

**ODKRYJ
NA NOWO
DOBRY**
Sen



Twoje zadania w projekcie

1 Krok 1 Wypróbuj!

Rozpocznij stosowanie suplementu diety NOVANOC i odkryj na nowo dobry sen!



2 Krok 2 Podziel się!

Rozdaj znajomym dodatkowe opakowania suplementu diety NOVANOC. Niech oni też przekonają się na czym **polega potrójne wsparcie zdrowego snu!**



3 Krok 3 Podsumuj!

Na zakończenie projektu wypełnij ankietę podsumowującą i wyraż swoją szczerą opinię!



Dodatkowo*

Jeśli masz ochotę, możesz stworzyć publikację na swoich mediach społecznościowych, dodając hashtagi #wyspanegodnia #projekttrend.

**Nie jesteś zobowiązany do wykonania powyższego punktu*

Twój zestaw Ambasadora

NOVANOC®

- 2 x opakowania suplementu diety NOVANOC® dla Ciebie
- 3 x opakowania suplementu diety NOVANOC® dla Twoich znajomych
- Długopis z logo marki NOVANOC®
- Prezent od marki NOVANOC® – Relaksująca maska na oczy
- Książeczka badania opinii
- Broszurki informacyjne

Zalecane spożycie NOVANOC®



1

1 tabletką
przed snem

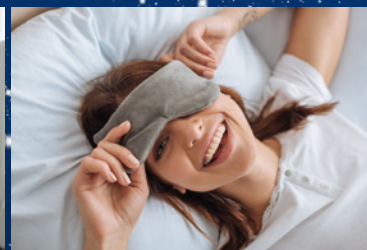


Od 30 minut do 1 godziny
przed pójściem spać





#wyspanegodnia
#projekttrnd



Chciałbyś stworzyć publikację projektową, ale nie masz pomysłu? Zainspiruj się!

Selfie w łóżku – możesz zrobić sobie zdjęcie z suplementem diety NOVANOC® i pokazać innym, że lepszy sen, to lepszy Ty!

Efekt PO – możesz pochwalić się efektami osiągniętymi w czasie stosowania suplementu diety NOVANOC®. Możesz też opisać, jakie zmiany zauważyłeś! Jesteś bardziej zrelaksowany, wypoczęty, masz więcej energii? Spróbuj uchwycić to na zdjęciu!

Kompozycja – możesz stworzyć kompozycję z produktem w roli głównej. Spróbuj zadbać o neutralne tło, dobre światło i dorzucić kilka tematycznych dodatków, takich jak np. Twoje ulubione akcesoria do spania.



Jeśli chcesz dodatkowo opublikować post z #wyspanegodnia, zapoznaj się z poniższymi wskazówkami:

- Koniecznie dodaj hashtagi **#wyspanegodnia** **#projekttrnd**
- Przed zrobieniem zdjęcia przetrzyj obiektyw, zadбай o dobre, najlepiej naturalne światło i odpowiednią estetykę.
- Nie dodawaj postów, które są słabej jakości, rozmazane lub zbyt ciemne – zadбай o takie szczegóły!
- Nie publikuj zdjęć przedstawiających wyłącznie zestaw Ambasadora.
- Nie udostępniaj zdjęć, na których będą widoczne produkty oraz logo innych marek.
- Nie rób zdjęć ani filmów podczas rozpakowywania produktów z pudełka z logo trnd.

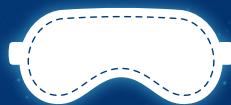
Chciałbyś stworzyć publikację projektową? Poniżej znajdziesz przydatne, zatwierdzone informacje na temat produktu Novanoc oraz higieny snu

Problemy z zasypianiem przydarzają się aż 71% Polaków*. **Co zrobić, aby lepiej spać?** Zapoznaj się z naszymi poradami** i zadbaj o swój sen.



Naukowcy wskazują, że powinniśmy traktować łóżko wyłącznie jako miejsce snu i aktywności seksualnej. Nie powinno się więc wykonywać innych czynności – jeść, oglądać telewizji czy czytać w nim.

Istotnym elementem jest również wyposażenie naszego łóżka – odpowiednio dobrany do naszej fizjologii materac, wygodna pościel, grubość kołdry dostosowana do pory roku i panującej temperatury.



Bardzo ważnym elementem prawidłowej higieny snu jest aktywność fizyczna. Nie musi być serią intensywnych ćwiczeń. Ważne, by była regularna i w miarę możliwości odbywała się na świeżym powietrzu.

Przed snem nie powinniśmy spożywać zbyt gorących, pikantnych, słodkich, obfitych posiłków, ponieważ tym samym zmusimy nasz układ trawienny do wzmożonej pracy, gdy już zaśniemy.



*Brand Performance Tracker, COMET, Poland 2017.

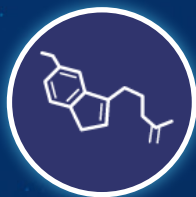
**Higiena snu. Jak zadbać o zdrowy sen? dr hab. n. med. Adam Wichniak <https://www.mp.pl/pacjent/psychiatria/bezsennosc/69683,higiena-snu-jak-zadbac-o-zdrowy-sen>, dostęp stycznia 2019

Doświadcz potrójnego wsparcia zdrowego snu!

Składniki produktu NOVANOC®
kompleksowo odpowiadają na 3 problemy ze snem –

BEZ EFEKTU PRYZWYCZAJENIA

**Szybsze
zasypianie**



Melatonina*

Hormon naturalnie występujący w ludzkim organizmie, który reguluje naturalny rytm snu

**Nieprzerwany
sen**



Pozłotka kalifornijska i melisa

Alkaloidy zawarte w pozłotce działają stymulująco na receptory GABA, których pobudzenie wspomaga głęboki sen

**Nocna
regeneracja**



Passiflora

Naturalny ekstrakt, który pomaga zachować prawidłową jakość snu, co daje energię o poranku

**Melatonina pomaga w skróceniu czasu potrzebnego na zaśnięcie. Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 1 mg melatoniny krótko przed pójściem spać.*

Więcej informacji na temat suplementu diety NOVANOC® znajdziesz na stronie www.novanoc.pl

Masz pytania dotyczące projektu?

Skontaktuj się z opiekunem projektu: magda@trnd.pl



NOVANOC®

Wyprodukowano w
Polsce

Novanoc, Wyspanego dnia!



trnd

www.trnd.com/pl/projekty/novanoc

Trnd kontakt: magda@trnd.pl

© 2020 trnd Central Eastern Europe Kft. Sp. z o.o. Oddział w Polsce