

## Hírlevelünk

2018.04. Szám

**Köszöntelek, Patvaros István vagyok, a PÉNZMÁGNES Alapítvány és a CashFlow Mágnes Közösség (CFM) alapítója. Fogadd tőlem szeretettel a rendszerünket érintő elmúlt hetek eseményeit, amivel az a célunk, hogy első kézből kapj tájékoztatást a CashFlow Mágnes életének fontosabb történéseiből. A részleteket szeretettel ajánlom figyelmedbe, kellemes olvasást kívánok a 2018. áprilisi hírlevelünkhöz!**

Baráti üdvözléssel:

**Patvaros István**  
– alapító-



*“Tudod, engem nem a pénz, hanem a tudás hajszolása tesz gazdaggá.*

*Az a vágy hajt, hogy többet tanuljak, többet tegyek, többet teljesítsek, és segítsek azokon, akik tanulni akarnak.”*

*– Robert Kiyosaki*

Először is szeretnénk Nektek a május 1-jei hosszú hétvégére jó majálisozást kívánni!

### **Mit is ünneplünk május elsején?**

Május elsejét, a munka ünnepét 1882 óta ünnepeljük. Ez a nap a szerelem ünnepe is egyúttal, hiszen a legények ekkor állítanak májusfát vagy készítenek májuskosarat azoknak a leányoknak, akinek udvarolnak.



## Közhasznúvá vált a Pénzmágnes Alapítvány

A legfontosabb hírünk a hónapban számotokra, hogy az Alapítvány első kétéves kitartó munkájának eredményeként 2018. április hónapjában a közhasznúvá válást az Egri Törvényszék elfogadta és jóváhagyta. Ez alapján önkénteseinkkel a jövőben még intenzívebben végezhetjük a tizenéves fiatalok számára kurzusainkat, táborainkat és ezáltal még több pályázaton van lehetőségünk elindulni, hogy a lehető legtöbb programot tudjuk a fiatalok számára megvalósítani. Stratégiai szervezeti egységünk, a kuratóriumunk is megújult az év elején. A jövőben Szedik Anikó látja el a kuratórium elnöki tisztségét, míg Császár Zsolt és Patvaros István kuratóriumi tagként segítik az alapítvány munkáját. Jó munkát kívánunk nekik is a következő kétéves ciklusra!

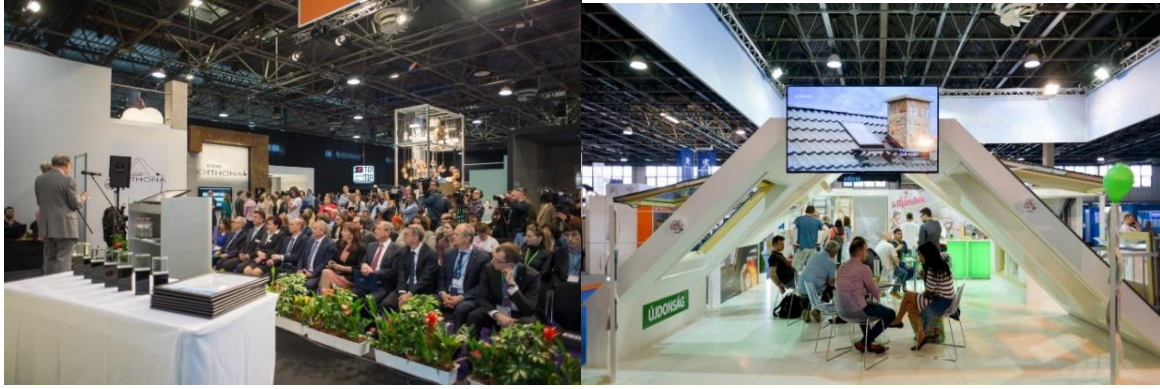


## Idén is kilátogattunk a CONSTRUMA kiállításra, volt miről egyeztetni a szakmai partnerekkel

A magyar építőipar lendülete a kiállításcsokron is érezhető volt: a szakma és a nagyközönség megtöltötte az 5 pavilont és a bruttó 44 ezer négyzetméternyi kiállítói területet. Számos konferenciát és több szakmai versenyt is rendeztek a kiállítás idején, amelyen 18 ország 600 kiállítója vett részt. Az építőipar 2017-ben itthon 30%-kal bővült, dinamikus növekedési pályára állt a hazai lakáspiac is, a forgalom közelít a válság előtti szinthez.

### A Jövő otthona – már ma

A régió legjelentősebb építőipari és otthonteremtési kiállításává nőtt esemény középpontjában idén az új technológiák és megoldások, a megújuló energia, az automatizálás, az ügynevezett „okos otthonok”, valamint a mindennapok dizájnya álltak. Az építkezéshez szükséges alapanyagok, a lakásbelső kialakításához felvonultatott magas színvonalú termékek mellett a megújuló energia hasznosításának megoldásai, a kerttervezés, kertépítés eszközei is jelen voltak a kiállításon. Nagy teret kaptak a költségoptimalizálást segítő, legmodernebb épületautomatizálási rendszerek is, amely kapcsán az általunk vallott tudatos költségstruktúra megvalósítása az ingatlanjaink vonatkozásában elérhető közelségűvé vált végre minden magyar állampolgár számára. Hamarosan beszámolunk a részletekről, hogy milyen piaci trendek mentén tudunk benneteket segíteni ingatlanjaitok tudatos költség kontrollálása és felokosítása kapcsán.



## Szuper tavaszi ételek, amit feltétlen iktass be az étrendedbe!

Számunkra nagyon fontos, hogy az Energikusan Egészségesen kurzus keretében felhívjuk a gyerekek és tinédzserek figyelmét az egészséges táplálkozásra. Szeretnénk, ha Ti is belevágnátok egy életmódváltásba, ha eddig ezt nem tettétek meg. Erre pedig tökéletes időszak a tavasz.

A tavasz különösen **jó időszak az életmódváltásra**, hiszen ilyenkor alapvetően megváltozik az étkezésünk és a fizikai aktivitásunk: a melegebb idő, az egyre hosszabb nappalok mozgásra csábítanak, a megújuló természet pedig bőségesen ellát friss élelmiszerekkel és egyre szívesebben megyünk ki a szabadba, ahol több időt szeretünk már eltölteni.

### Mi ennek az oka?

Egy természetes, ciklikus folyamatról van szó, a hosszú téli hónapok után szervezetünk vitaminraktárai kifogyóban vannak, egyre inkább **megjelennek a hiányállapotok** (vitaminhiány, nyomelemek hiánya, ásványi anyagok hiánya stb.) tünetei. Ezek legenyhébb megnyilvánulása a **tavaszi fáradtság**. Ilyenkor testünk szinte szomjazik a hiányzó tápanyagokra, amiket a természet szerencsére tálcán kínál: a **nyers zöldségek és gyümölcsök** segítségével ráadásul a télen meggyengült immunrendszerünket is felerősíthetjük. A tavaszi életmódváltás könnyen összekapcsolható a szezonális étrenddel, így könnyebben megvalósítható.

**Olcsó és könnyen elérhető és időspóroló tavaszi turmixok a Mi ajánlásunk számodra – egy jó tavaszi, napsütéses reggel kezdetéhez.**

A következőkben egy bevált egészséges és ízletes turmix receptet mutatunk be Nektek, amit tegnap ebéd után ki is próbáltunk a kollégákkal az irodánkban:

### ***Gyümölcs turmix***

#### **1. Hozzávalók:**

- 1 db banán
- 2 db kivi
- 2 db narancs
- 2 db alma
- 1,5 l ásványvíz

#### **2. Elkészítés módja:**

- Banánt karikára vágjuk.
- Kivit, narancsot, megpucoljuk.
- Almát megmossuk.
- Összevágjuk apróra a gyümölcsöket
- Beletesszük a turmixgépbe.
- Hígíthatjuk ásványvízzel.
- Összeturmixoljuk annyira, hogy egy vastag szívószállal könnyedén lehessen inni.
- Kis poharakba tálaljuk.



#### **Előnyei a turmixoknak:**

- Természetes rost, vitaminok, friss gyümölcs, zöldség íze nagyon üdítő és frissítő tud lenni.
- Nyers zöldségek, gyümölcsök megőrzik vitamin tartalmukat.

**Elindult a regisztráció a III. Életmód Táborba**

Nagy örömmel tudatjuk Veletek, hogy idén is a Vulkán Társulással stratégiai együttműködésben megrendezésre kerül, immáron harmadik alkalommal az Életmód Táborunk avagy Kitorés a szürke hétköznapiakból. Már javában zajlik az előregisztráció, a tábor időpontja és helyszíne: Dunaszerdahely, 2018.07.06.-07.08.

**Táborunk fő mottója:** *Okos vagyok, ügyes vagyok, napról, napra jobban vagyok!*

Jelentkezz itt

(<https://salesautopilot.s3.amazonaws.com/newsletter/letter/nl69590/ns125161/subscribe.html>)

a III. Életmód Táborba még ma, hogy megszerezd a Pénzügyi tudás legjavát.

Ha nem annyira foglalkoztat Téged a pénz, mint az élet meghatározó eszköze, de szeretnél eltölteni három izgalmas és programokkal teli napot egy sikerorientált fiatal társaságban vagy csak egyszerűen nincs még programod a nyári szünetre, akkor mindenképpen Gyere el Táborunkba, ahol megtapasztalhatod egy olyan társaság erejét, amely nemcsak tanítani fog téged játékos eszközökkel, de sokuk akár barátaiddá is válnak.

Táborunkba olyan 11 – 18 éves fiatalokat várunk, akiknek szüleik szeretnék, hogy gyermekeik egy biztonságos közegben töltsenek el három napot, ahol felkészülhetnek az előttük álló felnőtt élet kihívásaira.

#### **Tábor témáiból, programjaiból ízelítő:**

- Cash Flow pénzügyi szimulációs játék
- Álmokból célok
- Tábortűz, Disco
- Tudatos, egészséges életmód
- Ügyességi és csapatjátékok
- Sport, mozgás

Várunk Téged, csatlakozz hozzánk!

Ha még további információkra van szükséged akkor látogass el a nyilvános Cash Flow Tábor honlapunkra! Kattints ide (<http://cashflowtabor.hu/>) és már is honlapunkon találod magadat!



**Föld napja 2018 - április 22. (vasárnap)**

Közösségünk is a környezetvédelem elkötelezett híve így fontos eseménynek tartjuk az idei évben is megrendezésre került Föld Napját.

Szavazás döntött az idei Föld napja kiemelt témájáról. Ez lesz világméretben a 48. Föld napja, Magyarországon a 28. Hiába teszünk együtt 28 éve a környezetért, még mindig olyan sok – vagy egyre több? - a teendő, hogy a Nemzetközi Föld Napja Hálózat idén először azt kérte, segítsük eldönteni, melyik legyen a Föld napja kiemelt témája három égető feladat közül.

### **Nyert a műanyagmentes világ!**

Tájékozódj, élj műanyagok nélkül, tégy a túlfogyasztás, az éghajlatváltozás ellen, ha lehet minden héten!

### **És mit tehetsz még?**

Sokat. Zöldítsd környezetet, ültess fát, termelj haszonnövényeket, komposztálj, éheztesd a kukát, szigetelj, közlekedj közösen, ne vásárolj csomagoltat, válts környezetbarát szerekre, félkész, kész helyett egyél friss hazait, egyél kevesebb állatit ez mind ajándék a környezetnek, egészségédnek.

A Föld napja mára a legnagyobb önszerveződő környezeti megmozdulássá vált Magyarországon. **Cselekvő Ünnepe**, amely mindnyájunk jövőjéről szól.



## **CashFlow Mágnes Klubtalálkozó alkalmak**

Nagy sikerrel bonyolítottuk le ebben a hónapban is több helyszínnel Klubtalálkozó programjainkat, 1-2 játékasztalon. A helyszínek között Budapest mellett ismét felbukkant Székesfehérvár és Eger is.

Nincs programod a késő délutáni vagy kora esti időszakra? Érdekel hogyan érd el, hogy ne folyjon ki a kezeid közül a pénz? Majd a sikeresen megtartott vagy összegyűjtött pénzt szeretnéd igazán jövedelmezően befektetni? Esetleg elérni a pénzügyi függetlenséget? Te sem szeretnéd, hogy a pénz uralja az életedet, inkább szeretnéd, hogy a pénz termeljen Neked? Vagy csak szeretnél jó társaságban szórakoztató játékos formában tanulni a pénzről és annak működéséről?

A CashFlow 101 segítségével belekóstolhatsz a négy fő befektetési forma bármelyikébe, azok jellegzetes viselkedésébe. Mindeközben a játékasztal egy remek kapcsolatépítő lehetőség egyben. Ugyanis itt csupa olyanokkal találkozhatsz, akikkel egy bizonyos szinten közös céljaitok vannak.

Majd az így szerzett ismereteket a saját mindennapjaidban is képes leszel kamatoztatni. Ha ezen kérdések valamelyikére vágysz, hogy megkapd a választ, akkor **GYERE EL INGYENES CashFlow Mágnes Klubtalálkozónra**, amelyet az ország számos nagyvárosában rendezünk meg.

Nincs más dolgod, mint jelentkezni az alábbi linken (<http://cashflowmagnes.hu/klubtalalkozo/>), ahol a jelentkezést követően azonnal megkapod **AJÁNDÉK KLUBTALÁLKOZÓ BELÉPŐDET!** Ne hagyd ki ezt a lehetőséget, ha szeretnél Te is egy másik életet élni, amelyben nincsennek pénzügyi gondjaid, akkor itt a helyed!



### **Mentoring – kerekasztalos önfeljesztés**

Harmadik éve a CashFlow Mágnes Kft. munkatársai és moderátorai között videó hívás által kerekasztal beszélgetések zajlanak, melyeknek a legfőbb célja a személyes fejlődés elősegítése. Mindig egy előre megbeszélte érdekes téma kerül kifejtésre, aminek az átbeszélése akár egy adott személy jelenlegi helyzetének, problémájának megismerésében és megoldásában is segíthet. Előfordult, hogy egy izgalmas könyvet dolgoztak fel vagy akár személyes pénzügyi tanácsokat, segítségnyújtást is kérhettek a jelenlévők.

A mentoring legfőbb célja az önfeljesztés, azaz, hogy minél jobban megismerjük magunkat és ezáltal a másikat is megismerjük, ha szükséges segítséget nyújtunk neki.

#### **Az elmúlt hónapban az alábbi témák kerültek feldolgozásra:**

- Hogyan tanulsz a leghatékonyabban? Mi számodra a legkönnyebb?
- Hogyan kapcsolódik a mindennapjainkban a testünk, szellemünk, lelkünk, érzelemink, össze? Ez hogyan valósul meg?
- Tapasztalatok párkapcsolat-munka vonatkozásában, szeretetnyelveink avagy kihogyan tapasztalja a szeretet érzését.

### **Az 5 szeretetnyelv**

#### **Mit tegyél és mit ne ahhoz, hogy párod boldognak érezze magát melletted**

Minden ember szereti azt érezni, hogy elismerik és figyelnek rá. Különösen, ha ezt a törődést attól az embertől kapja meg, aki a legfontosabb az életében.

Mindannyian szeretünk szeretni és szeretve lenni. Azonban, mint ahogy nincs két egyforma ember, így nem lehet egy kaptafára felhúzni, hogy ki mitől érzi magát igazán szeretve.

Dr. Gary Chapman szerint, aki több, mint 30 éve dolgozik párkapcsolati tanácsadóként, a boldogtalan párkapcsolatok egyik legfőbb oka, hogy a felek különböző szeretetnyelveket "beszélnek".

**Ezek a szeretetnyelvek pedig a következők:**

## AZ 5 SZERETETNYELV

MELYIK SZERETETNYELV?	HOGYAN KOMMUNIKÁLJ	MIT TEGYÉL	MILYEN DOLGOKAT KERÜLJ EL
<b>ELISMERŐ SZAVAK</b>	Biztasd! Értékelj az erőfeszítéseit! Erősítsd meg, hogy jól csinálja, amit csinál! Érezd együtt vele! Hallgassd figyelmesen!	Küldj váratlan üzenetet! Bátorítsd, biztasd teljes szivedből rendszeresen!	Ne kritizáld alaptalanul! Ne felejtse el elismerni és méltányolni az erőfeszítéseit!
<b>MINŐSÉGI IDŐ</b>	Hozz létre zavartalan környezetet a beszélgetéshez és csak rá figyelj!	Teremtsetek különleges pillanatokot együtt! Egy hosszú séta vagy hétvége pont megfelelő erre.	Ne foglalkozz mással, amikor együtt vagytok! Ne teljen el sok idő egy-egy alkalom között, amikor csak egymásra figyeltek!
<b>AJÁNDÉKOZÁS</b>	Légy előzékeny, mindig a párod legyen az első!	Olyan ajándékokat adj, és gesztusokat tegyél meg a párodért, amelyekről tudod, hogy vágyik rá. Fejezd ki a hálád, amikor te kapsz tőle ajándékot!	Felejtse el, hogy csak a kötelező alkalmakkor ajándékozod meg! Soha ne vásárolj meg csak azért egy dolgot, mert muszáj adni valamit!
<b>SZÍVESSÉGEK</b>	Add tudtára, hogy segíteni fogsz neki! A párodnak tudnia kell, hogy mellette állsz és számíthat rád.	Csináljátok együtt a házimunkát, vagy vidd ágyba a reggelit! Lép ki akár a komfortzónádból, hogy segíteni tudj, és vegyél le terheket a társad válláról.	Ne hagyj figyelmen kívül a kéréseit, ezek mindig élvezzenek prioritást!
<b>TESTI ÉRINTÉS</b>	Ne beszélj, csak használd a testbeszédet! Az érintéseid fejezzék ki a másik iránti szerelmedet.	Használj ki minden pillanatot, hogy megéled a pároddal! Csókolj meg, puszilgassd, fogd meg a kezét, öleld át és simogassd rendszeresen!	Ne hanyagold el a testi érintés fontosságát! Ha hosszú idő telik el intimitás nélkül, az előbb-utóbb a párkapcsolat kihüléséhez vezet.

[www.kerekkrizsita.blog.hu](http://www.kerekkrizsita.blog.hu)

Ha Téged esetleg érdekel a saját szeretetnyelved megismerése, ami rád jellemző, akkor töltsd ki szeretetnyelvekhez kapcsolódó tesztet az alábbi linken ([http://medock.hu/teszt\\_szeretnyelv#](http://medock.hu/teszt_szeretnyelv#))

### 4. Áprilisi blogokról ízelítő



Áprilisi blogunk témája 10 tipp, hogy több pénze legyen 2018-ban. Mutatunk néhány trükköt, amellyel pénzügyi szempontból sokkal sikeresebb évet zárhat, mint tavaly. Ha Neked is felkeltette a figyelmedet olvasd el blog bejegyzésünket, ide kattintva (<http://cashflowmagnes.hu/10-tipp-hogy-tobb-penze-legyen-2018-ban/>)!