



KAMPÁNYÉRTÉKELÉS 2023

FIGYELEMGAZDASÁG



"Ma már minden nap több tartalom kerül a digitális térbe, mint ahány ember él a Földön, és ezeknek a megosztásoknak a 60%-át senki sem látja a feltöltőn kívül. A tartalmak tehát versenyeznek is egymással, de ekkora mennyiségnél az emberek figyelmét megragadni és megtartani szinte lehetetlen. A technikai átmenet eredményeképpen hihetetlenül felértékelődik a figyelem a kommunikációs szakmában."

SOCIAL MEDIA VIRÁLIS TARTALMAI

Testsúly társadalmi megítélése



Stigma a túlsúllyal élők felé



Body positivity mozgalom



Social media negatív hatása a szépségideálra



Kulturális háttér

„Etetem – szeretem”

„Az a szép, akin van mit fogni”

„Ki lesz az angyalka?”

„Amit kimertél, megeszed”

Túlsúly, mint betegség

BNO E6690 – Elhízás

A túlsúlyt sem a laikusok, sem az egészségügyi szakemberek nem betegségként kezelik

650 millió ember él túlsúllyal a világon
1,12 milliárd lesz ez a szám 2030-ra.

200+ szövődmény köthető az elhízáshoz
5% a halálozásoknak az elhízás következménye

OGYEI OTAP 2019:

77%-a a felnőtt férfiaknak
túlsúlyos vagy elhízott

60%-a a felnőtt nőknek túlsúlyos
vagy elhízott

26%-a a 7 éves lányoknak
túlsúlyos vagy elhízott

24%-a a 7 éves fiúknak
túlsúlyos vagy elhízott

MEGVÁLTOZTATNI, AHOGYAN A VILÁG LÁTJA A TÚLSÚLLYAL ÉLŐKET



„Ha fürdőruhában vagyok úgy érzem mindenki engem bámul.
Csak 19 lépés a medence, de minden egyes lépésnél érzem a bíráló szemeket a testemen és ez a 19 lépés örökkévalóságnak tűnik.
Néznek és azt gondolják, hogy én tehetek arról, hogy túlsúlyos vagyok.”

Vickey Mooney

FELHÍVNI A FIGYELMET AZ ELHÍZÁS EGÉSZSÉGGKÁROSÍTÓ HATÁSÁRA



DON'Ts

Ne tegyünk újabb
stigmát a túlsúllyal
élőkre



ÉRZÉKENYÍTÉS általános laikus közösségben, hitet veszített fő
célcsoport körében

EDUKÁCIÓ tabukkal átszótt és szenzitív téma

ÉLETMÓD VÁLTÁS és szakértői segítség hangsúlyozása



MULTIDIMENZIÓS TARTALOMSTRATÉGIA

HP házipatika

TÉMASZPONZORÁCIÓ
SZAKÉRTŐI VIDEÓINTERJÚ
INFOVIDEÓ
EDUKÁCIÓS CIKKEK

nlc.

ROVATSPONZORÁCIÓ
SZUPERCÍMKE SZPONZORÁCIÓ
SZAKÉRTŐ VIDEÓINTERJÚ

24.8

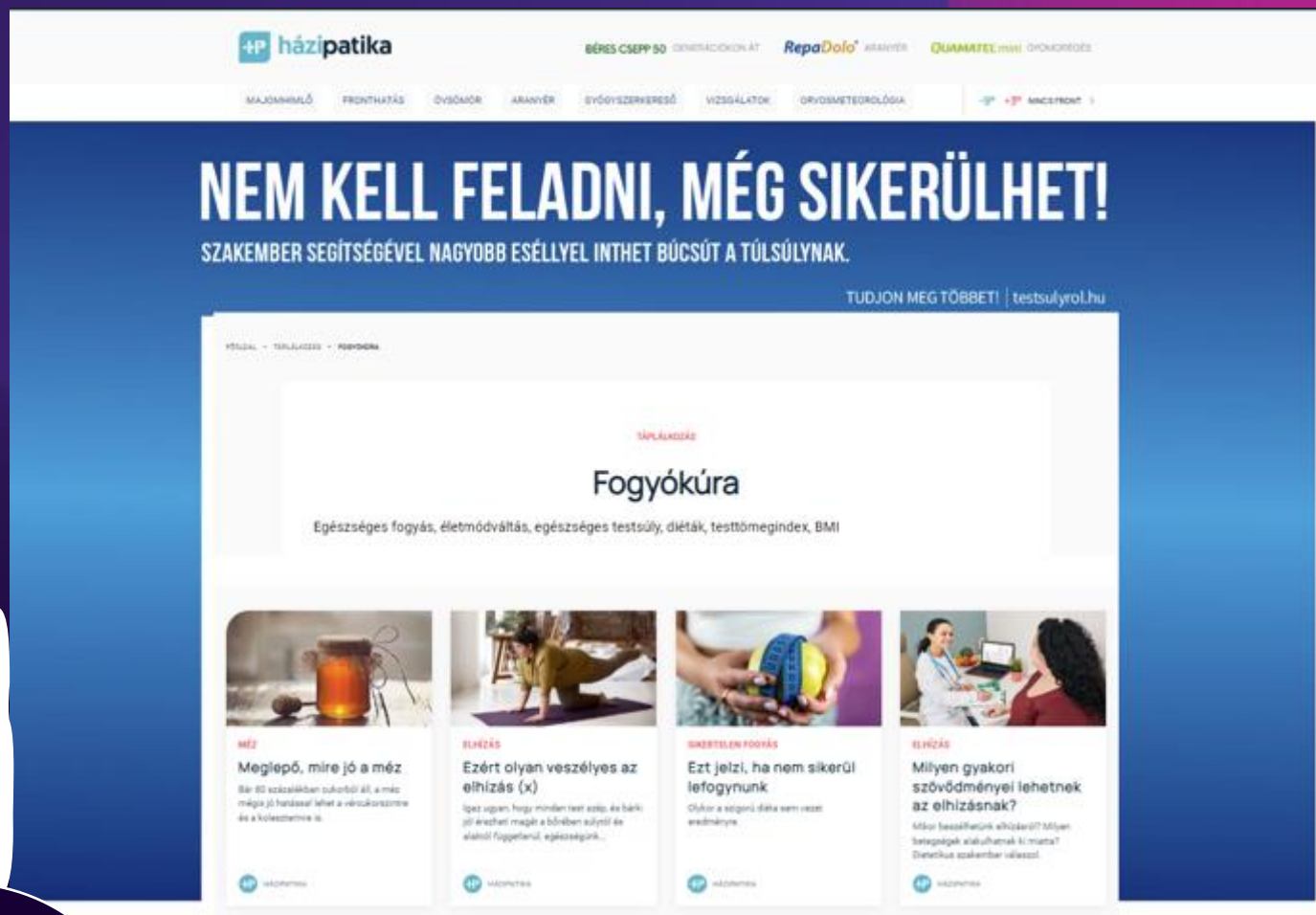
PRÉMIUM NATÍV VIDEÓ
BRANDED CONTENT CIKKEK

TÉMASZPONSZORÁCIÓ

Fogyókúra rovat

2022. November 28 – december 28

		UAVI	CT	CTR
Mobil banner	107629	68090	216	0,20%
Roadblock banner	41208	26916	104	0,25%
Wallpaper	41403	26940	166	0,40%
TOTAL	149032	95030	486	0,33%



**Organikus forgalom
44.000 PV**

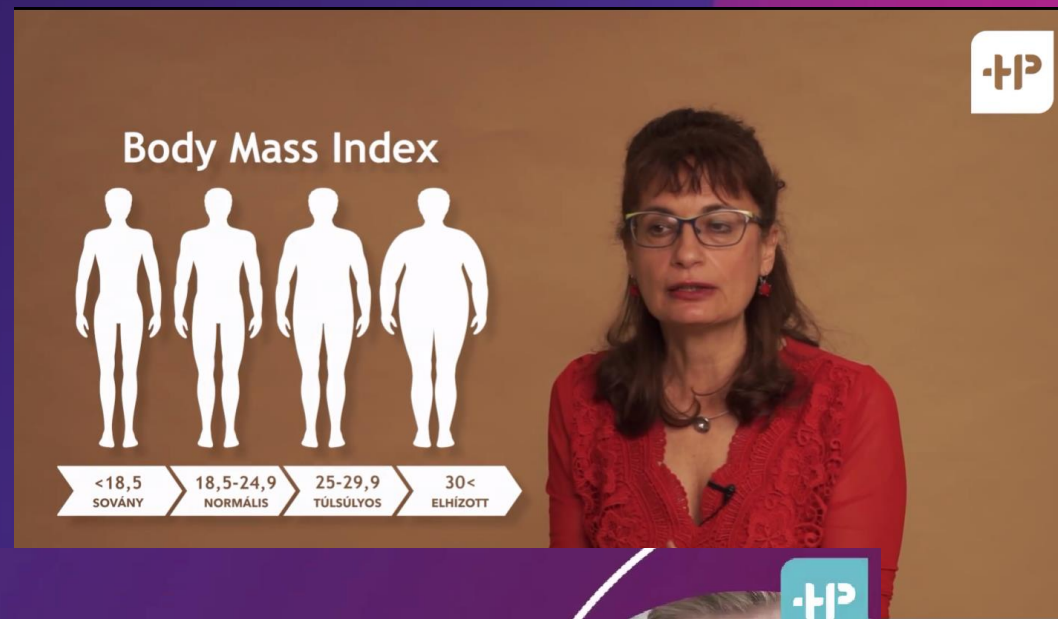
VIDEÓS MEGJELENÉSEK

**Szakértői videóinterjú Erdélyi Alíz dietetikus,
táplálkozás tudományi szakemberrel**

120.000 megtekintés

Infóvideó: Az elhízás gyakori szövődményei

74.000 megtekintés



Magyarországon a felnőttek mintegy **kétharmada túlsúlyos vagy elhízott.**

A súlyfelesleg nem csupán esztétikai probléma, hanem **komoly egészségügyi kockázat.**



EDUKÁCIÓS CIKKEK

OLDALMEGTEKINTÉS OLDALON TÖLTÖTT IDŐ

Hogyan segítheti egy dietetikus a fogyást?	3400	8:35
Milyen testsúlytól fontos elkezdni a fogyókúrát?	6110	6:05
Okok, amelyek miatt nem tudunk fogyni	12043	9:16
Ezért olyan veszélyes az elhízás	3002	5:02
Ezt jelzi, ha nem sikerül lefogynunk	2924	8:10

Hogyan segítheti egy dietetikus a fogyást?



2022.11.29. 06:34 2022.11.30. 09:11

Kevesebb étel, több testmozgás – sokan ebben a kettőben látják a sikeres fogyás kulcsát. A tartós testtömegcsökkentés érdekében azonban több dologra is oda kell figyelni, és érdemes szakemberek segítségét is igénybe venni. Mutatjuk, miért.



Okok, amelyek miatt nem tudunk fogyni



2022.12.05. 09:01 2022.12.06. 09:46

Ha valaki a sokadik próbálkozásra is megreked a fogyókúrázásban, általában azzal vádolják, hogy nem elég kitartó. De valójában az egészséges testsúly elérését a legtöbb esetben nem az akaratérő hiánya akadályozza, hanem a szervezetünkben zajló érzékeny biokémiai folyamatok. Lássuk, milyen tényezők gátolhatják a súlyvesztést, és mit tehetünk ellenük.

Milyen testsúlytól fontos elkezdni a fogyókúrát?



2022.12.02. 06:02 2022.12.03. 09:49

Mindenképp öröndetes, ha kilóink számától függetlenül szeretjük a testünket, tükröképünket, ám a testsúly esztétikai szerepén túl sokkal lényegesebb, hogy egészségünkre milyen hatással van. Mikor érdemes akkor is leadni a kilókból, ha valaki jól érzi magát a plus-size ruhákban? Orvosi értelemben mi a különbség a túlsúly és az elhízás között? Egyebek mellett ezekre a kérdésekre is választ adunk cikkünkben.



Társadalmunkban évszázadokig kirekesztetnek érezhették magukat azok, akiknek a teste valamilyen formában eltért az aktuálisan kívánatosnak tartott ideáltól. A sebheyles, a túlzott szőrösödes, a végtaghiány, a bőrpörblémák mind kiválthatnak előlételet, de a **testsúly miatti megkülönböztetés** az, ami valószínűleg a legtöbb embert érint. Természetesen egy személy értékét nem a fizikai adatai határozzák meg, éppen ezért szerencsés, hogy az utóbbi években felerősödött body positivity mozgalom kollektív elfogadásra biztat és tanít.



...sokat mutató órázókban jóval ban egész évben érdemes lenne **al probléma, hanem egy órázó** na fel a figyelmet Erdélyi Aliz dietetikus

ra a 2-es típusú **diabétesis**, a **magas** érák kockázata is. Mindezek mellett



nlc.

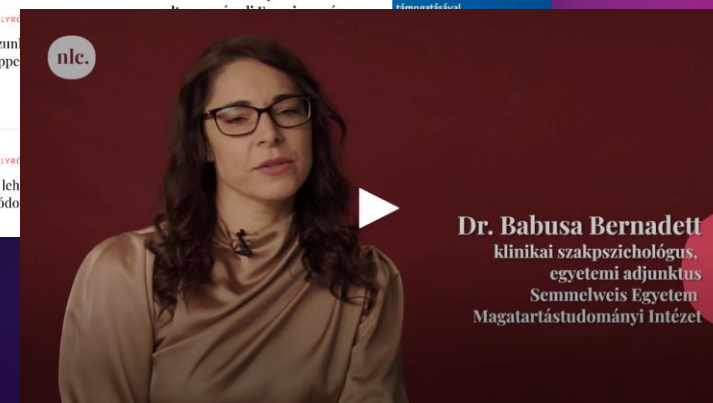
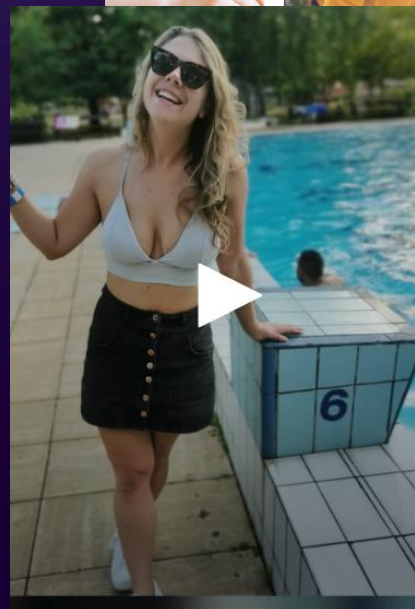
SZUPERCÍMKE OLDAL

Őszintén a testsúlyról

2022.11.29 – 12.31

Több mint 167 000
videóindítás

Több mint 51 000 AV



CMCH
CENTRAL MEDICAL CONTENT HUB

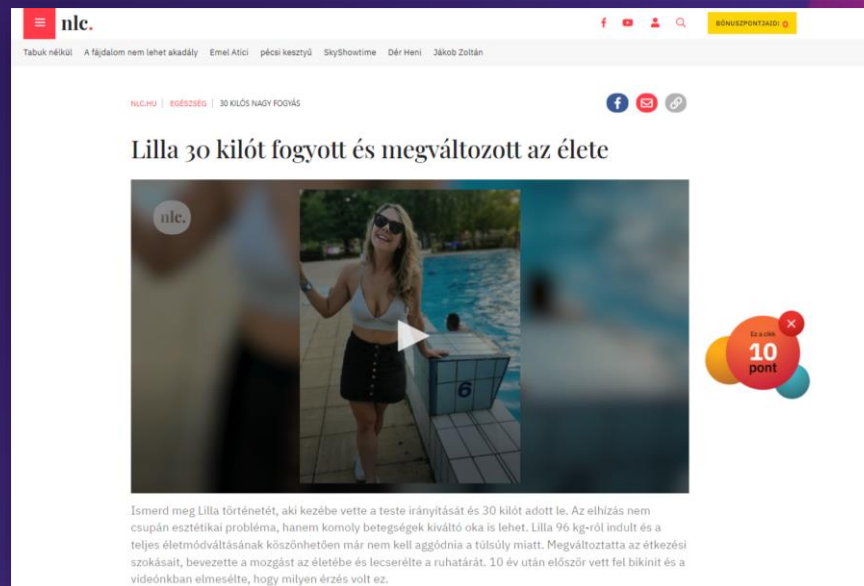
Őszintén a testsúlyról
2022.11.29 – 12.31

Kreatív	AV	CT	CTR%
Háttérátszínezés	13 936	54	0,387
640x360 px	10 365	21	0,203
300x250 px	13 188	12	0,091
Mobil 300x250 px	14 075	45	0,387
TOTAL	51 564	132	0,256

The screenshot displays the nlc website interface. At the top, there's a navigation bar with 'Horoszkóp', 'Télihold naptár 2023', 'Nyerj', and a date '2022. 02. 10. VÉLŐNŐ'. The main header features the nlc logo and the slogan 'Neked. Veled. Érted.'. Below this, a navigation menu lists 'Tabuk nélkül', 'A fájdalom nem lehet akadály', 'Mészáros Árpád Zsolt', '13. havi nyugdíj 2023', and 'Török szír földregéngés'. The main content area is dominated by a large blue banner with the headline 'NEM KELL FELADNI, MÉG SIKERÜLHET!' and the sub-headline 'TUDJON MEG TÖBBET!'. The article title is 'Őszintén a testsúlyról' and the main text reads 'Fogyás 60 évesen: „Bele akartam félni nyáron a rózsaszín csíkos nadrágomba”'. The author is 'Kian Gabi' and the date is '2022. December 20.'. The article is sponsored by 'Flamborin az első oldatos cepp lázra és fájdalomra'. A sidebar on the right contains a 'SZAKEMBER SEGÍTSÉGÉVEL NAGYOBB ESÉLYVEL INTHET BÜCSÜT A TÖLSÜLYNAK.' section with a 'TUDJON MEG TÖBBET!' button. At the bottom, there's a 'Biszexuális vívó-operaénekesnő volt a 17. századi Franciaország legvagányabb szupersztárja' and another article snippet '„Klasszik töltött galambnak kell elképzelni”'.

Őszintén a testsúlyról
2022.11.29 – 12.31

VIDEÓ	videóindítás
Lilla 30 kilót fogyott és megváltozott az élete	112 610
A fogyókúra kora lejárt	55 062
TOTAL	167 672



Tabuk nélkül | A fájdalom nem lehet akadály | Emel Atici | pécsi kesztyű | SkyShowtime | Dér Henri | Jákob Zoltán

nlc.hu | 6682966 | 30 KILOS NAGY FOGVÁS

Lilla 30 kilót fogyott és megváltozott az élete

Ismerd meg Lilla történetét, aki kezébe vette a teste irányítását és 30 kilót adott le. Az elhízás nem csupán esztétikai probléma, hanem komoly betegségek kiváltó oka is lehet. Lilla 96 kg-ról indult és a teljes életmódváltásának köszönhetően már nem kell aggódnia a túlsúly miatt. Megváltoztatta az étkezési szokásait, bevezette a mozgást az életébe és lecsérlette a ruhatárát. 10 év után először vett fel bikinit és a videóinkban elmesélte, hogy milyen érzés volt ez.

Ez a cikk **10 pont**



Tabuk nélkül | A fájdalom nem lehet akadály | Emel Atici | pécsi kesztyű | SkyShowtime | Dér Henri | Jákob Zoltán

nlc.hu | ÉLETMÓD | ŐSZINTÉN A TESTSÚLYRÓL

A fogyókúra kora lejárt

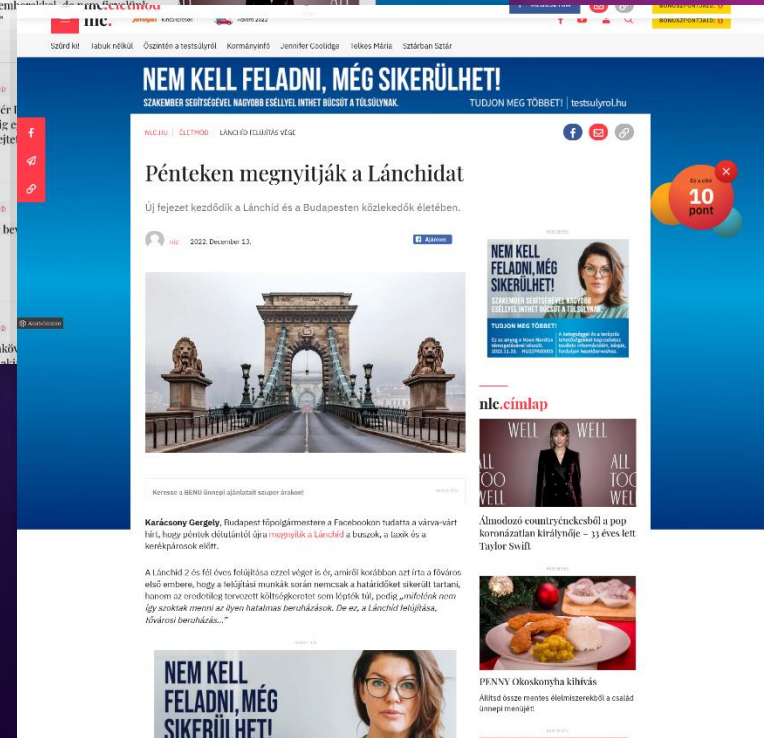
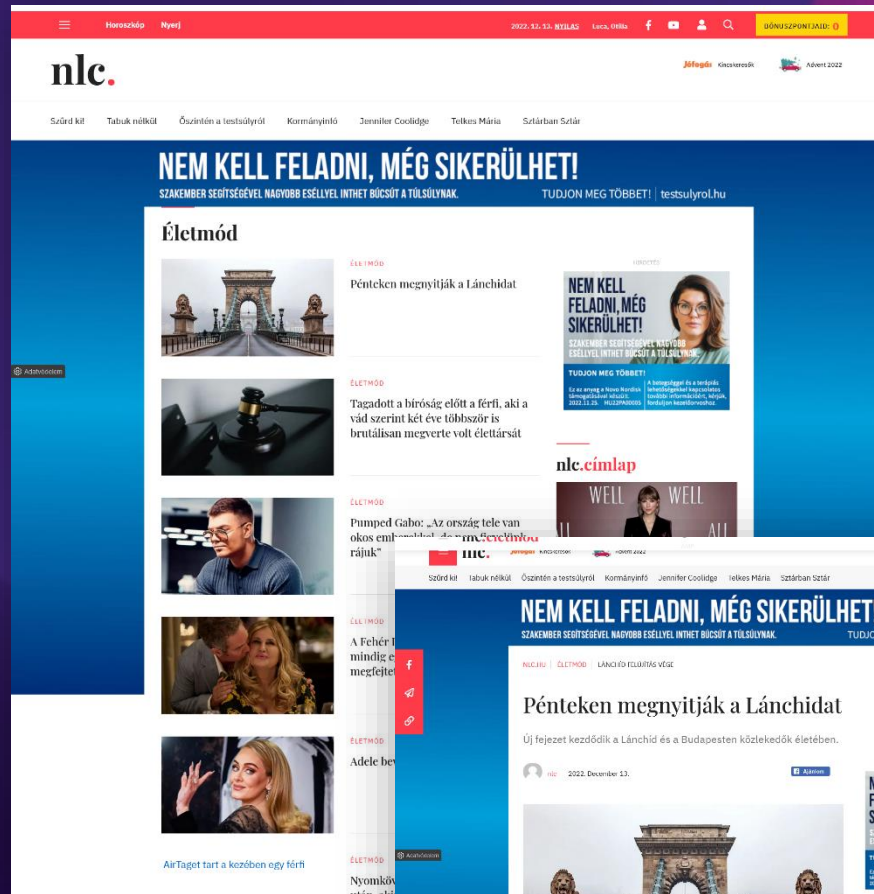
Dr. Babusa Bernadett
 klinikai szakpszichológus,
 egyetemi adjunktus
 Semmelweis Egyetem
 Magatartástudományi Intézet

A túlsúly és az elhízás nem csupán esztétikai probléma, hanem súlyos szövődményekhez is vezethet. A gyors fogyókúra tévút, életmódváltással, az étkezési és mindennapi szokások átalakításával lehet valós és hosszútávú változást elérni. Videóinkban szakértők segítenek abban, hogy megtaláld a helyes és eredményes utat.

Ez a cikk **10 pont**

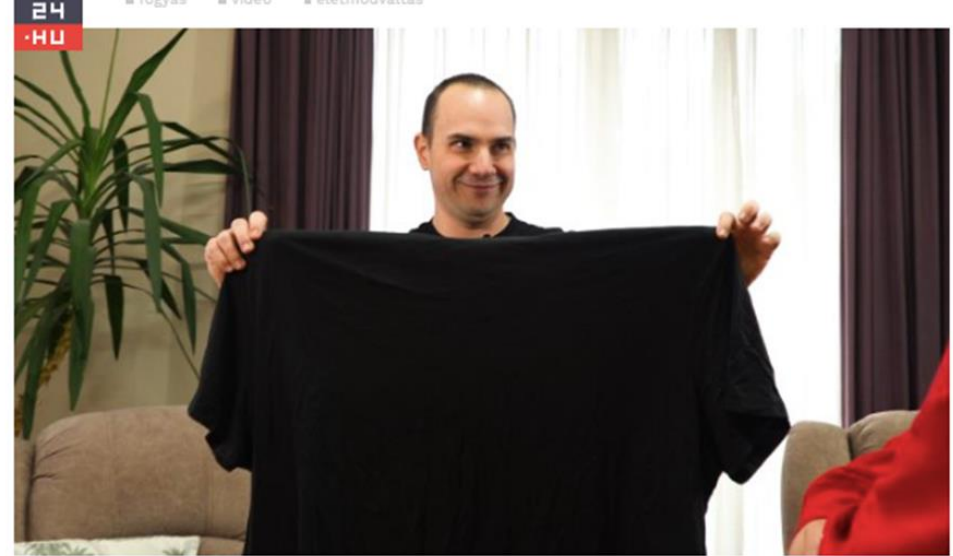
Életmód rovat
2022. december 13 - 20

Kreatív	AV	CT	CTR%
Háttérátszínezés	134 168	271	0,202
640x360 px	144 186	306	0,212
300x250 px	144 410	94	0,065
Mobil 300x250 px	407 087	1 710	0,42
TOTAL	829 851	2 381	0,287



PRÉMIUM NATÍV VIDEÓ

99 ezer megtekintés



24.HU



TUDOMÁNY

80 kiló mínusz önerőből – Máté fogyásának története



Katz Dávid



Szponzorált tartalom

2022. 12. 11. 05:15

Máté 175 kiló volt két évvel ezelőtt, most pedig még egy t...
akkor hordott. Ha most ránézünk, el sem hinnénk, de 6 X
egész életében túlsúllyal küzdött. Kamaszkora óta többsz...



Nem kell feladni, még sikerülhet!

Szakember segítségével nagyobb eséllyel inthet búcsút a túlsúllynak.



Őszintén a testsúlyról

Világszerte több, mint 650 millió embert érint az elhízás, ennek ellenére a társadalom még mindig nem teljesen érti, hogy mit jelent ezzel együtt élni. A túlsúly leküzdése élethosszig tartó folyamat, amiben egy érintett: sincs egyedül, ugyanis az optimális testsúly elérése tapasztalt egészségügyi szakemberek támogatásával nagyobb eséllyel sikerülhet.

A testsulyrol.hu weboldalon olvashat arról, hogy mi a valódi oka annak, hogy nehéz megszabadulni a túlsúlytól és mit tehetünk azért, hogy elérjük és megtartsuk az ideális testsúlyunkat.

A videó a Novo Nordisk támogatásával készült.

Élet-Stílus rovat
2022. november
3 919 PV

24.H TÁMOGATÁS SPORT 24 Super Bowl. Halftime Show 2023 Rihanna terhes Törökország

testzsír



GETTY IMAGES

ÉLET-STÍLUS

Tényleg olyan szörnyű dolog a testzsír, mint ahogyan azt elsőre gondolnánk?

Szponzorált tartalom | 2022. 11. 30. 03:13

A testzsír hallatán sokan egyből az egészségi században, a fejlett országokban az elhízás: jelenti azt, hogy a testzsírral önmagában b

24.H

f

twitter

CC

+

Őszintén a testsúlyról

Világszerte több, mint 650 millió embert érint az elhízás, ennek ellenére a társadalom még mindig nem teljesen érti, hogy mit jelent ezzel együtt élni. A túlsúly leküzdése élethosszig tartó folyamat, amiben egy érintett sincs egyedül, ugyanis az optimális testsúly elérése tapasztalt egészségügyi szakemberek támogatásával nagyobb eséllyel sikerülhet.

A testsulyrol.hu weboldalon olvashat arról, hogy mi a valódi oka annak, hogy nehéz megszabadulni a túlsúlytól és mit tehetünk azért, hogy elérjük és megtartsuk az ideális testsúlyunkat.

NEM KELL FELADNI, MÉG SIKERÜLHET!
SZAKEMBER SEGÍTSÉGÉVEL NAGYOBB ESÉLYVEL INTHET BÚCSÚT A TÚLSÚLYNAK.

BRANDED CONTENT

Élet-Stílus rovat
2022. december
4 196 PV

24.HU TÁMOGATÁS SPORT 24 Super Bowl Halftime Show 2023 Rihanna terhes Törökország

testűly testzár túlsúly



GETTY IMAGES

ÉLET-STÍLUS

Teher a testnek, de mit csinál pontosan túlsúly a szervezeteddel?

Szponzorált tartalom | 2022. 12. 14. 02:34

A modern, fejlett országok gyakori „népbetegség” az elhízás, amely az életmód, illetve a nagy mennyiségű, zsirban gazdag élelmiszer fogyasztásával jár együtt. A legfrissebb felmérések szerint a probléma a

24.HU

f

+

Öszintén a testsúlyról

Világszerte több, mint 650 millió embert érint az elhízás, ennek ellenére a társadalom még mindig nem teljesen érti, hogy mit jelent ezzel együtt élni. A túlsúly leküzdése élethosszig tartó folyamat, amiben egy érintett sincs egyedül, ugyanis az optimális testsúly elérése tapasztalt egészségügyi szakemberek támogatásával nagyobb eséllyel sikerülhet.

A testsulyrol.hu weboldalon olvashat arról, hogy mi a valódi oka annak, hogy nehéz megszabadulni a túlsúlytól és mit tehetünk azért, hogy elérjük és megtartsuk az ideális testsúlyunkat.



A cikk a Novo Nordisk támogatásával készült.



**KÖSZÖNJÜK A
FIGYELMET!**