



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)  
[Odborná spolupráce](#) 21. 1. 2019 | Cihlářová Eva

# Mgr. Alena Vídeňská

URL článku: [vimcojim/o-programu/odborna-spoluprace/Mgr.-Alena-Videnska\\_s10027x19118.html](http://vimcojim/o-programu/odborna-spoluprace/Mgr.-Alena-Videnska_s10027x19118.html)

Vystudovaná překladatelka, která se ale rozhodla jít jiným životním směrem. Proto si doplnila vzdělání trenérskými i výživovými kurzy, a již několik let se věnuje tréninku dětí, mládeže, dospělých i seniorů. Zabývá se tématem zdravé výživy, ať už formou odborných článků nebo tvorbou výživových plánů.



## Odborné kurzy

- Instruktor Fitness (Fitness akademie Ronnie.cz)
- Cvičení pro těhotné a po porodu (Face academy)
- Závěsné systémy (FitPraha.cz)
- Bosu core (Face academy)
- Spirální stabilizace (SM Systém) (Stop bolesti zad s.r.o.)
- Cvičíme zdravě (Česká obec sokolská)
- Cvičitel seniorů (Česká obec sokolská)
- Poradce pro výživu (Fitness akademie Ronnie.cz)
- Poradce pro fitness, sport a zdraví (Fitness akademie Ronnie.cz)
- Funkční výživa (Institut funkční medicíny a výživy)
- Nástroje funkční medicíny v praxi (Institut funkční medicíny a výživy)

## Co Vás přesvědčilo zapojit se do „Vím, co jím“ jako odborný garant?

„Vím co jím“ je zajímavý projekt, který pomáhá široké veřejnosti, se jednoduchým způsobem zorientovat na poli výživy i pohybu. Je dostupný pro celou naši společnost a představuje odbornou záruku kvality.

# **Jakou pozici má podle Vás logo „Vím, co jím“ na trhu mezi všemi ostatními značkami potravin?**

Logo má na našem trhu jistě již vybudovanou svou pozici, která díky povědomí spotřebitelů stále roste. Je známkou. Která podléhá nezávislé certifikaci podle kritérií, která jsou založená na doporučení WHO.

# **Jaký největší problém spatřujete v souvislosti s kvalitou potravin v Česku?**

V dnešní společnosti se výběr potravin, které skončí v nákupním košíku spotřebitelů, stále řídí podle ceny výrobku. Levnější výrobky jsou ale díky tlaku trhu mnohdy ochuzeni o výživově bohaté složky a nahrazovány tak levnými a přídatnými látkami. Naštěstí se trend zdravého stravování v naší republice neustále rozšiřuje, a tak již existují osoby, které jsou ochotni si za kvalitnější produkty připlatit a konzumovat tak opravdové potraviny.

# **Co se Vám na logu „Vím, co jím“ líbí? A v čem si myslíte, že má ještě rezervy?**

Jako pozitivní vidím srozumitelnost pro spotřebitele, hodnocení potravin podle široké škály kritérií a jednoznačné stanovení parametrů k udělení loga.

Bylo by skvělé společnost více informovat o tom, co vlastně logo „Vím, co jím“ představuje - jakou záruku kvality splňují výrobky, které toto „ocenění“ dostanou. V naší zemi je spousta „záruk kvality“ a běžný spotřebitel se v této problematice snadno ztratí.

---

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)