Katarzyna Glinka dołączyła do akcji „Jem Drugie Śniadanie"!

Katarzyna Glinka wspólnie z Anną Wyszkoni, Dorotą Chotecką i Andrzejem Krzywym, dotychczasowymi ambasadorami, będzie namawiać Polaków do zabierania z domu drugiego śniadania.

Na początku 2015 roku ruszyła ogólnopolska kampania informacyjno-edukacyjna „Jem Drugie Śniadanie", która edukując jednocześnie wspiera program dożywiania w Polsce „Pajacyk". Za cel organizatorzy postawili sobie wyrobienie w Polakach, a zwłaszcza w dzieciach i młodzieży, dobrego nawyku jedzenia drugiego śniadania. Zaangażowane w akcję gwiazdy zgodnie przyznają jest to dla nich ważny posiłek, który codziennie zabierają ze sobą do pracy, a także pilnują, by ich dzieci regularnie go spożywały.

Jak przyznaje Katarzyna Glinka, bez wahania zaangażowała się w kampanię „Jem Drugie Śniadanie, ponieważ jako aktywna zawodowo mama, przestrzega pewnych zasad, które pomagają jej organizować dzień. Taką zasadą jest m.in. regularność spożywania posiłków.

– Zdrowe odżywianie, a przede wszystkim umiar i równowaga są dla mnie najważniejsze. Chociaż mam dużo obowiązków zawodowych to przede wszystkim jestem mamą. Wspólne posiłki to bardzo ważne momenty w ciągu dnia, zwłaszcza od kiedy mój synek poszedł do przedszkola.– przekonuje aktorka.

Inicjatywę „Jem Drugie Śniadanie" wspierają również takie gwiazdy jak: Anna Wyszkoni, Dorota Chotecka i Andrzej Krzywy, którzy we wrześniu ubiegłego roku w ramach Ogólnopolskiego Dnia Drugiego Śniadania dzielili się ideą kampanii w mediach, a także rozdali około pięćset własnoręcznie zrobionych kanapek na ulicach Warszawy.

Namawiając do regularnych posiłków organizatorzy kampanii „Jem Drugie Śniadanie" pamiętają o tych, którzy na posiłki pozwolić sobie nie mogą. Dzięki wspólnej inicjatywie z programem dożywiania w Polsce „Pajacyk", który stał się partnerem społecznym akcji, we wrześniu 2015 r., wydano 15 600 tys. ciepłych posiłków w szkołach na terenie całej Polski.

– Pomaganie dzieciom z najuboższych rodzin, tym które nie mogą liczyć na domowe drugie śniadanie, jest naszym obowiązkiem. Realna pomoc, jaką niesie kampania a także jej idea, były powodem, dla którego zdecydowałem się wesprzeć „Jem Drugie Śniadanie" w kolejnej edycji.- powiedział Andrzej Krzywy podczas konferencji inaugurującej tegoroczną odsłonę JDŚ.

Regularne spożywanie drugiego śniadania, a także zwracanie uwagi na to, co konkretnie wchodzi w jego skład, sprzyja dobrej kondycji psychicznej i fizycznej, zapobiega otyłości. Kampania „Jem Drugie Śniadanie" promuje również ideę noszenia ze sobą pojemników z drugim śniadaniem.

– Przykład idzie z góry. Dlatego w tegorocznej edycji chcemy dotrzeć z naszym przekazem do rodziców, bo to oni odpowiedzialni są za to, co jedzą ich dzieci. Sama angażuję się w projekty organizowane w szkole mojej córki i wiem, że dzieciaki chętnie chłoną wiedzę dotyczącą zdrowego odżywiania. Raz, po takim spotkaniu usłyszałam od własnego dziecka, że nie powinnam jeść owoców wieczorem, bo zawierają cukier. – opowiedziała podczas konferencji Dorota Chotecka, świadoma mama zaangażowana w akcję „Jem Drugie Śniadanie".

Sponsorem kampanii „Jem Drugie Śniadanie" jest marka Bielmar. Partnerem medycznym został Żagiel Med z Lublina. Za organizację odpowiada Zaza Media.

Więcej na temat akcji „Jem Drugie Śniadanie na stronie www.jemdrugiesniadanie.pl

Spotkanie | Strefa gwiazd | Z bloga

- Ojcostwo w XXI wieku

zobacz szczegóły »

Spełniona kobieta, mama i sportsmenka…

- Odtajnione 2: 2 pierwsze tygodnie bycia ma...

zobacz wszystkie »

- Warto, aby mama wyszła z domu czyli j...
- Dzieciństwo...
- bujda
- I...r vs. S...o
- Dom pełen dźwięku, czyli powrót dzieci
- Lato, lato ... gdzie jesteś?
- Ban na karmienie
- Wspomnień czar...

przeczytaj wszystkie »

Polecamy

STERUJ CIENIEM

NESLING THE PERFECT SHADOW

Korespondencje DM

Jesteś Mamą, Tatą?

Napisz do nas
i wygraj atrakcyjne nagrody!

wypełnij formularz »