

aloe life

AUSGABE 12

Time for you

Nimm dir jetzt Zeit
für deine persönliche
Entwicklung

Plus...

Unterstütze deine Haut mit
Forever Marine Collagen™

Komme durch Stretching
wieder ins Gleichgewicht

Definiere deine Arbeit zu
deinen Bedingungen neu



FOREVER®



Was *erwartet* dich?

3

Posts aus der ganzen Welt
Schnappschüsse der globalen
Forever-Familie

5

Ein neues Jahr, eine neue Welt
Starte mit positiven Gedanken in das
Jahr 2022

13

Fühle dich absolut wohl in deiner Haut
So sorgst du richtig für das größte
menschliche Organ

16

**Fünf Gründe, warum Stretching
gut für dich ist**
Komme wieder ins Gleichgewicht durch
Entschleunigung

22

Peaches & Cream Oatmeal Smoothie
Schalte dein Fitnessprogramm einen Gang
hoch und erhöhe deine Proteinzufuhr

24

Definiere deine Arbeit neu
Verfolge deine Ziele und lebe nach deinen
Bedingungen



9

Get the energy

Wir alle wollen uns fit und voller
Energie fühlen



11

Aloe Green Juice

Bringe deine Gesundheit in
Schwung und stärke dein
Immunsystem



19

It's time to shine!

Lass deine Haut strahlen mit
Forever Marine Collagen™

Posts aus der ganzen Welt

Schau auch mal bei uns vorbei!

facebook.com/foreverdachhq

foreverdachhq

Unsere Forever-Familie hat Mitglieder in über 160 Ländern weltweit. Sieh dir an, wie unsere Kunden und Vertriebspartner die Forever-Philosophie leben und ihr Leben gesünder gestalten. Du möchtest deine Erfahrungen auch teilen? Vergiss nicht, die Hashtags **#ForeverProud** oder **#LookBetterFeelBetter** zu verwenden.

Wellness_and_beauty_by_nuala
Rotherham



Wellness_and_beauty_by_nuala Meet two sensational skincare series with perfectly compatible products. Mix and match, to give your skin what it needs. Which is your favourite combo?

heal.th.beauty.life



heal.th.beauty.life Did you know? There are over 400 species of aloe plants, but only one proclaimed as the best, aloe vera. Aloe vera has been celebrated for centuries for its soothing, cooling and moisturizing properties.

agataszumowska



agataszumowska That's aloe gel 🌿 -> 🥤 and me 🌻
Yup. Here we are 😊

cristina_caprasecca
Rome, Italy



cristina_caprasecca Breakfast time 🍌

bori_sophie_shantal_aidarini



bori_sophie_aidarini I love it, I can't go anywhere without Aloe Vera Gelly, it's like carving a leaf of aloe vera and getting pure and lively gel from inside! 🌿👉👈🌿 cools and soothes in a minute, while relieving minor skin irritations.

scarlett_rouzet



scarlett_rouzet 🌍NEW 🌍 I'll tell you everything in story about our newest novelty: Marine collagen, a wellness asset for beautiful skin, great joints and great hair and nails! I'm going to have a good time with my friends.

Mango sorgt für einen tropischen Touch



Forever Aloe Mango™ kombiniert die besten Vorteile von Aloe Vera mit der saftigen Süße reifer Mangos. Bringe im neuen Jahr dein Immunsystem in Schwung mit diesem Getränk, das gut schmeckt und reich an Vitamin C ist!

Forever Aloe Mango™ | Art. 736



FOREVER®



ICH MUSSTE ÖFTER ALS JE ZUVOR MEINE KOMFORTZONE VERLASSEN.

Aber ich habe gelernt, dass wir dadurch tatsächlich wachsen, komplexere Situationen meistern und unsere Fähigkeiten erweitern können, von denen wir vorher nicht einmal wussten. Ich habe auch gelernt, dass ich mich auf die Menschen, mit denen ich zusammenarbeite, verlassen kann, wenn ich Teil eines so großartigen Teams bin – denn in schwierigen Situationen liegt in der Einigkeit die Stärke.



Orsi Bózvári-Holtai
Marketing Team Leader,
Ungarn



ICH SEHE VON JEDER SCHWIERIGEN SITUATION DIE POSITIVE SEITE.

Ich werde auch weiterhin positive Nachrichten an andere weitergeben, insbesondere die guten Erfahrungen, die ich mit den Forever-Produkten gemacht habe! Das Leben muss weitergehen – nimm den Wandel einfach an und begrüße ihn.



Jane Bacyano
Vertriebspartner, Hongkong

Ein neues Jahr, eine neue Welt

Starte mit positiven Gedanken in das Jahr 2022



ICH BIN SEHR DANKBAR FÜR DIESE CHANCE, DENN SIE HAT MIR GEHOLFEN, MEIN IMMUNSYSTEM ZU STÄRKEN UND MEINE KOMMUNIKATIONS- UND FÜHRUNGSFÄHIGKEITEN ZU VERBESSERN.

Ich bin außerdem mit meinem Business vom Assistant Supervisor zum Supervisor aufgestiegen. Es hat mir Spaß gemacht, Menschen darin zu coachen, wie man für seine Gesundheit, finanzielle Unabhängigkeit und Stabilität sorgt, und es hat mein Selbstvertrauen gestärkt.



Vivian Ezeani
Vertriebspartner, Nigeria



ICH HABE GELERNT, DASS WIR ZUSAMMEN GROSSARTIGES LEISTEN KÖNNEN, OHNE DASS WIR PERSÖNLICH ZUSAMMENSEIN MÜSSEN.

Ich habe auch gemerkt, wie wichtig es ist, engen Kontakt zu halten. Wir reden jetzt alle viel öfter miteinander als früher.



Maximilian Freund
Video Produktion Manager,
Deutschland



DIE PANDEMIE STELLT UNS AUF EINE HARTE PROBE, ABER SIE ERINNERT UNS AUCH DARAN, DASS DER MENSCHLICHE GEIST GRÖßER IST ALS DIE PROBLEME, MIT DENEN WIR KONFRONTIERT WERDEN.

In diesen schwierigen und unsicheren Zeiten bekräftigen wir unser Bekenntnis dazu, die Firmenphilosophie von Forever in Wort und Tat umzusetzen, um den FBOs zu helfen, ihr Geschäft auszubauen.



Jeffrey Chang
Operations Manager,
Singapur



ICH HABE DIE GEWISSHEIT, DASS MEIN IMMUNSYSTEM UNTERSTÜTZT WIRD, BESONDERS IN DIESER ZEIT, UND DASS ICH WEITERHIN VON ZU HAUSE AUS ARBEITEN KANN.

Forever hat sich wirklich dafür eingesetzt, für uns alle Schulungen bereitzustellen, die wir brauchten, um online weiterzuarbeiten, was neu für mich war.



Brigid Stapleton
Vertriebspartner, Irland

In den letzten zwei Jahren hat die Corona-Pandemie die ganze Welt erschüttert und die Art und Weise, wie wir leben, arbeiten und miteinander umgehen, verändert. Es ist tatsächlich eine neue Welt entstanden, in der nichts mehr so sein wird wie vorher. Hier erzählen Menschen aus der weltweiten Forever-Familie, was sie seitdem auf ihrem Weg gelernt haben und wie sie weiterhin die Forever-Philosophie leben.



ICH HABE BEGONNEN, SOZIALE NETZWERKE STÄRKER ZU NUTZEN, HABE EINIGE AKTIVITÄTEN EFFIZIENTER GESTALTET UND SO MEHR ZEIT GEWONNEN. UND ICH HABE ONLINE-KURSE BESUCHT, DIE MIR HELFEN, MICH IN JEDEM BEREICH MEINES LEBENS STÄNDIG ZU VERBESSERN.

Ich sehe ein riesiges Potenzial in der Online-Welt und nutze sie gerne, auch wenn man persönliche Treffen und die Energie, die sie einem geben, niemals ersetzen kann.



Miroslava Vrábel' Čabrádiová
Vertriebspartner, Slowakei



VOR DIESEN SCHWIERIGEN ZEITEN WAR ICH KEIN FAN DER SOZIALEN MEDIEN ODER DER NEUEN TECHNOLOGIEN, ABER JETZT HABE ICH MICH MIT DEN SOZIALEN MEDIEN ANGEFREUNDET.

Sie wirken bei mir Wunder, vor allem, was meine persönliche Entwicklung betrifft. Ich habe wunderbare, großzügige Menschen kennengelernt, die mit mir wertvolles Wissen geteilt haben, das mich auf Trab hielt und durch das ich mich mehr für mein Geschäft engagiert habe.



Onkagetse Motlatshiping
Vertriebspartner, Botswana

Für Gelassenheit sorgen



Die ätherischen Öle von Forever kommen aus den verschiedensten Regionen der Welt und werden stets auf ihre Reinheit und Qualität getestet. Sorge mit den Forever™ Essential Oils für ein harmonisches Umfeld in deinem Zuhause, damit du dich entspannen, dich erholt fühlen und neue Energie tanken kannst.

Forever™ Essential Oils Defense | Art. 510
Forever™ Essential Oils Lemon | Art. 507

Forever™ Essential Oils Lavender | Art. 506
Forever™ Essential Oils Peppermint | Art. 508



FOREVER®

A photograph of two women sitting at a wooden table in a bright, indoor setting. In the foreground, a hand holds a yellow carton of Forever Aloe Vera Gel. On the table, there is a magazine with a colorful cover. The background is softly blurred, showing a kitchen area with a sink and some plants.

*Definiere
deine Art zu
arbeiten neu*

Mache aus deiner Liebe zu den Forever-Produkten ein Geschäft, das du zu deinen eigenen Bedingungen aufbauen kannst. Ob du ein zusätzliches Einkommen erzielen, in den Genuss von Rabatten auf deine Lieblingsprodukte kommen oder dich für Boni und Incentives qualifizieren willst – du findest deinen Platz in der Forever-Familie.

Wende dich an die Person, von der du dieses Magazin erhalten hast, wenn du bei Forever einsteigen möchtest.



FOREVER®

GET THE ENERGY

Keine Frage: Wir alle wollen uns fit und voller Energie fühlen, um die Herausforderungen des Lebens leicht annehmen zu können. Doch wie soll das im oft so stressigen Alltag bloß gelingen? Die Antwort ist denkbar einfach: Wir brauchen erst einen Plan und brauchen diesen dann nur noch umzusetzen! Das F.I.T.-Konzept von Forever ist das Erfolgsrezept für ein Mehr an Wohlbefinden, ein strahlendes Äußeres und ein individuelles Gewichtsmanagement. Du willst dich besser fühlen? Dann starte mit dem Clean9-Programm, das deinen Körper reinigt und vorbereitet. Danach sorgt das F15™-Programm dafür, dass deine Motivation erhalten bleibt und sich Erfolge auch langfristig einstellen.

Du willst dein Leben zum Positiven verändern? Dann gehe es jetzt an!

Familie, Beruf, Freunde – vielleicht weißt du manchmal vor lauter Verpflichtungen gar nicht mehr, wo dir der Kopf steht. Gefühlt sitzt du zwischen den Stühlen, versuchst, allem gerecht zu werden und vernachlässigst dabei das Wichtigste: Dich! Und nein, das zu denken ist kein Ego-Trip. Denn wie willst du anderen helfen, wenn du nicht selbst on top of your game, also voll in Schuss und bestens aufgestellt bist?

Wir haben für dich daher zwei Programme – Clean9 und F15™ – entwickelt, die dich vom Stress geplagten Hamsterrad-Läufer quasi zum Superman bzw. Superwoman verwandeln können. Mit mehr Energie und einem besseren Lebensgefühl gehen dir Aufgaben leichter von der Hand und man geht abends nicht mehr komplett erschöpft ins Bett.



Das Clean9-Programm ist wahlweise erhältlich mit:
Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix | Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 475
Forever Ultra™ Chocolate Shake Mix | Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 476
Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix | Forever Aloe Berry Nectar™ | Art. 625
Forever Ultra™ Chocolate Shake Mix | Forever Aloe Berry Nectar™ | Art. 626
Forever Ultra™ Vanilla Shake Mix | Forever Aloe Peaches™ | Art. 629
Forever Ultra™ Chocolate Shake Mix | Forever Aloe Peaches™ | Art. 630

FOREVER F.I.T. – der Name ist Programm

Wenn du etwas verändern willst, musst du ran an deine Gewohnheiten. Und die sind bekanntlich schwer zu knacken, weil liebgewonnen, auch wenn nicht unbedingt gesund. Weil wir, wenn wir Gewohnheiten ändern wollen, jedes Mal einer Willensanstrengung bedürfen, etwas eben nicht so wie immer zu machen, brauchen wir einen konkreten Plan. Ein Plan verhindert Ausreden und gibt dir alle nötigen Schritte vor, die du für deinen persönlichen Erfolg unternehmen solltest. Dein Plan ist das innovative F.I.T.-Konzept von Forever und damit gerüstet kann eigentlich nichts mehr schiefgehen.

Dein neues Lebensgefühl beginnt mit einer Rundum-Reinigung,



dem Clean9-Programm. Du pustest deinen Körper einmal rundherum durch und lädst alten Ballast ab. So kannst du im wahrsten Sinne des Wortes erleichtert in bessere, gesündere Gewohnheiten starten: Ein umfangreiches, nachhaltiges Bewegungsprogramm kombiniert mit typgerechter, gesunder und leckerer Ernährung. Das ist der zweite Teil von F.I.T., F15™.

Interessiert? Na hoffentlich!

Los geht's also mit dem Clean9-Programm: Es reinigt und entlastet deinen Körper, bereitet dich vor und schenkt dir ein neues Bewusstsein. Auch, wenn du abnehmen willst, ist Clean9 der ideale Startpunkt. So startest du leicht in ein Gewichtsmanagement, das wirklich nachhaltig ist.

Clean9 unterstützt deinen Körper, Nährstoffe optimal aufzunehmen – mit hochwertig aufeinander abgestimmten Produkten für den maximalen Effekt:

Das Forever Aloe Vera Gel™ im Paket versorgt dich mit Vitamin C satt. Forever Therm™ steckt voller Nährstoffe und Vitamine, die deinen Energiestoffwechsel pushen und deine Grundversorgung sicherstellen. Forever Garcinia Plus™* deckt deinen Tagesbedarf an Chrom – ein wertvolles Element für einen normalen Mikronährstoff-Stoffwechsel und Blutzuckerspiegel. Forever Fiber™ ist optimal für eine gute Versorgung mit den wichtigen Ballaststoffen. Damit ist dir eine angekurbelte Fettverbrennung sicher.

*In der Schweiz wird das Produkt durch Forever Shape® ersetzt. Die Kapseln enthalten hochwertige Faserstoffe aus Kaktusfeigen und Proteine sowie das wichtige Spurenelement Chrom.



FOREVER ULTRA™ SHAKE MIX

Der Forever Ultra™ Shake Mix Vanilla/Chocolate ist deine sättigende Zwischenmahlzeit voller Vitalstoffe und mit hohem Proteingehalt. Folge neun Tage lang dem geregelten Ablauf des Reinigungsprogramms Clean9 und spüre den Unterschied: Dein Körper wird sich fitter, dein Geist aktiver fühlen. Schon hast du den ersten Schritt zu einer gesünderen Lebensführung getan.

Jetzt heißt es: Dran bleiben!

Das Fundament ist gelegt, jetzt kannst du deinen gesünderen Lifestyle darauf aufbauen: F15™ gibt dir einen konkreten Ernährungs- und Trainingsplan an die Hand, wie du in 15 Tagen fitter und schlanker werden kannst. Die Mischung aus gesunder Ernährung und durchdachtem, ganzheitlichem Training macht's. Denn eines ist sicher: Vom Herumsitzen wird nichts besser, wir müssen in Bewegung kommen (und bleiben).

Das innovative Sport- und Ernährungskonzept F15™ vereint Workouts und Ernährung mit smarten Impulsen, um dich auf die Füße und deinen Stoffwechsel aus dem Winterschlaf zu holen. Die Fettverbrennung wird aktiviert, dein Körpergefühl- und Körperbewusstsein verbessern sich und Erfolge stellen sich ein. Das alles auf Basis der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse. Du wirst merken, wie wichtig Sport und Bewegung als Ausgleich zum stressigen Alltag und seinen Belastungen sind. Denn sie versorgen dich mit zusätzlicher Energie.

Training individuell für deine Bedürfnisse

Keine Sorge, du wirst dich nicht langweilen: Die 15-tägigen Trainingsintervalle berücksichtigen dein Leistungsniveau und stimulieren deinen Körper durch unterschiedliche Workouts: Du benötigst kein ausgefallenes Equipment und probierst verschiedene Dehn- und Kraftübungen, aber auch tänzerische Einlagen bzw. Yoga aus.

Wer weiß, vielleicht entdeckst du hier deinen neuen Lieblingssport? Oder du kennst ihn schon und integrierst ihn einfach ins Konzept – für mehr Abwechslung und Fun. Denn je vielseitiger die Trainingsreize, desto geringer die Gefahr einer einseitigen Belastung. Außerdem bleibt deine Motivation auf einem konstanten Hoch. Worauf wartest du noch? Genau jetzt ist die Zeit, in ein neues, bewusstes, gesundes und energiereiches Leben zu starten!

Drink der Saison

Mit frisch gepressten Säften gibst du deinem Körper die geballte Ladung an wichtigen Inhaltsstoffen – bei voller Frische und vollem Geschmack.

Unser Tipp: Mit unserem besten Aloe-Vera-Gel fügen du deinem Saft weitere wertvolle Nährstoffe hinzu. Schnappe dir also deine Saftpresse und bringe dein Wohlbefinden mit diesem grünen Saft mit Aloe-Vera-Infusion in Schwung!



Aloe Green Juice

Zutaten

- 5 Stangen Sellerie
- 70 g Grünkohl
- 2 Karotten
- 1 Apfel
- 1 kleines Stück Ingwer
- 1 geschälte Zitrone
- 120 ml Forever Aloe Vera Gel™

Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 715

Zubereitung

Alle Zutaten außer dem Aloe Vera Gel mit einem Entsafter entsaften. **Aloe-Gel untermischen**, bis alles gut vermischt ist. In ein Glas gießen und mit oder ohne Eiswürfel servieren.

Go Green



“

Mit Hilfe von Forever Supergreens™ stellen wir sicher, dass wir immer ausreichend Nährstoffe aus Obst und Gemüse zu uns nehmen. Jede Portion ist ein Kraftpaket mit einer idealen Mischung aus Aloe und über 20 Obst- und Gemüsesorten! Wir lieben den Geschmack!

– Nungshi und Tashi Malik

Forever Supergreens™ | Art. 621



FOREVER®



Fühle dich absolut wohl in deiner Haut

Mache deine Haut widerstandsfähiger, indem du richtig für das größte menschliche Organ sorgst

Es gibt viele Faktoren, die die Haut beeinflussen. Tatsächlich ist eine gesunde Haut nicht nur das Ergebnis der Produkte, die du verwendest. Es kommt auch darauf an, wie du sie verwendest und wie du deine Ernährung ergänzt. Holly Stout, Vice President of Global Product Development, ist seit über 19 Jahren in der Entwicklung von Hautpflegeprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln tätig. Sie verrät uns fünf bewährte Methoden für eine widerstandsfähige Haut.

Höre auf deine Haut

Deine Haut wird dir immer mitteilen, was sie braucht, aber es liegt an dir, darauf zu achten und zu erkennen, dass die Jahreszeiten eine Rolle spielen können. Laut Stout ist es am wichtigsten, dass wir auf unsere Haut hören und die Auswirkungen der saisonalen Unterschiede verstehen, um auf die Bedürfnisse unserer Haut einzugehen.

„Während des Wechsels von Sommer zu Winter oder von Winter zu Frühling verändert sich die Haut oft mit den Jahreszeiten, je nachdem, wo man lebt“, sagt Stout. „Und wenn man das Gefühl hat, dass die Haut nicht auf die aktuellen Hautpflegeprodukte anspricht, ist es an der Zeit, die Produkte zu wechseln.“

Die Quintessenz? Unsere Haut spricht zu uns. Wenn wir auf die Anzeichen achten – wie eine fettige T-Zone, einen matten Teint oder besonders trockene Haut – dann teilt uns unsere Haut etwas mit. Stout empfiehlt das Sonya™ daily skincare system, das Mischhaut mit Aloe und pflanzlichen Inhaltsstoffen pflegt, oder die fortschrittliche Hautpflege infinite by Forever™, die trockene, dehydrierte Haut mit Feuchtigkeit versorgt und Aloe als wirksames Anti-Aging-Mittel einsetzt. Wir sollten allerdings berücksichtigen, dass wir zu verschiedenen Jahreszeiten möglicherweise auf die entsprechenden Hautpflegeprodukte umstellen müssen. Die Chancen stehen gut, dass unsere Haut uns darauf hinweist... wenn wir auf sie hören.

Betreibere Schadensbegrenzung

Umweltbelastungen wie die Sonne und freie Radikale können der Haut und der allgemeinen Gesundheit schaden. Schließlich ist die Haut die einzige Barriere zwischen den inneren Organen und der Umwelt, weshalb sie geschützt werden muss.

Stout weist darauf hin, dass die Haut von Natur aus widerstandsfähig ist, dass unser Lebensstil aber ihre Widerstandsfähigkeit mindert. Während wir unseren täglichen Aktivitäten im Freien, beim Autofahren und selbst in Innenräumen nachgehen, muss die Haut unterstützt werden.

„Sonnenschutz ist das wichtigste Mittel, um die Haut vor Umweltbelastungen zu schützen und sie widerstandsfähig zu halten“, sagt Stout und empfiehlt die Aloe Sunscreen, welche vor UVA- und UVB-Strahlen schützt. Forever Alpha-E Factor® bietet Schutz vor freien Radikalen, die zu vorzeitiger Hautalterung führen können, hilft die Hautelastizität zu verbessern, den Feuchtigkeitsgehalt wiederherzustellen und die Haut mit den Vitaminen A, E und C sowie Antioxidantien zu versorgen.

„Forever Alpha-E Factor® unterstützt den Anteil gesunder Lipide in der Haut“, sagt Stout. „Und mit gesunden Lipiden verfügt unsere Haut über eine natürliche Reaktion, um freie Radikale zu bekämpfen.“

Ergänze deine Ernährung

Wir haben uns damit befasst, was wir auf unsere Haut auftragen, aber die Hautpflege von innen ist genauso wichtig. Erinnerst du dich an das alte Sprichwort „Du bist, was du isst“? Das stimmt tatsächlich.

„Unsere Haut muss von innen heraus unterstützt werden, damit sie ein gewisses Maß an Widerstandsfähigkeit bewahren kann“, sagt Stout. „Die richtige Ernährung ist also der Schlüssel dazu.“

Stout empfiehlt eine Ernährung, die reich an Blattgemüse, Fisch, gesunden Fetten, Beeren und Nüssen ist und für eine verbesserte Nährstoffaufnahme durch Forever Aloe Vera Gel™ ergänzt wird.

In Verbindung mit der richtigen Ernährung liefern Nahrungsergänzungsmittel zusätzliche Nährstoffe, die der Körper nicht so gut aufnimmt. Das Nahrungsergänzungsmittel infinite by Forever™ firming complex hilft, durch freie Radikale entstehenden Stress zu bekämpfen. Und die Produktneuheit Forever Marine Collagen™ ist ein flüssiges Nahrungsergänzungsmittel, das dem Körper hilft, mehr Kollagen zu produzieren, so dass die Haut straffer und mit mehr Feuchtigkeit versorgt wird.

Indem du dich um die Ernährung deines Körpers kümmerst und sie ergänzt, verbesserst du das Aussehen und das Gefühl deiner Haut und unterstützt sie dabei, widerstandsfähiger zu sein.



DIESE KLEINEN VERÄNDERUNGEN KÖNNEN IM LAUFE DER ZEIT TATSÄCHLICH ZU GROSSEN VERÄNDERUNGEN IN DEINEM KÖRPER FÜHREN.

Holly Stout, Vice President of Global Product Development

Sorge für Konsistenz

Sobald man eine funktionierende Hautpflegeroutine hat, ist Beständigkeit der Schlüssel zum Erfolg.

Viele Menschen pflegen ihre Haut abends vor dem Zubettgehen, lassen diesen wichtigen Schritt aber am Morgen aus. Hier mahnt Stout zur Vorsicht.

„Morgens ist es wichtig, nach der Nachtruhe sozusagen mit der sprichwörtlichen ‚weißen Leinwand‘ zu beginnen und genau die gleiche Pflege wie am Abend zuvor zu verwenden, um der Haut einen Neustart zu ermöglichen“, sagt Stout. „Damit haben wir die weiße Leinwand für alles, was wir sonst noch auf unsere Haut auftragen wollen.“

Wenn du zum Beispiel Make-up oder auch nur Sonnenschutz aufträgst, ist frisch gereinigte Haut besser in der Lage, zusätzliche Wirkstoffe aufzunehmen, wenn sie richtig vorbereitet ist.

Glücklicherweise werden die Hautpflegeprodukte von Forever für die Anwendung am Morgen und am Abend empfohlen (sofern nicht anders angegeben). Durch die zweimalige tägliche Verwendung lassen sich die Vorteile maximieren.



Verwöhne dich selbst

Hautpflege hat natürlich viel mit Wissenschaft zu tun. Aber es ist auch wichtig, sich daran zu erinnern, dass vieles davon auf etwas ziemlich Einfaches hinausläuft: sich die Zeit für Selbstfürsorge zu nehmen. Zu einer widerstandsfähigen Haut gehört auch, dass wir unserer Haut und uns selbst die dringend benötigte Ruhe und Entspannung gönnen. So erholst sich unsere Haut und tankt Energie. Wir müssen für einen Wellness-Effekt nicht in ein Wellness-Hotel gehen. Bestimme einen Tag in der Woche, an dem du deine Haut mit der aloe bio-cellulose mask von Forever pflegst. Sie verjüngt fahle Haut und unterstützt mit einer wirksamen Mischung aus feuchtigkeitsspendenden Inhaltsstoffen den Kampf gegen die Hautalterung. „Diese Maske lässt sich wunderbar mit Momenten der Meditation und Entspannung kombinieren“, sagt Stout. „Mache dir gemütlich eine Tasse Aloe Blossom Herbal Tea®, lege die aloe bio-cellulose mask auf und verwöhne deine Haut mit etwas, was du ihr vielleicht nicht jeden Tag gönnst.“ Nach dem Abnehmen der Maske kannst du für eine nachhaltig wirkende, luxuriöse Behandlung das restliche Serum in Gesicht und Hals einmassieren.

infinite by Forever™ Hautpflegeset | Art. 553
Sonya™ daily skincare system | Art-Nr. 609
Aloe Sunscreen | Art. 617
Forever Alpha-E Factor® | Art. 187
Forever Aloe Vera Gel™ | Art. 715
infinite by Forever™ firming complex | Art. 556
Forever Marine Collagen™ | Art. 613
aloe bio-cellulose mask | Art. 616
Aloe Blossom Herbal Tea® | Art. 200 (Produkt ist nicht in der Schweiz verfügbar)

Bring deinen Körper in Balance



Forever Active Pro-B™ enthält die neuesten, klinisch erforschten Bakterienstämme für eine optimale Aufnahme von Nährstoffen. Über 8 Milliarden koloniebildende Einheiten unterstützen die Verdauung optimal und das enthaltene Zink trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei.

Forever Active Pro-B™ | Art.-Nr. 610



FOREVER®



5 Gründe, warum Stretching Muskeln und Seele guttut

Heute schon gestretcht? Verbessere mit regelmäßigen Übungen deine ganzheitliche Beweglichkeit.

....

Körperliche Fitness definiert sich nicht nur über hochintensive Workouts. Es gibt nichts Besseres als ordentlich ins Schwitzen zu kommen, aber es ist auch unbedingt erforderlich, Dehnübungen einbauen, damit deine Muskeln sich erholen können und zudem elastisch und geschmeidig bleiben.

Kat Morrill, zertifizierte Personal Trainerin, Gesundheitstrainerin und Ernährungsberaterin, möchte den Menschen vermitteln, dass Dehnen mehr sein sollte als ein lästiges Anhängsel in ihrer Wellness-Routine. Stretching bewirkt viel mehr als nur die Flexibilität zu verbessern. Tatsächlich sind sowohl Beweglichkeitsübungen als auch Dehnen der Schlüssel zum Muskelaufbau, zur Vorbeugung von Verletzungen und zur Optimierung der Gesundheit im Allgemeinen.

Bevor du dich mit den Vorteilen des Dehnens beschäftigst, ist es wichtig, den Unterschied zwischen Mobility-Training und Dehnen zu verstehen. Mobility-Übungen finden in der Regel vor dem Training statt und bereiten die Gelenke, Muskeln und Sehnen auf eine optimale Leistung vor. Stretching wird am besten nach dem Training durchgeführt; es dehnt die Muskeln und stellt den Bewegungsumfang wieder her.

Wenn du regelmäßig Dehnübungen machst, wirst du die Vorteile spüren und du schaffst ein besseres Gleichgewicht für dein Wohlbefinden. Lies weiter, um zu sehen, wie wirkungsvoll Dehnen wirklich sein kann.

1 Beuge Verletzungen vor

Ohne Beweglichkeits- und Dehnübungen, welche die Mobilität verbessern, kann die Verletzungswahrscheinlichkeit steigen.

Laut Morrill sind chronisch verspannte und verkürzte Muskeln anfälliger für Verletzungen. Außerdem führt eine unzureichende Mobilität zu Verspannungen in den Gelenken, was wiederum zu einer unzureichenden Leistungsfähigkeit während des Trainings führen kann. Das Aufwärmen deiner Gelenke mit Beweglichkeitsübungen vor jedem Training ist wichtig, vor allem aber vor dem Gewichtheben, da hier Gelenke und Muskeln ganz besonders belastet werden. Dehnübungen nach dem Training fördern die Beweglichkeit deines Körpers und können so zukünftigen Verletzungen vorbeugen.

2 Verbessere deine Körperhaltung

Wir verbringen einen Großteil unseres Lebens mit dem Kopf in einer vorwärts gebeugten Haltung, egal ob wir eine Nachricht am Handy schreiben, Auto fahren oder am Computer arbeiten.

Diese sitzende Lebensweise in Kombination mit dem Gewicht des Kopfes übt zusätzlichen Druck auf die Bandscheiben sowie die Nacken- und Rückenmuskeln aus. Außerdem führt sie zu einer schlechten Körperhaltung, die zu Schmerzen führen kann. Dehnen – insbesondere des Nackens, der Brustwirbelsäule, des unteren Rückens, der Hüften, der Schultern und des Brustkorbs – kann dabei helfen, die Wirbelsäule aufzurichten und Muskeln zu entlasten, die durch langes Sitzen verspannt sind.



3 Verbessere deine Blutzirkulation

Stretching bringt das Blut, das den Sauerstoff zu den Zellen transportiert, in Bewegung und unterstützt somit deine Organe, effektiver und effizienter zu arbeiten.

Eine bessere Durchblutung kann den Muskelkater nach dem Training verringern und deine Muskeln mit mehr Sauerstoff versorgen, sodass sie eine bessere Leistung erbringen können. Darüber hinaus, so Morrill, senkt Dehnen auch deine Herzfrequenz, was die Belastung für dein Herz reduziert und deinen Blutdruck stabilisiert.

4 Verbessere deine Leistungsfähigkeit

Morrill zufolge bereitet Dehnen den Körper optimal auf das folgende Training vor.

Beweglichkeitsübungen erhöhen die Durchblutung, sodass der Körper sich besser bewegen kann und einen optimalen Bewegungsspielraum beim Training hat. Nach dem Training hilft dir statisches Dehnen, das nötige Gleichgewicht in deinem Fitnessprogramm zu erreichen. Morrill ermutigt die Menschen, genauso viel Wert auf ein gutes Stretching wie auf das Training zu legen, um ihre Ergebnisse zu maximieren. Denn entgegen der landläufigen Meinung baut ein Training die Muskeln ab und der eigentliche Muskelaufbau findet in der Regenerationsphase statt.

5 Stärke Seele und Geist

Dehnen ist ein sanfter Weg, um zu entschleunigen und deinem Körper und Geist eine Pause zu gönnen.

Da Dehnen nachweislich den Serotoninspiegel erhöht – das "Wohlfühlhormon", das Stress abbaut – kann es dir helfen, dich zu entspannen, deine Stimmung zu verbessern und geistige Klarheit zu erlangen. Stretching kann dies bewirken, da es das zentrale Nervensystem beruhigt, was sich direkt auf Stress und Stimmung auswirkt. Stress führt zu Muskelverspannungen. Dehnen hilft also, diesen Kreislauf umzukehren, indem es Verspannungen löst und gleichzeitig deren Ursache bekämpft: Stress.

FÜR NOCH MEHR WOHLBEFINDEN

Eine wunderbare Kombination für viel Entspannung: Stretching und die passenden Forever-Produkte



Forever Move™

Für ein aktives Leben: Forever Move™ vereint NEM® – natürliche Eierschalenmembran – und BioCurc® – ein wasserlöslicher Kurkuma-komplex.



Forever Aloe Heat Lotion

Mit unserer besten Aloe ist die Lotion für deine beanspruchten und gestressten Muskeln einfach Erholung pur!



Forever Freedom™

Ein echtes Fitness-Getränk für alle Sportler und aktive Menschen, die in Bewegung bleiben wollen.



Forever Move™ | Art.-Nr. 551
Aloe Heat Lotion | Art.-Nr. 064
Forever Freedom® | Art.-Nr. 196

It's time to shine!

....

Lass deine Haut strahlen mit dem brandneuen Forever Marine Collagen™

**Vorbeugende Hautpflege beginnt
von innen heraus. Und so ist es
nicht überraschend, dass Beauty-
Drinks mit Kollagen seit einigen
Jahren einen immer größeren
Anklang finden.**

Forever hat den Trend früh erkannt, aber nichts überstürzt, sondern drei Jahre Entwicklungszeit in Forever Marine Collagen™ gesteckt. Und nun hast du das perfekte Produkt, um deiner Haut einen Feuchtigkeits-Boost zu geben und ihr zu einem strahlenden, natürlichen Glow zu verhelfen. Das Trinkgel kombiniert wichtige Nährstoffe mit hochwertigem Fischkollagen, welches eine höhere Bioverfügbarkeit als andere Kollagen-Quellen aufweist. Das bedeutet, dass du aus jedem Tropfen mehr herausholst und dein Körper es effizienter verwerten kann.

Forever Marine Collagen™ versorgt dich neben dem besten Fischkollagen mit einer ideal abgestimmten Mischung aus essenziellen Antioxidantien, Mineralien, den Vitaminen A und C sowie Biotin und Zink. Darüber hinaus enthält es wichtige pflanzliche Extrakte unter anderem aus Grünem Tee, Goji-Beeren und Acerola. Damit du dich wirklich wohl in deiner Haut fühlst.

Warum Meereskollagen?

Forever Marine Collagen™ wird aus Kabeljau, Seelachs und Schellfisch aus der Tiefe des Nordatlantiks und den umliegenden Meeren in der Nähe des Arktischen Ozeans gewonnen. Der Fisch wird nicht gezüchtet. Viele andere Kollagenprodukte auf dem Markt stammen von Kühen (Rinderkollagen) und Schweinen (Schweinekollagen) – beides sind weniger nachhaltige und weniger bioverfügbare Formen von Kollagen. Fischkollagen wird vom Körper bis zu 1 1/2-mal besser aufgenommen, das bedeutet, es hat eine bessere Bioverfügbarkeit als Kollagen von Rindern und Schweinen.

Was sind die Vorteile von Meereskollagen?

Meereskollagen unterstützt das Erscheinungsbild einer festeren und strafferen Haut und verbessert die Feuchtigkeitzufuhr und Textur. Die Haut erhält von innen heraus sehr viel Feuchtigkeit, was sie weicher und samtig-glatte erscheinen lässt.

Was unterscheidet Forever Marine Collagen™ von anderen Produkten?

Forever Marine Collagen™ hilft dem Körper, sein eigenes Kollagen zu produzieren, anstatt dem vorhandenen Kollagen einfach nur neues Kollagen hinzuzufügen. Dies geschieht durch eine wissenschaftlich fortschrittliche Formel, die speziell entwickelt wurde, um die normale Bildung von Kollagen im Körper zu unterstützen. Außerdem bietet Forever Marine Collagen 3000 Milligramm Meereskollagen pro Portion – die effektivste Kollagendosis, die dein Körper verwerten kann. Alles, was darüber hinausgeht, wird vom Körper nicht aufgenommen. Daher bietet Forever Marine Collagen™ die optimale Menge für die Aufnahme.

Das Kollagen wird ergänzt durch Inhaltsstoffe wie Vitamin C und Acerola-Extrakt, die wunderbar synergetisch wirken. Pflanzliche Extrakte aus schwarzem Pfeffer, Grüntee oder der Goji-Beere sind ebenfalls als starke Antioxidantien, die die Haut schützen und freie Radikale bekämpfen, enthalten. Zudem versorgt dich das Produkt auch mit Zink, welches zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress beiträgt, und mit Biotin, welches zur Erhaltung normaler Haare und Haut beiträgt. All diese Inhaltsstoffe wirken zusammen und unterstützen die natürliche Bildung von Kollagen.

Wie schmeckt Forever Marine Collagen™?

Im Gegensatz zu den meisten Kollagenprodukten schmeckt Forever Marine Collagen™ wirklich gut. Es hat einen sauren-beerigen Geschmack, den du ganz bestimmt lieben wirst.

Wie nehme ich Forever Marine Collagen™ ein?

Am besten trinkst du Forever Marine Collagen direkt aus dem Portionsbeutel, aber du kannst es auch mit deinem Lieblingsgetränk mischen. Kollagen baut sich täglich ab im Körper und braucht Unterstützung, um wieder hergestellt zu werden. Daher solltest du Forever Marine Collagen™ in deine Tagesroutine einbauen. Du kannst das Trinkgel am Morgen auf leeren Magen einnehmen, um die Aufnahme zu maximieren. Du kannst es aber auch abends einnehmen, um deinem Körper während dem Schlaf die Zeit für die Verarbeitung zu geben. Egal wofür du dich entscheidest, wichtig ist es, Forever Marine Collagen täglich immer zur selben Zeit einzunehmen.

Wie schnell spürt man einen Effekt?

Ergebnisse können individuell variieren. In unserer internen Fokus-Test-Gruppe haben einige bereits nach sieben Tagen einen Effekt gesehen. Forever Marine Collagen™ wird sehr schnell aufgenommen und dein Körper stellt das Kollagen auf diesem Weg täglich wieder her, aber es kann auch bis zu drei Monate dauern, bis du Ergebnisse siehst und spürst.

Forever Marine Collagen™ | Art.-Nr. 613



Shake It Up



Hol dir den Treibstoff, den du für deinen gesunden Lebensstil brauchst mit dem **Forever Ultra™ Shake Mix**. Erhältlich in den Geschmacksrichtungen Schokolade und Vanille. Mit 17 Gramm Eiweiß pro Portion, 18 wichtigen Aminosäuren und einer Fülle von Vitaminen und Mineralstoffen sind die Shakes die perfekte Ergänzung zu deinem Gewichtsmanagement und dein Trainingsprogramm.

Forever Ultra™ Shake Mix Vanilla | Art.-Nr. 470
Forever Ultra™ Shake Mix Chocolate | Art.-Nr. 471



FOREVER®

Drink der Saison

Du brauchst Treibstoff nach deinem schweißtreibenden Training? Dann probiere doch mal diesen eiweißreichen Post-Workout-Smoothie!

Er unterstützt dich nicht nur beim Cooldown, sondern gibt dir auch deine Energie zurück und liefert wertvolle Proteine für die Regeneration deiner Muskeln und Verbesserung deiner Kraft. Der Smoothie schmeckt lecker fruchtig nach Pfirsichen und enthält zusätzlich gesunde Kohlenhydrate zur Sättigung nach dem Training.



Peaches & Cream Oatmeal Smoothie

Zutaten

- 250 ml Milch oder Pflanzendrink
- 110 g griechischer Joghurt
- 70 g Haferflocken
- 150 g gefrorener Pfirsich
- 1 geschälte gefrorene Banane
- 70 g Eiswürfel
- 1 Portionslöffel Forever Ultra™ Shake Mix Vanilla

Zubereitung

Alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren. Ergibt zwei Gläser Smoothie.



Bleibe scharfsinnig



Starte dein Jahr mit geschärften Sinnen und mache Forever Focus™ zu einem Teil deines Lebensstils, damit du fokussiert bleibst und einen klaren Kopf bewahrst. Forever Focus™ ist ideal für Studenten, Sportler, Erwerbstätige und aktive Senioren.

Forever Focus™ | Art. 622



FOREVER®

Arbeit neu definieren

....

Wie du deine Ziele verfolgst und dein Leben nach deinen Vorstellungen gestalten kannst

Es besteht kein Zweifel daran, dass die COVID-19-Pandemie die Art und Weise verändert hat, wie die Menschen leben und arbeiten. Viele Menschen verlassen ihren Arbeitsplatz - oder haben ihn bereits verlassen - auf der Suche nach mehr Geld, mehr Flexibilität und mehr Glück.

In der Tat hat dieser Trend etwas fast Existenzielles an sich. In den letzten zwei Jahren hat die Pandemie die Menschen dazu gebracht grundlegende Fragen über ihre Lebensentscheidungen zu stellen und ob diese mit ihren Grundwerten übereinstimmen. Letztendlich hat sie zu einer massiven Selbstreflexion geführt, die sich um die uralte Frage dreht: "Was ist meine Bestimmung?"

All dies führte zu einem amerikanischen Phänomen, die "Great Resignation" (Große Kündigung), bei der rekordverdächtige 4 Millionen Menschen in den USA im April 2021 ihren Job gekündigt haben.

Aber das hat auch globale Auswirkungen gehabt. Im Vereinigten Königreich überstieg die Zahl der offenen Stellen im August 2021 zum ersten Mal die 1-Million-Marke.

Und laut einer McKinsey-Studie vom September 2021 werden in vier Ländern (Australien, Kanada, Singapur, Großbritannien und den USA) bis März 2022 40 % der Arbeitnehmer/innen ihren Job kündigen, ohne ein neues Arbeitsverhältnis in Aussicht zu haben.

Diese Statistiken zeigen, dass die Menschen ihr berufliches Wohlbefinden auf eine ganz neue Art und Weise priorisieren.

Wenn du zu den Millionen von Menschen gehörst, die weltweit vor einem beruflichen und privaten Neuanfang stehen und dich vielleicht fragst, was deine Bestimmung ist und wie du ein erfüllteres Leben führen kannst, denke daran: Du bist nicht alleine. Die folgenden Schritte können dir helfen, deine Arbeit neu zu definieren.

Sich Zeit nehmen und zuhören

Wenn du mit deiner Arbeit beschäftigt bist, kann es schwer sein, auf das zu hören, was du wirklich möchtest. Es wird angenommen, dass die „Great Resignation“ eine Auswirkung der Pandemie ist, die die Menschen dazu zwang, sich Zeit zu nehmen und sich zu fragen, was sie eigentlich wollen und wohin sie gehen.

Wenn die Hektik des Lebens wegfällt, kann sich bei vielen Menschen etwas unter der Oberfläche zusammenbrauen, z. B. Angstzustände, Depressionen und sogar chronische Schmerzen. Das sind oft Signale deines Körpers, dass du vielleicht auf dem falschen Weg bist und dass du endlich etwas ändern solltest.

Wenn du dich verloren fühlst, nimm dir Zeit, um abzuschalten und dich auf dich selbst zu konzentrieren, indem du meditierst, Yoga machst, Tagebuch schreibst oder dich ausruhst. In diesen ruhigen Momenten kannst du besser zuhören und herausfinden, was du eigentlich möchtest.

Bewerte deine Prioritäten

Jeder hat andere Prioritäten, aber während der Pandemie erkannten viele Menschen, dass ihre Prioritäten nicht nur in einem schicken Büro lagen. Die Realität der Pandemie veranlasste viele Menschen, ihre Lebensentscheidungen zu hinterfragen und zu schauen, ob diese mit ihren Grundwerten übereinstimmen oder nicht.

Frage dich also: Was ist mir wichtig? Ist es Zeit mit meinen Liebsten, ein flexibler Zeitplan oder die Möglichkeit, mein eigener Chef zu sein?

Dann bewerte, wo du aktuell im Leben stehst, indem du dich fragst: Was brauche ich, um glücklicher zu werden? Überlege, wo du jetzt stehst und welche Veränderungen du vornehmen musst, um glücklich zu sein und die Dinge, die dir wichtig sind zu honorieren.

Ein Warum schaffen

Der Autor und Redner Simon Sinek hat eine Idee entwickelt, die sich auf das individuelle „Warum“ konzentriert. Wenn du von einem Warum oder einem Lebensziel angetrieben wirst, wirst du automatisch erfolgreicher sein. Ein Warum geht tiefer – es zerrt an etwas in dir, das dich wiederum anspricht.

Vielleicht willst du dein Einkommen erhöhen, wobei die Wahrscheinlichkeit hochliegt, dass es dabei nicht nur um mehr Geld geht.

Es geht wahrscheinlich viel mehr darum, was Geld dir und deiner Familie bieten kann: Freiheit, Möglichkeiten, Flexibilität, Sicherheit, interessante Erfahrungen, und vieles mehr.

Dein Warum ist das, was dich zum Handeln anregt. Und besonders wenn du dich selbstständig machst, ist dein Warum das, was dich von anderen unterscheidet und auch was andere dazu inspiriert, aktiv zu werden.

Dein Warum sollte klar und nachvollziehbar sein und sich darauf konzentrieren, wie du anderen hilfst. Sinek bietet eine einfache Formel für die Erstellung eines solchen Statements: _____ damit _____.

Das erste Feld steht für den Beitrag, den du im Leben anderer leistest, und das zweite Feld steht für die Auswirkungen dieses Beitrags. Dieser Formel folgend, lautet Sineks eigenes Warum: „Menschen zu inspirieren, die Dinge zu tun, die sie inspirieren, damit wir gemeinsam unsere Welt verändern können.“ Denke über diese Herangehensweise des Lebens nach und schaue, was dabei herauskommt.

Ergreife Maßnahmen, die auf dein Ziel ausgerichtet sind

Sobald du dir über deine Prioritäten und dein Warum im Klaren bist, ist es an der Zeit, aktiv zu werden.

Überlege dir, welche Schritte du unternehmen musst, um deinen Zielen näher zu kommen und sie zu verwirklichen. Es ist hilfreich, kleine Ziele zu setzen, damit dein Gesamtziel erreichbarer erscheint. Wenn du zum Beispiel ein eigenes Unternehmen hast, mit dem du das Leben anderer veränderst und du dabei gewisse Freiheiten genießt, solltest du dir Gedanken darüber machen, welche konkreten Schritte du als Nächstes unternehmen musst?

Überlege auch, welche Gewohnheiten und Aufgaben du derzeit hast, die dich nicht mehr weiterbringen. Welche Änderungen kannst du vornehmen, damit alles auf das ausgerichtet wird, was du letztendlich möchtest? Wenn du dich von Situationen trennst, die dich nicht mehr voranbringen, hast du mehr Zeit und Energie, um dich auf die Dinge zu konzentrieren, die dich deinen Zielen näherbringen.

Wenn du dich festgefahren fühlst oder nicht weißt, was du als Nächstes tun sollst, frage dich: „Was würde ich tun, wenn ich keine Angst hätte?“ Die Antwort auf diese Frage zeigt dir normalerweise den Weg, den du als Nächstes einschlagen solltest.

Wie gestaltest du das neue Jahr nach deinen eigenen Vorstellungen?

Mache das Jahr 2022 zu dem Jahr, in dem du dich voll und ganz deiner eigenen Bestimmung widmest. Jetzt ist der ideale Zeitpunkt, um das zu verfolgen, was dir am wichtigsten ist.

Eine Möglichkeit, wie viele Menschen ihr Privat- und Berufsleben in Einklang gebracht haben, ist der Direktvertrieb mit Forever. Das Geschäftsmodell des Direktvertriebs basiert auf dem Verkauf exklusiver Produkte, die nicht im Handel erhältlich sind. Es bietet Flexibilität und niedrige Einstiegskosten, also der



perfekte Nebenverdienst, den du nach deinen eigenen Bedingungen individuell aufbauen kannst. Sprich mit der Person, die dir dieses Magazin gegeben hat, um mehr darüber zu erfahren, wie der Direktvertrieb als Forever Business Owner die richtige Gelegenheit für dich sein könnte.



Der Boost aus dem Bienenstock

Unsere Bienenprodukte haben nicht nur viele wertvolle Eigenschaften, sondern stammen auch aus nachhaltiger und verantwortungsvoller Produktion. Probiere unseren köstlichen Honig oder unsere Nahrungsergänzungsmittel und hole dir damit Wertvolles aus der Natur.

Forever Bee Pollen™ | Art.-Nr. 026
Forever Bee Propolis® | Art.-Nr. 027
Forever Royal Jelly® | Art.-Nr. 036

Aloe Propolis Creme | Art.-Nr. 051
Forever Bee Honey | Art.-Nr. 207



FOREVER®

Überreicht durch:

Die Rex Maughan Forever Giving Foundation hat sich zum Ziel gesetzt, das Vermächtnis und die wohltätige Arbeit des Gründers von Forever, Rex Maughan, fortzuführen.



Die Stiftung unterstützt Frauen und Kinder auf der ganzen Welt, die von Armut, Hunger, Naturkatastrophen und begrenztem Zugang zu medizinischer Versorgung betroffen sind. Die Spenden gehen direkt in die Bereitstellung von Mitteln für Einrichtungen und Bildung vor Ort.

Erfahre unter **forever-giving.org**, wie du die Rex Maughan Forever Giving Foundation unterstützen kannst.