



## Testsúlycsökkentő program

### Gyakori kérdések



## **1. Milyen előnyökkel jár a bodykey by NUTRILITE™ program választása?**

A tudósokkal, dietetikusokkal és sportszakértőkkel együtt kifejlesztett NUTRILITE™ speciális testsúlycsökkentő programot vezetett be - a bodykey by NUTRILITE™ programot -, amely egy Genetikai teszten megállapított DNS elemzése alapján információkkal szolgál arról, hogy az Ön teste hogyan reagál a zsírra, szénhidrátra és a testmozgásra. Ezt az információt, és az Egyéni tervezés során regisztrált preferált étkezési szokásokat és életmódot összevetve alakítjuk ki az étrendet és az edzéstervet a Nutrilite Egészség Intézet (NEI) egészséges táplálkozásra és étrendre vonatkozó irányelveinek megfelelően. A program továbbá a Személyes online bodykey tanácsadó felületen keresztül online szakértői támogatást és motivációt biztosít egész évben. A speciális bodykey™ ételek és italok, valamint a NUTRILITE™ étrend-kiegészítők szintén hozzájárulnak testsúlycsökkentési tervének sikerességéhez.

---

## **2. Ha a program nem válik be, visszakaphatom a pénzem?**

A bodykey Készlet visszaküldésére akkor van lehetőség, ha a Genetikai tesztet tartalmazó doboz teljesen bontatlan. Kérjük, a doboz kinyitása előtt olvassa el a doboz külsején található használati feltételeket. Lévéen, hogy a bodykey by NUTRILITE™ program nem egy szabványtermék, hanem inkább szolgáltatás, nem érvényes rá a szabványos Amway Megelégedettségi Garancia. A szellemi tulajdon ipari szabványát követve a program ára abban az esetben nem visszatéríthető, ha a Genetikai tesztet tartalmazó doboz csomagolását már eltávolították, hiszen a szolgáltatás ekkor már nem ellenőrizhető, így fennállhat a visszaélés veszélye.

---

## **3. A programban való részvételhez be kell töltenem a 18. életévet?**

Igen. A program kiskorúak esetében nem alkalmazható.

---

## **4. Mi a részvétel maximum korhatára?**

A programban való részvételnek nincs maximum korhatára. Azonban kérjük, vegye figyelembe, hogy a program nem alkalmas betegségek, vagy egészségügyi problémák kezelésére ill. gyógyítására. Ezt figyelembe véve a részvételt néhány feltételhez kötöttük, melyeket a bodykey by NUTRILITE™ programra való jelentkezés előtt mindenképpen figyelembe kell venni. További részletekhez lásd a [www.bodykey.eu](http://www.bodykey.eu) honlapot.

---

## **5. Kell testmozgást végezniem?**

Annak érdekében, hogy a testsúlycsökkenés tartós legyen, fontos, hogy az étkezési szokások megváltoztatása mellett a testmozgásra vonatkozó szokások is változzanak. Jó hír viszont, hogy bármilyen testmozgást végezhet, amit csak szeretne! Biztosan megtalálja az Ön számára élvezetes mozgásformát (pl. tánc, vagy kutyasétáltatás).

---

## **6. Kell főznom?**

Igen, javasoljuk a főzést. Azonban számos nagyon egyszerű receptet biztosítunk azok számára is, akik nem szeretnek, vagy nem érnek rá főzni. Továbbá mindig fennáll annak a lehetősége, hogy egy étkezést egy bodykey™ instant étellel váltson ki.

---

## **7. Mennyire bonyolultak a receptek?**

A recepteket nehézségi szint alapján lehet kiválasztani. Minden recepten feltüntetjük a nehézségi szintet, valamint az elkészítési időt is, így rendkívül egyszerűen kiválasztható a megfelelő recept.

---

## **8. Mikor térhetek vissza a normál táplálkozáshoz/testmozgás nélküli élethez?**

A program célja az általános egészség fejlesztése. Ez egyben azt is jelenti, hogy a vonzóbb külső és a jobb közérzet érdekében életmódváltoztatásra is szükség lesz. Ha szeretné megőrizni súlyát és egészségét, fenn kell tartania ehhez az életmódot is.

---

## **9. Mi történik, ha nem ízlenek az élelmiszerek?**

Nálunk rendkívül széles termékskálából lehet választani. Ezen kívül online receptajánlatainkból is válogathat.

---

## **10. Követhetem a programot, ha szívproblémáim, veseproblémáim, vagy cukorbetegségem van? Vagy ha egyéb más típusú betegségem van?**

Mielőtt úgy dönt, hogy követi a bodykey by NUTRILITE™ programot, kérjük, mindenképpen keresse fel orvosát. A program nem alkalmas betegségek, vagy egészségügyi problémák kezelésére ill. gyógyítására. Továbbá vegye figyelembe, hogy a program nem tér ki az allergiás érzékenységekre. Ha bizonytalan néhány hozzávalót illetően, forduljon orvosához. Ezt figyelembe véve a részvételt néhány feltételhez kötöttük, melyeket a bodykey by NUTRILITE™ programra való jelentkezés előtt mindenképpen figyelembe kell venni. További részletekhez lásd a [www.bodykey.eu](http://www.bodykey.eu) honlapot.

---

## **11. Miért nem csökken a súlyom?**

A bodykey by NUTRILITE programban részt vevők általában mindannyian elérik a személyes célként kitűzött súlyt. Amennyiben nem lép fel súlycsökkenés, azt javasoljuk, ellenőrizze, hogy valóban követi-e a kapott Étrendet és edzéstervet. Mivel csak hosszú távú és fenntartható testsúlycsökkentési megoldásra érdemes törekedni, nem javasoljuk, hogy a testsúlycsökkentés túl gyorsan végbemenjen - kb. heti 500 g elegendő. .

---

## **bodykey™ Készlet**

### **12. Amennyiben a bodykey Készletet hiányosnak találom, akkor hogyan tehetem azt teljessé?**

Kérjük, vegye fel a kapcsolatot a bodykey támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi űrlapon keresztül.

---

### **13. Mi a teendő, ha nem működik az egyedi kódom?**

A probléma kivizsgálása érdekében kérjük, vegye fel a kapcsolatot a bodykey támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi űrlapon keresztül.

---

#### **14. A bodykey Készletet kinyitották, mielőtt azt megkaptam és szeretném kicserélni. Hogyan tehetem ezt meg?**

Kérjük, hogy kinyitott bodykey Készletet ne fogadjon el. Kérjük, jegyezze fel az eseményt és küldje vissza számunkra a bodykey Készletet teljes tartalmával együtt, ki fogjuk cserélni és egy újat fogunk küldeni Önnek.

---

#### **15. Elvesztettem azt a *Genetikai tesztet tartalmazó* dobozt, amiben el kellene küldenem a pálcáimat a laboratóriumnak; mi a teendőm?**

Ha Ön regisztrált Amway üzleti vállalkozó:

Kérjük, küldje el ezt az e-mailt és Amway üzleti vállalkozói számát az Amway helyi információs címére ([info@amway.hu](mailto:info@amway.hu)), és díjmentesen elküldjük Önnek az új mintavételi pálcákból álló készletet.

Kérjük, hogy a megmaradt egyedi azonosító kódos címkéket őrizze meg, hiszen azokra a cserekészletnél még szüksége lesz. A cserekészlet kézhezvételét követően kérjük, hogy kövesse a genetikai tesztre vonatkozó instrukciókat, és ragassza fel ugyanazokat az egyedi kódokat az új mintavételi pálcákra. · Kérjük, küldje el a levett mintát a laboratóriumba elemzésre.

Ha általános kérdése van a Személyes online bodykey™ tanácsadó oldallal kapcsolatban, kérjük, kattintson ide a kapcsolatfelvételi űrlap kitöltéséhez. Elnézést kérjük az esetlegesen okozott kellemetlenségért.

---

#### **16. Miért van szükség három mintára?**

Általában az első pálcát elegendő a genetikai elemzés elvégzéséhez. A laboratórium kizárólag akkor kér második elemzést, ha a sejtgújtémény nem megfelelő vagy DNS-degradáció fordul elő.

---

#### **17. Mi történik, ha elvesznek a minták?**

Ha nem kapja meg a személyre szabott étrendjét és edzéstervét, akkor új pálcakészlet igényléséért kérjük, vegye fel a kapcsolatot a bodykey támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi űrlapon keresztül. Kérjük, kövesse nyomon csomagját online és ellenőrizze, hogy megérkezett-e a laboratóriumba (itt beérkezéskor rögzítik a csomagot a rendszerben).

---

#### **18. Mi történik a pálcákkal az elemzést követően?**

Az eredmény elküldését követően megsemmisítik őket

---

#### **19. Mennyi idő alatt készülnek el az eredményeim?**

Az eredmények 10-15 munkanapon belül kerülnek fel az online felületre. Az elemzés állapotát bármikor online ellenőrizheti, ha felveszi a kapcsolatot a bodykey támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi űrlapon keresztül.

---

## **20. Mit tudok tenni addig, amíg megkapom a genetikai teszt eredményeit?**

Amíg szakértőink elkészítik az Ön személyre szabott tervét, addig a Személyes online bodykey™ tanácsadó számos, hasznos funkcióját használhatja. Készítettünk egy Indulási fázis című részt, mely segít Önnek mentálisan és fizikálisan is felkészülni a testsúlycsökkentési terv megvalósítására. Ez a fázis ideális lehetőség a testsúlycsökkentési célok meghatározásának elkezdésére. Továbbá ez idő alatt felkészülhet a közelgő kötelezettségvállalás következményeire, valamint elkezdhet alkalmazni bizonyos tippeket a jobb étrend és edzésterv kialakítása érdekében.

---

## **Termékek**

### **21. Miért nem tartalmaznak az instant ételek vitaminokat és ásványi anyagokat?**

A bodykey™ ételek a testsúlycsökkentő programnak csak egy részét képezik. Mivel a javasolt étrend „normál” ételek fogyasztását is engedi, a napi étrendjét kiegészítheti a NUTRILITE™ étrend-kiegészítővel (vitaminokkal és ásványi anyagokkal).

---

### **22. Használják-e génmódosított összetevőket?**

Nem. Ez minden NUTRILITE terméknel alapszabály! !

---

### **23. Mennyi szénhidrátot képes blokkolni a Szénhidrátcsökkentő?**

Egy normál (600 kalóriás étkezés) szénhidrát tartalmának akár 2/3-át is képes blokkolni.

---

### **24. Mennyi zsírt képes blokkolni a Zsírcsökkentő?**

Egy normál étkezés zsírtartalmának akár 27,4%-át képes blokkolni?

---

### **25. A Szénhidrátcsökkentő/Zsírcsökkentő használata során hasfájást tapasztaltam. Mit tegyek?**

Mindkét termék aktív összetevői csökkentik az étrendi szénhidrátok/zsír emésztését, ami kezdetben egyeseknél székrekedéshez (gázképződéshez), vagy hasfájáshoz vezethet. Ez nem ad okot aggodalomra, mivel ezek az érzések megszűnnek, mihelyest a szervezet alkalmazkodik az új étrendhez.

---

### **26. Használhatom a Szénhidrátcsökkentőt és a Zsírcsökkentőt együtt?**

Ugyanazon a napon ezt nem javasoljuk. Mindkét termék esetében 1-3 tableta/étkezés javasolt. Ezen kívül figyelembe kell vennie, hogy a Zsírcsökkentő esetében a maximum javasolt napi adag kilenc tableta, a Szénhidrátcsökkentő esetében hat tableta. A kiegyensúlyozott étrend követőinél a szabály: Zsírcsökkentő vagy Szénhidrátcsökkentő, a termékek azonban akár naponta is felcserélhetők!

---

### **27. Ha megunom az élelmiszereket, abba hagyhatom a fogyasztásukat és még úgy is elérhetem a kitűzött célt?**

Széles körű termékskálát próbálunk nyújtani az Ön számára, hogy választhasson ezek közül. Alternatív esetben választhat online receptek közül is.

---

### **28. Fogyaszthatom-e kizárólag a bodykey instant ételeket?**

Nem – a bodykey ételek a testsúlycsökkentő programnak csak egy részét képezik. A napi étrend részeként szükség van a „normál” ételek és étrend-kiegészítők bevitelére is. Ezen kívül ne feledje a javasolt fizikai tevékenységeket sem!

---

### **29. Nem szeretem a termékek ízvilágát, mit tehetek?**

Az elképzelés szerint naponta egy ételt kell helyettesíteni bodykey termékkel, lehetőleg azt, amit legkevesebb idő alatt tud elkészíteni (pl. az irodában, vagy ha üzleti úton van). A Személyes online bodykey™ tanácsadó szerint ez az alapértelmezés a testsúlycsökkentő fázis alatt. Egyéb ételekhez más receptajánlatokat javasolunk a programon belül. Egyéb eszközöket is biztosítunk annak érdekében, hogy elérhesse az Ön számára optimális testsúlyt. A súlyfenntartási fázisban nem kell naponta fogyasztania bodykey termékeket.

---

## **Genetikai teszt**

### **30. Az egyik pálcát eltörött, mit tegyek?**

A mintavételhez egyszerűen csak használja a másik két pálcát. Általában az első pálcát elegendő a genetikai elemzés elvégzéséhez. A laboratórium kizárólag akkor kér második elemzést, ha a sejtgújtemény nem megfelelő vagy DNS-degradáció fordul elő. Ha mindegyik pálcát eltörött, akkor új Genetikai tesztet tartalmazó doboz igényléséhez kérjük, vegye fel a kapcsolatot a bodykey™ támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi úrlapon keresztül.

---

### **31. Kimutat a Genetikai teszt valamilyen betegséget vagy jelez bármilyen prognózist a várható élettartamra vonatkozóan?**

Nem.

---

## **Személyes online bodykey™ tanácsadó**

### **32. Hogyan kell regisztrálni?**

A bodykey by NUTRILITE™ programra történő regisztrációhoz, illetve a Személyes online bodykey tanácsadó szolgáltatáshoz történő hozzáférés aktiválásához lépjen a regisztrációs űrlapra, és adja meg a genetikai tesztet tartalmazó dobozban található egyedi kódszámot. A rendszer kéri fogja Öntől, hogy hozzon létre egy felhasználónevet és egy jelszót. A regisztráció során egy érvényes e-mail címet is meg kell adni. Ez különösen fontos, hiszen a programmal kapcsolatos összes információt e-mailben küldjük el.

---

### **33. Nincs saját számítógémem. Internetkávézóból is nyomon követhetem a programom eredményeit?**

Nincs szükség saját számítógépre, hiszen a bodykey by NUTRILITE™ program az interneten keresztül szinte bármilyen eszközről elérhető. Ugyanakkor valószínűleg mindenki számára kényelmesebb saját számítógépet használni.

---

### **34. Mobiltelefonról is elérhető a bodykey oldal? Létezik mobilalkalmazásuk?**

Igen. A Személyes online bodykey tanácsadó mobiltelefonokra optimalizált formában is elérhető.

---

### **35. Miért kell megadnom az ABO számomat a kapcsolatfelvételi űrlapon?**

Ha megadja ABO számát, akkor hatékonyabb és személyre szabottabb kiszolgálást tudunk nyújtani Önnek. Ha Ön vásárlóként szeretne rendelni, akkor a kiszolgálási színvonal javítása érdekében érdemes megadni az ABO nevét és irányítószámát.

---

### **36. Kik láthatják az adataimat?**

Adatait bizalmasan kezeljük, és nem adjuk tovább harmadik feleknek. Az adatokat kizárólag az Ön étrendjét és edzéstervét összeállító szakértők látják.

---

### **37. A program betöltése túl sok időt vesz igénybe. Mit tegyek?**

Az Ön internetkapcsolata valószínűleg lassú, és ez kihatással van a különböző alkalmazások (pl. a bodykey) használatára is. Ha a probléma tartósan fennáll, javasoljuk, hogy forduljon internetszolgáltatójához, és kérdezze meg, hogy növelni tudják-e a kapcsolat sebességét. Ha nem ez okozza a problémát, akkor kérjük, vegye fel e-mailben a kapcsolatot a bodykey támogató csoportjával a kapcsolatfelvételi űrlapon keresztül. Kérjük, ne feledje, hogy mindig érdemes internetböngészőjét a legújabb verzióra frissíteni, hiszen ezzel is javíthatja a felület használhatóságát. Ha Ön Internet Explorer böngészőt használ, akkor a felület által kínált összes funkció igénybe vételéhez IE 8 vagy újabb verzió szükséges.

**38. Elfelejtettem a felhasználóneveimet/jelszavam, ezért nem tudok belépni. Mit tegyek?**

Először is kérjük, ellenőrizze, hogy helyesen írta-e be a felhasználónevét és a jelszavát. Ellenőrizze, hogy nem hagyta-e véletlenül bekapcsolva a CAPS LOCK funkciót a jelszó begépelése előtt. Ha felhasználónevét vagy jelszavát elfelejtette, kérjük, lépjen az „Elfelejtettem a jelszavam” oldalra, és kövesse az ott található utasításokat.

---

**39. A későbbiek folyamán módosíthatom a regisztráció során megadott nevemet, ha megházasodom?**

Igen. Egyszerűen csak lépjen a profil oldalra, és módosítsa a nevét.

---

**40. Más országokból is használhatom az oldalamat, amelyet a saját nyelvemre állítottam be, és amely a preferált receptjeimet tartalmazza?**

A bodykey felületet bármilyen országból elérheti. Mindazonáltal a termékeket és a recepteket ahhoz az országhoz igazítjuk, ahol a bodykey™ készletet vásárolta. Ebből kifolyólag eltéréseket tapasztalhat a termékek elérhetősége és a javaslatok terén. A bodykey készletben biztosított egyedi kód nem kapcsolódik egy-egy országhoz, így Ön más országokból is hozzáférhet az oldalhoz (ahol az elérhető).

---

**41. Módosíthatom a felhasználóneveimet?**

Fokozottan javasoljuk, hogy olyan felhasználónevet válasszon, amely illik Önhöz. Szükség esetén az ügyfélszolgálaton keresztül módosíthatja felhasználónevét, azonban a folyamat néhány napot igénybe vehet.

---

**42. Azonnali választ kapok a kérdéseimre?**

Kis időbe telhet, mire szakértőink megválaszolják az Ön kérdéseit, hiszen egyfelől a bodykey programban sokan vesznek részt, másrészt szeretnénk alapos és kimerítő választ adni kérdéseire. Felhasználási feltételeink értelmében a kérdések beérkezésétől számított 48 órán belül válaszolunk. Habár sok esetben ennél rövidebb idő is elegendő szokott lenni a kérdések megválaszolására.

---

**43. Miért van szükségem e-mail címre?**

A regisztráció során egy érvényes e-mail címet kell megadni. Ez rendkívül fontos, mert minden információt a programmal kapcsolatban ide fogunk küldeni, ezen kívül a személyre szabott Étrend és edzésterve is ide fog érkezni.

---

**44. Három hónapig sikeresen részt vettem a programban. Elkezdheti a férjem is?**

Sajnos nem. Annak érdekében, hogy teljesen személyre szabott programot kapjon, a férjének el kell küldenie a saját DNS-mintáit, mert az ő genotípusa és az „Egyéni tervezés” menüpontban szereplő információi eltérőek lehetnek.

---

**45. A családom ugyanazokat az ételeket eszi, amiket én. A receptek csak azok számára jók, akkor szeretnének fogyni?**

Nem, ezeket az ételeket nyugodtan fogyaszthatja más családtagja is. A recepteket táplálkozási szakértők állították össze, így azok egészségesek, kiegyensúlyozott étrendet biztosítanak, így bárki fogyaszthatja őket.

---



#### **46. Mennyire megbízható a testtömeg-index (BMI) mérés?**

A BMI értéke segít eldönteni, hogy valóban szüksége van-e testsúlycsökkentésre vagy sem. Azonban a BMI érték nem árulkodik a testünkben megbúvó zsírszövetek mennyiségéről, pontosan ezért végezzük el a derékvonal-mérést is.

---

#### **47. Hogyan tudom figyelemmel kísérni fejlődésemet?**

A Személyes online bodykey taácsadó oldalán bármikor ellenőrizheti fejlődési folyamatát. .

---

#### **48. Milyen rendszerkövetelményekre van szükség a számítógépen az online program használatához?**

A bodykey™ oldal eléréséhez csupán egy internet-hozzáféréssel rendelkező, illetve az internetes weblapok közötti böngészésre, videolejátszásra (pl. mvg), valamint PDF-fájlok és Word-dokumentumok megnyitására alkalmas szoftverekkel ellátott átlagos számítógép szükséges. Lévéen, hogy online platformról van szó, egy barátja számítógépét is használhatja, vagy akár egy internetkávézóból is követheti a programot. Kérjük, ne feledje, hogy mindig érdemes internetböngészőjét a legújabb verzióra frissíteni, hiszen ezzel is javíthatja az oldal használhatóságát. Ha Ön Internet Explorer böngészőt használ, akkor az oldal által kínált összes funkció igénybe vételéhez a legújabb verzió szükséges.

---

#### **49. Mit tegyek, ha a program ideje alatt beteg leszek, és gyógyszeres kezelésre szorulok?**

Ha megbetegszik, és gyógyszeres kezelésre szorul, mindenképpen konzultáljon orvosával a program folytatásának lehetőségével kapcsolatban. Ha az orvos nem javasolja a program folytatását, szüneteltesse azt addig, amíg jobban nem lesz, vagy amíg az orvos megerősíti abban, hogy bátran részt vehet újra a programban.

---