

lifestyle

MÉXICO



ENERO - FEBRERO

UN AÑO NUEVO
2018

UN NUEVO TÚ

- Oportunidad Reliv:
Un negocio que funciona desde casa
- GENTE REAL. RESULTADOS REALES

- Tips para mantenerte activo
- Nacidas para el
Network Marketing





Nuevo Año Nuevo tú

Propósitos con los cuales vivir y lograr

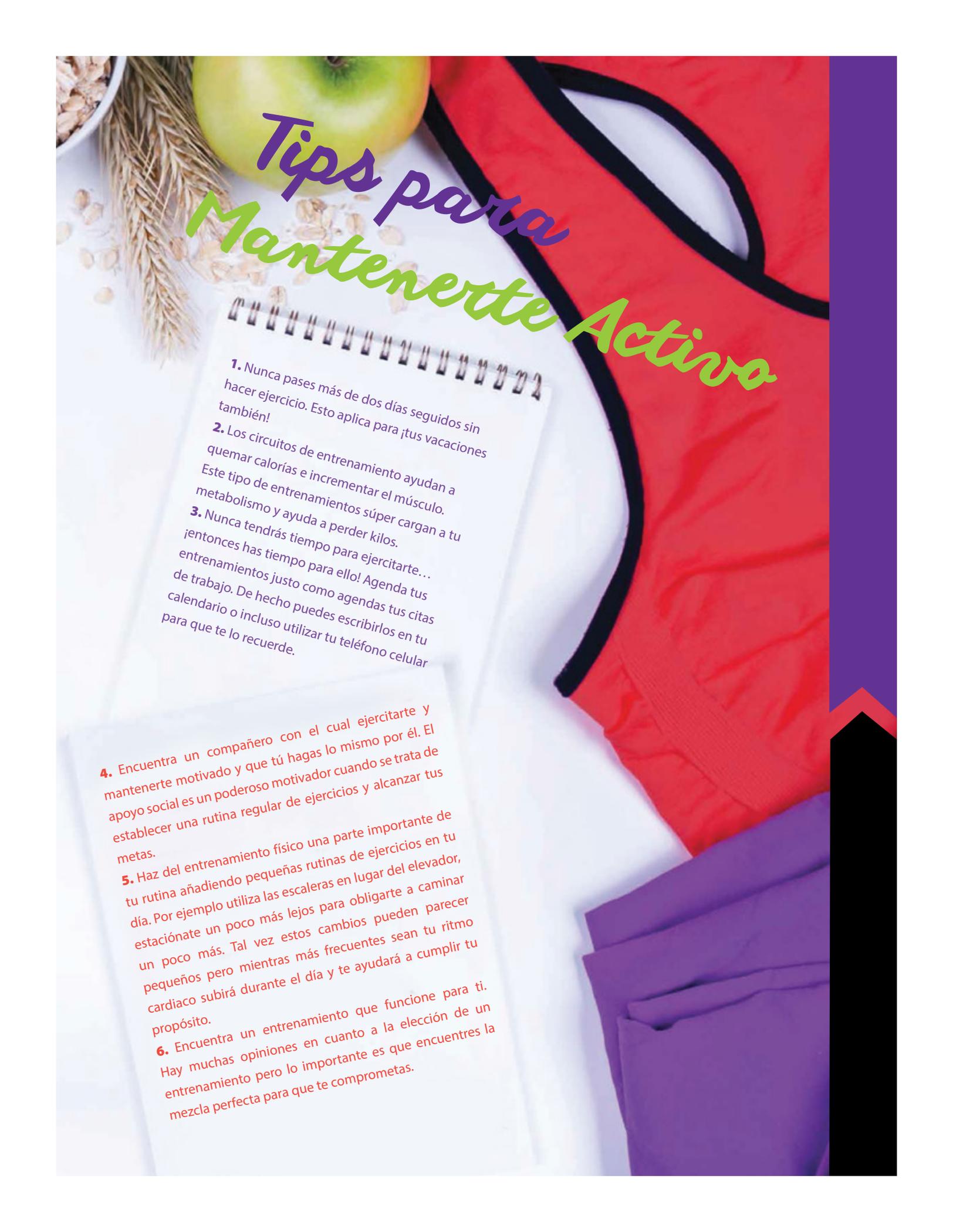
Es todo un cliché el decir que tu propósito principal para este año nuevo es perder peso, ¿cierto? Sin embargo, para la mayoría de todos nosotros también ¡es el más importante! El único problema es cumplirlo. Te compartimos algunos consejos para que este 2018 sea la excepción y cumplas tu propósito:

- Haz tus propósitos alcanzables. Perder 30 kilos para el día de San Valentín es algo irreal y en definitiva algo no muy alcanzable. Pero si te propones a perder 1 kilo por semana eso es algo alcanzable y más real.
- Establece objetivos concretos. Sé más específico en cómo vas a perder ese peso. Dí "caminaré 5 días a la semana durante 30 minutos cada día" en lugar de un general y evasivo "voy a ejercitarme un poco más".
- Tómallo con calma. Cambia hábitos y comportamientos gradualmente hasta que formen parte de tu rutina diaria. Tendrás mayor éxito si lo haces de esta manera.
- Sé flexible. Primeramente remueve las palabras "elimina", "nunca" y "prohibido" de tu vocabulario. La vida no funciona de esa manera. Pero la moderación, las limitaciones y las "muestras" pueden formar parte de cualquier plan de alimentación. Sentirse privado es la vía más rápida al fracaso en el logro de cualquier propósito. Haz sustituciones saludables, pero de vez en cuando permítete comer aquello que amas, claro en pequeñas porciones.
- Mantente motivado. Un propósito implica determinación y "apego a la actividad". Estas en esto a largo plazo, así que si perder peso fue uno de tus propósitos para este año tendrás que cambiar tu manera de pensar. Para mantenerte en este camino hazle saber tus intenciones a tu familia y amigos para que te motiven, haz de la actividad física algo divertido y recompénsate por tus logros con algo que no sea comida.

¡Tú puedes lograrlo y Reliv puede ser tu fiel compañero en este camino!



“La mejor parte de Reliv- es que puedes hacer lo que siempre has deseado y más”



Tips para Mantenerse Activo

1. Nunca pases más de dos días seguidos sin hacer ejercicio. Esto aplica para ¡tus vacaciones también!
2. Los circuitos de entrenamiento ayudan a quemar calorías e incrementar el músculo. Este tipo de entrenamientos súper cargan a tu metabolismo y ayuda a perder kilos.
3. Nunca tendrás tiempo para ejercitarte... entonces has tiempo para ello! Agenda tus entrenamientos justo como agendas tus citas de trabajo. De hecho puedes escribirlos en tu calendario o incluso utilizar tu teléfono celular para que te lo recuerde.

4. Encuentra un compañero con el cual ejercitarte y mantenerte motivado y que tú hagas lo mismo por él. El apoyo social es un poderoso motivador cuando se trata de establecer una rutina regular de ejercicios y alcanzar tus metas.
5. Haz del entrenamiento físico una parte importante de tu rutina añadiendo pequeñas rutinas de ejercicios en tu día. Por ejemplo utiliza las escaleras en lugar del elevador, estacionate un poco más lejos para obligarte a caminar un poco más. Tal vez estos cambios pueden parecer pequeños pero mientras más frecuentes sean tu ritmo cardíaco subirá durante el día y te ayudará a cumplir tu propósito.
6. Encuentra un entrenamiento que funcione para ti. Hay muchas opiniones en cuanto a la elección de un entrenamiento pero lo importante es que encuentres la mezcla perfecta para que te comprometas.



Imelda Galindo Ruiz, Sonora

Estoy contenta de aprovechar este espacio para compartirles mi experiencia al integrar RELIV en mi vida. Hace más de un año sentía dolor en hombros, brazos pero sobre todo rodillas, escuchar un chasquido al doblarlas y al subir escaleras no es agradable y es muy preocupante.

El dolor fue aumentando de manera gradual, hasta que llegué a sentir una gran incomodidad para realizar cualquier actividad, me pesó dejar de hacer algo que tanto disfruto: andar en bicicleta.

A este dolor articular se le suma la "menopausia" con lo que decidí jubilarme, ya que me costaba mucho trabajo levantarme, estar alerta en mi trabajo, muy agotada, sin concentración y con tanta fatiga, sentía que mi cuerpo pesaba toneladas...

Quería aparentar que todo en mi vida estaba bien (que no pasaba nada y esto era pasajero) hacía un gran esfuerzo pero mi estado de ánimo y mi salud me traicionaban ya que en nada cooperaban para desarrollar un trabajo de tanta responsabilidad.

El dolor aumentó al grado de no permitirme dormir por las noches, los analgésicos no funcionaban, gracias a una amiga que me recomendó RELIV, después de varias semanas lo anterior ya es historia...

Estoy emocionada de poder vivir a plenitud, ya he regresado a hacer mis recorridos en bicicleta (25KM), estoy llena de energía, con una vida plena, muy feliz de haber abierto la puerta a esta oportunidad que definitivamente ¡cambió el curso de lo que hoy es mi vida!

"Los puntos de vista y opiniones aquí expresados son estrictamente personales y no representan el punto de vista y/o declaraciones de Reliv Now de México S. de R.L. de C.V."

Gente real.
Resultados
reales.

¿Cuál es tu por qué?

Las personas desean formar parte de Reliv por diversas razones: para mejorar su bienestar, por un ingreso extra, disfrutar de un mejor estilo de vida, alcanzar la independencia financiera, crecimiento personal y hasta con la idea de cambiar al mundo. La mejor parte de Reliv- es que puedes hacer lo que siempre has deseado y más.

Tu porqué, no es sólo una de las razones para unirse a Reliv; es tu motivación y determinación la que te guían a dar cada paso para alcanzar tus metas. Recuerda cuál es tu porqué cada vez que te prepares un batido Reliv, cuando comas sanamente y te mantengas activo. Como Distribuidor Reliv usa tu motivo o tu porqué para inspirar a los demás e incluso a ti mismo e ir cosechando logros a lo largo del camino.

Una vez que hayas encontrado todos tus porqués, puedes hacerte las siguientes preguntas. Asegúrate de escribir tus respuestas y colocarlas en un lugar muy visible así podrás visualizarlas y recordarlas a diario.

¿Qué? ¿Qué metas específicas tienes para tu salud, tu bienestar y tu vida?

¿Cuándo? ¿Cuáles metas lograste el día de hoy? Durante el mes? Este año? En cinco años?

¿Cómo? ¿Qué acciones estás tomando para alcanzar tus metas?

¿Quién? La pregunta más importante: ¿A quién le vas a platicar hoy acerca de Reliv?

Oportunidad Reliv

Un negocio desde casa que funciona.

Si estás en la búsqueda de una carrera a largo plazo que te permita trabajar desde casa, manejar tu propia agenda y ser tu propio jefe, mientras te mantienes en el camino a lograr tu libertad financiera, te invitamos a echar un vistazo a la oportunidad de ingresos que un negocio Reliv manejado desde casa tiene para ti.

Los Embajadores Generose y Willy Uy de Filipinas encontraron que su negocio como concesionarios era muy lucrativo pero también muy exigente haciendo muy difícil o casi imposible la convivencia familiar. Decidieron formar parte de Reliv en 2011 y se enfocaron en lograr el éxito con un negocio manejado desde casa. Al día de hoy ellos no sólo están teniendo buenos ingresos sino que tienen el tiempo y la libertad que siempre desearon para vivir sus sueños. "Reliv nos ha permitido ser los padres que siempre quisimos mientras generamos un ingreso que ha excedido lo que pensamos que un negocio en casa generaría. Tenemos la libertad de realmente disfrutar de la vida con nuestro hijo Aarón porque tenemos el control de nuestro tiempo así como de nuestras decisiones de negocio. Comenzamos a utilizar las redes sociales para nuestro negocio en 2013, las herramientas de negocio que maneja Facebook nos han ayudado a promover Reliv a mayor número de personas y a encontrar a las personas adecuadas, por lo tanto hemos podido obtener más clientes potenciales y cerrar más ventas. Con esta conveniente plataforma en línea, pudimos reducir gastos de marketing y aumentar nuestros ingresos a pasos agigantados. Además siempre hemos alcanzado nuestros objetivos de negocio ¡así que podemos calificar para muchos viajes con Reliv!"

¿POR QUÉ TANTOS ELIGEN RELIV?

Hay muchas compañías de venta directa en el Mercado, ¿por qué elegir Reliv?

Aquí hay varias razones: **Exclusividad, patentes y productos probados ofreciendo nutrición avanzada.** Mercado objetivo: Reliv es para todos. Fabricación, marketing, distribución, servicio al cliente y más. La oportunidad de ganar un ingreso residual de por vida. Una red exitosa de distribuidores siempre dispuestos a apoyarte para que logres el éxito. Puedes ganar bonos y viajes alrededor del mundo. La oportunidad de ayudar a otros a lograr una mejor salud y finanzas. Ofrece la oportunidad de iniciar tu propio negocio desde la comodidad de tu casa. Consumes los productos Reliv, te sientes bien, lo compartes a los demás y te pagan por ello. No necesitas ser nutriólogo o un vendedor para iniciar tu propio negocio Reliv. Sólo se requiere que compartas lo que has encontrado:

¡Bebes tu batido de Reliv, te sientes increíble, les platicas a los demás de esto y te pagan por ello!



“ Reliv... Me ha dado la oportunidad de estar con mis hijos en cada etapa de sus vidas y viajar a lugares que nunca imaginamos. Reliv es y será parte de nuestras vidas ”

Ana Lorena Gómez
Zapopan, Jalisco



Nacidas para el Network Marketing

Desde la revolución industrial y con el continuo ajeteo de la modernidad, la incorporación de la mujer a la vida laboral se ha incrementado a niveles en los que es imprescindible su presencia.

Por estas razones y más, diversas instituciones internacionales han respaldado la importancia y beneficios que adquieren las empresas al incluir a mujeres en su plantilla laboral ya que se ha demostrado que aquellas empresas con mayor número de "trabajadoras" mejoran la productividad, existe una mejor adaptación a los cambios y cuentan con una fuerza laboral más estable.

Empresas de Network Marketing ofrecen grandes ventajas al sexo femenino respecto a su contraparte, debido a las características innatas que poseen como la capacidad de multitarea (multitasking) y la habilidad para entablar relaciones interpersonales desarrolladas a lo largo de su vida; dichas habilidades facilitan el reclutamiento de nuevos prospectos y potencializan su prospección a corto plazo.

La clave del éxito de una mujer emprendedora radica principalmente en desarrollar un carácter firme e integrar labores de Networking en su vida diaria, como si se tratara de cualquier otra actividad, con la finalidad de eficientar su tiempo.

Descubre las ventajas biológicas de las mujeres para desarrollarse óptimamente en el Networking:



1 **Aprovecha el multitasking genético:** Cualquier actividad que realices te ofrece la oportunidad de acercarte a otras personas e invitarlas a crear su propio negocio y lograr la independencia financiera.



No tengas miedo de hacer algo nuevo: Ser sociable es una gran ventaja; la mayoría de las mujeres son grandes comunicadoras, es por ello que puedes aprovechar el buscar nuevas actividades que te den la oportunidad de conocer gente nueva. ¡Atrévete!

2

3



Facilidad de palabra: La genética puedes ser tú mejor aliada al momento de reclutar; estudios muestran que la pasión de las chicas por comunicarse y charlar comienzan desde temprana edad. Las niñas generalmente comienzan a hablar antes y más rápidamente que los niños y poseen un vocabulario más amplio.

Distribución de tiempo: Un empleo que otorga una verdadera libertad de horarios y finanzas es difícil de encontrar en nuestros días. Las mujeres tienen la habilidad de agendar diversas actividades y administrar su tiempo. La mayoría conocemos a una mujer que es madre, esposa, trabaja, realiza actividades extra curriculares con sus hijos e incluso se ejercita. Todo en un mismo día. Esta grandiosa habilidad pertenece en su mayoría al sexo femenino, esta aptitud/habilidad es idónea para llevar a cabo un negocio propio de Networking.

4