

FORMULARZ ZGŁOSZENIA UDZIAŁU DO KONKURSU
„Konkurs Rema-Gad”

EDYCJA 04.2023 R. „Witaminy”

UZUPEŁNIAJĄC PONIŻSZY FORMULARZ POTWIERDZAM CHĘĆ UDZIAŁU W KONKURSIE POD NAZWĄ
„Konkurs Rema-Gad”

☐ OŚWIADCZAM, ŻE ZAPOZNAŁEM SIĘ Z REGULAMINEM KONKURSU POD NAZWĄ
„Konkurs Rema-Gad” i AKCEPTUJĘ JEGO TREŚĆ

IMIĘ I NAZWISKO

DATA URODZENIA

CZYTELNY PODPIS I DATA

PYTANIA KONKURSOWE

1. Jak nazywamy niewielki niedobór witamin w organizmie?

- A. Hipowitaminoza ☐
- B. Awitaminoza ☐
- C. Hiperwitaminoza ☐
- D. Antyvitaminoza ☐

2. Kto wprowadził nazwę witaminy?

- A. Avicenna z Buchary ☐
- B. Ludwik Pasteur ☐
- C. Kazimierz Funk ☐
- D. Zygmunt II August ☐

3. Witamina B9 to:

- A. Kwas askorbinowy ☐
- B. Kwas foliowy ☐
- C. Kwas l-askorbinowy ☐
- D. Kwas hialuronowy ☐

4. Brak jakiej witaminy wywoływał wśród żeglarzy przebywających wiele miesięcy poza lądem chorobę morską?

- A. Witaminy A ☐
- B. Witaminy B6 ☐
- C. Witaminy C ☐
- D. Witaminy D ☐

5. Ślepota zmierzchowa zwana kurzą ślepotą to najczęściej skutek niedoboru:

- A. Witaminy A ☐
- B. Witaminy B1 ☐
- C. Witaminy D ☐
- D. Witaminy E ☐

6. Związek chemiczny, który w wyniku reakcji w organizmie ulega przekształceniu na witaminę nazywamy:

- A. Prekursorem ☐
- B. Katalizatorem ☐
- C. Ekwiwalentem ☐
- D. Prowitaminą ☐

7. Witamina C to:

- A. Zasada ☐
- B. Kwas ☐
- C. Sól mineralna ☐
- D. Tłuszcz ☐

8. Żółtko kurze to bogate źródło witamin i minerałów. Jakiej witaminy żółtko nie zawiera?

- A. Witaminy C ☐
- B. Witaminy D ☐
- C. Witaminy E ☐
- D. Witaminy K ☐

9. Witaminy z grupy B to szereg różnych substancji. Która z poniższych nie jest witaminą?

- A. Biotyna ☐
- B. Tiamina ☐
- C. Ilmenit ☐
- D. Ryboflawina ☐

10. Jaka forma przygotowania pokarmów z wymienionych poniżej sprzyja zachowaniu największej ilości witamin?

- A. Gotowanie na parze ☐
- B. Gotowanie w wodzie ☐
- C. Podgrzewanie w mikrofalówce ☐
- D. Krojenie surowych produktów ☐

11. Andrzej Rosiewicz śpiewał przed laty, że „najwięcej witaminy mają”

- A. Owoce zielone ☐
- B. Dojrzałe warzywa ☐
- C. Suplementy diety ☐
- D. Polskie dziewczyny ☐

12. Olej z wątroby rekina zawiera przede wszystkim następujące witaminy:

- A. A i B ☐
- B. A i D ☐
- C. A i E ☐
- D. B i C ☐

13. W jakiej postaci zielony ogórek zawiera najwięcej witamin?

- A. surowy ☐
- B. gotowany na parze ☐
- C. kiszony ☐
- D. konserwowy ☐

14. Jakie objawy wywoływała choroba morska związana z brakiem pewnej witaminy?

- A. wypadanie zębów ☐
- B. zachwianie równowagi ☐
- C. wymioty ☐
- D. biegunki ☐

15. Awitaminoza to:

- A. Nietolerowanie niektórych witamin ☐
- B. Całkowity brak lub znaczny niedobór witamin ☐
- C. Przedawkowanie witamin w nieznacznym stopniu ☐
- D. Przedawkowanie witamin w znacznym stopniu ☐

16. Antywitamina to:

- A. Substancja łącząca się z witaminą i ją niszcząca ☐
- B. Substancja blokująca szlak metaboliczny witaminy ☐
- C. Substancja obecna w jelitach wychwytująca witaminy z treści pokarmowej ☐
- D. Enzym niezbędny do wchłaniania witamin ☐

17. Jaką witaminę stosuje się w przemyśle spożywczym jako konserwant (E 300) np. w piwie?

- A. Witaminę A ☐
- B. Witaminę B6 ☐
- C. Witaminę C ☐
- D. Witaminę D ☐

18. Nadmierne krwawienie to częsty objaw niedoboru:

- A. Witaminy B1 ☐
- B. Witaminy B6 ☐
- C. Witaminy B12 ☐
- D. Witaminy K ☐

19. Suplementacja wysokimi dawkami witaminy E może prowadzić do obniżenia wchłaniania:

- A. Witaminy K ☐
- B. Witaminy D ☐
- C. Witaminy B3 ☐
- D. Witaminy A ☐

20. Witamina PP:

- A. Nie istnieje ☐
- B. To inna nazwa witaminy B3 ☐
- C. To, to samo co witamina P ☐
- D. To prowitamina witaminy P ☐

W PRZYPADKU WYGRANEJ W KONKURSIE, WYRAŻAM ZGODĘ NA PRZEKAZANIE PRZEZ, ODPOWIEDNIO:

Rema - Gad Sp. z o.o., 41-902 Bytom, ul. Chrobrego 26/1, KRS 0000665091, NIP 2220902349, REGON 366619888, albo;

Remagum Sp. z o.o. Sp. k., 41-400 Mysłowice, ul. Oświęcimska 48, KRS 0000397773, NIP 9542391295, REGON 277669910, albo;

Remagum Mining Sp. z o.o. Sp. k., 41-400 Mysłowice, ul. Oświęcimska 48, KRS 0000781978, NIP 2220915352, REGON 383102873 albo;

PUG Remagad Sp. z o.o., 41-400 Mysłowice, ul. Oświęcimska 48, KRS 000091700, NIP 2220920488, REGON 389711254

MOICH DANYCH OSOBOWYCH WYMAGANYCH DO WYDANIA NAGRODY ORGANIZATOROWI KONKURSU SPÓŁCE FIRST LINE POLSKA SP. Z O.O. OPISANYCH W §8 UST.4 REGULAMINU KONKURSU.

CZYTELNY PODPIS I DATA

NINIEJSZY FORMULARZ NALEŻY PRZEKAZAĆ UPRAWNIONEMU PRZEDSTAWICIELOWI WW. SPÓŁEK W TERMINIE DO 20.04.2023 R.

Administratorem danych osobowych jest Uczestników First Line Polska Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie przy ul. Świeradowskiej 47, 02-662 Warszawa.

Można się z nami kontaktować w następujący sposób:

listownie: ul. Świeradowska 47, 02-662 Warszawa

na adres elektroniczny: dane@1stline.pl,

numer telefonu: +48 22 50 80 180

Podstawą prawną przetwarzania danych osobowych jest prawnie uzasadniony interes Organizatora, jakim jest wykonanie swoich zobowiązań wynikających z organizacji Konkursu oraz posiadanie dowodu wydania nagrody na potrzeby podatkowe, w szczególności na potrzeby kontroli. Ponadto, w zakresie danych przetwarzanych w celu wykonania obowiązków ustawowych nałożonych na Organizatora, wynikających z przepisów podatkowych i o rachunkowości, podstawą prawną przetwarzania jest niezbędność do wykonania takich obowiązków Osobie, której dane są przetwarzane: a) przysługuje prawo dostępu do podanych danych i otrzymania kopii danych; b) przysługuje również prawo żądania ich poprawiania, sprostowania, w sytuacji w której są nieprawidłowe. Z uwzględnieniem celów przetwarzania, osoba, której dane dotyczą, ma prawo żądania uzupełnienia niekompletnych danych osobowych, w tym poprzez przedstawienie dodatkowego oświadczenia; c) przysługuje prawo do żądania usunięcia, jej danych osobowych (w szczególności gdy ich uzyskanie nastąpiło na podstawie zgody). Prawo do usunięcia danych osobowych nie ma zastosowania, w zakresie w jakim przetwarzanie jest niezbędne: do wywiązania się z prawnego obowiązku ciążącego na Administratorze, przetwarzania na mocy prawa Unii lub prawa państwa członkowskiego, któremu podlega administrator, lub do wykonania zadania realizowanego w interesie publicznym lub w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej administratorowi czy do ustalenia, dochodzenia lub obrony roszczeń; d) przysługuje prawo ograniczenia przetwarzania w ustawowo wymienionych przypadkach tj. osoba, której dane dotyczą, kwestionuje prawidłowość danych osobowych; przetwarzanie jest niezgodne z prawem, a osoba, której dane dotyczą, sprzeciwia się usunięciu danych osobowych, żądając w zamian ograniczenia ich wykorzystywania; administrator nie potrzebuje już danych osobowych do celów przetwarzania, ale są one potrzebne osobie, której dane dotyczą, do ustalenia, dochodzenia lub obrony roszczeń; osoba, której dane dotyczą, wniosła sprzeciw na mocy art. 21 ust. 1 RODO wobec przetwarzania – do czasu stwierdzenia, czy prawnie uzasadnione podstawy po stronie administratora są nadrzędne wobec podstaw sprzeciwu osoby, której dane dotyczą; e) przysługuje prawo do wniesienia sprzeciwu w dowolnym momencie. – z przyczyn związanych z jej szczególną sytuacją – wobec przetwarzania dotyczących jej danych osobowych opartego na prawnie uzasadnionym interesie Administratora Danych; f) przysługuje prawo do wniesienia skargi do Prezesa UODO (na adres Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa).