

PROJEKT VZÁJEMNÉ MOTIVACE

V PRŮBĚHU HUBNUTÍ JSOU VÁM K DISPOZICI:

 **www.merrylinka.cz**

- internetová poradna
- kalkulačtor kalorií E-master
- interaktivní receptář
- novinky a aktuality
- redukční jídelníček
- energetické hodnoty potravin
- kontakty na obezitologické poradny



MER/13/09/11/05

 **800 116 116**

- telefonické konzultace ZDARMA



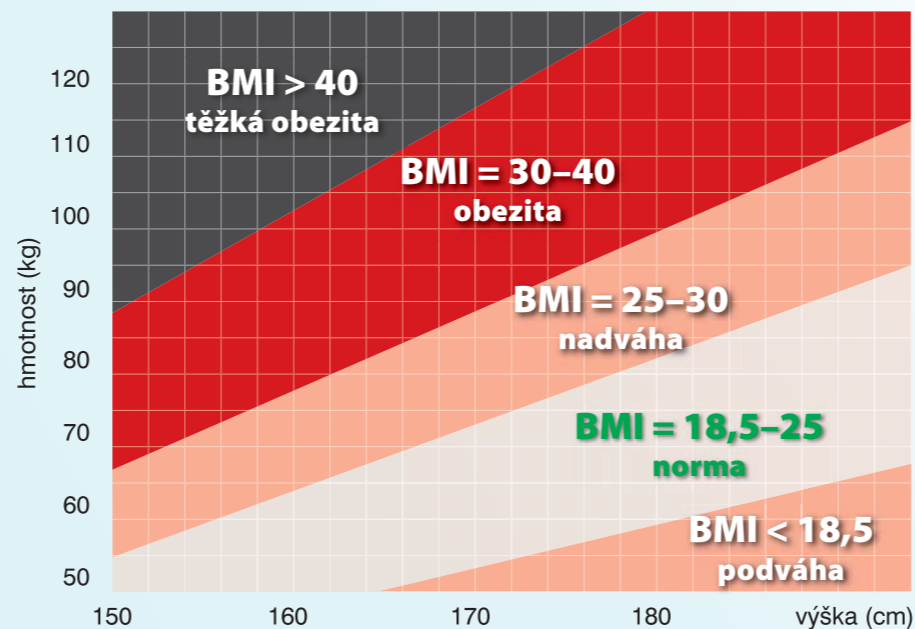
Komplexní péče o klienty s nadváhou



Společně dokážeme zhubnout! 😊

www.merrylinka.cz 800 116 116

NADVÁHA A ZDRAVOTNÍ RIZIKA



OBVOD PASU A ZDRAVOTNÍ RIZIKA

MUŽI	ŽENY	HODNOCENÍ	RIZIKO
94 a méně	80 a méně	normální hodnota	průměrné
95 až 101	81 až 87	zvýšená hodnota	zvýšené
102 a více	88 a více	vysoká hodnota	vysoké

Partneři projektu:



**CHCETE ZAS
ŠTÍHLÝ PAS**

PROJEKT VZÁJEMNÉ MOTIVACE



Společně dokážeme zhubnout! 😊

více na

www.merrylinka.cz 800 116 116

CHCETE ZAS ŠTÍHLÝ PAS

Chcete zhubnout a chybí vám motivace? Rádi soutěžíte a nechcete na to být sami?

Zapojte se do nového **PROJEKTU VZÁJEMNÉ MOTIVACE** a zhubněte ve **DVOJICI**. Důležité je, aby vaše dvojice vydržela po celou dobu trvání soutěže a proto se dobře zamyslete, s kým budete soutěžit. Váš partner by vám měl být oporou.

Ztratit můžete jen své kilogramy. Získat můžete řadu přátel, pozitivní motivaci, rady od odborníků, radost ze svých úbytků a hlavně **ZDRAVÍ**. Pro vítěze jsou zároveň připraveny i zajímavé ceny od partnerů projektu.

START PROJEKTU: 4. ledna 2010

HUBNOUCI KATEGORIE: 1. žena + muž  2. žena + žena  3. muž + muž 

Protože každá kategorie má svá hubnoucí specifika, výhercem bude nejspěšnější dvojice z každé skupiny. Hodnotit se budou společné výsledky každé dvojice podle všech parametrů hubnutí:

- největší společný váhový úbytek
- největší společný úbytek centimetrů v pase
- změna životního stylu
- vzájemná podpora a motivace

Registrovat se mohou soutěžící starší 18 let od 4. ledna 2010. Přihlásit se do projektu můžete pomocí registrační karty, která je součástí tohoto letáku nebo pomocí elektronického formuláře na www.merrylinka.cz.

JAK SE ZAREGISTROVAT?

- Vyberte si vhodného partáka pro hubnutí.
- Utvořte DVOJICI.
- Vyfoťte se s registrační kartou v ruce (není nutná společná fotografie, foťte se ve stoje v lehčím oblečení – třeba sportovním). **Nefoťte se** ve spodním prádle, ale ani v oblečení, které zakrývá vaši skutečnou postavu.
- Vyplňte VSTUPNÍ registrační kartu a zaškrtněte soutěžní kategorii. Vyplněnou registrační kartu odešlete na adresu: **Poradna rozumného hubnutí Merrylinka, Hadovka Office Park, Evropská 33 d, 160 00 Praha 6**. Obratem vám budou ZDARMA zaslány edukační materiály pro zdravé hubnutí. V průběhu soutěže vám bude k dispozici bezplatná telefonní linka **800 116 116** a internetové stránky www.merrylinka.cz, které vás budou provázet celým projektem.
- Registrovat se do soutěže můžete až do 31. května 2010.

KONEC PROJEKTU: 15. září 2010

Do 15. září 2010 je nutné doručit VÝSTUPNÍ data s fotodokumentací na adresu: **Poradna rozumného hubnutí Merrylinka, Hadovka Office Park, Evropská 33 d, 160 00, Praha 6**.

Výherci budou vyhlášeni na základě:

- porovnání vstupních a výstupních údajů
- fotodokumentace skládající se z jedné fotografie před zahájením soutěže a jedné fotografie po ukončení soutěže. Na fotografii musí být zřetelně vidět vaše postava, registrační karta a datum pořízení fotografie. **Bez fotodokumentace vašeho hubnutí nelze předat výherní ceny.**
- příběhů mapujících průběh vašeho hubnutí, vaši vzájemné motivace apod.

1. října 2010 proběhne společné vyhlášení výsledků a vyhodnocení vítězných dvojic, které obdrží dárky od partnerů soutěže. Výherci budou informováni písemnou formou.

www.merrylinka.cz

800 116 116



Kategorie (zaškrtněte)

Jméno a příjmení
Ulice
PSČ/město
E-mail
Telefon
Datum narození

VSTUPNÍ ÚDAJE

Váha (kg) Výška (cm)

VÝSTUPNÍ ÚDAJE

Váha (kg) Výška (cm)

ÚBYTKY

Váhový úbytek (kg) Úbytek v pase (cm)

Podpis: Datum: Podpis:

Svým podpisem výšlovně souhlasím s tím, aby moje identifikační a adresní údaje, jakož i citlivé údaje týkající se mého zdravotního stavu, které jsem uvedl v tomto formuláři byly v plném rozsahu zpracovány společností Abbott Laboratories s.r.o., IČ: 2509 5145, se sídlem Hadovka Office Park, Evropská 2590/33d, 160 00 Praha 6 jako správcem, a to za účelem nabízení služeb a produktů správce, vědeckého a statistického zpracování těchto údajů, vše na dobu 2 let od udělení souhlasu. Souhlas rovněž zahrnuje zaslání informací prostředky elektronické komunikace, tj. např. e-mailem, telefonem a internetem.

Poučení: Správce tímto informuje subjekt údajů a poskytuje mu výšlovně poučení o jeho právech vyplývajících ze zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, tj. zejména o tom, že poskytnutí osobních a citlivých údajů správci je dobrovolné, že subjekt údajů má právo na přístup k těmto údajům, právo nítě uvedeny souhlas kdykoliv bezplatně odvolat, jakož i využití dalších práv vyplývajících z § 11 a 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů.



Zde vystřihněte a vyplněnou registrační kartu spolu s fotodokumentací zašlete na adresu: **Poradna Merrylinka, Hadovka Office Park, Evropská 2590/33d, 160 00 Praha 6**

PROJEKT VZÁJEMNÉ MOTIVACE

VSTUPNÍ REGISTRAČNÍ KARTA



Kategorie (zaškrtněte)

Jméno a příjmení
Ulice
PSČ/město
E-mail
Telefon
Datum narození

VSTUPNÍ ÚDAJE

Váha (kg) Výška (cm)

ÚBYTKY

Váhový úbytek (kg) Úbytek v pase (cm)

Podpis: Datum: Podpis:

Svým podpisem výšlovně souhlasím s tím, aby moje identifikační a adresní údaje, jakož i citlivé údaje týkající se mého zdravotního stavu, které jsem uvedl v tomto formuláři byly v plném rozsahu zpracovány společností Abbott Laboratories s.r.o., IČ: 2509 5145, se sídlem Hadovka Office Park, Evropská 2590/33d, 160 00 Praha 6 jako správcem, a to za účelem nabízení služeb a produktů správce, vědeckého a statistického zpracování těchto údajů, vše na dobu 2 let od udělení souhlasu. Souhlas rovněž zahrnuje zaslání informací prostředky elektronické komunikace, tj. např. e-mailem, telefonem a internetem.

Poučení: Správce tímto informuje subjekt údajů a poskytuje mu výšlovně poučení o jeho právech vyplývajících ze zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, tj. zejména o tom, že poskytnutí osobních a citlivých údajů správci je dobrovolné, že subjekt údajů má právo na přístup k těmto údajům, právo nítě uvedeny souhlas kdykoliv bezplatně odvolat, jakož i využití dalších práv vyplývajících z § 11 a 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů.

Datum:

Podpis:

Podpis:

Nezapomeňte se vyfotit s registrační kartou a fotografií si uschovat. Každý z partnerů se může fotit samostatně. Vyplněnou registrační kartu zašlete na adresu: **Poradna Merrylinka, Hadovka Office Park, Evropská 2590/33d, 160 00 Praha 6**. Obratem vám budou zaslány edukační materiály pro zdravé hubnutí. V průběhu projektu je vám k dispozici bezplatná telefonní linka **800 116 116**, kde vám rádi poradíme s jidelníčkem a podpoříme vás ve vašem úsilí. Poradna Merrylinka je vám k dispozici každý pracovní den od 9:00 do 16:00 hodin. Pro uživatele internetu nabízíme internetovou poradnu na stránkách www.merrylinka.cz.

Svým podpisem výšlovně souhlasím s tím, aby moje identifikační a adresní údaje, jakož i citlivé údaje týkající se mého zdravotního stavu, které jsem uvedl v tomto formuláři byly v plném rozsahu zpracovány společností Abbott Laboratories s.r.o., IČ: 2509 5145, se sídlem Hadovka Office Park, Evropská 2590/33d, 160 00 Praha 6 jako správcem, a to za účelem nabízení služeb a produktů správce, vědeckého a statistického zpracování těchto údajů, vše na dobu 2 let od udělení souhlasu. Souhlas rovněž zahrnuje zaslání informací prostředky elektronické komunikace, tj. např. e-mailem, telefonem a internetem.

Poučení: Správce tímto informuje subjekt údajů a poskytuje mu výšlovně poučení o jeho právech vyplývajících ze zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, tj. zejména o tom, že poskytnutí osobních a citlivých údajů správci je dobrovolné, že subjekt údajů má právo na přístup k těmto údajům, právo nítě uvedeny souhlas kdykoliv bezplatně odvolat, jakož i využití dalších práv vyplývajících z § 11 a 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů.



www.merrylinka.cz

800 116 116