



Nestlé Good food, Good life



SPAR Magyarország Kereskedelmi Kft.

Bicske, 2025. január 7.

Sajtóközlemény

Te milyen lépéseket teszel az egészséges és fenntartható életmódért? – Elindult a Nestlé és a SPAR Évtervező kampánya

Az újév kezdetén sokan döntenek úgy, hogy változtatnak életmódjukon, ám a szokások megváltoztatása kutatások szerint átlagosan 66 napot vesz igénybe¹. Ráadásul az emberek több mint fele nem tartja be újrési fogadalmait. A leggyakoribb okok közé a túlzott elvárások kitűzése vagy a megfelelő tudás hiánya tartozik.

Elindult a Nestlé és a SPAR közös, egész éven át tartó edukációs kampánya, amely egy fenntartható és egészségtudatos életmód kialakítására ösztönzi a fogyasztókat. A kampány alapját egy digitális Évtervező adja, amely hónapról hónapra inspiráló történetekkel, hasznos tippekkel és gyakorlatias tanácsokkal kíséri végig a fogyasztókat.

„A tudatos változtatás apró, de következetes lépéseket igényel. A Nestlé és a SPAR évtervezője a mindennapi döntésekben, választásokban segíthet, legyen szó bevásárlásról, az egészséges életmódot támogató fogások elkészítéséről vagy új szokások kialakításáról” – magyarázza Sárga Diána, a Nestlé Hungária dietetikusa, aki szakértői videókkal is segíti majd az új szokások elsajátítását.

„Az egészséges életmód fenntarthatóvá tétele nem arról szól, hogy mindig tökéletes döntéseket hozunk, hanem hogy tudatosan haladjunk egy fenntarthatóbb irányba, kis lépésekkel” – hívja fel a figyelmet Fuller Bianka pszichológus, aki a Nestlé és a SPAR közös Évtervező kampányában a szokások megváltoztatásának mentális oldaláról beszél. A szakértő hozzátette: *„A tudatos haladásban az önreflexió kulcsfontosságú, hiszen segít megérteni, hogy miért hozunk bizonyos döntéseket, mi motivál bennünket, és hol akadunk el. Ha időt szánunk arra, hogy rendszeresen visszatekintsünk a haladásunkra, nemcsak reálisabb célokat tűzhetünk ki, hanem megtanulhatjuk értékelni az apróbb előrehaladást is. Az önreflexió segítségével*

¹ <https://www.caltech.edu/about/news/forming-new-habits-era-coronavirus>, <https://www.ucl.ac.uk/news/2009/aug/how-long-does-it-take-form-habit>

felismerhetjük, mely szokások működnek jól, és melyeken érdemes változtatni, ezáltal nemcsak az életmódváltást, hanem a kitartásunkat is erősíthetjük.”

Egészségtudatos életmód hónapról hónapra

A kampány keretében az Évtervezőben minden hónapban egy szezonális, könnyen beszerezhető és pénztárcabarát alapanyag kerül a középpontba, amelyből a Nestlé és a SPAR termékeire épített recepteknek köszönhetően izgalmas ételek készíthetők. A receptek mellett fenntarthatósági és dietetikai tippek, valamint bevásárlólisták segítik a fogyasztókat a hónap tematikájához illő ételek összeállításában. A program fontos eleme egy havi szokásfigyelő is, amely arra ösztönzi a fogyasztókat, hogy rendszeresen értékeljék saját fejlődésüket. Sárga Diána dietetikus és Fuller Bianka pszichológus mellett az év során rövid, közösségimédia-felületeken megjelenő videókban a Nestlé PURINA állatorvosa, Dr. Márton Kinga is hasznos tanácsokkal látja el az érdeklődőket, hogy a sajátunk mellett kisállataink jóllétéről is gondoskodhassunk.

A tervező az idei évben kizárólag digitális formában lesz elérhető, amelyet a MySPAR mobilapplikáció, a SPAR és Nestlé hírlevelek, valamint a különböző közösségimédia-csatornák támogatnak, a kampányhoz tartozó recept- és szakértői videók is ezeken a felületeken lesznek elérhetők. Ezen kívül az áruházakban kihelyezett plakátokon a QR-kódot beolvasva is el lehet érni az Évtervező tartalmait. Az év folyamán két alkalommal pedig nyereményjátékkal is ösztönzi a két vállalat a fogyasztókat a tervező részletes megismerésére.

Közös felelősségvállalás

„A SPAR számára fontos, hogy olyan kezdeményezések mellé álljon, amelyek valós támogatást nyújtanak a vásárlóinknak az egészségtudatos életmód kialakításához. Ez a kampány egyszerre edukál és inspirál, miközben praktikus tanácsokat biztosít a mindennapokhoz” – hangsúlyozta Maczelka Márk, a SPAR Magyarország kommunikációs vezetője.

A Nestlé és a SPAR már több éve támogatja közösen vásárlóit különféle edukációs kampányokkal. Az elmúlt években a [szelektív hulladékgyűjtés](#), valamint az [élelmiszerpazarlás elkerülésének](#) népszerűsítésén dolgoztak közösen.

A Nestlé és a SPAR közös Évtervezője itt érhető el: [A Nestlé és a SPAR közös Évtervezője | Nestlé Magyarország](#)

A közleményhez csatolt képeket gyors regisztráció után nagyobb felbontásban is elérheti a SPAR Médiatárban, a <https://mediatar.spar.hu/> oldalon. A felületen lehetősége nyílik a SPAR további publikus képeit is letölteni. A képek felhasználásakor kérjük, hogy a spar.hu fotókreditet használja.

A Nestléről:

A Nestlé Hungária a világ legnagyobb, több mint 150 éves élelmiszeripari vállalata, 189 országban van jelen világszerte. A svájci vállalat Magyarországon három gyárában (Szerencsen, Diósgyőrön és Bükön), illetve budapesti központjában összesen több mint 2800 embert foglalkoztat, akik a jobb életminőség és az egészségesebb jövő megteremtéséért dolgoznak nap mint nap.

A Nestlé globális erőforrásainak felhasználásával és a helyi tapasztalataira építve segíti a regeneratív élelmezési rendszerek kialakulását, a természeti erőforrások védelmét, megújítását és helyreállítását, valamint a közösségek megerősödését és

felelősségteljes működését. Elkötelezte magát az iránt, hogy 2050-re nettó nullára csökkenti az üvegházhatású gáz kibocsátást a teljes értékláncán, a mezőgazdasági nyersanyagok megtermelésétől a fogyasztóig.

A Nestlé több mint 30 éve van jelen Magyarországon, jelenleg a legnagyobb svájci befektető és munkáltató hazánkban. A 2024. februárban bejelentett büki beruházásával együtt immár 382 milliárd forintot meghaladó értékben fektetett be itthon, és továbbra is hosszú távú hazai jelenléttel tervez.

A tavaly 100. születésnapját ünneplő szerencsi gyár a Nestlé közép-európai regionális kávé- és kakaóitalpor-gyártó és -töltő üzeme, ahol évente közel 40 ezer tonna kávé- és kakaópor készül, amelyet 30 országba szállítanak ki.

A több mint 60 éves diósgyőri gyár a Nestlé egyetlen, kizárólag üreges figurák gyártására specializálódott üzeme a világon, ahonnan a termékeket több mint 20 országba exportálja a vállalat.

A cégcsoport állateledel-gyártásának kelet-közép-európai központja, a büki PURINA® gyár 2023-ban ünnepelte fennállásának huszonötödik évfordulóját. Termékei a világ több mint 50 országába jutnak el Bükrről.

A Nestlé Hungária beszállítóinak többsége magyar vállalkozás, amelyek évente összesen 54 milliárd forint értékben adnak el termékeket és szolgáltatásokat a Nestlé globális hálózatának. A Nestlé Hungária Magyarországon forgalmazott márkái: Purina, Nestlé Beba, Maggi, Nesquik, Nescafé, Nescafé Dolce Gusto, Ricoré, Nespresso, Starbucks at Home, Balaton, After Eight, Smarties, KitKat, Nestlé reggelizőpelyhek és Garden Gourmet. A vállalat Magyarországon ásványvizeket nem értékesít, a Nestlé Aquarel márkával ellátott ásványvizeket egy független cég gyártja és forgalmazza.

A Nestlé Health Science üzletág speciális tápanyagigényekre épített táplálásterápiás megoldásokkal segíti az érintett csoportokat, míg a Nestlé Professional magas minőségű gasztronómiai és italmegoldásokat kínál a HoReCa szektor és közintézmények számára.

A SPAR Magyarországról:

A SPAR Magyarország 1991 óta, több mint három évtizede a magyar gazdaság, a magyar kiskereskedelem lényeges szereplője. Hazánk egyik legnagyobb foglalkoztatójaként mintegy 14 ezer embernek biztosít munkát és segítséget nyújt az itthon működő családi vállalkozásoknak, termelőknek és gazdáknak. A vállalat országsszerte több mint hatszáz üzlettel rendelkezik, melyeket folyamatosan modernizál, hogy megfeleljen a változó vásárlói igényeknek és csökkentse környezeti lábnyomát.

A vállalat következetesen kiáll a magyar gazdaság és a magyar termelők mellett: az élelmiszer termékterületen 90% feletti arányban dolgozik hazai beszerzési forrásokkal. Az áruházlánc több termékcsoporthoz pedig kizárólag az országban előállított árukat forgalmaz.

2019-ben, közel egymilliárd forintos beruházás eredményeként született meg a SPAR Magyarország évről-évre egyre népszerűbb házhozszállítási szolgáltatása, a SPAR online shop, amely mára 200 településen érhető el, míg a Drive-in (áruházi átvételes) megoldás 35 áruházban vehető igénybe.

A nagy volumenű friss hús- és húskészítmény-értékesítés alapozta meg a saját tulajdonú Regnum húsüzem létesítését 2004-ben. Az egyre növekvő keresletet látva a vállalat 2020-ban Perbálon bővítette a gyártási kapacitását. A SPAR harmadik - kényelmi termékeket gyártó - üllői üzeme 2018 óta készíti SPAR enjoy. márkánév alatt minőségi étkezést biztosító szendvics- és salátatermékeket, évről-évre megújuló és bővülő kínálatban.

A vállalat 1997-ben kezdett el saját márkás termékeket bevezetni a magyar piacon, azóta pedig folyamatosan fejleszti a kínálatot, mára mintegy 4 200 saját márkás termékkel várja a vásárlókat.

A magalakulása óta eltelt több mint három évtized alatt a SPAR Magyarország kiemelt társadalmi szerepvállalással segít fontos ügyeket, az élelmiszer-adományok gyűjtésétől kezdve az esélyegyenlőségi, környezetvédelmi és szemléletformáló aktivitásokon át a sport-, gasztronómiai és kulturális rendezvények felkarolásáig. Ezt a munkát immár több mint harminc éve stratégiai partnereként a Magyar Máltai Szeretetszolgálat segíti.

További felvilágosítás:

Maczelka Márk, kommunikációs vezető

SPAR Magyarország Kereskedelmi Kft. · 2060, Bicske, SPAR út

Mobil: +36 20 823 7891 · E-mail: maczelka.mark@spar.hu