

МАЙ 2025

ЖУРНАЛ ДЛЯ ТЕХ, КТО НЕ ЛЮБИТ
ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ НА ДОСТИГНУТОМ!
ДЛЯ ТЕХ, КТО СТРЕМИТСЯ К НОВЫМ
ВЕРШИНАМ!

ЖИЗНЬ IP-ONE



МЫ ВЕРИМ В ВАШ УСПЕХ!

10 способов успевать больше и уставать меньше

- **Планируйте день заранее и составляйте список дел.** Если в начале дня у вас нет конкретного плана, ваш мозг впадает в прострацию. Вы теряетесь и не понимаете, за что хвататься. В таком случае неизбежна прокрастинация: вы открываете социальные сети, чтобы полистать ленту, переписываетесь с друзьями в мессенджерах или беретесь за дело, которое сейчас совсем не в приоритете. Избежать этого поможет составление списка дел. Он помогает не впасть в подсознательный страх перед ворохом задач, наглядно отслеживать, что необходимо сделать, расставить приоритеты. К тому же это разгружает мозг от необходимости держать план в голове. Не говоря уже о том, как приятно становится на душе, когда в конце дня в своем списке дел вы видите галочки напротив каждой задачи.
- **Избегайте многозадачности.** На первый взгляд многозадачность — крутой навык. Но часто ли вы, делая несколько дел одновременно, в итоге оставались спокойными и по-настоящему продуктивными? Вот и я об этом. Гораздо разумнее будет сфокусироваться на одном деле: это экономит и ваши силы, и ваше время. Мозгу намного проще концентрироваться на одной деятельности, а не на двух сразу. В итоге вы сделаете задачу быстрее, меньше устанете и скорее сможете начать отдыхать.
- **Найдите свои источники мотивации.** Остаться продуктивным помогает понимание, для чего вам это надо. Не бойтесь задавать себе вопросы вроде: «Зачем я это делаю? Что мне это даст? Почему я хочу / не хочу это делать?» и искать на них ответы. В вашей голове все сразу встанет по полочкам. Не забывайте также замечать, что вы уже сделали, и хвалить себя за это. Здоровая благодарность самому себе точно пойдет на пользу продуктивности.
- **Избавьтесь от «пожирателей времени».** Зачастую мы даже не замечаем, как наше внимание распыляется и от важной задачи мы переходим к просмотру ленты в социальных сетях. Определите для себя, на что вы чаще всего отвлекаетесь, и старайтесь отслеживать каждый раз, когда ваши драгоценные минуты отнимают «пожиратели времени». И в этот момент вспоминайте о своем списке дел — завершен ли он? Если нет, возвращайтесь к задачам, чтобы как можно скорее вознаградить себя заслуженным отдыхом. Отвлекаясь от работы, мы все дальше отодвигаем тот самый сладостный момент, когда можно со спокойной душой уделить время близким, почитать книгу или просто полежать в тишине.
- **Не забывайте делать перерывы.** Вы поймали волну продуктивности? Это прекрасно, но вы ведь не хотите устать настолько, что не останется сил на любимое хобби вечером или на прогулку с собакой, верно? Чтобы этого избежать, делайте перерывы в работе. Мозг любит частые, но небольшие перерывы. Это помогает ему оставаться сосредоточенным. При этом очень важно в перерыв не сидеть в телефоне, а полностью переключиться на другую деятельность — пройтись, налить себе кофе или пообщаться с коллегой.





Поддерживайте порядок. Довольно сложно все успевать, когда вокруг царит хаос. Возьмите за правило поддерживать порядок вокруг себя: на рабочем месте, в квартире, в машине, даже в телефоне и компьютере. Поддержание порядка дисциплинирует и учит организованности, что в долгосрочной перспективе помогает и в работе. И в целом работать в чистоте гораздо приятнее и эффективнее — вокруг нет никаких отвлекающих факторов. Гармония помогает все делать гармонично!

- **Расставляйте приоритеты и делайте самое трудное сразу.** Ваши силы не бесконечны, и очень важно это учитывать, распределяя задачи на день. Советуем в первую очередь приступить к самым сложным задачам, пока у вас есть на это энергия. Если вы в начале дня сделаете все самое легкое, ресурса на трудоемкие дела не останется и их придется откладывать на завтра. Чтобы не попасть в этот замкнутый круг, расставляйте задачи в своем списке дел в порядке приоритетности: сначала самое важное, трудное и срочное, затем постепенно переходите к более легким делам.



- **Разбивайте большие задачи на маленькие.** Все самые масштабные и трудоемкие задачи настолько пугают нас своим объемом и количеством ресурсов, которые на них необходимо затратить, что мы откладываем их выполнение в долгий ящик. Чтобы подступиться к большой задаче, разбейте ее на максимальное количество мелких шагов. Таким образом, приступая к выполнению, вы будете думать не о масштабной задаче в целом, а о небольшой подзадаче. Это поможет сдвинуть дело с мертвой точки.
- **Меняйте обстановку.** Периодически менять обстановку и переключаться очень важно не только в повседневной жизни, но и в рабочей. Поэтому, если ваша работа позволяет (особенно если вы удаленный сотрудник), смените привычное рабочее место на что-нибудь новое: например стильную уютную кофейню. К тому же работа в публичных местах мотивирует оставаться сфокусированным на задачах.
- **Будьте осторожны с перфекционизмом.** Перфекционизм в психологии — убеждение, что идеал может и должен быть достигнут; что несовершенный результат работы не имеет права на существование. Не зря говорят, что нет предела совершенству. Действительно, всегда можно лучше. Но в погоне за тем самым идеалом вы можете не заметить, как уничтожили свою самооценку, обесценили свой труд и, как итог, перестали что-либо успевать, потому что эмоционально не справляетесь с таким давлением. Цените свой труд и учитесь воспринимать происходящее не как ошибку, а как опыт. Лучше не идеальное действие, чем идеальное бездействие



IMAGINE PEOPLE



Продукты IP-ONE для вашего мозга.

Быстро анализировать информацию, находить оригинальные решения и запоминать важное — эти навыки нужны в любом возрасте. Однако со временем у многих людей снижаются когнитивные способности, и некоторые задачи даются труднее, чем прежде. Примерно в 30–40 лет объем серого вещества начинает уменьшаться, а к 60 годам этот процесс ускоряется. Причем лобные доли и гиппокамп, отвечающие за когнитивные функции, меняются быстрее остальных. Снижается и выработка серотонина, дофамина, норадреналина и ацетилхолина — гормонов, которые отвечают за радость, память, умственные способности и творчество.

Хорошая новость в том, что если в течение жизни заботиться о мозге, то его физиология может не слишком измениться, а то и улучшиться! Нейробиологи говорят, что мозг остается относительно пластичным, а это означает, что он способен перенаправлять нейронные связи, чтобы адаптироваться к новым вызовам и задачам.

Некоторые периоды, в которые мозг работает лучше всего:

- С 6 до 9 утра - В это время мозг эффективнее всего обрабатывает информацию, это лучшее время для анализа и принятия решений
- С 9 до полудня - В этот период мозг «разгоняется» до максимальной скорости, стимулируется кратковременная память, повышается концентрация внимания
- С 14 до 18 часов - Подходит для несложной, механической работы
- С 18 до 21 часа - В это время мозг активно генерирует новые идеи, полезно заниматься творчеством
- С 21 до 23 часов - Происходит наиболее полный отдых ума и нервной системы

Стоит учитывать, что личное время продуктивности может отличаться, главное — чувствовать, когда организм готов к работе, а когда ему нужен отдых ! Во время сна мозг не отключается полностью, а просто занят другой работой. Центры мозга, которые днём отвечали за взаимодействие человека с окружающей средой, ночью начинают руководить организмом и восстанавливать его жизнеспособность. Они настраивают работу печени, лёгких, лимфатической системы, иммунитета . Восстановление работоспособности происходит преимущественно в первые четыре-пять часов сна. В оставшиеся три-четыре часа мозг в основном «переваривает» информацию, запоминает нужное и забывает ненужное, сортирует новый опыт по различным системам памяти, формирует ассоциации. Информационная фаза обработки накопленного опыта ближе к утру, поэтому и сны снятся в это время. Также отдыхать мозгу приходится и во время бодрствования: для этого нужно время от времени переключаться на другие виды деятельности и уменьшать степень напряжения. Также рекомендуется проводить «минуты осознанности» с подключением дыхательной практики - «вдох на 4 счета - выдох на 4 счета» и идеально закрыть глаза в момент такого кратковременного отдыха.

Очень эффективен дневной короткий сон на 15-20 минут. У кого есть возможность сделать такой перерыв - он принесет только пользу.

Как известно, мозг чуть ли не на 90% состоит из воды. Он не может выдержать даже минимальной потери жидкости, даже 1%

- Даже небольшой недостаток жидкости в организме влияет на размеры мозга, на качество выполняемых им функций. Ученые утверждают, что интенсивное потоотделение в течение 90 минут способно изменить структуру органа, как это бы сделал год старения.
- Без достаточного количества жидкости в организме наш мозг не может нормально функционировать. А это значит, мы не можем полноценно двигаться, мыслить, планировать и принимать решения, видеть слышать и разговаривать... Словом, жить полноценной жизнью.

Что делать? Конечно же, ответ прост: пить! Причем, не всеми любимую газировку, чай и кофе, а структурированную биогенную воду. И у нас есть идеальное решение - это живая биогенная вода на основе гидроплазмы Water For Life !

- Живую биогенную воду с Water For Life клетки принимают на все 100%
- Water For Life защищает клетки от обезвоживания !
- Water For Life самым легким эффективным образом восполняет клетки самым ценным - восстанавливает плазматическую основу самой клетки на атомном уровне ! А это значит - увеличение жизни клетки и запуск эталонной работы !
- живая биогенная вода с Water For Life помогает сохранять нейронные связи и создавать новые!

Ну и как же мы, при наших мозговых штурмах, можем обойтись без ABSOLUTE ENERGY?

Название продукта говорит само за себя! Это вторая запуская ступень после Water For Life! Огромный поток природного ресурса (энергии) позволит минимум на 20-25% повысить работоспособность головного мозга, а также, повысит силовые показатели при физических нагрузках. Благодаря Absolute Energy мы с вами выдержим даже самые серьезные нагрузки и наш интеллектуальный компьютер всегда будет работать продуктивно ! Мы живем во время больших скоростей, огромного потока информации, серьезных энергетических перестроек в пространстве - и в наших руках есть важный помощник, который поможет нам быстро синхронизироваться на клеточном уровне со всеми внешними проявлениями.

После 50 лет заметно снижается выработка гормона счастья, радости - серотонина !! Но можно сказать, что и в более раннем возрасте может это произойти ! К сожалению, в мире еще много факторов, приводящих к депрессии, страхам, панике и тд. Очень важно сохранять не просто спокойствие, а позитивный настрой в каждом дне нашей жизни, а конкретно - сохранять идеальный уровень серотонина ! **Для продуктивной работы мозга это архиважно !!** Конечно, есть специальные упражнения, чтобы дать мозгу «сигнал счастья» - самое рекомендуемое упражнение это 200 искусственных улыбок в день. Попробуйте !

Но гораздо быстрее и легче - добавить несколько капель нашего **HAPPY WATER** в воду, отрегулировать уровень серотонина и улыбаться естественным образом ! Вам какой вариант больше нравится?

Еще один очень важный продукт для продуктивной работы мозга !!

Ferumme AQUA BALANCE – содержит бисглицинат — это органическая форма железа, которая за счет своего химического строения усваивается нашим организмом лучше по сравнению с минеральными солями железа. Спросите, а при чем здесь железо? Дело в том, что уровень железа в организме напрямую отвечает за выработку гормона дофамина ! А это не просто гормон счастья ! Дофамин = это достигаторство, целеустремленность, мотивация, это очень важный гормон для человека, который нацелен на успех в жизни ! Если вам не хватает личной мотивации, целеустремленности - это не всегда «характеристика личности», это может быть и последствием низкого уровня железа в организме .
Теперь вы это знаете !



Несколько советов для эффективной работы мозга:

- **Учиться новому.** Постоянное изучение новых тем и навыков способствует созданию новых нейронных связей, что помогает поддерживать мозговую активность.
- **Читать.** Чтение развивает мышление, память и воображение. Книги разных жанров и сложности могут вызвать интерес и желание разобраться в новом, что поможет улучшить аналитические способности.
- **Заниматься спортом.** Регулярные физические упражнения улучшают кровообращение и снабжение мозга кислородом, что способствует его эффективной работе.
- **Играть в интеллектуальные игры.** Занятия, такие как шахматы, головоломки, кроссворды и sudoku, являются отличным способом тренировать мозг.
- **Путешествовать.** Путешествия не только приносят удовольствие, но и способствуют развитию мозга. Узнавание новых культур и освоение новых навыков помогают расширить горизонты и стимулируют мозговую активность.
- **Сохранять социальные связи.** Общение с друзьями, участие в социальных группах и обсуждение различных тем помогают поддерживать мозг в тонусе.
- **Вести здоровый образ жизни.** Правильное питание, отказ от курения и умеренное употребление алкоголя положительно влияют на здоровье мозга.
- **Спать достаточно.** Регулярный полноценный сон помогает восстановить силы и обеспечить эффективность работы мозга.
- **Медитировать.** Медитация помогает управлять вниманием и концентрацией, а также снижать уровень стресса.
- **Изучать иностранные языки** Во время процесса познания другого языка происходит создание новых нейронных связей, что благотворно влияет на эффективность работы мозга.



Небольшая разминка для мозга. Эффект Струпа — это дополнительная сложность, возникающая при чтении слов, когда цвет букв не совпадает со значением слова.

зелёный синий красный жёлтый зелёный красный синий жёлтый зелёный красный
зелёный красный жёлтый зелёный жёлтый синий зелёный жёлтый красный синий
синий зелёный жёлтый красный синий жёлтый красный зелёный жёлтый красный
красный синий зелёный жёлтый синий зелёный красный синий жёлтый зелёный
синий жёлтый зелёный синий красный жёлтый синий зелёный красный жёлтый
красный синий жёлтый красный синий зелёный жёлтый синий жёлтый красный
зелёный жёлтый синий зелёный синий красный жёлтый красный синий зелёный
красный зелёный синий красный жёлтый синий зелёный красный жёлтый синий

Не всегда получается быстро сообразить, не так ли? Дело в том, что за обработку текста отвечает левое полушарие, а за восприятие цвета — правое.

Когда вы видите, что напечатанное название цвета имеет другой окрас, возникает легкий ступор и мозгу приходится искать непривычное решение. Упражнение тренирует внимание и концентрацию.

Еще один продукт, на котором сделаю особый акцент - это наш SMART WATER ! Название Умная вода - не случайно ! Уникальный состав продукта на основе гидроплазмы WFL , с использованием органического йода и селена делает продукт незаменимым помощником для всех, кто хочет долго жить в здоровом уме и твердой памяти ! По характеристикам продукта и по отзывам можно абсолютно точно рекомендовать продукт всем, кто проходит обучение , получает новые знания!

SMART WATER

- Помогает быстрее усваивать новый материал
- Восстанавливает память
- Помогает в создании новых нейронных связей
- Помогает в экзаменах школьникам, студентам сконцентрироваться на поставленной задаче и «достать из библиотеки знаний» нужную информацию
- Это стратегический инструмент для спикеров, ораторов
- Улучшает коммуникации
- Увеличивает логику, раскрывает интуицию и 6е чувство !
- Помогает раскрываться человеку в его талантах и дарах, заложенных генетически в прошлых поколениях
- Помогает восстановить работу шишковидной железы - главного дирижера органов и систем !
- Помогает синхронизировать работу мозга со скоростями времени и пространства
- Раскрывает способности и помогает поднять человека на новый уровень развития

Продукты компании IP-ONE — это не стимуляторы и не энергетики. Это средства, которые приносят огромную пользу и помогают вам стать лучше.

СЕКРЕТЫ НУТРИЦИОЛОГИИ

Принцип здоровой тарелки

Правило здоровой тарелки распространяется и на способы приготовления еды. Для получения максимальной пользы от блюд для их приготовления лучше использовать такие способы как запекание, варка, тушение или жарка без большого количества масла и соли. Правило тарелки здорового питания не предполагает деление продуктов на полезные и вредные. Но есть ряд продуктов, которые не несут пользу для здоровья, а при их употреблении в большом количестве они и вовсе могут стать причиной различных проблем. Их употребление лучше ограничить.

К этой категории относятся:

- Быстрые углеводы. Это сладкие и газированные напитки, печенье, конфеты, шоколадки, чипсы, фастфуд.
- Насыщенные жиры. Это красное мясо, сливочное масло, жирные сыры.
- Трансжиры. Это фастфуд, снеки и закуски, маргарин.
- Излишек соли. Это, консервы, соленые закуски, супы быстрого приготовления.
- Алкоголь. Сократите потребление алкогольных напитков до умеренного количества или вовсе откажитесь от них.

Правило тарелки, соответствующей принципам здорового питания — это самый эффективный и полезный способ контроля веса, профилактики заболеваний и поддержания хорошего самочувствия.



Основные принципы, которыми руководствуется здоровая тарелка:

- Заполняйте $\frac{1}{2}$ тарелки овощами и фруктами. Они содержат витамины, минералы и антиоксиданты, необходимые для поддержания здоровья. Они также богаты пищевыми волокнами, которые способствуют нормальному функционированию пищеварительной системы.
- Заполняйте $\frac{1}{4}$ тарелки белковыми продуктами. Белки являются строительным материалом нашего организма. Они незаменимы для роста, развития и регенерации тканей, а также для работы иммунной системы.
- Заполняйте $\frac{1}{4}$ тарелки углеводными продуктами. Углеводы являются главным источником энергии для организма. При их расщеплении образуется глюкоза, которая играет важную роль в метаболизме и функционировании центральной нервной системы.

Несколько советов по здоровому рациону от экспертов:

- Завтрак по принципу тарелки – основной прием пищи, его нельзя пропускать. Это простой способ получить энергию на весь день и обезопасить себя от накопления чувства голода;
- Считать калории или взвешивать еду необязательно. Можно ориентироваться на количество накладываемых продуктов. Выручит метод «кулака и ладони», где объем гарнира соответствует кулаку, белка – размеру ладони без пальцев, овощей – не более 2 ладоней;
- Уберите сахар, соль, сладости из зоны видимости. Так будет меньше искушения добавить улучшители вкуса;
- Выпить стакан воды с Water For Life за 30 минут до еды и, или через час-полтора после приема пищи;
- Не ешьте во время просмотра телевизора или ленты соцсетей. Это поможет сконцентрироваться на еде, почувствовать момент насыщения.

Руководствуясь принципами полезной тарелки, разработать идеальное меню на день несложно.

Отталкивайтесь от того, что у вас будет три основных приема пищи:

- Завтрак – вместо гарнира можно взять цельнозерновой хлеб и сделать полезный бутерброд из пасты авокадо и слабосоленой рыбы. За большую часть белка будут отвечать вареные яйца. Оставшаяся половина блюда – салат из помидоров, огурцов, микса зелени, заправленный оливковым маслом.
- Обед – по правилу здоровой тарелки подойдет тушеное куриное филе, гречневая или рисовая каша. Очень вкусным и ароматным будет теплый микс из овощей: запеченный перец, баклажаны, кабачок, помидор;
- Ужин – если ваша цель похудение, обязательно уберите углеводную часть блюда. Идеально в вечерний прием пищи использовать морепродукты. Отличный вариант к ужину – средняя порция салата из креветок, огурца, салатных листьев, укропа, петрушки.

Наши продукты помогут вам стать лучшей версией себя и избавиться от лишних килограммов, при этом сохранить здоровье.

Натуральный комплекс «Grace V» – это ваш незаменимый помощник в борьбе за стройную фигуру. В его состав входят два активных компонента: арабиногалактан и экстракт гарцинии.

Grace V:

- Уменьшает чувство голода
- Замедляет рост жировых отложений
- Повышает энергетический баланс
- Улучшает работу ЖКТ
- Ускоряет обмен веществ

Как это работает?

- **Уменьшение голода:** Гидроксимилимонная кислота в составе гарцинии регулирует уровень глюкозы в крови, насыщая мозг и уменьшая чувство голода.
- **Замедление жировых отложений:** Окисление жиров и замедление превращения углеводов в жиры помогают контролировать их накопление.
- **Повышение энергии:** Увеличение уровня гликогена улучшает использование энергии, поддерживая активность и здоровье.
- **Улучшение пищеварения:** Нормализация пищеварения и вывод токсинов улучшают самочувствие и укрепляют здоровье.
- **Ускорение метаболизма:** Ускорение обмена веществ способствует эффективному использованию питательных веществ и быстрому восстановлению организма.

Grace V в сочетании со здоровым питанием и физической активностью помогает избавиться от лишнего веса и обрести стройную фигуру.

- **Травяной спрей «ACTIVE»** содержит биологически активные растительные компоненты с антипаразитарной активностью. Он борется с паразитами на всех стадиях их развития, очищая организм от бактерий, вирусов, простейших и грибов. Спрей выводит продукты их жизнедеятельности, детоксицирует кровь и лимфу, нейтрализует токсины и обогащает организм витаминами и микроэлементами. Кроме того, спрей способствует регенерации поврежденных тканей, нормализует пищеварение и желчевыделение, мягко очищает кишечник и предотвращает запоры. Он улучшает состояние сосудов, кожи, волос и ногтей.



РЕЦЕПТЫ

Попробуйте приготовить Витаминный смузи.

Количество ингредиентов можно варьировать по своему вкусу.

Вам понадобятся:

- 1 банан;
- 2 зелёных яблока;
- 150 г киви;
- горсть шпината;
- пара листиков салата;
- 150 гр биогенная вода с Water For Life (1-2 капли на 1 литр питьевой воды);

Способ приготовления:

- Очистите и нарежьте фрукты.
- Промойте и замочите зелень в воде на 10 минут, добавив две капли Silver Balance.
- Положите все ингредиенты в чашу блендера, влейте воду и взбейте до однородной консистенции.
- Для украшения смузи можно добавить листики шпината и кусочки киви.



Сельдерей — отличное дополнение к утренним коктейлям. Он не только улучшает вкус напитка, но и помогает снижать вес. А если добавить в смузи биогенную воду Water For Life, получится не только полезный, но и очень вкусный напиток.

Для приготовления смузи на одну порцию вам понадобится:

- 1 половина среднего банана;
- 1 стебель сельдерея;
- 1/2 пучка шпината или петрушки;
- полстакана консервированного или свежего ананаса;
- 100 мл биогенной воды с Water For Life

Выложите все ингредиенты в блендер, взбейте и разлейте по бокалам.

Добавьте в смузи листочки шпината или петрушки, чтобы украсить его.



Приятного аппетита!

КАК СТАТЬ УСПЕШНЫМ СЕТЕВИКОМ И НЕ ПЕРЕГОРЕТЬ.



Чтобы достичь успеха в сетевом бизнесе, необходимо преодолеть внутренние барьеры, главными из которых являются лень и страх. Кроме того, важно развивать самодисциплину, поддерживать мотивацию и строить планы на будущее. Мы поделимся советами, которые помогут вам справиться с психологическими препятствиями и достичь поставленных целей. Не забывайте – необходим баланс между гарантированной достижимостью и некоторой долей амбициозности, чтобы создать хороший мотив для достижения цели.

Фактор 1. Лень

В сетевом бизнесе вы сами определяете, насколько активно будете участвовать в рабочих процессах, а это может привести к потере продуктивного ритма. Ответственность и самодисциплина — ключевые факторы успеха. Но как побороть лень, этот главный враг успеха? Чтобы победить лень, нужно понять, что её вызывает.

Усталость и переутомление. Их главный симптом — упадок сил. Чтобы достичь высокой продуктивности в построении МЛМ-структуры, важно следить за своим здоровьем: правильно питаться, регулярно спать и соблюдать оптимальный режим работы и отдыха.

Отсутствие графика. Каждый сетевик сам планирует свой день. Важно научиться расставлять приоритеты и рационально распределять время между рабочими задачами, личной жизнью и отдыхом.

Усложнение задач. Слишком глобальные планы могут пугать. Чтобы их реализовать, нужно разбить масштабные цели на более мелкие подзадачи. Создайте пошаговый план достижения успеха и следуйте ему, регулярно делая маленькие шаги к своей цели.

Слабая мотивация. Пересмотрите свои цели и приоритеты. Зачем вы пришли в сетевой бизнес? Каких результатов хотите достичь? Пусть ваши глобальные цели всегда будут на виду. Помните, что лидер МЛМ-структуры должен уметь мотивировать не только себя, но и свою команду.

Лень — это естественная реакция организма на трудности и усталость. Научившись выявлять её причины, вы сможете значительно увеличить свою продуктивность и успешность.

Как преодолеть лень и достичь успеха в бизнесе. Чтобы выработать невосприимчивость к лени, предлагаем вам несколько эффективных техник:

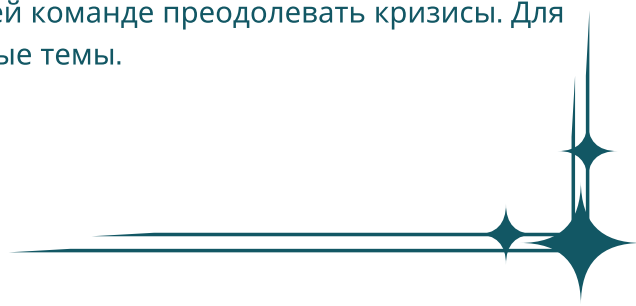
- **«Поощрение».** Время от времени балуйте себя за выполнение рутинных задач. Превратите ежедневные обязанности в увлекательную игру, и они перестанут казаться вам сложными.
- **«Невкусный завтрак».** Самые трудные дела лучше выполнять с утра, чтобы освободить большую часть дня для более приятных занятий.
- **«Дневник успеха».** Записывайте в него ежедневно свои маленькие победы. Со временем вы осознаете, как много шагов на пути к успеху уже сделано.

Фактор 2. Страх

Запуск и развитие требует огромной ответственности. Чтобы успешно руководить своей командой, лидеру необходимо постоянно совершенствоваться, развивать бизнес-навыки и, что самое важное, преодолевать собственные страхи. Чаще всего, предприниматели сталкиваются со следующими страхами:

- **«Страх поражения».** Он может быть основан на прошлых неудачах.
- **«Страх денег».** Этот страх возникает из-за негативных стереотипов и установок, связанных с деньгами.
- **«Страх успешности».** Успех часто ассоциируется с высокой ответственностью.

Многие талантливые партнеры уходят из сетевого бизнеса, сталкиваясь с психологическими барьерами. В результате они могут впасть во внутренний конфликт и испытать состояние, когда желаемое не соответствует возможностям. Лидер МЛМ-структуры должен не только справляться со своими страхами в стрессовых ситуациях, но и помогать своей команде преодолевать кризисы. Для этого необходимо регулярно проводить тренинги на подобные темы.



Навыки, которые помогут сетевому.



Самодисциплина. Чтобы выработать привычку к самодисциплине, попробуйте следовать нескольким простым советам:

- Каждый вечер записывайте основные задачи на следующий день и устанавливайте четкие сроки их выполнения.
- Фиксируйте важные этапы развития вашего проекта в сетевом бизнесе.
- Применяйте метод «50 на 10»: посвящайте 50 минут работе и 10 минут отдыху. Повторяйте этот цикл столько раз, сколько нужно.



Оптимизм. Оптимизм и вера в себя — ключ к успеху в сетевом бизнесе. Чтобы развить позитивное мышление, окружите себя позитивными людьми и найдите занятие, которое вас вдохновляет. Это может быть бег, медитация, занятия спортом или экстремальные увлечения.

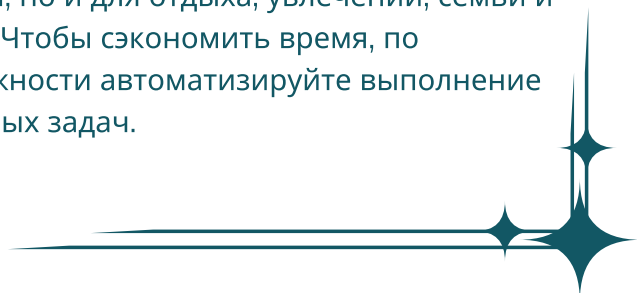


Самомотивация. Мотивировать себя не так сложно. Попробуйте визуализировать успех — представьте, как воплощаете свои цели в жизнь, и проникнитесь этим чувством. Бросьте вызов самому себе и придумайте дополнительные стимулы для развития в сетевом бизнесе.

Наслаждайтесь не только результатом, но и самим процессом.



Грамотное планирование. В сетевом бизнесе крайне важно концентрироваться на главном и планировать задачи, соответствующие вашим приоритетным целям. Организуйте свой рабочий день так, чтобы в нем нашлось место не только для работы, но и для отдыха, увлечений, семьи и хобби. Чтобы сэкономить время, по возможности автоматизируйте выполнение рутинных задач.



«10 шагов к целям»

1. Установите таймер на 2 часа, выключите телефон и начните записывать 100 целей в разных сферах жизни: работа, деньги, здоровье, путешествия.
2. Разделите цели на группы.
3. Выберите 5 целей, которых вы можете достичь в течение 3 месяцев.
4. Из этих пяти целей определите три самые важные и приоритетные. Вычеркните остальные две.
5. Запишите цели на листе бумаги, укажите дату дедлайна и поместите лист на видное место.
6. Составьте план действий для каждой цели: запишите простые промежуточные шаги, которые приведут вас к цели.
7. Посмотрите на своё расписание: где вы можете найти 2 дня по 2 часа в неделю для работы над целями? Внесите это время в ежедневник.
8. Разбивайте каждый шаг на более простые задачи с чётким критерием, например: «Что я могу сделать для цели за эти 2 часа?».
9. Каждые 2 недели оценивайте свой прогресс по каждой цели. Добавьте это время в расписание (например, 1 час каждое второе воскресенье) в течение следующих 12 недель.
10. Подведите итоги через 12 недель: чего удалось достичь? Что помешало достижению цели? Будьте справедливы к себе, постарайтесь понять, что именно не удаётся, а что удаётся.



«Я достигну цели, если.....» Моя цель будет:

- сформулирована позитивно
- реальна и достижима
- значима для меня
- находится под моим контролем
- благоприятно влиять на мою жизнь

Отвечу на вопросы:

- к чему я стремлюсь?
- что думают другие с моей целью?
- ради чего я хочу достичь этой цели?
- что я получу, если «заброшу» цель?
- что я упущу, если откажусь от цели?
- что я обрету, если достигну цели?
- что я потеряю, если достигну цели?
- что может помешать достичь цели?
- что может помочь достичь цели?

Определю:

- свои сильные стороны
- свои слабые стороны
- что они мне «дают»?
- как их можно «использовать»?

Пропишу:

- важные критерии цели
- сроки реализации цели
- план реализации цели



COLLAGEN BIO BALANCE



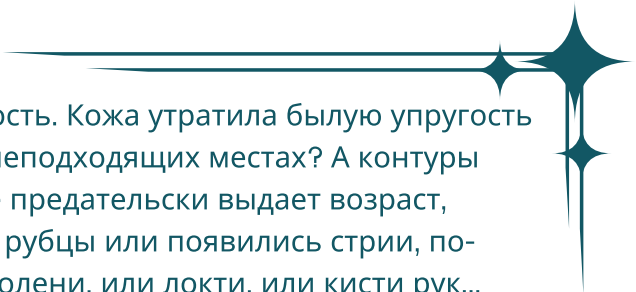
IMAGINE PEOPLE

На вашем лице появились мелкие морщины, неприятная сухость. Кожа утратила былую упругость и стала неприятно дряблой?

Ткани потеряли объём в самых неподходящих местах? А контуры лица!.. ох уж эта гравитация, тянет кожу вниз, такое опущение предательски выдает возраст, буквально с первого взгляда. А кожа на теле: её обезобразили рубцы или появились стрии, по-простому, «растяжки»? Стали болеть и хрустеть суставы: или колени, или локти, или кисти рук...

Нет повода для печали! Чтобы восстановить кожу лица и тела, сделать её по-прежнему эластичной, упругой и сияющей здоровьем молодости, привести в порядок свои суставы, не обязательно прибегать к хирургическому вмешательству.

Есть полезная информация о самом важном элементе для сохранения молодости кожи. Мы все о нем слышали, но мало кто понимает, как он работает и что из себя представляет. Как вы уже догадались, это строительный белок коллаген.



На вашем лице появились мелкие морщины, неприятная сухость. Кожа утратила былую упругость и стала неприятно дряблой? Ткани потеряли объём в самых неподходящих местах? А контуры лица!.. ох уж эта гравитация, тянет кожу вниз, такое опущение предательски выдает возраст, буквально с первого взгляда. А кожа на теле: её обезобразили рубцы или появились стрии, по-простому, «растяжки»? Стали болеть и хрустеть суставы: или колени, или локти, или кисти рук... Нет повода для печали! Чтобы восстановить кожу лица и тела, сделать её по-прежнему эластичной, упругой и сияющей здоровьем молодости, привести в порядок свои суставы, не обязательно прибегать к хирургическому вмешательству. Есть полезная информация о самом важном элементе для сохранения молодости кожи. Мы все о нем слышали, но мало кто понимает, как он работает и что из себя представляет. Как вы уже догадались, это строительный белок коллаген.

Коллаген — это структурный материал тела человека. Соединительная ткань (кожа, хрящи, суставы, кости), которая поддерживает ткани и не даёт им «сползти» вниз – и это все есть коллаген. Коллаген — это важнейший белок, который играет ключевую роль в поддержании здоровья тканей, костей, зубов и кожи. В нормальной клетке его доля составляет 80-90%. В состав коллагена входят аминокислоты (глицин, пролин и гидроксипролин), которые активно участвуют в синтезе новых белков. Около 30% всех белков в нашем организме составляет коллаген. Этот белок своего рода клей, который соединяет все воедино. Коллаген отвечает за упругость и гладкость кожи, способствует росту волос и укреплению ногтей. Но роль коллагена не ограничивается лишь косметологической составляющей, он также крайне важен для здоровья человека. Например, суставы состоят из хрящей, богатых коллагеном. Этот белок обеспечивает смазку и поддержание хрящей, что делает движение легким и безболезненным. Подведем итог: основная роль коллагена — обеспечить структуру и поддержку всего вашего тела.

Как запустить синтез нового, упругого коллагена?

Коллаген — исключительно животный белок, растения его синтезировать не могут. Именно поэтому компания пошла по другому пути: разработали продукт, который подходит всем. Технологи компании IP-ONE разработали травяной спрей Bio Balance Collagen — это уникальное средство, богатое активными растительными компонентами, которые способствуют естественной выработке коллагена.

В состав спрея входят:

- очищенная структурированная биогенная вода с Water For Life;
- инвертированный мёд;
- экстракты трав: лопуха, листья облепихи;
- ягоды: клюквы, барбариса, вишни, облепихи, черной смородины, шиповника и черноплодной рябины;
- плоды: апельсина, яблок, бананов;
- семена тыквы;
- регулятор кислотности – лимонная кислота;
- глицерин;
- сорбат калия E202

Что поменяется, если вы начнете использовать Bio Balance Collagen? Будет стимулироваться выработка коллагена. Разумеется, вы не сможете повернуть время вспять, но, вы поможете клеткам регенерироваться и замедлите их старение. Важнейшей предпосылкой для того, чтобы ощутить эффект от применения Bio Balance Collagen, является объективная оценка здоровья. Если у вас имеются проблемы с суставами, то коллаген, как настоящий защитник, в первую очередь, отправится в «проблемную зону» организма, чтобы выправить положение там.

Сначала человеческий мозг «предложит» коллагену поддержать сердечно-сосудистую систему и другие жизненно важные органы, и только затем вы сможете увидеть beauty-эффект от его приема. Если же существенных проблем со здоровьем у вас нет, то вы заметите улучшение состояния ногтей, волос и кожи примерно спустя 2-3 месяца приема коллагена.

Очень хорошо дополнительно принимать **Vitamin C (Aqua Balance)**. Хотя это не является обязательным условием для лучшего синтеза коллагена, но он способствует образованию в коже липидного барьера, который позволяет эффекту увлажнения сохраняться дольше. Также витамин С уменьшает производство меланина, за счет чего выравнивается тон кожи и появляется желанный эффект ее «сияния».

Как долго применять продукт? Пока вы используете Bio Balance Collagen, он помогает восполнять потери естественного коллагена в организме и стимулирует его выработку. К сожалению, особого пролонгированного действия коллагена учеными до сих пор выявлено не было, и никаких «депо» в человеческом организме эта добавка не создает. Безусловно, через три месяца приема коллагена ваша кожа будет выглядеть лучше, чем раньше. Поэтому, если хотите выглядеть на все 100, не переживать за тазобедренные суставы, колени и кисти рук, то к Bio Balance Collagen несколько раз в год надо возвращаться.



КЛУБ ПРИВИЛЕГИЙ



«Клуб Привилегий» от «IP-ONE» — это блеск, это люкс, это роскошь, это исключительность! Что это такое?

«Клуб Привилегий» — это серьезная ассоциация избранных партнеров компании, которые получают невероятные преимущества!

Каждый участник «Клуба Привилегий» получает:

- дополнительные скидки, специальные закрытые акции, недоступные другим партнерам
- приоритетные места на всех собраниях, встречах и форумах
- лучший сервис на всех мероприятиях от «IP-ONE» — дополнительные кофе-брейки, специальные бонусы
- полную информационную поддержку топ-лидеров компании
- организацию выездов топ-лидеров компании в регионы

- ежегодное персональное поздравление и уникальные подарочные наборы на Новый Год, 8 Марта и другие праздники
- облегченные условия промоушена для участия в общих мероприятиях компании

Самое главное, по мере расширения «Клуба Привилегий» общий объем предоставляемых преимуществ будет только увеличиваться! «Клуб Привилегий» позволит вам оценить, КАК это – чувствовать, что ВЫ ОСОБЕННЫЙ, ВЫ – ЛУЧШИЙ!

Как стать одним из избранных? Как стать участником «Клуба Привилегий»?

- Каждый Партнер, находящийся в ранге «Директор» на протяжении 2 месяцев, автоматически становится участником Клуба Привилегий!
- Участие в клубе в течении года, По истечению года каждому Члену Клуба необходимо повторно подтвердить ранг «Директора» 2 месяца подряд.
- Ежемесячная активность 40 баллов (исключением является льготная активность)
- Оплата за участие в «Клубе Привилегий» – 10 У.Е. ежегодно – будет производиться с баланса партнера

Следите за новостями на. нашем сайте, уже в мае месяце участники Клуба Привилегий смогут воспользоваться выгодными спец предложениями.

IMAGINE PEOPLE



РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В УФЕ

26 и 27 апреля в Уфе состоялось региональное мероприятие. Наши лидеры поделились бесценным опытом, партнёры получили ценные знания, проработав матрицу успеха, и были приятно удивлены подарками. Участники зарядились энергией, узнали секрет успеха и полны решимости двигаться дальше. Компания IP-ONE сердечно благодарит Светлану и Сергея Кондратьевых за тёплый приём и безупречную организацию. Всё было на высшем уровне!



Готовы почувствовать дух успеха? Присоединяйтесь к нам в сентябре на дне рождения компании. Мы встретимся, чтобы отпраздновать это событие. В этом году мы полностью изменили формат нашего обучения. Вас ждут уникальные знания, банкет, вечеринки с друзьями и единомышленниками, парад признания и, конечно, подарки. Следите за нашими новостями, скоро вы все узнаете!

Ольга Мнацаканян: Приветствую всех! Впервые участвовала в форуме компании IP-ONE в г. Уфа. Для меня это было впечатляюще и мотивационно. Новые знакомства и инсайты. Общение с единомышленниками и опыт лидеров компании. Уютное место и внимательные организаторы мероприятия. Всех благодарю и пусть на празднование дня рождения компании в сентябре случится чудо для всех 😊

РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В УФЕ

Наталья Учаева: Вот и подошёл к концу двухдневный форум в г.Уфа. Это был особенный форум, наполненный энергией людей, несущих свет и любовь в этот мир. За время форума пришло много осознаний, некоторые партнеры открылись мне с другой стороны. А заключительное выступление Татьяны Воинцевой расставило многое по местам и внесло ясность в понимание этого многогранного мира. Благодарю всех организаторов и участников 🙏

Елена Судакова: Благодарю 🙏 за те эмоции и чувства которые я получила на форуме. Эльмира, а вам огромное спасибо 🙏❤️ за щедрые подарки



Надежда: Здравствуйте все! Узнала про компанию IP-ONE в феврале 2025г., и когда узнала что будет форум, который состоится в Уфе, то не раздумывая согласилась. Я столько нового и интересного для себя открыла, время пролетело незаметно, было очень насыщено, познавательно, интересно, и атмосфера стояла доброжелательная, позитивная, лёгкая, познакомилась с интересными людьми и поняла что мне всё это откликается, хочется пользоваться этой продукцией, хочется про неё рассказать всем, так как она действительно помогает, улучшает качество жизни, и я уже это проверила на себе. С нетерпением жду форума в Москве. А подарки, которые нам подарили, просто шикарные, благодарю!!!

Светлана Кондратьева: Дорогие наши друзья-единомышленники! 😊 Вот и завершился наш 2-х дневный Праздник-Форум в Уфе! Мы поздравляем всех с невероятным событием, которое мы уверены запомнится надолго и поможет каждому участнику улучшить качество своей жизни и жизни своих близких! 💡 Мы узнали много нового и интересного о наших невероятных продуктах, о том как сонастроиться с сегодняшними скоростными ритмами и жить в гармонии с самим собой и с окружающим миром, быть здоровыми и счастливыми! 🔥 Благодарим основателя нашей Компании Эльмиру Молдобаеву и Команду Ученых, подарившим нам новые высокоэффективные продукты! Это было для всех удивительным сюрпризом в виде подарков всем участникам! Мы первые попробовали новый продукт - спрей для женщин на основе WFL! Ура! 🎉🔥 Благодарим Топ Лидеров Компании, наших спикеров : Татьяну Воинцеву, Ирину Нуждину, Елену Рябову, Елену Судакову, Всех участников, организаторов праздника за содержательные выступления, ваши радостные эмоции, мы все напитались общей созидательной энергией и готовы творить и идти уверенно вперед- нести людям знания о живой воде во Благо жизни на земле! 💡😊🔥 Желаем Всем надолго сохранить в душе этот огонь, заряд, позитив и стремление жить интересной полной жизнью! До новой встречи, наши дорогие друзья! 😊❤️🙌

РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В УФЕ

Ольга Торлакьян: Всем привет из Башкирии. Прошло уже два дня а мы все еще под впечатлением от нашей встречи на Форуме 🥰🌟🌟 Столько энергии, интересной информации, 🔥 все молодцы, так подготовились 🌊🌊. Много новых знакомств 🥰 Обменивались контактами 🙌 Благодарность организаторам, уютное пространство 🥰👍 Ждем новых встреч ❤️

Анастасия Сахно: я цифровой психолог, духовно-ориентированный терапевт и проводник в квантовые изменения сознания, действующий партнер IP-ONE с декабря 2024 года. И сегодня я хочу поделиться откликом на невероятное событие, свидетелем которого мне посчастливилось стать. Я только что вернулась с двухдневного форума в Уфе — и в сердце пульсирует благодарность. Это было не просто мероприятие, это был мощный энергетический портал, через который проходили новые смыслы, видения и возможности. От всей души благодарю организаторов — Светлану и Сергея Кондратьевых — за их искренний труд, светлое пространство и душевное ведение. Такие события особенно ценны для новичков — они открывают дверь в новый мир. А для тех, кто давно идёт по пути осознанности и служения — становятся точкой усиления и масштабирования. Энергия, которую мы там получили, словно катализатор — запускает процессы, проекты, мечты. Именно там, в этом поле, рождаются новые планы и решения, которые невозможно не реализовать. 🌟 Благодарю Эльмиру Молдобаеву — основателя Компании, за её видение и силу. 🌟 Благодарю Команду Ученых за продукты нового времени, соответствующие частотам настоящего и будущего. 🌟 И, конечно, благодарю наших спикеров и лидеров: Татьяну Воинцеву, Ирину Нуждину, Елену Рябову, Елену Судакову — за знания, искренность и вдохновение. А ещё... это внимание к деталям, подарки от IP-ONE, тёплые объятия, и ощущение принадлежности к большому, живому, растущему полю людей, которые идут в осознанность.

Событие стало напоминанием:

- 👉 Мы творим реальность — вместе.
- 👉 Когда мы объединяемся в едином поле, ускоряется всё.
- 👉 И каждый наш выбор — это вклад в будущее, в себя, в мир.



Надежда Мельчакова:

Форум в Уфе открылся
Компании IP- ONE.
Весь народ окрылился:
Старт творчеству дан!

Топ- лидеров встречали,
Аплодируя стоя!
Это было начало
Конца покоя!

Энергии вихрь летел,
Над головой кружился!
В планах у всех сотни дел.
Поток раскрылся!

Лотерею разыграли,
Веселились от души!
А подарки от компании
Были просто хороши!

Благодарны мы Эльмире,
Что заботится о нас!
Ведь Компания во всем мире!
А продукты- просто класс!

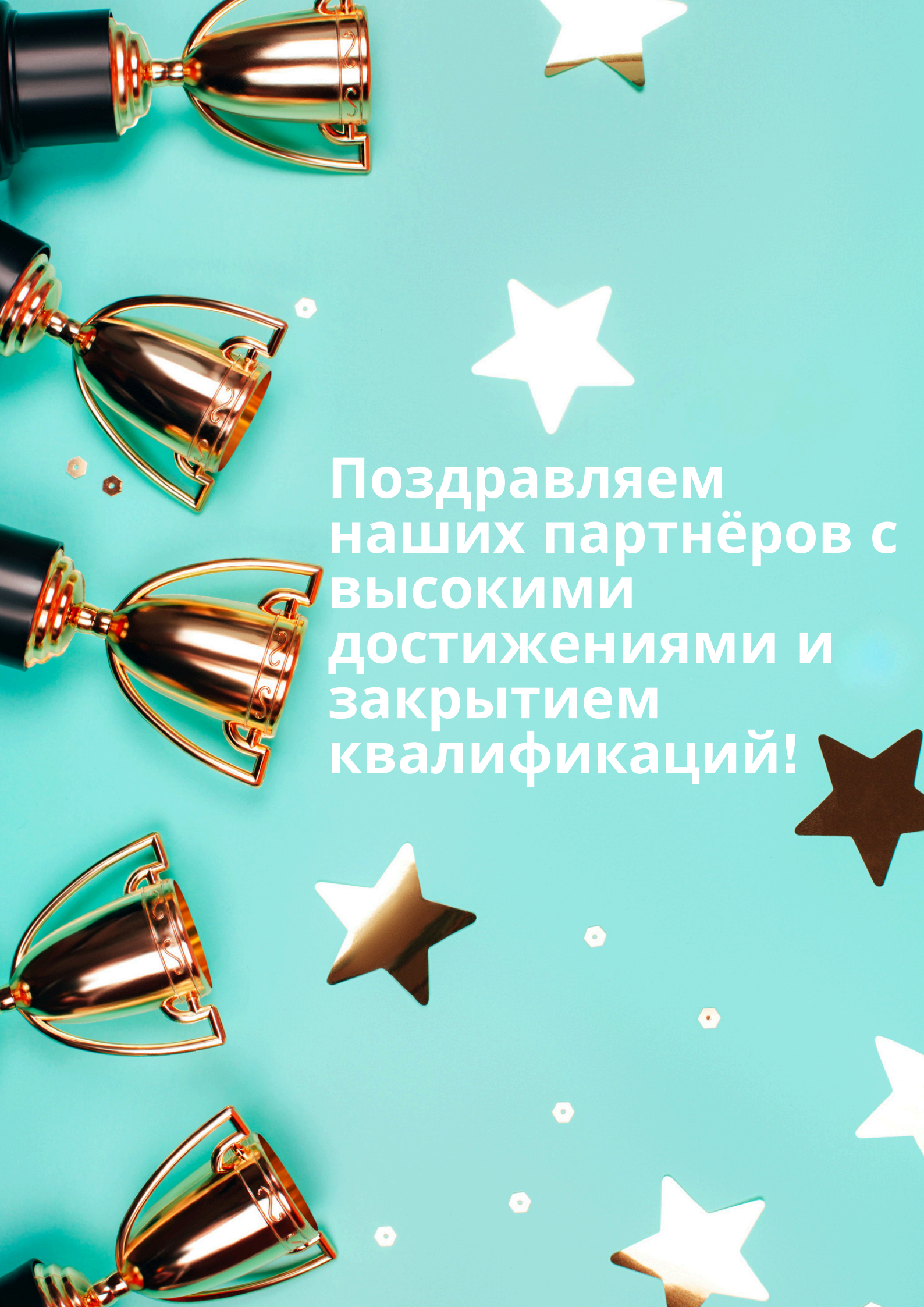
РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В УФЕ

Ирина Ильина: 26-27 апреля в г. УФА прошёл Бизнес Форум компании IP-ONE. На котором присутствовали гости и партнеры из разных городов и регионов нашей необъятной Родины. 🙌 Мы услышали и узнали для себя, много нового и интересного. Словили инсайты. ❤️🔥 Какие же полезные и актуальные были выступления лидеров: Ирины Нуждиной, Светланы и Сергея Кондратьевых, Елены Судаковой, Елены Рябовой, Татьяны Воинцевой, ❤️❤️❤️❤️❤️❤️❤️❤️ которые хотелось слушать и слушать. Зал был небольшой, было тепло, светло и уютно, по домашнему. Было ощущение того, как будто мы все сидели за одним большим столом, в кругу друзей и думали и говорили на одной волне. 🔥 Мы наполнились энергией и новыми идеями ❤️🔥 И все это благодаря, нашим замечательным ЛИДЕРАМ! Мы благодарим организаторов, за проведение такого серьезного мероприятия. Огромная благодарность!!!



Елена Рябова Руководитель шоу-рума №3 (Ижевск) : Уважаемые организаторы-президент компании IP-ONE Эльмира Молдобаева, ТОП лидеры Светлана и Сергей Кондратьевы, Ирина Щербакова- Нуждина! Хочу выразить искреннюю благодарность за возможность участия в региональной конференции в Уфе! Мероприятие прошло на высочайшем уровне — в теплой, дружеской атмосфере, где каждый чувствовал себя частью большой команды. Выступления спикеров были не только профессиональными, но и доступными для понимания, что особенно ценно. Аудитория была настроена очень доброжелательно, с открытостью воспринимала информацию, и это, безусловно, способствовало продуктивному общению. Конференция принесла не только новые знания и вдохновение, но и конкретные результаты: после нее мы уже заключили несколько новых договоров! Это подтверждает, насколько важны такие встречи для развития бизнеса и укрепления партнерских отношений. Отдельная благодарность за то, что благодаря нашей компании у нас есть не только стабильность и уверенность в завтрашнем дне, но и интересное, значимое дело, которое объединяет нас. Спасибо за ваш труд, профессионализм и возможность быть частью этого движения!

Наталья Зубайдуллина: Эти два дня стали для меня открытием нового взгляда на продукты компании IP-ONE. Я закрыла практически все вопросы, которые возникали в процессе использования продуктов. И осознание того, что это действительно продукт, опережающий время! Настолько полная, глубокая и всесторонняя была информация. Новая информация о проявленном и не проявленном мире. Необычная информация о связи внешнего и внутреннего, об энергии и реальности. Удивительная энергетика спикеров создала мощный позитивный заряд! И уже через час после окончания форума мне поступило фантастическое предложение о сотрудничестве, как раз созвучное с прогнозом на 2025 год о реализации своих талантов!🔥🔥🔥 Для меня было открытием, что наша Абсолютная энергия помогает нам синхронизировать нашу внутреннюю скорость реальности с внешней🔥. Тем самым помогает нам быстрее перейти на новый уровень. Очень ценно, что был блок по бизнесу в компании и примеры, как лидеры приглашают партнёров и отвечают на возражения. Классные рекомендации по работе с клиентским чатом. Я сразу на месте создала его, начинаю заполнять контентом. Благодарю Светлану Кондратьеву за приглашение на это удивительное событие! Благодарю компанию за прекрасные подарки! Благодарю девочек Ольгу, Ирину, Ольгу за приятную компанию! Благодарю себя, что сразу приняла решение участвовать🍀



Поздравляем
наших партнёров с
высокими
достижениями и
закрытием
квалификаций!

The background is a light blue gradient. On the left side, there are five golden trophies of varying sizes, some partially visible. Scattered throughout the background are several white stars and small white hexagonal shapes.

Поздравляем с закрытием квалификацией РЕГИОНАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР!

- Воинцева Татьяна, ID1083
- Рябова Елена, ID 2669
- Кондратьева Светлана, ID 3417
- Тетерина Ольга, ID 3576
- Уражевская Елена, ID 4061
- Антохина Инна, ID 7139
- Лебедева Лариса, ID 12825
- Турбасова Евгения, ID 4494
- ★ Соколова Ольга, ID 43385
- Сенчалова Галина, ID 51273
- Пак Тамара, ID 52452
- Латыпова Флюра, ID 55975
- Горбунова Ирина, ID 66291
- Белохмескина Лариса, ID 76222



Поздравляем с закрытием квалификацией ДИРЕКТОР!

- Нуждина Ирина, ID 3329
- Антанович Алла, ID 4679
- Лебедева Анастасия, ID 13110
- Ногманова Рамиля, ID 18929
- Грязнова Любовь, ID 20330
- Гринькова Ольга, ID 30274
- Грязнова Любовь, ID 37615
- Агеева Ольга, ID 40163
- Колесникова Светлана, ID 40422
- Амиров Искандер, ID 42216
- Судакова Елена, ID 53814
- Хуснуллина Марина, ID 54700
- Ганец Надежда, ID 76690
- Ратнова Зинаида, ID 94290
- Горбунова Елена, 95562

Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Джамиллов Айдар, ID1085
- Ахунова Эльвира, ID 1092
- Ивановская Алла, ID 1214
- Комарова Алёна, ID 2040
- Кочергина Валентина, ID 2743
- Кривилева Ирина, ID 3099
- Лебединская Вероника, ID 3364
- Павлова Наталья, ID 3503
- Деревянко Вера, ID 3595
- Бодарацкая Галина, ID 4434
- Достанко Светлана, ID 4882
- Севрикова Елена, ID 5579
- Статкевич Тамара, ID 6851
- Уражевская Елена, ID 8860
- Кондратьев Сергей, ID10093
- Лебедев Антон, ID 13090
- Антохина Инна, ID 14491
- Турбасова Ульяна, ID14499
- Евграфова Надежда, ID14917
- Калюс Наталия, ID16781
- Рогулина Татьяна, ID 17879
- Никифорова Надежда, ID19336
- Валеева Венера, ID 23414
- Филяева Екатерина, ID 26151
- Ногманова Рамиля, ID 27079



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Шарипова Зиля, 27092
- Кондратьев Сергей, 30551
- Куприянова Асия, 33665
- Овчинникова Ольга, 36192
- Я. Юлия, 36545
- Иванова Александра, 36699
- Круглова Татьяна, 38253
- Лебедева Лариса, 39118
- Мищенко Наталья, 42162
- Князева Мария, 43336
- Шурховецкая Анна, 44078
- Дерявка Ирина, 44778
- Тимербулатова Лилия, 44790
- Шевченко Татьяна, 50256
- Полякова Татьяна, 50339
- В. Альбина, 51165
- Довженко Евгения, 52173
- Ким Светлана, 52455
- Бухмиллер Светлана, 52484
- Трифонова Ирина, 52636
- Мускатина Елена, 52675
- Прилуцкая Надежда, 56229
- Хуснуллина Голуся, 56282
- Шайдуллина Миндиния, 56499
- Мелещенко Елена, 58103



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Судаков Олег, 58435
- Шарко Артемий, 59550
- Дубина Лариса, 60347
- Арцыбашева Светлана, 62333
- Ильина Ирина, 62926
- А. Елена, 63895
- Свиридова Елена, 64557
- Ершова Елена, 65124
- Сенчалова Вера, 65920
- Шабай Злата, 66276
- Александрова Ирина, 66696
- Тиханова Ангелина, 66835
- Кудряшова Ангелина, 66867
- Зутиков Иван, 66951
- Камынин Владимир, 67182
- Блинкова Наталья, 67875
- Учаева Наталия, 67999
- Агеносова Ольга, 69340
- Тихомиров Александр, 71058
- Урбаневич Ирина, 71517
- Белохмескин Артур, 76299
- Белохмескина Лариса, 76409
- Максимова Наталья, 76692
- Грязнова Любовь, 76771
- Калашникова Наталья, 77299



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Сальникова Светлана, 77875
- Guerin Lidia, 77930
- Цай Ирина, 78523
- К. Елена, 79808
- Ч. Галина, 80916
- Панфилкин Сергей, 81217
- Кардашева Валентина, 82283
- Ковалёва Юлия, 82301
- Горелова Тамара, 82949
- Анзина Алла, 83563
- Стрелкова Анжела, 84153
- Наталия Рифаи, 84692
- Соболева Ирина, 85974
- Юн Екатерина, 86627
- Маслова Галина, 87584
- Зражевская Любовь, 89263
- Орлова Александра, 90059
- Симонова Наталья, 90201
- С. Оксана, 92213
- Никольская Т, 93598
- Куксинская Т., 93650
- Давлетзянова В., 93989
- Абалакова С., 94899
- Граб Т., 95475
- Горбунов Сергей 96193



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Цыганова Светлана, 95694
- Бердникова Галина, 95733
- Борисова Наталья, 95835
- Кремнева Виктория, 95861
- Колесникова Людмила, 95904
- Шакирова Светлана, 96093
- Иванова Альфия, 96604
- Бушуева Ирина, 96633
- Мнацаканян Ольга, 96811
- Бакумова Ирина, 96887
- Пьянова Елена, 96908
- Федотикова Надежда, 96960
- Федотикова Мария, 96978
- Белоброва Надежда, 97014
- Алешина Галина, 97027
- Джаммаева Асият, 97057
- Пантелеева Ирина, 97086
- Маник Розалия, 97311



Поздравляем вас с достижением новых рангов! Желаем вам успехов, сильных команд и высоких продаж!

Наша компания неуклонно растет с каждым днем. Вместе мы проделали колоссальную работу: открыли собственное производство и расширили продуктовую линейку, запустили Академию бизнеса, марафон Стройности, Марафон Отзывов и конечно открыли собственную школу для партнеров IP-ONE.

Что нас ждет впереди? Только успех, признание и финансовая стабильность. И все это благодаря командной работе!

Мы благодарим вас за вашу преданность компании и веру! Желаем вам двигаться только вперед и помнить, что трудности — это ступени к успеху. В гору всегда идти сложнее, но вкус победы на вершине всегда слаще!

С уважением, компания IP-ONE.



МЫ ТВОРИМ НОВУЮ РЕАЛЬНОСТЬ!