRAK

Forever Living Products, Iraq

Building number 6 Street number 16, District Wazeeran
(Next to the TBI Bank) Erbil, Iraq
Phone: +964 7508208001 - +964 7508208002
Email: flpiraq@gmail.com



FLP KAZAKİSTAN

Forever Living Products, Kazakhstan

M-N Zhetyusu 2, No. 15 A, Street Saina Corner Street Ulugbek
50063 Almaty, Kazakhstan
Phone: 7-727-374-9737 / Fax: 7-727-373-0069
Email: flpkazakhstan@gmail.com



FLP KIRGIZİSTAN

Forever Living Products, Kyrgyzstan

33-2 Razzakov St. 720040 Bishkek, Kyrgyzstan,
Phone: 996-312-61-1435 / Fax: 996-312-62-4906
Email: flpkirgystan@yahoo.com



FLP AZERBAIJAN

Forever Living Products, Azərbaycan MMC

N. Nərimanov Rayonu, 2-ci C.Hacıbəyli Döngəsi, No:6
1010 Bakı, Azərbaycan
Phone: +994-12-465-43-96 / +994-12-465-03-17
Fax: 994-12-465-03-16 Email: flpazerbaijan@yahoo.com



FLP GÜRCİSTAN

Forever Living Products, Georgia LLC

Tsagareli Str. 60, 0194, Tbilisi, Georgia
Phone: +995551208000
Email: flpgeorgia@yahoo.com

Ekim - Kasım - Aralık 2023 Kazanç

En başarılı 20 FBO



DHEAA AHMAD ATEEA



SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ



ANAS ZYAD SALMAN



MERYEM, SELİM ÖZTEKİN



GÜLPERİ DAŞDEMİR



ERCAN DOĞAN



HÜLYA USTABAŞ



SONGÜL EFE



NATALIA DEMIDOVA



SERAP SANCAKTAR



AYŞE KAYA



YURDAGÜL DİLSİZ



FARKHAD KHURAMSHYN



MEHTAP ASLAN



ZEHRA İLTER



NİYAZI KORKMAZ



ABDÜLKADİR KÖÇEN



YURDAGÜL YILDIZ



LAILA ALINIZI



KADİR, EMEL KOCATÜRK

Ocak - Şubat - Mart - Nisan 2024 Kazanç

En başarılı 20 FBO



SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ



DHEAA AHMAD ATEEA



MERYEM, SELİM ÖZTEKİN



GÜLPERİ DAŞDEMİR



NATALIA DEMIDOVA



SONGÜL EFE



HAWARI HAMEED SHWAISH



ANAS ZYAD SALMAN



ERCAN DOĞAN



FARKHAD KHURAMSHYN



AYŞE KAYA



YURDAGÜL DİLSİZ



ABDÜLKADİR KÖÇEN



HÜLYA USTABAŞ



MEHTAP ASLAN



YURDAGÜL YILDIZ



SERAP SANCAKTAR



NIYAZI KORKMAZ



ZEHRA İLTER



KADİR, EMEL KOCATÜRK

Direncin Önemi



Yepyeni Forever Marine Collagen

Cilt bakımı içten başlar, bu nedenle kolajen içeren güzellik içecekleri son birkaç yıldır bu kadar büyük ilgi görmektedir.

Bu eğilimin hemen ardından, 2021 yılı Eylül ayında yepyeni ürünümüz Forever Marine Collagen piyasaya sürüldü. 3 yıllık geliştirme sürecini takiben, yüksek konsantrasyona sahip olan bu sıvı formülde, diğer formlara kıyasla biyolojik olarak daha fazla kullanılabilir olan bilimsel olarak geliştirilmiş bir deniz kolajeni bazı kullanılır. Bu, ürünün her bir damlasından daha fazla yararlanabileceğiniz ve vücudunuz tarafından daha kolay parçalanabileceği anlamına gelmektedir.

Forever Marine Collagen, vücutta yeni kolajen oluşumunu ve daha iyi bir cilt görünümünü desteklemeye yardımcı olmak amacıyla herhangi bir günlük besin tamamlayıcısı programına dâhil edilmeye uygun bir üründür. Bu yararlı ürünle cildinizi içten dışa doğru beslemeye katkıda bulunabilirsiniz.

Neden deniz kolajeni?

Forever Marine Collagen, Kuzey Atlantik Okyanusu ve Kuzey Buz Denizi yakınlarındaki çevre denizlerin derinliklerinde yaşayan morina, kömür balığı ve mezgıt balıklarından elde edilir. Balıklar çiftlik balığı değildir. Piyasadaki diğer pek çok kolajen ürünü ineklerden (sığır kolajeni) elde edilir, bu daha az sürdürülebilir ve biyolojik olarak daha az kullanılabilir bir kolajen formudur. Aslına bakılırsa, balıktan elde edilen kolajen vücut tarafından 1,5 kata kadar daha verimli bir şekilde emilir, bu ise sığırdan elde edilen kolajenden daha iyi bir biyoyararlanıma sahip olduğu anlamına gelir.

Deniz kolajeninin temel yararları nelerdir?

Deniz kolajeni daha iyi bir cildin korunmasına yardımcı olur ve daha sıkı ve daha gergin bir cilt görünümünü desteklemeye katkı sağlar. Cildi içten dışa yumuşatarak cildin nemini ve dokusunu geliştirmeye katkıda bulunur ki bu da sonuç olarak daha kadifemsi bir doku elde edilmesine yardımcı olur. vücutun doğal kolajen üretimine yardımcı olmaya ve kolajen kaybının yenilenmesine katkıda bulunur.

Forever Marine Collagen'i diğer ürünlerden ayıran nedir?

Forever Marine Collagen, vücudun var olan mevcut kolajenine kolajen eklemek yerine, vücudun kendi kolajenini üretmesine yardımcı olur. Bunu ise vücutta normal kolajen oluşumunu desteklemek için özel olarak oluşturulmuş ve bilimsel olarak geliştirilmiş bir formül aracılığıyla yapar. Ayrıca Forever Marine Collagen, vücudunuzun kullanacağı en etkili kolajen dozu olan, doz başına 3.000 miligram deniz kolajeni sunar. Bu miktardan daha fazlası vücut tarafından emilmeyeceği için Forever Marine Collagen emilim için en uygun miktarı sağlar.

Kolajen, hazır bir sıvı içinde sinerjik olarak çalışan C vitamini ve aserola özü gibi içerik maddeleri ile tamamlanır. Karabiber ve yeşil çay özlerinin yanı sıra içerisine goji berry özü de eklenmiştir. Ürün aynı zamanda çinko ve biotin içerir. Tüm bu içerik maddeleri doğal kolajen oluşumunu desteklemek için birlikte çalışır.

Forever Marine Collagen'in tadı nasıldır?

Balık yan ürünü içeren bir güzellik içeceği ürünü olan Forever Marine Collagen'in tadının neye benzediğini merak edilmesi doğaldır ancak Forever Marine Collagen'in ferahlatıcı bir tadı vardır. Mayhoş bir aromaya sahiptir.

Forever Marine Collagen'i nasıl kullanmalıyım?

Forever Marine Collagen'i günlük besin tamamlayıcısı programınıza kolayca dâhil edebilirsiniz. Yüksek konsantrasyonlu yararlarından faydalanmak için Forever Marine Collagen'i doğrudan şase ambalajından içiniz. Kolajen günlük olarak parçalandığından ve yeniden oluşması için desteğe ihtiyaç duyduğundan, iyi sonuçlar elde etmek için günlük bir dozaj önerilir. Forever Marine Collagen'in emilimini üst seviyeye çıkarmak için sabahları aç karnına içebilirsiniz ve veya siz uyurken vücudunuzun kolajeni işlemesine izin vermek üzere onu akşamları tüketebilirsiniz. Her gün aynı saatte düzenli bir şekilde kullandığınız sürece her iki kullanım şekli de size yarar sağlayacaktır.

Sonuçları ne kadar kısa sürede fark edebilirim?

Forever Marine Collagen hızla emilir ve vücudunuz kolajeni günlük olarak yeniden oluşturur. Her üründe olduğu gibi, bu üründe de bireysel sonuçlar farklılık gösterebilir. Ürünü kullanan hedef grup içinde yer alan bazı kişiler, sonuçları 7 gün içinde fark ettiler. Ürünün yararlarını fark etmeye başlamak için Forever Marine Collagen'i en az 30 gün boyunca düzenli kullanmanız önerilir.

Forever Marine Collagen | Ürün Kodu 613

Tebrükler

GLOBAL RALLY KAZANANLAR

7500 CC+

 DHEAA AHMAD ATEEA

 ATTILA, KATALIN GIDÓFALVI

5000 CC+

 NATALIA DEMIDOVA

 SALAH JASEM HAMDOON


 MAIRA OMAROVA


3500 CC+

 FARKHAD KHURAMSHYN


 ANAS HASAN IDAN IDAN, NAMARQ ABDALAH

2500 CC+

 GÜLPERİ DAŞDEMİR

 AYGÜL, SEDAT BENAKAY

 ERCAN DOĞAN

 AINUR BAYANBAYEVA, ASYLBEK ZHUZZHASSAROV

 MERYEM, SELİM ÖZTEKİN

 MAKHFOR ABUTALIYEV

 DAULET SMAGULOV

 ZARINA TURGANOVA, SOVET KADYROV

 TALSHYN ARTYKKYZY

 HUTHAIFA ESSA MOHAMMED

1500 CC+


 SONGÜL EFE


 ANAR SAGIYEVA

 SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ


 MARAT KOSHKINBAYEV, AYAGOZ ABZHANOVA

 HÜLYA USTABAŞ

 ELMIRA AKYLBAI, ASLAN RAIYMBEKOV

 ANAS ZYAD SALMAN


 UKUTAI ABILKASSIMOVA, BOLAT NURMUHANOV

 SERAP SANCAKTAR

 BALZHAN SH AidAYEVA, BAGLAN SH AidAYEV

 YURDAGÜL DİLSİZ

 TOGZHAN ASKAROVA

 AYŞE KAYA

 FARIDA KHAMMETOVA

 NİYAZİ KORKMAZ

 BAKTYKAN MYRZABEKOVA

 CİHAN OTMAN

 ABEER ABD ATHAB

 AİMAN OMAROVA

 ALI AHMED ATIYA

Tebrikler

CHAIRMAN'S BONUS KAZANANLAR

3. SEVIYE

 DHEAA AHMAD ATEEA

 SALAH JASEM HAMDOON

2. SEVIYE

 MAIRA OMAROVA

 AYGÜL, SEDAT BENAKAY

 DAULET SMAGULOV

 HUTHAIFA ESSA MOHAMMED

1. SEVIYE

 ERCAN DOĞAN

 FARIDA KHAMMETOVA

 NATALIA DEMIDOVA

 ZARINA TURGANOVA, SOVET KADYROV

 GÜLPERİ DAŞDEMİR

 BAKTYKAN MYRZABEKOVA

 YURDAGÜL DİLSİZ

 AYAAT HUSSEIN AHMED

 SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ

 ALI ISMAIL HAMADI

 MADINA YOKUŞ

 ABIDALMALIK SABBAH ALI

 NİYAZI KORKMAZ

 ZAHID SHAALAN HAMZAH

 HAWARI HAMEED SHWAISH

 OMAR ADIL ABDULLAH


 AIMAN OMAROVA

 MAHMOOD JALEEL MOHAMMED

 AINUR BAYANBAYEVA, ASYLBEK ZHUZZHASSAROV

 FATIN ALI HASSAN

 UKUTAI ABILKASSIMOVA, BOLAT NURMUHANOV

 ABEER ABD ATHAB

 TALSHYN ARTYKKYZY

 THABIT MOHAMMED HODAIB

 DANIYAR BUKHARSHIN, GULZHANAT NURMUKHANOVA

 SUAAD ATIYA HAMAD

 KHAZIYAT ISSABAYEVA

 IBRAHIM MUSSA JASIM

 EL'ZARA ASANOVA

 HUSSEIN FADHIL HAMEED

 MUKAN SAGIYEV, RAUSHAN KOZYBAYEVA

 SUHA MOHAMMED IDAN

 TOGZHAN ASKAROVA

 AISHA AHMED ZAKAREYA

 MADINA SMAGULOVA

FOREVER GLOBAL **INDIA** RALLY 2024



GLT Meeting



En Başarılı Forever Ülkeleri

Forever olarak her yıl dünya çapında elde ettiğimiz büyümeyi görmekten heyecan duyuyoruz. Bu yıl Forever'ın en başarılı 10 ülkesi, bize satışlarımızı iki katına çıkarmanın mümkün olduğunu gösterdi.

Global Rally 2024'de açıklanan bu ülkeler, dünyada en yüksek satışlara sahip ülkelerdir.



1. Japonya



2. Hindistan, Butan, Sri Lanka, Maldivler, Nepal



3. Almanya, Avusturya, İsviçre



4. Fransa, Tunus, Cezayir, Fas, Mauritius, Fransız Guyanası, Guadeloupe, Martinik, Reunion, İspanya, Portekiz



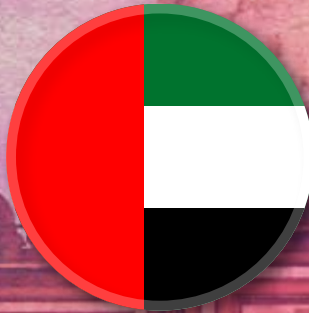
5. Türkiye, Kazakistan, Kırgızistan, Irak, Azerbaycan, Gürcistan



6. Kuzey Amerika, Amerika ve Kanada



7. Macaristan, Arnavutluk, Bosna Hersek, Hırvatistan, Kosova, Sırbistan, Slovenya, Karadağ



8. Birleşik Arap Emirlikleri, Suudi Arabistan, Umman, Kuveyt, Katar



9. Malezya, Brunei, Singapur



10. İtalya, Malta

INDIA



GLOBAL
LEADERSHIP
TEAM

GLT

Global Rally ve Chairman's Bonus Teşviki, dünyanın dört bir yanından gelen başarılı FBO'ların katılımı ile bu yıl Hindistan'da muhteşem bir şekilde kutlandı. Özverili bir şekilde çalışıp hedeflerine ulaşarak bizleri Hindistan'da temsil eden tüm FBO'larmızı kutluyoruz. Global Rally'ye 7.500CC seviyesinden hak kazanarak Türkiye'nin ilk GLT üyesi olup bizi gururlandıran ve aynı zamanda Chairman's Bonus Teşvikine 3. Seviye'den hak kazanan Diamond Manager Dheaa Ahmad Ateea'yı tebrik ediyoruz. Ayrıca Chairman's Bonus Teşvikine 1. Seviye'den hak kazanan Diamond Manager Gülperi Daşdemir, Sapphire Manager Serdar Hakan Çiftçi, Sapphire Manager Niyazi Korkmaz, Sapphire Manager Ercan Doğan, Sapphire Manager Natalia Demidova, Sapphire Manager Hawari Hamed Shwaish, Soaring Manager Yurdagül Dilsiz ve Manager Madina Yokuş'u tebrik ediyoruz. Önümüzdeki yıl Paris'te düzenlenecek olan Global Rally 2025'te, Türkiye ve grup ülkeleri olarak en az 50 Chairman's Bonus Teşviki hak kazananı Managerımız ile sahnede olmak istiyoruz! Gelecek yıl Paris'te düzenlenecek Global Rally'de sizleri de aramızda görmeyi bekliyoruz.







PAC 20





2. TÜRKİYE RALLİSİ

114.

SUCCESS DAY

16-18 ŞUBAT 2024
MIRAGE PARK
ANTALYA









Tebrıklar

EAGLE MANAGER 2024 KAZANANLAR

Diamond Manager, Eagle Qualified

🇹🇷 DHEAA AHMAD ATEEA 🇰🇪 ATILA GIDÓFALVI

Sapphire Manager, Eagle Qualified

🇹🇷 NATALIA DEMIDOVA 🇰🇪 MAIRA OMAROVA 🇸🇦 WALEED KHALID KHALAF 🇸🇦 HUSSEIN FADHIL HAMEED
🇹🇷 SONGÜL EFE 🇰🇪 DAULET SMAGULOV 🇸🇦 ALI JASSIM MOHMMED 🇸🇦 SUAAD ATIYA HAMAD
🇹🇷 HAWARI HAMEED SHWAISH SHWAISH 🇸🇦 HUDHAIFA ISSA MOHAMMED 🇸🇦 ALI AHMED ATIYA

Soaring Manager, Eagle Qualified

🇹🇷 YURDAGÜL DİLSİZ 🇸🇦 TAHIR TOHMA MASHAY 🇸🇦 KHALDOON NAFEA QASIM 🇸🇦 DOAA HADI EBED
🇹🇷 LAILA ALINIZI 🇸🇦 AYAAT HUSSEIN AHMED 🇸🇦 MAHMOOD JALEEL MOHAMMED 🇸🇦 ABIDALMALIK SABBAH ALI
🇰🇪 TALSHYN ARTYKYZY 🇸🇦 KAHTAN ISMAIL HAMADI 🇸🇦 HADIL ABDULRAHMAN KHALIL 🇸🇦 OMAR TALAB KHALAF
🇸🇦 IBRAHIM MUSSA JASIM 🇸🇦 ASMAA JASIM MOHAMMED 🇸🇦 OMAR ADIL ABDULLAH 🇸🇦 ZINA DHAKHIL ABDULRIDAH
🇸🇦 ZAHID SHAALAN HAMZAH 🇸🇦 AHMED JORI SALIH 🇸🇦 ABDULLAH NOORI SAHAB
🇸🇦 ALI ISMAEL HAMDADI 🇸🇦 SUHA MOHAMMED IDAN 🇸🇦 BAQEER HAMEID MAHMOOD

Senior Manager, Eagle Qualified

🇹🇷 NİHAL, AKIN KIRMAZ 🇰🇪 SANIYA NURMAGAMBETOVA 🇰🇪 SARA ORUMBAYEVA 🇸🇦 ZAHRAA NAEIMA MUSSA

Sapphire Eagle Manager

🇸🇦 SALAH JASEM HAMDOON

Senior Eagle Manager

🇹🇷 PAKİZE PEKMEZ 🇰🇪 GULDANA ALSEITOVA 🇰🇪 DINARA ZULKHARNAY 🇰🇪 KHAŞSIYAT ISSABAYEVA
🇰🇪 LYAZZAT TLYUBERDINOVA 🇰🇪 ELMIRA AKYLBAI 🇰🇪 MADINA SMAGULOVA 🇸🇦 AISHA AHMED ZAKAREYA
🇰🇪 SAMAT ORYNBAYEV 🇰🇪 SARA SHUSHAYEVA 🇰🇪 TOGZHAN ASKAROVA 🇸🇦 MARIAM TCHANTURIA
🇰🇪 AIZHAN BEISENBAYEVA 🇰🇪 IRZAKUL BODYKOVA 🇰🇪 EL'ZARA ASANOVA

Eagle Manager

🇹🇷 MADINA YOKUŞ 🇹🇷 SELMA KIRMIZIAY 🇰🇪 NURZHAN ORYNBAYEV 🇰🇪 MARLAN ASKAROV
🇹🇷 NİLAY KURT 🇹🇷 ÇİĞDEM YAĞCI 🇰🇪 GULSIM KABDOLGALIYEVA 🇰🇪 EL'MIRA BASHEL'
🇹🇷 NURSEN BİLGİÇ 🇰🇪 ALMAGUL USMANGALIYEVA 🇰🇪 ASSEL BODYKOVA 🇸🇦 TSITSINO TAVARTKILADZE
🇹🇷 ABDÜLKADİR KÖÇEN 🇰🇪 ZHANAR DOSALIYEVA 🇰🇪 AYAZHAN SERIK



Forever Immune Gummy

(Vitaminler ve Çinko yumuşak çiğnenebilir Form Takviye Edici Gıda)

İçeriğinde bulunan 10 vitamin ve çinko karışımı ile çiğnenebilir, güzel tadı olan ve aynı zamanda doğal olarak tatlı ve tropikal aromalı bir besin tamamlayıcısıdır. Forever Immune Gummy B6, C, D ve B12 vitaminleri ve aynı zamanda içeriğinde yer alan çinkonun yararlarını içerir. Bitki bazlı D vitamini kullanılarak üretildiği için vegan dostudur ve gluten içermez.

#566 | 60 çiğnenebilir Tablet / 0,148 CC

Besin Değerleri

Tavsiye edilen günlük kullanım miktarı:
2 çiğnenebilir tablet

Nutrient	Quantity Per 2 Gummies	% RI*
Vitamin C	80mg	100%
Vitamin E	12mg	100%
Niacin	16mg	100%
Vitamin A	400µg	50%
Biotin	50µg	100%
Vitamin B12	2.5µg	100%
Vitamin D	5µg	100%
Vitamin B6	1.4mg	100%
Vitamin K	75µg	100%
Folic Acid	200µg	100%
Zinc	10mg	100%



Suitable for
Vegans



Suitable for
Vegetarians



Gluten
Free



FOREVER®



İdeal Sağlık için Esneme Hareketlerinin 5 Faydası

Hızınızı düşürerek dengenizi yeniden sağlayın ve sıkıntılarınızı hafifletin

....

Etkili bir spor programı sadece yüksek yoğunluklu egzersizlerden ibaret değildir. Fiziksel olarak kendini zorlamanın yerini hiçbir şey tutamaz ancak egzersizlerinize esneme hareketlerini de eklemeniz gerekir. Bu sayede vücudunuz başarılı bir şekilde kasları kullanabilir, iyileşebilir ve daha dirençli hale gelebilir.

ACSM (Amerikan Spor Hekimliği Koleji) sertifikalı kişisel antrenör ve ACE (Amerikan Egzersiz Konseyi) sertifikalı yaşam koçu ve beslenme uzmanı Kat Morrill insanları, esneme hareketlerinin sağlıklı yaşam alışkanlıklarında ek bir aktiviteden daha fazlası olması gerektiği ve vücudun esnekliğini arttırmaktan çok daha yararlı bir işlevi olduğunu anlamaları konusunda teşvik etmektedir. Aslında hem hareketlilik çalışması hem de esneme hareketleri kasları geliştirmek, sakatlanmayı önlemek ve genel olarak sağlığınızı desteklemek açısından önemlidir.

Esneme hareketlerinin yararlarını anlatmaya geçmeden önce, hareketlilik çalışması ile esneme hareketleri arasındaki farkı anlamak önemlidir. Hareketlilik çalışması tipik olarak bir egzersizden önce yapılır ve eklemleri, kasları ve tendonları en uygun performans için hazırlar. Statik esneme ise egzersiz sonrasında yapılır; kasları uzatır ve hareket aralığını geri kazandırır.

Eğer bilinçli bir şekilde esneme hareketleri yapmaya başlarsanız, yararlarını hissedecek ve yaşamınızda daha büyük bir denge yaratacaksınız. Esneme hareketlerinin sizin için gerçek anlamda ne derece etkili olabileceğini görmek için bu yazıyı okumaya devam edebilirsiniz.

1 Sakatlıkları Önleyin

Hareket açıklığını geliştirmeye yardımcı olacak hareketlilik çalışmaları ve esneme hareketleri yapılmazsa sakatlanma olasılığı artar.

Morrill'e göre kronik olarak gergin ve kısalmış kaslar sakatlanmaya daha yatkın olurlar. Buna ek olarak yetersiz bir hareket aralığı, eklem gerginliğine yol açar, bu da egzersiz sırasında hatalı bir hareket ile sonuçlanabilir. Her egzersiz öncesinde hareketlilik egzersizleri ile eklemlerinizi ısıtmanız önemlidir ancak özellikle eklemlerinize ve kaslarınıza yük bindiren ağırlıkları kaldırırken bu egzersizler önemlidir. Egzersiz sonrası esneme hareketleri vücudunuzun hareket açıklığını geri kazanmasını sağlayarak gelecekte oluşabilecek sakatlanmaları önlemeye yardımcı olur.

2 Duruşunuzu Düzeltin

Mesaj yazarken, araba kullanırken veya bilgisayar başında çalışırken hayatımızın büyük bir bölümünü başımız önde geçiriyoruz.

Bu hareketsiz yaşam tarzı, başın ağırlığı ile bir araya geldiğinde disklerin yanı sıra boyun ve sırt kasları üzerinde de ekstra bir baskı oluşturur. Bu durum aynı zamanda ağrı ve sızılara neden olabilecek bir duruş bozukluğuna da yol açar. Esneme hareketleri, özellikle boyun, torakal omurga, bel, kalça, omuzlar ve göğüs için omurganızın hizalanmasına ve uzun süre oturmaktan dolayı gerilen kaslarınızın rahatlamasına yardımcı olabilir.



3 Daha İyi Kan Dolaşımına Sahip Olun

Esneme hareketleri kan dolaşımını hızlandırır, bu da hücrelerinize oksijen taşır ve organlarınızın daha etkili ve verimli bir şekilde çalışmasına yardımcı olur.

Daha iyi bir kan dolaşımı egzersiz sonrası oluşan ağrıları azaltabilir ve kaslarınıza giden oksijeni artırarak daha iyi ve daha uzun süre performans göstermelerine yardımcı olabilir. Bunun yanı sıra Morrill esneme hareketlerinin, kalbiniz üzerindeki baskıyı azaltarak ve kan basıncınızı dengeleyerek kalp atış hızınızı da düşürdüğünü söylüyor.

4 Fiziksel Performansınızı Arttırın

Morrill'e göre esneme hareketleri, vücudu egzersiz için hazırlar ve onu harekete geçirir.

Hareketlilik hareketleri kan dolaşımını hızlandırır, bu sayede vücut daha iyi hareket eder ve egzersiz yaparken ideal hareket aralığına sahip olur. Egzersiz sonrası statik esneme, spor alışkanlığınızda gerekli dengeyi sağlamanıza yardımcı olacaktır. Morrill, insanları elde ettikleri sonuçları en üst düzeye çıkarmak için egzersiz yaptıkları kadar, esneme hareketleri yapmaları ve toparlanmaları konusunda da teşvik ediyor çünkü bilinenin aksine, egzersiz aslında gevşeyen, çalışmayan kasları toparlanma süreci ile yeniden inşa ediyor.

5 Zihinsel Sağlığınızı Geliştirin

Esneme hareketleri hızınızı düşürmenin, zihninize ve vücudunuza bir mola vermenin iyi bir yoludur.

Esneme hareketlerinin stresi azaltan "iyi hissetme" hormonu serotoninini arttırdığı gösterildiğinden, rahatlamaya, ruh halinizi yükseltmeye ve zihninizin berraklaşmasına yardımcı olabilir. Esneme hareketleri tüm bunları, stres ve ruh halini doğrudan etkileyen merkezi sinir sistemini sakinleştirerek yapar. Stres kas gerginliğine yol açar, bu nedenle esneme hareketleri gergin bölgeleri rahatlatarak bu döngüyü tersine çevirmeye yardımcı olurken aynı zamanda stresin kaynağını da ele alır.

YARARLARINI ARTTIRIN

Forever'in toparlanmaya yardımcı olan besin tamamlayıcıları ile esneme hareketlerinden en etkili şekilde yararlanın.



Forever Aloe Heat Lotion

Aloe içeren bu formül günün yorgunluğunu üzerinizden atmanıza yardımcı olur.



Forever Freedom

Forever Aloe Vera jel ve aktif yaşam tarzını destekleyen içerik maddelerinden oluşan bu karışım, besin desteği olarak kullanabileceğiniz bir içecektir.

Forever Aloe Heat Lotion | Ürün Kodu 064
Forever Freedom | Ürün Kodu 196

SAPPHIRE MANAGER



HAWARI HAMEED SHWAISH ARALIK 2023

Merhaba, sadece 2 yıl önce 2022 yılında bir davet üzerine katıldığım toplantıda bu özel iş planını değerlendiren insanların hayatlarını değiştirdiklerine gerçekten şahit oldum. Aynı yıl Sponsorum aracılığıyla Forever Living ile çalışmaya başladım. Ondan önce fotoğrafçılık alanında çalışıyordum. Ancak bana fırsat sunulunca, ürünleri görünce ve şirketin çalışma sistemini öğrenince daha çok heveslendim ve var olan işimi bırakıp çalışmaya başladım. Ürünlerinin dünya standartlarında bir kaliteye sahip olması ve biyoyararlılığın iyi sonuçlar vermesi beni çok etkiledi. Bir iş planıyla etik açıdan hak ettiğinizden daha fazlasını elde edersiniz. Ekip arkadaşlarım kariyer yaparken biz de yeni kariyerlere ulaşıyoruz ve bu 2 yılda birçok hayata dokunduk, dokunmaya da devam ediyoruz. İşimiz insanların hayatlarına dokunmak ve onların gerçekten güzel hayatlar yaşamalarına yardımcı olmaktır. Bundan aldığımız güçle kariyer basamaklarını çıkmaya devam edeceğiz. Daha yüksek kariyer seviyelerine ulaşmak için daha çok emek vermeli, çalışmalı, ileriye yönelik planlar yapmalı ve hiçbir durumda iş planını aksatmamalıyız. Hedefim, 2024 yılı sonuna kadar Diamond Sapphire Manager kariyerine ulaşmak, Chairman's Bonus 3.

Seviye'ye ve GLT'ye hak kazanmak. İlk destekçilerim olan ve benim her zaman yanımda duran Diamond Managerıma ve Sapphire Managerıma özel olarak teşekkür ediyorum. Teşekkürler Forever Living!

SOARING MANAGER



LAILA ALINIZI

KASIM 2023

Merhaba, Sponsorum aracılığıyla 2022 yılında Forever Living ile çalışmaya başladım. 3 çocuk annesiyim ve ev hanımıyım. İş fırsatı bana sunulunca, ürünleri görünce ve şirketin sistemini öğrenince daha çok heveslendim. Teşviklere ve kariyerlere ulaşmak için her zaman çok çalışmaya karar verdim. Forever Living sayesinde yaşam kalitem arttı. Çalışarak 2023 yılında Senior Manager ve ardından Soaring Manager kariyerlerine ulaştım. Bu yıl ki hedefim, Sapphire Manager olup daha fazla gelir elde etmektir. Forever Living ile çalışmaktan gurur duyuyorum ve çok mutluyum.

SOARING MANAGER



FATMA, MUSTAFA ULUÇEŞME NİSAN 2024

Forever Living ürünleri ile 2010 yılı Kasım ayında bir kamu kuruluşunda çalışırken tanıştım. Başta iş olarak düşünmemiştim, ürünleri kullandıkça kalitesini, kendimdeki değişimi gördüm ve çevremdeki insanlara tavsiye etmeye başladım. Bir aylık bir süreçte Supervisor kariyerine ulaştım ve hayatımda ilk kez şirketin daveti üzerine bir etkinliğe katıldım. Bu etkinlik beni çok etkiledi ve iş boyutunu değerlendirmeye karar verdim. 10 ay içinde Manager kariyerine ulaştıktan sonra kadrolu işimden istifa ettim. 14 yıl boyunca sayısız başarıya imza attım ve Forever'in düzenlediği yurt içi ve yurt dışı eğitimler sayesinde kendimi daha çok geliştirdim. Kendimle birlikte birçok kişinin hayatının değişmesine vesile oldum. Hedefim, yaşamlara dokunmaya devam ederek bu yolda daim olup hem kendimi hem de ekibimi zirveye taşımak.

SENIOR MANAGER



FADIA ALHOSIN

ŞUBAT 2024

Hayatımı iyi yönde değiştiren, tanıdığım en büyük ve en güzel şirkete tüm kalbimle teşekkür ederim. Hayatın farklı alanlarında karşılaştığım tüm zor koşullara rağmen kendimi çok şanslı hissediyorum. Asla pes etmeyi bilmiyorum. Hayat sadece zorluklardan ibaret değil. Manager kariyerine ulaştığım ay annemi kaybettim ve tüm üzüntülere rağmen hedefimden vazgeçmedim. Forever Living'in eşsiz iş planı sayesinde hedefime ulaştım. Her türlü güven ve adalet olan bu şirketin hep var olmasını dilerim. Teşekkür ederim.

ÇİĞDEM YAĞCI

NİSAN 2024



Merhaba Forever Living Ailesi, bundan 2 yıl önce çıkmış olduğum bu yolculukta hem daha iyi bir yaşam hem varlık anlamında hayatım değişmiş oldu. Ekip arkadaşlarımla kariyer yapmasına yardımcı olurken ben de yeni bir kariyere ulaşmış oldum. Bu başarı, Sponsorumun desteği ve Ekip çalışmasından kaynaklanıyor. Hep birlikte başardık. Bundan sonraki süreçte maddi manevi hayatlara dokunmaya devam ederek hep birlikte yeni kariyerlere ulaşmak dileğiyle... Teşekkürler Forever Living!



GÜLSÜM SAĞLICAK

EKİM 2023

Merhaba, İzmir’de yaşıyorum ve 63 yaşındayım. Bir kamu kuruluşundan muhasebe uzmanı olarak emekli oldum. Ablam için besin takviyesi aradığımız bir dönemde Forever Living ürünleri ile tanıştık. Benim de hayatım boyunca kilo problemim vardı. Ürünlerin olumlu etkilerini görünce Managerımızın doğru bilgilendirmesi sonucunda hemen Assistant Supervisor olarak sisteme dâhil oldum. Yaşadığım süre boyunca kilo benim için problemdi ve kısa sürede hedef kiloma ulaştım. Pandemide Forever Living’e katılmamıza rağmen ürünlerin gücünü görüp çevremizde sevdiğimizle paylaşınca FLP İş Planı ile 4. yılımda Manager kariyerine ulaştım. Forever Living’in bendeki karşılığı vizyon sahibi, üretici, hakkaniyetli ve güvenilir olmasıydı. Daha iyi bir yaşam ve varlık anlamında insanlara yardım etmek çok keyifli. Ekip arkadaşlarımızla birlikte daha üst kariyerler için yolumuza devam ediyoruz.



ERDAL KARAHAN

KASIM 2023

Herkese merhaba, dünya mutfağı olan bir restoran zincirinde işletme müdürlüğü yapmaktayım. Forever Living ile 29 Şubat 2020 tarihinde tanıştım. İlk önce tavsiye edildiği gibi ürünleri kendim kullandım. Daha sonra çevremde tanıdığım tanımadığım birçok insana tavsiye ettim. Tabi ki çok hayır cevabı aldım. Hayır cevapları bana motivasyon oldu ve vazgeçmedim. Evet diyenlerin daha iyi bir yaşama kavuşması beni inanılmaz motive etti. Kısa zamanda Supervisor kariyerine ulaştım. Pandemi ve işlerin yoğunluğu sebebi ile bir süre aynı kariyerde kaldım. İstanbul’da katıldığım Supervisor Plus toplantısı hedeflerim için bir dönüm noktası oldu. Manager olmaya karar verdim ve 4 ay gibi bir sürede bu kariyere ulaştım. Bu konuda bana destek olan Ekibim ve Üst Managerlarıma teşekkür ederim. Çok değerli bir iş yaptığının farkındayım. İnsanların hem yaşamına hem de varlığına dokunmak bu zamanda muhteşem bir şey. Bu yüzden Forever Living Ailesi’ne ayrıca teşekkür ederim. Antalya toplantısında dediğim gibi Forever Living ürünlerini ne kullanmaktan ne de anlatmaktan vazgeçmeyin. Tüm Manager kariyerine ulaşan Forever Living Ailesi’ne başarılar diliyorum. Yeni kariyerlerde görüşmek üzere, hoşça kalın!



GÜLAY CENGİZ

KASIM 2023

Merhaba, 2 çocuk annesiyim. 5 yıl önce hayatımdaki bazı sıkıntılar ve kilo problemi sebebi ile mutsuz ve hiç bir hayali olmayan bir anne iken Forever Living ürünleri ile tanışmam benim için bir dönüm noktası oldu. Hayata yeniden bağlandım. Forever Living özgüveni olan ve kendi ayakları üzerinde duran güçlü bir anne olmamı sağladı. Teşekkürler Forever Living!



HANIFA ISMAIL

KASIM 2023

Duygularımı ifade etmek ne kadar kolay olacak bilmiyorum ama içimdeki bu inanılmaz duyguyu sizlere anlatmak istiyorum. Öncelikle şunu söyleyeyim, başarılarımı görmek çok onur verici bir his. Bunu ifade etmek oldukça zor çünkü bu benim için sadece bir başlangıç. Başarıya hiç doymayacağım ve daima en üst kariyerlerde olacağım. Bu iş fırsatına ihtiyacı olan herkesle beraber olacağım. Forever Living İş Planı sayesinde finansal özgürlüğümüze ulaşabilirsiniz. Hedefim, İş Planındaki en üst kariyere ulaşmak çünkü ben başarıya doymayan bir kişiyim. Forever Living’in bu şahane fırsatını değerlendirdiğim için çok mutluyum ve bu fırsatı değerlendirmeyi herkese tavsiye ederim. Forever sonsuzdur, Forever aşktır, Forever iyi bir yaşamdır ve Forever altın bir fırsattır. Forever barış ile yaşamının tam anlamıdır.



MELİSSA ÖGE

ARALIK 2023

Forever Living ürünleriyle 4 yıl önce tanıştım. Başta annem ve arkasından arkadaşlarım kullandığım ürünlerin etkilerini görünce onlar da kullanmaya başladılar. Antalya’da yaşıyoruz ve ailem bir kaç otelin spa salonunu işletiyor. Tamamı yabancı misafirlerimizin Forever Living ürünlerine olan ilgisinden memnunuz. Manager olmak önemli bir kariyer basamağı, bunu başarmış olmaktan son derece mutluyum.



FATEMEH VAHABI FOROUSHANI

ARALIK 2023

Forever Living ile ilk tanıştığım günden beri bunu ilahi bir nimet olarak gördüm ve yürekten kucakladım. Geçtiğimiz 4 yılda Forever Living hayatımın her alanıyla iç içe geçti. Maddi refahımdaki iyileşmelerin yanı sıra yaşam kalitem ve canlılığım da arttı. Bu olağanüstü hediyeyle dünyayla paylaşmaya kararlıyım ve her geçen yıl daha da büyük başarılarla ulaşmayı hedefliyorum.



GÖRKEM ÇETİN

ARALIK 2023

Merhaba, Forever Living ürünleri ile ben 2011 yılında, eşim ise 2019 yılında tanıştı. İlk olarak besin tamamlayıcılarını kullandık. Birçok olumlu sonuç elde ettik. Ara vermemize rağmen Forever Living aşkı daima içimizdeydi ve eşimle birlikte yeniden güçlü adımlarla Forever İş Planını hayatımıza dâhil ederek hedefimizi belirledik. 2023 yılı Aralık ayında Manager kariyerine ulaştık. Eşim öğretmenliği bıraktı ve artık tam zamanlı olarak Forever Living ile devam etmekteyiz. Yeni hedefimiz, Senior Eagle Manager olmak. Bunun için gece-gündüz çalışıyor ve çalışmaktan mutluluk ve gurur duyuyoruz çünkü biliyoruz ki Forever Living'te hiçbir şey boşa değil. İnsanların hayatlarına dokunmaya devam ediyoruz. Teşekkürler Forever Living!



HATİCE AYBASTI

ARALIK 2023

Merhaba kıymetli Forever Living Ailesi, evli ve 2 çocuk annesiyim. Bu muhteşem aile ile bir arkadaşımın tavsiyesi üzerine ürünlerini kullanmak suretiyle 2022 yılı Ağustos ayında tanıştım. Ürünlerden memnun kalınca yakın çevrem ve aileme de ürünleri tavsiye ettim. Sponsorum bu ürünlerin besin desteği sağlamanın yanında bir de maddi kazanç getireceğini söyledi ve Forever İş Planı hakkında bizi bilgilendirdi. Eşim ile istişare ederek bu işi birlikte yapmaya karar verdik. Hem insanların daha iyi bir yaşam sürmesine faydalı olacaktık hem de maddi anlamda bir gelir elde edecektik. Bunu nasıl yapacağımız konusunda liderlerimizin söylediklerini yapmaya çalıştık. Ürünleri kullandık, insanlara tavsiye ettik ve eğitimlere katıldık. Kendimizi geliştirmeye başladık ve hala bu yolda ilerliyoruz. 16 aylık bir süreçte Manager seviyesine ulaştım. Bu işte kariyer yapmayı düşünen arkadaşlara tavsiyem, önce bu işi yapabileceklerine samimiyetle inanmalarıdır. İnanıldıktan sonra iyi ve disiplinli bir Ekip çalışması ile istedikleri hedeflere ulaşabilirler. Asla pes etmesinler. Ekibimle birlikte daha üst kariyerlere ulaşmayı ve insanlara faydalı olmayı hedefliyoruz. Şimdiye kadar bizden desteklerini ve yardımlarını esirgemeyen Sponsorlarıma ve Ekip arkadaşlarıma teşekkür ederim. İyi ki varlar ve iyi ki varsın Forever!



RAMAZAN AYAN

ARALIK 2023

Merhaba, 42 yaşındayım. Ürün kullanıcısı olarak başladığım bu adımda besin tamamlayıcısı ürünlerin etkilerini olumlu yönde çok çabuk göstermesinden dolayı Forever İş Planını yapmaya karar verdim. 2016 yılından beri işimi ileriye taşıyordum. Ekip arkadaşlarımda bu yolda bana yardımcı oluyorlar, hepsine çok teşekkür ediyorum. İyi ki varsın Forever Living!



ÖZNR TERZİ

OCAK 2024

Benim için en değerli olgulardan biri, çalıştığım alanlarda başkalarına yardımcı olmak ve fayda sağlayabilmektir. Aradığım değer bulduğum için çok mutluyum. Bu mutluluk beni önce Haziran ayında Supervisor kariyeri ile ödüllendirdi arkasından yardımcı olduğum ve hayatına fayda sağladığım danışanlarımdan memnuniyetleri ile Aralık ayında Assistant Manager kariyerine yükseldim. Ocak ayında ise Manager kariyerine ulaşmanın sevincini yaşadım. Bunun sevinci ve gururu bambaşka. Hepimiz çocukken masallara inanırız sonra büyüdükçe o masalların gerçek olmadığını görürüz. Ben sevgili Sponsorum ile tanıştıktan sonra kendimi bir masalın içinde buldum. Çünkü herkesin yaşadığı o dünyada bize çaresiz olmayı öğretiyorlar. Ben ise önce kendi çaresizliğime çözüm oldum daha sonra ekip olarak başka çaresiz kişilerin çaresizliğine çözüm olduk ve olmaya devam ediyoruz. Rex Maughan'ın "Forever'in gücü, sevginin gücüdür." sözünü yaşadığım için buradayım. Sevginin gücü ve sevginin enerjisi belki de hiçbir teknolojinin üretemeyeceği bir ulaşım aracı. Managerım bana özel planladığı bu yolda potansiyelimi ortaya çıkardım ve kendisine teşekkür ediyorum. Şimdi ise yıldızlara ulaşabilecek güce sahibim.



GÜLAY GÜNER

OCAK 2024

Merhaba, 2015 yılında daha iyi bir yaşam sürmek için Forever Living ile tanıştım. 2022 yılına kadar ürün kullanıcısı olarak devam ettik. 2022 yılında bizdeki değişimi fark edip merak eden çevremizdeki kişileri şirketimizle tanıştırmak için Manager kariyerine ulaştım. Forever Living insanların daha iyi bir yaşama kavuşması ve kazanç elde etmesini sağlayarak refah seviyesini yükselten çok güzel ve güçlü bir şirkettir. Böylesine güzel ve güçlü bir şirketi temsil etmekten mutluluk duyuyorum. İyi ki Forever Living ile çalışıyorum.



BETÜL BEKİL

ŞUBAT 2024

Merhaba Forever Living Ailesi, bundan 1,5 yıl önce ürünlerimiz ile tanıştım. Annem de ve kendim de gördüğüm güzel sonuçlar ile ürünlere ve şirkete olan inancım arttı. Üst Managerlarımın da desteği ile iş fırsatını değerlendirme kararı aldım. Hayatımı hem yaşam hem varlık anlamında Forever Living'ten önce ve sonra diye ikiye ayırdım. Bu güzel fırsatı herkesin değerlendirmesini ve yılmadan devam etmesini temenni ediyorum. Teşekkürler Forever Living!



HALA ALHILAL ALSHRIFI

ŞUBAT 2024

İnsanlar yorgunluk, başarısızlık ve umutsuzluk istasyonlarından geçmeden başarı bahçesine ulaşamaz ve iradesi güçlü olan kişi bu istasyonlarda uzun süre kalmaz. Sürekli hırs, geriye bakmamak, başarısızlıkların ve hayal kırıklıklarının üstesinden gelmek başarının ve zirveye ulaşmanın en önemli nedenleridir. Başarı, hayatınızın her alanında mükemmel bir insan olmak değil, hayatınızın bir alanında, bu yönünü başkaları için fayda ve zenginlik kaynağı haline getirecek şekilde özel olmaktır. Çok çalışıp geç saatlere kadar ayakta kalmanın verdiği sevinç gözyaşları, iyimserlik, hareketlilik ve her zaman zirveye ulaşma çabasıyla karşın tarifsiz duygular. Kendinize bir hedef belirlediğinizde ve ona ulaşmak için çabaladığınızda en büyük mutluluğu yaşarsınız.



VOLKAN HOŞCAN

ŞUBAT 2024

Forever Living'te Manager olarak yeni bir kariyere adım atmış olmanın heyecanını yaşıyorum. Liderlerimin ve Sponsorumun katkıları ve kattıkları çok büyük, kendilerine teşekkür ediyorum. Bu yolculuk, kaliteli ürünlerimize olan inancımızla daha da anlamlı hale geldi. Bu ürünler hem benim hem de ekibimizin daha iyi bir yaşama kavuşmasına yardımcı olup bize iyi hissettiriyor. Müşterilerimizle kurduğumuz samimi ilişkiler, onların hayatlarını değiştirmemize olanak tanıyor ve bu da bizi derinden mutlu ediyor. Hep birlikte daha iyi bir yaşama ve başarıya doğru ilerlerken, bu kazan-kazan deneyiminin her adımında daha da güçleniyoruz.



GULSHAT GURDOVA

ŞUBAT 2024

Merhaba, ben Türkmenistan vatandaşıyım. Yaşadığım bazı sıkıntılardan dolayı Forever Living ile tanıştım. Daha önceleri network şirketlerinde çalıştığım için Forever Living'e karşı bayağı ön yargıları vardı. 4 ay araştırma yaptıktan sonra ürünleri kullanmaya başladım. 8 gün sonra olumlu sonuçlarını görünce yakınlarıma anlatmaya ve tavsiye etmeye başladım. Bu nedenle iş planıyla da tanışmış oldum. 2023 yılı Mayıs ayında iş planını tanıdım ve bir sene sonra Manager olmalıyım diye not düştüm defterime. Tabi bu süreç kolay olmadı çünkü bizim burada ofis yok, ürünleri getirmek kolay değil. 20-30 gün ürünlerin gelmesini bekliyoruz ama işi tanıdıktan ve sevdikten sonra her şeye değer olduğunu anlıyor insan. Bir sene olmadan Manager olmak nasip oldu. Bu süreçte ben tek değildim. Her zaman bana yol gösteren Sponsorlarım her adımında yanımdaydı. Her şeyi onların gösterdiği şekilde uyguladığım için hedefime daha erken ulaşabildim. Ekip arkadaşlarımla aramızda güzel bir bağ vardı her zaman, onların katkıları ve desteği çok büyük benim için. Hem kaliteli bir yaşam hem varlık alanında bize büyük destek veren Forever Living Ailesi'ne, Sponsorlarıma ve Ekip arkadaşlarıma sonsuz teşekkürler ederim.



MEHMET AYBASTI

MART 2024

Merhaba kıymetli Forever Living Ailesi, bu muhteşem aile ile eşimin ürünleri kullanması sayesinde 2022 yılı Ağustos ayında tanıştım. Üst Sponsorum Forever Living'in İş Planı hakkında bizi bilgilendirdi. Eşim ile istişare ederek hem insanların yaşamlarına faydalı olmak hem de maddi anlamda bir gelir elde etmek amacıyla bu yola koyulduk. Bunu nasıl yapacağımız konusunda liderlerimizin söylediklerini yapmaya çalıştık. Ürünleri kullandık, tavsiye ettik ve takip ettik. Kendimizi geliştirmek için mümkün olduğunca eğitimlere katıldık ve aynı şekilde de devam ediyoruz. Eşimle birlikte bir işbölümü yaptık. Ürünlerin ilgi duyan kişilere anlatılması ve tavsiye edilmesi kısmını eşim, takip kısmını da daha çok ben yapıyorum. İkili bir ekip çalışması ile ilerlemeye çalışıyoruz. Takıldığımız yerlerde Üst Sponsorlarımızdan yardım istiyoruz. Onlar da sağ olsunlar her zaman destek oluyorlar. Desteklerini ve yardımlarını her zaman arkamızda, yanımızda hissettiğim Sponsorlarımıza ve Ekip arkadaşlarımıza teşekkür ederim. Sağlıcakla ve Forever Living ile birlikte kalın.



TAHEREH FALLAH

ŞUBAT 2024

Merhaba, Forever Living' de çalışmayı sadece bir iş olarak görmüyorum. Bana göre Forever Living'in misyonu önemli bir mesajı iletme; sevdiğimiz herkesle daha iyi bir yaşamı paylaşma mesajını.



ELİFE KAÇAR

MART 2024

Herkese merhaba, Forever Living ile 2024 yılı Ocak ayında tanıştım. Forever Living ile tanışmadan önce üniversite mezunu, evli ve 2 çocuk annesi bir ev hanımıydım. Türkiye Rallisi'ne katıldıktan sonra orada yaşanan heyecan ve takdirlere beni o kadar çok etkiledi ki eşim ve ben döner dönmez hemen sipariş verdik. Ürünleri kullanmaya başladıktan sonra bunu insanlara duyurmak zorunda olduğumu düşündüm ve bunu işe çevirmeye karar verdim. Sponsorumun bir cümlesi vardı, "Forever Living ürünlerini kullanmak nasip işidir ve herkese nasip olmaz." bence en güzel cümleydi. Şükürler olsun ki bana da nasip oldu ve benim en büyük desteğim oldu. O yüzden bu işi, bu ürünleri ve bu mucizeyi duyurmak en büyük hedefim. Forever Living benim özelim, değerlim, mucizem, özgüvenim, yaşamım ve özgürlüğüm.



SEMİHA ULUS

MART 2024

Merhaba, 48 yaşında ve 4 çocuk annesiyim. Sosyoloji mezunuyum. Çok ciddi kilo sorunları yaşıyordum, diyetisyenler kilo veremeyeceğime ve bedenimin kilitlendiğine beni ikna etmişlerdi. Her yolu deneyip hiç sonuç alamadığım zorlu bu dönemde bir arayış içerisinde iken dış hekimim arkadaşımın tavsiyesi sayesinde Sponsorum ile tanıştım. Sponsorumun yönlendirmeleri ile beslenme düzenimi değiştirerek ve Forever Living ürünlerini kullanarak kilo verdim. Tabii bu süreçte bendeki değişim ve dönüşüm ailemi ve çevremi çok etkiledi. Forever Living iş fırsatını o andan itibaren değerlendirmeye karar verdim. Sevgili Sponsorumun desteğiyle Forever Living İş Planını öğrendim ve hayatıma dâhil ettim. Bu disiplinli iş planı sayesinde 3 ayda Supervisor 7 ayda içinde de Manager kariyerine ulaştım. Dua almak ve insanların hayatlarına katkı sağlamak mükemmel bir motivasyon benim için. Hayatımın anlamı yeniden şekillendi diyebilirim. Bunun yanında da çocuklarım dünyaya gelince bıraktığım iş hayatımı, başarıma ve kazanma duygumu da yeniden yakaladım. Tam gün mesaili bir işte çalışmıyorum ama evimde disiplinli bir çalışma planı ile bunu başarabiliyorum. Şimdiki hedefim, Eagle Manager kariyerine ulaşabilmek. Hayatıma ve bedenime kattıkları için Forever Living'e ve sevgili Sponsoruma teşekkür ediyorum. Daha kaliteli yaşamın yolu, Forever Living ürünlerini kullanmak ve bu ürünlerini daha fazla kişiye ulaştırmak diyorum. İyi ki varsın Forever Living! Saygılarımla...



HANIM ACAR

MART 2024

Merhaba, 28 yıllıdır kadın kuaförlüğü yapıyorum. Forever Living ile hayatım değişti diyebilirim. Çok yoğun çalışan biriyim buna rağmen enerjim ve motivasyonum çok yüksek, çok keyif alıyorum. Her seferinde keşke daha önce tanışsaydım diyorum. 2023 yılı Nisan ayında dış macunu kullanmaya başlayarak Forever Living ile tanıştım. Dış macunu ve diğer bütün ürünlerin çok kaliteli olması beni bu işe daha çok bağladı. Ürünleri kullanan kişilerdeki olumlu dönüşler ve şirketimizin bize verdiği değer benim için çok önemliydi. Zamanla daha da büyük bir aile olmak dileğiyle...



ESRA AKAY

MART 2024

Merhaba, Forever Living ile hayatımın zor bir döneminde tanıştım. Umutsuz bir dönemde çok güzel bir fırsat kapımı çaldı, daha sonra ürünleri kullandım memnun kaldıkça etrafıma anlatmaya başladım. Çok güzel kazançlar elde edildiğini, insanların yaşamlarının düzene girdiğini gördüm ve herkesin bu güçlü şirketin ürünlerini tanınmasını istedim. Tabi ki her şeyde olduğu gibi burada da inişli çıkışlı dönemler oldu ancak asla pes etmedim. Çevreniz değişiyor ve insanların mutluluğuna ortak oluyorsunuz. En önemlisi, size kendinizi değerli hissettiriyor. İyi ki varsın Forever Living!



MEHMET SAYAR

NİSAN 2024

Merhaba, Forever Living ile önce ürün kullanıcısı olarak tanıştım. Kendimde gördüğüm olumlu sonuçlar ve değişiklikler çevrem de dikkatini çekti ve böylece ürünleri tavsiye etmeye başladım. Ürünleri tavsiye ettiğim kişiler de çok güzel sonuçlar elde etti. Bu şekilde Manager kariyerine ulaştım ve çok mutluyum. İyi ki Forever Living ürünleri var. Teşekkürler Forever Living!



DUNYA ABU NBUT

NİSAN 2024

Başarı, kişinin yaşamı boyunca ulaşmayı arzuladığı hedefe ulaşmasıdır. Bu da sürekli çabalama, azim ve çok çalışmayla olur. Karşılaştığım tüm zorluklara rağmen bu kariyer başarısına ulaştım ve çok mutluyum. Hırs insanın hayatındaki ruhsal enerjidir ve başarının temelidir, hayatımızı düzenleyen ve bizi geleceğe iten zihinsel plandır. Bundan sonraki hedefim, daha fazla hırs ve çaba ile daha üst kariyerlere ulaşmak ve başarılı olmaktır. Herkese teşekkürler...



GÜLSÜM ALEYNA ULUÇEŞME

NİSAN 2024

Forever Living ile 2010 yılında annem sayesinde tanıştım. Bugüne kadar ürünlerin neredeyse hepsini kullandım ve ailemin başarılarında hep yanlarında oldum. Okul hayatım boyunca ürünleri herkese tavsiye ettim. Forever Living'in güçlü iş planı ve ürünlerinin kalitesi her geçen gün yaşam kalitemizin artmasını sağladı. Bizi daha da geliştirdi. Üniversiteden mezun olduktan bir sene sonra bu işi profesyonel olarak yapmaya karar verdim ve 8 ay içerisinde Manager kariyerine ulaştım. Hedefim, en kısa sürede başarılı adımlarla üst kariyerlere ulaşmak. Bana her zaman destek olan aileme çok teşekkür ediyorum. İyi ki Forever Living ile tanışmışlar. Bu ailenin bir parçası olmaktan mutluluk duyuyorum.

En başarılı 20 FBO

Ekim - Kasım - Aralık 2023

Non-Manager Business-Builders (Non-Manager CC)

Bu teşviki, en yüksek Non-Manager iş hacmine ulaşan FBO'lar kazanmaktadır.



4	ERCAN DOĞAN	5	HÜLYA USTABAŞ	6	SERAP SANCAKTAR
7	CİHAN OTMAN	8	MEHTAP ASLAN	9	HAWARI, HAMEED SHWAISH
10	SELMA KIRMIZIAY	11	ROJHAT GENC	12	ABDÜLKADİR KÖÇEN
13	CİĞDEM YAĞCI,	14	GÜLPERİ DAŞDEMİR	15	HURİYE KÖSE
16	FATMA SERRA ÇİFTÇİ	17	NURSEN BİLGİÇ	18	SERİF ELMA
19	HÜLYA İNKAYA	20	GÜLFER GÜLSEREN		

Business-Builders

En Çok Yeni Preferred Customer ve Assistant Supervisor Kaydı Yapanlar

Bu teşviki, en yüksek yeni kayıt iş hacmine ulaşan FBO'lar kazanmaktadır.

1	SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ	2	MEHTAP ASLAN	3	ABDÜLKADİR KÖÇEN
4	SERAP SANCAKTAR	5	CİHAN OTMAN	6	SELMA KIRMIZIAY
7	AYŞE AKBABA	8	MEHMET SAYAR	9	AHMET İSKİFOĞLU
10	KADİR KOCATÜRK	11	GÜLSÜM ALEYNA ULUÇEŞME	12	SERKAN KARABULUT
13	AYSUN YERLİKAYA	14	MEHMET TAKICI	15	YELİZ AKIN
16	GAMZE AKAY	17	ERDAL SENGÜL	18	İBRAHİM ONEL
19	MELEK TAŞPINAR	20	MUSTAFA SEVBAN OKSUZLER		

En başarılı 20 FBO

Ocak - Şubat - Mart - Nisan 2024

Non-Manager Business-Builders (Non-Manager CC)

Bu teşviki, en yüksek Non-Manager iş hacmine ulaşan FBO'lar kazanmaktadır.



1

NATALIA DEMIDOVA



2

SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ



3

ABDÜLKADİR KÖÇEN

4	SELMA KIRMIZIAY	5	MEHTAP ASLAN	6	ÇİĞDEM YAĞCI
7	SERAP SANCAKTAR	8	CİHAN OTMAN	9	MADINA YOKUŞ
10	FATMA SERRA ÇİFTÇİ	11	MERYEM ÖZTEKİN	12	FATMA ULUÇEŞME
13	AYŞE ÇEŞME	14	YURDAGÜL KILINÇ	15	HÜLYA USTABAŞ
16	HURİYE KÖSE	17	NİYAZİ KORKMAZ	18	GÜLPERİ DAŞDEMİR
19	NİLAY KURT	20	FATEMEH VAHABI FOROUSHANI		

Business-Builders En Çok Yeni Preferred Customer ve Assistant Supervisor Kaydı Yapanlar

Bu teşviki, en yüksek yeni kayıt iş hacmine ulaşan FBO'lar kazanmaktadır.

1	MEHTAP ASLAN	2	ABDÜLKADİR KÖÇEN	3	SERDAR HAKAN ÇİFTÇİ
4	SEMRA GOKALP	5	SERKAN KARABULUT	6	SERAP SANCAKTAR
7	SELMA KIRMIZIAY	8	AYŞE AKBABA	9	AHMET ISKIFOGLU
10	GÜLSÜM ALEYNA ULUÇEŞME	11	GURLER SENYUZ	12	MEHMET SAYAR
13	BATUHAN AYDEMİR	14	PAKIZE PEKMEZ	15	LUTFIYE KOC
16	SENIYE AKENGİN	17	NİYAZİ KORKMAZ	18	İBRAHİM ONEL
19	SEMIHA ULUS	20	MEHMET TAKICI		

Yükselenler

EKİM AYI 2023

SENIOR MANAGER

Laila Alinizi

MANAGER

Gülsüm Sağlıcak

ASSISTANT MANAGER

Abdulqader Maaraati

Ahmad Shaaeir

Fatima Nur Oganberdi

Hatice Aybastı

Muhammed Touaama

Nabeel Qusay Khamees

Rasa Alaboud

Shatha Touaama

Souad Al-Aboud

SUPERVISORS

Abdülsamet Akpınar

Arife Aydın

Ayşe Ulu

Gülfıye Uğursalan

Hacer Efiloğlu

Hatice Seçen

İmam Hüseyin Palalıoğlu

Mehmet Halil Aydın

Nuran Akpınar

Oksana Lobanova

Osman Öztürk

Sümeyye Palalıoğlu

KASIM AYI 2023

SOARING MANAGER

Laila Alinizi

MANAGERS

Erdal Karahan

Görkem Çetin

Gülay Cengiz

Hanifa İsmail

ASSISTANT MANAGER

Betül Bekil

SUPERVISORS

Ahmet Güleğöz

Ala Halil

Amoon Alfarhat

Ayhan Yılmaz

Aylar Charyyeva

Aysel Yüceyaltırık

Damla Demirel

Feridun Deren

Gülcan Esengüleç

Havva Nizamoglu

Kübra Bak

Mahmut Pekmez

Mehmet Sayar

Mehmet Takıcı

Melissa Öge

Olga Öge

Osman Önem

Rukiye Uludağ Taşar

Semiha Ulus

Yadigar Yılmaz

Zinaida Lobanova

ARALIK AYI 2023

SAPPHIRE MANAGER

Hawari Hameed Shwaish Shwaish

MANAGERS

Fatemeh Vahabi Foroushani

Görkem, Gülsüm Bural Çetin

Hatice Aybastı

Melissa Öge

Ramazan Ayan

ASSISTANT MANAGERS

Abdulsamet Akpınar

Gülsün Alkaş

Hatice Seçen

Nilüfer Güleğöz

Nuran Akpınar

Olga Öge

Öznur Terzi

SUPERVISORS

Ayşe Akbaba

Ayşe Kaytan

Batuhan Aydemir

Esra Akay

Fatma Çetinkaya

Gamze Akay

Gizem Karahasanoğlu İnce

Görkem İbrahim Alpak

Hanım Acar

Leila Anli

Nazif Aktaş

Nejla Üner

Nurcan Coşkun

Rıdvan Karakulak

Selma Alpak

Seniye Akengin

Sevgi Yurdakavuşan

Sude Zencir

Ülkü Gökçe Ersin

Zuhal Yüksel

Yükselenler

OCAK AYI 2024

MANAGERS

Gülay Güner
Öznur Terzi

ASSISTANT MANAGERS

Semiha Ulus
Tahereh Fallah
Volkan Hoşcan

SUPERVISORS

Abdullah Cistir
Ayşe Oral
Emine Ersoy
Engin Akpınar
Fatih Yılmaz
Fatma Ergün
Fatma Özkaraman
Gülşen Şen
Gürler Şenyüz
Habibe Sağbaş
Hicran Şenyüz
Kamile Karadayı
Mehmet Cistir
Melisa Yemişçi
Saadet Öztürk
Sabri Demir
Sevil Dinsever
Teslime Özcan
Ümran Yılmaz
Zahra Hamzeh

ŞUBAT AYI 2024

SENIOR MANAGER

Fadia Alhosin

MANAGERS

Betül Bekil
Gulshat Gurdova
Hala Alhilar Alshrifi
Tahereh Fallah
Volkan Hoşcan

ASSISTANT MANAGER

Batuhan Aydemir
Hanaa Swaid
Havva Nizamoğlu
Hend Al Msalmah
Mehmet Aybastı
Murat Zübeyir Aybastı
Rawda Alshlash

SUPERVISORS

Amina Jabr
Asmaa Al-Tali
Bashar Al-Mohammed
Cüneyt Yılmaz
Davut Türkoğlu
Elife Kaçar
Faruk Şentürk
Gülşen Bahar Akpınar
Hayriye Ersoy
Hidayet Tilki
Hülya Palut
Hüseyin Akkan
İsmail Saman
Keyik Burkazowa
Maryam Ahmady
Neslihan Gökçe Bektaş
Pınar Polat
Samira Agahi
Sarie Guha
Semra Gökalp
Setareh Shabaniyan Boroujeni
Soltanı Sima Haji Hosein Zade
Şükrü Dinçer
Volkan Aydın
Zahra Mobasheri

Yükselenler

MART AYI 2024

MANAGERS

Batuhan Aydemir
Elife Kaçar
Esra Akay
Hanım Acar
Malihehsadat Naemikamehkar
Mehmet Aybastı
Semiha Ulus

ASSISTANT MANAGER

Gülsüm Aleyna Uluçeşme
Malihehsadat Naemikamehkar
Münevver Kara
Soltanı Sıma Haji Hosein Zade

SUPERVISORS

Ahmet Şuayip Demirok	I Man Badangki
Anna Yılmaz	İlknur Atasoy
Aslan Mert	İsmail Ünlü
Aslıhan Muslu	Kazım Işık
Aydoğan Yılmaz	Kazım Zahid Işıkoğlu
Ayshe Abdel Raman Amad AS	Kenan Demirci
Ayşe Yıldırım	Keziban Özen
Batuhan Mehmet Boztaş	Mehtap Gemici
Cansın Diken	Meral Matpan
Ceren Turan	Murat Akbaş
Derya Kaçmaz	Murat Yılmaz
Döndü Varol Şahin	Münadiye Gökgöz
Döne Toklu	Necip Korubeyi
Dunya Abu Nbut	Nedim Kıvrak
Emine Emeksiz	Nihal Dal
Fatih Raşit Kara	Nurcan Aşkın
Fatma Mutluer	Perihan Toprak
Fatma Şen	Safwan Abras
Ferhat Tektaş	Seçkin Acar
Gülhamide Işıkoğlu	Semir Dahrug
Gülşen Ünlü	Serdar Yılmaz
Halime Er	Serpil Şimşek
Hamza Adel Naeem Burghal	Sinem Yılmaz
Harba Abed Alrhman Damen Abo Abed	Zafer Uz
Hasan Kaçar	Zain Osama Ibrahim Al Neif
Hatice Kara	Zekeriya Güney
Havva Alakuş	Zuhal Akbalık
Hikmet Aydoğdu	Zulfikar Gezer
Hüseyin Ulaş	

NİSAN AYI 2024

SOARING MANAGER

Fatma, Mustafa Uluçeşme

SENIOR MANAGER

Çiğdem Yağcı

MANAGER

Dunya Abu Nbut
Gülsüm Aleyna Uluçeşme
Mehmet Sayar

ASSISTANT MANAGERS

Ayshe Abdel Raman Amad A S
Hamza Adel Naeem Burghal
Harba Abed Alrhman Damen Abo Abed
Zain Osama Ibrahim Al Neif

SUPERVISORS

Abdullah Hallak	Marwa Al-Akkari
Aber Derya	Mehmet Korubeyi
Afraa Alsatuof	Muhammed El Muhammed
Ahlam B.K. Alhalalah	Mustafa Abdurrahmanoğlu
Al-Yamamah Ahmed Al-Taybawi	Mustafa Yıldız
Arzu Özmen	Nadiye Kargın
Aynur Çınar	Nebahat Dalga
Ayşegül Tiril	Nihari Aliieva
Birgül Ertem	Nura M. I. Abushendi
Emine Feride Öztürk	Omar M.O Saleh
Emrah Pala	Rahme Talib
Fatima El Hamoudi	Rueyde El Suleyman
Fatma Kayalı	Rümeysa Avcı
Hakan Asıl	Sally N.I. Abubaker
Hakan Türkdöğru	Serengül Turp
Halil El Nayef	Serkan Yağcı
Hind El Muhammed	Sevim Aygün
Hülya Çakır	Sureyye El Abd
Hüseyin Yağcı	Ümran Korkmaz
İkhlâs Yassin	Yılmaz Yıldız
İbrahim Kalaycı	Zeynep Kırmızıtaş
Kadiyye Gizir	Ziad Aleayid
Karul Ttru	
Khaledah Ibrahim Suleiman	
Hussein	
Khud Sheikh Al-Assaf	
Leila Kamalaei	
Maksut Eroğlu	



FOREVER®

Paris

Forever
Global Rally
#FGR25

29 April – 4 May 2025



RETURN OF

ROCK THE BOAT

VENICE
DUBROVNIK
TRIESTE

#EMR24

21 SEPT-25 SEPT 2024

FOREVER®

PHUKET EMR

26-30 SEPTEMBER 2025 #EMR25

