

## Zdravšie stravovanie ako novoročný trend: objednávky ľahších jedál výrazne rastú



Mnohí ľudia vnímajú nový rok ako prirodzený medzník a príležitosť urobiť vo svojom živote pozitívnu zmenu. Aj Slováci si často dávajú novoročné predsavzatia, pričom jedným z najčastejších je snaha o zdravšie stravovanie. Tento trend zachytávajú aj dáta technologickej platbormy Wolt z ktorých je zrejmé, že v týchto dňoch, v porovnaní so zbytkom roka, narastajú objednávky zdravých jedál o desiatky percent. Objednávajú sa najmä polievky, šaláty alebo vegetariánske či vegánske pokrmy. Zvýšený záujem možno pozorovať aj pri objednávkach ázijskej kuchyne, ktorú zákazníci často považujú za zdravšiu alternatívu.

A keďže predsavzatia sa nedarí vždy dodržiavať, Wolt vstupuje do roku 2026 s cieľom byť praktickým partnerom pri ich napĺňaní a pomáhať ľuďom robiť lepšie rozhodnutia počas celého roka, nielen na začiatku. V aplikácii spoločnosť vytvorila sekciu „[Predsavzatia s doručením!](#)“, ktorá zhromažďuje produkty a služby podporujúce zdravšie stravovanie, aktívny životný štýl a efektívnejšie využívanie času v každodennom živote.

**"Vo Wolte vnímame, že ľudia neradi robia radikálne zmeny zo dňa na deň. Skôr hľadajú spôsoby, ako si postupne vytvárať udržateľné návyky, ktoré zapadnú do ich bežného života. Aj preto sme v aplikácii vytvorili sekciu Predsavzatia s doručením!, vďaka ktorej je dodržiavanie novoročných cieľov jednoduchšie a praktickejšie – či už ide o stravovanie alebo efektívnejšie využívanie času."**

Tomáš Kubík, hovorca spoločnosti Wolt pre Slovensko a Česko

Aj keď sa Slováci snažia jesť zdravšie, každodenné tempo často vedie k impulzívnym rozhodnutiam a odklonu od vyváženej stravy. Wolt na tieto potreby reaguje širokou ponukou reštaurácií so zdravšími možnosťami, cez sortiment potravín partnerských obchodných reťazcov či samotného Wolt Marketu. Používatelia tak môžu vyberať od ľahších menu, vegetariánskych či vegánskych možností až po produkty s dôrazom na kvalitu surovín a nutričné hodnoty.



Aplikácia umožňuje ukladať si obľúbené položky a vracat sa k osvedčeným voľbám, čo pomáha budovať stabilnejší stravovací režim a obmedziť impulzívne rozhodnutia. Funkcie ako zoznamy nákupov alebo opakované objednávky zase podporujú premyslené plánovanie a dlhodobé udržanie predsavzatí.

Zdravý životný štýl sa pritom nekončí len pri jedle. Prostredníctvom partnerských obchodov nájdú používatelia v aplikácii aj doplnky výživy, vitamíny, produkty na podporu regenerácie, ako aj základné pomôcky na cvičenie či športové oblečenie, čo predstavuje praktické riešenie pre dni, keď nemajú čas alebo energiu riešiť nákupy osobne.

Pri plnení predsavzatí zohráva kľúčovú úlohu čas. Mnohí si chcú dopriať viac priestoru na pohyb, oddych či osobný rozvoj, no každodenné povinnosti im to sťažujú.

**"„Našou dlhodobou ambíciou je zjednodušať ľuďom každodenné fungovanie a znižovať čas strávený rutinnými nákupmi či presunmi medzi obchodmi. Tým im pomáhame vytvárať priestor na aktivity, ktoré majú pre nich skutočný a dlhodobý význam."**

dodáva Tomáš Kubík

Wolt je tak aj v roku 2026 technologickou platformou, ktorá sa prirodzene stáva súčasťou každodenných návykov ľudí. Prostredníctvom malých, praktických krokov pomáha meniť novoročné predsavzatia na udržateľné rozhodnutia, ktoré fungujú aj po januári a prinášajú viac času, energie a priestoru na to, čo má pre ľudí skutočnú hodnotu.

## About Wolt

Wolt je technologická spoločnosť so sídlom v Helsinkách. Vďaka nej je neuveriteľne jednoduché objaviť a nechať si doručiť z tých najlepších reštaurácií, potravinových reťazcov a lokálnych obchodov. Poslaním spoločnosti je prinášať lepšie riešenia pre mestá a obce a prepájať zákazníkov, obchodníkov a kuriérov.

Platforma Wolt uľahčuje zákazníkom objednanie čohokoľvek prostredníctvom jednej praktickej aplikácie, obchodníkom umožňuje dodatočný predaj a kuriérom poskytuje flexibilnú možnosť zárobku. Aby toto všetko bolo možné, Wolt vyvíja škálu technologických riešení od lokálnej logistiky cez softvéry pre maloobchodné prevádzky až po finančné riešenia.

Wolt bol založený v roku 2014 a svoje sily spojil so spoločnosťou DoorDash v roku 2022. DoorDash dnes pôsobí vo viac ako 30 krajinách, z toho v 27 so značkou Wolt. Ako v prvom meste začal Wolt pôsobiť v Bratislave v septembri 2019, aktuálne pôsobí už vo viac ako 70 slovenských mestách.

## Contact details

### Tomáš Kubík

Head of Communications Slovakia & Czech Republic

[tomas.kubik@wolt.com](mailto:tomas.kubik@wolt.com)

## Copy link

<https://press.wolt.com/sk-SK/259556-zdravsie-stravovanie-ako-novorocny-trend-objednavky-lahsich-jedal-vyrazne-rastu/>