

BUSINESS

news

№ 12/2024



Lina Čakienė
Režisierė - Asistentė

„Leaderiados“ ataskaitos

Kalėdinės akcijos

Dar vienas serijos
„Socialinė žiniasklaida be
paslapčių“ straipsnis



NATURES
SUNSHINE

SUNSHINE

WIĘCEJ ZDROWIA

NATURE'S SUNSHINE
POWER
greens

WHOLEFOOD
PERFORMANCE GREENS®
- Essential Daily Nutrition -

NON
GMO

GLUTEN
FREE

DAIRY
FREE

DIETARY SUPPLEMENT

POCZUJ MOC



NATURE'S
SUNSHINE

HERBAL EXPERTS *since* 1972

SUNS

Kaip atrodė jūsų gyvenimas prieš Nature's Sunshine?

31 metus dirbau mokytoja pradinėje mokykloje. Aš labai myliu žmones, ypač vaikus. Darbas mokykloje įdomus, tačiau reikalauja daug atsidavimo. Vienintelis dalykas, kuris manęs netenkino, buvo atlyginimas. Daug darbo ir mažai pinigų. Pabaigoje mėnesio pinigų visada trūkdavo. Negaliu pasakyti, kad mano šeimoje jų trūko, nes vyras visada papildydavo trūkumą, bet aš visada norėjau turėti pinigų sau, savo pačiai. Mėgstu keliauti, o kelionės kainuoja.

Esu toks žmogus, kad eidama į restoraną, apsipirkti ar į ekskursiją noriu turėti savo pinigus.

Gyvenimas jau buvo sureguliuotas. Jauniausia dukra baigė mokyklą, ir viskas klostėsi sklandžiai. Namai, darbas - darbas, namai. Šeima, draugai, atostogos, ir viskas buvo gerai. Išvykdama į nusipelnytą poilsį, svarbu buvo, ką galiu daryti su daug laisvo laiko? Man rūpėjo gyvenimas, kuris leistų man būti tarp žmonių ir nuoširdžiai su jais bendrauti.

Kaip prasidėjo jūsų kelionė su NSP?

Su įmonės produktais mane supažindino mano rėmėja, šiuo metu direktorė Svajonė Karalukienė. Ji kvietė mane į susitikimą septynis kartus, nes visada rasdavau kitų užsiėmimų, sakydama, kad ateisiu kitą kartą, kol galiausiai nebeliko kaip atsisakyti. Po kvietimo į bendrą išvyką nuvažiavome aplankyti mūsų mamos. Atvykę susitikome su p. Marian Pietkiewicz. Jis supažindino mus su įmonės produktais. Mano pirmas įspūdis buvo toks, kad netikėjau, jog jie gali būti taip veiksmingi, tačiau mama pasakė, kad pabandys, atsižvelgdama į pablogėjusią sveikatos būklę. Mano rėmėja visada kviesdavo mus pas save, kiekvieną kartą, kai atvažiuodavo p. Marian. Tuo tarpu mamos sveikata pradėjo gerėti. Suprantame: produktai veikia.



Kodėl pasirinkote Nature's Sunshine?

Vieną kartą, kai atvykau į susitikimą, ant stalo pamačiau žurnalą NSP. Jame buvo kruizinis laivas. Paklausiau, ar čia galima uždirbti kelionėms? P. Marianas patikino, kad yra ne tik kelionės, bet ir mokymai. Tuomet priėmiau sprendimą, kad noriu dirbti šioje įmonėje. Su Mariana ir Svajonė pagalba per keturis mėnesius pasiekiau Asistentės Lyderės poziciją ir kartu su mama ir lyderiu Roberta Deržinskiene nuvažiavome į pirmąjį Lyderių susitikimą Šaflaruose, kurį organizavo mūsų CRD Basia ir Markas Wierbiłowicz. Šis lyderių susitikimas man paliko didelį pagarbą žmogui ir nusprendžiau, kad čia yra mano vieta. Niekomet nepamiršiu to jausmo, kai visi atsistojo ir uždainavo mano mamai „šimtas metų“.



Kokie buvo jūsų pirmieji pasiekimai?

Su p. Marijano ir rėmėjos Svajonės pagalba, per Lyderių susitikimus, per mažiau nei metus pasiekiau Lyderio Vadybininko poziciją. Mano vyras taip pat mane palaikė ir nupirko mums automobilį, ant kurio galėjau uždėti įmonės logotipą, o įmonė už tai man mokėjo. Mūsų komandoje (Lietuva) tai buvo pirmas automobilis. Taip pat turėjau dienoraštį, kuriame aprašiau savo sėkmės istoriją. Dėl to buvau labai laiminga.

Ar turėjote abejonių? Kaip susidorojote su nesėkmėmis?

Žinoma, neapsieita ir be nesėkmių bei abejonių. Pasakyčiau, kad net mus visus palietė netradicinė nesėkmė: pandemija. Kai prasidėjo pandemija, žmonės nustojo eiti į susitikimus, nevyko jokie mokymai. Nebuvau tikra, ką daryti. Dažnai nemiegojau ir galvojau, kaip rasti išeitį iš šios sunkios situacijos. Po ilgo dvejojimo pagalvojau, kad pozicija Lyderio Vadybininko man bus pakankama. Tiesiog nematydavau išeities iš šios situacijos.



Kas buvo svarbiausi žmonės kelyje į sėkmę?

Didžiausią vaidmenį mano sugrįžime į tikrą darbą suvaidino nepaprastai maloni moteris, kurią nuoširdžiai žaviu, ponė CRD Pelagija Pietkiewicz. Per vieną iš Lyderių susitikimų ji priėjo prie manęs, švelniai apkabino ir pasakė: „Lina, susikaupk ir leisk savo grupei eiti toliau kartu su tavimi“, ir tai buvo raktas, kuris pažadino mane iš šios neveiklumo būsenos. Už tai esu jai nepaprastai dėkinga. Taip pat esu dėkinga p. CRD Marianui ir konsultantų direktorei Svajonė Karalukiene, kurie visą laiką rūpinosi manimi ir mano komanda. Dėkoju ir savo šeimai, kuri mane palaikė, savo mamai, kuri visada buvo ir yra šalia manęs. Esu nepaprastai dėkinga už visą savo struktūrą. Visi yra nuostabūs. Dėka šių žmonių pasiekiau pergalę.

Esu nepaprastai dėkinga savo sesers dukrai, vadybininkei Robertai Deržinskiene, kuri nuo mano pirmojo pasirodymo NSP visada žengia su manimi petys į petį. Ji yra žmogus, kuris padeda kiekvienam, turi draugišką ir puikų komandą. Noriu padėkoti NSP generaliniam direktoriui Grzegorzui Małachowskiui. Labai vertinu jo asmenybę. Paulinie Kowalskiej už jos veiksmingą ir vertingą indėlį į NSP. Neįmanoma nepaminti ir nepadėkoti direktorių grupei - dėstytojams iš 7 metų Verslo ir Sėkmės Universiteto Pelagijos ir Mariana Pietkiewicz, kurių mokymai sukėlė didžiulį augimą ir stabilumą mūsų struktūrose:

- Vadybininkė Direktorė Aneta Salwin - už jos išminties ir tvirtumo indėlį.
- Arturui ir Martai Sakowskim - už jų didžiulę žinias ir gebėjimą mokyti kurti efektyvius duetus.
- Patrycijai Sułyk ir Krzysztofui Kaliszewskiui už jų nuostabius paskaitas ir parodymą, kad per 1 metus galima pereiti nuo nulio iki Direktoriaus.
- Agnieszkei ir Zbigniewui Cieślak už efektyvų pirmųjų žingsnių versle NSP mokymą ir už tai, kad parodė, jog per 1 metus galima pereiti nuo registracijos NSP iki direktoriaus ir gauti 10000 Eur premiją už greitą startą.
- Krzysztofui Pietkiewiczui - už puikias paskaitas apie savęs tobulinimą ir gerovę bei pagalbą kuriant struktūras. Neįsivaizduoju, kaip galima kurti NSP verslą neturint tinkamos mokyklos ir žinių apie tai, ką daryti ir kaip dirbti kiekviename iš NSP lygių.
- Visus, kurie nori geresnio gyvenimo ir savęs tobulinimo, kviečiu į mūsų 7 metų Verslo ir Sėkmės Universiteto Pelagijos ir Mariana Pietkiewicz paskaitas.



Kokie yra jūsų geriausi prisiminimai iš NSP?

Žinoma, lyderių susitikimai Lideriadoje Šaflaruose paliko neišdildomą įspūdį. Termaliniai baseinai, lauko erdvė ir daug pagarbos mums, kai visi atsistojo ir plojome tik už tai, kad esame kartu, kad pasiekėme sėkmės, kad už įdėtą darbą išeiname į sceną. Didžiulė dėkingumo ir pagarbos jausmas už tai, kad mums reikėjo nuvažiuoti 1000 kilometrų, kad pasiektume Šaflarus, kai žmonės, gyvenantys netoli, neatvyko, nes jiems tiesiog buvo per sunku. Už tokią kainą, kurią buvau pasiruošusi sumokėti, šiandien esu NSP įmonės direktorė. To negalima pamiršti. Žinoma, prisimenu Direktorių Akademijas, išvykas, susitikimus su žmonėmis, iš kurių dauguma tapo tokie artimi kaip šeimos nariai.

Kokie yra jūsų svajonės?

Mūsų CRD p. Marian Pietkiewicz išmokė mane svajoti ir užsirašyti tikslus. Ateityje svajoju, kad mūsų struktūroje būtų kuo daugiau žmonių, kaip sako ponija CRD Pelagija Pietkiewicz: „sveiki, laisvi, laimingi ir turtingi“. Tęsti mokymąsi ir tobulėjimą „7 metų Verslo ir Sėkmės Universitete“, kad galėčiau mokyti kitus. Mėgstu keliauti, todėl svajoju aplankyti naujas vietas ir, žinoma, pirmiausia Ameriką, kad pamatyčiau, kaip vyksta visos įmonės produktų gamybos procesas. Kalbėtis, kvieti ir atrasti naujus žmones, kurie, kaip ir aš, nori gyventi geriau ir nešti toliau šviesą geresnio gyvenimo.





Kokius patarimus duotum tiems, kurie tik pradeda savo kelionę su NSP?

Tiesiog nesivaržykite, užsirašykite į 7 metų Verslo ir Sėkmės Universitetą, kurį organizuoja Pelagija ir Marian Pietkiewicz, ir prisijunkite prie šio MLM, nes su mumis galite laimėti, arba labai laimėti, arba labai, labai laimėti – pasirinkite, ką norite. Sekite savo rėmėjų ir mentorių patarimus, eikite jų pėdomis. Dalyvaukite mokymuose, lyderių susitikimuose, konferencijose, kurias organizuoja įmonė, kad pasiektumėte sėkmę ir galėtumėte dalyvauti „Direktorių Akademijoje“. Skaitykite knygas, užsirašykite tikslus, niekada nepasiduokite, o sėkmė tikrai ateis.

7 metų Universitetas suteikė mums ne tik finansinę laisvę, bet ir nuostabius santykius su žmonėmis, galimybę asmeniniam tobulėjimui ir pagalbą kitiems. O tai yra neįkainojama.

Šiuo metu atidarinėjame naujas 7 metų Universiteto filialus Lietuvoje ir pradame priimti dėstytojus į šį Universitetą. Kviečiame visus, kurie nebaigė aukštojo mokslo, tačiau nori geresnio gyvenimo ir geresnio išsilavinimo, prisijungti prie mūsų universiteto. Lietuvoje reikia 5 metų, kad baigtumėte aukštąjį mokslą, o baigus nieko neuždirbi. Pas mus po 1 metų universitete galite uždirbti 1,2, arba 3 tūkstančius eurų per mėnesį. Pasirinkite, ką norite. Universitetą Lietuvoje atidarysime pavadinimu „Svajonių Kalvė“ – tai „Svajoji kalvė“, kur mokysime žmones svajoti ir nustatyti savo tikslus su vizija, ką suteikia mūsų 7 metų mokykla, tai yra: „Turėk gyvenimą sau“.

Mokysime, kaip tapti profesionaliu NSP prekės ženklo ambasadoriumi. Kaip atidaryti savo aukštos pajamų verslą, pradedant nuo savarankiško darbo, vėliau pereinant prie naujų žmonių verbavimo ir mokymo, ir baigiant aukštos pajamų, sveikai veikiančiu verslu, pagrįstu didelė ir patenkinta sveikų ir laimingų klientų bendruomene.



Pabaigoje pateiksiu keletą pavyzdžių iš pirmojo kurso, kurį baigė Pelagijos ir Mariano dėstomi mokymai:

- “ —
1. Turtingi sako: „Aš kuriu savo gyvenimą“ – vargšai sako: „Mano gyvenimas įvyksta“.
 2. „Išmintingas visada patikrina – kvailas neturi, nes apsimeta, kad žino“.
 3. „Kiekvienas iš mūsų yra magnetas viskam, kas jį pasiekia – tiek tam, kas naudinga, tiek tam, kas mums nenaudinga“ – mokomės, kaip pritraukti tai, kas mums naudinga.
 4. „Pagrindinė priežastis, kodėl žmonės nepasiekia to, ko nori, yra ta, kad jie patys nežino, ko nori“.
 5. „Sėkmingi žmonės nesvarbu, kiek kartų jie nukrenta, kiekvieną kartą atsikelia ir niekada nepasiduoda“ – mokomės, kaip tapti sėkmingais žmonėmis.
- ”

Su pagarba visiems, kurie skaito: Lina Cakiene ir Rolandas Cakas iš Viesiejai, Lietuva.





LIDERIADA

„2024 m. spalio 19–20 d. įvyko pirmasis dviejų dienų mokymas Asistentų Direktorių: Patrycijos Sułyk ir Krzysztofo Kaliszewskiego. Turėjome garbės švęsti pirmosios Septynmečio Sėkmės ir Verslo Universiteto filialo, įkūrto Pelagijos ir Mariano Pietkiewicz, atidarymą. Dalyvavimas buvo puikus: buvo daugiau nei 100 žmonių. Specialūs svečiai buvo: Direktorių Tarybos nariai Pelagija ir Marian Pietkiewicz, Aneta Salwin, Svajonė Karalukienė, Marta ir Artūras Sakowsky. Atmosfera ir energija buvo nuostabios, būtent jos dėka pirmą kartą vedant tokį didelį mokymą buvo malonu. Pirmoji diena buvo sveikatingumo tema, o antroji – verslo tema. Šeštadienio vakarą vyko iškilmingas vakaras su šokiais, kuris užbaigė mokymų dieną, linksmybės truko iki ryto, o geras humoras ir šokiai lydėjo visą laiką. Kviesdami apžvelgti nuotraukų galeriją!“



7 METŲ SĖKMĖS IR VERSLO UNIVERSITETO PELAGIJOS IR MARIANO PIETKIEWICZ RELACIJA

„2024 m. lapkričio 23–24 d., lapkričio 29 – gruodžio 1 d. ir gruodžio 6–8 d. įvyko trys išskirtiniai susitikimai, organizuojami 7 metų Sėkmės ir Verslo Universiteto, įkūrėjo Pelagijos ir Mariano Pietkiewicz. Kiekvienas šis renginys buvo pilnas įkvėpimo, žinių ir motyvacijos, pritraukiant apie 500 dalyvių. Pirmasis susitikimas vyko Myšyńce, o jo organizatoriai buvo Asistentai Direktorai Marta ir Artūras Sakowscy. Kiti du susitikimai vyko žavingame viešbutyje „Albatros“ Serwach netoli Augustovo. 7 metų Sėkmės ir Verslo Universitetas – tai iniciatyva, kurios misija yra plėtoti žinias ir įgūdžius tinklinio marketingo, sveikatos, verslo ir saviugdymo srityse. Susitikimų metu dalyviai turėjo galimybę klausytis pranešimų, kuriuos vedė šios srities ekspertai ir specialistai. Pranešėjai šiame renginyje buvo, tarp kitų: Asistentai Direktorai Marta ir Artūras Sakowscy Asistentai Direktorai Patrycja Sułyk ir Krzysztof Kaliszewski Asistentas Direktorius Krzysztof Pietkiewicz Asistentai Direktorai Agnieszka ir Zbigniew Cieślak Konsultantė Direktorė Svajonė Karalukienė ir CRD Pelagija ir Marian Pietkiewicz, Universiteto įkūrėjai ir Direktorių Tarybos nariai. Taip pat pasveikinome naują Direktorių Asistentą iš Lietuvos Liną Cakiene. Dėl organizatorių įsitraukimo ir turtingos programos, dalyviai gavo ne tik teorinių žinių, bet ir praktinių patarimų, kurie padės jiems tobulinti savo įgūdžius ir pasiekti sėkmę tinkliniame marketinge. Šiuo metu vyksta registracija naujiems Universiteto dėstytojams, kas yra puiki galimybė žmonėms, norintiems pasidalinti savo žiniomis ir patirtimi. Kiti susitikimai jau yra rengimo etape ir žada būti ne mažiau įkvepiantys. Nuoširdžiai kviečiame visus, norinčius gilinti žinias tinklinio marketingo srityje ir prisijungti prie šios išskirtinės bendruomenės, registruotis į 7 metų Sėkmės ir Verslo Universitetą. Tai vieta, kur svajonės tampa realiais tikslais.“





Kviečiame į 2025 metų žiemos konferenciją!
Kitais metais švęsime 15 metų įmonės veiklos centrinei Europai sukaktį! Tai bus išskirtinė konferencija – jos negalite praleisti! Tai bus laikas, kupinas įkvepiančių susitikimų ir naujų žinių.

KADA? 2025 m. vasario 1-2 d.

KUR? „Double Tree by Hilton“ viešbutis, Varšuva, Skalnica g. 21

KIEK? Bilietai parduodami už 349 PLN/vnt.

Konferencijos programoje – įvadas į naują produktą – chlorofilą maišeliuose, įmonės atstovų pristatymai, pažinimai, paaugstinimai ir oficialus apdovanojimų įteikimas, gydytojų paskaitos, įkvepiančios direktorių prezentacijos ir Mateuszo Kusznierewicza paskaita.

Negalite to praleisti! Prisijunkite prie mūsų ir pasiruoškite nepamirštamiems momentams!

PASTABA! Specialios kainos už kambarius viešbutyje galioja tik iki gruodžio pabaigos!



Winter Conference 2025

2025 metais vienas įdomiausių įvykių Nature's Sunshine lyderiams vyks ypatingoje aplinkoje – gražiojoje Graikijos saloje Kreta.

Akademija Direktoriams, suplanuota 2025 m. gegužės 17–22 d., tai išskirtinė galimybė mokytis iš geriausių distributorių ir sužinoti, kaip efektyviai pasiekti direktoriaus statusą.

Be tvirtos žinių dozės, renginys dalyviams suteikia nepakartojamą motyvacijos ir įkvėpimo galimybę, kuri padeda asmeniniam ir profesiniam augimui. Taip pat pasirūpinome, kad dalyviai turėtų galimybę atsipalaiduoti ir pasimėgauti įvairiomis pramogomis, kad susijungtų malonus su naudingu ir sukurtų nepamirštamą patirtį visiems dalyviams.



Naujas 2025 metų ištvermės apdovanojimų programos pristatymas!

2025 metais pristatysime naują apdovanojimų programą, skirtą ištvermės skatinimui. Jos tikslas – apdovanoti asmenis, kurie nuosekliai patvirtina savo statusą per 12 mėnesių. Tai puiki proga įvertinti nuoseklumą ir įsipareigojimą, kurie yra sėkmės pagrindas.

Ši nauja iniciatyva ne tik motyvuos sistemingumui, bet ir pabrėš, kad ištvermė veiksmuose veda prie ilgalaikių naudų. Programos detalės bus paskelbtos netrukus – verta laukti daugiau informacijos ir pasiruošti šiam įdomiam projektui!

2 0 2 5



Kalėdinė Bremani reklama! 🎄

Kvantinėms Kalėdoms paruošėme du išskirtinius Bremani kosmetikos rinkinius – puikiai tinkamus dovanai:

Rinkinys 1: Tonikas ir drėkinamasis kremas

Rinkinys 2: Šampūnas ir kondicionierius

Kiekvienas rinkinys supakuotas į šventinį, ekologišką maišelį – paruoštas dovanoti!

Rinkiniai parduodami su papildomu 10% nuolaida!

Su rinkiniu ne tik pigiau, bet ir patogiau, nes jis bus paruoštas dovanai!

Reklama galioja tol, kol prekių atsargos baigsis.

Kalėdinė lojalumo reklama - nepraleisk savo šanso gauti Kalėdinius nuolaidas! Primename apie vykstančią lojalumo reklamą. Sąlygos paprastos ir nesikeičiančios jau daugelį metų:

- Bet kokia pirkimo suma lapkritį suteikia galimybę įsigyti pasirinktą produktą už pusę kainos gruodį.
- Tereikia, kad gruodį pateiktumėte užsakymus už mažiausiai 30 taškų. Reklamoje dalyvauja visi maisto papildai, kosmetika ir eteriniai aliejai, išskyrus: Chlorofilas skystyje, Kolagenas, Solstic, UltraBiome DTX ir nepasiekiami produktai.

SOCIALINIAI TINKLAI BE SLAPTAŽODŽIŲ

Šiandien panagrinėsime labai įdomią temą – socialinių tinklų vaidmenį kuriant asmeninį įvaizdį (t. y. personal branding).

Skaitmeninės buvimo eroje socialiniai tinklai atlieka svarbiausią vaidmenį kuriant asmeninį įvaizdį, dar žinomą kaip personal branding.

Tai, kaip mes pristatome save internete, turi įtakos tam, kaip mus vertina tiek profesiniame, tiek asmeniniame gyvenime.

Socialinės platformos siūlo nepaprastai efektyvius įrankius, leidžiančius asmenims sąmoningai kurti savo įvaizdį, reklamuoti savo įgūdžius, aistras ar vertybes. Šiame straipsnyje aptarsime, kaip sukurti nuoseklų personal branding ir kodėl jis svarbus tiek karjeroje, tiek asmeniniame gyvenime.

Kas yra personal branding?

Personal branding – tai sąmoningas savo įvaizdžio kūrimo procesas, kuris atspindi mūsų asmenybę, vertybes, įgūdžius ir tikslus. Kalbant apie socialinius tinklus, tai reiškia turinio kūrimą ir valdymą, kuris formuoja būdą, kaip mus mato kiti vartotojai. Gerai suprojektuotas personal branding leidžia išsiskirti darbo rinkoje, užsitikrinti potencialių klientų ar darbdavių pasitikėjimą, taip pat kurti ryšius su žmonėmis, turinčiais panašių interesų.

Įvaizdžio kūrimas profesinėje karjeroje

LinkedIn buvimas

LinkedIn yra pirmaujanti platforma profesionalams ir vieta, kur susitinka karjera ir socialiniai tinklai. Profilis LinkedIn – tai skaitmeninis gyvenimo aprašymas, tačiau jo potencialas gerokai viršija paprastą darbo patirties sąrašą.

- Profilio optimizavimas: Profilio nuotrauka turi būti profesionali, o antraštė aiškiai nurodyti, kas esate ir kuo užsiimate. Taip pat svarbu detaliai aprašyti įgūdžius, patirtį ir pasiekimus.
- Ekspertų turinio skelbimas: Reguliarus straipsnių, nuomonių ar analizės apie jūsų šaką dalijimasis padeda kurti eksperto įvaizdį.
- Tinklų kūrimas: LinkedIn leidžia užmegzti ryšius su žmonėmis iš jūsų srities, kas gali atverti naujas profesines galimybes.

Profesionalus įvaizdis Instagram'e

Instagram, nors ir dažniausiai siejamas su vizualiniu turiniu, gali būti efektyvus įrankis kuriant asmeninį įvaizdį profesinėje srityje.

- Kūrybinis portfolio: Fotografai, dizaineriai, menininkai ar kūrybinės industrijos žmonės gali pateikti savo darbus kaip vizualinį portfolio.
- Estetinis nuoseklumas: Profesionalus profilis turi būti vizualiai patrauklus ir atitikti įvaizdį, kurį norite skleisti.
- Hashtag'ai ir žymėjimai: Tinkami hashtag'ai ir žymėjimas įmonių ar asmenų, su kuriais bendradarbiaujate, padeda padidinti pasiekiamumą ir pasiekti naują auditoriją.

Twitter – platforma žinioms dalintis

Twitter – ideali vieta išreikšti nuomones apie profesinius ir pramonės klausimus. Trumpi, informatyvūs įrašai, ypač tie, kurie apima naujausią informaciją, analizę ar apmąstymus, leidžia išsiskirti kaip asmeniui, kuris yra susipažinęs su dabartinėmis tendencijomis.

Asmeninis įvaizdis privačiame gyvenime

Socialiniai tinklai taip pat veikia mūsų įvaizdį už profesinio konteksto ribų.

- **Autentiškumas:** Ključinis geram įvaizdžiui kurti yra autentiškumas. Dalijimasis savo aistromis, pomėgiais ar vertybėmis leidžia auditorijai matyti mus kaip tikrus žmones. Instagram ir Facebook leidžia dalytis asmeniniais pasiekimais, kelionėmis ar hobiais, kas padeda kurti gilesnius ryšius.
- **Kontrolė už turinį:** Svarbus asmeninio įvaizdžio valdymo elementas yra gebėjimas pasirinkti skelbiamą turinį. Nuotraukos, įrašai ar komentarai gali būti vertinami kitų ir turėti įtakos mūsų įvaizdžiui. Reikėtų nepamiršti, kad internete paskelbtas turinys gali būti sunkiai pašalinamas.
- **Atpažįstamumas internete:** Net privačiame gyvenime verta sąmoningai ir nuosekliai kurti savo įvaizdį. Žmonės, kurie yra nuoseklūs savo publikacijose ir aiškiai perteikia savo vertybes, pelno didesnį pasitikėjimą tarp draugų ir sekėjų.

Pagrindiniai elementai kuriant įvaizdį socialiniuose tinkluose

- **Nuoseklumas:** Nesvarbu, kurioje platformoje esate, jūsų įvaizdis turi būti nuoseklus. Tai reiškia tas pačias profilines nuotraukas, panašią vizualinę estetiką ir suderintus pranešimus įrašuose.
- **Įtraukiančia komunikacija:** Personal branding nėra tik turinio kūrimas, bet ir aktyvi sąveika su auditorija. Atsakymas į komentarus, dalyvavimas diskusijose ir santykių kūrimas padeda sustiprinti įvaizdį kaip atvirą ir patikimą asmenį.
- **Ilgalaikė strategija:** Personal branding kūrimas – tai procesas, kuris reikalauja laiko ir nuoseklumo. Svarbu reguliariai skelbti vertingą turinį ir pritaikyti strategiją priklausomai nuo poreikių ir kintančių tendencijų.

Privalumai gerai suplanuoto personal branding

- **Pasitikėjimo kūrimas:** Gerai valdomas įvaizdis didina patikimumą tiek darbdavių, tiek bendradarbių, tiek draugų akyse.
- **Įtaka kitiems:** Socialiniai tinklai yra įrankis kurti bendruomenę ir daryti teigiamą įtaką. Žmonės dažniau įsitraukia į turinį, kurį kuria asmenys, kurie yra autentiški ir nuoseklūs savo pranešime.

Socialiniai tinklai – tai galingas įrankis kuriant asmeninį įvaizdį. Nesvarbu, ar siekiame plėtoti savo profesinę karjerą, ar kurti santykius asmeniniame gyvenime, sėkmės paslaptis yra sąmoningas turinio valdymas. Nuoseklus ir autentiškas personal branding leidžia ne tik išsiskirti minioje, bet ir pasiekti užsibrėžtus tikslus bei kurti tvirtus ryšius su kitais interneto vartotojais.

Skaitmeninės buvimo eroje verta skirti laiko sukurti įvaizdį, kuris geriausiai mus atstovaus.

PAŽANGOS

LAPKRIČIO MĖN. 2024

Direktoriai - Asistentai

Jolanta i Wojciech Cizek, Lina Cakiene & Rolandas Cakas

Lyderiai - Konsultantai

Małgorzata Jóźwiak, Izabela Gil, Stanislava Mačiulskienė & Vytautas Mačiulskis, Olena Kulahina, Iwona Ulikowska, Laura Barkauskaite & Remigijus Gerasimovas

Lyderiai - Asistentai

Ilgor Wojcik, Joanna Burbelo, Elżbieta Kopińska, Ewa Dobrzańska-Malinowski, Beata Witos i Robert Kluczny, Agnieszka Kulmaczewska, Elżbieta Osyso, Irina et Sergey Yakonyuk, Diana Bistрова, Juozas Bičiūšas, Beata Derehajło, Lucyna Ziemińska, Dorota Grądział, Ewelina Madejak, Elżbieta Mieszczynska, Małgorzata Kopacz-Budaj i Bogdan Budaj, Damian Kulas, Angelika Wróblewska, Anna Ilwicka-Waraksa, Piotr Drożdż, Urszula Książek, Beata Zielińska, Justyna Atkielska

Lyderiai

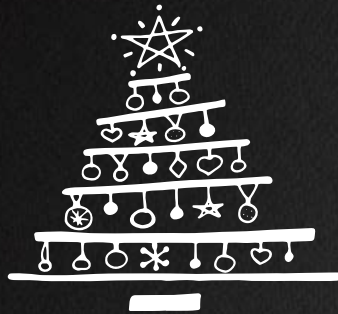
I Justyna Żukowska, Liubov Levkova, Marek Czarnowski, Beata i Andrzej Ratowsky, Bożena Muszalska, Agata Wójcik, Yuliya Hribovska, Lucyna Suchodolska, Alison Malinowski, Ewelina Krupińska, Władysław Jastrzębski, Grażyna Zabielska, Olga & Beata Girvica, Maciej Oskroba, Danuta Chmielewska, Rūta Turauskienė, Diana Mazureca, Екатерина Станкевич, Asia i Sławomir Nawroccy, Edyta Lutrzykowska, Justina Bičiūšienė, Joanna i Arthur Makosch, Agnieszka Piechota, Izabela i Arkadiusz Matanowscy, Yevhenii Kulahin, Dominika Kopacz, Elżbieta Maciejkowicz, Iryna Palahniuk, Rafał Seremet, Halina Bystrzycka, Viktoriya Yakovlieva, Marta Żukowska, Kateryna Chorna, Yana Dombrovska, Ludmila Nikiszina, Aneta Atkielska, Kleopa Straukienė, Anna Alicja Rykowska, Emilia Radomska, Zygmunt Kaliszewski, Stanisław Falarz, Klaudia Krzykalak, Mirosław Szeraszewicz, Dorota Franczak, Beata Styś, Rafał Marcinkiewicz

Vadovai

Valeriia & Viktoriya Kuzmina, Joanna Guz, Ingūna Rancāne, Ewelina Lignar, Marina Panchenko, Volodymyr Khymych, Ludwika Gorska, Piotr Dądela, Marija Jelojeva, Ona Birutė Kalvaitienė, Vita Duškinienė, Lilla Witasiak, Monika Sajdak-Cich i Rafał Cich, Ewelina Radecka-Maniara, Serhii Savchenko, Magdalena Kasperczyk, Lesia Illiushko, Anna Krasiuk, Adam Kowalski, Anita Jemioło, Bożena Such, Grażyna Brzeska, Lucyna Morawiecka, Wioletta Kochanowicz, Natalia Czarniak, Firanhiz Uiutnova, Józefa Biniek, Iryna Gonchar, Maksym Shkrobot, Karolina Szkil, Daria Mishenkova, Monika Kurkowski, Katarzyna Chartanowicz i Adela Wasilewska, Jolanta Gołąb, Tomasz Piotrowski, Elżbieta Tulik, Krystyna Broncel, Karina Kapała, Юрий Мартинчук, Izabela Górna, Lucyna Wodzis, Justyna Cabak, Katarzyna Kreft-Skiberowski, Jadvyga Pašinskaitė, Agnieszka Ciereszko, Edyta Brach

Konsultantai

Ewa Motyczyńska i Magdalena Przyłuska, Natalja Seppenen, Monika Sadowska, Aldona Samulewicz, Monika Czyż, Petras Girdvainis & Vida Žadeike, Katarzyna Kowalczyk, Marlena Ponitka, Wiesław Marcinkowski, Tadeusz Ożóg, Ilona Gromova, Aleksandra Łubińska - Kańduła, Olga Safronov, Leszek Gembiski, Olena Letskykh, Agnieszka Paluch, Agnieszka i Bartosz Krupa, Elżbieta Matuszak, Ewa Szarska, Katarzyna Matys, Tetiana Nikitenko, Stanisław Guzy, Anastasia Legrand, Dziugas Gulbinas, Malwina Markiewicz, Przemysław Błaszczak, Lucyna piekarska, Maria Bryzgaina, Janina Kowalewska, Neringa Kontrimienė, Anna Andrzejewska, Irina Arehva, Krystyna Zubrzycka, Renata Klosek, Shmuel Hen, Ljudmila Budnikova, Andrii Shulga, Kamila Siuba, Anna Pęczek, Urszula Wiśniewska, Wiesław Krupa, Violeta Polikarenko, Daiva Kumetytė, Jacek Karoński, Malwina Bury, Małgorzata Łyczywek, Romuald Wojno, Lubova Makareni, Sylwia Worwąg, Serejnicova Oxana, Danute Navickiene, Michał Mirosławski, Anna Czekaj, Krzysztof Tuora, Magdalena Roślonec, Oliwia Jakóbczak, Marzena Rybak, Ieva Ragainiene, Lucia Bubenets, Marzanna Karwowska, Інна Закутня, Natallia Dauksha, Aleksandra Bidynska, Kathrina Fayman, Krystyna Golema, Katarzyna Bukowska, Ewelina Chwistek, Natalia Czajkowska-Kovalenko, Bożena Wdowiak, Olena Petrukhina, Kamil Gdaniec, Monika Przybysz, Anna Lis-Zarębska, Bożena Szczesna, Ewelina Chłond, Inese Birska, Sviatlana Kirpichonak, Dominik Siepak, Lidija Pavlovskia, Michał Nowak, Alicja Para, Edyta Wronka, Justyna Kulig, Monika Zajańska, Valentyna Zarytska, Юлия Опарина, Stefan Kozik, Karolina Hermann, Katarzyna Szczepaniak, Michał Krupiński, Virginija Grabskienė, Genovaite Pavlovičienė, Daniel Idziejczak, Teresa Liachovič, Jola Kacprzak, Natalja Zaiceva, Elżbieta Mentel, Ewelina Stachewicz, Valentyna Loboda, Marcin Kotnarowski, Antanas Martusevičius, Svetlana Perceva, Mirosława Zakrzewska, Gerlinde Mandle, Marzena Rantamaa, Yuliia Bezotosna, Irena Kołodziejczyk, Tatjana Dališevska, Aiste Stankevičienė, Paulina Sałek, Loreta Vaivadienė, Marta Polek, Katažina Rynkevič, Monika Giczewska, Daiva Dambinskienė, Marta Butkiewicz, Ewa Sowa, Natalia Szymańska, Ewelina Wcisło, Voldis Kolkovskis, Eliza Gentilotti, Małgorzata Karasińska, Anatolijs Panteleiko, Marek Pawlicki, Anna Maria Kozicz, Liubov Sleptsova, Wioletta Michnik, Ewa Strzałka, Neringa Mockė, Henryk Wilk, Elżbieta Bogusz, Adam Niewulis, Mariola Przywara, Hanna Sektas, Anna Kaflińska, ТАЛЕНКО УЛЬЯНА, Małgorzata Służyńska, Raminta Ulevičienė, Bożena Kaszuba, Ingrida Talce-Sarkane, Żofia Sroczyk, Anna Dybaś, КЕТА КОСТАДИНОВА, Agnieszka Chojnowska, Nadezhda Moskva, Iana Dziumentko, Alla Mądra, Anna Nartova, Łukasz Mączko, Svetlana Chernova, Jelizaveta Martisevskia, Adam Dmuchala, Sabina Mucha, Barbara Szklar, Barbara Kowalska, Svitlana Schmidt, Urszula Kłos, Paulina Rygner, Inese Svensone, Aliaksei Kushunin, Kamila Dudek, Hania Jabłońska, Laima Bernotaite, Joanna Rudnicka Andrzej, Anna Chotomska, Alicja Winiarska, Gabriela Kowalska, Tatiana Focsa, Alicja Jagiełło, Bogumiła Zaremba, МАКСИМ ГОВОРУХА, Ráisa Poddubnyak, Alina Kleivienė, Marta Sarenecka, Marzenna Malesa, Anna Samborska, Oksana Masi, Ewa Szwedo, Tsetska Yordanova, Ausra Stančikienė, Sylwia Grabicki, Ivan Olefirenko, Marta Tołpa, Bożena Kozłowska, Maria Bularz, Ganna Shcherbyna, Jürgen Strunz, Юлия Седунова, Lucyna Zyznawska, Danylo Orlovskiy, Zuzanna Cich, Agnieszka Grzędzińska, Natalia Hryshko, Rita Bolsakoviene, Natalia Ponomareva, Czesław Dziedzic, Lech Ptak, Jolanta i Stanisław Remlein, Svetlana Petkevičienė, Loreta Montvydaitė-Lubiene, Anna Leshkevich, Regina Keisha, Grażyna Stokowiec, Jan Dubiel, Katarzyna Rostkowska, Małgorzata Cierznia, Adam Kreft, Wojciech Ożóg, Barbara Kalinowska, Renaldas Kubiliūnas, Deniss Konnovs, Marlena Nieczyporuk, Ita Kaubre Romualdas Kaubrys, Ligita Gediminienė, Lina Riaukienė, Rasa Staponkiene, Iwona Langowwka, Małgorzata Peliszko, Asta Germanaviciene, Genė Nenartienė, Lijana Railaitė, Karolina Opiola, Kristina Jankauskienė, Gintaras Surdokas, Monika Mierzejewska, Daiva Jacinta Puidokaitė, Birutė Černevičienė, Rita Kapačinskienė, Dorota Kutyló, Justyna Fryz Kamil Fryz, Iwona Kozyra, Patrycja Sobolewska, Elyra Macienė, Piotr Bolszakow, Ewa Pieczkowska, Anna Drozd, Romualda Jakštienė, Mirosława Mazgiel-Wiszniewska, Paweł Siedlecki, Józef Kukla, Daniel Ostolski, Dorota Złotek, Anna Cyran, Dominyka Žutautienė, Halina Pasikowska-Pikus, Mieczysław Jaksina, Angelė Dargienė, Nikolay Malykh, Anna Sierzęga, Elżbieta Ungeheuer Knap, Aleksandra Fornalik, Robert Andonov, Mirosław Janusz, Natalia Konarska, Urszula Mansur, Andrzej Dusza, ПОЛИ ПАВЛОВА, Grażyna Lipska, Kristina Savickaitė, Danuta Miszewska, Alina Kowalak, Monika Kuranda, Dorota Kuryga, Anna Wrzaskała, Małgorzata Zagórska, Przemysław Kośnik, Joanna Świerżewska, Marts Zelmenis, Danuta Stachowicz, Daanel Dederer, Jarosław Witkowski, Wiesław Kołakowski, Aneta Kuczkowska, Halina Sułowska, Zbigniew Ciołek, Olga Czubakowska, Joanna Górecka, Anna Trojanowska, Wioletta Soszyńska, Aleksandra Okolo-Kulak, Katarzyna Pażontka Lipinska, Ann Donovan, Marek Kozłowski, Aleksandra Monik-Jurkowska



Artėjančių Šventų proga norime nuoširdžiai padėkoti už pasitikėjimą, kurį mums suteikiate, ir už bendrą misiją rūpintis sveikata ir gerove. Jūsų įsipareigojimas propaguoti sveiką gyvenimo būdą įkvepia mus nuolat tobulinti mūsų produktus ir veiklą.

Linkime Jums magišku, kupinų džiaugsmo ir ramybės Šventų, praleistų su artimiausiais. Tegul Naujieji Metai atneša Jums svajonių išsipildymą, profesinių sėkmių ir sveikatos, kuri yra laimės pamatas. Kurkime geresnę ateitį kartu – pilną sveikatos, aistros ir geros energijos! Su dėkingumu ir nuoširdžiais linkėjimais,

Nature's Sunshine komanda

