

DONNE ITALIANE SEMPRE IN AZIONE: POCO TEMPO A DISPOSIZIONE E COSI' TROPPE SFIDE DA AFFRONTARE

- **Questi i principali risultati di una esclusiva ricerca Special K condotta da Doxa**
- **Le donne italiane passano la maggior parte del loro tempo fuori casa**
- **Affrontano numerose sfide ogni giorno: conciliare famiglia e lavoro, fanno fatica a concentrarsi su se stesse, faticano a reggere lo stress**
- **Colazione per loro è sinonimo di energia, ma non sempre sanno come comporla**

Milano, 21 marzo 2018 - Lavoro, famiglia, casa, impegni: a gran parte delle donne **“manca il tempo”**. I momenti per sé, per i propri hobby, per gli affetti e per il riposo devono essere concentrati in poco più di due giorni e mezzo a settimana.

Lo conferma la ricerca condotta da **DOXA** per **Special K®** presentata in anteprima questa mattina, durante l'evento **Donne in Azione**, che segna l'inizio di una **nuova campagna** Special K, che vede la partecipazione di quattro protagoniste d'eccezione, chiari esempi di donne in azione con numerose sfide da affrontare ogni giorno: **Vanessa Ferrari, Federica Fontana, Cristina Marino e Giorgia Surina**.

Questa esclusiva indagine ha coinvolto un campione di donne italiane* alle quali è stato chiesto quali siano **le principali sfide** che devono affrontare durante la giornata, le attività che le rendono ancora più forti e il loro **rapporto con l'alimentazione** come fonte di energia.

Dall'analisi dei dati emerge che per sentirsi più energiche il **63% delle donne** intervistate ha bisogno di **ritagliare tempo per se**, il 59% di organizzare weekend fuori porta, viaggiare e il 50% di trascorrere maggior tempo con le persone che ama e le fa stare bene.

Secondo quanto rilevato dalla ricerca, inoltre, per il **63% delle donne con figli**, la sfida giornaliera più grande è quella di **conciliare famiglia e lavoro**; il 54% del campione segnala difficoltà nel trovare del tempo da dedicare a se stessa, mentre reggere lo stress è una prova per il 42% delle intervistate.

Le donne, sempre in azione dal mattino alla sera, sono più produttive e attive nelle stagioni più luminose: primavera ed estate. Proprio in questi periodi circa la metà di loro arricchisce l'alimentazione con vitamine e minerali.

Le donne italiane, infine, sono consapevoli che la colazione è il pasto che le aiuta ad ottenere il giusto sprint di cui hanno bisogno per affrontare le diverse sfide quotidiane e associano questo pasto alla parola **“energia”**. Tuttavia, solo 1 donna su 4 sa che la colazione dovrebbe fornire all'organismo il 20-25% dell'apporto nutrizionale energetico. Questo dato registra un interessante incremento presso le giovanissime (41%), che rappresentano il target più informato su questo tema.

“Ormai è riconosciuto come la colazione sia il pasto più importante per iniziare la giornata e se fatta correttamente aiuta a riavviare l'organismo e ad affrontare con energia e slancio tutte le attività del giorno. Consumare regolarmente questo primo pasto quotidiano, come ormai è noto, si associa ad un migliore stato di benessere a tutte le età.” ha dichiarato **Marta Carabelli, nutrizionista** *“Questo pasto dovrebbe fornire principalmente carboidrati per avere l'energia immediata dopo il digiuno notturno e proteine. La presenza di fibra, di minerali e vitamine è un ottimo modo per procurarsi nell'arco della giornata le quantità raccomandate di questi nutrienti che, con la vita moderna fatta di pasti veloci e magari fuori casa, non sono così semplici da raggiungere. Cereali integrali uniti ad una fonte proteica per esempio da latte o yogurt e della frutta di stagione costituiscono un ottimo esempio di prima colazione.”*

*CAMPIONE INTERVISTATO

+ 1000 donne che fanno colazione

Età: dai 18 ai 64 anni - Area Geografica: Nord Ovest – Nord Est – Sud Ovest – Sud Est

Special K, con la campagna **Powering You**, vuole celebrare il potere delle donne nei momenti di vita quotidiana e la loro capacità di affrontare ogni sfida. La campagna è anche l'occasione per raccontare più approfonditamente il prodotto e i nutrienti contenuti per aiutare le donne a vivere al massimo delle loro potenzialità.

Un esempio concreto di **Donna in Azione** e consapevole dell'importanza e del valore di una alimentazione varia ed equilibrata per riuscire a portare a termine tutte le sfide quotidiane legate alla famiglia e alla vita professionale è **Federica Fontana - conduttrice televisiva e blogger**.

*“Sempre in movimento e di corsa, durante la giornata cerco di fare le cose che mi fanno stare bene, alternando il mio ruolo di mamma di due bambini con il mio lavoro e le mie passioni, la corsa e lo yoga, ha dichiarato **Federica Fontana, conduttrice televisiva e blogger**. Per affrontare tutte queste attività al meglio per prima cosa devo nutrire il mio corpo, partendo dalla colazione, altrimenti né la mia testa né il mio fisico entrano in azione.*

*“Se da un lato la ricerca, condotta da Doxa per Special K, fa emergere come alle donne manchi il tempo per fare ciò che le potrebbe fare stare meglio, dall'altro è chiaro come le donne abbiano una crescente consapevolezza in merito alle loro necessità nutrizionali, identificando la colazione come fonte indispensabile di energia per la giornata” ha dichiarato **Donato Cangelli – Cereals Marketing Director, Kellogg Southern Europe**. “Special K è un brand che da oltre 60 anni è al fianco delle donne, ma soprattutto negli ultimi anni ha mutato forma e contenuti per aiutarle sempre a vivere al massimo delle loro potenzialità stando al loro fianco in ogni momento, a partire dalla prima colazione “.*

La gamma dei fiocchi di cereali **Special K (classic – frutti rossi – cioccolato fondente)** e la linea **Special K nutri-mi™ (frutta secca e semi e frutti di bosco)** forniscono il giusto mix di vitamine e minerali essenziali, tra cui vitamina D, vitamine del gruppo B e ferro, offrendo diversi benefici per il benessere quotidiano:

LA **VITAMINA D** aiuta le difese immunitarie.

LA **NIACINA VITAMINA B3** contribuisce all'energia.

IL **FERRO** aiuta la resistenza fisica.

LA **VITAMINA B12** contribuisce alla vitalità.

* Una porzione di fiocchi Special K contiene >15% dei Valori Nutritivi di Riferimento di vitamina D che contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario, niacina (B3) e vitamina B12 che contribuiscono al normale metabolismo energetico, e ferro che contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento. Una porzione di fiocchi Special K contiene anche >15% dei Valori Nutritivi di Riferimento di vitamine B1, B2, B6, acido folico e zinco. Gustali nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata ed uno stile di vita sano.

A proposito di Kellogg

In Kellogg Company (NYSE: K), ci impegniamo per migliorare e soddisfare il mondo con food e brand di valore.

Tra i nostri amati brand ci sono *Pringles*®, *Special K*®, *Kellogg's Frosted Flakes*®, *Kellogg's Corn Flakes*®, *Rice Krispies*®, *Kellogg's Extra*®, *Coco Pops*® e molti altri.

Le vendite nette per il 2017 si sono assestate a circa 13 miliardi di dollari, e sono costituite principalmente da snack e cibi pronti come cereali e surgelati. I marchi Kellogg sono amati nei mercati di tutto il mondo

Siamo anche un'azienda con Cuore & Anima, impegnata a creare 3 miliardi di giorni migliori - Better Days – entro il 2025 attraverso la nostra piattaforma di impegno globale [Breakfasts for Better Days](#). Per maggiori informazioni visitate https://www.kelloggs.it/it_IT/home.html www.KelloggCompany.com, la pagina [Facebook di Special K](#) o il profilo [Instagram](#)

UFFICIO STAMPA KELLOGG ITALIA

Connexia Srl 02 8135541

Francesca Ferradini - francesca.ferradini@connexia.com

Paola Cagelli - paola.cagelli@connexia.com

Valentina Gneccchi - Valentina.gneccchi@connexia.com

KELLOGG ITALIA

Sara Faravelli - sara.faravelli@kellogg.com - Mob: 3428911313

*CAMPIONE INTERVISTATO

+ 1000 donne che fanno colazione

Età: dai 18 ai 64 anni - Area Geografica: Nord Ovest –Nord Est – Sud Ovest – Sud Est