

# CENTOVA

# diéta

PROKOP 2023

Na Slovensku je ohrozený príjmovou chudobou každý 8. obyvateľ, čo je takmer 600-tisíc osôb, ktorým často chýba to najzákladnejšie - vyvážená a najmä pestrá strava.

Aby sme pritiahli pozornosť na problém, predstavili sme nezmyselnú diétu s názvom Centova diéta, ktorej základom je konzumácia výlučne lacných základných potravín s dlhou dobou trvanlivosti, a nechali sme influencerov vyskúšať si ju na vlastnej koži.



## VÝZVA A CIEĽ

Zbierka **Podeľ sa a pomôž** vznikla s cieľom pomôcť ľuďom v núdzi. Stačí odovzdať potraviny do špeciálne označeného koša v akejkoľvek Lidl predajni na Slovensku a Lidl už produkty doručí tam, kde to najviac potrebujú - 95-tim neziskovým organizáciám naprieč Slovenskom. Spoločnosť projekt dlhodobo komunikuje priamo v predajniach. **Problém však je, že v záplave cenoviek a akciových plagátov, ľahko unikne pozornosti zákazníkov.**

Cieľom preto bolo pritiahnúť pozornosť verejnosti na často prehliadaný problém príjmovej chudoby a zároveň motivovať, čo najviac ľudí do zbierky prispieť.



## STRATÉGIA A PLÁN

# CENTOVA

# diéta

Paleo diéta, Keto diéta, či krabičková. O zázračné diéty sľubujúce rýchle výsledky nie je núdza. Priznajme si, ne jeden z nás im prepadol. Rozhodli sme sa využiť tento fenomén v náš prospech.

Vytvorili sme nezmyselnú diétu s názvom Centová diéta. Jej základom je konzumácia výlučne lacných potravín s dlhou dobou trvanlivosti, teda potravín, na ktoré sú odkázaní ľudia na hranici chudoby.

Na nezmyselnosť diéty sme sa rozhodli poukázať prostredníctvom influencerov. V momente, keď sme získali pozornosť verejnosti, sme prišli s rozuzlením - až 600 000 Slovákov drží túto diétu NEDOBROVOLNE.





**CEN TOVA**

**diéta**

## REALIZÁCIA

### Ako zabezpečiť, aby sa verejnosť a médiá dozvedeli o Centovej diéte?

Pod rúškom tajomstva sme začali šíriť informácie o Centovej diéte na sociálnych sieťach. Vytvorili sme dokonca fiktívnu definíciu našej „zázračnej“ metódy.

Herečka Karin Haydu a foodblogger Daniel Feranec (známy ako Čo je Bratislava), predstavili svojim fanúšikom novú diétu, ktorú sa rozhodli podstúpiť.

V rámci unboxingu balíčka vysvetlili, že diéta pozostáva z lacných a stále sa opakujúcich sa jedál. Jej zloženie je síce trochu neobvyklé, ale vraj túto diétu držia celé rodiny, tak prečo to neskúsiť.



**Karin Haydu**  
**@karinhaydu**



**Daniel Feranec**  
**@cojebratislava**



# REALIZÁCIA

## 1. deň

Na začiatku pôsobia influenceri odhodlane. Jedlá sú síce trochu jednoduchšie a bez tvaré, ale oni sú pevne rozhodnutí vydržať.



👤 Páči sa to používateľovi [kateryna\\_kovalova](#) a 657 ďalším

**karinhaydu** Tí ktorí ma poznáte dlhšie možno ste postrehli, že som nikdy nedržala žiadnu diétu. Ale ako sa hovorí, "nikdy nehovor nikdy".

Dala som sa nahovoriť na CENTOVU DIETU, ktorú mimochodom na Slovensku drží približne 600 tisíc ľudí 🙌 Odborníci na výživu tvrdia, že je veľmi účinná, je založená na lacných a cenovo dostupných potravinách, paradoxne s vysokou energetickou a nízkonutričnou hodnotou. Obdržala som balíček s potravinami, ktoré budem najbližšie dni konzumovať a budem sa deliť s vami o moju empiriu s touto Centovou diétou. 😊

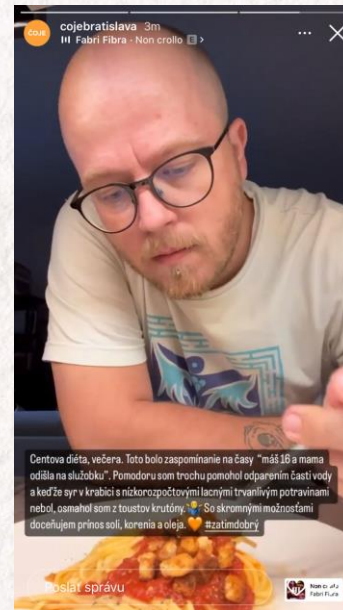
#centovadieta #dieta #healthy #food #lifestyle #fit #slovakia #enjoy

## REALIZÁCIA

### 2. deň

Na druhý deň prichádza kríza, odhodlanie aj zásoby začínajú pomaly dochádzať.

Narastajú pochybnosti, či sa dá takto stravovať dlhodobo.



## REALIZÁCIA

### 3. deň

S pribúdajúcimi dňami sa úsmev na perách influencerov vytrácal, až úplne zmizol. Karin aj Dano priznávajú, že takto jednotvárne sa stravovať nedokážu.

Fanúšikovia na sociálnych sieťach od počiatku vášnivo reagovali a zároveň ich odhovárali od nezdravej diéty.





# REALIZÁCIA

## 4. deň

Na 4. deň prišlo veľké odhalenie podstaty diéty a jej pozadia.

Aby sa o rozuzlení dozvedelo, čo najviac ľudí, zorganizovali sme intenzívny média briefing priamo v jednej z Lidl predajní a pozvali aj našich influencerov, ktorí diétu podstúpili.



❤️ 💬 📌  
👤 Páči sa to používateľovi zuzana\_mikulasova a 475 ďalším

cojebratislava Projekt "Podeť sa a pomôž" v predajniach @lidlisk pomáha ľuďom, pre ktorých útrpná #centovadiéta nie je žiaden influencerský výstrelok, ale každodenná realita. ❤️ Spomeňte si naň prosím pri najbližšom nákupe v Lidli:

1. Prihodíte si do košíka pár trvanlivých potravín, s ktorých by ste si sami navarili dačo chutné
2. Po zaplatení ich za pokladňou venujete do zbierky pre ľudí, ktorí nemajú peniaze ani na parádne obedy vo fancy bistrách, ani na to, aby si doma uvarili lákavý recept z exotických surovín. 🍌



13:22  
KARINHAYDU  
Príspevky  
Sledovať

karinhaydu  
Platené partnerstvo • Karinhaydu • Pôvodný zvuk



❤️ 💬 📌

karinhaydu Sľúbila som, že sa s vami podelím o výsledok CENTOVEJ DIÉTY, ktorú som držala predložené dni. Mnohí ste mi písali, že som si nevybrala dobrú diétu a posielali ste mi linky na osvedčené a vami overené diéty.

Pravda je taká, že som nikdy žiadnu diétu nedržala a spomínaná CENTOVA DIÉTA je charitatívny projekt, ktorý má poukázať na zmysluplnú kampaň. Vyššie 600-tisíc ľudí na Slovensku žije na pokraji chudoby, čo je veľmi alarmujúce číslo a nie je mi to ľahostajné.

Je to smutné, ale veľa ľudí sa stravuje tak, že ak chcu prežiť musia jesť lacné, trvanlivé potraviny, ktoré ich zasýtia na dlhé hodiny. Bez ohľadu na ich výživovú hodnotu.

Čím sa človek zdravšie stravuje, tým je strava drahšia, takže má to aj ekonomický dopad. A čo je podstatnejšie, aj ten zdravotný.

Takéto stravovanie som si vyskúšala, no tri dni jesť to isté s malými obmenami bez výživy a vitamínov nie je bohviečo.

V predajniach LIDL sa nachádzajú zberné koše s označením "PODEĽ SA A POMÔŽ". A práve do nich môžete prispieť akýmikoľvek trvanlivými potravinami, ktoré následne neziskové organizácie doručia tam kde ich je najviac treba.

My Slováci sme už neraz preukázali, že máme veľké srdcia, pretože tak nás rodičia vychovávali. Dokonca mám pocit, že čím sú ľudia chudobnejší tým sú štedrejší. Každý z nás môže pomôcť individuálne podľa jeho možností ako mu to jeho finančná situácia dovoľí.

Minimálne takýmto spôsobom by som chcela poukázať na to, aby sme boli voči sebe viac empaticky, prejavovali si viac spolupatričnosti a pomáhali tým, ktorí to potrebujú. Už len záujem sa cení.

## VÝSLEDKY

**56**

spontánnych  
mediálnych výstupov

viac ako

**210 000 €**

hodnota  
mediálnych výstupov

SOME reach

**1.4 mil.**

viac ako

**50 mil.**

celkový dosah



## VÝSLEDKY

No dôležitejšie ako čísla, sú príbehy za nimi. Aktivita upozornila na problémy tých, ktorí často zostávajú zabudnutí a inšpirovala stovky ľudí, aby začali pomáhať.

Aj vďaka Centovej diéte presiahla suma vyzbieraných potravín v rámci projektu Podel'sa a pomôž na konci roka jeden a pol milióna EUR.

**PREHĽAD**

**MEDIÁLNE  
VÝSTUPY**



# TEASING KAMPANE

**Celebrity prepadi novej diete, výsledky sľubuje v krátkom čase**

**Učiteľ učil v základnej škole s viac ako troma promile**

**Horolezci začali čistiť hradište bralov v Devíne**

**Muž obral pracovníčku zmenárne o dvadsiť eur**

**Podľahla jej aj Karin Haydu**

**Opitý vodič unikol hliadke a narazil do stromu**

**Deti si nasadili do auta, narazili do značky a prevrátili sa**  
**Havaroval iba 12-ročný chlapec**

**Na Letisku Pletňany budú servisovať lietadla**

**NOVÁ DIETA pohtila CELEBRITY: Výsledky sľubuje v KRÁTKOM ČASE, poznáte ju aj vy?**

**NOVÁ DIETA ohlásila aj Karin Haydu: NIKDY nedávajte ŽADANE, ale 18.41.01...**

**Nový fenomén rozpalil mami! Slovenské mamy odli! Vyskúšali funkčnosť novej diety za rozhodli aj naše celebrity. Centova diéta sa začala ohlasiť už aj na sociálnej sieti. Čím sa ich zdieľajú?**

**Veľkúmu ohlasy už profítkala aj herečka Karin Haydu, ktorá je práve tým, čo sa snaží. Je vďaka diete, ktorá je. Zdieľala jej účinnosť a zatiaľ aj ostatní. Zdieľala jej účinnosť a zatiaľ aj ostatní.**

**Jednoduchosť tejto diety spočíva v tom, že vám má efektívne zbaviť kil navyše bez akýchkoľvek špeciálnych predpisovaných potravín (či prírodných nápojov). Navyše odborníci na výživu hovoria, že je mimoriadne účinná a výsledky sa dosahujú v krátkom čase.**

**Centova diéta má úspech, koľko tisíc ľudí ju drží na Slovensku, sa dozviete TU >>>**

**Zaujímavým faktom je, že je dostupná pre každého. Ak ľudia chcúte začať a nevíte, čo je správne, alebo ak nie ste úplne vyčíslení, môžete sa použiť na naše služby. Navyše odborníci na výživu hovoria, že je mimoriadne účinná a výsledky sa dosahujú v krátkom čase.**



Denník Plus jeden deň

www.pluska.sk

Ukážky výstupov prostredníctvom SoMe – NčPZ, Eva, PID

## TOP MEDIÁLNE VÝSTUPY



**TA3 – Dobré správy**  
Nedobrovoľná diéta



**Markíza - Teleráno**  
Podel sa a pomôž



**TV JOJ - Noviny**  
Život na hranici chudoby

# TOP MEDIÁLNE VÝSTUPY

aktuality.sk 30 ROKOV SLOVENSKA SLOVENSKO REGIÓNŤ SVET TĚHY EKONOMIKA KOMENTÁR

Volby 2022 Vojna na Ukrajine Veda, výtvarum – náša šanca OBCHOD PODCAST VIDEO TV prep

Špeciálny projekt | 14.10.2022 07:50

## Šetriť jedlom s Lidlom môžete teraz aj vo vašom meste



ilustračné foto zdroj: Lidl

Špeciálny projekt

Aktívne si osvetliť

„Spočítali sme si, že takto ročne zachránime stovky ton kvalitného ovocia a zeleniny,“ povedal Róbert Flachbart, konateľ Lidl Slovenská republika

Plytvanie potravinami je obrovský luxus, ktorý si nemôžeme dovoliť. Ide o problém ekonomický, ekologický a morálny. Je nevyhnutné zamyslieť sa nad tým, či robíme skutočne všetko, čo je v našich silách, aby sme zbytočne neplýtvali potravinami. Celkom určite nie je jednoduché byť zodpovedným človekom. Lidl však v tom svojim zákazníkom pomáha. Začiatkom októbra spustil diskont vo všetkých svojich 158 predajniach na Slovensku iniciatívu **S Lidlom šetríme jedlom**.

Súčasťou konceptu je predaj trojkilového balenia rôzneho ovocia a zeleniny za prekvapivo nízku cenu 1 €. Ide o ovocie a zeleninu, ktorú predtým Lidl z rôznych dôvodov vyhadzoval. Zákazníci si tak tiež môžu zakúpiť chlieb Priamo z pece do poludnia druhého dňa po vypčení s 50% zľavou. Chlieb sa nachádza špeciálne zabalený a označený oranžovou cenovkou priamo v regáli. Lidl aj týmto spôsobom ponúka udržateľnejší a zodpovednejší nákup, pričom okrem prírody môžu zákazníci šetriť aj svoje peniaze.

TASR.TV VYSIELANIE RELÁCIE

RELÁCIE > PR VIDEO



LIDL: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu

Fiktívne vytvorený pán Cento posúžil len na upútanie pozornosti k dôležitej téme chudoby a novej Lidl kampani podporujúcej už existujúcu Poďeť sa a pomôž.

Bratišlava 10. októbra (TASR.TV/OTS) - Pre telo nie je z dlhodobého hľadiska prospešné, aby sme ho vystavovali akokoľvek diéte. Existuje ich niekoľko. Veľa je rapidných. Bielkovinová, či ryžová. Negatívny dopad diéty na ľudskú schránku je badaťteľný v tom, že postupne strácame tekutiny a svalovú hmotu. Veľmi často sa držíme mylného presvedčenia, že stracame tuk resp. tukové tkanivo, ktoré je najdôležitejšie. Pri takýchto tlakoch trpi nielen naše telo, ale aj psychika.


Noviniek a návodov ako schudnúť nájdete na internete neirekom. Kým my si môžeme jedálniček ľubovoľne vyskladať podľa aktuálnej chuti či nálady a chceme mať dokonalé telo ideálne s tehlíkami na bruchu, **viac ako 600 000 Slovákov má svoju diétu predpísanú nedobrovoľne** a idú ruka v ruke s problémami, ktoré sa dotýkajú váhy či životasprávy. Úplný nováčik na scéne je – **Centova diéta**<sup>TM</sup>, ide o „redukčnú diétu, ktorej cieľom je efektívne zníženie telesnej hmotnosti. Podľa odborníkov na výživu je mimoriadne účinná už za krátky čas. Je postavená na konzumácii výlučne lacných základných potravín s dlhou dobou trvanlivosti.“ Túto definíciu vám ponúkne vyplaňavač, keď doň zadáte kľúčové slová. O čo ale teda presne ide? Posvietme si na to spolu. Pod rukou tajomstva sme začali šíriť informácie o Centovej diete na sociálnych sieťach spoločne s herečkou **Karin Haydu** a **food blogerom Danielom Fenanco**, ktorí ju zažali „držať“. Spôsobu sa zdálo, že je to úplne v poriadku, no s pribúdajúcimi dňami sa úsmev na perách influencerov vytrácal, až úplne zmizol.

Electrolux Vysávače n a rýchli

ONLINE SK HNAŠE SLOVENSKO EKONOMIKA A FINANCE SVET KOMENTÁR

## STRATÉGIE

AKTUÁLNE NÁDA MARKETING VO BLODY KTO KAM ŠPIÓNAGE PŘESOH A



28.10.2022

- 11. Strážnik a
- 12. Anča Vigh
- 13. Miroslava
- 14. Ingultra
- 15. Dina
- 16. Dina
- 17. Pava
- 18. Dina
- 19. Ingultra
- 20. Ingultra
- 21. Ingultra
- 22. Ingultra
- 23. Ingultra
- 24. Ingultra
- 25. Ingultra
- 26. Ingultra
- 27. Ingultra
- 28. Ingultra

### SOCIÁLNYMI SIEŤAMI SA ŠIRI CENTOVA DIÉTA. IDE O AKTIVITU LIDL

Pomáhali ju šíriť influencers „Čoje“ a Karin Haydu.

Pre telo nie je z dlhodobého hľadiska prospešné, aby sme ho vystavovali akokoľvek diéte. Existuje ich niekoľko. Veľa je rapidných. Bielkovinová, či ryžová. Negatívny dopad diéty na ľudskú schránku je badaťteľný v tom, že postupne strácame tekutiny a svalovú hmotu. Veľmi často sa držíme mylného presvedčenia, že stracame tuk resp. tukové tkanivo, ktoré je najdôležitejšie. Pri takýchto tlakoch trpi nielen naše telo, ale aj psychika.

Negatívny dopad diéty na ľudskú schránku je badaťteľný v tom, že postupne strácame tekutiny a svalovú hmotu. Veľmi často sa držíme mylného presvedčenia, že stracame tuk resp. tukové tkanivo, ktoré je najdôležitejšie. Pri takýchto tlakoch trpi nielen naše telo, ale aj psychika.

Noviniek a návodov ako schudnúť nájdete na internete neirekom. Kým my si môžeme jedálniček ľubovoľne vyskladať podľa aktuálnej chuti či nálady a chceme mať dokonalé telo ideálne s tehlíkami na bruchu, **viac ako 600 000 Slovákov má svoju diétu predpísanú nedobrovoľne** a idú ruka v ruke s problémami, ktoré sa dotýkajú váhy či životasprávy. Úplny nováčik na scéne je – **Centova diéta**.

„Ide o „redukčnú diétu, ktorej cieľom je efektívne zníženie telesnej hmotnosti. Podľa odborníkov na výživu je mimoriadne účinná už za krátky čas. Je postavená na konzumácii výlučne lacných základných potravín s dlhou dobou trvanlivosti.“ Túto definíciu vám ponúkne vyplaňavač, keď doň zadáte kľúčové slová. O čo ale teda presne ide? Posvietme si na to spolu. Pod rukou tajomstva sme začali šíriť informácie o Centovej diete na sociálnych sieťach spoločne s herečkou **Karin Haydu** a **food blogerom Danielom Fenanco**, ktorí ju zažali „držať“. Spôsobu sa zdálo, že je to úplne v poriadku, no s pribúdajúcimi dňami sa úsmev na perách influencerov vytrácal, až úplne zmizol.

Veľké odhalenie predstavy diéty a jej prínosy prišlo na podujatí v predajni Lidl na Kľančanskej ulici v Bratislave. Centova diéta vznikla ako zálež podporujúca kampani k súdržnejšej Poďeť sa a pomôž. Už v názve je jasné, že ide o to, že veľa ľudí sa nemôže dovoliť diétu a zároveň postarať sa o súdržnosť na najvyššej úrovni a volajúci vysokokvalitné a zdravé jedlo. Podstatou oboch kampaní je podporovať zdravú výživu a zdravý životný štýl.

Far rúba je dňový a spoločný podnik. Mali sa hrať na svoje strany

Vyhľadávateľstvo: Práva a súhlas s výtvorom, v rámci dňový lež medze

Partneri v 15 Slovensko má v Cento

# TOP MEDIÁLNE VÝSTUPY

30. výročie samostatnej SR  
Všetky správy



TERAZ.SK

Piatok 21. október 2022 Deň pôvodných zdrojov Jazyk: Meniny má Ústava

Ruský útok na Ukrajinu  
Najnovšie správy



Deň Nitry - volebné rozhovory a spravodajstvo

< sekcia Ekonomika

## LIDL: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu

0 Zdieľať 2 0



**Fiktívne vytvorený pán Cent posúdžil len na upútanie pozornosti k dôležitej téme chudoby aovej Lidl kampani podporujúcej už existujúcu: Podel sa a pomôž.**

Autor TASR  
10. októbra 2022 9:34

Bratislava 10. októbra (TASR,TV/OTS) - Pre telo nie je z dlhodobého hľadiska prospešné, aby sme ho vystavovali akejkoľvek diéte. Existuje ich niekoľko. Veľa je rapidných. Bielkovinová, či ryžová. Negatívny dopad diéty na ľudskú schránku je badateľný v tom, že postupne strácame telutiny a svalovú hmotu. Veľmi často sa držíme myšlienke presvedčenia, že

Najčítanejšie 24h 7d

1. Lidl EÚ sa dohodol na balíku opatrení na riešenie energetickej krízy
2. Šéf FS I. Zábala pred francúzskym výborom odmietol obvinenie z korupcie
3. Rast cien bytov sa zastavil v takmer všetkých regionoch SR
4. Ceny benzínov a nafty sa v 41. týždni zvýšili
5. Druhá: Druhá väčšina letov dronov nad Bratislavou je nekasandovaná
6. Letisko Poprad je podľa nového verenia v štych ekonomickej kondícii
7. Prezidentská odborná 14-dňová otovskú dovolenku pri narodení dieťaťa

STARTUP

Najnovšie gastro Kategorie PREMIUM UP TV Jobs

Príhlásiť /

## Stále viac Slovákov sa musí uchýliť k nezdravému jedlu, na zdravé nemajú. Lidl prichádza s pomocou

Lucia Čelovská 10. októbra 2022 12:07

- Veľa ľudí si stále nemôže dovoliť drahé a zdravé potraviny
- Namiesto toho sú odkázaní na najlacnejšie a veľakrát vysoko kalorické a nezdravé jedlo



Shutterstock.com: Lidl

0 Zdieľať 0 0 0

Lidl prichádza s projektom, ktorého cieľom je podať týmto ľuďom pomocnú ruku, pretože sa z rôznych, či už sociálnych alebo ekonomických, príčin dostali do existenčných problémov.

Podľa štatistik bol na Slovensku ohrozený príjmom chudobou každý ôsmy obyvateľ. Preto vznikla na jeseň 2020 potravinná zbierka *Podel sa a pomôž*, ktorá je stále prítomná vo všetkých predajniach Lidl. Hodnota darovaných potravín dosiahla už 1 500 000 €.

Pomocť môže naozaj každý a jednoducho - nákupními a odovzdaním trvanlivých potravín alebo drogerie do špeciálne označených košov v 158 predajniach Lidl na Slovensku. Lidl sa následne postará o ich distribúciu medzi 94 organizácií, ktoré to potrebujú najviac.

„Samotnú pomoc od spoločnosti Lidl vnímame veľmi pozitívne najmä preto, že je pravidelná a dlhodobá. Klienti, ktorých takto podporujeme, si vedľa vďaka tomu lepšie rozplánujú svoj rozpočet. Majú tak istotu, že potraviny prídu každý týždeň, a teda vedľa financie používajú iné potrebné veci. Za to patrí spoločnosti Lidl jedno veľké ďakujeme,“ hovorí Judita Majerová, riaditeľka OZ Brána do života.

Lidl na problém upozorňuje aj vďaka kampani nesúcej názov Centova diéta. Viac ako 600-tisíc Slovákov má Centovu diétu predpísanú nedobrovoľne a idú ruku v ruke s problémami, ktoré sa dotýkajú váhy či životospráv.

Stát polepší otcom, od novembra budú môcť čerpať vlastnú verziu...

Poznáme víťazov Félix Business Award. Ocenené bolo mesto pod Vysokými...

Na toto sme čakali roky, ceny nešťastnosti začína klesať

Tréningové najväčšie futbalové tímy. Prichádzajú ku mne ženy po živote...

Energetická kríza vechol, so seamenstvom naber neočakávaný smer

Poznáme víťazov Félix Business Award. Ocenené bolo mesto pod Vysokými Tatrami či známa rodná firma

Stát polepší otcom, od novembra budú môcť čerpať vlastnú verziu „amaterskej“

USB s dátami o zločinoch, na hranici, ktoré som poznal do Bratislavy sa záhadne stratilo

dobrenoviny

SLOVENSKO REGIÓN Y SVET EKONOMIKA ŠPORT KULTÚRA VEDA CESTOVANIE ZDRAVIE

Silvia Mabeša  
09.10.2022 12:00

Čítanie na 3 minúty 110 zdieľaní

## Pre dobrú vec vyskúšali "diétu" Slovákov. Nedá sa tak žiť, hovoria foodblogger Čo je a herečka Karin Hajdu

Ich záhadná diéta, ohlásená na sociálnych sieťach má nečakanú pointu. Karin a Daniel varili iba z toho, čo si z obchodu odnášajú najchudobnejší Slováci. Upozorňujú na to, ako môže pomôcť každý z nás.



Foodblogger Čo je Bratislava a herečka Karin Hajdu v Bratislave. Za obľúbenú centovú diétu. Foto: Zuzana NEDZVEDKOVÁ (sociálnych sieťach, gastronómia)

V balíku základných lacných potravín, z ktorých niekoľko dní žil populárny foodblogger Čo je Bratislava a šarmantná herečka Karin Hajdu, nebolo mäso, maslo či čerstvé ovocie. Zivotnými okolnosťami je k takejto „diéte“ prinútený asi každý desiaty Slovak. Karin a Daniel radia, ako s tým skončovať. Vo svojich kampaniach upozorňujú na zaujímavý projekt refazca Lidl Podel sa a pomôž.

Centova diéta celebrit

Známi slovenskí influenceri zámerne zahmlenými odkazmi na centovú diétu stupňovali zvedavosť ľudí. Na ich verejnú vysvetlenie prišli štáby všetkých celoslovenských televízií. „Mnohí fanúšikovia na sociálnych sieťach ma od tejto diéty začali dokonca odhovárať alebo mi radili nutriečne zdravé spôsoby stravovania,“ hovorí Karin Hajdu, o ktorej je známe, že diéty nedrží. Zámerom celej kampane bolo upozorniť na ťažkú situáciu asi 600 000 Slovákov, ktorí pri nákupe



# TOP MEDIÁLNE VÝSTUPY

**Celebrity prepadli nové diéte, výsledky sľubuje v krátkom čase**

**Podľahla jej aj Karin Haydu**

**Opitý vodič Ťahleňka a narazil do stromu**

**Deti si nasadili do auta, narazili do značky a prevrátili sa**

**Havaroval iba 12-ročný chlapec**

**Na Letisku Piestňan budú servisovať lietadlá**

**Dnes 32. apríl**

**Plus**

**JEDEN DEŇ**

**Dušan Dědeček**

**Co robili pár hodín pred STRÁŠNOU NEHODOU!**

**Kemka a Kobelský Po 6 rokoch studená sprcha od Markízy**

**Prisli o super PENIAZE**

**Zaujalo nas!**

**Učitelia v základnej škole s viac ako trnami promlie**

**Horolezci začali čistiť hradeň bralo v Devíne**

**Muž obrátil pracovnicu zmerane o dväťtisíc eur**

**Opitý vodič Ťahleňka a narazil do stromu**

**Deti si nasadili do auta, narazili do značky a prevrátili sa**

**Havaroval iba 12-ročný chlapec**

**Na Letisku Piestňan budú servisovať lietadlá**

**Dnes 32. apríl**

**Plus**

**JEDEN DEŇ**

**Dušan Dědeček**

**Co robili pár hodín pred STRÁŠNOU NEHODOU!**

**Kemka a Kobelský Po 6 rokoch studená sprcha od Markízy**

**Prisli o super PENIAZE**

**Zaujalo nas!**

**Učitelia v základnej škole s viac ako trnami promlie**

**Horolezci začali čistiť hradeň bralo v Devíne**

**Muž obrátil pracovnicu zmerane o dväťtisíc eur**

**Opitý vodič Ťahleňka a narazil do stromu**

**Deti si nasadili do auta, narazili do značky a prevrátili sa**

**Havaroval iba 12-ročný chlapec**

**Na Letisku Piestňan budú servisovať lietadlá**

**Dnes 32. apríl**

**Plus**

**JEDEN DEŇ**

**Dušan Dědeček**

**Co robili pár hodín pred STRÁŠNOU NEHODOU!**

**Kemka a Kobelský Po 6 rokoch studená sprcha od Markízy**

**Prisli o super PENIAZE**

**Zaujalo nas!**

**Učitelia v základnej škole s viac ako trnami promlie**

**Horolezci začali čistiť hradeň bralo v Devíne**

**Muž obrátil pracovnicu zmerane o dväťtisíc eur**

**Opitý vodič Ťahleňka a narazil do stromu**

**Deti si nasadili do auta, narazili do značky a prevrátili sa**

**Havaroval iba 12-ročný chlapec**

**Na Letisku Piestňan budú servisovať lietadlá**

**Plody bazzy sú zdravé. Co všetko z nich viete urobiť?**

**Prírodný olej z bazzy**

**Prírodný olej z bazzy**

**Niektorí Slováci držia diéto nedobrovoľne --- Vyskúšali si to aj celebrity**

**Podeď sa a pomôž**

**Záhada Centovej DIÉTY je vyriešená!**

**Centová diéta je realita**

**Zjedne fancy biskvit**

**Diétna diéta, malina smotana**

**Prírodný olej z bazzy**

**Sokujúce odhalenie novej metódy na chudnutie**

**SPECIALNY PROJEKT**

## Centová diéta, bohužiaľ, funguje!

Sociálne siete pred pár dňami obletela novinka – centová diéta. Vyskúšali si ju aj herečka Karin Haydu a foodblogger Daniel Ferenc. Všetko je však trochu inak, akoby sa na prvý pohľad zdalo. Pravda vs dostane.

**0.89**

**Diétna diéta, malina smotana**

**Prírodný olej z bazzy**

**Plus jeden deň  
Podľahla jej aj  
Karin Haydu**

**Plus jeden deň  
Záhada centovej  
diéty je vyriešená!**

**Plus jeden deň  
Centova diéta,  
bohužiaľ, funguje!**

# PREHLAD VÝSTUPOV

Poradie	Mesiac	deň	Titul	Názov článku	Reklamná hodnota bez DPH	Reach
1	Október	2	instagram.sk	Dala som sa nahovoriť na CENTOVÚ DIETU	1 237,25 EUR	72700
2	Október	2	instagram.sk	Ako by vám znelo, že "diéta, ktorá spočíva v konzumácii výlučne lacných základných potravín	991,96 EUR	60037
3	Október	4	casprezeny.sk	NOVÁ DIÉTA pohltila CELEBRITY: Výsledky sľubuje v KRÁTKOM ČASE, poznáte ju aj vy?	600,00 EUR	955951
4	Október	4	pluska.sk	NOVÁ DIÉTA pohltila CELEBRITY: Výsledky sľubuje v KRÁTKOM ČASE, poznáte ju aj vy?	900,00 EUR	1434406
5	Október	4	eva.sk	Celebrity prepadli novej diéte, výsledky sľubuje v krátkom čase: Podľahla jej aj Karin Hayd	600,00 EUR	729051
6	Október	4	facebook.sk	Počuli ste už o diéte, ktorá dáva svet do pohybu?	1 100,51 EUR	274602
7	Október	4	facebook.sk	Instagramom sa šíri nová centova diéta	325,95 EUR	8000
8	Október	6	noviny.sk	Viac ako 600-tisíc ľudí na Slovensku žije na hranici chudoby. Niektoré potraviny si nemôžu	400,00 EUR	722181
9	Október	6	joj.sk	Slovensko: Život na hranici chudoby	400,00 EUR	620000
10	Október	6	JOJ	Slovensko: Život na hranici chudoby	23 660,00 EUR	n/a
11	Október	6	instagram.sk	Sfúbila som, že sa s vami podelím o výsledok CENTOVEJ DIÉTY	1 790,75 EUR	72700
12	Október	6	instagram.sk	Projekt "Podeľ sa a pomôž" v predajniach @lidl.sk	987,96 EUR	60037
13	Október	6	mamaaja.sk	PRE CENTOVÚ DIÉTU NECH MIESTO VIAC NIE JE TU	400,00 EUR	45000
14	Október	7	youtube.com	Centova diéta foodblogera ČOJE Bratislava a herečky Karin Haydu.	235,75 EUR	398
15	Október	7	facebook.sk	Centová diéta už viac nie je zahalená rúskom tajomstva	1 132,56 EUR	274602
16	Október	7	instagram.sk	Centová diéta už viac nie je zahalená rúskom tajomstva	266,50 EUR	20500
17	Október	7	instagram.sk	Centova diéta už viac nie je zahalená rúskom tajomstva.	345,25 EUR	25900
18	Október	7	instagram.sk	Veľké odhalenie! Centova diéta už netají svoju identitu	138,68 EUR	10814
19	Október	7	facebook.sk	Veľké odhalenie! Centova diéta už netají svoju identitu	1 051,94 EUR	198059
20	Október	7	Plus jeden deň	Celebrity vyskúšali novú CENTOVÚ diétu Konečne odhalili jej TAJOMSTVO	1 000,00 EUR	275000
21	Október	7	Plus jeden deň	Záhada Centovej DIÉTY je vyriešená!	4 266,67 EUR	275000
22	Október	7	pluska.sk	TAJOMSTVO Centovej diéty je ODHALENÉ: Celebrity na rovinu prezradili ŠOKUJÚCE podro	900,00 EUR	1434406
23	Október	7	casprezeny.sk	Státisíce ľudí DRŽÍ DIÉTU nedobrovoľne: Vyskúšali si to aj CELEBRITY, čo na to hovoria?	600,00 EUR	955951
24	Október	7	eva.sk	Státisíce ľudí DRŽÍ DIÉTU nedobrovoľne: Vyskúšali si to aj CELEBRITY, čo na to hovoria?	600,00 EUR	729051
25	Október	7	fitastyl.sk	Podeľ sa a pomôž: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu	300,00 EUR	n/a
26	Október	7	ta3.sk	Nedobrovoľná diéta	600,00 EUR	51598
27	Október	7	TA3	Nedobrovoľná diéta	9 666,00 EUR	n/a
28	Október	7	strategie.sk	Sociálnymi sieťami sa šíri Centova diéta. Ide o aktivitu LIDL	300,00 EUR	119841
29	Október	8	pluska.sk	Známe tváre o Centovej diéte: Drž ju viac ako 600 tisíc Slovákov	900,00 EUR	1434406
30	Október	8	tv.teraz.sk	LIDL: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu	450,00 EUR	419307
31	Október	8	tasrtv.sk	LIDL: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu	450,00 EUR	n/a
32	Október	9	marketeris.sk	MARKETERIS NEWS: FLEMA – Viac shortlistov je našich + ďalšie novinky z agentúr	200,00 EUR	30000
33	Október	9	dobrenoviny.sk	Pre dobrú vec vyskúšali "diétu" Slovákov. Nedá sa tak žiť, hovorí foodblogger Čoje a hereč	500,00 EUR	991242
34	Október	10	femme.sk	Pre centovú diétu nech miesto viac nie je tu	200,00 EUR	50000
35	Október	10	teraz.sk	LIDL: Pre Centovu diétu nech miesto viac nie je tu	450,00 EUR	419307
36	Október	14	aktuality.sk	Šetriť jedlom s Lidlom môžete teraz aj vo vašom meste	1 600,00 EUR	2679510
37	Október	14	Rádio Vlna	Na Vlně s Petrou	3 000,00 EUR	0
38	Október	14	Markiza	Podeľ sa a pomôž	2 801,33 EUR	n/a
39	Október	14	markiza.sk	Podeľ sa a pomôž	500,00 EUR	1196998
40	Október	18	startup.sk	Stále viac Slovákov sa musí uchýliť k nezdravému jedlu, na zdravé nemajú. Lidl prichádza s	2 000,00 EUR	1357278
41	Október	21	Nový čas	Centová diéta, bohužiaľ, funguje!	10 850,00 EUR	173500
					<b>65 631,73 EUR</b>	<b>18177333</b>