



## Το Ελληνικό Ινστιτούτο Διατροφής με την υποστήριξη της Kellogg's, μιλάει στα παιδιά για τη σωστή διατροφή και τη σημασία του πρωινού!

Από τα τέλη Φεβρουαρίου και μέχρι τις αρχές Απριλίου, 3.000 μαθητές δημοτικού και γυμνασίου σε σχολεία της Αττικής, θα ενημερωθούν από το Ελληνικό Ινστιτούτο Διατροφής, με την υποστήριξη της **Kellogg's**, για τη σημασία της σωστής διατροφής, τη σπουδαιότητα του πρωινού στην καλή υγεία και την απόδοσή τους κάθε μέρα καθώς και για τα οφέλη της άσκησης στην κατάκτηση της υγείας και ευεξίας στη ζωή τους.

Το εκπαιδευτικό αυτό πρόγραμμα, με τίτλο «Σκέφτομαι και Τρώω», τελεί υπό την αιγίδα της Γενικής Γραμματείας Καταναλωτή του Υπουργείου Ανάπτυξης. Στο πλαίσιο του, τα παιδιά θα έχουν τη δυνατότητα να ενημερωθούν από τους κλινικούς διαιτολόγους- διατροφολόγους του Ε.Ι.Δ., με τη βοήθεια ενός εκπαιδευτικού βίντεο για τη σωστή διατροφή και την ευεξία, και τη συμμετοχή τους σε διαδραστικές παρουσιάσεις. Παράλληλα, ένα πολυσέλιδο ενημερωτικό έντυπο θα διατίθεται στους γονείς, με στόχο να προσφέρει πρακτικές συμβουλές διατροφής και άσκησης, ώστε να μπορέσουν να αποτελέσουν οι ίδιοι σωστά διατροφικά πρότυπα για τα παιδιά τους.

Η **Kellogg's**, η μεγαλύτερη εταιρία δημητριακών πρωινού στον κόσμο, έχει σαν στόχο της να συμβάλλει στην υιοθέτηση σωστών διατροφικών επιλογών για την καλή υγεία και ευεξία. Με μια μεγάλη γκάμα από δημητριακά και υγιεινά σνακ (Kellogg's Special K, All Bran, Bran Flakes Complete, Coco Pops, Kellogg's Corn Flakes, κ.α.) η εταιρία προσφέρει διατροφικά σωστές επιλογές για κάθε ανάγκη και κάθε στιγμή.



---

## Προς τους δημοσιογράφους:

Η **Kellogg Company** ιδρύθηκε στις ΗΠΑ το 1906 με μία φιλοσοφία που παρότρυνε τους ανθρώπους να βελτιώσουν την υγεία τους αλλάζοντας τις διατροφικές τους συνήθειες.

Η **Kellogg's** ήταν μία από τις πρώτες εταιρείες που πρόσθεσε απαραίτητες βιταμίνες και σίδηρο στα προϊόντα της, ώστε να διασφαλίσει ότι κάθε μερίδα παρέχει το **25%** των ημερήσιων αναγκών για πολλά βασικά θρεπτικά συστατικά και **17%** του σιδήρου.

Υπήρξε η πρώτη εταιρεία παγκοσμίως που τύπωσε διατροφικές πληροφορίες και μηνύματα υγιεινής διατροφής στις συσκευασίες δημητριακών ήδη από τη δεκαετία του **1930**.

Η αφοσίωσή της **Kellogg's** στην παροχή διατροφικών πληροφοριών παραμένει το ίδιο ισχυρή και σήμερα, παρέχοντας ετικέτες Συνιστώμενης Ημερήσιας Πρόσληψης (ΣΗΠ) στο μπροστινό μέρος κάθε συσκευασίας. Η ΣΗΠ παρουσιάζει την ποσότητα και το ποσοστό των αναγκών ενός ατόμου σε θερμίδες, σάκχαρα, λιπαρά, κορεσμένα λιπαρά και αλάτι που περιέχει μία μερίδα κάθε προϊόντος.

Η ιδρυτική αρχή της εταιρείας πριν από 100 χρόνια ισχύει ακόμα και σήμερα: «Είμαστε μία εταιρεία αφοσιωμένων ανθρώπων που παράγουν ποιοτικά προϊόντα για έναν πιο υγιεινό κόσμο».

Τα δημητριακά **Special K** της Kellogg's από απολαυστικές τραγανές νιφάδες από ρύζι και στάρι ολικής αλέσεως, είναι χαμηλά σε λιπαρά, έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε υδατάνθρακες και είναι πλούσια σε 6 βασικές βιταμίνες Β, βιταμίνες C, D και σίδηρο. Με τα Kellogg's Special K μπορείς να είσαι σίγουρος ότι διατηρείς την φόρμα σου και απολαμβάνεις ένα υγιεινό και γευστικό γεύμα.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε:

Κατερίνα Ζαχαρακοπούλου / Epikinonia

kzacharakoulou@epikinonia.gr – 210 6891 524



## **Hellenic Nutrition Institute with the support of Kellogg's, talk to children about healthy nutrition and breakfast's importance!**

Since the end of February and during the beginning of April, 3.000 students from Primary School and High School in Attiki schools, will be informed, by the Hellenic Nutrition Institute (EID) with the support of Kellogg's, about healthy nutrition, importance of breakfast in good health and their every day performance as well as for the good effects of exercise in achievement of health and wellbeing in their lives.

This educational program, entitled "I think and eat", is under the auspice of General Secretariat of Consumer of Ministry of Development. In its context, kids will have the ability to be informed by E.I.D.'s clinical dieticians - nutritionists with the help of an educational video about healthy nutrition and wellbeing and their participation in presentations with actions. At the same time, a multi-paged educational leaflet will be addressed to parents, in order to offer practical advices of nutrition and exercise, so that they could constitute good nutritional models for their children.

Kellogg's, the biggest company of breakfast cereals in the world, targets to contribute at the adoption of healthy nutritional choices about good health and wellness. With a large variety of cereals and healthy snacks (Kellogg's Special K, All Bran, Bran Flakes Complete, Coco Pops, Kellogg's Corn Flakes, etc), the company offers healthy nutritional choices for every need and every moment.



---

**For journalists:**

**Kellogg Company** was founded in the USA at 1906, based on the philosophy to urge people improve their health, by changing their eating habits.

**Kellogg** was one of the first companies who added vitamins and iron into their products, in order to guarantee that each serving covers **25%** of recommended daily intakes of essential vitamins and **17%** for iron.

It was the first company worldwide which printed information about nutrition on their packages, during the **'30s**.

**Kellogg's** continued to provide information for nutrition and became the one of the first companies to print Guideline Daily Amounts (GDAs) on the front side of packages. GDAs show the amount and the percentage of an individual's needs of calories, sugar, fat, saturated fat and salt included in a serving of each product.

For over 100 years, Kellogg's vision has remained the same «We are a company of dedicated people making quality products for a healthier world».

**Kellogg's Special K** cereals are full of 6 vitamins B, vitamins C, D, iron and carbohydrates. Made of toasted rice and wheat flakes, are the perfect combination of a healthy and nutritious meal and the most important: low in fat!

For more information:

Ms Katerina Zacharakopoulou / Epikinonia

kzacharakopoulou@epikinonia.gr – 210 6891524