

瘦益
非浅

UBS
麦田健康传播
U-LINK BUSINESS SOLUTIONS CO.,LTD.

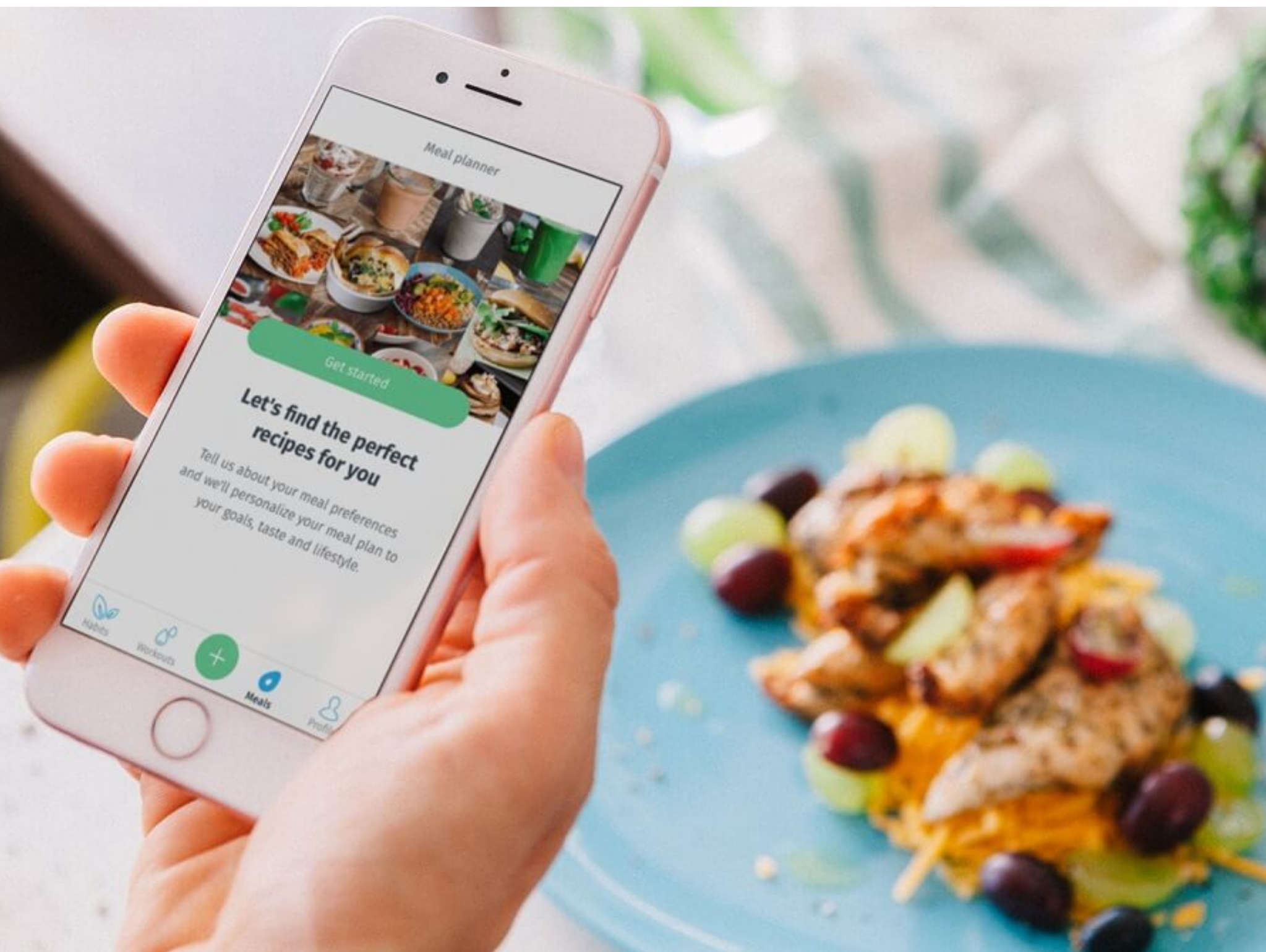
瘦益非浅

2020 体重管理项目

2020 9-WEEK ONLINE WEIGHT MANAGEMENT PROGRAM

UBS PRODUCE

项目背景



我们连续5年为BI提供专业的健康体重管理项目，已服务492名超重及肥胖员工，平均减重8-12斤。项目以**核心吃币系统与整体健康教育理念**，帮助入项员工（统称“学员”）实现健康的体重与饮食生活方式，并得以更积极的精神状态回馈于工作。

项目今年着重优化了学员申请与筛选形式，并增添了**教练式辅导方式**，以进一步提升项目整体体验与减重成效。

项目模式

项目通过9周的教练指导、减重系统辅以学习应用、与团队的协作机制，使学员实现健康减重目标。



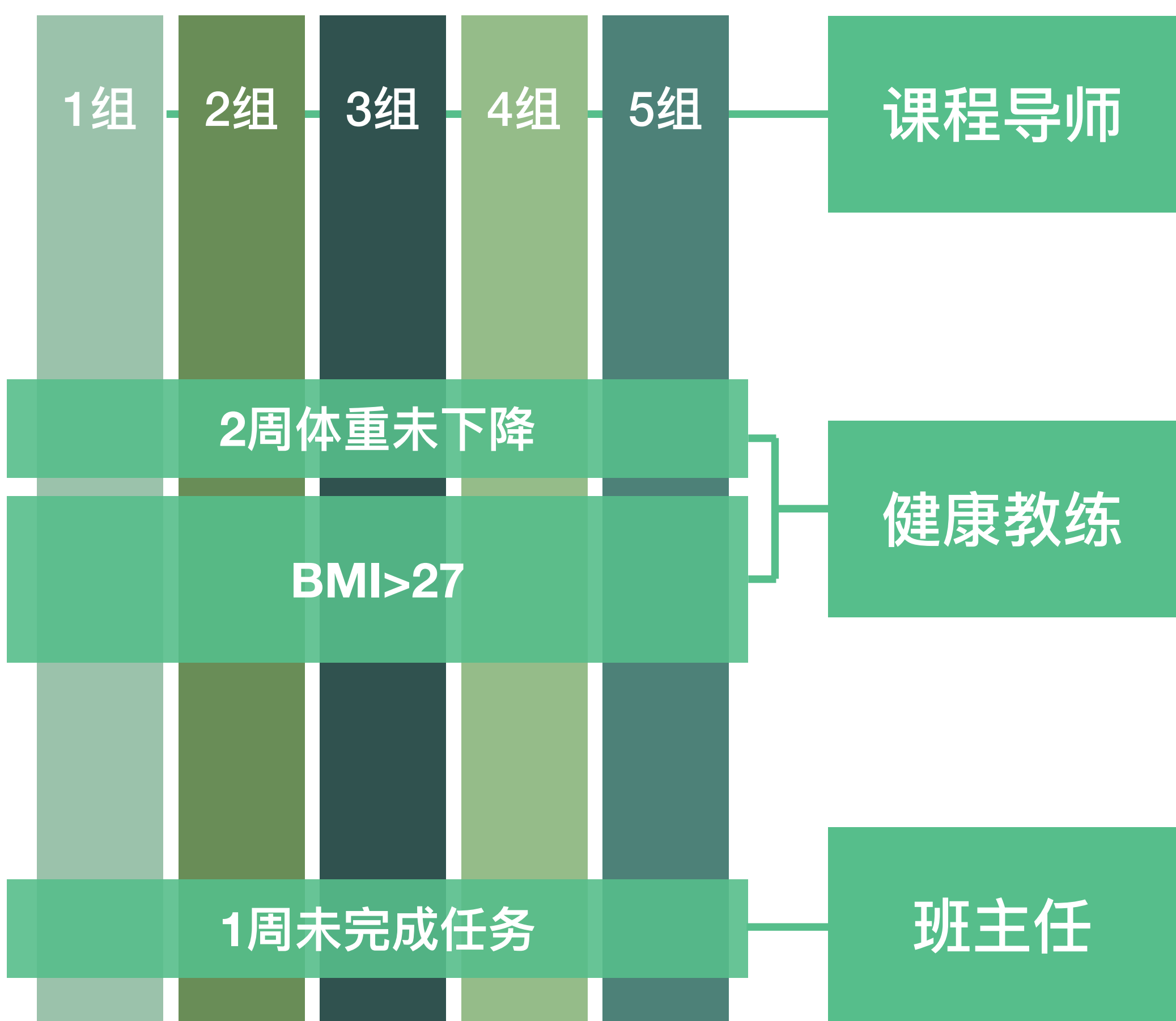
项目模式之 教练指导

强大的服务团队，全方位给予学员针对性的减重支持，帮助班级统一实现减重目标。

班级学员

服务团队

每周内容



减重指导

- 周五 12:00-13:00 在线会谈
- 根据每周主题进行统一的减重指导，并在系统解锁新的课件内容，引导学员学习且顺利完成健康目标。

教练支持

- 周四 12:00-13:30 在线会谈
 - 周四 17:00-18:30 在线会谈
- 给予特助学员额外的教练支持，以加速BMI的跃迁。学员可以加入任一时段进行会谈，获得针对性的减重帮助。

督促提醒

微信群监督学员按时完成任务，且为两周未执行的学员安排新学员的更替。

微信小程序



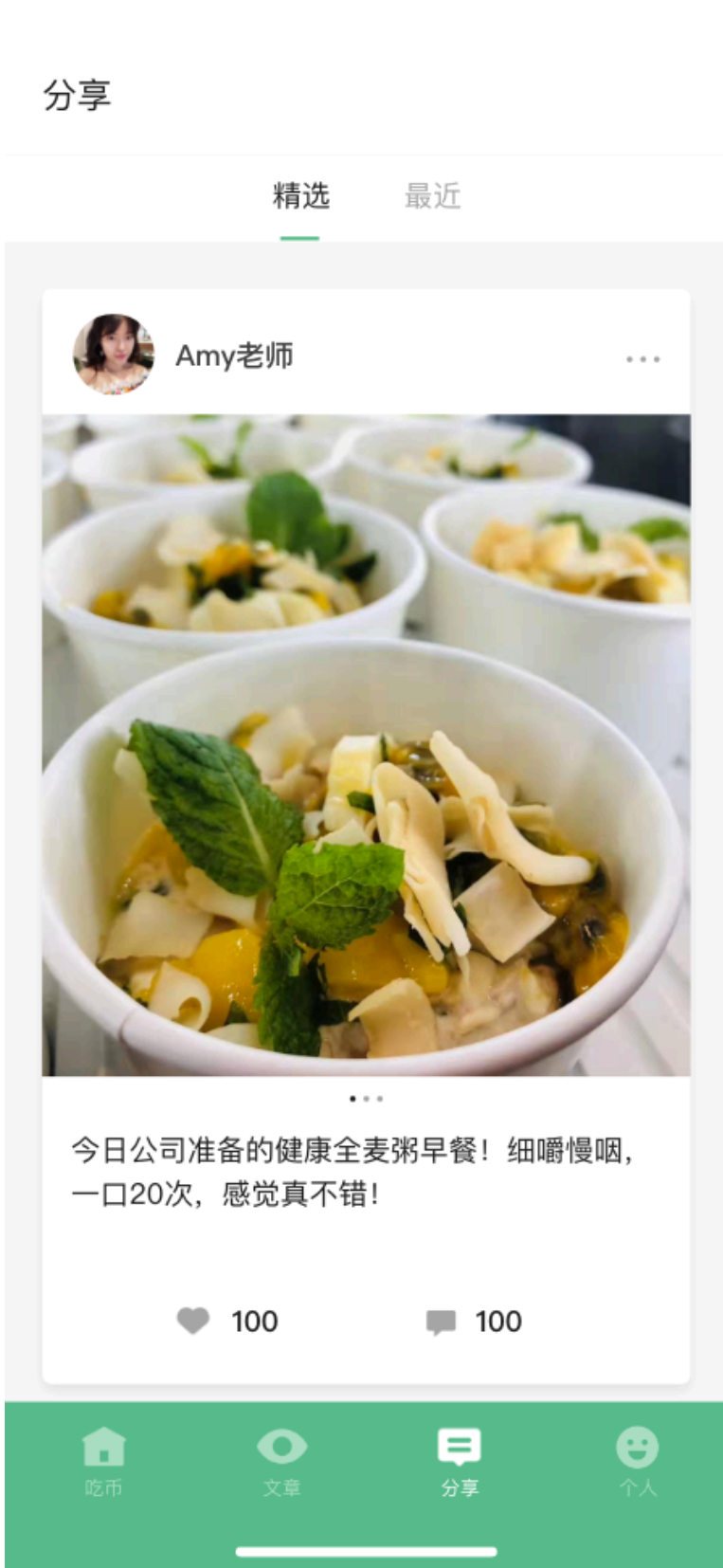
吃币记录

科学灵活的饮食量化工具，跟随吃币计划记录饮食运动，自然驱使健康选择。



减重学习

每周60分钟的系列减重课程，涉及饮食、运动与压力管理，学习时间自由安排。



社群分享

主题性的话题讨论与分享板块，积极的社群力量有效地促进减重成效。



体重追踪

持续的体重追踪，与吃币记录综合评估减重状态，清晰调整维度与突破点。

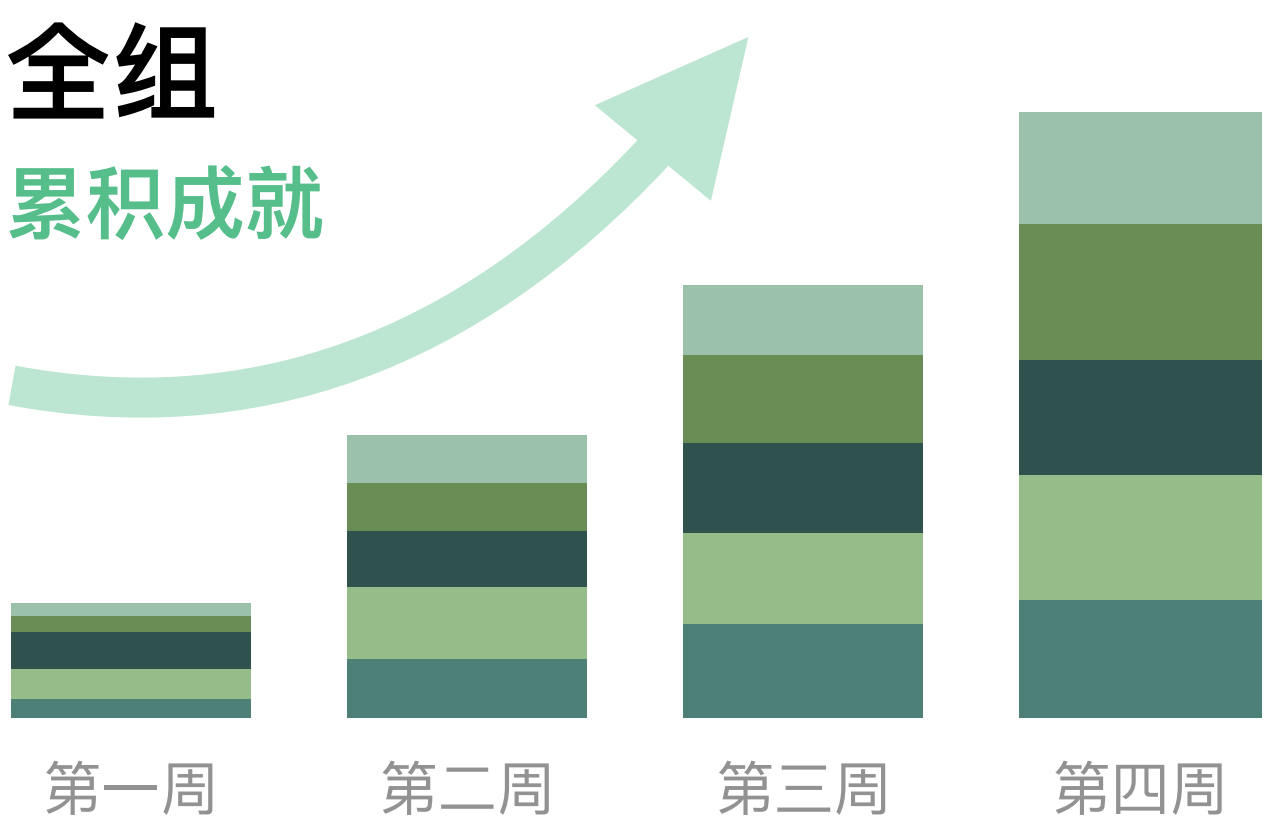
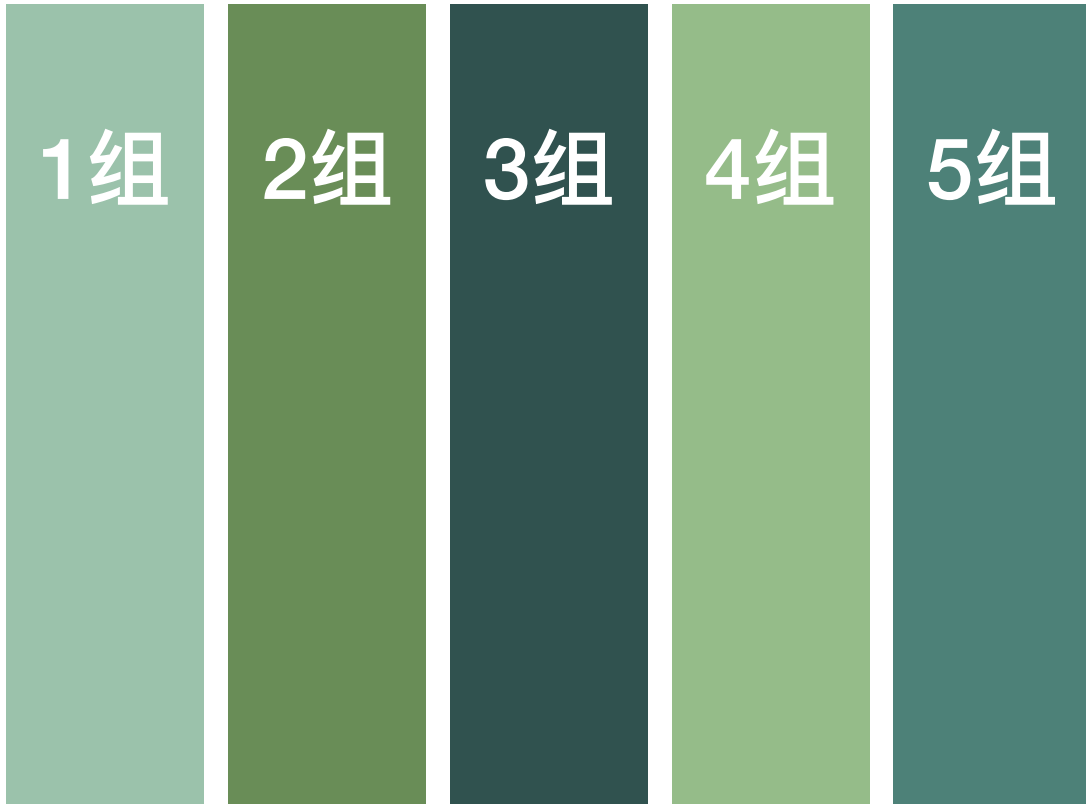
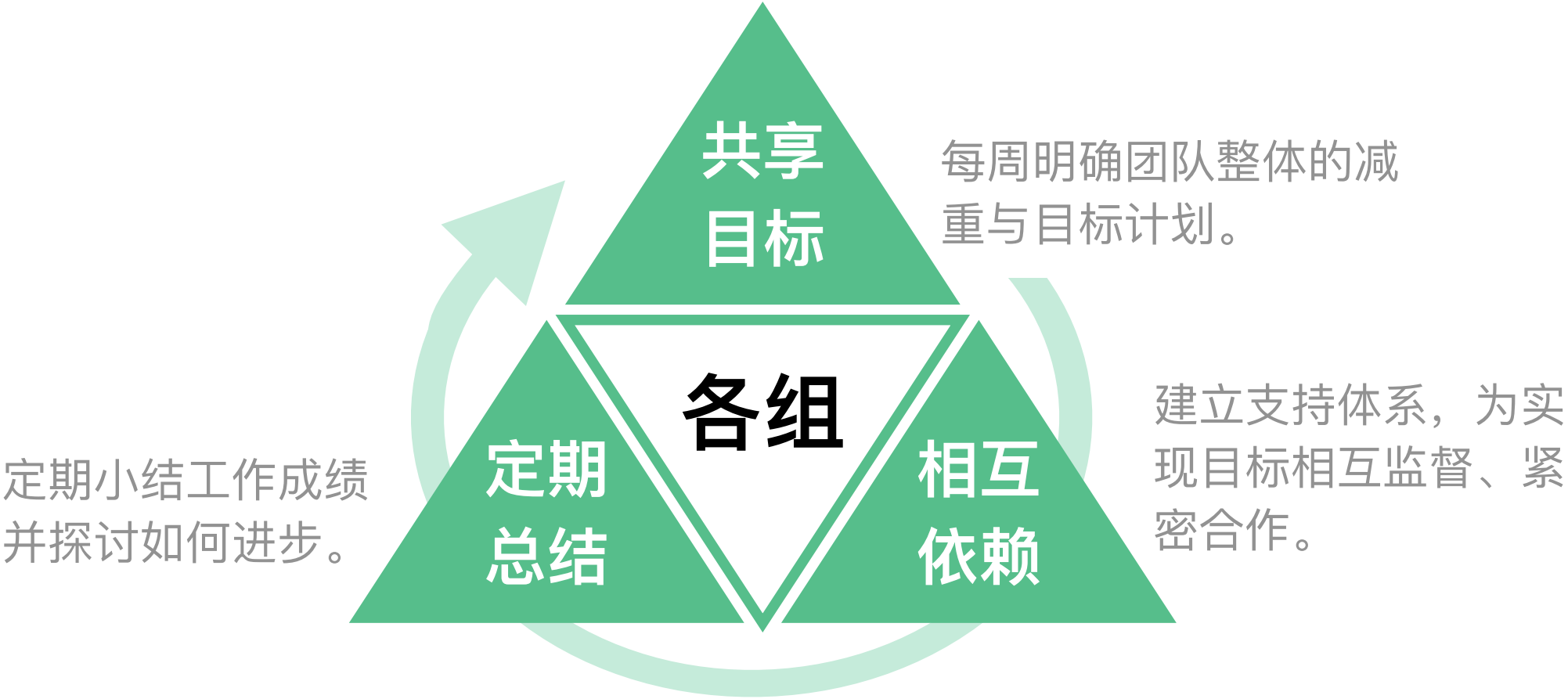
项目模式之
学习应用

小程序提供减重工具与知识内容，满足学员自由自主进行体重管理。

团队形式



协作形式

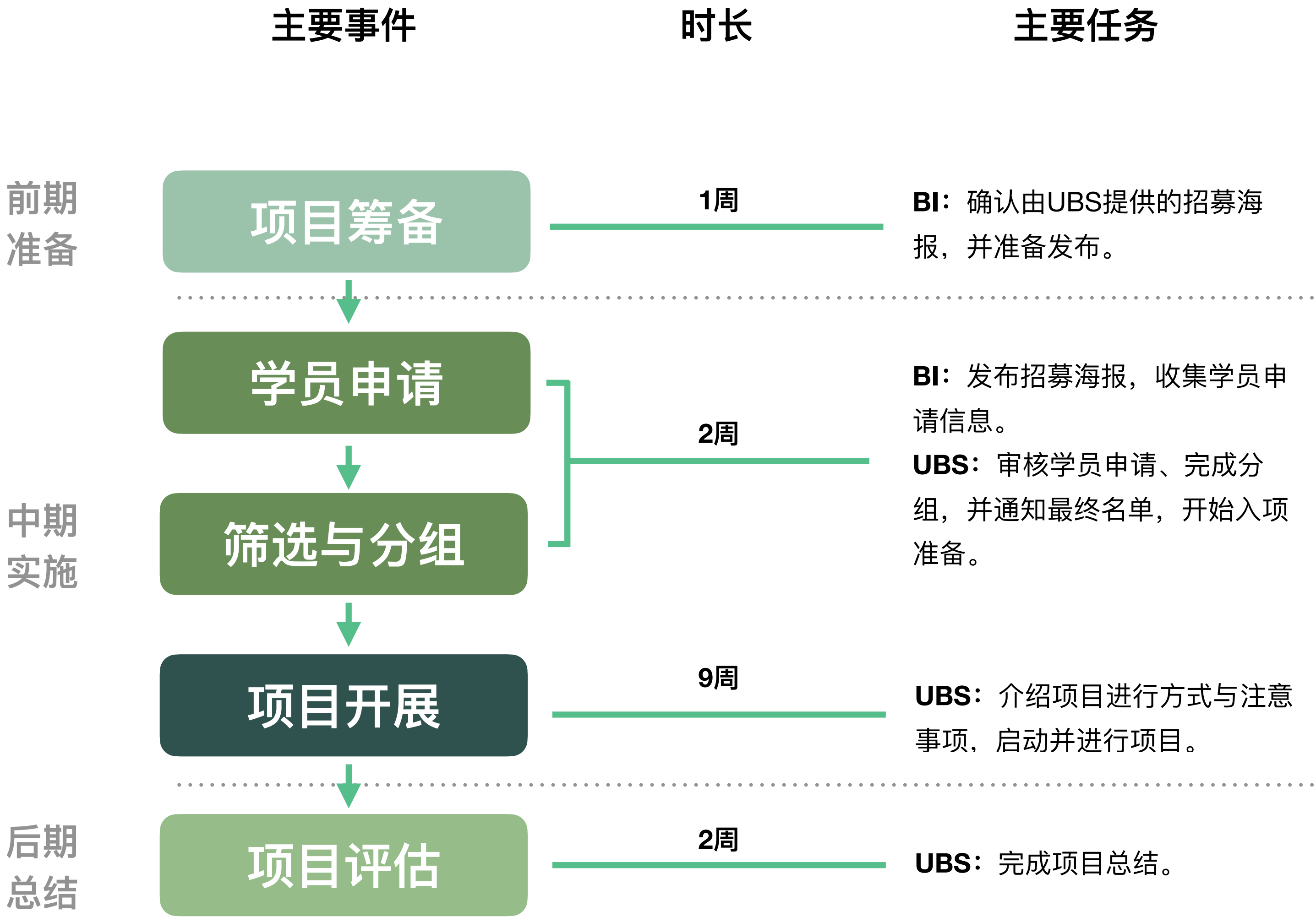


项目模式之团队协作

学员以班级小组形式相互支持协作，建立积极的减重氛围，促进整体减重成效。

整体流程

系统规范的流程确保项目每个环节顺利开展。



减重内容

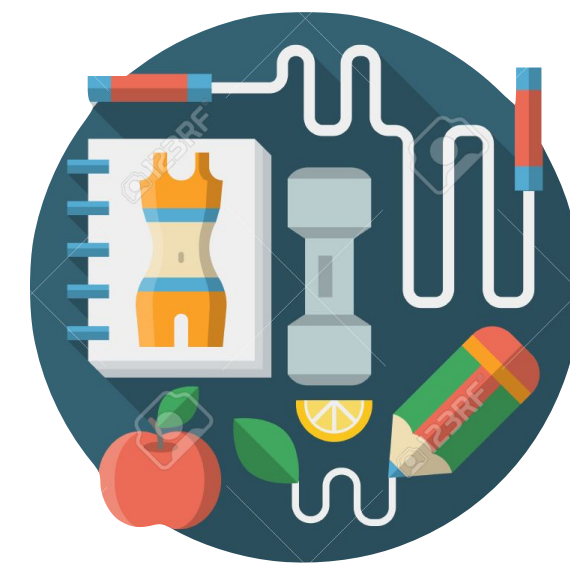
每周1-2个学习主题，
内容涵盖饮食营养、
运动与压力管理，以
建立健康的生活方式
为基础，系统性解决
减重难题。



饮食营养

Integrative Nutrition® Plate
掌握饮食全技巧
打造属于自己的健康餐盘

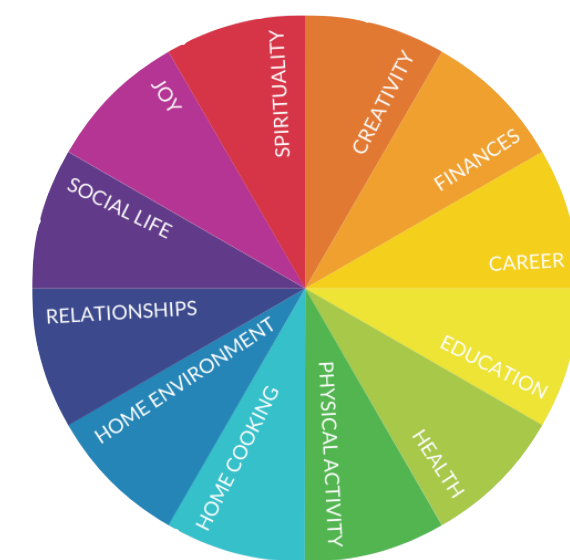
- 饮食代谢类型
- 高质饮食选择
- 营养餐盘搭配
- 份量控制技巧
- 外卖聚餐建议
- 快手烹饪方法



运动方式

Your Fitness Style Test
了解自己运动风格
拥有持久的运动习惯

- 不花时间的运动方式
- 适于自身的运动风格
- 运动追踪与高效燃脂



压力管理

Circle of Life Mode
系统性调节自身的压力状态
平衡内在环境

- 优眠冥想练习
- 平衡生活圆圈
- 时间管理方法

学员 申请条件

完善的申请与筛选机制，以最大化利用项目资源，并确保项目的整体参与度与减重成效。

基础条件

- ☒ BMI > ...
- ☒ 腰围 > ...
- ☒ 血脂指标 > ...
- ☒ 从未参与过此项目
-

意愿调查

为了项目顺利地展开，请认真阅读并签署以下协议：

- ☒ 是可被辅导的
- ☒ 用开放的心态对待新的食物、理念和运动方式
- ☒

健康历史

请描述你的体重情况（目前、6个月前、1年前），以及期待的体重变化：

请列出目前所存在的主要健康顾虑：

.....

超重指标

生理指标满足减重干预条件，并从未参与过该项目。

意愿程度

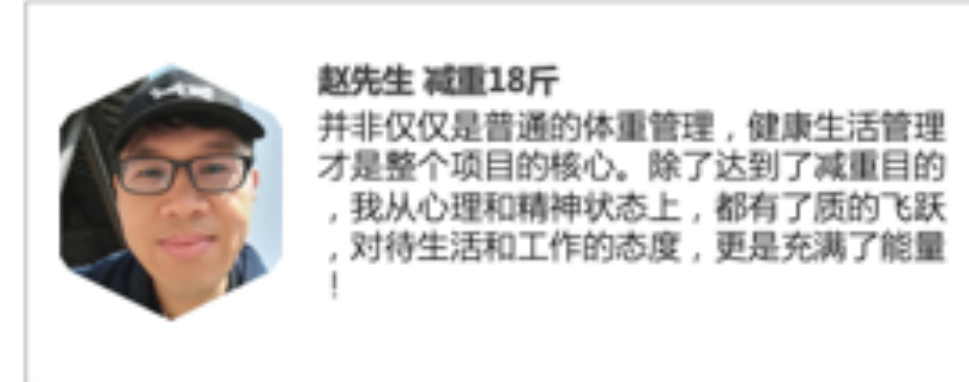
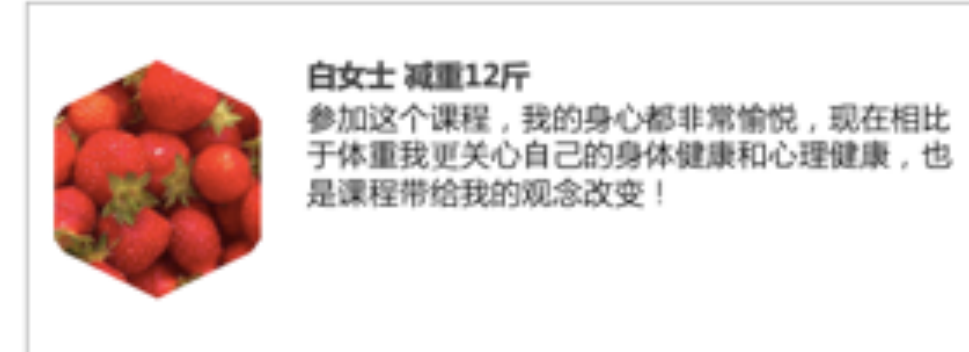
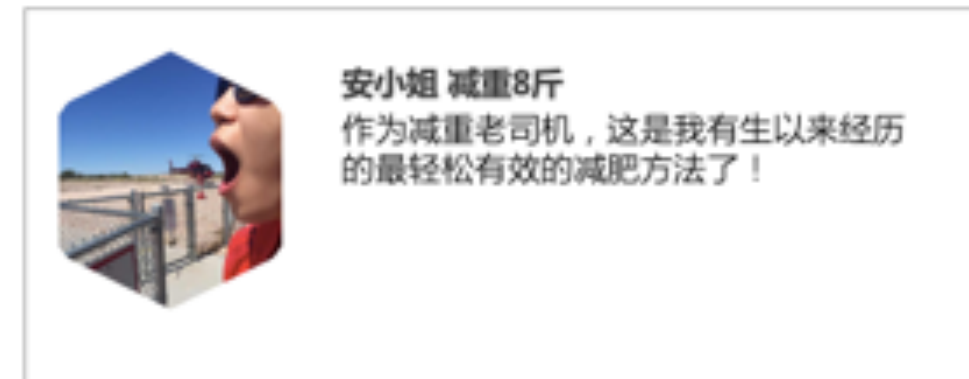
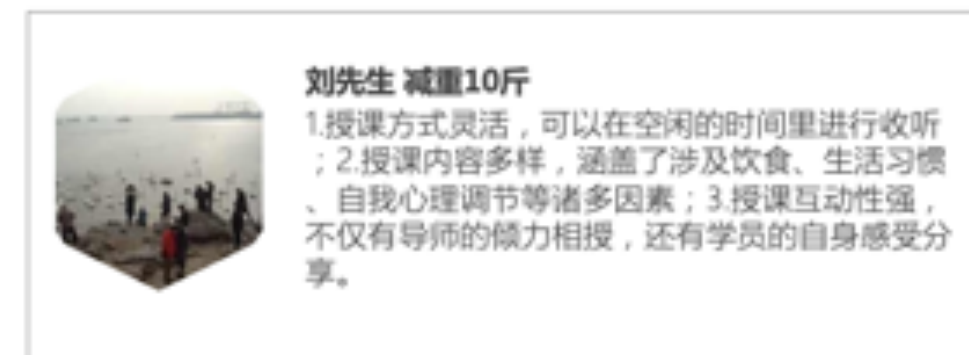
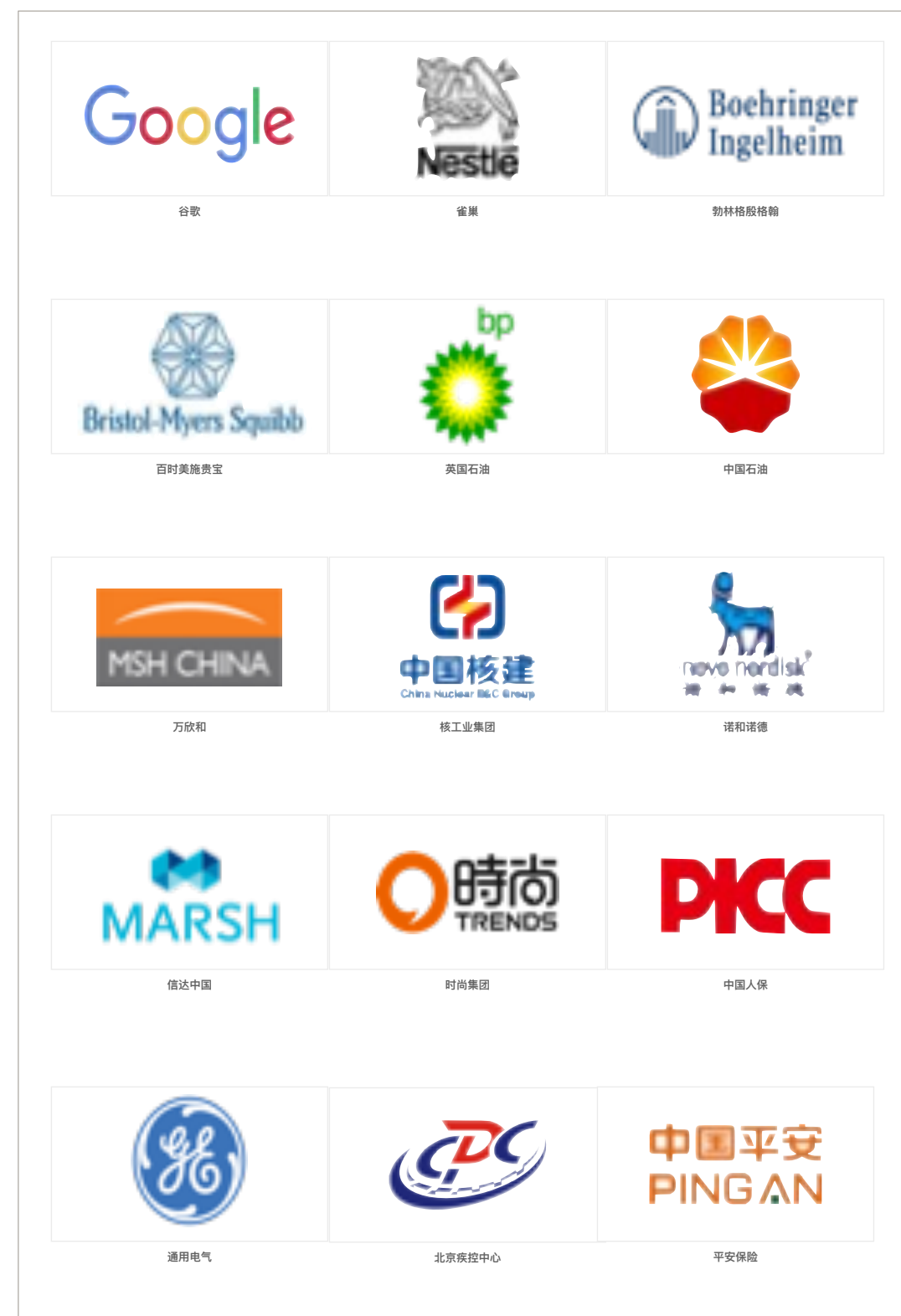
有较高的项目执行意愿，并承诺为其参与负责。

目标符合

个人目标及期待，与项目内容吻合。

效果反馈

优秀的减重数据与中肯的反馈评价。



- 服务91家标杆企业
- 项目平均满意度9.1分
- 干预17,405人次
- 三个月平均减重8-12斤



服务团队

专业营养师与整体健康教练团队，项目全程给予学员强大的减重支持。



徐也清

Anna Xu

美国整合营养研究所认证健康教练
香港中文大学食品科学与营养学硕士
加拿大阿卡迪亚大学营养学理学学士



唐天可

Amy Tang

美国整合营养研究所认证健康教练
国际教练联合会认证教练
美国普渡大学营养学理学学士



郭爽

Sonia Guo

国家公共营养师
东北农业大学食品质量与安全工学学士
上海交通大学医学院注册营养师结业

项目报价

2020 勃林格殷格翰 9周线上体重管理项目报价	
项目前期	招募报名 - 招募文案与海报设计
	人员筛选 - 根据生理指标高低、意愿程度、目标匹配度进行综合筛选
	团队建立 - 成员均衡匹配，条件包括地域、健康目标、意愿程度等
项目进行	微信小程序 - 系统课程内容（40分钟 x 9次） - 吃币®饮食量化系统 - 体重数据智能记录 - 企业专属社群分享 - 健康成就比拼（9次）
	微信群 - 导师指导（60分钟 x 9次） - 健康教练（90分钟 x 9次 x 2组） - 班主任督导与运营管理
项目结束	项目报告 - 体重数据总结（9周）
项目工具包	一套（体脂仪、食物秤、腰围尺）/人
人均单价	1,588元/人
项目人数	100人（其中6人为赠送）
项目含税（6%）总价	158,800元
项目含税（6%）优惠总价	149,272元

瘦
非
益
浅

UBS
麦 田 健 康 传 播
U-LINK BUSINESS SOLUTIONS CO.,LTD.

谢谢！