

Akcja: Jem drugie śniadanie

Rusza kolejna odsłona akcji „Jem Drugie Śniadanie”, w którą zaangażował się ośrodek medyczny z Lublina – Żagiel Med, który został partnerem medycznym kampanii. Kampania informacyjno-edukacyjna „Jem Drugie Śniadanie” ruszyła w 2015 roku. Od samego początku jej celem jest wyrobienie w Polakach, a zwłaszcza w dzieciach i młodzieży, nawyku jedzenia drugiego śniadania. Ma to dla nich szczególne znaczenie, gdyż spędzają większą część dnia w szkole. Zbyt długa przerwa między śniadaniem a obiadem może mieć ogromny wpływ na ich koncentrację i zaangażowa-

nie w lekcje. Często jest ona również impulsem do spożywania dużych ilości niezdrowych przekąsek, czego konsekwencją jest pogorszenie kondycji psychicznej i fizycznej. – W ubiegłym roku bacznie przyglądaliśmy się działaniom podejmowanym w ramach kampanii „Jem Drugie Śniadanie”. Do gustu bardzo przypadła nam poszerzona przez organizatorów i ambasadorów idea jedzenia drugiego śniadania. W końcu regulame jego spożywanie nie tylko wpływa na nasze dobre samopoczucie, lecz również może w znacznym stopniu zapobiegać otyłości i wszelkim

chorobom metabolicznym, układu krwionośnego oraz zaburzeniom gospodarki hormonalnej – mówi Dorota Karczewska, prezes Zarządu Żagiel Med. – Dla nas jest to szczególnie istotne ze względu na profilaktyczny charakter akcji. Jest nam niezmiernie miło, że w tym roku będziemy mogli przyłączyć się do akcji i wspólnie przekonywać do zdrowego stylu życia – dodaje. Od teraz zespół lekarzy Żagiel Med będzie służył akcji swoją wiedzą i wsparciem we wszelkich kwestiach związanych ze zdrowiem. Ubiegłoroczna edycja kampanii „Jem Drugie Śniadanie”

była jednocześnie wsparciem dla programu Pajacyk, który organizowany jest przez Polską Akcję Humanitarną. Dzięki kampanii, aż 15 600 dzieci z ubogich rodzin otrzymało w szkole ciepły posiłek. Również w tym roku PAH pozostaje partnerem społecznym akcji. „Jem Drugie Śniadanie” wsparli do tej pory: Andrzej Krzywy, Dorota Chotecka, Anna Wyszconi, Marek Kaliszuk, Dominika Gwit i Jacek Kawalec. W tym roku do akcji dołącza kolejni ambasadorzy. Po raz kolejny, w drugi pośledzialek września, zorganizowany zostanie również Ogólnopolski Dzień Drugiego Śniadania. (BM)



Wyrobienie w dzieciach nawyku jedzenia drugiego śniadania ma szczególne znaczenie, gdyż spędzają większą część dnia w szkole