Vilnius, 2021 m. Rugpjūčio 30 d.

**„Lidl“ pristato nuotaikingą būdą pažinti vaisių ir daržovių pasaulį: vaikus kvies kolekcionuoti specialias figūrėles**

**Specialistai sako, kad vienas geriausių būdų sudominti vaikus vaisiais ir daržovėmis – įtraukti mažamečius į savotišką žaidimą. Siekdamas atkreipti vaikų ir jų tėvų dėmesį į vaisius ir daržoves bei paskatinti sveiką gyvenseną, prekybos tinklas „Lidl“ nuo šios savaitės startuoja su lipnučių „Stikeez“ akcija. Jos metu prekybos tinklo parduotuvėse už daugiau nei 15 eurų apsipirkusiems lankytojams bus nemokamai įteikiamos nuotaikingos vaisių ir daržovių pavidalo figūrėlės. O už kiekvieną šviežią daržovę ar vaisių pirkinių krepšelyje, bus galima gauti dar po vieną papildomą figurėlę.**

„Norime atkreipti pirkėjų dėmesį į vaisių ir daržovių svarbą ne tik suaugusiųjų, bet ir jų vaikų racione, todėl pristatome lipnučius „Stikeez“ – galimybę mažiesiems pažinti vaisių ir daržovių pasaulį žaismingu būdu. Tikimės, kad ši akcija paskatins tėvelius nuotaikingu būdu edukuoti savo atžalas apie daržovių ir vaisių naudą mūsų organizmui, o vaikai ne tik kolekcionuos, žais ar keisis lipnučiais „Stikeez“ su savo draugais, bet ir supras daržovių ir vaisių svarbą kasdienėje mityboje“, – sako „Lidl Lietuvos“ korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamento vadovas Valdas Lopeta.

Tarp lipnučių „Stikeez“ bus galima sutikti 24 skirtingus herojus – 11 daržovių ir 13 vaisių. Kiekvienai iš figūrėlių yra suteiktas lengvai įsimenamas vardas ir skambus šūkis, primenantis apie šių gėrybių naudą ar kviečiantis vaikus susipažinti. Pavyzdžiui, obuolys Antanas vaikus informuos, kad gali su jais pasidalyti visais savo vitaminais, o brokolis, vardu Brokis, kvies susidraugauti, išbandant dar neatrastą skonį.

**Įsigijus vaisių ar daržovių – papildomas lipnutis**

Rinkti lipnučių figūrėles – labai paprasta. Kiekvienas „Lidl“ lankytojas, apsipirkdamas prekybos tinklo parduotuvėse už 15 eurų ar daugiau, kasoje nemokamai gaus vieną „Stikeez“ pakuotę, kurioje ras vieną figūrėlę. Apsipirkus už 30 eurų ar daugiau – įteikiamos dvi figūrėlės ir t.t.

Tiesa, „Lidl“ parduotuvėse įsigyjant šviežių vaisių ar daržovių, pirkėjai gaus vieną papildomą lipnutį nepriklausomai nuo vaisių ar daržovių kiekio. Svarbu pažymėti, kad norint gauti papildomą figūrėlę, reikia išpildyti anksčiau minėtą sąlygą, t.y. apsipirkti už 15 eurų ar daugiau.

Kolekcionuoti lipnučius dar lengviau, nes bet kurioje „Lidl“ parduotuvėje galima įsigyti specialiai šiai iniciatyvai sukurtų albumų ar maišelių, skirtų figūrėlių laikymui.

**Vaikai pirmiausia „valgo akimis“**

Pasak gydytojo dietologo Edvard Grišin, vaikams yra būtina užtikrinti visavertę mitybą. Jo teigimu, mažamečiai ankstyvame amžiuje dar nemoka klasifikuoti maisto pagal jo naudą, todėl dažniausiai produktus skirsto į dvi kategorijas: patinka ir nepatinka.

„Tačiau vaikai skiria ir suvokia spalvas, kurios juos traukia – galima sakyti, kad jie pirmiausia valgo būtent akimis. Dėl to, pavyzdžiui, ruošiant užkandžius atžaloms, tėvai turėtų nepamiršti pietų dėžutę ar lėkštę papildyti įvairiomis daržovėmis ir vaisiais. Kuo anksčiau vaikus supažindinsime su jų formomis ir spalvomis, jų skoniu, tuo greičiau mažamečiai supras, kad tai yra labai naudinga“, – sako E. Grišin.

**Atžalas sudominti padeda žaidimo forma**

Pašnekovo teigimu, kitas svarbus aspektas, norint paskatinti vaikus valgyti daržoves – pavyzdys iš tėvų. Anot gydytojo dietologo, kadangi vaikai daugelį savo įpročių perima iš tėvų, savo elgesiu jie turėtų iliustruoti, kuo ir kaip reikėtų maitintis.

„Suaugusieji negali vaiko versti valgyti to, ko jis nenori – su juo būtina kalbėti. Atžaloms reikia leisti rinktis iš siūlomos įvairovės, tačiau skirtingas opcijas reikia atskleisti, o galiausiai, aptarti ir vaiko sprendimus. Negavęs doro atsakymo ar paaiškinimo, mažametis gali užsidaryti, protestuoti ir veikti priešingai. Tačiau šioje vietoje kyla kitas svarbus klausimas – kaip sudominti vaiką?“, – teigia specialistas.

E. Grišin pratęsia, kad vienas geriausių būdų suintriguoti atžalas vaisiais ir daržovėmis – žaidimo forma: „Pavyzdžiui, galite vaikui į mokyklos dėžutę įdėti lavašą ir indelį su skirtingais ingredientais, tarp kurių – ne tik jo mėgstama mėsa ar padažas, bet ir skirtingos daržovės – pomidorai, agurkai. Apskritai, leisdami vaikams patiems „surinkti“ patiekalus, keliame jų susidomėjimą, o savotiškas žaidimas verčia juos įsitraukti, pamėgti valgomą maistą. Tiesa, sudominti vaikus gali ir kitokie žaidimai, susiję su vaisiais ir daržovėmis, o puikus to pavyzdys – „Lidl“ lipnučių „Stikeez“ akcija.“

**Daugiau informacijos:**  
Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

dovile.ibianskaite@lidl.lt