

OneMore Journal

OneMore
B12 PLUS içeriği

Melih
REYHANOĞLU'dan

YENİ ÜRÜN

MELATONİN

Dr. Duha
Sertkaya'dan

OneMore
ANKA EĞİTİMLERİ
başladı!

3 Geleceğe yönelik büyük planları bulunan One More International

5 Saponin nedir

7 Hayatımızın dönüm noktası ONE MORE

8 KISA SÜREDE FAZLA BİR FARK

9 B12 Deneyim

11 Asla PES Etmeyin

13 network doğru yapıldığında

15 One More ANKA EĞİTİMİ

17 Hakan Gökçekaya - Bir İhtimal Yol Daha var

19 6. One More Kampı

22 Dr. Duha Sertkaya'dan

OneMore



Sahibi
OneMore International

Yayın Kurulu
Mustafa Erdil
Sevcihan Saygılı Erdil
Alper Volkan Karpuz
Melih Reyhanoğlu

Yayın Direktörü
İrem İpekbayrak

Adres
One More International
Bahçeşehir/İstanbul

BASKI
Happy Concept /
www.matbaamarketi.com
Tel: 0212 669 04 04

HOŞGELDİNİZ...

Merhaba One More International ailem.

Otuziki ay önce kuvvetli fikir olarak kabul ettiğim, belki de birçok kişi için ulaşılmaz bir hayal olan One More International bu gün hızla network marketing pazarında yerini almış durumda. Hepimiz için çok özel bir otuziki aydı. Kimi gün sevindik, kimi gün ağladık, bazen küçük bir taşı kaya yaptık, bazen kocaman bir kayayı kaldırıp kenara attık. Tabiki hedeflediğimiz hayallerimizin yolculuğunda bunlar olağan şeylerdi. Eğer bizler bu bilinçle isteğin gücüyle yolculuğa çıtıysak başarı ve zafer bizim fabrikamızın iki ustabaşısıydı. Kısaca dostlar bu kadar kısa sürede bu başarıları elde etmiş bir iş fırsatı ile karşı karşıyasınız. Gelecek sizleri bu yolu açmış işin başından beri bu yolculukta inançlarıyla var olan sponsorlarımızın açtığı çok büyük bir otobanda onların stop lambalarını takibinizle gerçekleştireceğiniz başarılar ile taçlanacaktır.

Antalya Belek' te Maritime Pine Beach Belek Resort'ta 6. Kamp organizasyonumuzu gerçekleştirdik. Bu gün ise 7. Kamp organizasyonumuzu Antalya Alanya' da Sentido Gold Island Hotel' de gerçekleştiriyoruz.

Bir önceki kamplarımızda da olduğu gibi 6. Kamp organizasyonumuzda da değerli büyüğümüz Oğuz Saygın ile birlikteydik. Yine yazar, aile danışmanı ve eğitimci ekip arkadaşımız Semra Çöl bizlerle birlikteydi. Ve büyük sürpriz, yine ekip arkadaşımız engel tanımayan "Engel Siziniz" kitabının yazarı Serap Akın' da konuşmacı olarak kampımızda yerini aldı. Bir sürprizde kuantum, NLP ve nefes koçu sevgili ekip arkadaşımız Harun Gökçekaya' da aramızda ve konuşmacılarımızdandı.

Bir önceki dergimizdeki yazımda da bahsettiğim gibi; Öncelikle One More International ailesindeki ekip liderlerimizin ve sizlerin kişisel gelişiminiz, hedeflerinize hızla ulaşmanız için One More Akademisinde, iki gün süren 1. ANKA Eğitimini Samsun Nort Point Hotel de gerçekleştirdik. Mükemmel sunumlarıyla Sevcihan Saygılı Erdil ve eğitim koçumuz sayın Harun Gökçekaya eşliğinde One More liderlerimiz Anka Sertifikalarına kavuştular. Tüm liderlerimizin bu eğitimi aldıktan sonraki sahadaki gelişimleri ve bunun yansımaları görmek güzeldi. One More Anka da emeği geçen tüm değerli liderlerimizi ve eğitmenlerimizi kutluyorum.

Bir önceki kampımız olan 6. Kamp organizasyonumuzda açtığımız Dubai tatil kalifikasyonumuzu Özgür Ayyıldız ve Abdürrahim Akça eşleri ile birlikte ücretsiz tam katılıma, Dilek Eker, Nazan Güner, Burcu Çoban, Ayşe Okçu, Tahire Özkağncı ve Nuran Gökten yarım ücret ile katılıma hak kazanmışlardır. Başarılarından dolayı kendilerini kutluyoruz. Dubai tatil kalifikasyonumuz Mart ayı içerisinde gerçekleştirilecektir. Kazananlara ve katılımcılara şimdiden iyi eğlenceler diliyorum.

Bilgisayar kalifikasyonumuzu kazanan, Fedai Ozan'ı, Fatma Turpçuoğlu'nu, Kenan Demir'I, ve Nurettin Sakoğlu'nu canı gönülden kutluyor, başarılarının devamını diliyorum.

Bu arada her üç aylık periyotlarda dağıttığımız sıralamaya giren temsilcilerimize dağıttığımız çek gelirlerimiz olan 165.931,92TL Maritime Pine Beach Belek Resort teki 6. Kampımızda dağıtıldı.

Kasım ayı içerisinde Dünya kar payımı hakeden One More International kurucu üyelerimize de bu hakedişin üçüncüsünden havuzda biriken 29.890,00TL yi dağıttık. Bundan dolayı mutlu ve gururluyuz.

Son üç aylık dönem içerisinde gelir dağılımımız ise bir üst döneme göre %43 arttığını da çok net söyleyebiliriz.

Alınan eğitimler sonucunda yetişen değerli lider konuşmacılarımızla, her ay düzenli aynı anda başlayan şehirlerde One More iş fırsatı toplantıları bizleri gururlandırmıştır. Avrupada da her ay düzenli beş büyük toplantılarımızın başladığını söyleyebiliriz. Ayrıca One More Europe B.V. Rotterdam ofisimizde operasyon müdürümüz Alper Volkan Karpuz' un yönetiminde hizmet vermekteyiz. Bu güzel haberler tüm One More ailemizin gururu olmaktadır. Sizlere daha önce söylediğimiz gibi bir Türk network şirketinin Avrupadaki varlığı herkesin haklı ulusal gururu olacaktır.

Ülkemizde ise yeni bir yapılanma dönemine girerek One More Medical San. Ve Tic. A.Ş. yi kurduk. Bu sizlerin sahada elinin çok güçlü olmasını sağlayacak kurumsal bir hamle olmuştur.

Bu arada 6. Kampımızda açtığımız büyük sürprizimiz B 12 ve Folik Asit içerikli One More B12 PlusTM 3. ürünümüz olarak pazarda yerini aldı ve beğenimize sunuldu. One More B12 PlusTM kısa zamanda rüştünü ispatlayarak ciddi sonuçlarıyla herkesin beğenisini kazandı.

One More International olarak yeni projelere ve yatırımlara imza atacağımızı bildirmiştik. Enerji yatırımlarımız ile ilgili gerekli çalışmaları hızla yapmaktayız. Bu projemiz yılın ikinci yarısında dünya devi enerji firmalarıyla karşınızda olacak. Amerika' da ve Türkiye' de yaptığımız görüşmeler çok olumlu geçmiş bulunmaktadır. Sizleri heyecanlandırdığı kadar bizleri de müthiş heyecana sevk eden bu oluşumun ve projemizin her müjdesini sizlerle paylaşmaktan gurur duyuyor olacağım.

Bu dergiyi okuduğunuzda bunların dışında sizler 7. Kampımızda muhteşem vakit geçirmiş, sürprizleri yaşamış, ödüllere doyamamış, One More vizyonu ile karşılaşmış ve birçok yeni One More liderleri ile tanışmış olacaksınız.

Bizler bu sistemi hayata geçirirken temiz bir hava sahası oluşturmak, network sektöründe belkide bir ilki yaşatmak amacıyla çıktığımız bu yolda, tüm engelleri ve sorunları teker teker yok ederek, mükemmeliyete doğru yolculuğumuzu ve adımlarımızı perçinlememizin tek bir doğruyla birleştğini çok iyi analiz etmiştik; "HAYALLERİMİZ" İşte bu noktada hep birlikte hayallarımızı taker taker gerçekleştireceğimiz One More isimle gurur duyuyoruz. Bu aile, sevgisiyle, sadakatiyle, sabrıyla kurduğu bu etik dünyasında sekterünün en iyisi ve en iyilerinin oluşturacağı bu okuluyla hedeflerine hızla ilerleyecek ve One More temiz hava sahasını kurmak, korumak ve bunu sürdürmek geleceğiyle yolumuza hızla devam edecektir.

Tüm One More Ailemizin Hayallerinin gerçekleşmesi dilekleriyle.

One More International A.Ş.
One More Europe B.V.

İcra Kurulu Başkanı

Mustafa Erdil

Geleceğe yönelik büyük planları bulunan One More International

Değerli ailem,

Ben Melih REYHANOĞLU. 17 Aralık 1991 yılında, İskenderun'da dünyaya geldim. Babamın öğretmen olduğu okulda başlayan eğitim hayatım, üniversite okumak için gittiğim Kıbrıs'ta son buldu. Küçük yasta başladığım iş hayatına daha büyük adımlarla devam etmem gerekiyordu. Hayallerim ve hedeflerim vardı.

Bütün hayatımı değiştiren dokunuşun 5. sınıfta geçmiş olduğum 5 Temmuz İlköğretim okulunda olacağını tabi ki görememiştim. Okulum olduğu zamanlarda tatillerimde, okul bitikten sonra ise düzenli olarak toplamda 7 yıl çalıştığım akrabalarımın şirketinden, küçük yaşta kurduğum bir hayal için ayrılmıştım. İsteğin gücünün en büyük kanıtı idi benim için. Takım elbiseler içinde şık ve saygı duyulan bir çalışma ortamı idi bu hayal ve artık gerçek oldu. Ailem her zaman normal bir işim ve normal bir hayatım olmasını istedi. Maalesef benim kişiliğim buna hiçbir zaman yatkın olmadı. Ben sınırları olmayan ve emir komuta zinciri olmayan bir işte çalışmalıyım. Çünkü hiçbir zaman ne para nede makam mevki için kendimden ödün vermedim. Vermeyeceğim. İşte

tamda bu yüzden bu sektördeyim. Yolum başında olduğumu ve daha çok yolum olduğunu biliyorum ve bu yolda daha hızlı şekilde ilerlemek için ise yoğun bir çaba sarf ediyorum. Etmeye de devam edeceğim.

İNANDIĞIM ŞEYİN PEŞİNDEN GİTTİM...

24 Aralık 2014 akşamında ziyaretine gelmiş olduğum evde bana söylenen sözleri hala bugün gibi hatırlarım. İşlerimi ve mevcut olan hayatımı düzene koyduktan sonra İstanbul'a işimin başına geçecek idim. Bu sürecin sadece 18 günde tamamlanacağını kimse beklemiyordu. Hatta ben bile. İçimdeki heyecanı bir türlü bastıramıyor ve bir an önce işimin başında olmak istiyordum. Bana sunulan bu büyük fırsatın farkındaydım ve bu fırsatı değerlendirmek için ne gerekiyorsa yapacaktım. Tarih 12 Ocak 2015'i gösterdiğinde daha fazla dayanamayıp İstanbul'a gelmiştim. Düşünsenize bir işe başlıyorsunuz ama işin ne olduğunu ne görev yapacağını ya da para konusunu hiç konuşmuyorsunuz ama içinde hepsinden daha büyük ve önemli bir şey mevcut İNANÇ. Sayın Alper Volkan KARPUZ benim değerli ağabeyim 5. sınıfta tanıştığım ve benim her zaman yanımda olan sırtımı yasladığım dayanağım. Artık onunla küçük iken durduğumuz hayal gerçek olacaktı. Beraber çalışacaktık. Bunun mutluluğu bile tarif edilemezdi benim için. İstanbul'a geldiğimde beni karşıladı ve benim için asıl hayat o zaman başladı. İş öğrenmeye başladıkça bu konu-

da ne kadar şanslı olduğumu fark etmeye başlamıştım. Çünkü bu işi en iyi bilen, 16 yıllık tecrübeye ve bu tecrübe içerisinde sayısız başarılarla imza atmış olan Sayın Sevcihan SAYGILI ERDİL ve Sayın Mustafa ERDİL'in liderliğinde yola çıkmıştık. Bana çevremdeki birçok kişinin bu iş olmaz 2 ay sonra demesi o zamanlar çok komik gelmişti kulak asmamam gerektiğini biliyordum. Çünkü İNANIYORDUM. Siz değerli çalışma arkadaşlarım bu yazıyı okurken 2.5 yıl geriye bırakmış olacağız. Şimdi sizlere soruyorum 2.5 yıl kaç 2 ay eder.

SÖZ KONUSU OLAN SADECE İŞ DEĞİL AİLE...

Ben her zaman iki annem var dedim biri beni doğuran büyüten biyolojik annem Sayın Selva REYHANOĞLU, diğeri ise benim kişisel gelişimimi sağlayan hatta beni ben yapan Sayın Sevcihan SAYGILI ERDİL. Hayatıma hep ufak dokunuşları vardı. Tahmin ediyorum ki o dokunuşların bir temel oluşturacağını kendisi de bilmiyordu. Hayatıma kattığı en büyük değer ise bana ne olursa olsun herkesi ve her şeyi karşılıksız sevmeyi öğretmesidir. İşimizdeki başarıya ulaşmamızda en büyük payı da yaptığımız işe ve çevremizdeki herkese duyduğumuz sevgi almaktadır. Konu her ne olursa olsun sevgi ile yaklaşmayı, sorunları sevgi ile çözmeyi sağlayan ve öğreten benim kıymetli annem.

“Herkesi özellikle de Network Marketing sektörü ile ilgilenen kişilere kendilerine bir rol modeli seçmelerini, seçtikleri rol modelini kendi kişiliklerine göre uyarlamalarını tavsiye ederim.”



Sayın Mustafa ERDİL'i katıldığım ilk seminerde kapanışı yaparken izlemiştim. Muazzam bir bilgi ve iletişim gücüne sahip olduğunu görmüştüm. O zaman artık yola çıkmak için kendime seçeceğim rol modelinin karar verdim. O kişi Sayın Mustafa ERDİL idi. Bir süre kendisinin konuşmalarını ve beden dilini takip ettikten sonra kendim seminerlere katılmaya başladım. Fark ettiğim ilk şey ise günlerce izlediğim, rol modeli kabul ettiğim kişinin artık hareketlerini kopyalamaya başladığımdı. Sahnede olan kişi Melih REYHANOĞLU idi ama beden dili Sayın Mustafa ERDİL'in beden dilinin kendi kişiliğine göre uyarlanmış hali idi. Bundan her zaman onur duyacağım. Çünkü bana her zaman bir baba şefkati ile yaklaşan fikirlerini, düşüncelerini, ideolojisini ve Network Marketing sektöründeki her tavsiyesini dikkate alacağım, benim için hayatımda hep baba figürünün tam karşılığı olan ve bu hayatta ondan daha iyi olmalyım dediğim yegane insan. Herkesi özellikle de Network Marketing sektörü ile ilgilenen kişilere kendilerine bir rol modeli seçmelerini, seçtikleri rol modelini kendi kişiliklerine göre uyarlamalarını tavsiye ederim.

İLK ADIMLAR...

Network Marketing dünyasına hızlı bir giriş yapmıştım ve öğrenmem gereken birçok konu vardı. Bu eksikleri hızlı bir şekilde gidermek için Sayın Sevcihan SAYGILI ERDİL ve Sayın Mustafa ERDİL'in her

hareketini ve konuşmalarını takip etmeye izlemeye başlamıştım çünkü kendime bir rol modeli seçmem gerekiyordu onların olaylara yaklaşımını izleyip kendi kişiliğime göre uyarlamaya başladım. Yukarıda da belirttiğim gibi bu konuda çok şanslıydım. Çünkü her zaman yanımdalar ve öğrenmek istediğim sürece bana tecrübelerini aktarmaya hazırlar. Sayın Mustafa ERDİL'in bir seminerde Les BROWN'un bir sözünü söylemişti. "AÇ OLUN" tabi ki burada söylemek istediği bilgiye aç olmalı. Benim için bilginin ne kadar önemli bir şey olduğunu en güzel ve vurgulu gösteriş biçimi buydu. 6. kampımızda Sayın Harun GÖKÇEKAYA sahnede "Bildirim Bilginin Yanında Nokta" demişti. Buda bilginin ve öğrenmenin sınırının olmadığını en güzel söyleniş biçimiydi. Daha fazla öğrenmem ve kendimi daha fazla geliştirmem gerektiğinin farkına o kampda bulunan birçok kişi gibi bende anlamıştım.

ONE MORE INTERNATIONAL OPERASYON NEDİR...

One More International Operasyon birimi olarak her zaman sistemimizde bulunan değerli çalışma arkadaşlarımızın işlerini daha kolay ve hızlı yapabilmeleri adına yoğun bir çaba sarf etmekteyiz. Sayısı hızla artan ailemizin her zaman yanında en büyük destekçilerinden olmayı misyon edinen One More International Operasyon birimi, değerli ailesine daha fazla yardım

edebilmek için kendini her daim geliştirmektedir. Geleceğe yönelik büyük planları bulunan One More International şirketinin önemli bir kısmını Operasyon birimi üstlenmiş bulunmaktadır.

FARK YARATIN, ALIŞILMIŞIN DIŞINDA İŞLER YAPIN... Network Marketing Dünya'nın en keyifli çalışma biçimidir. Çünkü Network yaparken sizi zorlayan, sıkıştıran, başınızda durup emirler yağdıran ya da sizden belirli zaman aralığında kotanızı doldurmanızı bekleyen yoktur. Kontrolün tamamen sizde olduğu basit bir sermaye ile sizi hayal gücünüzün ötesine taşıyabilecek bir iş sahibi olabilme FIRSATIDIR. One More International ile ilk tanıştığım zamanlarda tepkim bir çoğunuzun tepkisi ile aynı oldu "Neden bu kadar çok veriyoruz". Çünkü bu zamana kadar karşılaştığımız işlerde klasik ticaret sistemi mevcut idi. Yani kazandırmaktan çok şirket sahibinin cebini doldurmaya yönelik bir ticaret sistemidir. Network Marketing ise kazanmak istiyorsan kazanmak zorundasın düşüncesini esas almaktadır. Tabi ki bu kelimeler cümleler ilk duyduğumda bana olduğu gibi sizler içine şaşırtıcı gelecektir. Sadece biraz yakından tanımak, şirket ilkelerini okumak, vizyonunu görmek, ürün ve kazanç planını dinledikten sonra, One More International'ın sadece bu sektörde değil bütün ticaret sistemlerinde fark yarattığını kendinizde net bir şekilde anlayıp, bu ailenin içindeki yerinizi sizde alacaksınız.

Saponin nedir?

Saponin, Yunanca, sabun anlamına gelen Sapon kelimesinden türemiştir. Bir sabun gibi vücudumuzu gereksiz maddelerden arındırarak, kan akışının düzgün bir şekilde devam etmesine, organların tam fonksiyonlu çalışmasına ve hastalıklara karşı vücudun daha dirençli olmasına yaramaktadır.

Aynı zamanda vücudumuzda bulunan gereksiz maddeleri dışarı atma ve vücudu mikroplardan koruduğu için, Saponinler doğal antibiyotiklerdir.

Dünya’da bulunan çeşitli bitkilerin en önemli muhteviyatlarından biri olan Saponinler, günümüz dünyasının bir çok derdine deva olmaya devam ediyor. Özellikle Kore Kırmızı Ginseng’in içerisinde bulunan 32 tür tıbbi Saponin, damar ve organ temizliğinde olmazsa olmazımız olmaya devam etmektedir.

Saponinler, merkezi sinir sistemine ulaşarak, endokrin sistemini, bağışıklık sistemi ve metabolizmayı düzene sokarlar. Vücudun klimasıdır.

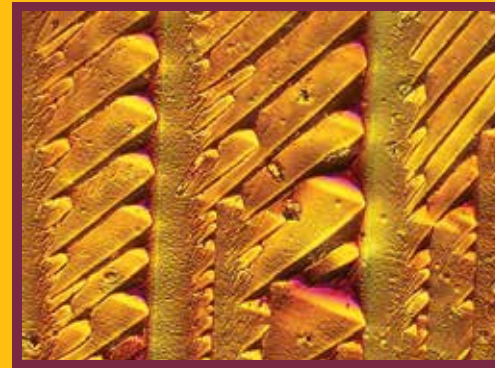
Kısaca nasıl ki ellerimizi, günde defalarca su ve sabun vasıtası ile yıkıyor ve hijyen sağlıyorsak, Saponinler de damarlarımızın, organlarımızın, kemik ve eklemlerimizin hijyeni için olmazsa olmazımızdır.

Saponinler çeşitli bitki türlerinde bulunan bir kimyasal bileşik sınıfıdır.

Fenomenolojik olarak sulu çözeltilerle karıştırıldığında sabun benzeri kalıcı köpük bırakan amfifil glikozitler olarak gruplandırılırken yapısal olarak da lipofil triterpen türevleri birleşik bir ya da daha fazla hidrofik çekirdek glikozitler olarak sınıflandırılır.[1][2][3] Soğukkanlı hayvanlarda zehirli etki gösterirler ayrıca antifungal ve antibiyotik etkiye sahiptirler.[4] Yüksek oranda saponin içeren bitkiler acı bir tat verdiğinden hayvanlar ve insanlar tarafından tüketilmezler.[4] Tamamen doğal olan ve içerisinde her hangi bir katkı maddesi bulunmayan Yucca schidigera ekstraktının hayvan beslemedeki önemini belirlemesi amacıyla da A.B.D ve bazı Avrupa ülkelerinde önemli sayıda bilimsel çalışmalar yürütülmüştür. Bu çalışmalar sonunda Yucca’nın sarsaponin içeriğine bağlı olarak amonyak bağlayıcı, üreaz faaliyetini önleyici, bağırsak epitel hücrelerinde yüzey gerilimini düşürücü etkilerinin yanı sıra antiprotozoal, antibakteriyel , antifungal, antioksidant etkilere de sahip olduğu bulunmuştur. Saponin içeriğinin yüksek olması, bitkinin kurak bölgede yetişmesi nedeniyle strese (besin madde ve su noksanlığı) karşı kimyasal savunma mekanizmasının bir ürünü olarak

bilinmektedir. Çünkü, saponin yüzey aktif özelliği ile su ve besin maddelerini bitki içinde tutabilmekte ve böylece stresin olumsuz etkisini minimize etmede bitkiye yardım etmektedir. Ayrıca saponin içeriğinin stresin düzeyi ile ilgili olduğu, bitkinin kültüre alınması veya stressiz bir ortamda yetiştirilmesi ile saponin içeriğinin düşebileceği bildirilmektedir (Hiley, 1998). Steroid ilaçların üretiminde kullanılabilecek bitkisel kaynakların belirlenmesine yönelik olarak yapılan çalışmalarda, bitkiler aleminde optimum aktivite durumunda bulunan karbonil ve hidroksil gruplarıyla birlikte oldukça yüksek steroid saponin içeriğine sahip 100’den fazla grup tespit edilmiş (Price ve ark., 1987) ve bunlardan birinin de Yucca schidigera olduğu ve ekstraktının %9-12 düzeyinde saponin içerdiği ortaya koyulmuştur. Saponinler yucca bitkisinin tüm organlarına dağılmış olmakla birlikte tohumlarında daha yüksek konsantrasyonlarda (%18) bulunmaktadır (Hostetmann ve Marston, 1995). Genel olarak anti-nutritional faktör olarak kabul edilen saponinler, yapısal olarak detaylı şekilde incelenecek olursa; hayvan besleme açısından farklı özellikler

taşıdığı görülecektir. Yucca saponini gibi steroidal saponinler, hayvanların performansı ve besin maddelerinin sindirimi ve emilimi üzerine olumlu etkilere sahiptir (Jenkins ve Atwal, 1994). Saponinler yapısal olarak steroidal ve triterpenoid olmak üzere iki farklı sınıfta incelenirler (Şekil 1). Yapısal olarak steroidal saponin olan yucca saponinleri, sarsapogenin, smilagenin, markogenin, samogenin, gitogenin ve neogitogeninden oluşmakta ve bunlardan ilk ikisi yucca saponinlerinin büyük kısmını oluşturmaktadır (McAllister ve ark., 1998) Triterpenoid saponinlere örnek ise Şili’de yetişen Quillaja saponaria bitkisidir. Bu bitkinin yüksek saponin içeriğine sahip olduğu (Muñoz et al., 1981; Montesy Wilkomirsky, 1985; Hoffmann et al., 1992), bu saponin tipini insanlarda HIV ve herpes dahil 6 ayrı viral hastalığın tedavisinde kullanıldığı bildirilmiştir (Roner ve ark., 2007). Memelilerde lipit metabolizması, mineral metabolizması, kan basıncı, üreme performansı ve kanser üzerine de etkili olduğu bildirilen saponinler, antioksidant aktivite de içermektedir (Küçük Kurt ve Fidan, 2008).



Vücudumuzda bulunan gereksiz maddeleri dışarı attığı ve vücudu mikroplardan koruduğu için, Saponinler doğal antibiyotiklerdir.

SEVDA YILDIZ AYDOĞANOĞLU

One More Painless Night GLU Deneyim

Hayatımızın dönüm noktası

— O N E M O R E —

Sevda Yıldız Aydoğanoğlu 13.07.1978 Ankara doğumluyum Anadolu Üniversitesi Halkla İlişkiler mezunuyum.

Ankarada yaşıyorum evliyim 2 kızım var. Büyük kızım 13 küçük kızım 3,5 yaşında.

Küçük, güzel, mütevazı bir aile olarak yaşamımızı sürdürürken 16.06.2013 doğumlu küçük kızım Selin Aydoğanoğlu'na 13 aylıkken Ankara GATA'da juvenil romatoid artrit (iltihaplı eklem romatizması) teşhisi kondu ve hayatımız zindan oldu. Kızım bırakın yürümeyi, biz kendisine dokunamıyorduk bile. Kortizon hapları, ağır iğnelere başlandı. Ağrıların yoğunluğu azaldı ama yine sabah tutuklukları, yürüyememe devam ediyordu. Kullandığımız ilaç ve iğneler hiç masum değildi ağrıları kesiyordu fakat minicik kızımın bedenine daha büyük hasarlar açıyordu karacigerinde büyüme belirlendi ve ben böyle devam edemez çaresi olmalı diye arayış içindeydim. Ozon ve lazer akupunktur tedavisi için gittiğimiz merkezdeki doktorunda kesin konuşması 6 ay 1 sene içinde çocuğunuzun hastalığı bitecek demesi bizi inandırmıyordu.

İlk başlarda iyi gidiyordu 11 ay düzenli gittik ama sonuç başa döndük kandırıldık yani. Evim aktardan farksızdı denemediğimiz birsey ONE MORE Painless Night Glu' kalmıs olmalı ki "Kul sıkışmayınca Hızır yetişmezmiş" misali Hızır gibi yetisti. internetten araştırırken Şubat 2016 da karsıma çıktı ilk başta tüm ilk duyanlarda da olduğu gibi özellikle eşim inanmadı (şuan iyiki beni dinledin diyor) ama ben araştırdım ve içinde ki hiçbir şeyin kızıma zararı yan etkisi olmaması en önemli sebepti kaybedecek birşeyimiz yok bantın varlığını duyduktan sonra artık kızımın ağrısı olmaz

uyursa bende az da olsun uyuyordum ama banti duyduktan sonra uyku girmedi gözüme ve eşimi dinlemedim ve bu mucizeyle hayatımız değişmeye başladı. Kızımın ağrıları tutuklukları bütün sıkıntılarımız hızla ortadan kalkmaya başladı. 15 gün sonra Gatada kontrolümüz vardı ve tüm kan değerlerimiz normaldi ve şaşkınlık içindeydim. Ben bantımızı almaya karar verince doktorumuza sormadım çünkü izin vermiyeciğini biliyordum. Sonuçları görünce ve doktorumuza söyleyince oda şaşırıldı. Bantımızı 3 ay düzenli kullandık bütün sıkıntılarımız bitti Şuan ara ara tedbir amaçlı kullanıyoruz ve en önemlisi kortizon haplarını ve iğneleride bıraktık doktorumuzda randevumuzu 6 ayda bir veriyor. Geçen yıl yuruyemeyen kızım şimdi cimnastiğe gidiyor. Bundan büyük mutluluk yok.

Allah kimseyi evladiyla sınamasın. Ayrıca kendimde kalça kireclenmesi için kullandım pailness night glu sayesinde inşallah bende protez ameliyatından kurtulacağım. Slim style ile de 7 kilo verdim. Biz One More hayatımıza girdikten sonra yeniden mutlu sağlıklı olmaya başladık. Yaşadığım bu deneyimle bu mucize bizim gibi tüm hayatlara girerek insanların sağlığına kavuşmasını istiyorum. One more hem sağlığa hem varlığa dokunuyor. Artık kızımla evde ilgilenirken insanların hayatlarına dokunarak dua alarak para kazanacağım birde işim oldu.

O kadar şanslıyım ki Siz Allah'ın bana bir lütfusunuz MUSTAFA ERDİL VE SEVCIHAN SAYGILI ERDİL binlerce teşekkür ederim

Biz kocaman bir aileyiz ayrıca değerli Derya Büklü ve ONEMORE A.Ş de emeği olan herkese teşekkür ederim

AÇIKÇASI KISA SÜREDE FAZLA BİR FARK OLABİLECEĞİNİ HAYAL DAHİ ETMEMİŞTİM.

HATİCE ERBAŞ

One More Slim Style Deneyim

Merhabalar...

Öncelikle One More ailesi ile tanışmış olmaktan gurur duyuyorum.

Benim sorunum yıllardır kurtulamadığım kilolarımdı. Defalarca diyet yapmama rağmen zorlanarak çok az kilo verdim ve pes ettim. Ve bir gün One More ile tanıştım. Ürünlerimizin içerisinde One More Slimstyle(zayıflama bandı)'nın olduğunu öğrenince çok mutlu oldum. Pes etmeme rağmen One More ürünlerinin güvenilirliğine inanarak kendime bir şans daha vermek istedim.

Ben 87 kilo ile başladım ürünüme ve açıkçası kısa sürede fazla bir fark olabileceğini hayal dahi etmemiştim. İçerisinde bir kitapçık vardı ve bu tavsiye edilen beslenme listesi idi. Bu arada bu bir diyet listesi değildi kesinlikle. Görünce gerçekten şoke oldum. İlk defa diyet yapmadan kilo verecek olmam beni daha çok heyecanlandırdı. Çünkü menü çok ilginçti ki mesela; sabah kahvaltısı için tereyağında omlet vardı (!).

Bu kadar olamaz dedim muhteşem bir enerji ile bandı koluma yapıştırdım. Sonrası mı? Ben 1,5 ay gibi bir sürede 78 kiloya geriledim □ Benim için harika bir şeydi bu. Yemek yiyerek, kendimi üzmeden ve strese girmeden zayıflamak... Henüz hedefime ulaşamadım ama devam etmeye kararlıyım çünkü yaptığım tek

şey bandı takmak ve önerileri dikkate almak. Bu kısa sürede yaşadığım sevincimi paylaşmak istedim sizlerle. Umarım benim gibi diyet mağduru olan insanlara bir ümit olur. Sizi seviyorum ONE MORE AİLESİ....

slimstyle™
OneMore



NAZAN GÜNER

One More B12 Plus Deneyim



Doktorum banta devam edelim yine takip edelim dedi. Benden katalogları istedi.

Ben Nazan Güner. 42 yaşındayım. 3 çocuk annesiyim. Özel sektörden emekliyim. Şuan One More'da çalışıyorum.

Uzun yıllardır B12 eksikliği çekiyordum. Yıllardır ara ara iğneler kullandım. Son bir yıldır bağırsığımdaki emilim bozukluğu artınca, sürekli B12 iğneleri vurulmaya ve folik asit ilacı içmeye başladım. Bende aşırı halsizlik, yorgunluk ve anemi boyutunda demir eksikliği vardı. Aşırı unutkanlıktan okuduğum yazıyı bile anında unutuyordum. Kitap okumayı çok severim. Kitap okuyamaz hale gelmişim. Şu kitabı okudum diyemiyordum bile.

İğnelerle bir türlü ayar tutmayan B12 değerlerim, One More B12 Plus bantlarını kullanmaya başlayınca dengeye gelmeye başladı. İğne vuru-

lunca B12 seviyem 2000 e çıkıyordu. 1 ay bıraktınca direkt 300 lere iniyordu.

Yaklaşık 2 aydır One More B12 Plus kullanıyorum. 2 gün evvel tahlilimi yaptırdım. Sevindiğim ve beklediğim sonucu aldım. B12 değeri 500 e yanaşmıştı. Folik asitimde normal değere gelmişti.

Endokrinoloji doktoruma dedim ki, ben ilaç iğne kullanmak istemiyorum, bant kullanacağım. Şaşırdı, fakat kabul etti. Bantı beraber takip edip değerlendirelim dedi. İnanılır gibi değil ama her ay aldığım demir serumuna da gerek kalmadığını söyledi doktorum. Demirimde çok düştüğünden dolayı endoskopi ve kolonoskopi yaptırmam gerekiyordu. Şim-

dilik onada gerek yok dedi. Bu muhteşem birşey oldu benim için. Doktorum banta devam edelim yine takip edelim dedi. Benden katalogları istedi. Bantı incelemek istediğini söyledi.

Benim için bu güzel sonuçlar gerçekten mutluluk verici. Aynı zamanda iğne vurulmaktan bıkmışlık gelmişti. Aldığım kimyasallarda cabası. Yavaş yavaş hafızamda netleşmeye başladı.

One More'a bize bu konforu sağladığı için teşekkür ediyorum. Gayet net bir şekilde insanlara tavsiye ediyorum. Küçük bir bantla bir çok vitamini alacaksınız ve hayat kaliteniz artacak.

YENİ ÜRÜN MELATONİN

ÇOK YAKINDA! ONE MORE'da



Merhaba,
Ben, Gülsemin Ay. 27.08.1987 Samsun doğumluyum. İlköğretim ve lise hayatımı Samsun'da tamamladım. Üniversite hayatımı Tekirdağ da geçirdim. İlk olarak İ.İ.B.F Yönetici asistanlığı okudum daha sonra da İktisat Fakültesi'ni okuyarak tahsilimi tamamladım.

2010 yılında evlenmemin ardından bir prens dünyaya gelmesi ve rahatsız olması sebebiyle çalışma şartlarımı oldukça zorlaştırdı. Bir süre ticaretle meşgul olan babama destek olmak için çalıştım ama aslında gördüm ki klasik ticaretin gelir gider dengesizliği, ne iş yaparsanız yapın emeğinizin karşılığını alacağınız bir zeminin olmaması kafamda farklı şeyler oluşturmaya başladı. Gecen zaman sancılarım arttı zorlaşan hayat şartları kafamdaki sorulara cevap aramaya yöneltti beni. 2013 yılına kadar arayışım devam etti.

Derken günlerden bir gün aralık ayı eşim eve geldiğinde işitemediğini söyledi. Ağır şartlar ve yoğun stres sebebiyle vücut kulaktan tepki vermişti doğal olarak. Artık kafamdaki arayış yön değiştirdi. Kafamdakileri kenara bıraktım ve eşimin uzun süren bir tedavi serüveni başlamış oldu. Zor da olsa bir yıl kadar devam eden tedavi biraz yanıt vermişti. Daha da düzeleceğini beklerken tam 1 yıl sonra sağlam olan diğer kulağına da kaybettim. Doktorlar artık sebebini araştırmaya yöneldiler. Uzun bir çaba ve araştırma sonucu Behçet teşhisi konuldu. Doktorlar da şaşkındı. Çünkü behçete bağlı ışıtmeye kaybı daha önce görülen bir vak'a değilmiş. Dünyada 3 ya da 5 kişiye görüldüğü söylendi. Kabul ettik ve 8 ay gibi uzun bir surede yoğun kortizon ilaç tedavisi, hiperbarik oksijen tedavisi aldık derken sonuç olumsuz oldu.

“Duyma ihtimaliniz bile yok. Bununla yaşamaya alışın. İçtiğiniz ilaçlar duymanız için değil hastalığın ilerlemesini durdurmak için.” dendi. Tüm yan etkilere maruz kaldık. Doktora ne sorsak yan etki cevabını aldık. Benim kafamdaki arayışlar yeniden başladı. Ne yapabilirim derken satış odaklı bir network girdi hayatıma bir dönem bununla devam ettim. Ama anladım ki aradığım bu değildi. Şartlar artık daha ağırdı. Eşimin kullandığı yoğun kortizonlar 2 ay gibi bir sürede eşimde kemik erimesi başlattı ve ayağı kırıldı. İş başa düştü dedik ve artık iş başvurusu yaptığım görüşmeler de beklentimi karşılamayınca kafamda yeniden bir arayış başladı. UMUDUMU HİÇ YİTİRMEDİM. İNANCIMI HİÇ KAYBETMEDİM.

ASLA PES ETMEYİN!

Bir gün DERYA BÜKLÜ'nün evinde ilk kez tanıştığımızda böyle bir ürünün varlığından bahsedildi. Aradaki güven bağı oluşması sebebiyle denedim ve 15 dk içinde sonuç aldım. O gün hayatımın dönüm noktası oldu. O bant sadece belime vücuduma değil sanki ruhuma ilaç gibi geldi. Eskiden eser kalmayan o neşeli halime dönüverdim bir anda.

Sonra dedim ki kendi kendime **“HAYATININ ALT ÜST OLMA-SINDAN KORKMA BELKİ HAYATININ ALTI ÜSTÜNDEN DAHA İYİDİR. İMTİHANI BİLE İKRAM OLAN RABBİME HAMDETTİM VE DÜŞÜNDÜM.”**

Dibe vuran insanın yukarı çıkmaktan başka çaresi yoktur. Bir iktisatçı olarak krizi fırsata çevirmenin bir yolunu bulmalıydım ve böyle bir ürünle insanların hayatına dokunmak müthiş bir fikirdi. Bir paket bandı ödünç aldığım gibi evin yolunu tuttum ve ilk heyecanımı eşimle paylaştım ve ilk “hayır” cevabımı aldım.

Sorun değil dedim çünkü kafama koymuştum. Artık bir şeyler yapmalıydım ve ONEMORE İNTERNATİONAL firması ve ürünü hakkında incelemelere başladım. Ürünü eşim kullanmadı hatta üzerine kızdı dalga geçti ve doktorların yapmadığını bu kâğıt parçası mı yapacak dedi. İki ay sonra günlük 21 kortizon ilaç kullanımına bağlı kemik erimesi sebebi ile ayağı kırıldı eşimin. Doktorlara kızdı ilaçlarını bıraktı. Artık “deneyelim getir, onu da denemedim demeyelim” diyerek bandı kullandı.

İlk bandı yapıştırdık olduğu yerde uyuyan eşim hareketlenmeye başladı. Doktor



Gülsemin Ay

One More
Kurucu
Üyesi

kontrolüne gittiğinde %1 açılma vardı. Doktor “makinedendir, hata vardır. İmkânı yok. İlaçlara devam” dedi. İki ay sonra %4 açılma çıktı ve konuşmayı ayırıştırma oranı %40'lardan %68'lere yükselmiş. Doktor şaşkın vaziyete “tıpta açıklayabileceğim bir durum değil nasıl oldu anlamış değilim ne kullanıyorsan devam “dedi.

Kafamdakiler daha netleşmeye başladı arayışlarım sonuç vermeye başladı artık ilk hedefim eşimin kullanacağı ürünü bedavaya getirmektir ve artık gemileri yakma zamanım gelmişti. Eşim 1 tl bile vermem ne halin varsa gör dedikten sonra ben limanları yakmaya karar verdim.

ONE MORE İLE YOLCULUĞUM BAŞLAMIŞ OLDU.

Karakterim gereği ya en iyisini yapmalıydım ya da hiç başlamamalı. Şimdi en iyi olmaya adayım. Sadece eşimin kullanacağı ürünü bedavaya getirme cabam daha ilk aydan eşimin maaşına denk bir rakamın dolar karşılığını getirince gözlerimde \$\$\$\$ işareti görmeye başladım. Artık hedefim netti GÜLSEMİN AY ismini dünya duyana kadar beni kimse durduramazdı. Ve ilk seminerde hedefimi haykırdım “bu isime dikkat edin. Bu isim ONEMORE İNTERNATİONAL ile yan yana anılacak ve tüm dünyada duyulacak bir isim dedim”. Şimdi ilk hedefime ulaşmış olmanın mutluluğu içindeyim. Dünyaya meydan okuyan bir ürün ve tüm network firmaları içindeki en iddialı kazanca sahip cirodan %86 dağıtan bir firmayla çalışmanın hazzı içindeyim.

Bu yolculuk bana çok şey kattı. Adeta ruhuma yaptığım bir keşifti. Kendimi bulduğum tam istediğim gibi bir iş. Saat kurma zorunluluğu yok. Kendine çalış maaşını sen belirle. Dünyanın her yerine ulaşma yeni insanlar tanıma ve en çok sevdiğim şey insanlara yardım etme hayatlarına dokunma ve para kazanmalarına vesile olma.

Şimdi geriye dönüp baktığımda hep iyi ki diyorum. İlk başladığımda toplantıya gidecek param bile yokken şimdi Avrupa'ya gitmek için hazırlanıyorum. 5 yıl boyunca ayağımı yorganına göre uzatan ben şimdi Hollanda, Almanya, Fransa, Belçika ve İngiltere seyahatim için gün sayıyorum. Fark net sanırım.

Bu işe girmeme vesile olan DERYA BÜKLÜ; inancı karakteri ve yoluma tuttuğu ışıkla birçok alanda örnek alacağım bir sponsor.

MUSTAFA ERDİL; bu muhteşem fikrin sahibi, ayaklı kütüphane, bilgi yuvası, sevgi abidesi koca yürekli bir dağ, uyuyan gönüllere ışık olacak tılsım salacak rahatlıktan çıkarıp kendine getirecek bir yüreğe sahip samimiyet insanı,

SEVCİHAN SAYGILI ERDİL; kayıtsız şartsız seven, yüreği güzel tecrübesiyle ışık tutan ve her daim yanımızda olduğunu hissettiren ve bu işin en büyük yükünü sırtlanan hayata pozitif bakmayı herşeye olumlu yaklaşmayı hayatına aksettiren dimdik bir türk kadını.

ALPER VOLKAN KARPUZ ve MELİH REYHANOĞLU koca yürekli kardeşlerim. Anlatılacak çok şey varken sizi ifade edecek tek cümlem “iyi ki hayatıma girdiniz, iyi ki yüreğinizi açtınız... hep iyikilerim arasında kalacaksınız...

vesile olduğunuz her şey için size minnettarım

Şimdi diyeceğim o ki dostlar... Network özgürlük sunar. Basit hamlelerle büyük kazançlar getirir. Sıradan yaptıklarınızla sıra dışı paralar kazandırır.

Ayrıca; HER KRİZ BİR FIRSATTIR. Tabi ki değerlendirmeyi bilenler için. Bu süreçte öğrendiğim en güzel şey inancımı asla yitirmeyen insanlar ve pozitif düşünenler her zaman kazananlar arasında yerini alır. Aslında şans fırsatlara karşı hazır bulunmaktır başınıza gelenlere dövmek yerine onları size hizmet edecek hale getirmek tamamen bakış açınızı değiştirmekle mümkündür unutmayın; hayatınızdaki herkesin size inanması için gereken ilk adım sizin kendinize inanmanızdır.

ASLA PES ETMEYİN... Hayat her zaman mükemmel değildir ve sorun çıkma olasılığı hep vardır ama her sorun farklı ve yeni bir hayatın başlangıcıdır. Eğer yeteri kadar nedeniniz varsa her şeyi yapabilirsiniz. Ve gördüm ki ya paranız olur ya bahanelerinizi ikisi bir arada asla... Büyük başarılar ağır bedeller ile gelir. Bedelini ödemediğiniz her şey üzerinizde emanet gibi görünür. HAYALLERİNİZİ ERTELEMEYİN... onlar sizi hayatta ve ayakta tutan nedenlerinizdir. İnanışınız şeyin peşinden gidin ve ASLA VAZGEÇMEYİN...

NETWORK DOĞRU YAPILDIĞINDA HAYATIMIZA ANLAM KATAR.

Değerli One More ailem ve dostlarım

İsmim Emine Önver. 32 yaşında evli bir çocuk annesiyim ,Öncelikle bu ailenin içinde olmaktan büyük mutluluk duyduğumu ifade etmek istiyorum ,Bundan 20 yıl önce ülkemizde yaşanan ciddi krizde memleketi bırakıp Bursa'ya taşınmak zorunda kalmıştık yaşanan krizde etkisiyle aileye destek olmak için küçük yaşta iş hayatına atılmak zorunda kalmıştım. Dışarıdaki hayat ve iş hayatındaki acımasızlığı erken yaşta yaşamak zorunda kaldım.

Evet çok acımasızdı, buna rağmen hayat devam ediyordu. Çeşitli iş tecrübelerimden sonra şunu anladım ki çalışma ve iş sektörü bizlerin bir portakal hesabı suyunu sıkıyor posanız kaldığında güle güle diyor.

Yani sağlık ciddi anlamda zarar görüyor ,verilen emek fazlasıyla karşılığında alınan belli hele bide sağlık ta elden gidiyorsa tamam, yani aslında vahim bir durumdu bu

Hiç bir patron hiçbir işveren çalışanına Allah razı olsun senden emeklerin için demiyordu. Yani Ayşe giderse Fatma gelir hesabı.

Bu döngü böyle sürüp gidiyordu Çeşitli Network deneyimlerim olmuştu çünkü normal çalışma hayatı beni tatmin etmiyordu.

**Bunun bir yolu olmalıydı
O fırsat elbet bir gün benim kapımı çalacaktı!**

Bekliyordum
Ve en son çalışma hayatındaki zorluklar ciddi sağlık sorunu yaşamama sebep olmuştu

Bunun benim için bir fırsat olacağını düşünmemiştim

Sağlık sorunum son haddine geldiğinde doktorun felç olabil-irsin biran evvel ameliyat olman gerekiyor demesi beni epey üzmüştü.

Taa ki sayın Fedai Ozan'ın One More Painless Night GLU kullanmam için ısrarla beni aramasından sonra geçtiğimiz tüm yıl boyunca doktor ve hastanede zamanımı geçirmişken 2015 aralık ayından buyana One More ile tanıştıktan sonra sağlığım yönünde bu kadar etkili olacağını hiç

*One More
Journal*



Emine Önver

One More
Kurucu
Üyesi

düşünmemiştim.
Evet şu an ciddi anlamda hayatımda fark yarattı One More...

Bir yıl önce çok değerli One More International kurucumuz CEO'muz Sayın Mustafa Erdil abim diyorum çünkü bir abi bir baba sıcaklığıyla bu işi yapıyor ve çok değerli Sevcihan saygılı Erdil ablam bazen sırdaş bazen abla bazen dost... O kadar değerliler ki...

İyi ki hayatımdalar, iyi ki onları tanıdım.

Network camiasında normalde bu samimiyet yoktur.

Akıllı insan network yapmalı tabi doğru olanı. Zamanının her anını kendin yönetiyor olması kadar güzel bir şey yok. Kimsenin emri altında olmadan, zamanını başkalarına satmadan...

Mükemmel bir sistem aslında doğru yapıldığında. Sadece önyargılar ortadan kalkmalı. Doğru şirket doğru ürün doğru ekip doğru zaman...

Hepsi bir araya geldiğinde olacaklara siz bile inanamıyorsunuz...

**One More
ile her şey
mümkün...**

Aslında network doğru yapıldığında hayatımıza anlam katar. Değer katar...

One More'daki bu hızlı büyüme aile samimiyeti, içtenlik, ve doğallık olmasının bir farkıdır. En önemlisi insanlara bu denli mucize gibi sonuçlar veren ürünümüzün gücü tabiki doğadan gelmektedir. Bu da bize Allah'ın bir lütfudur. Bizleri bu yolda durmaksızın heyecanlandıran, coşturan, daha çok insana ulaşma çabası içinde olduran, aldığımız sayısız dualardır.

*Hiçbir işte bu haz bu duygu bu mutluluk yoktur.
One More, bizlerin sağlığına dokunurken, üstüne birde dua ve para kazandırıyor. Evet sağlık varsa hayatın anlamı var. Eğer sağlık yoksa hiçbir şeyin anlamı da yoktur.*

Hedefimiz ilk 5 yılda tüm dünyada One More'u bütün insanlara duyurmak.

Öyle gözüküyor ki, bu 5 yıla kalmadan olacak; olmalı...

HERKES BİRGÜN ONE MORE'LU OLACAKKK...!

Her zaman dediğimiz gibi önce bunu bize nasip eden Yüce Rabbime şükürler olsun.

Ve bunu bizlerle buluşturan Mustafa Erdil Sevcihan Saygılı Erdil... Yüreklere büyük insanlar. Biliyorum ki onların yüreklerinde herkese yetecek kadar yer var. Tabi asıl en önemli kişileri unutmayalım. Bizim gece gündüz kahrımızı çeken, o iki değerli insan; Alper Volkan Karpuz ve Melih Reyhanoğlu... Onlar işin özü. Olmazsa olmazımız, çok değerli operasyon müdür ve yardımcımız iyi varsınız
ONE MORE sizlerle güzel. :))))))

Bizimle birlikte bu yolda yürüyen tüm arkadaşlara başarılar diliyor sevgilerimi sunuyorum

UNUTMA
HERŞEY SENİNLE BAŞLAR...)))

ACI KAYBIMIZ



Değerli çalışma arkadaşlarımız,

Operasyon Müdür Yardımcımız, hepimizin kardeşi, Melih Reyhanoğlu'nun babası, Sayın İbrahim Reyhanoğlu'nu, kaybetmiş bulunuyoruz. One More International ailesi olarak, üzüntümüzün çok derin olduğunu bildirmek isteriz. Bulunduğu her yerde örnek bir insan olarak gösterilen Sayın Reyhanoğlu'na Allah'tan rahmet, hepimize de sabırlar dileriz.

One More International
Üst Yönetimi



BİR İHTİMAL/ YOL DAHA VAR!

Hepimizin hayatı inişler ve çıkışlarla doludur. Nerede ve kim olursanız olun başınıza hayatınızın bir anında öyle ya da böyle istenmedik bir olay illaki gelmiştir.

Aşına bakarsanız bu yaşamın kuralı gibidir.

İnsan vücudunda yaşamın kaynağı nedir? Kalp. Kalbi atıyorsa yaşıyor deriz değil mi? Peki kalp ritmi nasıldır? bir iner bir çıkar ve biz buna "ohhh çok şükür yaşıyor" deriz.

İnişler çıkışlar hayatımızda hep olacak. Siz hiç "hayatım boyunca başıma olumsuz bir şey gelmedi diyen birini tanıdınız mı? Benim hayatım güllük gülistanlık, 7-24 mutluyum neşeliyim" diyen birini duydunuz mu? Bu mümkün değil.

Ama biz çoğunlukla inişlerde takılıp kalıyoruz ve biz takıldıkça o da bizimle takılıyor

Peki niye böyle? Çünkü olumsuz odaklanmak olumluya odaklanmaktan daha kolaydır. Düşünün birisi size kötü davranırsa bunu günlerce unutamazsınız, aklınıza takılır, aynı sahne, aynı olumsuz düşünceler kafanızda döner durur ama güzel bir günbatımını o kadar uzun süre hatırlamazsınız. Olumsuz odaklanmak bize bir şey kazandırmadığı gibi olduğundan daha uzun süre olumsuzluk içinde kalmamıza neden olur.

Her zaman içinde bulunduğumuz durumları kontrol edemeyiz, kontrol edemediğimiz şeyler için kendimizi sorumlu tutmamız, kendimizi kötü hissettirmekten başka bir işe yaramaz.

Ancak bakış açımızı değiştirip "bu olay bana ne anlatıyor" a odaklandığımızda, yaşanan kötü şeyler için kendimizi ya da bir başkasını suçlayamayız artık.

Olumsuz duygulara kapılmamızın nedenlerinden birisi de insanları memnun etmeye çalışmak ve bir türlü başaramamaktır. Nasrettin Hoca'nın en sevilen fıkrası konusudur Nasrettin Hoca bir gün eşeğine binmiş gidiyor oğlu da yanında yürüyormuş. Yolda onları bu halde görenler demişler ki: Şuna bak koskoca adam eşeğe binmiş el kadar çocuğu yürütüyor.

Hoca bunları haklı bulmuş ve oğlunu eşeğe bindirip kendisi yürümeye başlamış. Bir süre sonra başka birlerinin;

Sadece bir yaşamımız var ve bunu en güzel şekilde değerlendirmek yalnızca bizim elimizde.



Harun
Gökçekaya

"Hale bak" dediğini duymuş

"çocuk eşeğe binmiş yaşlı başlı babasını yürütüyor şimdiki gençlerde hiç saygı kalmadı demişler."

Hoca onlara da hak vermiş. Bu sefer ikisi birden eşeğe binmişler. Ama elin ağzı torba değil ki büzesin. Bu sefer de: "İki kişi zavallı hayvanın canını çıkarıyorlar! Dediklerini duymuşlar. Hoca ve oğlu eşekten inmişler ikisi de yürüyerek devam ederken onları görenler bu sefer de:

"ne enayi insanlar var eşek boş bunların ikisi de yürüyor" diyerek gülmeye başlamışlar.

Dünyadaki kişi sayısınca farklı görüş vardır hangi birini memnun edeceğiz?

Zayıfsanız "aaaaa ne kadar zayıfsın yazınık" diyenler çıkacak...
Bekarsan düşün ne zaman?
Evliysen Çocuk ne zaman?



*mutluysan dünya yansa bi kalbur samanı yanmaz olursun
mutsuzsan suratından düşen bin parça*

halin vaktin yerindeyse kimbilir kimlerin hakkını yemiştir fakirse o da çalışsın kazansın'dır

yani her zaman söylenecek bir söz vardır. O sebeple yapılacak en doğru iş kendi öz-varlığımızı bilip kabul edip kucaklamaktır. Kimseyle de çatışmadan "evet seni anlıyorum bu senin düşüncen ama ben öyle düşünmüyorum" diyebilmeliyiz.

Aksi takdirde her söylenen eleştiriyle kendimizi sorgulamaya kalkışırsak ancak kendimizi yıpratmış olur ve olduğumuz yerde sayarız.

Bu hayat, bu yaşam bize bahşedilmiş en güzel hediye, başkalarının duygu düşünce ve söylemleriyle harcanmayacak kadar da değerli bence.

Sadece bir yaşamımız var ve bunu en güzel şekilde değerlendirmek yalnızca bizim elimizde. Şunu unutmayın biz izin vermediğimiz sürece kimse bizi üzemez. Biz izin vermediğimiz sürece kimse bizim yaşantımıza müdahale edemez. Kendi yaşamımıza bakıp kendi mucizemizi yaşamak bizim elimizde. Önceliğimiz bu olmalı. Ben ne istiyorum? Nasıl mutlu olurum? Nasıl daha iyi olabilirim?

Eğer odaklandığımız şey başkalarının ne dediği değil de bizim ne istediğimiz nasıl mutlu olduğumuz olursa inanın bunun için bir yol bulacağız.

OneMore Journal



TAM BİR AİLE ORTAMI

Merhaba ben Duha Sertkaya.1980 Samsun/Bafra doğumluyum.İlk ve ortaöğrenimimi Bafrada tamamladıktan sonra Ankara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesini kazandım ve 2004 senesinde mezun oldum.Son 10 senedir Bursada ikamet etmekte olup özel bir hastanede Diş Hekimliği yapmaktayım. Evli ve 2 erkek çocuk babasıyım.

Benim One More ile tanışmam bundan yaklaşık 2,5 yıl önce şirketin kurucusu ve ceo su Sn.Mustafa Erdil'in Bursa'da bir restoranıta yaptığı iş sunumuna katılamamla oldu.2 saat olarak planlanan görüşme benim bitmeyen sorularım sayesinde yaklaşık 4 saat sürdü.Bu süreyi uzatan sadece benim sorularım değil aynı zamanda Sn. Mustafa Erdil'in verdiği son derece detaylı,açıklayıcı,güven verici cevaplarıydı.Sunuma gelen diğer arkadaşlar kazanç planının detaylarını irdelerken benim merak ettiğim şeyler çok farklıydı. Evet ortada mükemmel bir kazanç planı vardı fakat bu kazanç planının hayata geçirilebilmesi için en az plan kadar mükemmel bir alt yapı,organizasyon ve yönetim kadrosu gerekiyordu.

Kafamdaki bu sorulara öyle tatmin edici cevaplar aldım ki 4 saatin sonunda masadan kalkarken şirketle alakalı hiçbir tereddütüm kalmamıştı.

Sohbet boyunca karşımda heyecanı ve kararlılığı gözlerimden okunan,10 sene sonrasının planını dahi şimdiden yapmış ve bu planları daha 1 saat önce tanıştığı birisiyle detaylı bir şekilde paylaşabilen sıradışı bir adam vardı.Bu durum beni oldukça etkilemişti.Artık geriye ürünle ilgili kafamdaki soruları ortadan kaldırmak kalmıştı.

One More International firmasıyla ilgili en dikkat çekici şeylerden biri network marketing sektörüne birçok firma gibi onlarca,yüzlerce ürünle değil tek bir ürünle One More Painless Night GLU ile girmiş olmasıydı.Bu durum firmanın ürününe olan inancını çok net bir şekilde gösteriyordu.İşe bu sağlık bantının içeriğini incelemekle başladım.Bantın bileşenlerinin başında Kırmızı Kore Ginsengi geliyordu. Bu bitkinin bir toprak altı kök bitkisi olduğunu,6-10 sene toprak altında kalarak en şifalı haline ulaştığını,kıymetinden dolayı Güney Kore devletinin tekelinde yetiştirilip hasat edildiğini ve şekil itibarıyla insan vücuduna olan benzerliğinden dolayı diğer bir adının "adam otu" olduğunu öğrendim.Hakkında binlerce bilimsel makale olduğunu,fitoterapi(bitkilerle tedavi) alanında uzman profesörler tarafından "toprakaltı kralı" ve "bitkiler aleminin imparatoru" olarak nitelendirildiğini gördüm.Daha detaya indikçe kırmızı kore ginsenginin yapısında çok özel bir bileşene rastladım."SAPONİNLER" Kırmızı Kore Ginsenginin içeriğinde 32 tür tıbbi saponin bulunuyordu ve bu saponinler vücuda girdiği andan itibaren ihtiyacı tespit edip

ona göre davranıyorlardı.En büyük etkileri dengeleyici etkisiydi.Tansiyonu,şekeri hatta kişinin psikolojik ruh halini dahi dengeleyici etki gösteriyorlardı.Agresif ve stresli iseniz sakinleştirici,bitkin ve yorgun iseniz enerji verici yönü ortaya çıkıyordu. Dünya Sağlık Örgütü(WHO) de Kırmızı Kore Ginsengini "fizyolojik ve psikolojik adaptöjen" olarak tanımlamıştı.Ayrıca yaptığım araştırmalarda bağışıklık sistemini güçlendirdiğini ve hücre yenilenmesinde önemli rolü olduğunu gördüm.Bütün bu bilgiler ışığında şu sonuca ulaştım ki Kırmızı Kore Ginsengi "Yaradanın bir mucizesi"...

Araştırmalarımın devamında sağlık bantının diğer bileşenleri hakkında da çok pozitif bilgiler edindim.Örneğin Glukozaminin bilimsel araştırmalarla sabit olmak üzere doğadaki en kuvvetli eklem koruyucu ve onarıcı madde olduğunu öğrendim.Yine Gümüş İyonunun doğadaki 650 den fazla mikroorganizma üzerinde etkili olan doğal bir antimikrobiyal madde olduğunu,yara iyileşmesinde çok etkin bir role sahip olduğunu ve özellikle beyin sağlığı için olmazsa olmaz olduğunu gördüm. Ve bu içeriğin cilt yoluyla TTS(Transdermal Dalga Teknolojisi) kullanılarak vücuda verilmesi müthiş bir fikirdi.Çünkü bu teknoloji sayesinde cilt bantın içeriğindeki bileşenleri yavaş yavaş vücuda ihtiyacı kadar alıyor,bu sayede yan etki görülme olasılığı minimuma iniyor ve içerik sindirim sistemine karışmadığından herhangi bir kayba uğramadan en hızlı şekilde etki gösterebiliyordu.



Dt. Duha SERTKAYA

BİRKAÇ GÜN İÇİNDE ÇOK NET BİR RAHATLAMA

Yaptığım bütün bu araştırmalar neticesinde teorik anlamda kafamda hiçbir soru işareti kalmamıştı.Ama bir hekim olarak bu ürünü insanlara tavsiye edebilmem için pratikte de ürünün çalıştığından emin olmalıydım. Destekleyici tıpa ve doğru kullanıldığı takdirde bitkilerin gücüne inanan bir hekim olarak ürünü ilk kendim denemek istedim.Dişhekimlerinin çoğunda olan bel-boyun problemlerinden ben de muzdariptim ve bu rahatsızlıklara yönelik problemler bölgele bant uygulaması yaptım.

Bantı kullanmaya başladıktan itibaren birkaç gün içinde çok net bir rahatlama hissettim.Ama yıllardır çektiğim bu sıkıntıdan tamamen kurtulmak için uzun vadeli kullanmam gerektiğini biliyordum.Nitekim 3-4 aylık bir kullanım sonucunda bel-boyun problemlerim sona erdi. Bu süreçte annemin diz ağrısından çok hızlı sonuç aldık. Kayınvalidemin topuk diken problemi çözüldü.

ÜRÜNDE MEMNUN OLAN KULLANICILAR ORAN %96 SEVİYESİNDEDİR



“herşeye iyi gelen”

Tabi söz konusu network marketing yani tavsiye sistemi olduğundan üründen memnun olan kullanıcılar (ki bu oran %96 seviyesindedir) etraflarına tavsiye ettikçe Türkiye’nin dört bir yanından hatta Avrupadan mucizevi denilebilecek sonuçlar gelmeye başladı. Her geçen gün farklı farklı hastalıklarla alakalı paylaşımlar yapılyordu. Bir yandan bu sonuçları takip etmeye çalışırken bir yandan da araştırmalarımaya devam ettim. Bir ürün nasıl bu kadar farklı hastalığa çare olabiliyor diye düşünürken Kırmızı Kore Ginsengi- nin biyolojik tür adının “Panax Ginseng” olduğunu öğrendim.”Panax” eski yunancada “herşeye iyi gelen” anlamına geliyordu. Yani bitkinin tür adı dahi ne olduğunu açıkça gösteriyordu.

Bu sürecin sonunda şöyle bir kaniya vardım. Mevcut hayat şartlarının yarattığı stres, bol miktarda radyasyona ve kimyasala maruz kalma ve özellikle GDO’lu ürünlerin ve ithal kısır tohumların yaygınlaşmasından kaynaklı besin değeri oldukça düşük ve rafine gıdaları tüketmemiz sonucunda herkesin vücudunda oluşan hasara göre farklılık gösteren hastalıklar ortaya çıkmaktaydı.

One More Painless Night GLU kuvvetli içeriği sayesinde TTS teknolojisi ile vücuda girdiği andan itibaren yukarıda saydığım olumsuz durumlardan dolayı vücutta

eksilmiş olan depoları tamamlayıp aynı zamanda bağışıklık sistemini de güçlendirerek vücudun kendi kendine hastalıklarla mücadele etmesini sağlıyor ve müthiş bir takviyeyle güçlenmiş olan bünye hastalıklara karşı galip geliyordu. Sağlıklı kişiler kullandığında ise ciddi bir koruyucu görevi görüyor ve vücut direnci artan kullanıcılar kolay kolay hasta olmuyorlardı. Oratay çıkan bunca veriden sonra ürün artık benim gözümde kendini kanıtlamıştı. Bu kaniya vardıktan sonra bu ürünü mümkün olduğunca çok sayıda insana ulaştırabilmek ve insanları faydalandırabilmek amacıyla aktif bir şekilde tavsiye etmeye ve kullandırmaya başladım. Devam eden süreçte One More International 2. ürünü olan “Slim Style” zayıflama bandını çıkardı. 7 ayrı bitkiden oluşan, hiçbir kimyasal içermeyen, iştah

kesici, metabolizma hızlandırıcı ve yağ yakıcı etkilerin birarada toplandığı, sağlıklı zayıflamak isteyenler için mükemmel bir destek niteliğindeki bu üründen de çok güzel geri dönüşler aldım. Son olarak kasım ayında firmanın 3. ürünü olan “B12 Plus” vitamin kompleksi ürünler arasına dahil oldu. Eksiklikleri halinde çok büyük sıkıntılara yol açan ve mutlaka dışarıdan takviye edilmesi gereken 6 adet vitaminden oluşan bu banttan da çok kısa sürede gayet güzel sonuçlar almaya başladık. Aldığımız bu sonuçların bize en güzel geri dönüşü insanların hayır dualarıydı. Çünkü modern tıbbın ve sentetik ilaçların çare olamadığı birebir şahit olduğum birçok vakada One More sağlık bantları insanların dertlerine çare oldu ve ölsem de kurtulsam noktasına gelmiş hastaların dahi hayata tekrar bağlanmasını sağladı.

Geçen bu zaman zarfında birkaç yıldır takip etmeye çalıştığım network marketing sektörü hakkında da çok daha detaylı bilgi sahibi olma fırsatı buldum. One More International’ın düzenlediği kamplara, eğitimlere ve seminerlere mümkün olduğunca katılmaya çalıştım. Buralarda ülkemizin en önde gelen kişisel gelişim uzmanlarından ve alanlarında çok önemli yerlere gelmiş eğitimlerden eğitimler aldım. Bu kamplara Türkiye’nin hatta avrupanın birçok yerinden katılan arkadaşlarla çok güzel dostluklar kuruldu ve tam bir aile ortamı oluştu.

Bu ortamın oluşmasında; 16-17 yılını bu sektöre vermiş, bu alanda üst düzey bilgi ve deneyime sahip, çok büyük organizasyonlara liderlik edip Avrupa çapında başarılarla imza atmış olan One More International kurucuları Sn. Mustafa Erdil ve Sn. Sevcihan Saygılı Erdil’in çok büyük payı olduğunu gördüm. Şirketin kurucuları da olsalar tavırları kesinlikle bir patron gibi değil tam tersi gayet sıcak, samimi ve yol gösterici bir lider gibiydi. Tam bir networker mantığıyla hareket ediyorlardı. Bu mantıkla hareket ettikleri ortaya koydukları kazanç planından da belliydi. Tamamen insanların birbirleriyle yardımlaşması esasına dayanan, cirosunun %86 sını bayilerine dağıtan ve insanlara en hızlı nasıl kazandırırız düşüncesiyle hazırlanmış, eşi benzeri olmayan bir kazanç planı ortaya konmuştu.

Beni etkileyen bir diğer nokta ise şirketin ilke ve prensiplerinden hiçbir şekilde ödün vermemesi oldu. Şirket kurucuları bu sektörde çok uzun süredir var oldukları ve daha önceden network dünyasında etik dışı birçok durumla karşılaştıkları için bu konuda oldukça titiz ve duyarlı davranıyorlardı. Her fırsatta One More International’ı kurma amaçlarından birinin de network marketing dünyasında bir “Temiz Hava Sahası” oluşturmak olduğunu vurguluyorlardı. Nitekim şirketin kuruluşundan bu yana yaklaşık 2,5 sene içerisinde maalesef eski alışkanlıklarını terkedemeyen ve etik dışı davranan bazı arkadaşların nasıl zamanla elimine olduklarına birebir şahit oldum.

Yaşadığım bu süreç içerisindeki gözlemlerimi kısaca toparlamam gerekirse; %100 Türk sermayesiyle kurulmuş, şu an itibarıyla 30’un üzerinde ülkede ticaretini devam ettiren, 10000 kişinin üzerinde distribütör ağına sahip, 2. yılı dolmadan Avrupa’da a.ş. seviyesinde şirket kurup Hollanda Rotterdam merkezli ofisini faaliyete geçiren, cirosunun %86’sını bayilerine dağıtarak network marketing dünyasında bir çığır açan, nitelikli ve kaliteli büyümeyi esas alan, eğitime verdiği önemle; şirket ilkelere bağlı, etik değerleri benimsemiş ve vizyon sahibi onlarca lider yetiştiren ve en önemlisi muazzam ürün yelpazesi ile sayısız insanın sağlık problemlerine çare olmuş ve yaşam kalitelerinin yükselmesini sağlamış, her anlamda insanların hayatlarına dokunmayı başarmış ve bunlardan çok daha fazlasını kendine misyon edinmiş bir firmadan bahsediyoruz. “ONE MORE INTERNATIONAL”

Evet sevgili dostlar, şahsen her insanın hayatında bir B planı olması gerektiğini ve şu kısa ömrümüzde karşımıza çıkan fırsatları ıskalamamak gerektiğini düşünen birisi olarak, uzmanların 21. yüzyılın ticaret sistemi olarak tanımladığı, dünyada ve ülkemizde birçok üniversitede ders olarak okutulan, sıfır risk ve minimum sermayeyle sınırsız kazanç fırsatı sağlayan, insanların hayatına dokunabilme imkanı veren ve herkesin çabası ölçüsünde kazandığı dünyanın en adaletli ticaret sistemi olan network marketing sektörünün en ideal B planı olduğunu düşünüyorum. Ve yine şahsi görüşüm bu sektörün tadını çıkartmak isteyenler için tek adres sektörün temiz hava sahası olan “ONE MORE INTERNATIONAL” dır.

Bu vesileyle bizlere böyle harika bir firmada çalışma imkanı veren kurucularımız Sn. Mustafa Erdil ve Sn. Sevcihan Saygılı Erdil’e ve bu yolda bana en büyük desteği veren ve her daim benimle omuz omuza olan sevgili eşim Gülşen Sertkaya’ya şükranlarımı sunuyorum.

Herkese sağlıklı bir ömür diliyorum...

DT. DUHA SERTKAYA



B12 vitamini, vücut fonksiyonlarının düzgün işlemesi için büyük öneme sahiptir. Kan hücrelerinin temel yapısı B12 vitamini sayesinde oluşmaktadır. Vücudu genel bir denge ve rahatlığa erdirir. Vücudun ihtiyacı olan vitamin ve mineralleri sağlayarak, bağışıklık sisteminin güçlendirilmesinde çok ciddi bir destektir.

İçindekiler: 1. Vitamin B12 2. Vitamin B1 3. Vitamin B3 4. Vitamin E 5. Vitamin C 6. Folik Asit

Vitamin B12 B12 vitamininin ana görevi (diğer görevleri yanında) kırmızı kan hücresi üretimi ve merkezi sinir sisteminin korunmasıdır. B12 vitaminini gereğinden fazla almak gibi bir durum söz konusu değildir, çünkü B12 vitamini suda çözünen vitaminler arasındadır ve vücut ihtiyacı olanı aldıktan sonra fazlasını idrar yoluyla sistemden atar. Bu nedenle düzenli olarak alınmalıdır.

Vitamin B1 protein sentezi, beyin ve sinir sistemindeki pek çok hayati fonksiyonun yürütülmesi gibi konularda görev alan önemli bir vitamindir. B1 Vitamininin Yararları, vücudun proteinleri kullanabilmesini, karbohidratlardan enerji üretimini sağlamasıdır. Ayrıca, beyin fonksiyonları ve sindirim sistemi için gereklidir. B1 Vitaminini kan hücrelerinin ve sağlıklı bir dolaşım sistemin oluşumuna yardımcı olur. Kalp ve sindirim sisteminin, kaslarının korunmasında rol alır B1 vitamini eksikliğinde depresyon huzursuzluk, kas güçsüzlüğü, konsantrasyon güçlüğü, bellek zayıflığı, çabuk kızma, ayaklarda karıncalanma, çarpıntı, kabızlık gibi belirtiler görülebilir.

Vitamin B3 B3 vitamini temel olarak kolesterolün düşürülmesine, kan şekeri düzeyinin korunmasına, hücrelerdeki genetik işlevin devamına ve gıdalar yoluyla alınan yağın işlenmesine yardımcı olur. Ayrıca diğer B kompleks vitaminleri gibi vücutta enerji üretimi için gereklidir.

Vitamin E insanda karaciğerin yanı sıra yağlı dokularda, böbrekte, kalpte, kaslarda ve böbrek üstü bezi kabuğunda depolanır. A vitamini, doymamış yağ asitleri ve C vitamini gibi maddelerin oksidasyonunu önleyerek antioksidan özellik gösterir. Yaşlanmaya karşı koruyucudur. Belli başlı virüslerin dokular, deri ve kan damarlarında oluşturduğu dejeneratif etkiyi önler. Yaşlanmayla ortaya çıkan hafıza kayıplarını da önleyici etkisi vardır.

Vitamin C C vitamini; askorbik asit olarak bilinen, suda eriyebilen, insan vücudunda depolanmayan ve fazlası vücuttan ter yada idrar yoluyla atılan bir vitamin türüdür. Özellikle ateşli hastalıklarda ve zehirlenmelerde vücut direncinin artırılmasına yardımcıdır. C vitamini aynı zamanda kolesterol düşürücüdür, enerji verir.

Folik Asit Folik asit vücutta kan yapımı, yeni hücre oluşumu, DNA sentezi gibi önemli biyolojik süreçlerde rol oynar. Folik asitin damar sertliğini azaltarak kalp krizi, bunama ve felç gibi birçok kötü hastalığın oluşmasını da engellediği bilinmektedir. Hamilelikte, hatta hamilelik öncesinde önerilen folik asit takviyesinin ise anne adayının sağlıklı bir gebelik geçirebilmesi ve bebeğin gelişiminde oluşabilecek sorunların önlenmesi için önemli olduğu düşünülmüyor.

One More
Journal

Neden One More B12 Plus?

12 Plus, içeriğindeki zengin B vitaminlerini, enjeksiyon yönteminden sonra en etkili olan Transdermal Teknoloji ile vücuda entegre eder. Böylelikle, hassas bir yapıya sahip olan B vitaminleri, vücuda kayıpsız bir şekilde entegre edilir.



B1 : % 80 pişirmede yok olur (40 °C de başlar)

B6 : % 50 pişirmede yok olur

Folik Acid: % 100 pişirmede yok olur

İnsanların % 98 inde Folik Acid yok kadar az (WHO)

B12 : Vücutta Folik Asit olursa %100 çalışır!

B3 : Eksikse, karbohidratlar trigliseride dönüşür.



OneMore Journal

Yeni Nesil Network
Marketing

KIŞ 2017 SAYI: 04

onemoreinternational.com

facebook.com/onemoreinternational

€ 598,00 € 397,00