

REGULAMENTUL CAMPANIEI PROMOTIONALE

Campania "Lecturi pentru o viata sanatoasa"

Parteneriat Synevo – Carturesti

(Perioada Campaniei: 01.07.2021 – 30.09.2021)

SECTIUNEA 1. ORGANIZATORUL CAMPANIEI

- (1) **Campania "Lecturi pentru o viata sanatoasa"** (denumita in continuare "**Campania**") este organizata de SYNEVO ROMANIA S.R.L cu sediul in B-dul Pache Protopopescu, Nr. 81, Etaj 2, Camera 3, Sector 2, 021408 Bucuresti, inregistrata la Oficiul Registrului Comertului sub nr. J40/20319/1994, avand cod fiscal RO 6479639, reprezentata legal prin Luca Dumitrel-Laurentiu, in calitate de Director General si Curici Antoanela, in calitate de Administrator (denumita in continuare „**Organizatorul**” sau "**Synevo**") cu suportul Partenerului Carturesti.
- (2) Campania se va desfasura conform prevederilor prezentului Regulament oficial al Campaniei (denumit in continuare „**Regulamentul**”), fiind aplicabil tuturor persoanelor care indeplinesc conditiile pentru a beneficia de aceasta Campanie si care participa la aceasta Campanie, in conditiile si cu respectarea procedurii prevazute de prezentul Regulament (denumiti in continuare "**Participantii**"). **Prin participarea la aceasta Campanie, se prezuma cunoasterea si respectarea integrala, expresa si neechivoca a tuturor termenilor, conditiilor si prevederilor Regulamentului de catre Participantii si acordul Participantilor la termenii, conditiile si prevederile Regulamentului.** Participantii se obliga sa respecte si sa se conformeze tuturor termenilor, conditiilor si prevederilor prezentului Regulament.
- (3) Campania este desfasurata prin intermediul tuturor punctelor de lucru (centre de recoltare) ale Organizatorului deschise pe durata desfasurarii Campaniei (denumite colectiv in cele ce urmeaza „**Punctele de lucru participante**”) din orasele in care exista si librarii Carturesti - Bucuresti, Ploiesti, Cluj Napoca, Timisoara, Constanta, Suceava, Iasi, Brasov, Arad, Oradea, Craiova, Baia Mare, Sibiu, Braila, Buzau, Deva si Pitesti.
- (4) Synevo Romania urmareste prin campaniile pe care le desfasoara educarea si informarea publicului larg si/sau a unor segmente specifice privind importanta preventiei si a unei vieti echilibrate. Scopul prezentei Campanii este de a oferi pacientilor surse de informare, carti care ofera informatii valoroase despre practicarea unui stil de viata sanatos, evidentiate in Brosura "Despre minte si corp. Recomandari de lectura pentru o viata sanatoasa"— Anexa nr. 1 la Regulament.
- (5) Parteneriatul Synevo-Carturesti nu reprezinta facilitarea / intermedierea unei vanzari de produse care apartin altui profesionist. Synevo nu va fi responsabil in niciun mod de potentialele vanzari efectuate de catre Participantii la campanie pe website-ul Partenerului Carturesti. Intre Synevo si Partenerul Carturesti nu se vor practica comisioane obtinute din vanzarea produselor Carturesti.

SECTIUNEA 2. LOCUL DE DESFASURARE SI DURATA CAMPANIEI

Campania este organizata pe intreg teritoriul Romaniei, in Punctele de lucru participante, in perioada 01.07.2021 – 30.09.2021 inclusiv, in conformitate cu prevederile prezentului Regulament.

SECTIUNEA 3. REGULAMENTUL CAMPANIEI

- (1) Regulamentul de desfasurare a Campaniei este disponibil, in mod gratuit, (i) in receptiile Punctelor de lucru participante, (ii) pe website-ul Organizatorului la adresa www.synevo.ro si, totodata, (iii) poate fi solicitat, alaturi de orice alta lamurire, de catre orice Participant prin transmiterea unei cereri in acest sens la adresa electronica marketing@synevo.ro sau la sediul Organizatorului mentionat in sectiunea 1, alin. (1) a prezentului Regulament, in atentia departamentului de marketing.
- (2) Organizatorul isi rezerva dreptul de a modifica si / sau completa oricand Regulamentul, precum si dreptul de a suspenda si / sau inceta si / sau intrerupe si / sau prelungi oricand desfasurarea Campaniei, cu conditia instiintarii Participantilor cu privire la orice modificare a vreuneia din prevederile acestuia, prin acte aditionale ce vor fi comunicate public in aceeasi forma prevazuta la alin. (1) din prezenta sectiune a Regulamentului.
- (3) Organizatorul nu isi asuma raspunderea pentru luarea la cunostinta de catre Participanti a modificarilor aduse Regulamentului cat timp acestea sunt comunicate in modalitatile indicate mai sus.

SECTIUNEA 4. PARTICIPANTII

- (1) Se pot inscrie in vederea participarii la Campanie persoanele fizice care au primit informatia despre aceasta campanie din receptiile Synevo (prin distribuirea Brosurii de campanie "Despre minte si corp. Recomandari de lectura pentru o viata sanatoasa" – Anexa nr. 1 la Regulament) sau au vizualizat informatia pe canalele de comunicare Synevo (facebook, instagram, intranet si website Synevo), precum si anagajatii Synevo, care au fost informati de aceasta campanie prin intermediul intranetului.
- (2) Inscrierea in vederea participarii la Campanie presupune intelegerea mecanismului de campanie de catre orice persoana care a receptionat informatia pe canalele prevazute la alin. (1) din prezenta sectiune a prevederilor prezentului Regulament.
- (3) Calitatea de Participant in Campanie este dobandita de catre orice persoana care a accesat canalele de comunicare digitale prevazute la alin. (1) din prezenta sectiune a prevederilor prezentului Regulament sau a primit informatia in urma unei vizite facute in centrele de recoltare Synevo.
- (4) Un Participant poate accesa beneficiile oferite de Campanie, detaliate in cadrul sectiunii 5 de mai jos, de mai multe ori pe perioada de derulare a acesteia, respectiv in perioada 01.07.2021 – 30.09.2021, sub conditia indeplinirii tuturor conditiilor din prezentul Regulament.
- (5) Participarea la aceasta Campanie este permisa si angajatilor Organizatorului care indeplinesc conditiile prevazute la alin. (1) din prezenta sectiune.
- (6) Participarea la aceasta Campanie implica cunoasterea, respectarea si acceptarea integrala si neechivoca a tuturor termenilor, conditiilor si prevederilor prezentului Regulament de catre Participanti.

SECTIUNEA 5. MECANISMUL CAMPANIEI

- (1) **Campania consta in oferirea unui discount de 10% pentru orice carte achizitionata de pe website-ul carturesti (carturesti.ro) in perioada 01.07.2021 – 30.09.2021, in baza codului de reducere 10SYNEVO care se regaseste in cuprinsul Brosurii "Despre minte si corp. Recomandari de lectura pentru o viata sanatoasa" – Anexa nr. 1 la Regulament.**



- (2) Pentru a beneficia de pretul promotional mentionat la alin. (2) de mai sus, aplicabil exclusiv in cadrul Campaniei si in conditiile prevazute de prezentul Regulament, Participantii trebuie sa achizitioneze orice carte la pretul de lista, conform Regulamentului de campanie agreat de parti (Synevo si Partenerul Carturesti). Pentru evitarea oricarui dubiu, discount-urile nu pot fi cumulate.
- (3) Vanzarea produselor Partenerului Carturesti se va efectua exclusiv online, iar Synevo nu va avea implicare in vanzarea efectiva a produselor Carturesti.

SECTIUNEA 6. PROTECTIA DATELOR CU CARACTER PERSONAL

- (1) Synevo Romania, in calitate de operator de date, urmareste in permanenta si se asigura ca prelucrarea datelor cu caracter personal respecta cu strictete principiile si legislatia privind protectia datelor cu caracter personal, in particular, prevederile Regulamentului (UE) 2016/679 privind protectia persoanelor fizice in ceea ce priveste prelucrarea datelor cu caracter personal si libera circulatie a acestor date si de abrogare a Directivei 95/46/CE ("**Regulamentul privind protectia datelor**").
- (2) In desfasurarea prezentei Campanii, Synevo Romania nu prelucreaza date cu caracter personal. Pentru a intelege cum va sunt prelucrate datele cu caracter personal de catre Carturesti in masura in care doriti sa beneficiati de campania pusa la dispozitie conform prezentului Regulament, va rugam sa consultati Politica de confidentialitate Carturesti la adresa (<https://carturesti.ro/info/politica-confidentialitate>).

SECTIUNEA 7. LIMITAREA RASPUNDERII

- (1) Organizatorul este indreptatit sa ia toate masurile necesare in caz de tentativa de frauda a mecanismului Campaniei, abuz sau orice alte actiuni care ar putea afecta imaginea sau costurile pe care le implica organizarea si desfasurarea Campaniei.

SECTIUNEA 8. INCETAREA / INTRERUPEREA CAMPANIEI. FORTA MAJORA

- (2) Campania poate inceta inainte de implinirea perioadei prevazute in cazul producerii unui eveniment ce constituie forta majora, inclusiv in cazul imposibilitatii Organizatorului, din motive independente de vointa sa, de a asigura desfasurarea in bune conditii a Campaniei.

- (3) Forta majora inseamna orice eveniment care nu poate fi prevazut, controlat sau remediat de catre Organizator, inclusiv imposibilitatea Organizatorului din motive independente de vointa sa si a carui aparitie il pune pe acesta din urma in imposibilitatea de a-si indeplini obligatiile asumate prin Regulament.
- (4) Campania mai poate inceta oricand inainte de implinirea perioadei stabilite ori poate fi suspendata oricand in baza liberei decizii a Organizatorului, cu conditia ca acesta sa comunice o astfel de situatie, cu respectarea prevederilor de mai sus.

SECTIUNEA 9. LITIGII. RECLAMATII

- (1) Eventualele litigii aparute intre Organizator si Participanti cu privire la orice aspect legat de desfasurarea Campaniei se vor solutiona pe cale amiabila, iar in cazul in care aceasta nu va fi posibila, litigiile vor fi solutionate in instantele judecatoresti romane competente din municipiul Bucuresti, potrivit legii romane.
- (2) Eventualele reclamatii legate de derularea Campaniei se pot trimite la adresa sediului social al Organizatorului indicate la sectiunea 1, alin. (1) din Regulament sau prin e-mail la adresa marketing@synevo.ro, in termen de maximum 7 zile lucratoare de la expirarea perioadei de derulare a Campaniei, respectiv pana la data de 11.10.2021.

SECTIUNEA 10. ALTE CLAUZE

- (1) Organizatorul isi rezerva dreptul de a modifica si / sau completa oricand termenii si conditiile prezentei Campanii, precum si dreptul de a suspenda, intrerupe si/sau prelungi oricand desfasurarea Campaniei, urmand ca aceste modificari sa intre in vigoare numai dupa aducerea la cunostinta publicului prin modalitatile reglementate de sectiunea 3 alin. (2) din Regulament.
- (2) In cazul in care Partenerul Carturesti deruleaza in acelasi timp campanii promotionale distincte in cadrul carora se acorda reduceri pentru aceeasi carte, reducerile nu se vor cumula, clientul Synevo urmand sa beneficieze de reducerea de 10% oferita in baza codului de reducere **10SYNEVO**, mentionat la alineatul 1, sectiunea 5 a prezentului regulament.

ANEXA NR. 1 – Brosura ”Despre minte si corp. Recomandari de lectura pentru o viata sanatoasa”

CĂRȚI ESENȚIALE

Recomandări de lectură pentru o viață sănătoasă



cărturești

carte, cese, muzică, dichis

CĂRȚI ESENȚIALE

**Recomandări de
lectură pentru o
viață sănătoasă**



cărturești
carte, ceai, muzică, dichis

Aceasta broșură face parte din seria „Cărți esențiale”, un proiect Cărturești dezvoltat în colaborare cu specialiști din diverse domenii și dedicat cititorilor în căutarea acelor lecturi care le pot deschide noi orizonturi în înțelegerea lumii și a propriei vieți.

Broșura este disponibilă în librăriile Cărturești în perioada 2020—2021.

Foto: Arhiva personală

Design: Artemisa Pascu

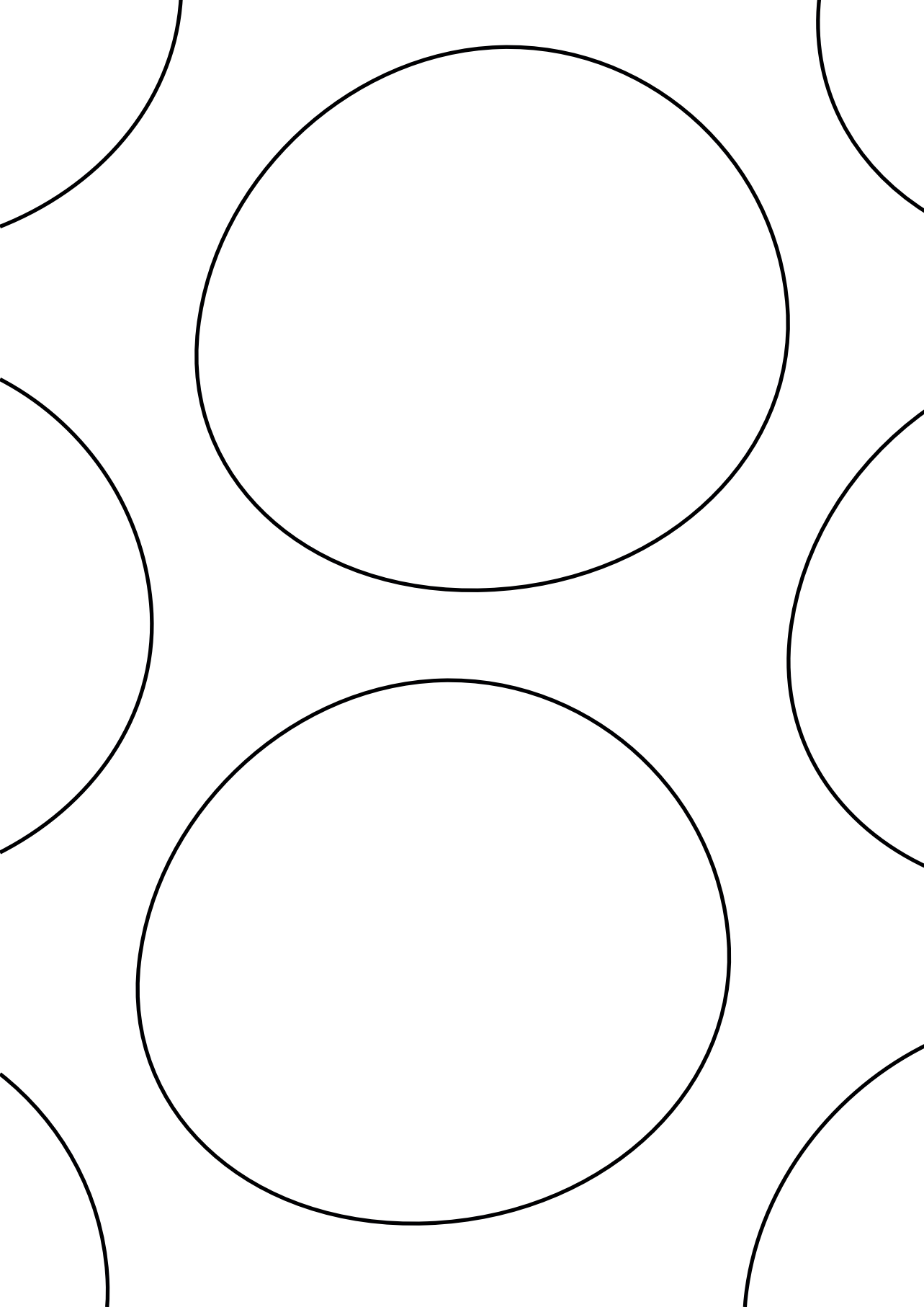
Tipar: SC Quality Professional Services SRL

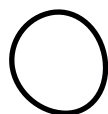
Tiraj: 15.000 buc.



Vlad Mixich

Vlad Mixich este specialist în politici de sănătate și publicist. A absolvit Medicina în România, un masterat în politici internaționale de sănătate la London School of Economics (UK) și a urmat o specializare în sănătate publică și management sanitar la Emory University (SUA). Încearcă să vindece sisteme de sănătate bolnave, prin urmare, a lucrat în proiecte de sănătate și economie sanitară în opt țări, pe trei continente. În prezent, lucrează în echipa de suport tehnic a Băncii Europene de Investiții, biroul din București, în cel mai mare proiect de infrastructură sanitară din România. Este expert independent numit de Parlamentul European în consiliul de administrație al Agenției Europene pentru Sănătate în Muncă și membru în board-ul Observatorului Român de Sănătate. A fost bursier Fulbright și lector invitat la Rollins School of Public Health din Statele Unite, precum și Eisenhower Fellow și Carter Fellow. De-a lungul anilor, Vlad a colaborat cu mai multe instituții media precum HotNews, Dilema Veche sau Deutsche Welle și a publicat la editura Humanitas cartea „Fanaticii. Portretele a zece oameni cu vocație”.





Cum nu există vreun panaceu, așa nu există nici diete miraculoase, poțiuni care să te facă să trăiești până la 100 de ani și rețete de asigurare a armoniei veșnice în cuplu. Sănătatea fiecăruia dintre noi e un concept mai complicat decât cartea sau emisiunea unui guru extrem de verde și extrem de fericit. Pentru că sănătatea noastră e un diamant cu multe fațete: trupul, sufletul și mintea prinse într-un dans cu mii de interacțiuni pe secundă. Fiecare dintre noi avem în cap o întreagă galaxie, și aceasta nu e o metaforă căci numărul neuronilor noștri e egal cu numărul stelelor din Calea Lactee. Impresionant, nu? Cărțile din lista care urmează vorbesc și povestesc acest diamant căruia îi spunem, generic, sănătatea noastră. Am citit fiecare dintre aceste cărți și vă asigur, cu încântare, că nu veți găsi în ele rețete. Rețetele sunt bune doar în bucătărie. În Sănătate, ceea ce este bun este curiozitatea, știința de a citi corect date, discernământul de a face diferența între vraci și medici și cunoașterea. Citindu-le, veți afla mai multe despre cum funcționează cărămidile din care suntem construiți, veți descoperi întrebări noi și fațete ale diamantului la care nu v-ați mai gândit și, cel mai important, vă veți minuna. Vă veți minuna în fața complexității fascinante căreia îi spunem ființă umană. Vă veți minuna așa cum ne minunăm, noaptea, în fața frumuseții Căii Lactee. Doar că, de această dată, stelele sunt în noi.

Cărți esențiale

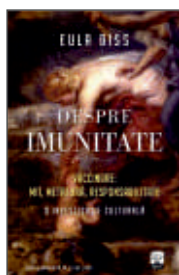


1.

Să nu faci rău

Henry Marsh

Chirurgii cei mai buni nu sunt cei care operează cel mai bine, ci aceia care își admit greșelile și învață din ele. Henry Marsh e un astfel de chirurg și cartea lui e ca un tunet. Cu un talent impresionant, Marsh povestește căderile și vârfurile uneia din cele mai spectaculoase specialități medicale: chirurgia pe creier.



2.

Despre imunitate

Eula Biss

Într-o perioadă în care se vorbește foarte mult despre vaccinare, adevărul e că ne înțelegem foarte puțin fricile și anxietățile cu privire la vaccinuri. Eula Biss este acea mamă speriată care își povestește călătoria printre date științifice și anxietăți mediatice. Iar această carte e una de căpătâi pentru orice medic sau părinte care încearcă să înțeleagă, cu inima și creierul deschis, mai mult.

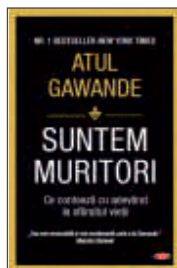


3.

Ochiul minții

Oliver Sacks

Oh, nu știu cum să vi-l descriu pe Oliver Sacks. Un om de știință cu condei de vrăjitor și inimă de Moș Crăciun. Cărțile lui, oricare dintre ele, sunt minuni. Iar omul, cu care am interacționat o singură dată prin corespondență, este cel la a cărui moarte am plâns cum plângi la plecarea unui prieten drag.



4.

Suntem muritori

Atul Gawande

Doctorul Gawande este, de departe, unul dintre oamenii care au influențat cel mai mult felul în care se practică medicina astăzi. Profesor la Harvard și chirurg, fiecare dintre cărțile lui sunt o revelație. Aceasta este despre un subiect de care ne temem, dar de care nu va scăpa niciunul dintre noi: cum murim astăzi în societățile occidentale și de ce trebuie să schimbăm asta.



5.

Factfulness

Hans Rosling

Ca multe alte lucruri, datele pot fi înșelătoare și cel mai adesea mass-media nu le folosește ca instrument de făcut lumină,

ci ca ingredient spre umflarea unor jumătăți de adevăruri. Rosling a fost cel mai fascinant statistician al sănătății publice pe care l-a dat Europa în ultimul secol (să-i urmăriți discursurile filmate), iar cartea aceasta te învață exact asta: cum să navighezi printre manipulările mediatică și să citești datele în întregimea adevărului lor.



6.

Gena

Siddhartha Mukherjee

Mukherjee e un fel de Șeherezadă a medicinei moderne. După cartea colosală în care povestește istoria cancerului, în Gena descrie drumul argonauților în hălăte albe spre cea mai importantă descoperire a medicinei. Mukherjee e un geniu care povestește o descoperire genială.

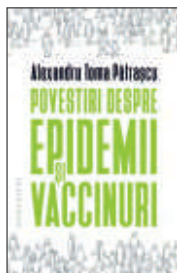


7.

Medicină, nutriție și bună dispoziție

Simona Tivadar

M-am gândit de multe ori că Tivadar e unul din medicii români care dacă ar fi scris într-o limbă de circulație internațională ar fi devenit foarte celebră. Dar genul de celebritate inteligentă, cu bun-simț și realism din plin. De departe cea mai bună carte despre nutriție scrisă vreodată în limba română.

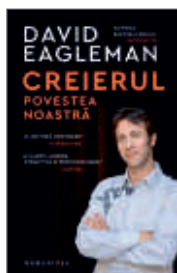


8.

Povestiri despre epidemii și vaccinuri

Alexandru Toma Patrascu

În România, nu avem prea multe cărți de istoria medicinei scrise frumos și ușor de înțeles. Pătrașcu asta face aici: scrie o istorie a epidemiilor și vaccinurilor care risipește multe mituri și aduce la fel de multe nuanțe într-un subiect care nu va dispărea prea curând din viața noastră.



9.

Creierul. Povestea noastră

David Eagleman

Despre galaxia pe care fiecare dintre noi o purtăm în cap și despre cum funcționează milioane de stele din ea. Eagleman descrie dansul biochimic fără de care niciunul dintre noi nu ar exista.



10.
Despre somn.
De ce este vital să
dormim și să visăm

Matthew Walker

Cea mai ignorată terapie, cel mai ieftin medicament, cea mai rar prescrisă rețetă: un somn bun și sănătos. O abordare științifică și iscusit scrisă a unuia din cele mai mari mistere ale fiziologiei umane.



11.
Primele 6 săptămâni cu
bebe

Cathryn Curtin

Da, suntem părinți și, ca orice părinți, am cumpărat zeci de cărți care să ne ajute să navigăm prin primele săptămâni cu bebelușul nostru. Iar din toate, aceasta s-a dovedit cea mai utilă și cea mai plină.

**Citește
mai departe!**
La Cărturești vei găsi
mereu o selecție de titluri
de încredere, care să
te însoțească în aventura
autocunoașterii.
Intră pe site-ul nostru:
carturesti.ro.

Beneficiile lecturii

Fie că citim de plăcere, acasă, pe canapea, în vacanță, în parc, fie că citim pentru a ne îmbogăți cunoștințele, sau că citim pentru a ne perfecționa profesional, lectura este un mijloc de divertisment cu nenumărate beneficii asupra sănătății noastre fizice și psihice. Iată câteva dintre ele:

- Reduce stresul. Studiile arată că 6 minute de lectură pot reduce stresul cu 68%.
- Poate preveni încetinirea funcțiilor cognitive și apariția anumitor boli mintale.
- Contribuie la îmbunătățirea somnului.
- Scade tensiunea arterială și riscul de boli cardiovasculare.
- Îmbunătățește memoria.
- Ne ajută să înțelegem și să cunoaștem mai bine lumea în care trăim.
- Ne ajută să ne perfecționăm profesional.
- Ne ajută să ne dezvoltăm curiozitatea.
- Ne ajută să ne dezvoltăm și rafinăm simțul critic.
- Îmbunătățește capacitatea de concentrare.
- Dezvoltă gândirea analitică.
- Dezvoltă empatia și capacitatea de înțelegere a celuilalt.
- Ne ajută să vorbim și să scriem mai bine.
- Ajută la îmbogățirea vocabularului. Gândim și ne reprezentăm realitatea în cuvinte. Cu cât avem acces la un fond lexical mai bogat, cu atât putem avea o imagine mai complexă și mai nuanțată asupra lumii.
- Ajută la creșterea stimei de sine. Nimic nu te face să crești mai mult în ochii tăi decât o carte cu care te-ai luptat până la capăt :)