

ИЮНЬ 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!

Искусство маленьких шагов

Цель — это пункт назначения.

- Формулировка цели начинается с вопроса «чего я хочу?»
- Задачи — «как мне этого достичь?»
- Цели могут ставиться сроком в месяц, три месяца, год и более.
- Задачи — как правило то, что можно сделать за несколько минут или часов. Задачи — это действия, которые предпринимаются в настоящем, чтобы приблизиться к этой цели.

Достижение больших целей может показаться сложной и пугающей задачей. Часто мы сталкиваемся с отсутствием мотивации и неуверенностью в своих силах, что может привести к откладыванию начала работы над целью. Однако существует мощный психологический принцип, который называется "искусство маленьких шагов". И сегодня мы рассмотрим, как применение этого принципа поможет вам достичь великих результатов через постепенный прогресс.

Определение цели. Первым шагом к достижению любой цели является ее четкое и конкретное формулирование. Это поможет вам сосредоточиться и разработать план действий. Важно разбить цель на более мелкие и управляемые задачи.

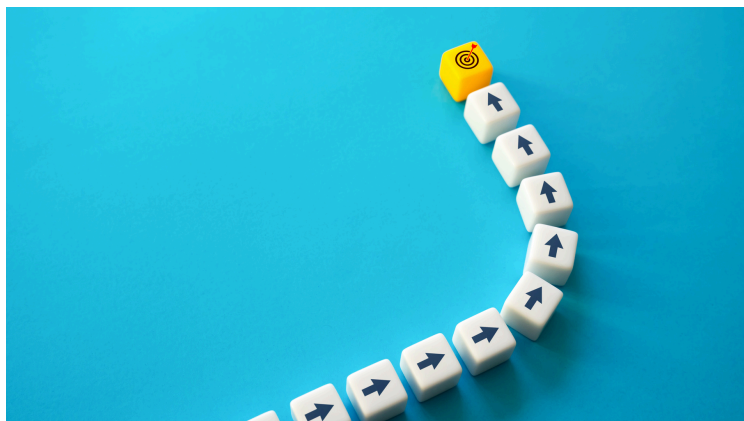
Создание маленьких шагов. Основная идея "искусства маленьких шагов" заключается в том, чтобы разбить большую задачу на маленькие, легко выполнимые шаги. Каждый из этих шагов должен быть настолько простым, что его выполнение займет у вас всего несколько часов в день

Поддержка постоянного прогресса. Одним из ключевых аспектов "искусства маленьких шагов" является постоянное движение вперед. Даже если шаги кажутся незначительными, их выполнение помогает поддерживать мотивацию и приводит к накоплению прогресса со временем. Важно отмечать и праздновать каждый маленький шаг, достигнутый на пути к цели. Вы можете создать список своих достижений или награждать себя после каждого завершенного шага.

Преодоление преград и стресса. В процессе достижения цели могут возникать преграды и стрессовые ситуации. Использование "искусства маленьких шагов" позволяет справляться с ними более эффективно. Разбивая большую задачу на маленькие шаги, вы создаете ощущение достижимости и контроля над процессом. Если столкнулись с трудностями, пересмотрите свои маленькие шаги и внесите корректировки, если необходимо. Это поможет справиться с ощущением перегрузки и продолжить движение вперед.

Искусство маленьких шагов — это мощный психологический инструмент для достижения больших целей. Постепенный прогресс, даже в самых маленьких шагах, создает положительную мотивацию и уверенность в своих силах. Помните, что каждый шаг важен и приближает вас к вашей цели.

Используйте этот принцип в своей жизни, и вы увидите, как маленькие шаги приведут вас к великим результатам!



Искусство маленьких шагов: кайдзен — элегантный и бережный подход

Кайдзен — это искусство маленьких шагов, которое учит нас ежедневно улучшать свою жизнь, избегая радикальных решений и мучений. Этот японский подход, ставший основой для многих успешных компаний, а теперь может изменить и вашу личную эффективность. В кайдзене нет места героизму, зато есть постоянный рост, который основывается на простом принципе: каждый день делать чуть лучше, чем вчера, и не останавливаться на достигнутом.

Если вы хотите достичь больших результатов, начните с маленьких изменений, которые на первый взгляд могут показаться незначительными, но со временем они превратятся в мощные успехи.

Кайдзен не требует от вас ломать себя. Вы делаете небольшие шаги каждый день.

Например, если хотите начать заниматься спортом, начните с пятиминутной зарядки по утрам, а не сразу с марафона. Если хотите улучшить навыки, читайте по одной странице книги в день, а не пытайтесь выучить новый язык за неделю. Это может показаться незначительным, но именно такие "мелочи" в кайдзене делают реальную разницу на дистанции.



- **Кайдзен учит:** не пытайтесь стать супергероем за один день, становитесь лучше на 1% каждый день. Это минимальное изменение, которое ваш мозг даже не заметит, но на длинной дистанции оно принесёт невероятные результаты. Вот простой пример: если вы будете улучшаться всего на 1% каждый день, через год вы станете лучше на 37%! Математика проста, но результаты говорят сами за себя.
- **Как это применить в реальной жизни?** Допустим, вы хотите перестать откладывать дела на потом. Не пытайтесь сразу стать человеком, который всё делает по первому звонку. Просто каждый день делайте на одну задачу больше, чем обычно, и увидите, как прокрастинация постепенно уходит на задний план.
- **Как кайдзен спасает от перфекционизма и выгорания.** Одна из самых больших преград на пути к успеху — это перфекционизм. Вы хотите всё сделать идеально, поэтому либо вообще не начинаете, либо срываетесь, когда что-то идёт не так. Кайдзен избавляет от этого давления. Вместо того чтобы стремиться к идеалу, вы делаете что-то просто лучше, чем вчера. Вы не пытаетесь прыгнуть выше головы, а просто сосредотачиваетесь на движении вперёд. К тому же, маленькие улучшения помогают избежать выгорания. Когда вы пытаетесь сделать слишком много за один раз, ваш мозг быстро перегружается, и вы просто сдаётесь. Но когда вы двигаетесь мелкими шагами, ваша энергия распределяется равномерно, и вы не чувствуете усталости или демотивации. Кайдзен — это марафон, а не спринт.

Как начать пользоваться кайдзен-подходом: шаги для тех, кто готов к большим результатам:

- **Начните с анализа:** Взгляните на свои текущие привычки и задачи. Определите, что требует улучшения. Что можно сделать лучше уже завтра?
- **Улучшай по 1% каждый день:** Не пытайтесь измениться сразу. Установи себе маленькую, но конкретную цель. Например, если вы хотите начать вставать раньше, не переходите сразу на 5 утра. Начните с 15 минут раньше каждый день.
- **Фокусируйся на процессе, а не на результате:** Не переживайте о конечной цели. Важнее двигаться каждый день. Если сегодня вы сделали чуть больше, чем вчера — это уже победа.
- **Отмечай свои успехи:** Не забывайте хвалить себя за каждое маленькое улучшение. Это поможет держать мотивацию на высоком уровне.
- **Не жди быстрых результатов:** Кайдзен — это долгосрочная стратегия. Результаты будут накапливаться постепенно, но когда они придут — это будет впечатляюще.
- **Кайдзен-подход** — это ваш способ двигаться к успеху без перегрузки и разочарований. Маленькие шаги, сделанные каждый день, со временем приводят к огромным результатам. Забудьте про грандиозные скачки и геройства, начните с малого и постепенно стройте своё лучшее будущее.
- **Прекратите мечтать о больших скачках:** маленькие шаги делают великие дела!



Эффективная команда в МЛМ

Сетевой бизнес — это бизнес отношений. В его основе лежит команда, группа лидеров, объединённых общей целью. Это не просто люди, собравшиеся вместе, а сообщество, где царит поддержка, взаимопомощь, ответственность и стремление к общей цели. Каждый участник усиливает и дополняет других, мотивирует и помогает.

Например, вы сильны в презентациях и отлично рассказываете о продукте. Ваш коллега мастерски представляет маркетинговый план, другой разбирается в технике и помогает с презентациями. Третья коллега умеет организовать дегустационный стол, встречать гостей или закрывать сделки. Это и есть командная работа в сетевом бизнесе.

Но путь к этому не всегда лёгок. По отдельности у каждого из нас могут быть свои слабые стороны — незнание техники, неуверенность в презентации, трудности с описанием продукта или маркетинга. Но когда мы объединяемся, эти недостатки становятся незаметны. Вы видите слаженную команду, где каждый занимается тем, в чём силен.

Как создать сплоченную команду?

Ключ к успешной командной работе — это командообразование. Существует множество тренингов, от спортивных игр до психологических практик, которые помогают укрепить командный дух, выявить общие цели и улучшить взаимопонимание. В сетевом маркетинге основной принцип — построение команды и создание сети. Чем эффективнее вы строите команду, тем выше ваши доходы и доходы ваших партнеров. Это привлекает многих в МЛМ-бизнес. Любой новичок стремится присоединиться к сильной и успешной команде, потому что это половина успеха!

Узнайте человека:

- Важно понять, что движет вашим партнером.
- Почему он решил присоединиться к бизнесу?
- Какие цели он перед собой ставит
- Используйте формулу **ЧТЕДМ (Что Тут Есть Для Меня?)**, чтобы показать, как сетевой бизнес может помочь ему достичь этих целей.
- Объясните, как команда может поддержать его, и подчеркните, что он не одинок.



Скорость работы команды: Успех в сетевом бизнесе зависит от ваших усилий. Команда не будет работать быстрее, если вы расслабитесь. Определите свои цели и вовлекайте команду в их достижение. Когда вы горите идеей, вся команда заряжается энтузиазмом.

Скорость работы команды: Успех в сетевом бизнесе зависит от ваших усилий. Команда не будет работать быстрее, если вы расслабитесь. Определите свои цели и вовлекайте команду в их достижение. Когда вы горите идеей, вся команда заряжается энтузиазмом.



Правило дубликации: Обычно рекомендуется приглашать одного-двух новых партнеров в день. Однако вы можете расширить это правило, приглашая десять и более человек. Ведите себя как лидер, вдохновляя команду на достижение результатов.

Рекрутируйте новичков: Постоянно привлекайте новых партнеров. Как только вы заключаете контракт с новым участником, сразу же проработайте с ним список потенциальных кандидатов. Хотя современные методы рекрутинга, такие как таргетинг и чат-боты, могут быть эффективными, живое общение по-прежнему остается лучшим способом закрытия сделок.

Сфокусируйтесь на цели: Поставьте конкретную, достижимую цель, которая мотивирует вас. После этого попросите партнеров сделать то же самое. Когда все имеют четкую цель, вы можете разработать стратегию, которая будет способствовать достижению целей каждого.

Напомните о целях: Важно не забывать о правиле приглашать минимум двух новичков в день. Это поможет поддерживать высокий темп работы и достигать поставленных целей.

Поддерживайте команду: Организуйте регулярные встречи, презентации и обучающие мероприятия. Создайте чат или канал, где вы сможете делиться лайфхаками и поддерживать друг друга. В сетевом маркетинге важно выстраивать дружеские отношения и помогать друг другу в достижении целей.



СЕКРЕТЫ НУТРИЦИОЛОГИИ

Как забота о своем здоровье может стать комфортной, ежедневной и эффективной привычкой для любого современного человека.

По утверждению специалистов, здоровье Человека на 50-55% зависит от образа жизни человека, на 20-23% — от наследственности, на 20-25% — от состояния окружающей среды (экологии) и на 8-12% — от работы национальной системы здравоохранения.

Выхлопы автомобильного транспорта, а также выбросы предприятий, сжигающих уголь, насыщают воздух крошечными частицами загрязнений, способных вызывать повышение свёртываемости крови и образование тромбов в кровеносной системе человека. Загрязнённый воздух приводит также к повышению давления. Это вызвано тем, что загрязнение атмосферы вызывает изменение той части нервной системы, которая контролирует уровень кровяного давления. Из-за загрязнения воздуха в крупных городах происходит примерно пять процентов случаев госпитализации.



Практически по всей территории России водопроводная вода хлорируется - с целью обеззараживания. Хлор, вступая в реакцию с органическими компонентами воды, образует хлорорганические соединения - крайне небезразличные для организма вещества. Часть из них - диоксины - обладают сильной токсичностью. Эксперты отмечают, что чаще всего в водопроводной воде встречаются мышьяк, побочные продукты дезинфекции и радиоактивные загрязнители. Однако данная информация неизменно наталкивает на вопрос, - как вообще возможно, что водопроводные системы, которые должны соответствовать нормам безопасности, сопряжены с такими рисками? Дело в том, что, оценивая безопасность, специалисты исследуют вещества один за другим, а не их совокупное воздействие. Однако если есть проблемы, для каждого типа загрязнителей существует свой фильтр. Но такого вот одного универсального фильтра нет. Например, для чрезмерно жёсткой воды – фильтр - умягчитель, для слишком мутной – активированный уголь...

А как же новая система очистки – система обратного осмоса? Система обратного осмоса работает так: вода проходит через специальную мембрану, микропоры которой задерживают 99% всех вредных веществ (включая даже вирусы!). Выглядит очень привлекательно. Однако после такой очистки вода становится в буквальном смысле мёртвой – ведь обратный осмос "вытягивает" из воды абсолютно все вещества, включая, например, кальций и магний, которые полезны и даже необходимы нашему организму. Поэтому бутилированные столовые воды пользуются большим спросом. Продажи бутилированной воды в России растут с каждым годом. Многие покупают воду в бутылках не только в жаркую погоду на улице, но и для ежедневного употребления дома и на работе.

По оценкам экспертов, от 10% до 78% образцов бутилированной воды содержат загрязняющие вещества, в том числе микропластик, часто классифицируемый как нарушитель гормональной (эндокринной) системы, а также фталаты и бисфенол А.

Полезные привычки:

- **Улучшайте качество сна.** И главное, делайте это правильно. Наша нервная система лучше всего отдыхает с девяти вечера до двенадцати часов ночи. Поэтому, чтобы хорошо выспаться, очень важно вовремя ложиться. Постарайтесь развить эту полезную привычку. За час до сна рекомендуется отложить гаджеты и посвятить время каким-нибудь спокойным занятиям. Можно читать или медитировать. Например, через дыхательные упражнения.
- **Занимайтесь физической активностью.** Если вы работаете на сидячей работе более 5 часов в день, то постепенно развивается гиподинамия. Это состояние чревато не только атрофией мышц, но и депрессией, ощущением постоянной усталости. Аппетит может отсутствовать или наоборот хочется есть больше, чем необходимо. Поэтому нужно делать зарядку хотя бы 15-20 минут в день. Она даст нужный заряд бодрости и всплеск эндорфинов (гормоны, которые отвечают за ощущение радости).судов, кожи, волос и ногтей.
- **Питайтесь правильно.** Не изнуряйте себя новомодными диетами. Это может привести к дополнительным проблемам. Чаще всего, если человек здоров, то чтобы не набирать вес, достаточно исключить из меню сложные углеводы, которыми насыщены разнообразные булочки и снеки, есть поменьше сахара и стараться не наедаться на ночь, то есть после 19 часов. Конечно все индивидуально и при наличии заболеваний, диету нужно подбирать с врачом. Если вы не едите мясо, добавьте в рацион побольше бобовых, вроде турецкого горошка, и молочные продукты. Старайтесь есть свежие овощи и фрукты по сезону. Поменьше употребляйте острого и выпивайте около двух литров чистой воды без газа. Если любите есть много сладкого, замените обычные конфеты на натуральную фруктовую пастилу и злаковые батончики.
- **Снижайте стресс.** Понятное дело, что на работе мы не сможем избегать сложных ситуаций. Но не стоит перегружать нервную систему, когда это возможно. Постарайтесь на отдыхе смотреть поменьше тревожных фильмов, не читайте новостей и в целом отдыхайте от планшетов, компьютеров и смартфона.
- **Поддерживайте дома порядок и чистоту.** В домашней пыли содержится огромное количество потенциальных аллергенов. Для того чтобы меньше болеть, в доме нужно поддерживать чистоту. Избавьтесь от пылесборников:старых ковров, лишних плюшевых игрушек.
- **Регулярно сдавайте анализы для мониторинга своего здоровья.**
- **Используйте натуральные пищевые добавки и витамины для поддержания баланса микро и макроэлементов в организме.**
- **Занимайтесь любимым делом которое приносит вам удовлетворение и гармонию.**
- **Соблюдайте питьевой режим. Человек в основе своей состоит из ВОДЫ.**

Все это вы можете легко осуществить став партнером компании IP-ONE и начать использовать продукты для поддержания своего здоровья, омоложения на клеточном уровне и улучшения качества Жизни.



ЧТО ТАКОЕ КВАЛИФИКАЦИЯ В МЛМ-БИЗНЕСЕ?



Пошаговая инструкция для новичков в MLM бизнесе в квалифицированном росте

Сегодня поговорим о таком важном понятии в MLM-бизнесе, как квалификация.

Квалификация в MLM (многоуровневый маркетинг) — это не просто достижение определённого уровня в структуре компании. Это, прежде всего, набор знаний, навыков и умений, которые позволяют эффективно продвигать продукцию или услуги, строить команду и достигать успеха в бизнесе.

Чтобы стать квалифицированным партнёром MLM, нужно:

- изучить продукцию или услуги компании;
- освоить навыки коммуникации и презентации;
- научиться работать с клиентами;
- развить лидерские качества;
- научиться планировать своё время и управлять ресурсами.

Квалификация — это ваш путь к успеху в MLM!

Давайте ответим на важный вопрос: Почему Квалификация важна в МЛМ!?

В мире многоуровневого маркетинга (МЛМ) термин "квалификация" играет ключевую роль.

Это процесс оценки и подготовки потенциальных партнеров, который помогает им понять основы бизнеса, развить необходимые навыки и успешно интегрироваться в структуру компании.

Квалификация в МЛМ включает в себя:

- **Обучение:** Участники получают знания о продуктах, услугах, маркетинговой стратегии и структуре компании.
- **Практические Навыки:** Участники учатся основам продаж, построения команды и управления личными финансами.
- **Поддержка:** Новички получают постоянную поддержку от опытных партнеров, что помогает им преодолевать трудности и достигать успеха.

Квалификация важна, так как она:

- Обеспечивает высокое качество новых партнеров.
- Снижает риск неудачных сделок и оттока участников.
- Способствует развитию стабильного и долгосрочного бизнеса.

Таким образом, квалификация в МЛМ бизнесе является неотъемлемой частью успешного старта и развития в этой сфере.

Что дают новичку знания о квалификациях в MLM-маркетинге? Точку роста для личных финансов.

Понимание квалификаций помогает увидеть, как можно улучшить свои финансовые возможности. Каждая новая квалификация — это шаг к большему доходу.

Профессиональный рост. Поднимаясь на новые квалификационные уровни, вы не только увеличиваете свои доходы, но и развиваете профессиональные навыки. Это помогает стать более эффективным в маркетинге и управлении командой.

Сила в развитии команды. Знание квалификаций помогает понять, как эффективно развивать свою команду. Вы сможете лучше мотивировать и поддерживать своих партнёров, что приведёт к более высоким результатам для всех.

Удовольствие от процесса. Когда вы видите свой прогресс и развитие команды, это приносит удовольствие. Вы понимаете, что ваше дело не только о деньгах, но и о возможности помогать другим и делать мир лучше.

Признание и успех. Получение новых квалификаций приносит признание в вашем лице и в вашем окружении. Это укрепляет вашу позицию в команде и открывает новые возможности.

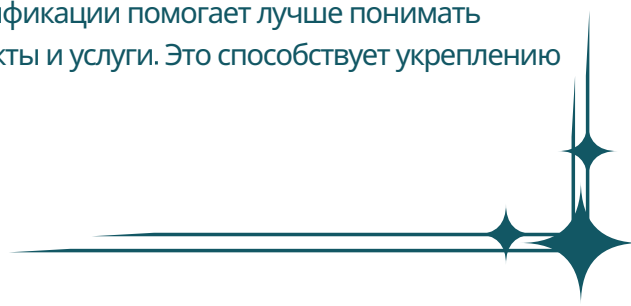
Не бойтесь изучать новые горизонты и стремиться к новым квалификациям! Почему планирование квалификации важно для партнёра в МЛМ? Планирование квалификации — важный шаг для каждого партнёра в МЛМ.

Развитие навыков. Планирование квалификации помогает определить, какие навыки и знания необходимы для достижения успеха в МЛМ. Это может быть изучение продуктов, освоение техник продаж, развитие коммуникативных навыков и многое другое.

Постановка целей. Планирование квалификации помогает поставить конкретные цели и определить, какие шаги нужно предпринять для их достижения. Это помогает сосредоточиться на важных задачах и избежать распыления усилий.

Повышение эффективности. Когда партнёр знает, какие навыки ему нужно развить, он может более эффективно использовать своё время и ресурсы. Это приводит к повышению производительности и достижению лучших результатов.

Улучшение взаимодействия с клиентами. Планирование квалификации помогает лучше понимать потребности клиентов и предлагать им более качественные продукты и услуги. Это способствует укреплению отношений с клиентами и повышению их лояльности.



Адаптация к изменениям. MLM-бизнес постоянно меняется, и планирование квалификации помогает партнёрам быть в курсе новых тенденций, продуктов и технологий.

Это позволяет им адаптироваться к изменениям и оставаться конкурентоспособными.

Пошаговая инструкция для новичков в MLM бизнесе в квалифицированном росте:

Изучите квалификационные уровни:

- Узнайте, какие существуют квалификационные уровни в вашей компании.
- Ознакомьтесь с условиями и требованиями для достижения каждого уровня.

Оцените свои финансовые возможности:

- Определите, сколько вы хотите зарабатывать.
- Сравните свои цели с финансовыми возможностями, предоставляемыми на разных квалификационных уровнях.

Поймите мотивацию:

- Осознайте, что квалификационные уровни показывают ваш потенциал роста.
- Используйте это как первый шаг к мотивации и постановке целей.

Зарабатывайте деньги:

- Начните применять знания и навыки, необходимые для достижения квалификационных уровней.
- Постоянно работайте над развитием своих компетенции и расширением сети партнеров.

Следите за прогрессом:

- Регулярно оценивайте свои достижения.
- Корректируйте стратегию при необходимости, чтобы быстрее достигать поставленных целей.



ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В (AQUA BALANCE)



Витамины и минералы — это незаменимые вещества, которые играют ключевую роль в работе нашего организма и поддержании здоровья. Они не синтезируются в организме, поэтому мы должны получать их из внешних источников. Витамины служат катализаторами, способствуя преобразованию пищи в энергию и восстановлению поврежденных клеток. Они повышают устойчивость организма к различным заболеваниям и улучшают физическую и умственную работоспособность. Минералы участвуют в формировании клеток и тканей, и каждый из них выполняет свою уникальную функцию. Витамины и микроэлементы являются ключевыми компонентами нашего здоровья. Как недостаток, так и избыток этих веществ в рационе может привести к серьезным нарушениям. Хотя переизбыток витаминов встречается редко, их дефицит — довольно распространенное явление.

Почему мы нуждаемся в витаминах и микроэлементах?

Витамины и микроэлементы — это жизненно необходимые вещества, требующиеся человеку в очень малых количествах. Однако наш организм не способен производить их самостоятельно, поэтому мы должны получать их из внешних источников.

Витамин В12 является одним из ключевых элементов, участвующим в синтезе ДНК и метаболизме жирных кислот и аминокислот в организме. Он необходим для выработки эритроцитов в костном мозге и нервной оболочке, что, в свою очередь, играет важную роль в поддержании здоровья нервной системы, клеток крови и выработки энергии. Основная роль витамина В12 в организме. Витамин В12 играет ключевую роль в поддержании здорового уровня гомоцистеина, что, в свою очередь, обеспечивает сердечно-сосудистое, неврологическое и общее здоровье. Он способствует генерации эритроцитов, участвуя в процессах кроветворения и увеличивая эффективность железа, необходимого для созревания эритроцитов. Витамин В12 участвует в синтезе и обмене белков, углеводов и липидов, формировании эритроцитов и строительстве защитного миелинового слоя. Без него миелин разлагается, защитная оболочка вокруг нервных клеток отслаивается и атрофируется, что приводит к раздражительности и появлению пугающих симптомов в конечностях, таких как онемение, зуд и первые признаки паралича.

Потребность в витамине В12 возрастает по нескольким причинам:

- Генетические изменения которые могут затруднять усвоение витамина из пищи;
- Вегетарианский и веганский рацион питания;
- Пожилой возраст;
- Нарушения в работе желудочно-кишечного тракта и дисбаланс микрофлоры;

Недостаток витамина В12 может проявляться различными симптомами, такими как:

- Утомляемость, учащенное сердцебиение;
- Вялость, одышка;
- Головная боль;
- Бледность;
- Потеря аппетита;
- Ухудшение зрения;
- Проблемы с памятью и концентрацией внимания;
- Раздражительность;
- Онемение рук и ног.

Vitamin B12 (AQUA BALANCE) представляет собой водорастворимый витамин, который имеет огромное значение для нашего организма. Он необходим для формирования клеток крови и нормального функционирования нервной системы, а его дефицит может привести к серьезным изменениям в организме.

Vitamin B12 (AQUA BALANCE) играет важную роль в здоровье нервной системы, участвуя в создании ДНК и РНК, способствуя высвобождению энергии из пищи и усвоению фолиевой кислоты, а также регулируя работу иммунитета, обмен липидов и углеводов.

Vitamin B12 (AQUA BALANCE) являются водорастворимыми необходимыми для здоровья клеток и участвующими в многочисленных биологических процессах. Они играют ключевую роль в правильной работе мозга, нервной и иммунной систем.

Vitamin B12 (AQUA BALANCE) необходим для участия в метаболизме белков и жиров, кроветворении, защищая оболочки нервных клеток. Он также играет важную роль в метаболизме фолиевой кислоты, способствуя образованию активной формы витамина В9.

Vitamin B12 (AQUA BALANCE) - Улучшает концентрацию, памяти и равновесия. Способствует выработке холина, который активизирует работу мозга, обеспечивая защиту от стрессов и здоровые нервы. Он улучшает концентрацию, память и способность к равновесию.

Одна из главных задач **Vitamin B12 (AQUA BALANCE)** — производство метионина, который «дирижирует» чувствами доброты, радости и любви. Любые формы психических расстройств, представляют собой не что иное, как нарушение обмена веществ в мозге и нервных волокнах.



Витамин В6 является одним из ключевых участников обмена веществ в нашем организме. Он играет важнейшую роль в запуске более 150 биохимических реакций, что делает его незаменимым для правильной работы практически всех внутренних органов, а также центральной и периферической нервной системы. Этот витамин поддерживает здоровье кожи, волос и костей, а также необходим для преобразования пищи в энергию, без чего невозможен обмен веществ.

Витамин В6 выполняет множество функций, среди которых:

- Улучшение состояния кожи. Витамин В6 незаменим для поддержания красоты кожи. Он способствует увлажнению, питанию и восстановлению, защищая ее от негативного воздействия ультрафиолетовых лучей, агрессивных ветров и сухого воздуха. Это вещество помогает избавиться от сыпи и кожного зуда, облегчает симптомы дерматита, предотвращает сухость и появление трещин, а также устраняет воспаления.
- Укрепление иммунитета. Витамин В6 напрямую влияет на образование Т-клеток в костном мозге — особых лимфоцитов, которые обеспечивают адекватный иммунный ответ на атаки вирусов, бактерий и других патогенных микроорганизмов. Кроме того, он распознает аномальные или инфицированные клетки и уничтожает их, что укрепляет иммунную систему и помогает реже болеть в сезон простуд.
- Улучшение работы сердца, сосудов и печени. В6 укрепляет сосудистые стенки, снижая риски развития сердечно-сосудистых заболеваний. Он питает мышцу сердца, уменьшая вероятность инфаркта миокарда и острой сердечной недостаточности. Кроме того, В6 обладает липотропным эффектом, защищая печень от накопления жира и обеспечивая ее нормальную работу.
- Нормализация обмена веществ. В6 участвует в обмене жиров, углеводов и белков, способствуя правильному превращению аминокислот и полноценному усвоению глюкозы нервными и другими клетками. Без В6 не могут усваиваться углеводы, из которых образуется энергия, необходимая для всех жизненно важных процессов.

Vitamin B6 (AQUA BALANCE) — это водорастворимый витамин, который играет важнейшую роль в нашем организме. Он обеспечивает питание нервных клеток и усвоение ими глюкозы, что снижает возбудимость центральной нервной системы и повышает стрессоустойчивость.

Кроме того, витамин В6 (AQUA BALANCE):

- Способствует синтезу серотонина — так называемого «гормона счастья», отвечающего за хорошее настроение.
- Участвует в выработке мелатонина — гормона, регулирующего биологические ритмы и способствующего быстрому засыпанию, качественному и здоровому сну.
- Обладает антиоксидантной активностью — нейтрализует свободные радикалы, которые провоцируют окисление и разрушение клеток, а также их перерождение в злокачественные.
- Нормализует гормональный фон.
- Способствует выработке норадреналина и адреналина — гормонов надпочечников, которые помогают нам адекватно реагировать на стрессы, быстрее принимать решения и активизировать резервы организма для выхода из сложных ситуаций.
- Купирует воспаления, сокращая частоту обострений хронических болезней.
- Снижает риски развития анемии, повышая уровень гемоглобина, отвечающего за доставку кислорода вместе с кровью ко всем тканям и органам.
- Разжижает кровь, снижая риски образования тромбов.



Витамин В1, также известный как тиамин, является одним из ключевых элементов, который запускает и поддерживает работу клеток нашего организма. Его основная функция заключается в участии в обмене веществ, позволяя клеткам преобразовывать питательные вещества в энергию, необходимую для функционирования сердца, мозга и мышц. Нехватка витамина В1 может привести к различным проблемам со здоровьем, включая упадок сил, усталость и нарушения в работе нервной системы. Его дефицит может быть вызван несбалансированным питанием, хроническим алкоголизмом, заболеваниями желудочно-кишечного тракта, а также некоторыми хроническими болезнями, такими как сахарный диабет и сердечная недостаточность.

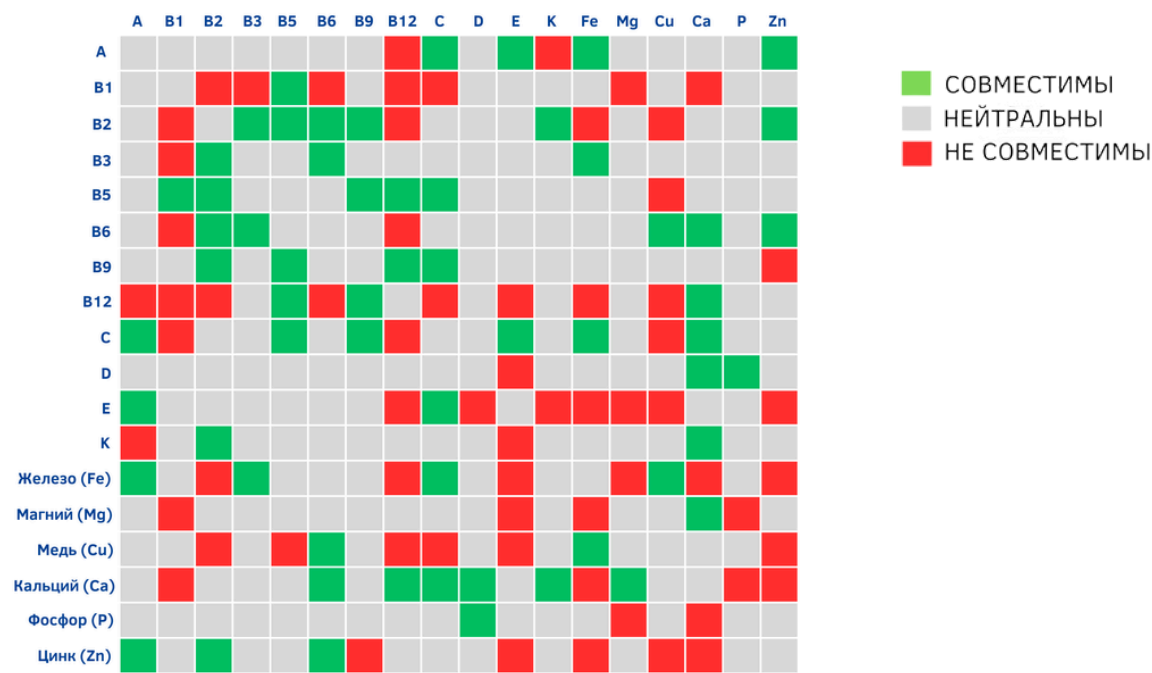
Роль витамина В1 в организме. Тиамин играет ключевую роль в синтезе нейротрансмиттеров — веществ, которые передают сигналы между нервными клетками. Одним из ключевых нейротрансмиттеров, вырабатываемых с участием тиамина, является ацетилхолин, отвечающий за память, обучение и мышечный контроль. Нехватка тиамина может нарушить этот процесс, что приводит к раздражительности, ухудшению памяти и другим неврологическим проблемам. Кроме того, витамин В1 поддерживает работу сердца, участвуя в метаболизме — основном источнике энергии для сердечной мышцы.

Vitamin B1 (AQUA BALANCE) обладает множеством преимуществ для здоровья:

- Он необходим для производства глюкозы, которая служит источником энергии для всех органов и тканей. Снижение уровня глюкозы может привести к развитию или прогрессированию таких заболеваний, как болезнь Альцгеймера и диабет.
- Помогает справляться со стрессом, повышая защитные функции организма, улучшая настроение и общее физиологическое самочувствие.
- Играет важную роль в различных метаболических процессах по всему организму. Прием этого витамина способствует контролю веса и предотвращает ожирение.
- Необходим для здоровья нервной системы — особенно полезен для пожилых людей с болезнью Альцгеймера, а также при любом типе деменции. Предотвращает повреждение мозга и возрастную нейродегенерацию.
- Вырабатывает ацетилхолин для поддержания стабильной и здоровой работы сердца. Дефицит тиамина может привести к нерегулярному сердцебиению и другим сердечно-сосудистым заболеваниям. Микроэлемент снижает кровяное давление, уменьшая риск развития хронической гипертонии.
- В сочетании с аскорбиновой кислотой уменьшает последствия сепсиса, снижая риск почечной недостаточности, которая часто возникает в результате инфекции.
- Улучшает концентрацию внимания и способствует лучшему запоминанию информации.



Ниже представлена схема совместимости витаминов и минералов, которая поможет вам сделать осознанный выбор при планировании своего рациона.



Компания «IP—ONE», которая ставит своей целью комплексное улучшение качества жизни всего человечества. Приоритетными направлениями нашей деятельности являются омоложение организма и общее укрепление иммунитета. «IP—ONE» уделяет особое внимание современным исследованиям в области биофизики, так как наша компания стремится к оздоровлению людей по всему миру, независимо от их национальности, пола или возраста. Однако стоит отметить, что «IP—ONE» не занимается лечением, а лишь способствует ведению здорового образа жизни. Все продукты, выпускаемые под нашим брендом, не содержат ГМО. Если у вас есть сложные заболевания, настоятельно рекомендуем обратиться за медицинской помощью и не заниматься самолечением.

Важно подчеркнуть, что биологически активные пищевые добавки не являются лекарством и не могут заменить полноценное лечение. Перед их применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Будьте здоровы и успешными!



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
- С июня для участников Клуба стартуют акции на любимые продукты! Следите за нашими новостями на официальном сайте компании или в официальной группе Telegram.

ПОБЕДИТЕЛИ МАРАФОНА СТРОЙНОСТИ



Поздравляем с завершением первого этапа Марафона Стройности! Вы проделали огромную работу и достигли впечатляющих результатов. Это повод для гордости и вдохновения. Продолжайте двигаться вперед и не останавливайтесь на достигнутом. Желаем вам дальнейших успехов и крепкого здоровья!

Призы победителям марафона:

- Тамара Статкевич: продукция компании на 500 у.е. и сертификат на 20 тысяч рублей.
- Елена Горбунова: продукция компании на 500 у.е. и сертификат на 20 тысяч рублей.
- Ольга Пищаева: продукция компании на 500 у.е. и сертификат на 20 тысяч рублей.

Также хотим отметить двух участниц за активность и успехи:

- Наталья Самойлова: подарок — маленькая семигранная именная пирамида «CLEAR SPACE LUX II».
- Елена Судакова: подарок — маленькая семигранная именная пирамида «CLEAR SPACE LUX II».



Результаты нашего Марафона!

Вы все думаете?

Наши Марафонцы уже получили результат!

Присоединяйтесь к нам!

Елена Горбунова

Вес до 100,6 кг/ после 91,5 кг
Об.груди до 116/ после 109 см
Об. Талии до 100/ после 91 см
Об. Бедер до 121/ после 114 см
Об. Бедра до 70/ после 65 см
Об. Шеи до 39/ после 37 см
Об. Руки до 38/ после 35,5 см
Об. Икры до 42/ после 38 см

Самойлова Наталья

Вес до 68,5 кг/ после 58,3 кг
Об. Талии до 84/ после 67 см
Об. Бедер до 107/ после 95 см
Об. Бедра до 59/ после 51,5 см
Об. Шеи до 35/ после 28,5 см
Об. Руки до 32/ после 26 см
Об. Икры до 38/ после 34,6 см

Пищяева Ольга

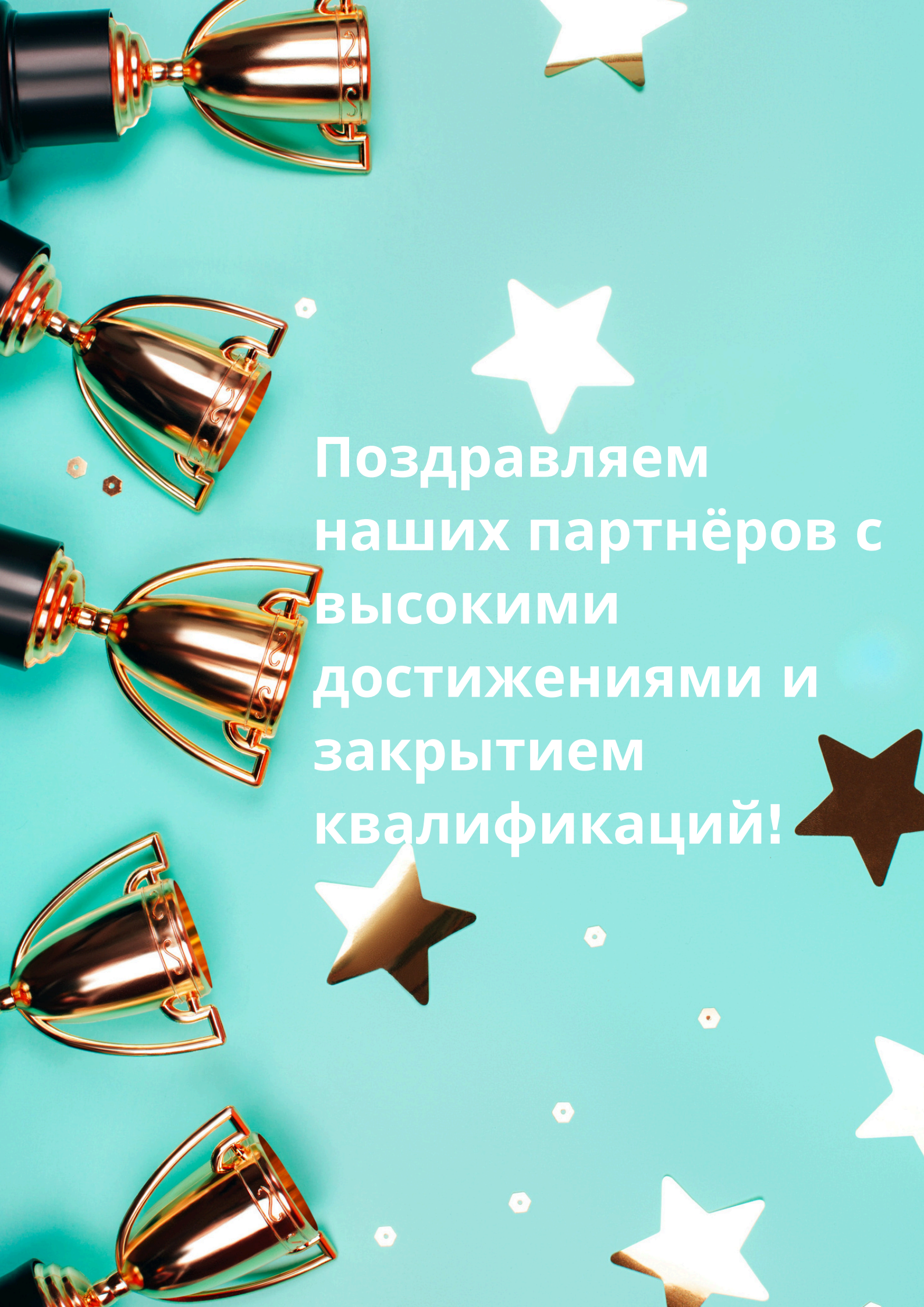
Вес до 97/ после 86,7
Об. Шеи до 37/ после 36
Об. Руки до 37/ после 34
Об.Груди до до 117/ после 107
Об. Талии до 108/ после 98
Об. Бедер до 117/ после 113
Об.Бедра до 67/ после 60
Об.Икры до 48/ после 42

Статкевич Тамара:

Вес до 90.3/ после 80.3 см
Об.Груди до 112/ после 103 си
Об.Талии до 105/ после 100 см
Об.Бедер до 115/ после 107 см
Об.Бедра до 66/ после 63 см
Об.Шеи до 36/ после 33 см
Об.Руки до 36/ после 34 см
Об.Икры до 46/после 43 см



Присоединяйтесь к нам!



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 and gold stars of different sizes.

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 Анастасия ID 12825
- Турбасова Евгения ID 14494
- ★ • Яковлева Юлия ID 36545
- Соколова Ольга ID 43385
- Сенчалова Галина ID 51273
- Пак Тамара ID 52452
- Латыпова Флюра ID 55975
- Горбунова Ирина ID 66291
- Белохмескина Лариса ID 76222
- ★ • Наталия Рифаи ID 84692



Поздравляем с закрытием квалификацией ДИРЕКТОР!

- Нуждина Ирина ID 3329
- Антанович Алла ID 4679
- Севрикова Елена ID 5579
- 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
- Мищенко Наталья ID 42162
- Амиров Искандер ID 42216
- Хуснуллина Марина ID 54700
- Ильина Ирина ID 62926
- Ганец Надежда ID 76690
- Ратнова Зинаида ID 94290
- Горбунова Елена ID 95562
- Кремнева Виктория ID 95861

Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Джамиллов Айдар ID 1085
- 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 5665
- Васильева Елена ID 6422
- Статкевич Тамара ID 6851
- Уражевская Елена ID 8860
- Кондратьев Сергей ID 10093
- Иванова Оксана ID 11194
- Лебедев Антон ID 13090
- Антохина Инна ID 14491
- Турбасова Ульяна ID 14499
- Евграфова Надежда ID 14917
- Кондратьева Вера ID 15883
- Калюс Наталия ID 16781
- Рогулина Татьяна ID 17879
- Никифорова Надежда ID 19336



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Шевела Валентина ID 21641
- Филяева Екатерина ID 26151
- Ногманова Рамиля ID 27079
- Шарипова Зиля ID 27092
- Ренькевич Дмитрий ID 29309
- Кондратьев Сергей ID 30551
- Козлова Светлана ID 31822
- Маревцев Сергей ID 31999
- Куприянова Асия ID 33665
- Овчинникова Ольга ID 36192
- Иванова Александра ID 36699
- Калинина Елена ID 38368
- Лебедева Лариса ID 39118
- Старикова Лилия ID 41288
- Шурховецкая Анна ID 44078
- Паныч Анна ID 44693
- Дерявка Ирина ID 44778
- Тимербулатова Лилия ID 44790
- Шевченко Татьяна ID 50256
- Полякова Татьяна ID 50339
- Довженко Евгения ID 52173
- Ким Светлана ID 52455
- Бухмиллер Светлана ID 52484
- Трифонова Ирина ID 52636
- Мускатина Елена ID 52675



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Шевела Валентина ID 21641
- Филяева Екатерина ID 26151
- Ногманова Рамиля ID 27079
- Шарипова Зиля ID 27092
- Ренькевич Дмитрий ID 29309
- Кондратьев Сергей ID 30551
- Козлова Светлана ID 31822
- Маревцев Сергей ID 31999
- Куприянова Асия ID 33665
- Овчинникова Ольга ID 36192
- Иванова Александра ID 36699
- Калинина Елена ID 38368
- Лебедева Лариса ID 39118
- Старикова Лилия ID 41288
- Шурховецкая Анна ID 44078
- Паныч Анна ID 44693
- Дерявка Ирина ID 44778
- Тимербулатова Лилия ID 44790
- Шевченко Татьяна ID 50256
- Полякова Татьяна ID 50339
- Довженко Евгения ID 52173
- Ким Светлана ID 52455
- Бухмиллер Светлана ID 52484
- Трифонова Ирина ID 52636
- Мускатина Елена ID 52675



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Калашникова Наталья ID 77299
- Сальникова Светлана ID 77875
- Guerin Lidia ID 77930
- Цай Ирина ID 78523
- К. Елена ID 79808
- Панфилкин Сергей ID 81217
- Кардашева Валентина ID 82283
- Горелова Тамара ID 82949
- Анзина Алла ID 83563
- Стрелкова Анжела ID 84153
- Русакова Анна ID 85070
- Соболева Ирина ID 85974
- Юн Екатерина ID 86627
- Юрина Светлана ID 86667
- Рифаи Наталия ID 87260
- Осинцева Анна ID 87675
- Орлова Александра ID 90059
- Никольская Т. ID 93598
- Давлетзянова В. ID 93989
- Абалакова С. ID 94899
- Рифаи Наталия ID 95031
- Мельчакова Надежда ID 95694
- Бердникова Галина ID 95733
- Борисова Наталья ID 95835
- Колесникова Людмила ID 95904



Поздравляем с квалификацией МЕНЕДЖЕР!

- Водолазкина Наталья ID 96068
- Шакирова Светлана ID 96093
- Габдуллина Валентина ID 96144
- Горбунов Сергей ID 96193
- Панкрашкина Ирина ID 96341
- Ахметова Флира ID 96460
- Иванова Альфия ID 96604
- Сахно Анастасия ID 96786
- Мнацаканян Ольга ID 96811
- Осоргина Юлия ID 96880
- Бакумова Ирина ID 96887
- Пьянова Елена ID 96908
- Федотикова Надежда ID 96960
- Белоброва Надежда ID 97014
- Алешина Галина ID 97027
- Михаленко Елена ID 97047
- Джаммаева Асият ID 97057
- Глухова Эвелина ID 97110
- Маник Розалия ID 97311
- Лосева Людмила ID 97319



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!