

UNIVERZA V LJUBLJANI
EKONOMSKA FAKULTETA

DIPLOMSKO DELO

**OZNAČEVANJE HRANILNIH VREDNOSTI NA ŽIVILIH
PRIMERJAVA MED GDA SISTEMOM IN SISTEMOM BARVNEGA
OZNAČEVANJA**

Ljubljana, julij 2010

ŠPELA ZUPAN

IZJAVA

Študentka Špela Zupan izjavljam, da sem avtorica tega diplomskega dela, ki sem ga napisala pod mentorstvom dr. Tomaža Kolarja, in da dovolim njegovo objavo na fakultetnih spletnih straneh.

V Ljubljani, dne _____

Podpis: _____

KAZALO

UVOD	1
1 NAKUPNI PROCES ODLOČANJA	2
1.1 Stopnje nakupnega odločanja	3
1.2 Nakupni proces pri živilih	3
1.2.1 Dejavniki, ki vplivajo na nakup živil	5
2 HRANA IN TRENDI V PREHRANJEVANJU	7
2.1 Slaba prehrana, telesna neaktivnost in debelost	10
2.1.1 Položaj Slovenije glede na povprečje Evropske unije	11
2.2 Bolezni, povezane z nezdravo prehrano	12
2.3 Debelost v EU	13
2.4 Ukrepi zoper boleznim, povezanih z debelostjo in nezdravim prehranjevanjem	13
3 OZNAČEVANJE ŽIVIL	14
3.1 Elementi označevanja živil	15
3.2 Hranilna vrednost	16
3.2.1 Skupine najpomembnejših hranil	17
3.3 Zdravstvene in prehranske trditve	18
4 SISTEM OZNAČEVANJA HRANILNIH VREDNOSTI	19
4.1 Prikaz elementov hranilne vrednosti	20
4.1.1 Zakonska ureditev v EU in Sloveniji	20
4.1.2 Vključitev informacij o vsebnosti hranilnih snovi na sprednjem delu embalaže	21
4.2 Odnos Slovencev do označevanja hranilnih vrednosti	22
5 PRIMERJAVA MED GDA SISTEMOM IN SISTEMOM BARVNEGA OZNAČEVANJA	23
5.1 Sistem označevanja GDA vrednosti	23
5.1.1 GDA vrednosti	24
5.1.2 Označevanje GDA vrednosti	25
5.1.3 Raziskave in ugotovitve med porabniki v EU	27
5.1.4 Raziskave in ugotovitve med proizvajalci v EU	27
5.2 Sistem barvnega označevanja hranilnih vrednosti	28
5.2.1 Sistem označevanja hranilnih vrednosti po semaforju	29
5.2.2 Primer Velike Britanije	30
5.2.3 Raziskave in ugotovitve med porabniki v Veliki Britaniji	31
5.2.4 Raziskave in ugotovitve med proizvajalci v Veliki Britaniji	32
5.2.5 Interpretacija barv	33
5.3 Nadgradnja GDA označevanja z barvnim označevanjem	33
6 RAZISKAVA	35
6.1 Empirična raziskava odnosa Slovencev do zdravja, prehranjevanja in označevanja živil	35

6.2 Fokusna skupina	37
6.3 Mnenje predstavnikov porabnikov in industrije.....	41
6.3.1 Mnenje predstavnika porabnikov	41
6.3.2 Mnenje predstavnikov industrije.....	42
SKLEP	43
LITERATURA IN VIRI	46
PRILOGE	

KAZALO TABEL

Tabela 1 : Priporočljive dnevne orientacijske vrednosti po skupinah hranil.....	25
Tabela 2 : Kriteriji barvnega označevanja skupin hranil.....	29

KAZALO SLIK

Slika 1: 5-stopenjski model nakupnega odločanja.....	3
Slika 2: Maslowa piramida potreb z vidika hrane.....	4
Slika 3: Slikovni prikaz označb predpakiranih živil	15
Slika 4: Primer tabele hranilnih vrednosti na živilu.....	20
Slika 5: Primer GDA označbe na sprednji strani izdelka	26
Slika 6: Primer GDA označevanja na zadnji strani embalaže izdelka	26
Slika 7: Primeri barvnega označevanja v Veliki Britaniji	29
Slika 8: Barvno označevanje britanskega trgovca Sainsbury's	32
Slika 9: Primer kombinacije GDA in barvnega označevanja	34
Slika 10: Primer označevanja britanskega trgovca ASDA	34
Slika 11: Grafični prikaz indeksa telesne teže glede na spol, starost in izobrazbo.....	37

UVOD

Dostop do zdrave in varne hrane je osnovna človekova pravica. Nakupovanje hrane danes predstavlja več kot samo zadovoljevanje osnovnih potreb po hrani. Hrana predstavlja užitek, nas zapolni, ko smo slabe volje, nas razveseli, ko smo dobre volje, in navsezadnje je postalo prehranjevanje ena izmed aktivnosti našega vsakdana, ki ji posvečamo veliko pozornosti. Potreba po hrani je ena izmed osnovnih človekovih potreb. Hrana zagotavlja hranilne snovi, ki so potrebne za rast in ohranjanje telesnih tkiv (beljakovine, železo, kalcij itd.), energijo, ki jo potrebujemo za telesno aktivnost (ogljikovi hidrati, maščobe), in hranilne snovi, potrebne za razne procese v organizmu (vitamini, rudninske snovi). Pomanjkanje energije in hranilnih snovi lahko povzroči razna obolenja, kot npr.: beljakovinsko ali vitaminsko podhranjenost zaradi pomanjkanja beljakovin in vitaminov ter mineralov (pogosto v deželah v razvoju). V naših razmerah namenjamo več skrbi obolenjem, ki so posledica pretiranega uživanja nekaterih vrst živil, npr.: živalskih maščob ali industrijsko predelanih živil, soli itd.

V kakšnem svetu živimo Evropejci? V svetu debelosti, pretirane debelosti in z njo povezanimi boleznimi. Epidemija debelosti predstavlja v Evropski uniji (v nadaljevanju EU) enega izmed najresnejših izzivov za področje javnega zdravja. Razširjenost debelosti se je v zadnjih dveh desetletjih povečala za trikrat. Polovica vseh odraslih in vsak peti otrok v državah EU ima prekomerno telesno težo. Od teh jih je ena tretjina že debelih, njihovo število pa hitro narašča. Prekomerna telesna teža in debelost veliko prispevata k razširjenosti kroničnih nenalezljivih bolezni, kar vpliva na krajšo pričakovano življenjsko dobo in negativno vpliva na kakovost življenja. Več kot milijon ljudi letno v regiji umre zaradi bolezni, ki so povezane s prekomerno telesno težo. Epidemija, do katere je prišlo v zadnjih desetletjih, je posledica sprememb v socialnem, ekonomskem, kulturnem in naravnem okolju. Energijsko neravnovesje pri prebivalstvu je posledica dramatičnega zmanjšanja telesne dejavnosti in spremenjenih prehranjevalnih navad, vključno z večjo porabo energijsko gostih in hranilno revnih živil in pijač (z veliko vsebnostjo nasičenih maščob in skupnih maščob, soli in sladkorjev), v kombinaciji s prenizkim vnosom sadja in zelenjave. Po razpoložljivih podatkih kar dve tretjini odraslega prebivalstva v večini EU regije ni zadostno telesno dejavnih z vidika zagotavljanja in vzdrževanja zdravega življenjskega sloga in le v nekaterih državah vnos sadja in zelenjave dosega priporočila.

Glede na opisano situacijo je na ravni EU prišlo do korenitih sprememb v boju proti debelosti. Stroga pravila glede označevanja živil in pijač so se v zadnjem letu poostrila. Zdravstvene in hranilne trditve na živilih se trenutno preverjajo in potrjujejo v skladu z nezavajanjem porabnikov, kar se tiče oglaševanja živil porabnikom. EU želi z letom 2010 uvesti obvezno označevanje hranilnih vrednosti na sprednji strani embalaže. Uvesti želi standardizirano označevanje, ki bo omogočalo porabnikom nakupovanje hrane v skladu z uravnoteženo prehrano. Povod k predlogu takega označevanja je prav slabo prehranjevanje Evropejcev in prekomerna debelost ter s tem povezane bolezni. Na slednjem temelji cela predpostavka

označevanja hranilnih vrednosti, ki daje porabniku informacije o vsebnosti sladkorja, soli, maščob (nasičenih in nenasičenih) in kalorične vrednosti v živilih.

Namen diplomskega dela je predstavitev označevanja hranilnih vrednosti na embalaži živil (in pijač) v EU in primerjava dveh sistemov označevanja. Prvi je prostovoljni sistem označevanja hranilnih vrednosti na embalaži živil v državah članicah EU glede na dnevne orientacijske vrednosti, t.i. GDA (Guideline Daily Amounts) označevanje. Drugi sistem je barvno označevanje hranilnih vrednosti po sistemu barvnega semaforja oz. 'Traffic Light Labelling', ki ga uporabljajo v Veliki Britaniji. Primerjala bom pozitivne in negativne strani obeh sistemov označevanja in na koncu diplomskega dela podala mnenje, kateri sistem označevanja je za porabnike bolj učinkovit. V ospredju je porabnik in njegovo razumevanje obeh sistemov označevanja in kako mu te označbe na živilih pomagajo do odločitve o nakupu živila z vidika analize hranilnih vrednosti in posledično do nakupa v skladu z uravnoteženo prehrano. Učinkovitejši sistem označevanja bo torej tisti, ki bo informiral porabnika o hranilni vrednosti živila tako, da bo preprost porabnik te informacije razumel in jih uporabil pri svoji nakupni odločitvi z namenom, da se zaveda in izobražuje o pomenu zdrave in uravnotežene prehrane.

Skozi celotno diplomsko delo se bom opirala na raziskave, ki so bile narejene v sklopu potrošniških organizacij in evropskih institucij ter publikacij, kjer so razprave o različnih sistemih označevanja. Na koncu bom podala mnenje o tem, ali bi bilo barvno označevanje hranilnih vrednosti na živilih po sistemu semaforja bolj ali manj učinkovito za slovenske porabnike. Testiranje udeležencev o razumevanju hranilnih vrednosti in morebitnem barvnem označevanju kot predlogu bom preverila s fokusno skupino. Poleg tega pa bom predstavila strokovno mnenje dveh opozicijskih strani. Prvo mnenje je mnenje industrije, ki zagovarja GDA označevanje in bo podano s strani Gospodarske zbornice Slovenije in dveh mednarodnih podjetij, ki sta prisotni tudi v Sloveniji: Nestlé in Unilever. Drugo mnenje je mnenje potrošniške organizacije, Zveze potrošnikov Slovenije, ki pa zagovarja barvno označevanje hranilnih vrednosti.

1 NAKUPNI PROCES ODLOČANJA

Nakupni proces odločanja lahko razumemo kot proces odločanja ali reševanja problemov. Z njim označujemo premišljena, zavestna dejanja, s katerimi zadovoljujemo potrebe. Na končni rezultat vplivajo številni dejavniki (Kotler, 2004, str. 183–195):

- kulturni dejavniki (nabor vrednot, prepričanj, preferenc in vedenja od našega rojstva),
- družbeni dejavniki (referenčne skupine, družina, družbene vloge in položaji),
- osebni dejavniki (starost, poklic in premoženjsko stanje, življenjski slog in samopodoba),
- psihološki dejavniki (motivacija, zaznavanje, učenje, prepričanja in stališča).

Porabniki pogosto ravnajo v nasprotju s tem, kar govorijo. Pogosto se sploh ne zavedamo pravih, globljih motivov, ki se skrivajo za našim početjem. Včasih se odzovemo tako, da si v zadnjem

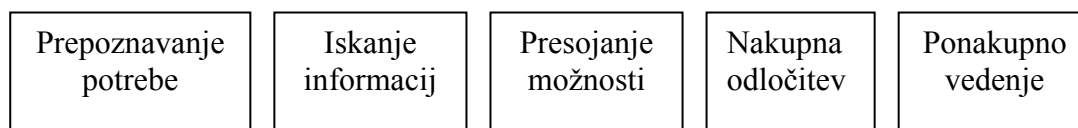
trenutku premislimo. Nakupno vedenje porabnika se razlikuje tudi glede na vrsto nakupne odločitve. Tako razlikujemo tri vrste nakupnega odločanja:

- **Razširjen nakupni proces**, kjer porabnik natančno in poglobljeno razmišlja o nakupu. Za posameznika je bistveno, da sprejme pravo odločitev, zato gre porabnik skozi vse stopnje nakupa, ki so opredeljene v naslednji točki. Vrednotenje številnih alternativ in posvetovanje z različnimi viri informacij sta glavni značilnosti tega procesa. Pričakovanja in stališča so jasna, zato mora končni nakup zadovoljiti vse potrebe, ki jih posameznik pričakuje. Gre za nakup izdelkov z visoko vpletenostjo.
- **Zožen nakupni proces**, kjer porabnik v glavnem nima časa, da bi se poglobljeno posvečal nakupu. Veliko pogosteje si poenostavi zadeve in zmanjša število virov informacij, alternativ in kriterijev izbora.
- **Rutinski nakup**, kjer porabnik opravi nakup v trenutku, brez iskanja informacij. Do ocenjevanja alternativ pride šele po nakupu.

1.1 Stopnje nakupnega odločanja

Vsak porabnik gre skozi 5-stopenjski model nakupnega odločanja. Kotler (2004, str. 201–108) opredeljuje te stopnje, kot je prikazano na spodnjem diagramu:

Slika 1: 5-stopenjski model nakupnega odločanja



Vir: Kotler, 2004.

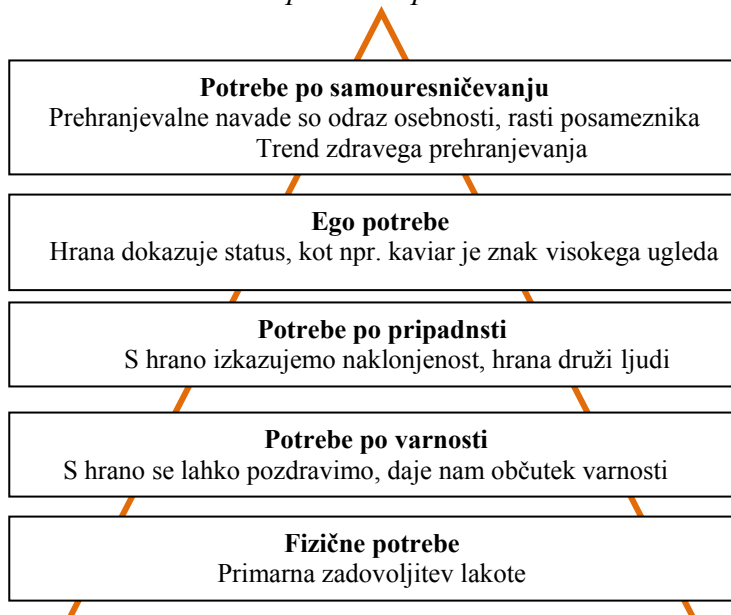
V prvem koraku porabnik začuti razliko med želenim stanjem in dejansko situacijo, ki je tako velika, da sproži proces motivacije, odločanja oziroma nakupa (lakota). Nato v naslednjem koraku išče informacije po svojem spominu (notranje iskanje) in pridobiva relevantne informacije iz okolja (zunanje iskanje). Ko ima zbrane vse informacije, porabnik ocenjuje možnosti z vidika pričakovanih koristi in izbira med različnimi izdelki. Na koncu sledi izbira izdelka med ponujenimi izdelki oziroma nakup. Po uporabi izdelka porabnik ocenjuje, v kolikšni meri izdelek zadovoljuje njegove potrebe in pričakovanja, kar predstavlja ponakupno vedenje. Stopnja zadovoljstva vpliva na prihodnje nakupe porabnika kot izkustveni vir informacij.

1.2 Nakupni proces pri živilih

Oglaševanje in promocija hrane vpliva na porabnikovo izbiro in nakupne ter prehranske odločitve. V današnjem svetu, kjer prevladuje množična potrošnja, smo soočeni z vrsto odločitev, kjer porabniki iščemo informacije glede izvora hrane, njenih sestavin, roka uporabe, itd. Kar je potrebno izpostaviti, je dejstvo, da hrana ne predstavlja več zadovoljitve naših primarnih potreb po lakoti, ampak je del življenjskega sloga. "Si to, kar ješ", pravi Dr. Gillian

McKeith v svoji istoimenski knjigi. Izhaja iz preproste resnice, da smo to, kar jemo: vse, kar zaužijemo, vpliva na naše zdravje, počutje, videz in odnos do življenja. Če pogledamo Maslowo piramido, hrana danes ne predstavlja samo potešitve lakote, ampak zadovoljuje tudi ostale potrebe po piramidi navzgor.

Slika 2: Maslowa piramida potreb z vidika hrane



Vir: Prirejeno po Maslowi hierarhiji potreb, Kotler, 2004, str. 196.

Nakupovanje hrane tako ne predstavlja več rutinskega nakupa, ampak že kar zapleten proces odločanja. Porabniki se morajo v poplavi prehranskih izdelkov in množici blagovnih znamk odločiti za tisti izdelek, ki bo zadovoljil njihove potrebe na vrhu Maslowe piramide. Porabniki danes kupujejo hrano, ki odraža njihov življenjski slog in filozofijo življenja in je del njihove osebnosti. Temu primerno je zato porabnik pozoren na vrsto elementov, ki predstavljajo kriterije za nakup nekega prehranskega izdelka: ceno, rok trajanja, težo, poreklo, sestavine itd. Slednje je z naraščajočim trendom zdravega prehranjevanja še posebej pomembno za porabnika. Kaj izdelek vsebuje in kakšne sestavine vsebuje, je za porabnika danes zelo pomembno. Če želi porabnik razumeti tabelo hranilnih vrednosti, v kateri so nanizane sestavine, mora biti porabnik izobražen in razumeti te navedbe. S tem pridemo do spoznanja, da nakupovanje živil ni več tako preprosto. Porabnik si mora vzeti čas in tehtati med različnimi izdelki in primerjati njihovo vsebino, kar pa ni vedno lahko. Zato nemalokrat porabnik, ki ni dobro podkovan z znanjem, slepo verjame, da je neko živilo zdravo. Raznovrstne prehranske in zdravstvene trditve na izdelkih so pogosto zavajajoče in predstavljajo bolj marketinški trik kot pa smernico zdravega prehranjevanja. Zato se danes moderni porabnik izobražuje in odloča o nakupu na podlagi razumevanja informacij na prehranskih izdelkih. Kot pa že omenjeno, to zahteva čas in izobraževanje.

Na podlagi 5-stopenjskega modela nakupnega odločanja je za porabnika pri nakupu živil tako najbolj pomemben drugi korak, ki predstavlja iskanje informacij, in najpomembnejše je

razumevanje le-teh. Na podlagi informacij, ki jih dobi na samem izdelku, oglaševanja le-tega, vplivov iz okolja, se porabnik odloči za nakup živila v skladu s filozofijo njegovega življenjskega sloga.

1.2.1 Dejavniki, ki vplivajo na nakup živil

Končni cilj nakupa hrane je dolgoročno dobro počutje. To pomeni, da porabnik skrbi za svoje zdravje in v skladu z nakupi živil skrbi za uravnoteženo prehrano. Obstaja več dejavnikov, ki vplivajo na to, kakšno hrano si porabnik izbira.

Dejavniki, ki vplivajo na nakup živil, so naslednji (Rodriguez, 2008):

- **Osební dejavniki**

Vsak porabnik ima svoj okus. Te preference razvija skozi čas in so odvisne od osebnih izkušenj, npr. od načina vzgoje, družinskih običajev, oglaševanja in osebnih vrednot. Različne raziskave so pokazale, da obstaja povezava med izobrazbo in socialnim statusom ter slabo prehrano. Ugotovili so, da je odstotek debelosti večji med neizobraženimi in revnejšimi ljudmi ter v delavskem razredu.

- **Kulturni dejavniki**

Kulturne skupine nam dajejo smernice o tem, kakšna hrana in kombinacije hrane so za nas sprejemljive, pokažejo prehranjevalne vzorce in navade. Skupek vseh smernic ustvarja občutek identitete in pripadnosti družbi. V okviru velike družbe so subkulture tiste, ki določajo posebne prehranjevalne smernice in so še vedno del te družbe. Izpostavljenost določeni hrani pomeni, da je porabnik na to hrano navajen in da odrašča z njo. Tako se na primer oblikuje določena vrsta hrane, značilna za določena območja (mediteranska hrana, angleška hrana).

- **Družbeni dejavniki**

Porabniki, ki pripadajo določeni družbeni skupini, so odvisni drug od drugega, si delijo isto kulturo in vplivajo na stališča in vedenja pripadnikov. Porabnikova pripadnost določeni skupini, delovnem okolju ali organizaciji močno vpliva na vedenje pri hrani. Na primer mlada oseba se bo drugače prehranjevala, ko bo šla ven s prijatelji po športni tekmi ali ko bo šla na družinsko kosilo s starši.

- **Religija**

Religijski dejavniki pri izbiri hrane variirajo od minimalnega pritiska do maksimalnega pritiska na porabnika. Zato je vpliv religije v nekaterih kulturah zelo močan in vpliva na vedenje porabnikov pri izbiri hrane. Primer temu je muslimanska vera, ki prepoveduje svinjino.

- **Družbeno-ekonomski dejavniki**

Denar, vrednost in porabnikovo znanje vplivajo na nakup. Poudariti je potrebno, da cena izdelka ni indikator hranilne vrednosti izdelka. Ceno živila določa razpoložljivost, status in povpraševanje. Družbeni položaj, prihodek in izobrazba so dejavniki, ki vplivajo na prehrano in

telesno dejavnost. Nižja stopnja izobrazbe in revnejši dostop do ustreznih informacij zmanjšujeta možnosti, da bi se lahko porabniki odločali na podlagi pridobljenih informacij. Nekatere opravljene raziskave in študije kažejo, da imajo ljudje z višjo stopnjo izobrazbe boljše prehranjevalne navade.

- Okoljski dejavniki

Dejavniki okolja, ki vplivajo na prehranjevalne navade, sestojijo iz ekoloških in družbenih dejavnikov. Hrana, ki se prideluje množično na določenem območju, postane del kuhinje tega območja. Vendar je z moderno tehnologijo in razvitostjo transporta hrana, ki je bila nekoč dostopna le ob določenih letnih časih, zdaj dostopna kjerkoli in kadarkoli.

- Politični dejavniki

Politični dejavniki vplivajo na razpoložljivost hrane in trende v prehranjevanju. Zakoni, ki zadevajo prehrano in trgovski zakoni vplivajo na ceno hrane in njeno razpoložljivost po državah. Zakoni, ki regulirajo označevanje izdelkov, pa določajo, kaj porabniki vedo o hrani, ki jo kupujejo. Prehranjevalne navade so zato rezultat tako zunanjih dejavnikov, kot je politika, in notranjih dejavnikov, kot so vrednote. Oboje pa se skozi življenjsko dobo porabnika spreminja in tako spreminja porabnikove navade.

- Psihološki dejavniki

Razpoloženje porabnika igra močno vlogo pri nakupu hrane. Ne glede na to, da nakupovanje hrane predstavlja že bolj zapleten proces nakupovanja, igra razpoloženje porabnika v trenutku nakupa pomembno vlogo. S hrano si izboljšamo razpoloženje, saj danes velja, da je hrana tista, s katero si izboljšamo oziroma dosežemo želeno razpoloženje. Npr. najbolj znane so kratkoročne pregrehe, kot npr. sladka hrana ali hrana z več maščobami.

Psihološki stres je stalnica današnjega modernega življenja, ki vpliva na fizično aktivnost, razvoj slabih navad (npr. kajenje) ter na izbiro hrane. Stres povzroča spremembe v prehranjevalnih navadah in vpliva na izbiro hrane. Npr. porabnik zaradi stresa je več ali manj, kar vpliva na povišanje ali znižanje telesne teže. Običajno je tudi tako, da v stresnih situacijah posegamo po bolj nezdravi hrani, polni maščob, ki navidezno zadovolji občutek napetosti. Glede na različne raziskave pa posledice stresa vodijo v slabe prehranjevalne navade in s tem v nastanek debelosti in bolezni, povezane z nezdravim prehranjevanjem.

Krivda porabnika ima tudi vpliv na izbiro živil, kar še posebej velja za žensko populacijo. Diete za zniževanje telesne teže so ena izmed stalnic v današnjem življenju. Ženske in pa seveda tudi moški v času shujševalnih diet, ko se odrekujejo maščobam in drugim hranilnim snovem, ki so tako rekoč prepovedane v času shujševalne diete, imajo povečano željo ravno po teh prepovedanih snoveh. Zato so občutki krivde prisotni.

Za poseganje po določenih vrstah hrane vplivajo tudi gastronomski in estetski razlogi. Skupen obrok je pogosto sredstvo komunikacije med ljudmi. Na prehranske navade vpliva še osebna,

družbena, čustvena in simbolična vloga hrane. Na prehrano vplivajo še založenost trga, finančna sredstva, domači viri, šege, izobrazba, množična občila in številni drugi dejavniki.

Če se osredotočimo še na dejavnike, ki so prisotni na samem mestu nakupa, igrajo ključno vlogo pri nakupu živil tudi elementi, prisotni na sami embalaži izdelka (več v poglavju 3.1. Elementi označevanja živil):

- videz embalaže (barve, privlačnost izdelka),
- blagovna znamka,
- rok uporabnosti,
- kakovost,
- oglaševanje izdelka preko različnih medijev in na samem prodajnem mestu,
- informacije o hranilni vrednosti izdelka (tabela hranilnih vrednosti) in prehranske ter zdravstvene trditve; te informacije so danes za porabnika vse bolj pomembne in vplivajo na nakup živil, v kolikor se porabnik zaveda pomembnosti uravnotežene prehrane in zdravja,
- cena.

Čas, ki ga imajo na voljo porabniki v trgovini za nakup, ter pomembnost cene in okusa definirajo, v kolikšni meri se bo porabnik posvetil branju prehranskih označb. Utilizacija je pomembna pri porabnikih, ki rangirajo prehransko vrednost in varnost izdelka nad samim okusom. In nazadnje bo na branje prehranskih označb vplival tudi pritisk na posameznega porabnika in mesto, kjer kupuje.

Veliko dejavnikov vpliva na proces nakupa živil. Pri vseh pa je najbolj pomembno, da je končni cilj nakup takšne hrane, ki porabniku ne škoduje. Zato je pomembno, da so na embalaži živila informacije, ki porabnika izobražujejo o sestavi in hranilni vrednosti živila, saj se lahko porabnik le na podlagi teh informacij odloči, koliko ključnih hranil bo zaužil v skladu z uravnoteženo prehrano, oziroma bo porabnik osveščen o škodljivih količinah prekomernega vnosa ključnih hranil, škodljivih za zdravje.

2 HRANA IN TRENDI V PREHRANJEVANJU

Načini prehranjevanja porabnikov so se dandanes zelo spremenili. Z vstopom na mednarodni trg z množično proizvodnjo imajo porabniki na trgu veliko izbiro hrane in pijače, med katerimi se najde veliko takšnih izdelkov, ki so nezdravi in cenovno bolj dostopni porabnikom. K potrošnji nezdrave prehrane prispevajo velik delež predvsem proizvajalci, ki vlagajo ogromen delež sredstev v oglaševanje hrane in pijače z visoko vsebnostjo maščob, sladkorja in soli. Zato se prekomerna debelost, kot pričajo številne raziskave, pojavlja predvsem med mladimi in neizobraženimi ljudmi, ki nimajo informacij o zdravem načinu prehranjevanja ter posledično nimajo niti sredstev za nakup bolj kvalitetne in zdrave hrane.

Pojem nezdravega prehranjevanja celostno zajema več komponent prehranjevanja. To so neustrezna hranilna in energijska vrednost zaužite hrane, uporaba neustreznih in celo nepravilnih načinov njene priprave ter tudi nepravilen ritem dnevnega uživanja hrane. Poseben problem

predstavljajo nezdravi prehranjevalni vzorci, kot je hitra prehrana in uživanje energetsko bogate hrane. V splošni model nezdravega prehranjevanja uvrščamo (Kronične nenalezljive bolezni, 2008, str. 6):

- nezadostno uživanje sadja in zelenjave,
- nezadostno uživanje hrane, bogate z vlakninami,
- prepogosto uživanje energijsko prebogate hrane,
- prepogosto uživanje maščob, ki vsebujejo velik delež nasičenih in trans-nenasičenih maščobnih kislin,
- uživanje preveč slane hrane,
- nezadostno uživanje hrane, ki vsebuje kalcij,
- prepogosto uživanje hitro razgradljivih ogljikovih hidratov (slaščice in sladkane pijače),
- nezadostno uživanje rib (predvsem rib, ki vsebujejo veliko omega-3 maščobnih kislin),
- neprimeren ritem prehranjevanja, predvsem premajhno število obrokov (manj kot 3), ki vodi v uživanje prevelikih obrokov.

Prevladujoče, splošno znane trende v prehranjevanju bom razdelila v 2 skupini, in sicer na pozitivne in negativne trende. V prvo skupino pozitivnih trendov prehranjevanja sodijo:

- Večja ozaveščenost ljudi glede zdravega prehranjevanja

Trenutni trendi, ki jih zasledimo tako v tujini kot pri nas v Sloveniji, so trendi eko prehrane. Eko prehrana predstavlja priljubljen trend in lahko že zasledimo prisotnost tovrstnih izdelkov na naših policah. Poleg tega postajajo priljubljena zdrava živila, kot so sadni napitki (npr. Smoothie), sadje in zelenjava (npr. Mercatorjeva blagovna znamka 5 na dan, ki ozavešča porabnike o pomenu vnosa zadostne količine sadja in zelenjave) itd. Pri tem pa je potrebno izpostaviti dejavnik, ki zelo močno vpliva na nakup tovrstnih izdelkov, in sicer je to cena. Ti izdelki so prisotni na naših policah po dražjih cenah, kar v grobem pomeni, da si lahko zdravo prehranjevanje privoščijo ljudje z boljšim ekonomskim statusom.

- Izobraževanje o hrani

Porabniki postajajo vse bolj izobraženi, zato so tudi bolj pozorni na oznake na živilih, ki jih razumejo in berejo. To so obvezni elementi na živilih, kot so poreklo, sestavine, podatki o hranilnih vrednostih. Na podlagi različnih raziskav je bilo ugotovljeno, da največji delež ljudi, ki se bolj zdravo prehranjujejo, predstavljajo starostniki, ki že imajo težave z zdravjem, in porabniki z višjo izobrazbo ali boljšim ekonomskim statusom. Povezava med zdravim prehranjevanjem in višjo izobrazbo ter boljšim ekonomskim statusom je bila dokazana na podlagi številnih raziskav. V Veliki Britaniji, kjer so debelost kot posledico nezdravega prehranjevanja označili kot nacionalno pandemijo, raziskave dokazujejo, da je debelost prisotna v največji meri med nižjim slojem prebivalstva ter neizobraženimi ljudmi.

V Sloveniji je stanje podobno, vendar se še ne soočamo v tolikšni meri s tako debelostjo kot jo poznajo v Veliki Britaniji. Pri tem gre za pojem debelosti (indeks telesne mase nad 30), medtem ko imamo v Sloveniji prisotno prekomerno težo (indeks telesne mase pod 30).

V drugo skupino trendov prehranjevanja pa uvrščam negativne trende prehranjevanja, ki so v primerjavi s prvo skupino v veliko večjem obsegu prisotni na območju Evropske unije in v Sloveniji.

- Slaba prehrana

Kljub osveščanju porabnikov o zdravem načinu prehranjevanja je trenutno stanje žal še vedno negativno. Kot omenjeno v zgornjem odstavku, je največja zaskrbljenost slabega prehranjevanja predvsem v nižjih slojih prebivalstva, kjer so ljudje manj izobraženi in ekonomsko revnejši.

Današnji ritem življenja je zelo hiter, delovni čas se podaljšuje. Porabniki nimajo časa za pripravo zdravega obroka doma. Zato se poslužujejo hitrih obrokov, ki pa so v večini nezdravi. Restavracije s hitro prehrano postajajo tudi vse bolj priljubljene, predvsem pri nas, v Sloveniji. Zaenkrat v Sloveniji hitra prehrana ni ena izmed najcenejših načinov prehranjevanja, kot je to v tujini. Na primeru Združenih držav Amerike in Velike Britanije lahko vidimo, da so tam restavracije s hitro prehrano ene izmed najcenejših načinov prehranjevanja. Zato imajo v teh državah debele ljudi, ki izhajajo predvsem iz nižjih, revnih slojev. Čeprav trend kaže, da se hitre prehrane poslužujejo dejansko porabniki iz vseh slojev in zato postajajo debeli vsi porabniki, ne glede na sloj. Nižji sloji pa so debelosti toliko bolj izpostavljeni, saj je to hrana, ki si jo lahko privoščijo. V Sloveniji zaenkrat tega trenda še ni, saj restavracije s hitro prehrano ne spadajo med najcenejše načine prehranjevanja. Raziskava, ki jo je med Evropejci opravila Evropska komisija (v nadaljevanju ES), kaže, da dve tretjini prebivalcev EU meni, da je zdravo prehranjevanje lahko doseči. Vendar pa na podlagi nadaljnjega raziskovanja ugotovimo, da je pomanjkanje časa zaradi današnjega ritma življenja glavni razlog, ki ovira Evropejce, da bi se zdravo prehranjevali.

- Velik vnos soli in maščob

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (v nadaljevanju SZO) zaužijemo 5 % soli s hrano, ki ni soljena, 80 % je zaužijemo s predpripravljenimi in konzervirano hrano, 15 % pa jo dodamo pri pripravi hrane na mizi. Podatki kažejo, da Slovenci presegamo priporočeni vnos soli s porabo 12 do 13 g soli na dan, po čemer se uvrščamo med večje porabnike soli v Evropi (povprečje 11 g). Po standardu SZO je priporočeni dnevni vnos soli 6 g na dan (Lepa in zdrava, 2008, str. 4).

Raziskave strokovnjakov so pokazale, da Slovenci pojemo preveč maščob, predvsem tistih, ki škodujejo zdravju. Namesto priporočenih do 30 % pojemo kar 42 % energetskega vnosa v obliki maščob, še posebno nasičenih (meso in mesni izdelki, mleko in mlečni izdelki) (Hrovatin, 2009).

- Široka izbira nekvalitetne, poceni pridelane hrane

Danes je porabnikom na voljo veliko število izdelkov z visoko vsebnostjo maščob in soli po nizkih cenah. To še posebej velja za uvožene izdelke, ki jih je na policah opaziti vedno več.

- Oglaševanje hranljivo revnih živil

Oglaševanje hrane ima zelo velik vpliv na nakup živila pri porabnikih, saj so ponavadi najbolj oglaševani ravno tisti izdelki oziroma živila, ki vsebujejo veliko vsebnost maščob, soli in sladkorja. Izpostavila bi predvsem najbolj ranljivo skupino, in sicer so to otroci in mladostniki, na katere proizvajalci ciljajo s svojimi reklamnimi sporočili. Raziskava, ki jo je opravila Zveza potrošnikov Slovenije, kaže, da žitarice za zajtrk v večini vsebujejo prevelike količine sladkorja (Pajk Žontar, 2007, str. 18).

Nezdrava prehrana in pomanjkanje telesne dejavnosti sta v Evropi glavna vzroka za bolezni in prezgodnjo smrt. Naraščanje pojava debelosti v Evropi je največja skrb javnega zdravstva (Zelena knjiga 2008, str. 3). Po ocenah predstavlja debelost kar 7 % oskrbe javnega zdravstva na področju EU in glede na študije trendov se bo ta številka samo še povečevala. Študije poudarjajo visoke gospodarske stroške debelosti, ki vključujejo nižjo produktivnost in izgubljeni donos delovne sile.

2.1 Slaba prehrana, telesna neaktivnost in debelost

Slaba prehrana, telesna neaktivnost in s tem povezano naraščanje debelosti so glavni trendi evropskega prebivalstva.

Po podatkih raziskave, ki jo je opravila SZO so ugotovili, da (Branca, Lobstein & Nikogosian, 2007, str. 16):

- prekomerna telesna teža in debelost predstavljata javnemu sektorju resen problem in izziv k rešitvi problema;
- se stopnja debelosti hitro stopnjuje in po ocenah naj bi do leta 2010 debelost doletelo 150 milijonov odraslih ljudi in 150 milijonov otrok;
- se trend debelosti zaskrbljujoče povečuje predvsem pri otrocih in mladostnikih. Stopnja debelosti se v tej skupini konstantno povečuje. Trenutno je 10-krat večja kot je bila stopnja debelosti v tej skupini leta 1970;
- sta prekomerna telesna teža in debelost glavna vzroka za 80 % obolenj diabetesa, 2,35 % srčnih obolenj in 55 % hiperaktivnih obolenj. Poleg tega je prekomerna debelost vzrok 1 milijona smrti in 12 milijonov bolnih na leto;
- debelost povzroča kar 6 % stroškov zdravstvene oskrbe SZO v EU;
- debelost in z njo povezane bolezni vplivajo na ekonomski razvoj in omejujejo posamezne ekonomske priložnosti;
- debelost bolj prizadene revnejše prebivalstvo, povzroča več bolezni in s tem zavira možnosti izboljšanja njihovega socialnega in ekonomskega statusa.

Trendi v prehranjevanju torej vodijo k resnim posledicam prekomerne teže in debelosti prebivalstva. S tem pa je tesno povezana tudi telesna neaktivnost prebivalstva. Na podlagi zgoraj omenjene raziskave SZO bom v nadaljevanju podala rezultate Slovenije glede na evropsko povprečje, ki bodo dober pokazatelj, kako se naša država in prebivalci soočajo z naraščajočim trendom nezdravega prehranjevanja in telesne neaktivnosti.

2.1.1 Položaj Slovenije glede na povprečje Evropske unije

Prebivalci EU, sodeč po raziskavi SZO, trdijo, da so dobrega zdravja. Vendar na podlagi podrobnejših podatkov vsak tretji Evropejec trpi za dolgotrajnejšo boleznijo ali ima zdravstveni problem. Raziskava, ki so jo opravili leta 2005, je pokazala naslednje rezultate (Branca, Lobstein & Nikogosian, 2007):

- 24 % Evropejcev je telesno neaktivnih, 20 % jih pravi, da so predebeli, in 24 % jih trdi, da se ne prehranjujejo zdravo.
- Glede na telesno neaktivnost je položaj Slovenije pod povprečjem EU s 16 % anketirancev, ki so telesno neaktivni. Skupaj z Nemčijo, Finsko, Irsko in Veliko Britanijo spadamo med države z najmanjšo neaktivnostjo prebivalstva.
- Slovenci menimo, da smo pretežki glede na povprečje EU, in sicer tako trdi 23 % anketirancev, kar nas popelje nad povprečje EU. V primerjavi z Veliko Britanijo, na katero se bom opirala v naslednjem poglavju, spada le-ta v sam vrh z 28 % anketirancev, ki menijo, da so pretežki.

Raziskava Dejavniki tveganja za nenalezljive bolezni pri odraslih prebivalcih Slovenije je leta 2001 pokazala, da je 39,6 % anketiranih prekomerno prehranjenih, 15 % pa je debelih. Glede na posamezne populacijske skupine je prekomerna teža bolj pogosta pri (Kronične nenalezljive bolezni, 2008, str. 4):

- moških (50 %),
- starostni skupini 60–64 let (49,6 %),
- prebivalcih z nedokončano osnovno šolo (46,3 %),
- težkih delavcih v kmetijstvu (48 %),
- pripadnikov spodnjega družbenega sloja (44,6 %),
- prebivalcih vaškega okolja (42,2 %) in
- prebivalcih vzhodnega dela Slovenije (41 %).

Debelost je pogostejša v naslednjih populacijskih skupinah:

- moški (16,5 %),
- starostna skupina 55–59 let (22,7 %),
- prebivalci z nedokončano osnovno šolo (27,2 %),
- upokojenci in gospodinje (22,8 oziroma 22,4 %),
- pripadniki spodnjega družbenega sloja (20,7 %),
- prebivalci vaškega okolja (17,4 %) in
- prebivalci vzhodnega dela Slovenije (16,8 %).

Glede na zgornje podatke lahko povzamemo, da sta prekomerna teža in debelost povezani z izobrazbo in ekonomskim statusom. Poleg populacijskih skupin, v katerih je razširjenost pojava najvišja, pa ne smemo zanemariti skupin, v katerih je razširjenost sicer nižja, vendar kljub temu zaskrbljujoča. V najmlajši starostni skupini, 25–29 let, je skoraj tretjina anketirancev (30,9 %)

prekomerno težkih ali debelih, število ljudi s povišanim indeksom telesne mase (v nadaljevanju ITM) pa se s starostjo še povečuje. Nezanemarljiv je delež prekomerno težkih in debelih pri višje in visoko izobraženih (45,8 % oz. 34,95 %). Veliko prekomerno težkih in debelih je tudi med gospodinjami (61,4 %) in nezaposlenimi (55,1 %).

2.2 Bolezni, povezane z nezdravo prehrano

Slaba prehrana, pomanjkanje fizične aktivnosti in posledično naraščajoča debelost in iz debelosti izvirajoče bolezni so skupaj odgovorni za slabo zdravje in prezgodnjo smrt v podobnem obsegu kot pri kajenju. Zaradi prekomerne teže trpi med 30 in 80 % odraslih Evropejcev in skoraj ena tretjina otrok, kot navaja SZO. Bolezni, ki so povezane z nezdravo prehrano in s tem posledično z debelostjo, so (Branca, Lobstein & Nikogosian, 2007):

- diabetes tipa 2 in zvišan krvni tlak. Obe bolezni nastaneta ob povečani telesni teži. 85 % odraslih trpi za sladkorno boleznijo tipa 2, od tega jih je kar 90 % s prekomerno težo in debelih ljudi,
- bolezni srca in ožilja,
- dihalne bolezni,
- nekatere oblike raka,
- osteoartritis (bolezen sklepov),
- psihološke bolezni,
- nižja kvaliteta življenja.

Kar tri četrtine debelih ima sladkorno bolezen tipa 2, previsok krvni tlak ali moteno presnovo maščob. Skupni kvarni učinki se kažejo kot pospešena ateroskleroza in pogosta obolenja srca in ožilja. Debelost je povezana tudi z večjim obolenjem za rakavimi obolenji (rak maternice, debelega črevesja in dojke ter žolčnika). Prispeva tudi k pojavu žolčnih kamnov in putike. Zaradi prevelike obremenitve sklepov se zgodaj prične obraba sklepov, predvsem hrbtenice, kolkov, kolen in gležnjev.

Najmočnejša je povezava debelosti s sladkorno boleznijo tipa 2. Ob indeksu telesne mase (v nadaljevanju ITM) od 25 do 30 kg/m² je tveganje za pojav sladkorne bolezni večje za približno trikrat do osemkrat. Nad ITM 30 kg/m² je tveganje že desetkrat do petindvajsetkrat večje, pri ITM nad 35 kg/m² pa kar petdesetkrat večje. Vsaj 60 do 90 % sladkorne bolezni tipa 2 lahko pripišemo debelosti. Pri tem ne smemo pozabiti, da je sladkorna bolezen tiha ubijalka srca, ožilja, ledvic, oči, živčevja in stopal. Vodilni vzrok umrljivosti pri debelosti so bolezni srca in ožilja. Življenjska doba je pri ITM 30 kg/m² skrajšana za dve do štiri leta, pri ITM nad 40 kg/m² pa pri dvajsetletnem bolniku kar za štiri do šest let.

Debelost sama je v izjemno redkih primerih lahko posledica kakšne druge bolezni. Povzročijo jo lahko nekatere genetske bolezni, endokrinološke bolezni in bolezni možganov, predvsem hipotalamusa, kjer je center za nadzor sitosti (Zaletel Vrtovec, 2009).

2.3 Debelost v EU

"Debelost je ena od najbolj stigmatiziranih bolezni, ki je povezana z mnogimi hudimi obolenji in prezgodnjim umiranjem. Debelost ni samo problem razvitih držav, zelo hitro se povečuje število debelih v državah v razvoju. Zaskrbljujoča je predvsem porast debelosti pri mladih," pravi Jelka Zaletel Vrtovec, dr. med., v svojem prispevku za eno izmed števil revije Viva. Število debelih bolnikov se je v zadnjih štirih desetletjih podvojilo. Debelost predvsem strmo narašča v deželah, kamor vdira zahodni način življenja in v okoljih z nizkimi dohodki ter slabo izobrazbo. Debelost opredelimo z izračunom indeksa telesne mase in izmero obsega pasu.

Indeks telesne mase (ITM) izračunamo tako, da telesno maso v kilogramih delimo s kvadratom telesne višine v metrih. Vrednosti do 25 kg/m^2 pomenijo primerno telesno težo. Kadar je indeks telesne mase med 25 in 30 kg/m^2 , to opredeljujemo kot *čezmerna telesna teža*. Vrednosti nad 30 kg/m^2 pa opredelimo kot *debelost*.

Poročilo SZU kaže, da je čezmerna ali prekomerna teža najbolj razširjena med 32 in 79 % moškega in 28 in 78 % ženskega evropskega prebivalstva. Najvišja stopnja prekomerne teže je zabeležena v Albaniji, Bosni in Hercegovini ter v Veliki Britaniji.

2.4 Ukrepi zoper boleznim, povezanih z debelostjo in nezdravim prehranjevanjem

Zaradi zmanjšanja zaupanja javnosti v živilsko industrijo je Evropska komisija januarja 2002 sprejela ***Belo knjigo o varnosti hrane***, v kateri je predlagala program zakonodajne reforme, da bi pri varnosti hrane vzpostavili pristop "od kmetije do mize". Bela knjiga je identificirala vrsto slabosti v obstoječi praksi, vključno s pomanjkanjem znanstvene podpore, neustreznostjo spremljanja in nadzora nad varnostjo hrane, pomanjkljivostmi v sistemu hitrega obveščanja in pomanjkanjem koordinacije med znanstvenimi študijami in analitično podporo. Kot rezultat Bele knjige je bila ustanovljena Evropska agencija za varno hrano, ki je dobila nalogo, da zagotovi najvišje možne standarde varovanja zdravja za porabnike hrane v EU. Sprejeli ali predlagali so zakonodajo za širok spekter vprašanj varnosti hrane, vključno z gensko spremenjenimi živil in krmo, označevanjem živil, stranskimi proizvodi v živinoreji, prehranskimi dodatki, preostanki pesticidov in drugimi.

Dokument, ki ureja področje zdrave prehrane v boju proti debelosti, je ***Zelena knjiga***, ki je bila izdana leta 2005. Zelena knjiga navaja, da sta nezdrava prehrana in pomanjkanje fizične aktivnosti glavna ključna razloga za razvoj bolezni, povezanih z debelostjo, in s tem večanja prezgodnje smrti v Evropi. Zato je naraščanje pojava debelosti v Evropi glavni zdravstveni problem.

Preprečevanje čezmerne teže in debelosti zajema združen pristop za spodbujanje zdravja; pristop, ki združuje spodbujanje zdravih načinov življenja z ukrepi, ki se imajo namen spopasti s

socialno in ekonomsko neenakostjo in fizičnim okoljem ter zavezo, da sledijo ciljem zdravja s pomočjo drugih politik Skupnosti (Zelena knjiga, 2008, str. 6).

Ključni igralci na področju zdravstva, industrije in evropske institucije si prizadevajo izboljšati zdravje Evropejcev skozi prostovoljne akcije. Glavni instrument, ki si le-to prizadeva, je **Evropska platforma za prehrano, fizično aktivnost in zdravje**, ki je bila razvita leta 2005. Cilj dokumenta je razviti prostovoljne iniciative na področju industrije, ki bo razvila hitrejša rezultate kot sama zakonodaja. Platforma vključuje 92 akcij v boju proti debelosti na 3 področjih: *zdrav življenjski stil*, *fizična aktivnost* in *prehranjevanje*. Največ akcij je trenutno osredotočenih na življenjski stil in prehranjevanje. Akcije se kažejo skozi označevanje hranilnih vrednosti na prostovoljni bazi, na televiziji, v šolah in restavracijah. Epidemija debelosti zato zahteva pristope več interesnih skupin, kot so živilska industrija, oglaševalska industrija, trgovci na drobno, dobavitelji, potrošniške organizacije, lokalne, regionalne in nacionalne vlade, šole in mediji.

Ena izmed ključnih aktivnosti v boju proti debelosti, katero podrobneje razlagam v 5. poglavju, je predstavitev sistema označevanja glede na dnevne orientacijske vrednosti t.i. GDA vrednosti, katere želi Evropska komisija v bližnji prihodnosti uvesti kot zakonsko obvezno označevanje na sprednji strani embalaže s prostovoljno razširitvijo na zadnji strani embalaže živilskih izdelkov in pijač.

3 OZNAČEVANJE ŽIVIL

Označevanje živil delimo na 3 področja:

- **Splošno označevanje**

Splošno označevanje živil je v pristojnosti Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. Novost na tem področju je Osnutek predloga uredbe Evropskega parlamenta in Sveta (v nadaljevanju ES) o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, ki je v fazi obravnave na Svetu in ki predvideva obvezno označevanje hranilne vrednosti (Osnutek predloga konsolidira in posodablja dve področji zakonodaje o označevanju; splošnem označevanju živil in označevanju hranilne vrednosti živil, ki ju obravnavata direktivi 2000/13/ES in 90/496/EGS).

- **Označevanje prehranskih in zdravstvenih trditev**

Evropska agencija za varnost hrane (v nadaljevanju EFSA) je 1. oktobra 2009 objavila prvo serijo mnenj glede znanstvene utemeljenosti predlaganih zdravstvenih trditev za živila (vključno s prehranskimi dopolnili).

- **Označevanje hranilne vrednosti**

Skladno z direktivo Sveta 90/496/EGS z dne 24. septembra 1990 o označevanju hranilne vrednosti živil je v Sloveniji izdan Pravilnik o označevanju hranilne vrednosti živil (Uradni list RS št. 60/02, 117/02, 121/04 in 81/07), ki določa zahteve za označevanje in vrsto podatkov o hranilni vrednosti živil, ki so namenjeni končnemu porabniku. Pravilnik se uporablja tudi za živila, namenjena za oskrbo restavracij, bolnišnic, menz in obratov. Označevanje hranilne

vrednosti ni obvezno, razen v primeru, ko nosilec dejavnosti uporablja prehransko ali zdravstveno trditev.

Slika 3: Slikovni prikaz označb predpakiranih živil.



Vir: Smernice za pripravo označb, 2009c.

V nadaljevanju so predstavljena vsa 3 področja označevanja, ki jih je potrebno upoštevati pri razlagi označevanja hranilnih vrednosti.

3.1 Elementi označevanja živil

Vsako živilo je opremljeno z različnimi označbami. Splošno označevanje živil ureja naslednja zakonodaja:

- Zakon o zdravstveni ustreznosti živil in izdelkov ter snovi, ki prihajajo v stik z živilo (Uradni list RS št. 52/2000, 42/2002, 47/2004)

Zakon določa, da morajo biti vsa živila, ki se prodajajo, ustrezno označena. Če živilo ni primerno označeno, lahko inšpektor prepove nadaljnji promet z živilom. Nadzor nad označevanjem glede zdravstvene ustreznosti živil izvaja Zdravstveni inšpektorat, nadzor nad splošnim označevanjem glede kakovosti živil pa opravlja Inšpektorat za kontrolo kakovosti kmetijskih pridelkov oziroma živil.

- Pravilnik o splošnem označevanju predpakiranih živil (Uradni list RS št. 50/04, (58/04 popr.), 43/05, (64/05 popr.), 83/05, 115/05 in 118/07)

- Pravilnik o splošnem označevanju živil, ki niso predpakirana (Uradni list RS št. 28/04, 10/05, 57/05, 115/06)

Predpakirano živilo je vsako posamezno živilo, ki je v prometu namenjeno končnemu potrošniku in obratom javne prehrane v embalaži, v katero je vnaprej pakirano, preden je dano v promet, ne glede na to, ali ta embalaža v celoti ali le delno obdaja živilo, vendar v vsakem primeru na tak način, da vsebine ni mogoče spremeniti brez odprtja ali spremembe embalaže. (Uradni list RS št. 50/04).

7. člen Pravilnika o splošnem označevanju predpakiranih živil navaja obvezno navedbo naslednjih podatkov:

1. *Ime, pod katerim se živilo daje v promet (prodajno ime).* Ime živila je za potrošnika osnovna informacija, saj nam pove, kakšen izdelek kupujemo.
2. *Seznam sestavin in količina sestavin ali kategorije sestavin v skladu s 17. členom tega pravilnika.* Sestavine morajo biti navedene v padajočem vrstnem redu: od tiste, ki jo je v živilu največ, do tiste, ki jo je najmanj.
3. *Neto količina.* To je podatek o količini živila v času pakiranja.
4. *Rok uporabnosti.* To je obdobje minimalne trajnosti, ki nam pove, do kdaj živilo ohrani vse svoje lastnosti, če je primerno shranjeno.
5. *Serija (lot) živila.*
6. *Posebni pogoji shranjevanja (hranjenja) ali pogoji uporabe.*
7. *Ime in naslov ali firma in sedež proizvajalca ali tistega, ki živilo pakira, ali prodajalca, ki mora imeti naslov oziroma sedež v Skupnosti.*
8. *Podatek o kraju porekla, če bi izpustitev tega podatka lahko zavedla končnega potrošnika glede pravega porekla živila.*
9. *Navodilo za uporabo, kadar živilo ne bi bilo mogoče ustrezno uporabiti brez teh navodil.*
10. *Pri pijačah, ki vsebujejo več kot 1,2 % vol alkohola, dejansko vsebnost alkohola v volumskih odstotkih.*

Glede na zakonsko prisotne elemente lahko opazimo, da navajanje hranilnih vrednosti še ni zakonsko določeno. Porabnik si lahko pomaga le z navedbo sestavin, kjer pa ne mora razbrati koliko posameznih ključnih hranil neko živilo vsebuje.

3.2 Hranilna vrednost

Hranilna vrednost živila, ki jo obravnavam v diplomski nalogi, mora biti zakonsko prisotna na embalaži živila le ob navedbi zdravstvenih in prehranskih trditev. Označevanje hranilnih vrednosti ureja Pravilnik o označevanju hranilne vrednosti živil (Uradni list RS št. 60/02, 117/02, 121/04 in 81/07).

Označevanje hranilne vrednosti pomeni vsak podatek, naveden na nalepki, ki se nanaša na:

1. energijsko vrednost;

2. naslednje hranilne snovi: beljakovine, ogljikove hidrate, maščobe, vlaknine, natrij in vitamine in minerale, prisotne v znatnih količinah, navedenih v prilogi, ki je sestavni del tega pravilnika;

Kadar je pri označevanju, predstavljanju ali oglaševanju, razen pri splošnem označevanju živil, prisotna prehranska trditev, je označevanje hranilne vrednosti živila obvezno. Pogoji za označevanje prehranskih trditev so določeni v Uredbi 1924/2006/ES (v naslednji točki).

5. člen Pravilnika o označevanju hranilne vrednosti pravi: Če je na živilu oznaka o hranilni vrednosti, morajo biti podatki o hranilni vrednosti navedeni v naslednjem vrstnem redu in v obsegu, predpisanem v skupini 1 ali skupini 2:

Skupina 1

(a) energijska vrednost;

(b) količine beljakovin, ogljikovih hidratov in maščob.

Skupina 2

(a) energijska vrednost;

(b) količine beljakovin, ogljikovih hidratov, sladkorjev, maščob, nasičenih maščobnih kislin, vlaknin in natrija.

10. člen pa pravi, da morajo biti podatki o hranilni vrednosti živila v skladu s tem pravilnikom, predstavljeni skupno, v numerični obliki kot preglednica, če to dopušča prostor glede na velikost predpakirane enote živila. Kjer prostor tega ne dopušča, je potrebno prikazati podatke linearno.

3.2.1 Skupine najpomembnejših hranil

Hranila so pomembne snovi, ki vzdržujejo in »hranijo« človeški organizem ter prispevajo k rasti in razvoju. To so beljakovine, ogljikovi hidrati, maščobe, vitamini in minerali.

Nove zahteve iz Pravilnika o označevanju hranilne vrednosti živil niso obvezne. O tem, ali bo živilo opremljeno z oznakami o hranilni vrednosti ali ne, odloča proizvajalec. Zanimivo je, da živila, ki so po hranilni sestavi ustrezna in kakovostna, proizvajalci pogosto tudi označijo. Zato naj porabnik ne pričakuje, da bo oznake o hranilni vrednosti našel na živilih, ki so sicer za oči privlačna, cenovno dostopna in zanimiva za določene mlajše skupine porabnikov (bonboni in slaščičarski izdelki, hitri oz. maščobni prigrizki). V teh primerih bi oznaka hranilne vrednosti lahko negativno vplivala na porabnika kot antireklama.

Proizvajalec lahko izbira med dvema načinoma označevanja hranilne vrednosti živil:

Skupina 1: osnovno/preprosto označevanje osnovnih skupin hranil

- **Hranilo/vrednost/100 g živila – enota**

- o energijska vrednost – KJ, kcal
- o beljakovine – g
- o ogljikovi hidrati – g
- o maščobe – g

Skupina 2: Razširjeno in dodatno označevanje uporabi proizvajalec, ki želi porabnika informirati o natančnejši hranilni sestavi živila glede na vsebnost hranil v okviru treh osnovnih kategorij in drugih hranil.

- **Hranilo/vrednost/100 g živila – enota**

- o energijska vrednost – KJ, kcal
- o beljakovine – g
- o ogljikovi hidrati – g
- o sladkorji
- o škrob
- o poliola
- o maščobe – g
- o nasičene maščobne kisline
- o enkrat nenasičene maščobne kisline
- o večkrat nenasičene maščobne kisline
- o holesterol – mg
- o vlaknine – g
- o natrij – g
- o vitamini – ug, mg
- o minerali – ug, mg

Predpis proizvajalcu omogoča, da se z izjavami o hranilni vrednosti živil sklicuje na posebne hranilne lastnosti živil, ki s svojo hranilno sestavo sledijo priporočilom za zdravo, uravnoteženo prehrano. Glede na zdravstvena prehranska priporočila ta živila vsebujejo manj maščob, nasičenih maščob, holesterola, sladkorja, energije, soli, več prehranskih vlaknin in drugih življenjsko pomembnih hranilnih snovi v primerjavi z običajnimi (referenčnimi) živilami. V primeru oglaševanja lastnosti živila z izjavo o hranilni vrednosti je oznaka hranilne vrednosti strogo obvezna po zahtevah skupine 2.

3.3 Zdravstvene in prehranske trditve

Na trgu je vedno več živil, ki vsebujejo prehranske ali zdravstvene trditve, kot so "manj maščob", "brez dodanega sladkorja", "veliko vlaknin" itd. Kot že omenjeno v prejšnjem poglavju, mora biti v tem primeru navedena tudi prehranska vrednost živila, zato bom podrobneje predstavila pomen tovrstnih trditvev.

Smernice uporabe zdravstvenih trditev na živilih ponujajo osnovne usmeritve in pomoč proizvajalcem pri izpolnjevanju zahtev Uredbe (ES) št. 1924/2006 ES o prehranskih in zdravstvenih trditvah na živilih do sprejetja seznama Skupnosti najkasneje do konca leta 2010. Smernice niso pravno zavezujoče in se uporabljajo prostovoljno.

Zgornji Pravilnik definira "*zdravstveno trditev*" kot vsako trditev, ki navaja, domneva ali namiguje, da obstaja povezava med kategorijo živil, živilom ali eno od njegovih sestavin na eni strani in zdravjem na drugi strani.

"*Prehranska trditev*" pa pomeni vsako trditev, ki navaja, domneva ali namiguje, da ima živilo posebne ugodne prehranske lastnosti.

Prehranske in zdravstvene trditve se lahko uporabljajo pri označevanju, predstavitvi in oglaševanju živil, danih v promet v Skupnosti le, če so skladne z določbami iz te uredbe.

Označevanje hranilnih vrednosti torej ni obvezno. Vendar v kolikor se proizvajalec pri predstavitvi ali oglaševanju živila z izjavo o hranilni vrednosti živila sklicuje na posebno hranilno lastnost živila, je po 3. členu Pravilnika o označevanju hranilnih vrednosti živil (Ur. l. 60/2002) označevanje hranilne vrednosti obvezno.

Splošne določbe za označevanje hranilne vrednosti zajema Direktiva Sveta 90/496/EGS z dne 14. septembra 1990 o označevanju hranilne vrednosti. V skladu s to direktivo bi moralo biti označevanje hranilne vrednosti obvezno, kadar je pri označevanju, predstavljanju in oglaševanju, razen pri splošnem oglaševanju, prisotna trditev o hranilni vrednosti. Do januarja 2010 bo Evropska komisija po podatkih EFSA pripravila še pozitivno listo oznak, kot je recimo »kalcij krepi vaše kosti«. Zdaj še zbira predloge iz držav članic, predlog liste pa bo poslala v presojo izvedencem EFSA. Na tej listi bodo oznake o vplivu posameznih snovi in živil na rast in razvoj organizma, izboljšanje telesnih, duševnih in vedenjskih funkcij in odzivov, ne pa tudi oznake za zmanjšanje rizikov za bolezni, pa tudi ne oznake o vplivu posameznih snovi na razvoj in zdravje otrok.

4 SISTEM OZNAČEVANJA HRANILNIH VREDNOSTI

V nedavno objavljeni Beli knjigi o strategiji za Evropo glede vprašanj v zvezi s prehrano, prekomerno telesno težo in debelostjo je bilo poudarjeno, da morajo porabniki imeti dostop do jasnih, doslednih in utemeljenih informacij, kadar se odločajo, katera živila bodo kupili. Označevanje hranilne vrednosti je uveljavljen način obveščanja porabnikov, ki jim pomaga, da z nakupom živil sprejemajo zdravstveno ozaveščene odločitve. V Evropi obstaja danes široko soglasje, da je učinkovitost označevanja hranilne vrednosti kot načina za obveščanje porabnikov mogoče okrepiti, da se podpre njihova zmožnost izbire uravnotežene prehrane.

Raziskave kažejo, da so sodobne označbe na živilih za številne porabnike zapletene ali preobremenjene z informacijami, zaradi česar imajo težave z opredeljevanjem glavnih informacij. Cilj predloga Evropske komisije je porabnikom omogočiti enostaven dostop do najpomembnejših informacij na označbah na živilih ter zagotoviti določeno mero enotnosti njihove predstavitve v vseh 27 državah članicah. Hkrati se predlagani novi ukrepi lahko prilagajajo spremembam na trgu, prav tako pa spodbujajo inovacije v živilski industriji.

4.1 Prikaz elementov hranilne vrednosti

Hranilna vrednost živila se nahaja na zadnji strani embalaže, kjer proizvajalec zapiše hranilno vrednost na 100 g ter prostovoljno še na porcijo. Porcije so različno opredeljene glede na vrsto živila. Proizvajalec lahko sam določi primerno velikost porcije, na podlagi katere bo podal hranilno vrednost živila. Glede na skupine najpomembnejših hranil iz točke 4.2.1 je na spodnji sliki prikazana tabela hranilnih vrednosti, ki poleg osnovnih hranil prikazuje še dodatna hranila.

Slika 4: Primer tabele hranilnih vrednosti na živilu

	<i>na 100 g</i>	<i>na porcijo (250 g)</i>
Energijska vrednost	589 kJ / 140 kcal	1473 kJ / 350 kcal
Beljakovine	10,2 g	25,5 g
Ogljikovi hidrati	14,6 g	36,5 g
<i>od tega sladkorji</i>	1,9 g	4,8 g
Maščobe	4,6 g	11,5 g
<i>od tega nas. mašč. kisl.</i>	2,1 g	5,3 g
Prehranske vlaknine	1,4 g	3,5 g
Natrij	0,5 g	1,3 g
Vitamini		
B1	0,21 mg (15% RDA)	0,53 mg (38% RDA)
Minerali		
Kalcij	158 mg (20% RDA)	395 mg (49% RDA)

Vir: Označevanje hranilne vrednosti, 2009a.

4.1.1 Zakonska ureditev v EU in Sloveniji

Glavni cilji evropske zakonodaje o označevanju hranilne vrednosti so (Komisija evropskih skupnosti, 2008):

- zagotoviti širšo dostopnost ključnih informacij o hranilni vrednosti;
- zagotoviti, da je označevanje hranilne vrednosti lažje razumljivo za porabnika, in ustvariti enake konkurenčne pogoje za gospodarske družbe.

Ob upoštevanju tega cilja mora širok obseg revizije izpolniti potrebe porabnikov in industrije ter odražati naslednje posebne cilje:

- zagotoviti ključne informacije o hranilni vrednosti, kar pomeni, da je treba pregledati hranilne elemente, ki jih je treba vključiti na oznako o hranilni vrednosti;
- izboljšati dostopnost informacij za porabnika tako, da se informacije o hranilni vrednosti vključijo na skoraj vse zadevne predpakirane proizvode;
- predstaviti informacije tako, da jih lahko porabnik na preprost način najde, razume in uporablja, vključno s čitljivostjo informacij;
- pojasniti stanje zakonodaje v zvezi z informacijami o vsebnosti hranilnih snovi na sprednjem delu embalaže;
- prožnost, ki omogoča industriji, da uvede inovacije pri označevanju hranilne vrednosti, se prilagodi različnim trgov in zahtevam potrošnikov ter upošteva razlike glede embalaže (velikost, oblika itd.);
- za preprečitev oviranja enotnega trga ter izpolnitev pričakovanj porabnikov in industrije je treba vzpostaviti mehanizme za nadzor obsega prožnosti na nacionalni ravni in ravni EU.

Državni zbor RS je za izboljšanje stanja glede prehrane leta 2005 sprejel Resolucijo o nacionalnem programu prehranske politike 2005–2010. Zasnovana je celovito in obsega tri stebre: varnost hrane/živil, zdravo in uravnoteženo prehranjevanje ter zagotavljanje oskrbe z živili, s poudarkom na lokalni trajnostni oskrbi.

Slovenija je morala že pred vstopom v EU postopno usklajevati svoj pravni red z evropskim. Z vstopom v EU leta 2004 pa je v celoti prevzela evropsko zakonodajo s področja varnosti hrane. S tem je prevzela tudi del odgovornosti tako do slovenskega porabnika kot tudi do evropskega, saj zakonodaja nastaja na dveh nivojih: evropskem in nacionalnem.

Kot že omenjeno v zgornjih poglavjih, je navajanje hranilne vrednosti živila zakonsko obvezno le ob navedbi prehranskih in zdravstvenih trditev.

Označevanje hranilne vrednosti je namenjeno obveščanju porabnikov in izboljšanju njihove zmožnosti, da izberejo hranljivo uravnoteženo prehrano, zato se pojavlja vprašanje, katere informacije je potrebno vključiti na oznako o hranilni vrednosti, da se doseže ta cilj. Trenutno je potrebno pri označevanju hranilne vrednosti navesti vsaj energijsko vrednost, beljakovine, ogljikove hidrate in maščobe. Kadar pa so živila obogatena z vitamini in minerali, je tabela s hranilno vrednostjo živila obvezna, pri vitaminih in mineralih pa mora biti naveden tudi odstotek dnevno priporočene količine (priporočeni dnevni vnos).

4.1.2 Vključitev informacij o vsebnosti hranilnih snovi na sprednjem delu embalaže

Porabniki zahtevajo več in boljše informacije na oznakah ter želijo jasne, preproste, izčrpne, standardizirane in verodostojne informacije. Industrija meni, da je preveč zahtev za označevanje, ki vključujejo izvajanje natančnih tehničnih pravil. Nov zakonodajni akt Evropske komisije namerava s posebno uredbo predpisati obvezno označevanje hranilne vrednosti živil. Vključitev poenostavljenih informacij o vsebnosti hranilnih snovi se je v zadnjih letih povečevalo, ker so takšne sisteme spodbujali organi posameznih držav članic in predstavniške industrijske

organizacije. Položaj glede takšnih predstavitev, zlasti predstavitev, ki naj bi se pogosteje uporabljale na sprednjem delu embalaže, v okviru veljavne zakonodaje ni jasno, zato je potrebna pojasnitev. Z obvezno vključitvijo informacij bi se lahko povečal vpliv označevanja hranilne vrednosti na vedenje porabnikov, ker dokazi kažejo, da porabniki pogosteje upoštevajo informacije na sprednjem delu embalaže kot pa informacije na zadnjem delu embalaže. Kot prednostna možnost je ugotovljeno obvezno označevanje informacij o hranilni vrednosti za energijsko vrednost, maščobe, nasičene maščobe, sladkorje in sol na glavnem vidnem polju (sprednji del embalaže) s prostovoljno navedbo drugih hranilnih snovi (Komisija Evropskih skupnosti, 2008).

Po dveh letih usklajevanja, pri čemer je sodelovala tudi Zveza potrošnikov Slovenije, je Komisija izdala predlog Uredbe o informiranju potrošnikov, ki združuje pravila splošnega označevanja in označevanja hranilne vrednosti živil. O uredbi so že razpravljali nekateri odbori Evropskega parlamenta, vendar jo še čaka prva obravnava v samem evropskem parlamentu in v Svetu Evropske unije, kjer odločitve sprejemajo države članice (Černoga, 2009).

4.2 Odnos Slovencev do označevanja hranilnih vrednosti

Slovenci se z vstopom v EU šele spoznavamo z zakonodajo na področju označevanja živil in izobražujemo na področju prehrane. Slovenci smo ozaveščeni glede pregledovanja različnih zakonsko zahtevanih označb na živilih, kot so npr. država porekla, rok uporabnosti itd.

Telefonska raziskava, ki jo je izvedlo Ministrstvo za zdravje med 721 anketiranci, je raziskovala, kakšen je odnos Slovencev do označevanja hranilnih vrednosti. Rezultati so pokazali naslednje (Ministrstvo za zdravje, 2008):

- 92 % anketirancev podpira obvezno označevanje hranilnih vrednosti na vseh živilih.
- Označevanje živil je najbolj pomembno populaciji v starosti 30 in 56 let (94 %), najmanj pa mladim do 30 let (88 %).
- Le 20 % anketirancev vedno pregleda označeno hranilno vrednost živila, 45 % anketirancev pa to stori pogosto.
- Doslednost pregledovanja oznak se zelo močno povečuje s stopnjo izobrazbe.
- Slovence najbolj zanima predvsem vsebnost maščob, vitaminov, mineralov in sladkorjev.
- Manj pozornosti dajejo energijski vrednosti, vsebnosti vlaknin in ogljikovim hidratom.
- Najmanjšo pozornost dajejo vsebnosti soli v živilih.

Ključne ugotovitve raziskave, ki bi jih izpostavila, so predvsem dejstvo, da tudi ta raziskava kot vse ostale podobne raziskave, dokazuje, da se osveščenost glede hranilnih vrednosti in predvsem razumevanje hranilnih vrednosti povečuje s stopnjo izobrazbe. Problematična je predvsem skupina mladih do 30 let, ki temu ne posveča veliko pozornosti in je tudi mnenja, da tovrstno označevanje niti ni potrebno. Predpostavka, skozi katero se opiram skozi celotno diplomsko delo, kaže prav na neizobraženost prebivalstva ne le v Sloveniji, ampak tudi na splošno v EU, kjer povprečni porabnik nima dovolj znanja, da bi lahko interpretiral podatke, ki označujejo hranilno vrednost živil.

5 PRIMERJAVA MED GDA SISTEMOM IN SISTEMOM BARVNEGA OZNAČEVANJA

V tem poglavju bom podrobneje predstavila 2 prostovoljna sistema označevanja hranilnih vrednosti na sprednji strani embalaže živil. Cilj tovrstnih sistemov označevanja je zagotoviti porabniku jasne informacije o sestavi živila že na sprednji strani, ko porabnik vzame izdelek v roke.

Prvi sistem je GDA sistem, ki temelji na dnevni orientacijskih vrednosti in je splošno sprejet v EU. Trenutno ga proizvajalci sprejemajo na prostovoljni osnovi. GDA sistem označuje vsebnost posameznih ključnih hranil v izdelku glede na dnevni priporočen vnos.

Drugi sistem označevanja pa temelji na označevanju hranilnih vrednosti na osnovi "semaforških barv", ki ga je uspešno uvedla Velika Britanija. Pri tovrstnem označevanju se označuje vsebnost posameznih ključnih hranil v izdelku glede na različno vsebnost ključnega hranila v izdelku. Na primer, če je v izdelku nadpovprečno sladkorja (nad 15 g na 100 g izdelka), se to označi z rdečo barvo. To nam pove, naj tak izdelek kupimo le redko, saj z njim zadostimo velik delež dnevnih potreb po tem hranilu. Shematski prikaz obeh sistemov najdemo v Prilogi 2.

Ključni kriterij za primerjavo obeh sistemov je porabnikov vidik in njegovo razumevanje in interpretacija informacij o ključnih hranilih na sprednji strani embalaže, ki mu pomaga do sprejemanja odločitev o nakupu hrane v okviru uravnotežene prehrane. Sistem označevanja na sprednjem delu embalaže naj bi porabnike spodbujal k zdravi odločitvi pri nakupu hrane in pijače in s tem tudi proizvajalce k zagotavljanju bolj zdravih proizvodov. Zato bom presojala učinkovitost obeh sistemov označevanja glede na, po mojem mnenju, najpomembnejše kriterije iz točke 4.1.1:

- zagotoviti, da je označevanje hranilne vrednosti lažje razumljivo za porabnika;
- predstaviti informacije tako, da jih lahko porabnik na preprost način najde, razume in uporablja, vključno s čitljivostjo informacij;
- sistem označevanja mora temeljiti na raziskavah o tem, kaj je za porabnike najučinkovitejše in najrazumljivejše.

Poleg navedenih sistemov označevanja pa se v praksi uporablja tudi kombinirani sistem označevanja; barvno označevanje GDA vrednosti, ki združuje oba zgoraj opisana sistema označevanja. Ker so številne raziskave pokazale, da je tovrstni sistem označevanja dobro sprejet med porabniki, ga bom tudi predstavila v diplomski nalogi in primerjala z ostalima dvema.

5. 1 Sistem označevanja GDA vrednosti

Sistem označevanja GDA vrednosti (Guideline Daily Amounts) je enotna shema zaenkrat še prostovoljnega označevanja živil, ki ga je razvila živilska industrija v EU pod okriljem Evropske konfederacije proizvajalcev hrane in pijač (v nadaljevanju CIAA) in se hitro širi po vseh državah članicah, tudi v Sloveniji. GDA sistem označevanja je mednarodno sprejet in znanstveno podprt. Cilj tovrstnega označevanja je v spodbujanju porabnikov, da se prehranjujejo v okviru uravnotežene prehrane in zdravega načina življenja.

Na splošno velja, da so GDA vrednosti opredeljene za energijo (kilokalorije) in 4 najpomembnejša hranila, ki lahko zvišujejo tveganje za razvoj prehransko vezanih bolezni (maščobe, nasičene maščobne kisline, sladkorji in natrij/sol). Cilj uvedbe takega označevanja je zagotoviti potrošniku ključne informacije o samem živilu, ki so pomembne pri izbiri in nakupu hrane.

Sistem označevanja dnevnih orientacijskih vrednosti je v primeru velikih evropskih živilskih podjetij že močno razširjen. Tudi v Sloveniji ta koncept podpira vedno več proizvajalcev hrane in pijač, članov Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij (v nadaljevanju ZKŽP). Nekateri od njih bodo še pred koncem leta svoje izdelke prostovoljno dodatno označili z GDA vrednostmi za namene zagotavljanja jasnejših in učinkovitejših informacij o živilih za porabnika.

V Sloveniji trenutno prostovoljno označuje izdelke z GDA vrednostmi 14 podjetij. To so (Gospodarska zbornica Slovenije, 2010): Coca-Cola HBC Slovenija, d.o.o., Danone Slovenija, d.o.o., Droga Kolinska, d.d., Eta, d.d., Jata Emona, d.o.o., Kras, d.d., Ljubljanske mlekarne d.d., Mars Overseas Holdings, d.o.o., Meja Šentjur, d.d., Mercator-Emba, d.d., Mlekarna Celeia, d.d., Perutnina Ptuj, d.d., Unilever Slovenija, d.o.o., Žito, d.d. in Nestlé d.o.o..

5.1.1 GDA vrednosti

Dnevne orientacijske vrednosti nam povedo, koliko posameznih hranil je priporočeno vnesti v naše telo na dnevni bazi. Gre torej za naše dnevne prehranske potrebe, ki nam omogočajo prehranjevanje v skladu z uravnoteženo prehrano ter v skladu s prehransko piramido. Prehranske potrebe so različne za posamezne ljudi, saj so pogojene s starostjo, telesno težo, višino, spolom in stopnjo telesne aktivnosti. GDA vrednosti tako ne predstavljajo priporočil za posameznike, temveč so orientacijske vrednosti, ki so bile določene za zdravo osebo nad 18 let, povprečne telesne teže s povprečno stopnjo telesne aktivnosti. Potrebe po energiji se na primer gibljejo med 1500 in 2000 kcal na dan za otroke, med 2200 in 2700 kcal na dan za moške in med 1800 in 2200 kcal na dan za ženske. Kjer se GDA oznake uporabljajo na predpakiranih živilih, so vrednosti za povprečnega porabnika vrednosti, predvidene za žensko, saj so najbližje potrebam večine prebivalstva.

Porabnik, ki želi razumeti podatke o hranilni vrednosti živila in s tem GDA vrednosti, pa mora vedeti osnovne informacije, koliko posameznih hranil dnevno sploh lahko zaužije. Spodnja tabela kaže priporočljive orientacijske vrednosti po skupinah hranil, ki so osnova za nadaljnje branje GDA označb.

Tabela 1: Priporočljive dnevne orientacijske vrednosti po skupinah hranil

Energija	2000 kcal
Beljakovine	50 g
Ogljikovi hidrati	70 g
Sladkorji	90 g
Maščobe	70 g
Nasičene maščobne kisline	20 g
Vlaknine	25 g
Natrij (sol)	2,4 g (6 g)

Vir: Označevanje hranilne vrednosti, 2009.

Namen GDA oznak:

- so vodilo, koliko kalorij in ključnih hranil vsebuje živilo;
- porabniku omogočajo enostavnejše razumevanje, koliko posamezno živilo ali pijača proporcionalno prispeva k njegovim dnevnim prehranskim potrebam;
- so koristna osnova tudi za primerjavo vsebnosti hranil v posameznih živilih, saj so vrednosti izražene tako na 100 g (100 ml) kot tudi na porcijo.

GDA vrednosti porabniku omogočajo:

- razumeti njegove odločitve pri izbiri in nakupu hrane;
- uvrščanje posameznih proizvodov in definiranje njihove vloge v vsakodnevni prehrani;
- spodbudno za oblikovanje raznolike in uravnotežene prehrane, ki jo lahko prilagodi svojim potrebam in življenjskemu slogu.

5.1.2 Označevanje GDA vrednosti

Smernice so osredotočene na označevanje GDA vrednosti na sprednjem delu embalaže in z razširitvijo na zadnjem delu embalaže poleg hranilne tabele. Posamezno podjetje pa se lahko odloči in GDA označuje tudi na zadnji strani. GDA vrednosti na embalaži izdelka so večinoma izražene na porcijo. Torej je proizvajalec tisti, ki določa velikost porcije, na podlagi katere označi hranilno vrednost izdelka na porcijo, izraženo z orientacijskimi vrednostmi.

CIAA definira označevanje GDA vrednosti na:

1. Prednji strani embalaže (t.i. front-of-pack), ki je definirana kot tisti del embalaže izdelka, ki ga kupec vidi na prodajnem mestu.

Slika 5: Primer GDA označbe na sprednji strani izdelka



Evropska komisija v letošnjem letu načrtuje uvedbo obveznega GDA označevanja na porcijo na sprednji strani embalaže živila. Proizvajalci se lahko sami odločijo, ali bodo na zadnji strani embalaže prikazali vsa ključna hranila z GDA vrednostmi na porcijo.

2. **Zadnji strani embalaže** (t.i. back-of-pack), ki je definirana kot tisti del embalaže izdelka, ki ga kupec ne vidi na prodajnem mestu. Na zadnji strani embalaže lahko proizvajalec prostovoljno razširi GDA označbe za posamezna hranila. To pomeni, da za porcijo živila označi dnevne orientacijske vrednosti za vsa hranila, zapisana v hranilni vrednosti.

Slika 6: Primer GDA označevanja na zadnji strani embalaže izdelka



Vrstni red GDA ikon:

- energijska vrednost (energija)
- sladkorji
- maščobe
- nasičene maščobne kisline
- natrij

Sladkorji, maščobe, nasičene maščobe in natrij oz. sol so 4 najpomembnejša hranila, ki vplivajo na nastanek bolezni, povezanih z debelostjo in nezdravo prehrano.

5.1.3 Raziskave in ugotovitve med porabniki v EU

Panevropska raziskava pod okriljem organizacije EUFIC je pokazala (EUFIC, 2008), da manj kot tretjina evropskih potrošnikov (16,7 %) pogleda hranilno vrednost izdelka. Raziskava je bila opravljena v 6 državah; v Veliki Britaniji, Franciji, na Švedskem, Nemčiji, na Madžarskem in Poljskem. Evropski porabniki so dobro izobraženi o GDA sistemu označevanja. Največje razumevanje hranilnih tabel in GDA označb je v Veliki Britaniji in Nemčiji. Ugotovili so, da večina porabnikov v Veliki Britaniji, Nemčiji in Franciji ni imela težav s presojanjem na podlagi GDA označb, ali je nek izdelek zdrav ali ne. Razlog je v tem, da je bilo veliko javnega govora o različnih sistemih označevanja. Zato so posledično porabniki tam bolj osveščeni in pozorni na hranilne označbe med nakupovanjem, medtem ko se je bolj omejeno razumevanje pokazalo na Madžarskem in na Poljskem. Raziskava kaže tudi to, da pravilno razumevanje hranilnih vrednosti in GDA označb pada s starostjo in socialnim razredom. Pomembna ugotovitev iz raziskave je, da nekaj manj kot polovica porabnikov v vsaki državi ni vedela, da so GDA vrednosti določene na porcijo in ne na 100 g. Na podlagi raziskave FSA iz maja 2009, ki je testirala porabnikovo razumevanje različnih sistemov označevanja hranilnih vrednosti, so ugotovili, da so porabniki na podlagi GDA oznak pravilno ocenili količino ključnega hranila v izdelku. Pri tem testu so se npr. barvne označbe, predstavljene v naslednjem poglavju, izkazale za manj učinkovite.

Na podlagi različnih raziskav je pri razumevanju GDA označb kritični problem v tem, da porabnik na podlagi numeričnih podatkov ne more na prvi pogled presoditi, ali neko živilo vsebuje visoko ali nizko vrednost ključnega hranila v živilu. Le to uspešno rešuje barvno označevanje. Glede na raziskave ima porabnik za nakup izdelka v povprečju 30 sekund časa. Medtem ko barvne označbe na prvi pogled porabniku dajejo vtis različnih velikosti vsebnosti ključnih hranil v živilu. Zato bi pri tem izpostavila primer ameriških označb, predstavljenih v Prilogi 3, ki porabniku prikazujejo "legendo" o tem, kaj GDA vrednosti sploh pomenijo. Menim, da bi s tem porabnik lahko hitreje prišel do informacij ali je proizvod bolj zdrav.

Raziskava FSA iz leta 2009 je pokazala, da porabniki težko preračunajo vrednost celotnega vnosa hranil na podlagi podatkov za porcijo. Poleg tega pa porabniki menijo, da so nekatere porcije nerealistične v smislu podajanja podatkov za polovično porcijo, medtem ko se dejansko to živilo konzumira v celoti.

5.1.4 Raziskave in ugotovitve med proizvajalci v EU

Odziv proizvajalcev na prostovoljno GDA označevanje se je pokazalo v smeri formuliranja proizvodov. Raziskava iz leta 2007, ki jo CIAA izvedla med 2.026 evropskimi podjetji v 4 državah (Francija, Italija, Španija in Nizozemska), je pokazala naslednje rezultate (CIAA, 2008):

- Skoraj polovica podjetij (44 %) prostovoljno označuje svoje proizvode z GDA označbami. Vodijo predvsem večja in mednarodna podjetja.

- Približno 43% proizvajalcev je v svojih proizvodih znižala vsebnost maščob, nasičenih maščob, sladkorja ali soli. S tem pa so tudi nekatera podjetja na trg lansirala nove proizvode z nižjimi vsebnostmi navedenih hranil.

V kasnejši raziskavi med 1.500 proizvajalci hrane in pijače je raziskava pokazala, da je v obdobju 2004–2007 skoraj 40 % podjetij reformuliralo svoje proizvode z znižanjem vsebnosti ključnih hranil, medtem ko jih je v letu 2008 to storilo še dodatnih 20 %.

Proizvajalci pod okriljem CIAA podpirajo akcije v okviru Evropske platforme v smeri pomoči porabnikom, da se naučijo bolj zdravega načina življenja. S strani proizvajalcev se to kaže v reformuliranju proizvodov, večji izbiri in porcijah, z jasnimi prehranskimi označbami, inovacijami v izboljšanju prehranskih izkušenj in spodbujanju porabnikov k večji fizični aktivnosti. Proizvajalci GDA označbe spretno uporabljajo tudi v marketinške namene, in sicer se GDA označbe v Veliki Britaniji dodajajo oglasnim sporočilom. Primer tiskanega oglasa z GDA vrednostmi je prikazan v Prilogi 4.

Kritiki GDA sistema izpostavljajo ključne pomanjkljivosti:

- Proizvajalci imajo proste roke pri določanju velikosti porcije, zato kritiki pravijo, da so nekatere porcije nesmiselne v praksi. Primer je porcija čipsa, ki znaša 25 g. Tako majhne količine čipsa skoraj nihče ne poje naenkrat. Vendar manjša bo določena porcija, bolj zdrav bo na podlagi GDA vrednosti proizvod deloval porabniku.
- Živila in pijače, namenjene otrokom, bi morale biti označene na podlagi dnevnih orientacijskih potreb otroka. GDA vrednosti so določene za odraslo povprečno osebo. Primer temu je npr. puding, ki po porciji pokriva 5 % dnevnih potreb po energiji. Preračunano na potrebe otroka, pa ena porcija zadovolji enkrat več potreb po energiji. Kritiki nevarnost vidijo v zavajanju porabnikov in k večanju debelosti med otroki.

5.2 Sistem barvnega označevanja hranilnih vrednosti

Sistem označevanja hranilnih vrednosti po sistemu t.i. semaforja ali 'Traffic Light Labelling' ki so ga prvi uvedli v Veliki Britaniji, je sistem barvnega označevanja skupin hranil.

Barvni sistem označevanja je uvedla Agencija za prehranske standarde, t.i. Food Standard Agency (v nadaljevanju FSA), katerega cilji so (FSA, 2005):

- pomoč porabniku do informiranih odločitev o nakupu v skladu z oblikovanjem uravnotežene prehrane;
- možnost hitre in pravilne presoje, ali je izdelek bolj zdrav ali je izdelek z visoko vsebnostjo maščobe, soli in sladkorja ipd.;
- možnost hitre primerjave med izdelki, ki vsebujejo več ali manj maščobe, soli in sladkorja;
- označbe, ki so lahke in jasne razumljive;
- sistem označevanja, ki ga lahko uporablja čim širši krog porabnikov glede na starost, socio-demografske značilnosti, etnične skupine itd.

5.2.1 Sistem označevanja hranilnih vrednosti po semaforju

Namesto GDA vrednosti Britanci uporabljajo tri različne barvne označbe, ki označujejo majhno, srednjo in veliko vsebnost posameznega ključnega hranila v živilu na 100 g ali na porcijo (kjer živilo tehta več kot 100 g). Barvno se označujejo naslednja hranila: maščobe, nasičene maščobe, sladkor in sol.

Barve porabniku sporočajo naslednje informacije:

ZELENA barva (z besedo LOW ali malo) pomeni majhno vsebnost posameznega hranila v živilu. Sporočilo porabniku je: "Jej veliko. Je zdravo."

ORANŽNA barva (z besedo MEDIUM ali srednje) pomeni srednjo vsebnost posameznega hranila v živilu. Sporočilo porabniku je: "Jej pogosto."

RDEČA barva (z besedo HIGH ali veliko) pomeni veliko vsebnost posameznega hranila v živilu. Sporočilo porabniku je: "Jej v manjših količinah. Privošči si za priboljšek."

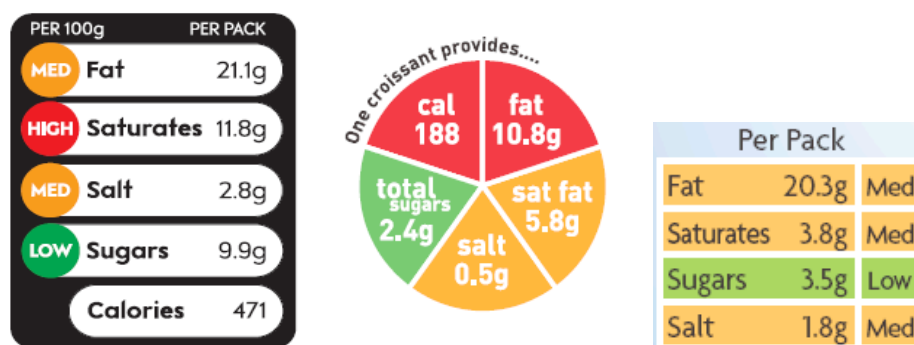
Tabela 2 : Kriteriji barvnega označevanja skupin hranil

	Zelena (Malo-Low)	Oranžna (Srednje-Medium)	Rdeča (Veliko- High)
Maščoba	≤ 3.0 g/100g	> 3.0 do ≤ 20.0 g/100g	> 20.0 g/100g
Nasičene maščobe	≤ 1.5 g/100g	> 1.5 do ≤ 5.0 g/100g	> 5.0 g/100g
Sladkor	≤ 5.0 g/100g	> 5.0 do ≤ 15.0 g/100g	> 15.0 g/100g
Natrij / sol	≤ 0.30 g/100g	> 0.30 do ≤ 1.50 g/100g	> 1.50 g/100g

Vir: Povzeto in prevedeno po tehničnih navodilih (FSA, 2007).

Približno 0.7 % žensk in 7 % moških v VB je barvno slepih. To znaša skoraj en milijon odraslih na 12 milijonov odrasle populacije. Zato proizvajalci poleg barvno označenih ključnih hranil dodajajo še besedni pomen barv (Traffic Light Food Labels, 2007, str. 3)

Slika 7: Primeri barvnega označevanja v Veliki Britaniji



Vir: Hignett. Front of Pack Nutrition Labelling – The UK Experience, 2008.

5.2.2 Primer Velike Britanije

Prostovoljno barvno označevanje hranilnih vrednosti na sprednji strani embalaže po sistemu semaforja je uvedla FSA v Veliki Britaniji leta 2006. Razlogi za uvedbo tovrstnega označevanja so bili:

- Visoka stopnja prekomerne teže in debelosti

Raziskave kažejo, da povprečen vnos maščob, nasičenih maščob, sladkorja in soli med britanskim prebivalstvom močno presega priporočljive vrednosti navedenih ključnih hranil. Nekatere skupine porabnikov pa pojedjo več kot dvakrat toliko, kolikor so priporočeni vnosi. Glede na poročilo WHO se Velika Britanija uvršča v sam vrh z največjim deležem prebivalcev s prekomerno težo in debelostjo. Še posebej je zaskrbljujoča prekomerna teža in debelost med otroci. Stopnja debelosti strmo narašča vsako leto, posebej v Angliji in na Škotskem. Statistike kažejo, da sta skoraj 2 od 3 moških (65 %) in več kot ena ženska na dve ženski (56 %) prekomerno težki ali debeli.

- Naraščanje bolezni, povezanih z debelostjo in nepravilno prehrano, predvsem sladkorne bolezni tipa 2 in visokega krvnega pritiska

Od 2,6 milijonov obolelih v VB trpi, za sladkorno boleznijo tipa 2, 2,3 milijona ljudi, od katerih je 9 primerov od desetih povezanih z debelostjo, nizko telesno aktivnostjo, alkoholom in kajenjem.

- Največji trg pripravljenih jedi v Evropi

Velika Britanija ima največji trg pripravljenih jedi v Evropi. Pripravljene jedi označujejo konzervirane, zamrznjene, pripravljene in suhe jedi. Britanska agencija za analize v prehrani, Leatherhead Food Research, je ocenila trg pripravljenih jedi v Veliki Britaniji na 2,3 bilijone funtov v letu 2008. V primerjavi z letom 2007 je potrošnja pripravljenih jedi narasla za 1 %.

Britanski porabniki so izmed vseh evropskih porabnikov največji porabniki in ljubitelji tovrstne hrane. S potrošnjo 7,4 kg na osebo se tako britanski porabniki uvrščajo nad evropsko povprečje, v primerjavi s Francijo in Španijo, kjer je potrošnja 4,5 kg ter 2,5 kg na osebo. Potrošniška raziskava, ki je bila izvedena pod okriljem Datamonitor leta 2008, je pokazala, da si 12 % britanskih potrošnikov pripravi kupljeno pripravljeno jed v mikrovalovni pečici za glavno jed vsaj enkrat dnevno (Horkan, 2009). Velika Britanija se tako intenzivno ukvarja z bojem proti debelosti. Ključna odgovornost je v prehrambeni industriji, ki mora porabnikom zagotoviti jasne in razumljive informacije o hrani in pijači in podporo v barvnem označevanju živil in pijač. Prednosti barvnega označevanja ključnih hranil na sprednji strani so bile razvite za naslednje skupine porabnikov (Traffic Light Food Labels, 2007, str. 2) :

- manj izobražene, ekonomsko in socialno prikrajšanje porabnike;
- porabnike, katerih prvi jezik ni angleški jezik (Velika Britanija je multinacionalna);
- slabe bralce;
- za vse porabnike, ki nimajo dobrega matematičnega znanja (povezava z neizobraženostjo);

- za porabnike, ki se jim zdijo hranilne tabele tako rekoč dolgočasne, so manj motivirani;
- za bolne in stare porabnike, ki imajo zelo malo časa ali energije za nakup;
- za starše, ki lahko svojim otrokom prepovejo nakup "slabše" hrane z razlogom "nobene hrane z rdečo obarvano maščobo".

Glede na raziskave med porabniki je FSA ugotovila, da porabniki najbolj potrebujejo označevanje na skupinah živil, kot so pripravljene jedi, pice, sendviči, žitarice za zajtrk in mesne jedi od burgerjev, klobas, pit in podobno. Porabniki na takih izdelkih težko ocenijo hranilno vrednost živila in na splošno porabljajo tako hrano pogosto ali v velikih količinah.

5.2.3 Raziskave in ugotovitve med porabniki v Veliki Britaniji

V primerjavi z različnimi sistemi označevanja (barvno, GDA, barvno GDA) je raziskava FSA iz leta 2005 pred uvedbo pokazala, da je prav barvno označevanje tisto, ki bi ga porabniki najraje videli na izdelkih (95 % odstotkov vprašanih). Posebej dobro se je tovrstno označevanje izkazalo pri primerjavi izdelka, ali vsebuje visoko ali nizko vsebnost posameznega ključnega hranila. Barvno označevanje je bilo na podlagi individualnih raziskav najbolj uporabno predvsem za skupine porabnikov iz nižjih socialnih razredov in starejših porabnikov, ki so lahko hitro in pravilno definirali vsebnosti ključnih hranil v živilu.

FSA je maja 2009 objavila raziskavo, ki je testirala razumevanje označb na sprednjem delu embalaže. Glavne ugotovitve so bile, da so porabnikom, ki so seznanjeni z barvnimi označbi, le te zelo uporabne v smislu hitrega pokazatelja vsebnosti hranil. Barvne označbe porabniku takoj dajo vedeti, kako zdrav je nek izdelek, čeprav je za manj seznanjene porabnike velika nevarnost v napačni interpretaciji barv. Na podlagi 3 testiranj porabnikov o razumevanju posamezne količine hranil v izdelku, celotni presoji o tem, ali je nek izdelek zdrav ali ne in zmožnosti primerjave med dvema izdelkoma, so ugotovili, da ima besedilo na označbah (nizko, srednje, veliko) največji vpliv na razumevanje količin hranil v izdelku in pri presojanju o tem, ali je nek izdelek zdrav ali ne. Razumevanje porabnikov se je tudi povečalo ob barvnem označevanju pri prvih dveh testiranjih. Po drugi strani pa se je GDA označevanje dobro izkazalo pri oceni količine hranil v izdelku. Izmed testiranj več različnih sistemov označevanja sta se najboljše odrezala predvsem barvno označevanje in barvno GDA označevanje, oba podprta z besedilom majhno, srednje, veliko (low, medium, high).

Panevropska raziskava pod okriljem organizacije EUFIC je pokazala, da porabniki v Veliki Britaniji sicer pravilno razumejo zeleno barvo na označbah, vendar pa napačno interpretirajo rdečo barvo. Glede na definicijo FSA rdeča označba pomeni, da si naj takšen izdelek kupimo za priboljšek, raziskava pa je pokazala, da večina britanskih porabnikov (73 %) rdečo označbo interpretira kot "*Ne bi smel jesti tega izdelka*". V Franciji so porabniki tako celo mislili za oranžno označbo, ki so jo interpretirali kot "*Poskusi ne jesti takega izdelka*".

Pojavljajo se različne dileme glede barvnega označevanja in določenih izdelkov, ki jih barvni sistem označuje kot zdrave, vendar niso. Primer za to je npr. Coca Cola light, ki bo imela dejansko vsa ključna hranila zeleno obarvano. Vendar realno gledano takšen proizvod ni zdrav. Nasprotno pa lahko govorimo o izdelkih, ki vsebujejo veliko zdrave maščobe.

5.2.4 Raziskave in ugotovitve med proizvajalci v Veliki Britaniji

Glede na podatke FSA je v Veliki Britaniji že več kot 10.000 izdelkov označenih po sistemu semaforja. Barvne označbe uporablja 8 trgovcev, ki skupaj pokrivajo 40-% tržni delež. Poleg tega pa barvne označbe prostovoljno uporablja tudi 16 prehrambenih podjetij in 4 ponudniki storitev (FoodWatch, 2010). Barvno označevanje podpira večina zdravstvenih ustanov, organizacij in potrošniških skupin.

Barvno označevanje po sistemu semaforja so v Veliki Britaniji v prvi vrsti uvedli trgovci, kot so Sainsbury's, Waitrose, the Co-op, Boots in Mark & Spencer in proizvajalci, kot je McCain. Prvi je v VB uvedel barvno označevanje z barvnim krogom po standardih FSA trgovec Sainsbury's. Glede na raziskave med svojimi porabniki iz leta 2005 je 94 % porabnikov dejalo, da se jim zdi tovrstno označevanje lahko razumljivo. 77 % porabnikom se jim zdi tak sistem zelo uporaben. 76 % porabnikov pa je menilo, da bi barvno označevanje vplivalo na njihove nakupne odločitve. V letu 2006 je Sainsbury med 5000 svojimi porabniki še enkrat izvedlo raziskavo po uvedbi barvnih označb na svojih proizvodih. Raziskava je pokazala, da je 84 % porabnikov opazilo barvne označbe na proizvodih. Več kot 90 % porabnikom se je zdela barvna označba Sainsburyja zelo uporabna v procesu odločanja o nakupu. 79 % porabnikov je dejalo, da je to vplivalo na njihovo nakupno odločitev (BEUC, 2006, str. 27).

Najnovejše raziskave tudi kažejo, da je vsesplošno ozaveščanje barvnega kolesa na njihovih proizvodih izredno visoko (89 %). 84 % porabnikom je barvna označba zelo razumljiva in na nakupno odločitev vpliva vedno ali pogosto pri 80 % porabnikih. Zanimivo pa je dodati, da je raziskava FSA v maju 2009 objavila, da so porabniki, ki sem jim zdi barvno kolo hitro razumljivo, napačno odgovarjali na vprašanja v zvezi z interpretacijo podatkov na tovrstni označbi.

Slika 8: Barvno označevanje britanskega trgovca Sainsbury's



Vir: Light Labels adopters, 2009.

Največja prednost barvnega označevanja za proizvajalce je predvsem v nagrajevanju tistih proizvajalcev, ki imajo svoja živila označena z zeleno bravo. To je tudi konkurenčna prednost in zastoj reklama. Raziskave so pokazale, da se je po uvedbi barvnega označevanja prodaja dvignila tistim živilom, ki so bila označena z zeleno ali oranžno barvo, padla pa tistim živilom, ki so vsebovala rdeče označena hranila. Priložnost za proizvajalce je tako predvsem v proizvodnji bolj zdrave hrane, zato se je veliko proizvajalcev odločilo za reformuliranje svojih proizvodov ali investiranje v razvoj novih, bolj zdravih proizvodov.

5.2.5 Interpretacija barv

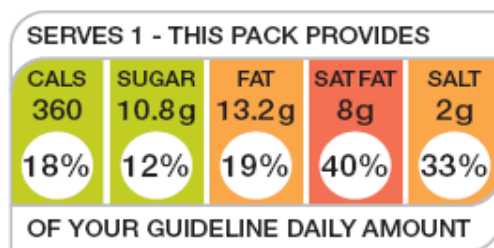
Glavni problem pri barvnem označevanju, ki ga vidijo predvsem proizvajalci je v rdeči barvi, ki pomeni visoko vsebnost ključnega hranila na 100 g živila. Porabniku naj bi rdeča barva pomenila, naj tako živilo kupuje redko, saj z uživanjem tega živila zadovolji velik delež dnevnega vnosa ključnega hranila. Glede na to, da je barvno označevanje sistem označevanja po semaforju, porabnik vidi rdečo barvo kot "STOP" znak. Torej to pomeni, da rdeča pomeni *"Ne kupuj tega živila, ker je nezdravo"*. To je tudi glavni argument proti uvedbi barvnega označevanja. Proizvajalec Pepsico npr. navaja, da prehrana ni promet. Rdeča barva na semaforju pomeni STOP in ne pomeni, da lahko rdečo luč na vsake toliko časa prevoziš (Myers, 2008). Raziskava EUFIC organizacije je pokazala, da porabniki rdečo barvo razumejo kot *"Izogibaj se tej hrani"*, namesto *"Jej manj te hrane"*.

Glede na podatke prodaje, ki kažejo padec prodaje pri rdeče označenih živilih, kaže, da se proizvajalci tega najbolj bojijo, in je njihov glavni argument ravno napačno razlaganje rdeče barve pri porabnikih. Še en ključni argument proti barvnim označbam pa je v barvno označenih tako rekoč zdravih izdelkih in zeleno označenih slabih izdelkih. Primer temu sta npr. med ali jabolko, ki bosta zaradi sladkorja, ki ni slab, označena z rdečo barvo. Medtem ko pa bo proizvod, kot je Coca Cola light, za katerega je splošno znano, da ni nič dobrega v njem, pa bo označen z zelenimi barvami. Barve pa imajo različen pomen za različne kulture. V anglosaksonski kulturi je rdeča barva povezana s strahom in jezo. Medtem ko za kitajsko kulturo rdeča barva označuje ljubezen in srečo.

5.3 Nadgradnja GDA označevanja z barvnim označevanjem

Tovrstni sistem, ki ga lahko imenujemo barvno GDA označevanje, je kombinacija prejšnjih dveh sistemov, opisanih v prejšnjih točkah. Gre za kombinacijo GDA označevanja in barvnega t.i. semaforiziranega označevanja. To označevanje prikazuje odstotek dnevnih orientacijskih vrednosti za posamezno hranilo v živilu glede na servirano porcijo. Obenem pa so te vrednosti še barvno označene in prikazujejo majhno, srednjo ali visoko vsebnost posameznega hranila v živilu glede na procent dnevnih orientacijskih vrednosti na 100 g.

Slika 9: Primer kombinacije GDA in barvnega označevanja



Vir: R. Hignett. *Front of Pack Nutrition Labelling - The UK Experience*, 2008.

Na spodnji sliki pa je tovrstno označevanje prikazano na britanskem predpakiranem živilu.

Slika 10: Primer označevanja britanskega trgovca ASDA



Največ raziskav med porabniki je narejenih na razumevanju in primerjanju vseh treh sistemov označevanja hranilnih vrednosti. To so GDA označevanje, barvno označevanje in barvno GDA označevanje. Raziskave kažejo, da je porabnikom najbolj všeč prav kombinacija barvnega in GDA označevanja. Razlog je v tem, da barvno označevanje porabnikom da premalo informacij, kar je velika prednost GDA označevanja, ki podaja številčne podatke, na podlagi katerih porabnik bolje razume hranilno vrednost živila z vidika prejemanja objektivnih informacij. Po drugi strani pa GDA označbe na prvi pogled porabniku ne dajo hitre slike o tem, ali je nek proizvod zdrav ali ne. Kar pa ta problem spretno rešuje barvno označevanje.

Poročilo FSA maja 2009 je pokazalo, da se je izmed vseh testiranih sistemov označevanja (barvno, barvno in tekst, GDA, barvno GDA itd.) najbolje izkazal sistem označevanja, ki je kombinacija barvnih in GDA označb. Porabnikom so bile barvne GDA označbe najbolj všeč, saj so jim omogočale interpretacijo podatkov po lastni izbiri. Poleg tega so GDA vrednosti omogočale porabnikom, da ocenijo vsebnost ključnega hranila v izdelku. Izmed porabnikov, ki so predlagali barvne GDA oznake, so jim bile všeč barvne oznake s podrobnimi numeričnimi podatki.

Glavne dileme proti uvedbi barvnih GDA označb so predvsem naslednje (FDF, 2008, str. 32):

1. Glavna razlika med GDA in barvnim označevanjem je v tem, da so GDA označbe numerične. Medtem ko barvno označevanje daje porabniku barvna opozorila.
2. Osnovi za GDA in barvno označevanje sta povsem različni. Medtem ko so GDA vrednosti izračunane na porcijo, so barvne oznake preračunane na 100 g. Zato lahko skupna kombinacija zavaja porabnike, saj bi bila na primer 10-gramska porcija nekega živila, ki vsebuje 0,2 g soli, kar predstavlja 3 % GDA, označena z rdečo oznako. Medtem ko bi bila pripravljena jed z 2,2 g soli, kar predstavlja 37 % GDA, označena z oranžno barvo.
3. Barvne označbe so s strani FSA priporočljive za omejeno število skupin živil in ne za vse skupine živil.
4. Kombinacija obeh sistemov naj ne bi uresničevala cilja enostavnega razumevanja hranilnih označb, ampak bi uvedla zmedo med porabniki in njihovo razumevanje.

6 RAZISKAVA

V tem poglavju predstavljam 3 raziskave:

1. Ugotovitve empirične raziskave odnosa Slovencev do zdravja, prehranjevanja in označevanja živil, ki jih predstavljam na podlagi pridobljenih podatkov tržne raziskave TGI agencije Mediana. Pri tej raziskavi sem želela pridobiti globlji vpogled v mnenja in stališča Slovencev glede zdravja, prehranjevanja na splošno in označevanja živil. Glede na to, da podobnih raziskav na to temo ni bilo narejenih, kažejo ti podatki najnovejše ugotovitve.
2. Izvedbo fokusne skupine in njene izsledke, na podlagi katerih sem sodelujoče spraševala o njihovem odnosu do zdravja, prehranjevanja, označevanja živil na splošno, GDA označevanja ter dodatno še testiranje udeležencev z GDA in barvnimi označbami. S fokusno skupino sem predvsem želela narediti kratek test, kako se udeleženci odzivajo na semaforско označevanje GDA vrednosti.
3. Izvedbo 4 intervjujev in vprašalnikov 3 ključnih skupin, ki igrajo ključno vlogo pri izbiri in oblikovanju sistema označevanja živil. Mnenje glede GDA in barvnega načina označevanja živil sem pridobila od Zveze potrošnikov Slovenije, ki predstavlja mnenje porabnikov, Gospodarske zbornice Slovenije, ki predstavlja mnenje industrije, ter dveh dodatnih mednarodnih podjetij. Za dodatna intervjuja s posameznima podjetjema sem se odločila, da pridobim še dodatno mnenje o tem, kaj posamezna podjetja menijo o obeh načinih označevanja živil.

6.1 Empirična raziskava odnosa Slovencev do zdravja, prehranjevanja in označevanja živil

Na podlagi pridobljenih podatkov raziskave Mediana TGI, ki jih agencija Mediana pridobiva od povprečno 7.500 Slovencev vsako leto, bom v tem poglavju predstavila glavne ugotovitve Slovencev glede odnosa do zdravja, prehranjevanja in označevanja živil. Z naslednjimi ugotovitvami sem želela preveriti, kako se Slovenci gibljemo glede na smernice zdravega

prehranjevanja in kako smo ozaveščeni glede označevanja živil, pri čemer je slednje osnova za nadaljnje raziskovanje glede dodatnega označevanje živil z GDA vrednostmi.

Slovenci ne skrbimo za svoje zdravje tako kot bi morali. Le dobra tretjina Slovencev zelo pazi na svoje zdravje. Polovica Slovencev ne skrbi za svoje telo tako kot bi morala, predvsem zaradi načina življenja. Na podlagi naraščajočega trenda o fizični aktivnosti skoraj dve tretjini Slovencev telovadi najmanj enkrat tedensko. Največ fizično aktivnih je na podlagi podatkov za obdobje 2008/02–2009/01 v starostnem obdobju 15–24 let. Fizična aktivnost z leti pada in s stopnjo izobrazbe narašča.

Slovenci postanemo pozorni na prehrano šele ob težavah z zdravjem. Petina Slovencev pazi na prehrano zaradi težav z zdravjem. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/2–2009/1 so najpogosteje pritrdilno odgovorili na to Slovenci v starostnem razredu med 55 in 75 let. Največ težav z zdravjem imajo tisti z najnižjo izobrazbo.

Malo manj kot polovica Slovencev (40 %) si rada privošči hrano, ki ni najbolj zdrava. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/2–2009/1 je največ takih predvsem med mlajšo in starejšo populacijo do 39 let ter nižjo izobrazbo.

Kar se tiče uravnovešenega prehranjevanja, je padajoči trend tistih, ki jedo med obroki in neprestano jedo prigrizke. Le desetina Slovencev jih to počne, kar je vzpodbudno. Skoraj polovica Slovencev se izogiba maščobam, medtem ko se je tretjina Slovencev opredelila, da pojé veliko slaščic.

Slovenci posvečamo pozornost prehrani. Le petina je takih, ki ne posveča prehrani nobene pozornosti. Skoraj polovica Slovencev je pripravljena plačati več za hrano, ki ne vsebuje umetnih dodatkov, in petina Slovencev je takih, ki vedno išče lahke/dietne prehrabene proizvode in pijače. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/02–2009/01, vedno kupijo lahke/dietne prehrabene proizvode in pijače Slovenci nad 40 let. Zanimivo je, da ima največ Slovencev, ki so se strinjali s to trditvijo, najnižjo izobrazbo.

Manj kot petina Slovencev vedno gleda na kalorije, ko se prehranjuje.

Slovenci še imamo čas za pripravo hrane in kuho, saj se je le desetina Slovencev opredelila, da za to nima časa. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/2–2009/1 so najpogosteje pritrdilno odgovorili Slovenci moškega spola. Najpogosteje se s to trditvijo strinjajo Slovenci v starostnem obdobju 15–24 let. Pomanjkanje časa pa narašča s stopnjo izobrazbe.

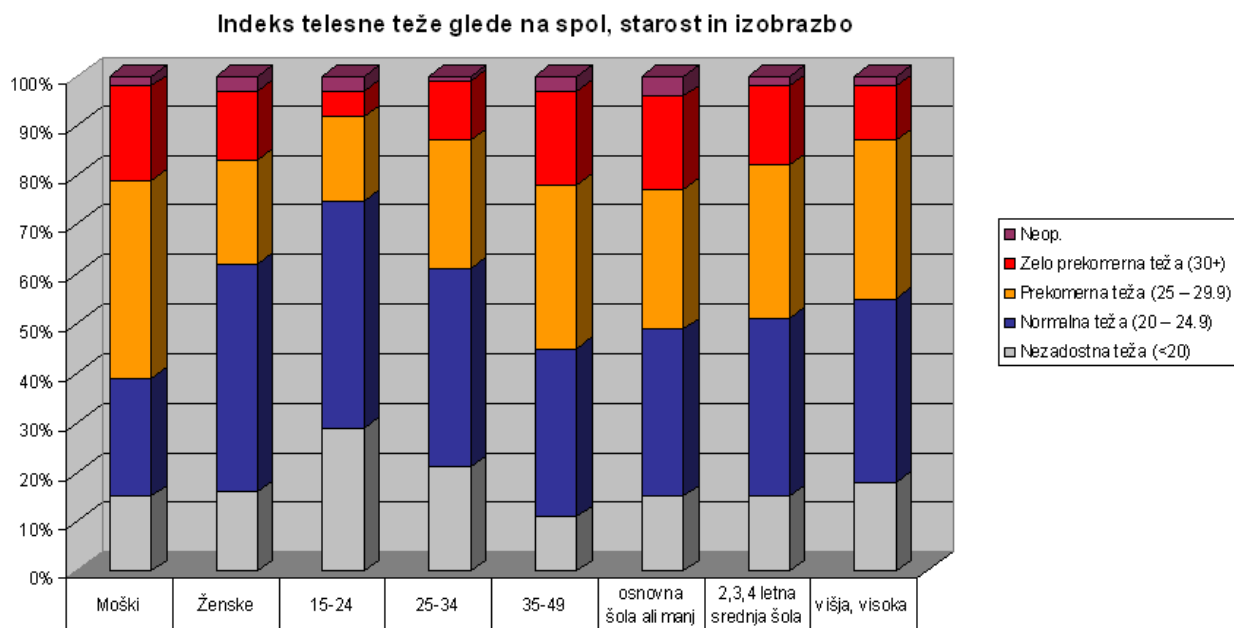
Manj kot tretjina Slovencev je vedno pozornih na hranilno vrednost živila. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/02–2009/01 je največ Slovencev, ki so vedno pozorni na hranilno vrednost živila v starostnem obdobju 55–75 let. Podatki kažejo, da imajo tisti, ki so odgovorili na trditev

pritrdilno, najnižjo izobrazbo. Povezava med starostjo in izobrazbo na podlagi podatkov ni vidna.

Slovenci smo vedno bolj pozorni na hranilno sestavo živil. Skoraj 40 % Slovencev si pred nakupom prehrambenih proizvodov prebere sestavo izdelka. Trend počasi narašča. Na podlagi podatkov za obdobje 2008/02–2009/01 je več žensk kot moških, ki si prebere sestavo izdelka pred nakupom. Največ Slovencev, ki si prebere sestavo proizvoda, narašča s starostjo, in sicer so Slovenci nad 40 let tisti, ki si najpogosteje preberejo sestavo živil. Z vidika izobrazbe so najpogosteje pritrdilno odgovorili Slovenci z višjo in visoko šolo.

Na podlagi podatkov za obdobje 2008/02–2009/01 ima 40 % moških prekomerno telesno težo, medtem ko ima 46 % žensk normalno težo. Zelo prekomerno težo ima več moških kot žensk. Prekomerna teža z leti narašča. Skoraj polovica Slovencev z zelo prekomerno in prekomerno težo je starih med 35–49 let, medtem ko ima nezadostno težo skoraj tretjina Slovencev v starosti od 15–24 let. Prekomerna teža se s stopnjo izobrazbe niža. Skoraj polovica Slovencev z zelo prekomerno težo in prekomerno težo ima končano srednjo šolo, osnovno šolo ali manj.

Slika 11: Grafični prikaz indeksa telesne teže glede na spol, starost in izobrazbo



Vir: Mediana d.o.o. Mediana TGI raziskava (interno gradivo), 2009.

Glede na navedene ugotovitve lahko opazimo, da se Slovenci še dokaj zdravo prehranjujemo, vendar pa se vsekakor vedno bolj obnašamo v skladu z zahodnim načinom življenja in smo v koraku s smernicami nezdravega prehranjevanja. Na to kažejo podatki v zgornji tabeli, ki pravijo, da tudi Slovenci nismo izvzeti iz pandemije debelosti.

6.2 Fokusna skupina

S fokusno skupino sem želela od povprečnih slovenskih porabnikov izvedeti naslednje:

- kaj menijo o zdravem prehranjevanju in zdravem načinu življenja in kaj jim to sploh pomeni,
- koliko udeleženci berejo in razumejo hranilne tabele,
- poznavanje GDA vrednosti,
- testiranje in razumevanje barvno označenih proizvodov.

Fokusna skupina je bila opravljena dne 21. februarja 2010 na Golem, zajemala je 10 udeležencev, kar predstavlja 2 povprečni slovenski družini. Udeleženci so bili stari od 23 do 56 let in so imeli od najnižje do najvišje izobrazbo.

Ključne ugotovitve in rezultati opravljene fokusne skupine:

1. Na vprašanje, ali se prehranjujejo zdravo, so bili odgovori deljeni. Polovica udeležencev je pritrdila, da se zdravo prehranjujejo, čeprav se občasno tudi pregrešijo z nezdravo prehrano. Eden izmed udeležencev je povedal, da je vse, vendar misli, da se zdravo prehranjuje, ker ni debel. Druga polovica udeležencev pa je dejala, da se ne prehranjujejo zdravo, ker ne jedo rednih obrokov. Razlogi so v naslednjih trditvah: *"Ne, ker ne jem rednih obrokov niti zdrave hrane. Zaradi službe imam veliko terenskega dela."* *"Ne, ker jem, kar je na razpolago. Ne izbiram hrane."*

2. Najbolj pogost odgovor na vprašanje o tem, kaj jim pomeni uravnotežena prehrana, je bil, da ješ 5 rednih obrokov na dan. 2 udeleženca sta povedala, da uravnotežena prehrana pomeni prehrano v skladu s prehransko piramido. Ostali odgovori so tudi bili: *"Da ješ tako, da si zdrav in se dobro počutiš."* *"Da ješ tisto, kar ti paše."*

3. Udeleženci si skoraj nikoli ne pogledajo hranilne tabele na izdelkih. Samo 2 udeleženki si vedno pogledata tabelo hranilnih vrednosti in med seboj primerjata izdelke. Zanimivo je, da prva udeleženka izstopa po svoji visoki izobrazbi: *"Pogledam si sol, ker naj bi čim manj soli jedel, pa tudi zaradi otrok, ter maščobe in vlaknine."* Druga udeleženka pa si to ogleda zaradi zdravstvenih težav: *"Vedno. Primerjam maščobo med izdelki, ker imam povečan holesterol."*

Starejši udeleženec (54 let) pa je dejal: *"Ne, ker piše na majhno."* Nekateri zanimivi odgovori so tudi bili: *"Tabelo hranilnih vrednosti si ogledam samo pri mlečnih izdelkih. Ogledam si maščobe."* Udeleženci so najbolj izpostavili, da si pred nakupom na izdelku pogledajo le rok uporabe in E-je. Pomembno je še izpostaviti 2 trditvi, in sicer 2 udeleženki sta dejali, da zaupata izdelkom z znakoma Varuje zdravje in BIO: *"Tam, kjer je srček Varuje zdravje, vem, da je zdrava hrana. To najraje kupim."* *"Nikoli. Bolj kupujem bio hrano in s tem zaupam, da je tisto, kar pojem, zdravo."*

Izpostavila bi, da so bili udeleženci z nižjo izobrazbo in so moškega spola, najbolj ravnodušni glede tega. Njim je najbolj pomembno, da ješ tisto, kar želiš, in se s tem dobro počutiš: *"Ne, mi sploh ni važno."* *"Nič. Kupujem tisto, kar si želim."*

4. Na vprašanje, ali udeleženci verjamejo trditvam na živilih kot so light, manj maščobe, je večina odgovorila, da ne verjamejo. V oznako light verjamejo samo ob znaku srčka Varuje

zdravje, ki sta ga izpostavila 2 udeleženca: "*Verjamem: LIGHT, da je preverjeno, tam kjer je srček.*" In "*50 % verjamem. Če je srček, ja, če pa ni srčka, pa ne.*" Udeleženka, ki bere tabelo hranilnih vrednosti, tovrstne trditve preveri na tabeli. Tisti, ki ne verjamejo, so dali naslednje odgovore: "*Ne. Npr. light jogurt je samo bolj škodljiv in bolj spran. Zaupam samo znaku BIO.*" "*Ne verjamem, bio jogurt je samo bolj spran in ima več vode.*" "*Bolj ne. Se mi zdi, da je to le dodatek za prehrambeno industrijo, da je več izdelkov na polici.*" 2 udeleženca sta dejala, da verjameta trditvam, saj če tako piše, mora biti res: "*Ja, verjamem, čeprav mediji pravijo nasprotno. Vendar načeloma bi morali verjeti, če tako piše, kajne?*" "*Verjamem. Če pa to ni res, potem pa so me okoli prinesli.*"

5. Zelo neprepričljive odgovore sem prejela na vprašanje, kaj menijo o tem, če je na 100 g izdelka 22 g maščobe, 15 g sladkorja. V splošnem so bolj ugotavljali. Le 3 udeleženci so dejali, da se jim zdi 22 g maščobe na 100 g veliko. Udeleženka, ki tudi bere tabelo hranilnih vrednosti, je dejala: "*Preverim podobne izdelke in se odločim ali je to veliko ali malo.*" Le 2 udeleženca sta bila mnenja, da je 15 g sladkorja na 100 g preveč: Zanimivo je, da je pri obeh vprašanih starejši udeleženec z nižjo izobrazbo (54 let, poklicna šola) razmišljal pravilno in praktično: "*Se mi zdi veliko, ker je to 20 % maščob.*" Pri sladkorju je edini burno odreagirala, da je to preveč. Ena udeleženka ni znala niti podati mnenja, ali je veliko ali malo, saj ji računski podatki nič ne povedo." Zanimivo je, da so si manj izobraženi udeleženci znali bolj predstavljati, kaj podatki pomenijo, čeprav so narobe odgovorili: "*Ni veliko. To je ena čajna žlica sladkorja.*"

6. Na vprašanje, ali so udeleženci opazili GDA označbe na izdelkih in ali jih uporabljajo, sta le dva udeleženca odgovorila pritrdilno. Udeleženke sem povprašala ali so opazili na izdelkih GDA vrednosti in ali jih uporabljajo. Vendar pa nista znala povedati, kaj pomenijo. Ostali niso seznanjeni z tovrstnim označevanjem in niti ne vedo, kaj GDA kratica pomeni. Tudi po tem, ko sem jim pokazala primer GDA označbe na izdelku, niso vedeli za kaj se gre. Zato GDA označb udeleženci tudi ne uporabljajo. Ena izmed udeleženek je na GDA označbo komentirala takole: "*Ne. Sploh ne vem kaj je to. Kako pa sploh veš, česa je preveč in kaj je OK? Rabila bi zraven še nekaj za orientirat.*"

7. Med udeleženci sem naredila test razumevanja barvnega označevanja. Na podlagi Frutabele in Minute čokolade, ki jo je Zveza potrošnikov Slovenije barvno označila v eni izmed svojih brošur (Priloga 6), sem udeležencem najprej pokazala hranilno tabelo brez barvnih označb in vprašala za mnenje o izdelku in nato barvno označeno hranilno tabelo. Na podlagi tega, sem jih vprašala za mnenje, ali bi še vedno kupili izdelek s takšnimi barvnimi označbami.

Frutabelo vsi udeleženci dobro poznajo in jo kupujejo. 6 udeležencev meni, da je Frutabela zdrav prigrizek: "*Je zdrava, ker jo jedo v vrtcih.*" "*Je polna sadja, ni pa okusna.*" "*Ima veliko energije. Jo vzamem namesto sladkorja.*" "*Frutabela je zdrava.*" Ena izmed udeleženek jo še posebej rada kupi svojima otrokoma in meni, da je to boljši nadomestek kot pa navadne sladkarije. Nekateri udeleženci pa so izpostavili, da naj bi Frutabela imela veliko maščob in da naj ne bi bila tako zdrava kot pravijo. Na podlagi tabele hranilne vrednosti nihče od udeležencev ni znal razbrati, ali

ima Frutabela veliko ali majhno vsebnost ključnih hranil oziroma na podlagi tabele niso znali povedati, ali je Frutabela res zdrav obrok ali ne.

Nato sem udeležencem pokazala obarvano hranilno tabelo Frutabele in jim razložila, kaj pomenijo barve. Odzivi udeležencev so bili v večini enotni. Glede na barvne oznake in posebej rdeče obarvani sladkor in nasičene maščobne kisline so bili vsi udeleženci zelo presenečeni. Polovica udeležencev je takoj dejala, da Frutabele s tako barvno označbo ne bi kupila. Nekaj odzivov: *"Ne bi kupila. Frutabela naj bi bila zdrava?" "Svojim otrokom ne bi več kupila Frutabele."* *"Čudno se mi zdi, da bi v vrtcih dajali tako hrano otrokom."* Nekateri se niso takoj opredelili proti nakupu, ampak so komentirali takole: *"Vseeno bi kupil, saj ne ješ tega dostikrat."* *"Vseeno bi kupil."* *"Gotovo bi malo pogledal, kaj barve pomenijo. Poskrbel bi za to, da vem, kaj pomenijo."*

Pri Milky Way Minute čokoladi je bilo že prvotno mnenje udeležencev bolj negativno, saj menijo, da je tovrstna čokolada bolj komercialna, da vsebuje veliko sladkorja in da ni zdrava. Nekateri udeleženci niso niti poznali tega izdelka. Tako kot pri Frutabeli, si s hranilno tabelo udeleženci niso znali preveč pomagati. Ko sem jim pokazala obarvano hranilno tabelo, so bili odzivi veliko bolj enotni, saj so v tem primeru bile 3 ključne hranilne vrednosti obarvane rdeče. Kar 8 udeležencev se je takoj opredelilo, da ne bi kupilo tega izdelka, če bi bile na njem tako obarvane označbe. Zaradi več rdečih barv so bili udeleženci veliko bolj presenečeni in začudeni. Odzivi so bili naslednji: *"Ni šans, da bi kupila."* *"Ne bi kupil. Preveč rdeče."* En udeleženec je, kot v primeru Frutabele, dejal, da takih izdelkov ne ješ pogosto, zato bi vseeno kupil. En udeleženec pa bi se bolj pozanimal o pomenu barv in kaj pomenijo.

8. Na vprašanje, ali bi udeleženci radi videli tovrstno barvno označevanje na izdelkih, so bili vidno navdušeni. Tudi po končani fokusni skupini so želeli izvedeti več o barvnih označbah. Vsi udeleženci bi radi videli barvne oznake na izdelkih, saj se jim zdi enostavno in vpadljivo. Navajam nekaj komentarjev udeležencev glede sistema barvnega označevanja: *"Bi želela imeti, je lažje kupovati."* *"Vsekakor, ker že od daleč vidiš rdečo barvo, ki je opozorilo, da nekaj ni v redu. To bi kupovala redkeje."* *"Da, je veliko lažje. Sploh nisem vedela za Frutabelo!"* *"Bilo bi super, ker hitro vidiš. Te številke in ostalo je vse premajhno napisano. Občasno bi kupila tudi rdeče."* *"Ja. Več ljudi bi se poglobilo v te stvari."*

Zelo zanimivo se mi zdi, da je ena izmed udeleženk komentirala, da bi rdeča barva pomenila opozorilo, vendar bi tak izdelek še vedno kupila, ampak redkeje. Dejansko je ta udeleženka edina pravilno razumela rdečo barvo na način, kot si želi to Agencija za prehranske standarde v VB, ki je uvedla ta sistem. Ena udeleženka je izrazila željo po tem, da bi bilo tovrstno označevanje standardizirano. Vsi udeleženci pa so pokazali visoko zanimanje za tovrstno označevanje in so ga tudi bolj resno jemali, saj so barve na prvi pogled že povedale svoje.

Glede na ugotovitve opravljene fokusne skupine, bi najprej želela izpostaviti, da gre le za mnenje 10 ljudi, kar vsekakor ni možno posploševati. Glede na to, da GDA označevanje ni obvezno v

Sloveniji, je bilo za pričakovati, da udeleženci niso poznali tovrstnega označevanja. Vendar pa je bilo zanimivo opraviti preprost test med GDA in barvnim označevanjem in predvsem opazovati odziv udeležencev. Oba načina označevanja sta bila udeležencem kratko predstavljena, vendar se je pozornost hitro povišala ob barvnem označevanju in s tem tudi zanimanje za tako označevanje nasploh. Namen fokusne skupine v tem diplomskem delu je tako bil predvsem kratko testiranje obeh načinov označevanja, saj take analize še niso prisotne v Sloveniji.

6.3 Mnenje predstavnikov porabnikov in industrije

V tem poglavju bom predstavila mnenje dveh nasprotujočih se polov; na eni strani so to potrošniške organizacije, ki zagovarjajo barvno označevanje hranilnih vrednosti, na drugi strani pa je industrija in s tem prehrabena podjetja, ki zagovarjajo GDA označevanje. Na podlagi rezultatov in izsledkov, ki sem jih pridobila z analizo sekundarnih podatkov in izvedbo manjše fokusne skupine, sem obe strani povprašala o ključnih problemih, ki jih osebno vidim v obeh sistemih označevanja. Prvo mnenje, ki ga bom predstavila, je mnenje potrošniške organizacije v Sloveniji, to je Zveza potrošnikov Slovenije, ki odločno podpira barvno kodiranje hranilnih vrednosti po sistemu semaforških barv. Drugo mnenje, ki ga bom predstavila, pa je mnenje industrije. Pri tem sem se določila za izvedbo 3 intervjujev in sicer najprej intervju predstavništva industrije v Sloveniji, ki je Slovenska gospodarska zbornica ter intervju z dvema mednarodnima prehrabnim podjetjema, ki delujeta v Sloveniji. Argumente obeh strani glede sistemov označevanja hranilnih vrednosti bom predstavila v nadaljevanju.

6.3.1 Mnenje predstavnika porabnikov

Zveza potrošnikov Slovenije odločno zagovarja barvno kodiranje hranilnih vrednosti na živilih po sistemu semaforja. Ga. Marjana Peterman mi je predstavila vidik potrošniških organizacij, ki se bojujejo, da bi bil sistem označevanja hranilnih vrednosti po semaforju sprejet na vseh živilskih izdelkih. Največji argumenti za uvedbo barvnih označb po semaforju so po njenem mnenju:

- Porabnik z barvnimi označbami uveljavlja svojo pravico po izbiri, saj barvni sistem označevanja temelji na 100 g. Pravica porabnikov po izbiri je edina pravica, ki je tudi uzakonjena tako pri nas, kot tudi v konvenciji Združenih narodov.
- Porabnik pridobi barvno sliko o živilu. Pri tem je pomembno izpostaviti, da ima porabnik pri nakupu na razpolago le 9 sekund za nakup živila. Kar pomeni, da mora porabnik takoj prepoznati, ali je neko živilo po sestavi primerno zanj ali ne.
Kot pravi ga. Peterman, pri GDA označbah porabnik potrebuje kalkulator, da lahko preračuna GDA vrednosti.
- Porabnik bi bil na barvne oznake veliko bolj pozoren kot na GDA oznake. Kot pravi ga. Peterman: *"Te oznake imajo pozornost, ker naj bi bile na sprednji strani ob nekem tistem velikem imenu in porabnik bi že opazil in ga to tudi vodilo k preučevanju sestavin živila.."*

Zanimivo informacijo je ga. Peterman podala s trditvijo *"Kar se Janezek nauči, to Janez zna."* Bojazen, ki ga ima industrija pred barvnim kodiranjem je ravno v tem, da bi porabnik zavrgel

živilo z rdečo barvno oznako, ki pomeni "*Jej to redko*" in ne "*Stop*". Izobraževanje je ključnega pomena pri branju hranilnih oznak na živilih, zato se mora le to začeti v osnovnošolskih klopeh, za katerega imajo v osnovnih šolah predpisanih 6–8 šolskih ur, po besedah ga. Peterman. Izobraževanje o tem pa se naj začne šele, ko bodo vsi izdelki dejansko označeni s tovrstnimi oznakami. To pa zahteva celosten pristop k izobraževanju porabnikov.

Kar Zvezo potrošnikov Slovenije najbolj moti pri uvedbi GDA označevanja hranilnih vrednosti, so naslednji argumenti:

- Zavajanje porabnikov z določanjem porcij. Po mnenju ge. Peterman so porcije, na katero so preračunane GDA vrednosti, nerealne, kot npr. pol jogurta, za katerega je jasno, da ga porabnik poje celega. S tem ta sistem ne podpira osnovne pravice potrošnika po izbiri, saj ne more primerjati porcij med sabo, saj so med istovrstnimi izdelki porcije preračunane različno.
- Uporaba kalkulatorja pri izračunu dnevnih potreb. Kot navaja ga. Peterman: "*Iz GDA se ne da razbrati, če se zdravo prehranjuješ, razen če nimaš kalkulatorja.*"

Glede na tretjo možnost sistema označevanja, ki vključuje barvno in GDA označevanje, Zveza potrošnikov le to podpira, kljub dejstvu, da gre za dva različna sistema. Pri tem je pomembno, da ima potrošnik pravico do izbire.

6.3.2 Mnenje predstavnikov industrije

Industrija odločno zagovarja GDA sistem označevanja hranilnih vrednosti na živilih. Zato sem pridobila tri mnenja zagovornikov le tega sistema, saj sem poleg Gospodarske zbornice Slovenije želela pridobiti še bolj praktično mnenje dveh prehrabnih podjetij, ki delujeta na lokalnem, slovenskem trgu. Ker je mnenje obeh podjetij, skupaj z Gospodarsko zbornico Slovenije, ki je predstavnik te industrije, dokaj enotno, bom podala glavne argumente za GDA sistem označevanja in glavne argumente proti barvnemu sistemu označevanja hranilnih vrednosti.

Glavne argumente za uvedbo GDA sistema označevanja hranilnih vrednosti na živilih vidi industrija v:

- GDA sistem je enostaven za razumevanje in hkrati ni preveč poenostavljen.
- Temelji na objektivnih in znanstveno utemeljenih vrednostih, ki porabniku omogočajo informirano izbiro živil.
- Gre za konsistenten, nediskriminatoren in enostaven način informiranja porabnika.

Glede na glavni proti argument različnih porcij, ki si jih določajo podjetja sama, Gospodarska zbornica Slovenije pravi, da je "*velikost porcij potrošniku zgolj v pomoč in orientacijo*", saj se prehranske potrebe posameznikov zelo razlikujejo.

Najbolj sporni argumenti proti uvedbi sistema označevanja po semaforju, vidi industrija v:

- Razponu barvnih kod. Kot pravijo na GZS, lahko barve povzročijo številne težave, saj je na osnovi barv težje razbrati, katero živilo vsebuje manj posameznega hranila.
- Barve naj ne bi spodbujale porabnikov k razmisleku, zakaj je kupil živilo z rdečo, oranžno ali zeleno barvo. Torej v primeru, da porabnik kupuje živila, označena z zeleno barvo, ki pomenijo "zdravo", lahko pri porabniku pride *"do škodljivega in pomanjkljivega vnosa kalorij oziroma nekaterih hranil, vključno z železom, kalcijem in nekaterih vitaminov."* Kot navaja podjetje Nestlé, barvno označevanje preveč poenostavlja in deluje na principu *"Dobri izdelki - slabi izdelki"*, kar podaja negativne lastnosti živilu in ne podaja informacij o živilu.
- Barvno označevanje je namenjeno predvsem prehransko neizobraženim oziroma *"lepše rečeno, prehransko neveščemu potrošniku, katerih odstotek v Sloveniji je morda res previsok."*

Zato je industrija mnenja, da je barvno označevanje hranilnih vrednosti zavajajoče za porabnika, saj se porabnik na podlagi barv ne informira in izobražuje. In prav GDA vrednosti so tiste, ki porabniku omogočajo, da sam presodi, ali je določena količina živila zanj primerna ali ne. Tako kot Zveza potrošnikov Slovenije, je tudi industrija mnenja, da je izobraževanje porabnikov ključnega pomena in je odgovornost, ki mora biti razdeljena med industrijo, zakonodajo, šolstvom in zdravstvom. Podjetje Unilever je aktivno sodelovalo pri izobraževanju svojih porabnikov ob relansiranju svojih juh in jušnih kock v letu 2009, ko so celotni asortiman opremili z GDA označbami. To so opravili preko BTL aktivnosti in preko potrošniških letakov. Obe podjetji, tako Unilever kot Nestlé, sta mnenja, da je vloga izobraževanja razdeljena med več deležniki.

SKLEP

V sklepu diplomske naloge predstavljam ključne ugotovitve med sistemi označevanja hranilnih vrednosti, opisanih v diplomski nalogi.

V spodaj predstavljeni matriki prednosti in slabosti posameznih sistemov označevanja hranilnih vrednosti so prikazane ključne razlike med GDA označevanjem, barvnim označevanjem in barvnim GDA označevanjem. Kriterij je porabnikovo razumevanje in odločanje v skladu z uravnoteženo prehrano.

GDA označevanje	Barvno označevanje	Barvno GDA označevanje
Vrednost na porcijo	Vrednost na 100 g	Kombinacija obeh. Glavna slabost je v interpretaciji označbe, kjer se barvne označbe nanašajo na 100 g, medtem ko se GDA označbe nanašajo na porcijo.

„se nadaljuje“

„nadaljevanje”

Porabnik na prvi pogled ne more takoj presoditi, ali živilo vsebuje visoke, majhne ali srednje vrednosti ključnih hranil v živilu.	Porabnik na prvi pogled lahko presodi, ali živilo vsebuje veliko, srednje ali majhno količino ključnih hranil v živilu.	Porabnik lahko na podlagi barvnih označb na prvi pogled presodi ali živilo vsebuje veliko, srednje ali majhno količino ključnih hranil v živilu. Poleg tega pa na podlagi GDA oznak lahko vidi, koliko % dnevnih potreb po ključnem hranilu zadosti z zaužitjem živila.
GDA označbe so primerne za vse skupine živil.	Barvne označbe so najbolj primerne za skupine živil, ki jih je predlagala FSA. To so v grobem pripravljene jedi večjih porcij, katerih potrošnja je predvsem velika v VB.	Barvno GDA označevanje je primerno za vse skupine živil, nadgrajeno z GDA vrednostmi.
GDA označbe ne dopuščajo pogoste primerjave med živili zaradi različnih porcij, ki jih lahko vsak proizvajalec sam določi.	Barvne označbe so zelo primerne za primerjavo med živil, saj so določene na 100 g.	Barvne GDA so primerne za primerjavo med živil.
Za branje GDA oznak mora biti porabnik dobro ozaveščen in informiran za razumevanje števil na oznakah.	Barvne označbe so bolj primerne za problematične skupine porabnikov, kot so manj izobraženi, iz socialno nižjih slojev, otroci, starejši porabniki.	Barvne GDA informacije pokrivajo vse porabnike, ki si lahko izbirajo, ali bodo nakup opravili na podlagi GDA informacij ali na podlagi barvnih označb na živilu.
Kritika na nerealne porcije živil, ki jih proizvajalci sami določajo	Barvne označbe temeljijo na 100 g in ne na porcijo.	Barvne GDA oznake so kompromis med informacijami na 100 g in informacijami na porcijo – porabnik lahko izbira

Na podlagi raziskovanja in rezultatov iz diplomske naloge sem mnenja, da se mora uvesti enoten način označevanja hranilnih vrednosti. Kateri bo prevladal, je odvisno predvsem na eni strani od potrošniških organizacij in na drugi strani industrije, ki sta si dva nasprotujoča pola, ki zagovarjata vsak svoj sistem označevanja hranilnih vrednosti. Vsak sistem ima svoje pomanjkljivosti in prednosti, vendar sem prepričana, da v kolikor bo izobraževanje porabnikov dobro podprto s strani vseh deležnikov, vključenih v proces izobraževanja, bo katerikoli izbran sistem označevanja uspešen. Kateri bo prevladoval, bo pokazal čas. Pri tem pa je predvsem pomembno, da je v ospredju porabnik in njegove pravice. Cilj prehranskih označb je, da jih porabnik razume in jih uporablja v skladu z zdravim načinom življenja in s tem skrbi za uravnoteženo prehrano. Uspeh pa se bo pokazal verjetno šele čez desetletje, ko bodo rezultati

pokazali, ali smo Evropejci manj debeli oziroma ali se znižuje trend bolezni, ki so povezane z debelostjo.

Označevanje hranilnih vrednosti na različne načine, predstavljene v diplomski nalogi, niso dovolj, da bi porabniki lahko sprejemali zdrave odločitve o okviru uravnotežene prehrane. Označevanje ne bo rešilo svetovnega problema naraščanja debelosti. Ključnega pomena, ki mora podpirati označevanje, je predvsem izobraževanje porabnikov o uravnoteženi prehrani in zdravem načinu življenja ter spodbujati porabnike k večji fizični aktivnosti. Naštete aktivnosti pa so odgovornost večjega števila deležnikov: politike, prehranske industrije, šolskega sistema in potrošniških organizacij. Le tako bo dosežen skupni interes in zmanjšanje stroškov, ki so posledica debelosti in z njo povezanih zdravstvenih problemov. Kljub dejstvu, da se v letu 2010 morda le sprejme enoten sistem označevanja hranilnih vrednosti na živilih in pijačah, pa bo potrebno še nekaj let počakati, da bodo te označbe prisotne na vseh živilih. Zato bomo priča dejanski uvedbi hranilnih označb na živilih šele čez nekaj let in bo takrat dejansko to aktualna tema. Trenutno so na prostovoljni osnovi v uporabi vsi trije opisani sistemi označevanja hranilnih vrednosti, kar je vsekakor za porabnika preveč različnih informacij, kar jim oziroma nam povzroča samo zmedo. Zato je pomembno, da se uveljavi enoten sistem označevanja, na katerega se bodo porabniki navadili, ga razumeli in na koncu tudi uporabljali.

Glede na cilje, ki sem si jih zadala na začetku diplomske naloge, sem ugotovila, da je na podlagi vseh predstavljenih rezultatov težko oceniti, kateri sistem označevanja je najbolj primeren. Na kratek rok je barvno označevanje hranilnih vrednosti res bolj preprosto in daje hitro oceno o vsebnosti ključnih hranil v živilu. Predvsem je ta sistem označevanja primeren za manj izobražene porabnike, pri katerih je opaziti največji trend nezdravega prehranjevanja in debelosti. Vendar bi ne glede na to še enkrat poudarila, da gre pri tem za ključni element izobraževanja porabnikov, ki se mora začeti že v otroštvu vsakega posameznika. In kot pravi rek *"Na mladih svet stoji"*, bo potrebno začeti izobraževati najmlajše, saj je za uvedbo tako kompleksnega načina označevanja, ki mora nujno biti zakonsko določeno, potrebnega več časa. Gre za proces učenja porabnikov. Po drugi strani je GDA sistem zelo numeričen in podaja informacije v odstotkih, kar je za porabnika morda bolj zapleteno, ker ne more takoj oceniti vsebnosti ključnih hranil v živilu. Vendar je pri tem sistemu zaključek enak; potrebno je izobraževanje porabnikov. Tretji sistem, ki je kombinacija GDA in barvnih oznak, pa predstavlja kompromis med obema prej opisanima sistemoma, ki daje porabniku možnost izbire. Torej, v kolikor je porabnik izobražen o enem in drugem sistemu, je dejansko vseeno, na podlagi katere informacije se odloča. Izobraževanje je tisto, ki daje osnovo za uvedbo prvega, drugega ali tretjega sistema označevanja hranilnih vrednosti na živilih. Zadnja novost s tega področja pa je prišla s strani Evropske komisije, ki je glasovala proti uvedbi barvnega označevanja hranilnih vrednosti, kar je močno razburilo potrošniške organizacije. Ta korak pa vodi še v dolge razprave o tem, kateri sistem označevanja bomo dejansko videli na naših živilskih izdelkih v prihodnosti.

LITERATURA IN VIRI

1. Baltas, G. (2001). Nutrition Labelling: Issues and policies. *European Journal of Marketing*, 35(5/6), 708–721.
2. Blackman, C. (2005). A healthy future for Europe's food and drink sector? *Foresight*, 7(6), 8–23.
3. BMRB Report: Comprehension and use of UK nutrition signpost labelling schemes (organizacije FSA). 2009. Najdeno 12. novembra 2010 na spletnem naslovu <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/pmpreport.pdf>
4. Branca, F., Lobstein, T. & Nikogosian, H. (2007). *The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response. Summary*. World Health Organization. Denmark. Najdeno 13. julija 2008 na spletnem naslovu <http://www.euro.who.int/document/E90711.pdf>
5. Černoga, M. (2009). Ali sploh vemo, kaj pomenijo zapisi na živilih? Najdeno 1. avgusta 2009 na spletnem naslovu http://www.dnevnik.si/tiskane_izdaje/nika/1042277264
6. Discussion Group on Simplified Labelling: Final Report. (organizacije BEUC). 2006. Najdeno 3. marca 2009 na spletnem naslovu <http://www.beuc.org/Content/Default.asp?PageID=852>
7. FDA. *Examples of Revised Nutrition Facts Panel Listing Trans Fat*. (2003). Najdeno 5. aprila 2009 na spletnem naslovu <http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/ucm173838.htm>
8. European Commission (2007). *Health in the European Union*. Najdeno 8. aprila 2008 na spletnem naslovu http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_272e_en.pdf
9. Europe's Food and Drink Industry: Helping Consumers Make Healthier Choices. (organizacije CIAA). Najdeno 12. decembra 2009 na spletnem naslovu http://www.ciaa.be/documents/brochures/CIAA_Glossy_Brochure_Final.pdf
10. Evropska komisija. *Predlog UREDBA EVROPSKEGA PARLAMENTA IN SVETA o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom* (2008). Bruselj. Najdeno 5. januarja na spletnem naslovu <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:52008SC0095:SL:HTML>
11. Food Standard Agency (2007). *Front of Pack Nutritional Signpost Labelling. Technical Guidance*. (Issue 1, 2007). Najdeno 12. februarja 2010 na spletnem naslovu <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/frontofpackguidance.pdf>
12. GDA Labelling Progress Report. (2008). (Organizacije FDF). Najdeno 2. februarja 2010 na spletnem naslovu http://www.sfdf.org.uk/responses/informingchoice_gdalabelling.pdf

13. *GDA NUTRITION LABELS GAINING GROUND THROUGHOUT EUROPE, SURVEY SHOWS*. (organizacije CIAA). Najdeno 13. julija 2008 na spletnem naslovu http://www.ciaa.be/documents/press_releases/pr_20080702-2.pdf
14. Gospodarska zbornica Slovenije. (2009a). Označevanje hranilne vrednosti: Razumevanje informacij na označbah živil. Najdeno 1. decembra 2009 na spletnem naslovu http://www.gzs.si/slo/panoge/zbornica_kmetijskih_in_zivilskih_podjetij/vse_o_gda/razno
15. Gospodarska zbornica Slovenije. (2009b). Predstavitev koncepta GDA označevanja predpakiranih živil. Novinarska konferenca. Najdeno 1. decembra 2009 na spletnem naslovu http://www.gzs.si/slo/panoge/zbornica_kmetijskih_in_zivilskih_podjetij/vse_o_gda/razno
16. Gospodarska zbornica Slovenije. (2009c). Smernice za pripravo označb. Najdeno 1. decembra 2009 na spletnem naslovu http://www.gzs.si/slo/panoge/zbornica_kmetijskih_in_zivilskih_podjetij/vse_o_gda/smernice_za_pripravo_oznacb
17. Gospodarska zbornica Slovenije. (2010). Podjetja, ki označujejo GDA na svojih izdelkih. (2010). Najdeno 1. marca 2010 na spletnem naslovu http://www.gzs.si/slo/panoge/zbornica_kmetijskih_in_zivilskih_podjetij/vse_o_gda/podjetja
18. Grunert, G. K., Fernández-Celemín, L. & M. Wills, J., Storcksdieck genannt Bonsmann, S. & Nureeva, L. (2010). Use and understanding of nutrition information on food labels in six European countries. *Journal of Public Health*. Najdeno 2. februarja 2010 na spletnem naslovu <http://www.eufic.org/upl/1/default/doc/GDApaperJPubHealth.pdf>
19. Halliday, J. (2010a). Consumer use and understanding at heart of labelling debate. Najdeno 1. marca 2010 na spletnem naslovu <http://www.foodnavigator.com/Legislation/Consumer-use-and-understanding-at-heart-of-labelling-debate>
20. Halliday, J. (2010b). Parliament votes not to make traffic lights mandatory. Najdeno 20. marca na spletnem naslovu <http://www.foodnavigator.com/Legislation/Parliament-votes-not-to-make-traffic-lights-mandatory>
21. Health and Food. European Commission. Najdeno 8. aprila 2008 na spletnem naslovu http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/eb_special_260_240_en.htm
22. Hignett, R. (2008). *Front of Pack Nutrition Labelling - The UK Experience*. Championing Public health Nutrition. Food Standard Agency. Ottawa. Najdeno 4. aprila 2009 na spletnem naslovu http://stopgda.eu/?page_id=332
23. Horkan, H. (2009). Ready meals remain popular with UK consumers. Bord Bia London. Najdeno 1. februarja 2010 na spletnem naslovu <http://www.bordbia.ie/industry/services/alerts/pages/ReadymealsremainpopularwithUKconsumers.aspx?year=2009&wk=42>
24. Hrovatin, B. *Zdrava prehrana*. (Fidimed). Najdeno 12. marca 2009 na spletnem naslovu http://www.fidimed.si/zdravstvene teme/clanki_strokovnjakov/14/zdrava_prehrana.html
25. INFORMING CHOICE. A GDA labelling progress report. (organizacije FDF). 2009. Najdeno 1. marca 2009 na spletnem naslovu http://www.fdf.org.uk/responses/informingchoice_gdalabelling.pdf

26. Komisija Evropskih Skupnosti. (2007) *BELA KNJIGA o strategiji za Evropo glede vprašanj v zvezi s prehrano, prekomerno telesno težo in debelostjo*. Najdeno 10. februarja 2010 na spletnem naslovu http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_wp_sl.pdf
27. Komisija Evropskih skupnosti. *POVZETEK POROČILA O OCENI UČINKA O VPRAŠANJIH OZNAČEVANJA HRANILNE VREDNOSTI*, (2008). Najdeno 12. novembra 2009 na spletnem naslovu http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/publications/labelling_citizens_summary_310108_final_cab_sl.pdf
28. Kotler P. (2004). *Management trženja*. Ljubljana: Naklada Mate.
29. Kronične nenalezljive bolezni (organizacije CINDI Slovenija). Najdeno 25. septembra 2008 na spletnem naslovu http://cindi-slovenija.net/images/stories/cindi/raziskave/kronicne_bolezni_v_sloveniji.pdf
30. Lobstein, T., Landon, J. & Lincoln, P. (2007). *Misconceptions and misinformation: The problems with Guideline Daily Amounts (GDAs)*. Najdeno 1. avgusta 2009 na spletnem naslovu <http://www.heartforum.org.uk/downloads/NHFGDAreport.pdf>
31. Mandič, M. (2008) Kakšna je hrana na slovenskih policah? *Lepa & Zdrava*, (5/9), str. 25–27.
32. McKeith G. (2005). *Si to, kar ješ*. Ljubljana: Vale Novak.
33. Mediana d.o.o. (2009). *Mediana TGI raziskava* (interno gradivo). Ljubljana: Mediana d.o.o.
34. Ministrstvo za zdravje. (2008). *Raziskava javnega mnenja o odnosu državljanov do označevanja hranilne vrednosti na prehrabnih izdelkih in do živil iz gensko spremenjenih organizmov*. Najdeno 12. decembra 2009 na spletnem naslovu http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/mz_dokumenti/delovna_podrocja/javno_zdravje/pavcic/Poroc_ilo_preh_vred_in_gso031108.pdf
35. Ministrstvo za zdravje. (2010). *Označevanje*. Najdeno 14. januarja 2010 na spletnem naslovu http://www.mz.gov.si/si/delovna_podrocja/javno_zdravje/sektor_za_varnost_in_zdravstveno_ustreznost_hrane/podrocja_varne_hrane_splosno/oznacevanje/
36. Myers P. (2006). *Serving the consumer*. Najdeno dne 19. avgusta na spletnem naslovu <http://www.ciaacongess2008.eu/fichiers/Phil%20Myers2.pdf>
37. Pan-European consumer research on in-store observation, understanding & use of nutrition information on food labels, combined with assessing nutrition knowledge. 2008 (Organizacije EUFIC). Najdeno 3. novembra na spletnem naslovu <http://www.eufic.org/upl/1/default/doc/Pan-Euro%20summary.pdf>
38. Peterman M. & Pondelek D. (2007). *Obogatena živila in prehranske trditve*. Ljubljana: Zveza potrošnikov Slovenije.

39. Peterman M., Žontar Pajk T. & Pondelek D. (2007). *Označevanje živil. Ljubljana: Zveza potrošnikov Slovenije.*
40. Peterman, M. (2007). Prehranske in zdravstvene trditve na živilih. *VIP*, str. 24–25.
41. Pihlar, T. (2009). Z označevanjem hranilne vrednosti živil proti debelosti. *Dnevnik*. Najdeno 12. decembra 2009 na spletnem naslovu <http://www.dnevnik.si/novice/slovenija/1042266681>
42. Pravilnik o označevanju hranilne vrednosti živil. *Uradni list RS* št. 60/02, 117/02, 121/04 in 81/07.
43. Pravilnik o splošnem označevanju predpakiranih živil. *Uradni list RS* št. 50/04, (58/04 popr.), 43/05, (64/05 popr.), 83/05, 115/05 in 118/07.
44. Pravilnik o splošnem označevanju živil, ki niso pred pakirana. *Uradni list RS* št. 28/04, 10/05, 57/05, 115/06.
45. Quantitative Evaluation of Alternative Food Signposting Concepts. (2005) (organizacije FSA). Najdeno 3. novembra 2009 na spletnem naslovu <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/signpostquanresearch.pdf>
46. Rodriguez C., J. *Eating Habits*. Najdeno 4. novembra 2008 na spletnem naslovu <http://www.faqs.org/nutrition/Diab-Em/Eating-Habits.html>
47. Slovenci smo (pre)veliki porabniki soli. (2008, junij). *Life*, str. 4.
48. The British are making more health conscious choices with the traffic light. (2010) (Foodwatch). Najdeno 18. februarja 2010 na spletnem naslovu http://foodwatch.de/english/traffic_light_labelling/traffic_lights_in_the_uk/index_ger.html
49. *Traffic Light Food Labels*. (2007). Medical Journey of Australia. Najdeno 25. februarja 2010 na spletnem naslovu <http://www.saltmatters.org/PDFs/TRAFFIC%20LIGHTS-web.pdf>
50. Traffic Light Label Adopters. Food Standard Agency. Najdeno 3. avgusta 2009 na spletnem naslovu <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/tladopters0110.pdf>
51. Traffic Light Labelling. (Food Standard Agency). Najdeno dne. 9. septembra 2008 na spletnem naslovu <http://www.eatwell.gov.uk/foodlabels/trafficlights/>
52. Zakon o zdravstveni ustreznosti živil in izdelkov ter snovi, ki prihajajo v stik z živili. *Uradni list RS* št. 52/2000, 42/2002, 47/2004.
53. Zaletel Vrtovec, J. *Debelost- Sovražnik številka ena*. Najdeno 10. maja 2009 na spletnem naslovu http://www.revija-vita.com/Prehrana/Debelost_-_sovra_nik_stevilka_/debelost_-_sovra_nik_stevilka_.html

54. *Zelena knjiga*. Najdeno dne 4. novembra 2008 na spletnem naslovu http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_gp_sl.pdf
55. Žontar Pajk, T. (2007). Žita za zajtrk. *VIP*, (3/2007), str. 18–24.

PRILOGE

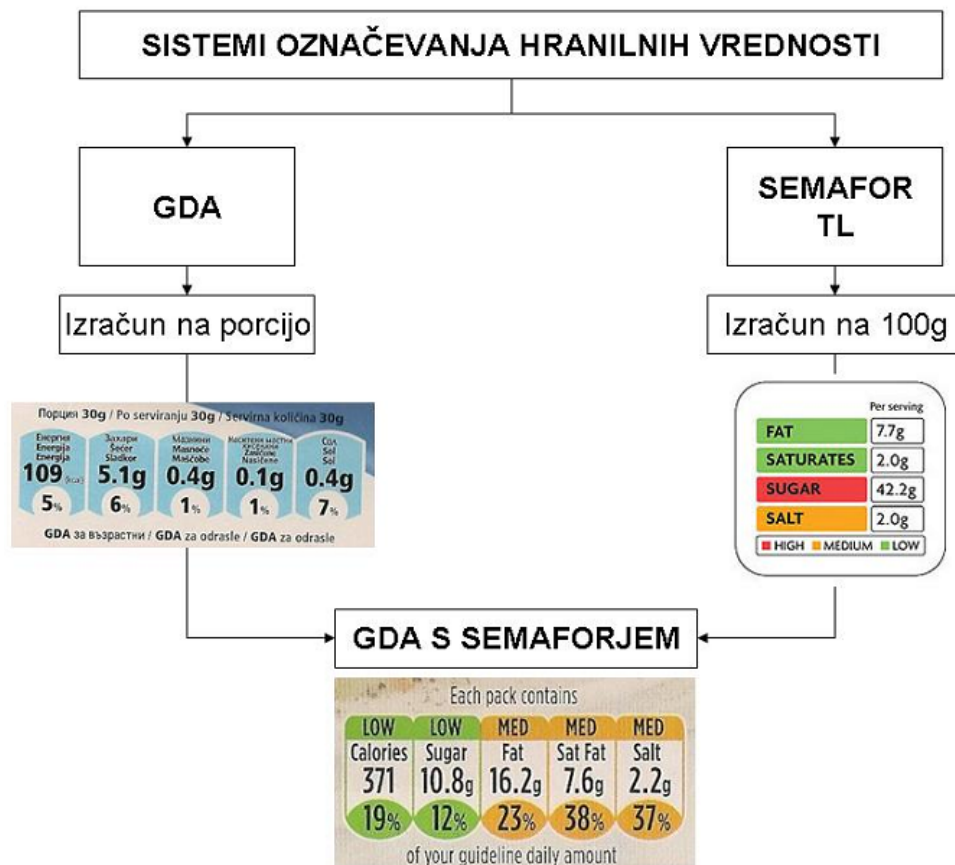
KAZALO PRILOG

Priloga 1: Seznam uporabljenih kratic	1
Priloga 2: Shematski prikaz sistemov označevanja FOP	2
Priloga 3: Primer GDA razlage na koncu hranilne tabele na ameriških označbah	3
Priloga 4: Primer oglasa z GDA vrednostmi	4
Priloga 5: Trend stališč Slovencev o zdravju in o hrani	5
Priloga 6: Primer Frutabele in Milky Way Minute z barvnimi označbami	16
Priloga 7: Intervju z gospo Marjano Peterman, Zveza potrošnikov Slovenije	17
Priloga 8: Mnenje Gospodarske zbornice Slovenije	22
Priloga 9: Mnenje prehrambenega podjetja Nestlé	27
Priloga 10: Mnenje prehrambenega podjetja Nestlé-slovenski prevod	30
Priloga 11: Intervju z gospo Ireno Kranjec, Unilever Slovenija	33

Priloga 1: Seznam uporabljenih kratic

BEUC	Evropska zveza za varstvo potrošnikov
CIAA	Evropska konfederacija proizvajalcev hrane in pijač
EFSA	Evropska agencija za varnost hrane
ES	Evropski parlament
FDF	Food and Drink Federation, Združenje proizvajalcev hrane in pijač v Veliki Britaniji
FSA	Food Standard Agency, Vladna agencija za prehranske standarde
GDA	Guideline daily amounts, dnevne orientacijske vrednosti
GZS	Gospodarska Zbornica Slovenije
IGD	Institute of Grocery Distribution, Mednarodna agencija, specializirana za raziskave s področja hrane
ITM	Indeks telesne mase
SZO	Svetovna zdravstvena organizacija
TL	Traffic Light
ZKŽP	Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij

Priloga 2: Shematski prikaz sistemov označevanja FOP



Priloga 3: Primer GDA razlage na koncu hranilne tabele na ameriških označbah

Nutrition Facts			
Serving Size 1 cup (228g)			
Servings Per Container 2			
Amount Per Serving			
Calories 260		Calories from Fat 120	
		% Daily Value*	
Total Fat 13g		20%	
Saturated Fat 5g		25%	
Trans Fat 2g			
Cholesterol 30mg		10%	
Sodium 660mg		28%	
Total Carbohydrate 31g		10%	
Dietary Fiber 0g		0%	
Sugars 5g			
Protein 5g			
Vitamin A 4%		Vitamin C 2%	
Calcium 15%		Iron 4%	
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs:			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Sat Fat	Less than	20g	25g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g
Calories per gram:			
Fat 9	*	Carbohydrate 4	* Protein 4

Vir: Examples of Revised Nutrition Facts Panel Listing Trans Fat, 2003.

V spodnjem delu hranilne tabele lahko vidimo orientacijske vrednosti, po katerih se lahko porabnik orientira. Predstavljeni so maksimalni dnevni vnosi posameznih ključnih hranil, na podlagi katerih se lahko porabnik na licu mesta orientira, ali neko živilo vključuje visoko ali majhno vsebnost ključnega hranila. Glede na GDA vrednosti pa se porabnike izobražuje, da GDA vrednost do 5 % pomeni nizko vsebnost ključnega hranila, medtem ko GDA vrednost nad 20 % pomeni visoko vsebnost ključnega hranila v živilu (Examples of Revised Nutrition Facts Panel Listing Trans Fat, 2003).

Priloga 4: Primer oglasa z GDA vrednostmi

**75%
LESS
SATURATED
FAT
THAN BUTTER**

**IT'S YOUR FAMILY
IT'S YOUR CHOICE**

**FLORA
LOVE
YOUR
HEART**

Eating too much saturated fat can lead to increased cholesterol levels in the body, which has an adverse effect on heart health. All Flora spreads are low in saturated fat and rich in good Omega 3 and 6 polyunsaturates so, as part of a balanced diet, they can help to keep your heart healthy. For more information, visit floraherbs.co.uk

To find out more about what's inside some of your favourite foods, go to whatinsideguide.com

Each 10g serving (enough for 1-2 slices of bread) contains

Butter	Flora
Saturates 5.4g 27%	Saturates 1.2g 6%

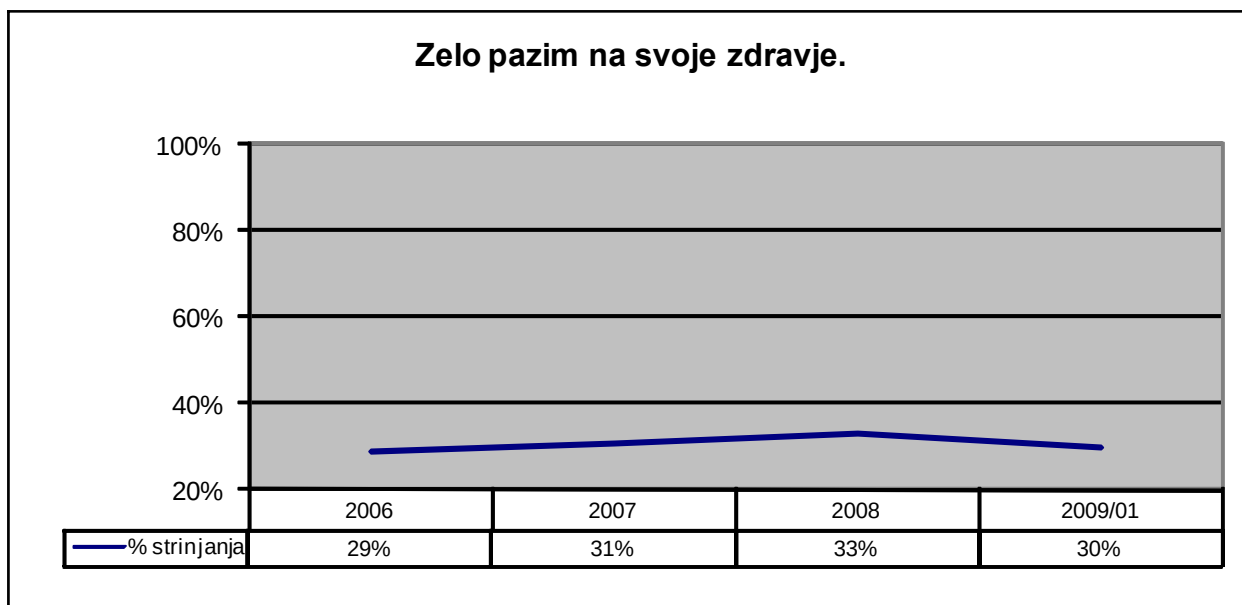
FLORA
original

Vir: Informing Choice. A GDA labelling progress report, 2009.

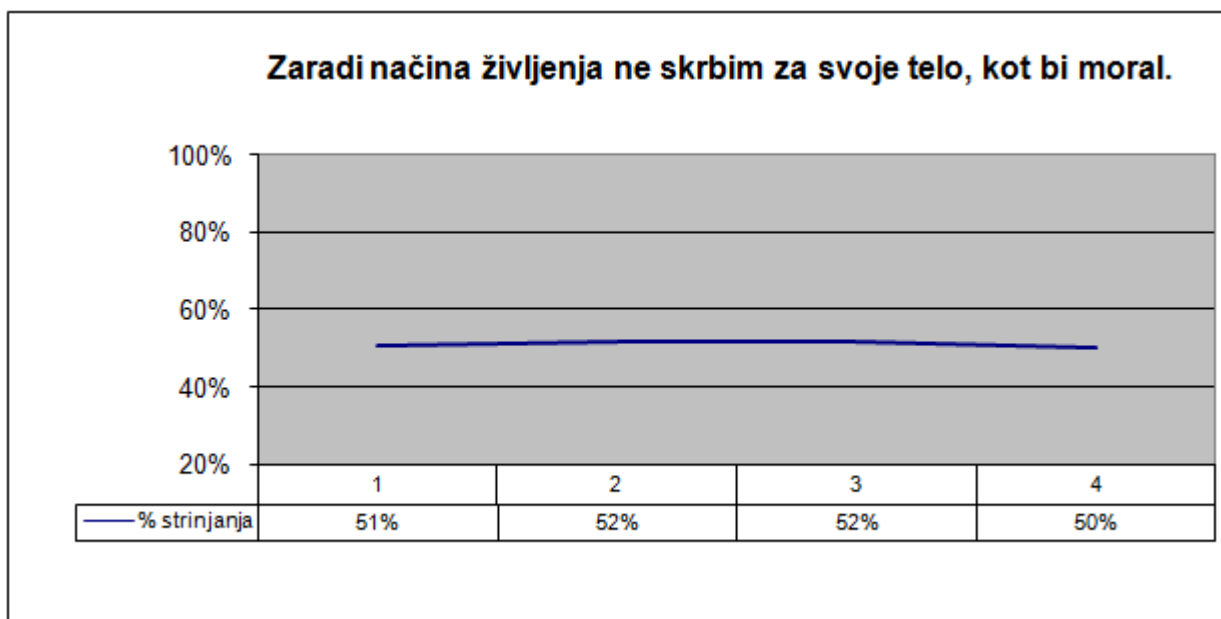
Priloga 5: Trend stališč Slovencev o zdravju in o hrani

Vir: Mediana TGI raziskava, 2009.

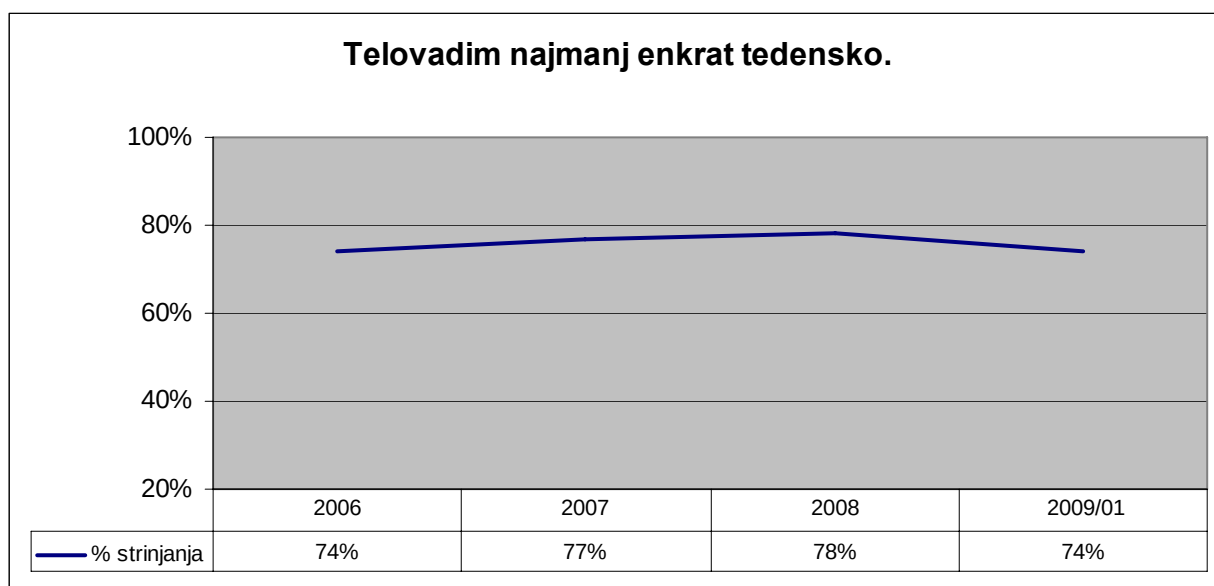
2006 (N = 7.738), 2007 (N = 7.623), 2008 (N = 7.557), 2009/01 (N=3.018)



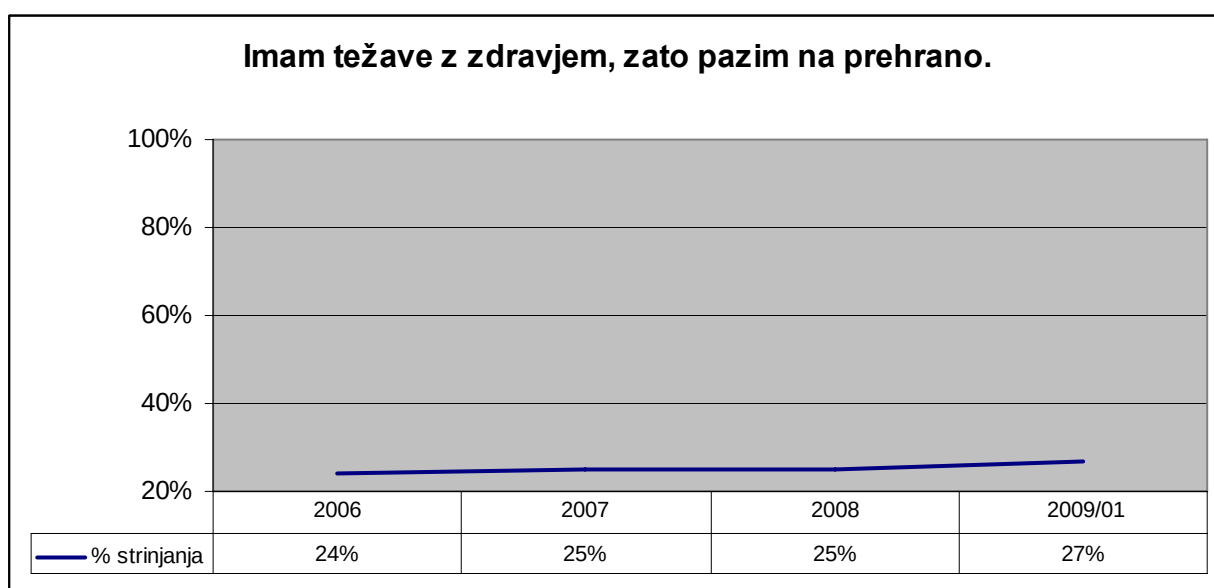
Razlaga: Ena tretjina Slovencev zelo pazi na svoje zdravje. Procent le-teh se počasi viša.



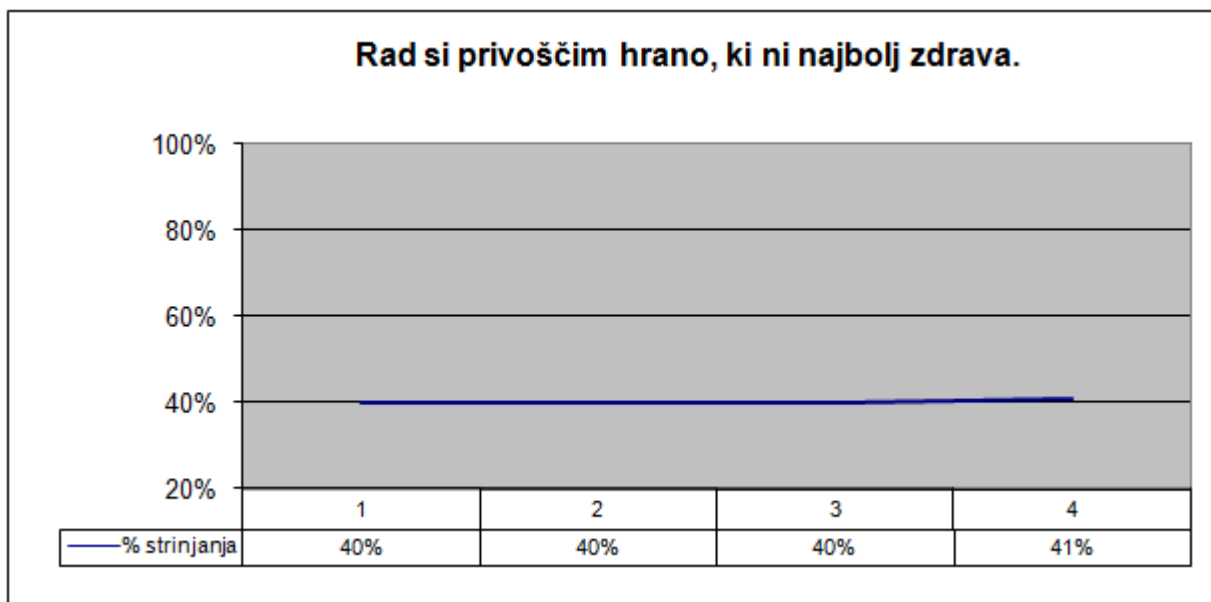
Razlaga: Polovica Slovencev meni, da zaradi načina življenja ne skrbi za svoje telo tako kot bi morali.



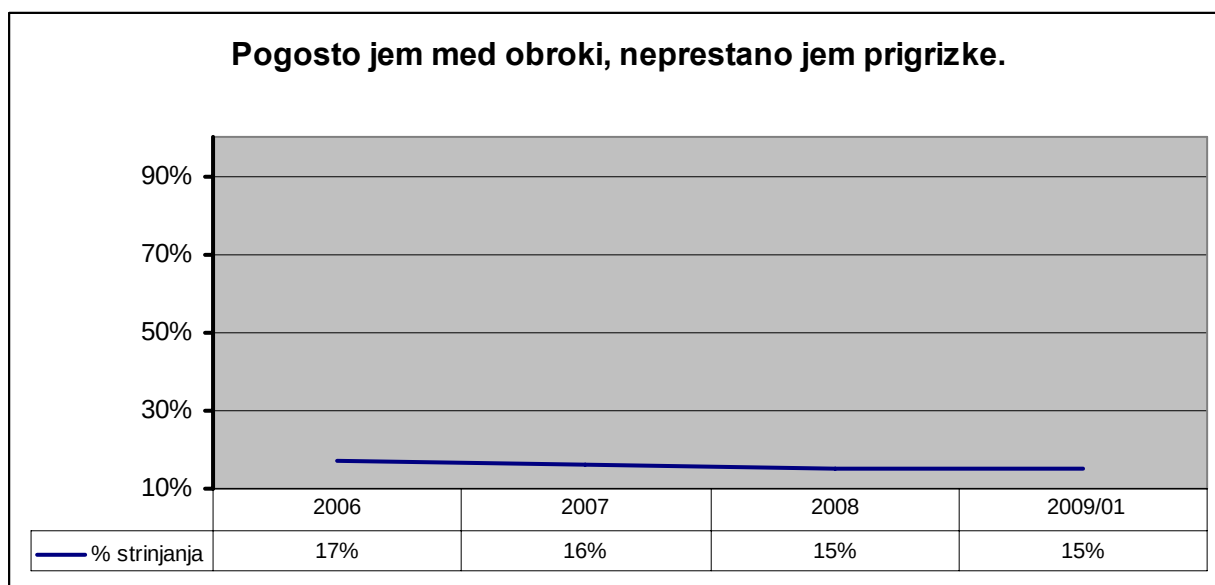
Razlaga: Več kot dve tretjini Slovencev telovadi najmanj enkrat tedensko. Odstotek le-teh se skozi leta rahlo povečuje.



Razlaga: Ena petina Slovencev pazi na prehrano zaradi težav z zdravjem.

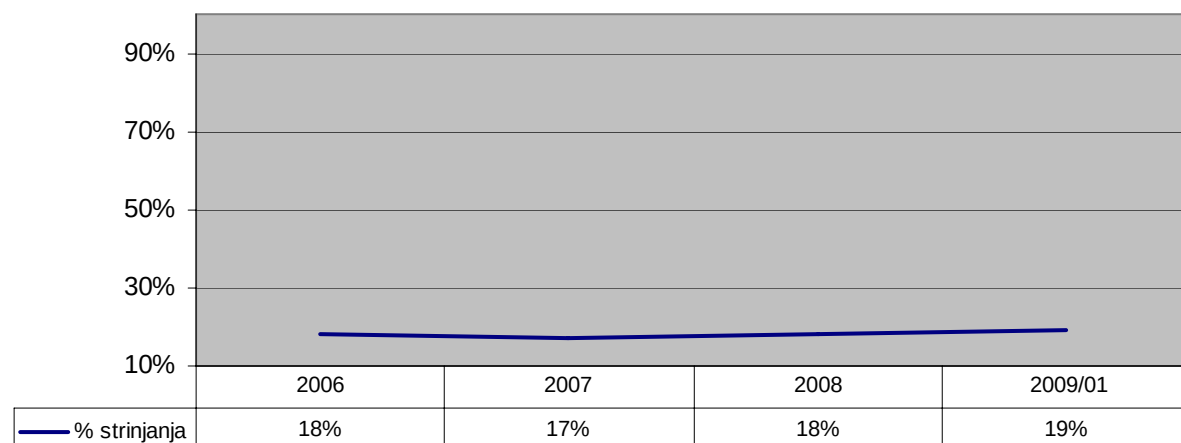


Razlaga: 40 % Slovencev si rado privošči hrano, ki ni najbolj zdrava.



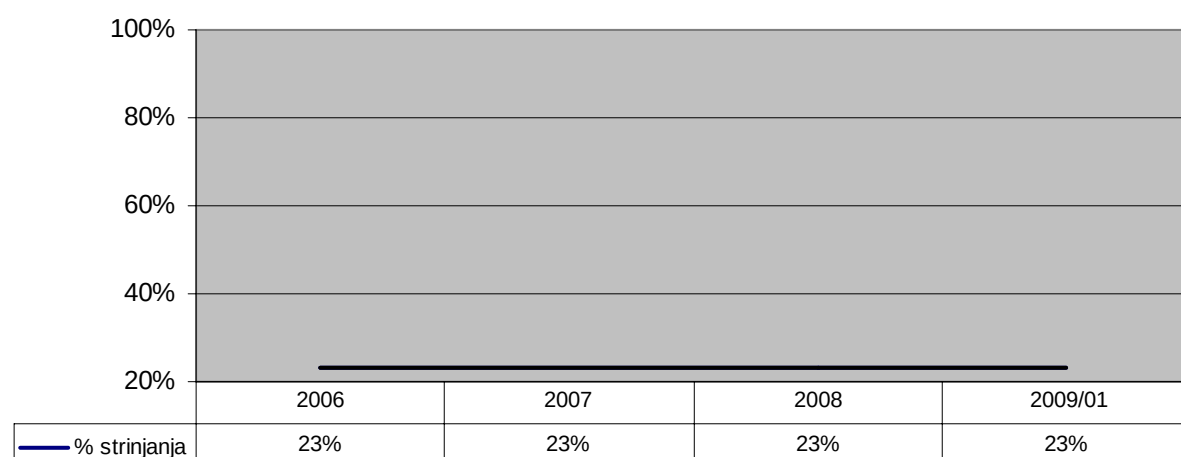
Razlaga: Manj kot petina Slovencev pogosto je med obroki in neprestano je prigrizke. V primerjavi z letom 2006 trend pada.

Vedno gledam na kalorije, ko se prehranjujem.

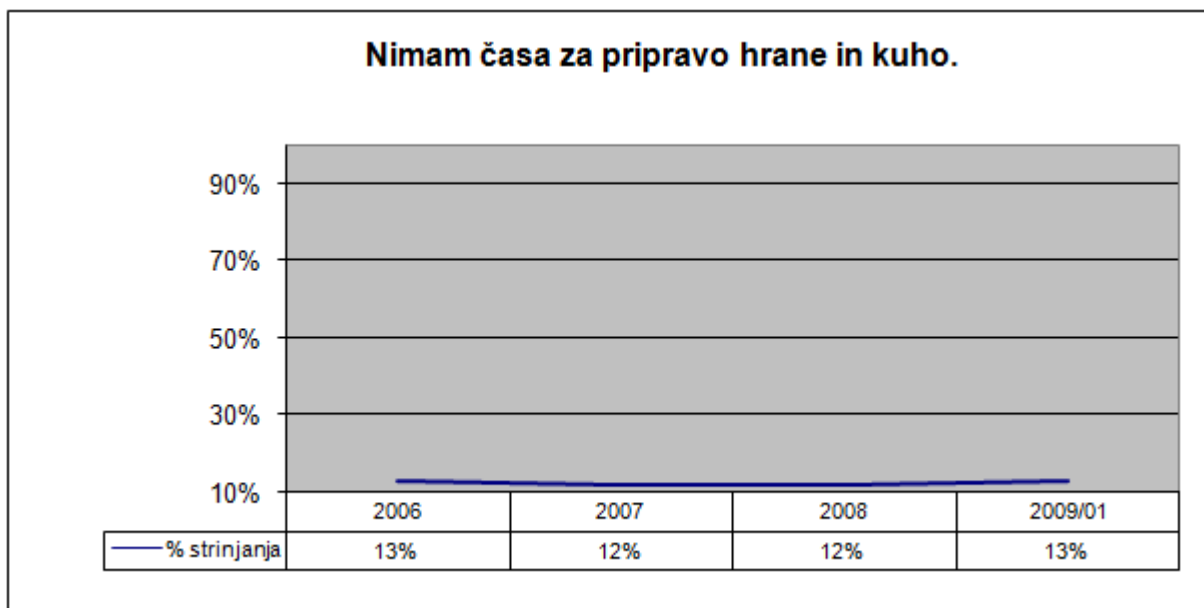


Razlaga: Manj kot petina Slovencev vedno gleda na kalorije, ko se prehranjuje.

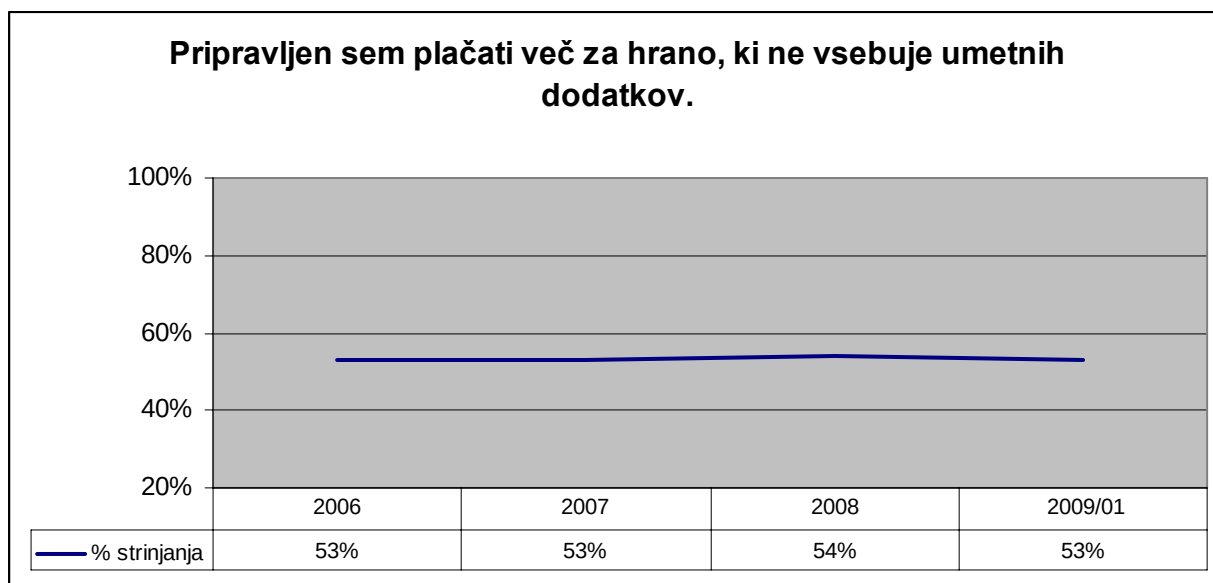
Prehrani ne posvečam posebne pozornosti.



Razlaga: Petina Slovencev prehrani ne posveča posebne pozornosti.

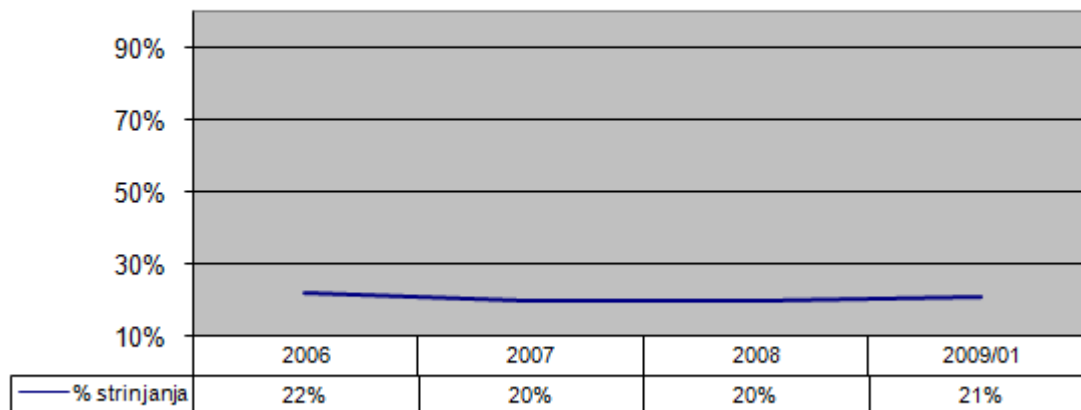


Razlaga: Desetina Slovencev nima časa za pripravo hrane in kuho.



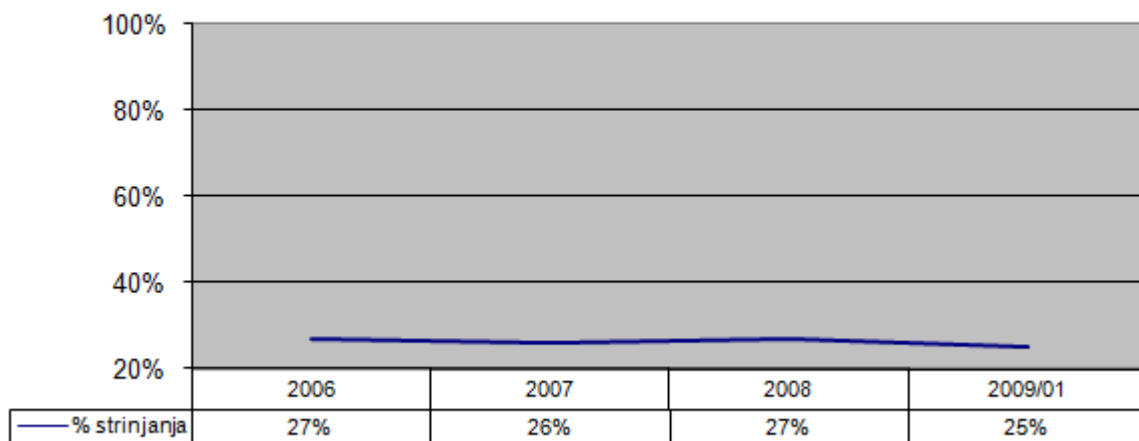
Razlaga: Polovica Slovencev je za hrano, ki ne vsebuje umetnih dodatkov, pripravljena plačati več. Trend se viša.

Vedno iščem lahke/dietne prehranske proizvode in pijače.

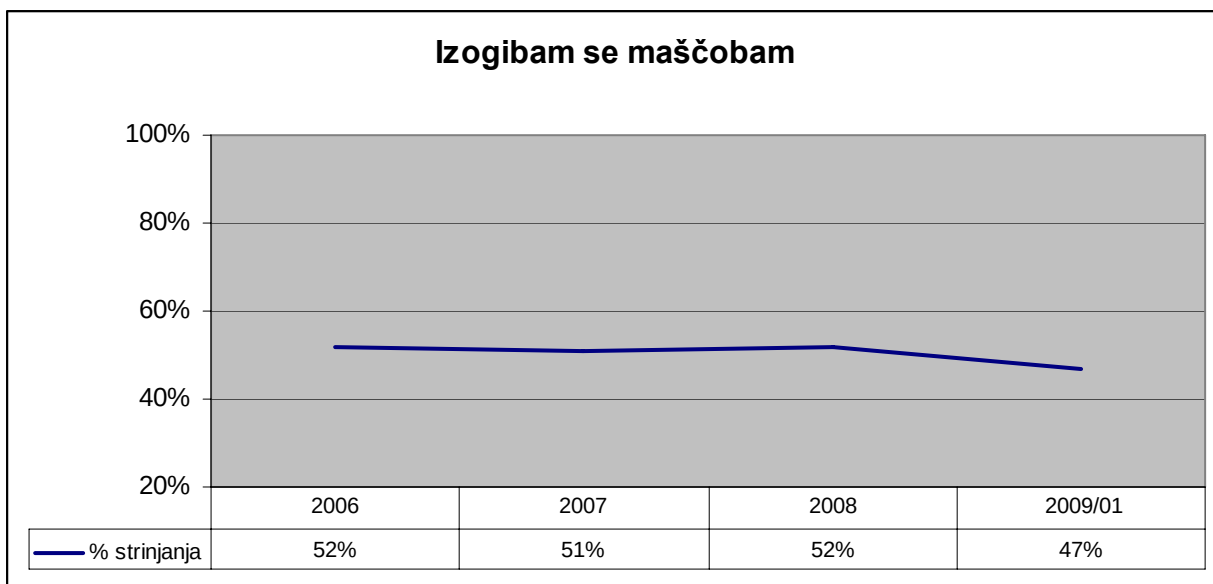


Razlaga: Petina Slovencev vedno išče lahke/dietne prehranske proizvode in pijače.

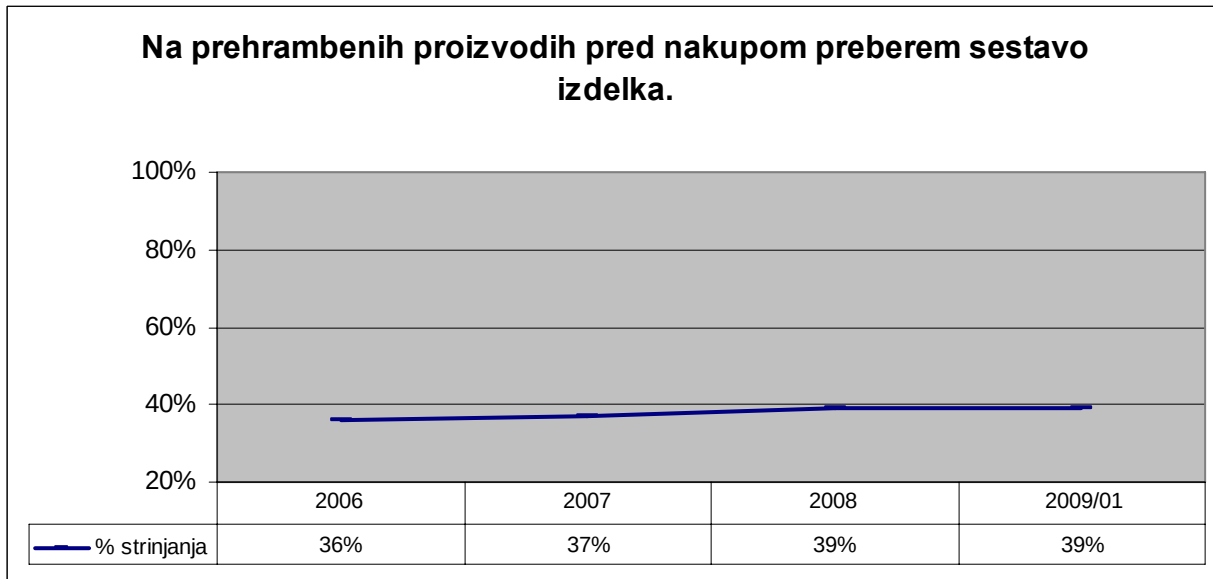
Jem veliko slaščic



Razlaga: Skoraj tretjina Slovencev je veliko slaščic.

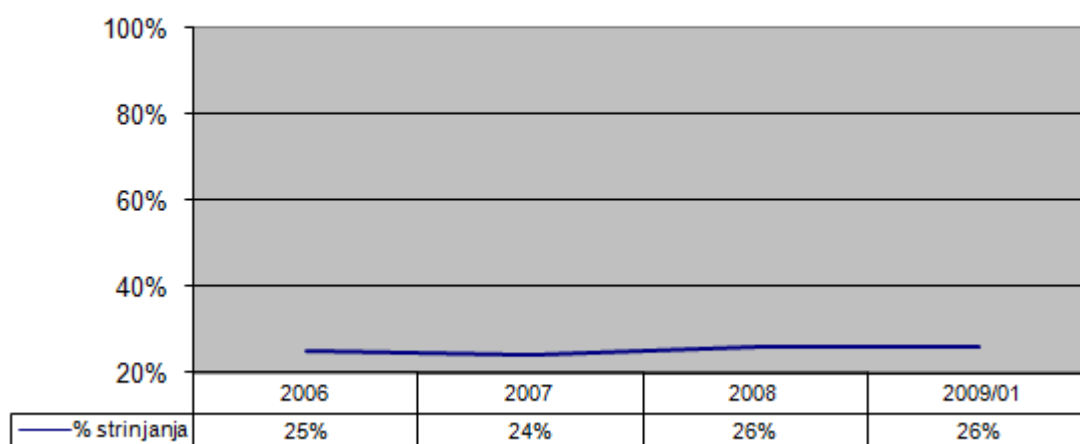


Razlaga: Polovica Slovencev se izogiba maščobam.



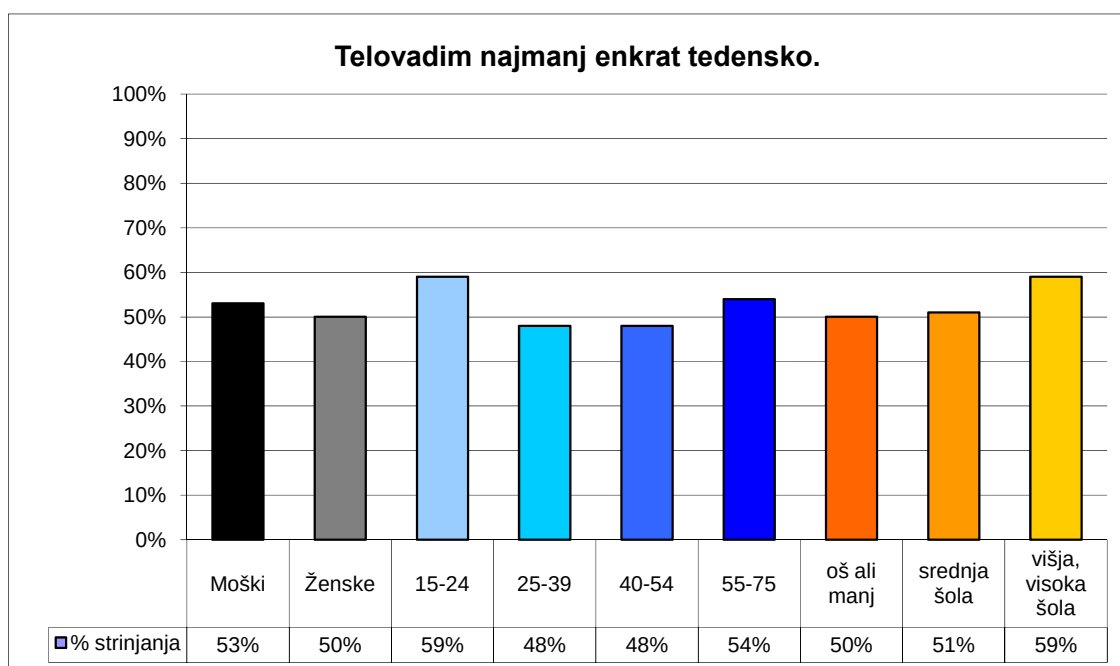
Razlaga: Trend Slovencev, ki si pred nakupom prehrabnega proizvoda prebere sestavo izdelka, se povečuje. Skoraj 40 % Slovencev si pred nakupom na prehrabnih proizvodih prebere sestavo izdelka.

Vedno sem pozoren na hranilno vrednost prehrane.

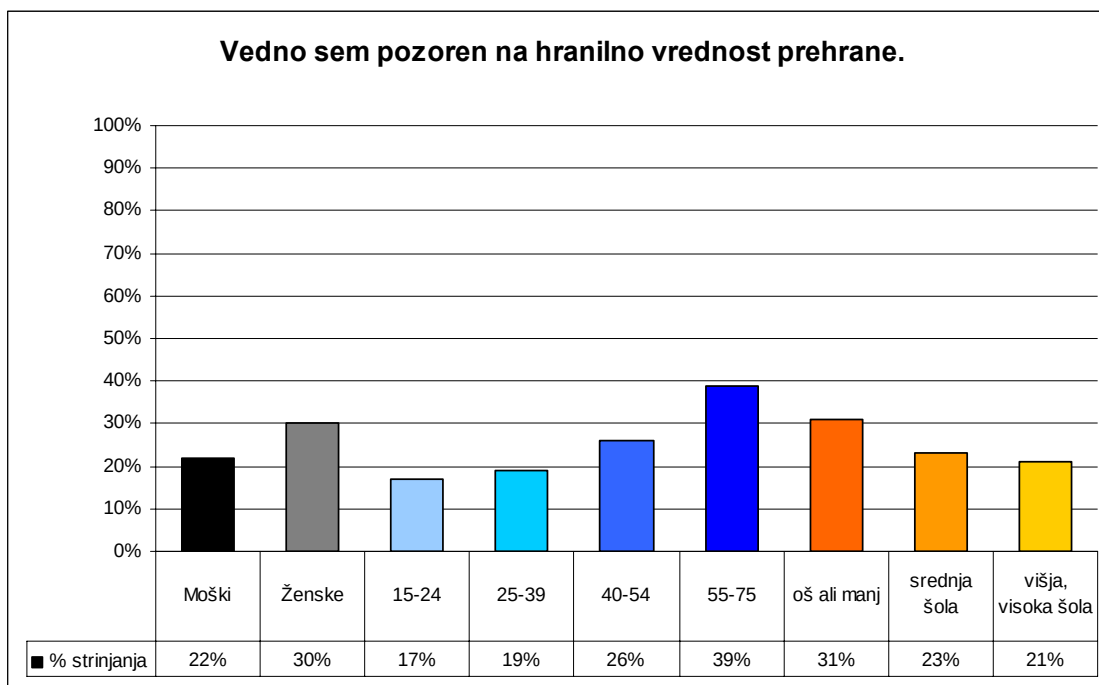


Razlaga: Več kot petina Slovencev je pozorna na hranilno vrednost prehrane. Trend se rahlo povečuje.

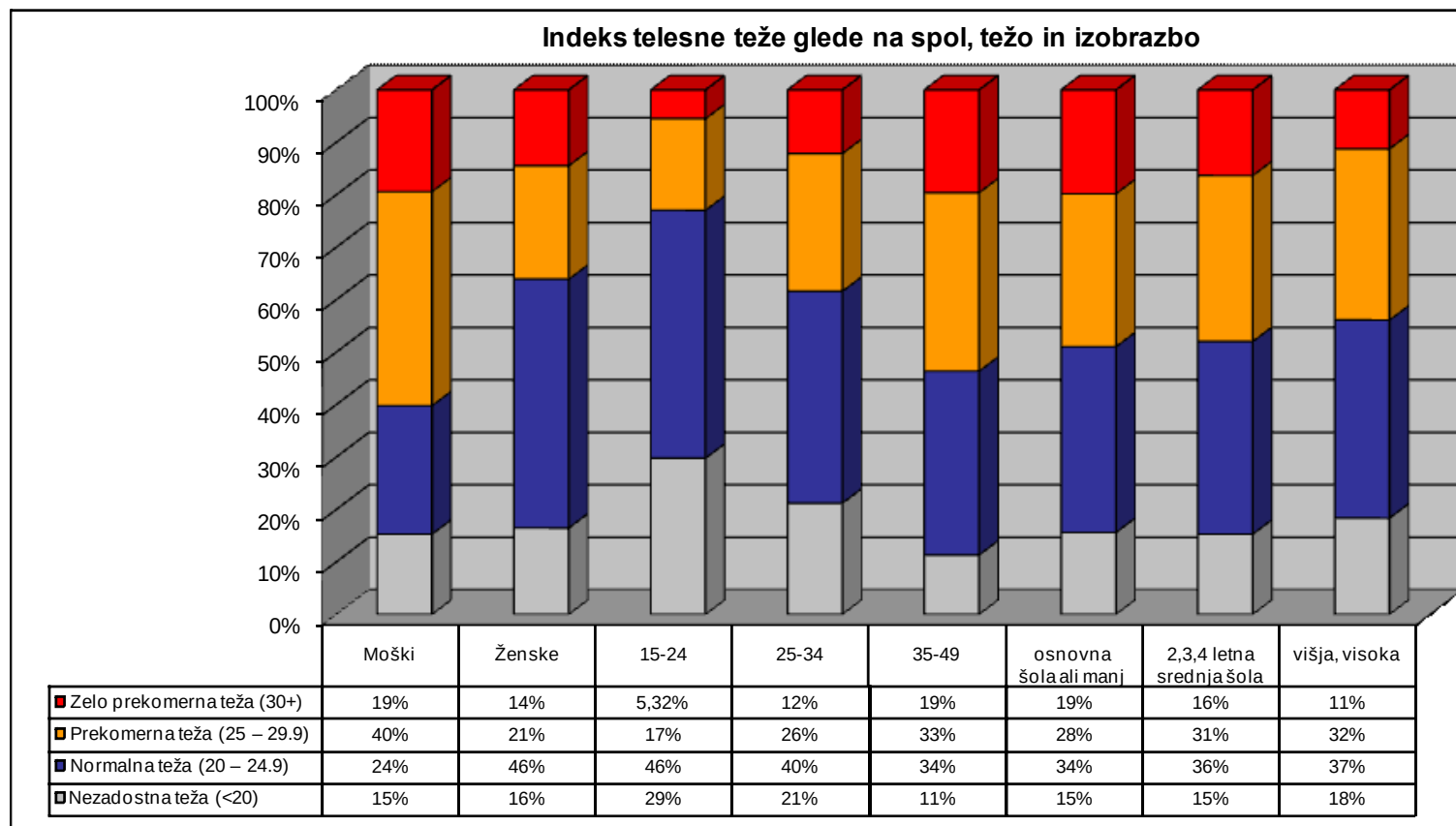
Vir: Mediana TGI raziskava, 2009.
TGI 2008/02 - 2009/01 N = 6.849



Razlaga: Od vseh Slovencev, ki trdijo, da telovadijo najmanj enkrat tedensko, je največ mladih do 24 let, nato sledijo starejši nad 55 let. Prevladuje višja ali visoka izobrazba.



Razlaga: Od 26 % Slovencev, ki so vedno pozorni na hranilno vrednost prehrane, je več žensk kot moških. Najbolj so pozorni Slovenci, stari nad 55 let. Glede na izobrazbo je tretjina Slovencev, ki so pozorni na hranilno vrednost prehrane, z dokončano osnovno šolo ali manj.



Razlaga: 40 % moških ima prekomerno telesno težo, medtem ko ima 46 % žensk normalno težo. Zelo prekomerno težo ima več moških kot žensk. Prekomerna teža z leti narašča. Skoraj polovica Slovencev z zelo prekomerno in prekomerno težo je starih med 35–49 let, medtem ko ima nezadostno težo skoraj tretjina Slovencev v starosti od 15–24 let. Prekomerna teža se s stopnjo izobrazbe niža. Skoraj polovica Slovencev z zelo prekomerno težo in prekomerno težo ima dokončano srednjo šolo, osnovno šolo ali manj.

	elements	total	Moški	Ženske
Telovadim najmanj enkrat tedensko.	Vertical	51%	53%	50%
Rad si privoščim hrano, ki ni najbolj zdrava.	Vertical	41%	44%	39%
Imam težave z zdravjem, zato pazim na prehrano.	Vertical	27%	24%	29%
Na prehrambenih proizvodih pred nakupom preberem sestavo izdelka, da vidim, katere dodatke vsebuje.	Vertical	39%	33%	45%
Nimam časa za pripravo hrane in kuho.	Vertical	13%	17%	8,70%
Vedno sem pozoren na hranilno vrednost prehrane	Vertical	26%	22%	30%
Vedno iščem lahke/dietne prehrabene proizvode in pijače	Vertical	21%	17%	26%

	elements	total	15–24	25–39	40–54	55–75
Telovadim najmanj enkrat tedensko.	Vertical	51%	59%	48%	48%	54%
Rad si privoščim hrano, ki ni najbolj zdrava.	Vertical	41%	53%	42%	39%	34%
Imam težave z zdravjem, zato pazim na prehrano.	Vertical	27%	11%	13%	31%	48%
Na prehrambenih proizvodih pred nakupom preberem sestavo izdelka, da vidim, katere dodatke vsebuje.	Vertical	39%	23%	33%	41%	53%
Nimam časa za pripravo hrane in kuho.	Vertical	13%	16%	13%	11%	11%
Vedno sem pozoren na hranilno vrednost prehrane	Vertical	26%	17%	19%	26%	39%
Vedno iščem lahke/dietne prehrabene proizvode in pijače.	Vertical	21%	15%	13%	20%	35%

	elements	total	OŠ ali manj	srednja šola	višja, visoka šola
Telovadim najmanj enkrat tedensko.	Vertical	51%	50%	51%	59%
Rad si privoščim hrano, ki ni najbolj zdrava.	Vertical	41%	41%	43%	35%
Imam težave z zdravjem, zato pazim na prehrano.	Vertical	27%	34%	24%	19%
Na prehrambenih proizvodih pred nakupom preberem sestavo izdelka, da vidim katere dodatke vsebuje.	Vertical	39%	39%	38%	42%
Nimam časa za pripravo hrane in kuho.	Vertical	13%	11%	13%	15%
Vedno sem pozoren na hranilno vrednost prehrane.	Vertical	26%	31%	23%	21%
Vedno iščem lahke/dietne prehrabene proizvode in pijače.	Vertical	21%	25%	19%	19%

Vir: Mediana TGI raziskava, 2009. Podatki za: 2008/02 - 2009/01 N = 6.849

Priloga 6: Primer Frutabele in Milky Way Minute z barvnimi označbami

Za primeren prigrizek – ploščica iz suhega sadja
z oblivom iz mlečne čokolade in kakava



Do zajtrka v minuti?



Vir: Obogatena živila in prehranske trditve, str. 7□8

Priloga 7: Intervju z gospo Marjano Peterman, Zveza potrošnikov Slovenije

Datum opravljenega intervjuja: 8. 3. 2010 ob 16h

Kraj: Sedež Zveze potrošnikov Slovenije, Ljubljana

Zveza potrošnikov Slovenije odločno zagovarja barvno označevanje hranilnih vrednosti, kot so ga uvedli v Veliki Britaniji. Zanima me, kaj je po vašem mnenju največja prednost tovrstnega označevanja z vidika potrošnika?

Ravno z vidika potrošnika moramo to gledati. Industrija vsekakor noče priznati, da ima potrošnik pravico do izbire in ta način označevanja potrošniku na hitro dá možnost izbire med istovetnimi izdelki in seveda tudi primerjavo, ker je na enako enoto, na 100 g, v bistvu prirejena ta barvna oznaka. To je izredno pomembno, ker pospešuje ali pa propagira oziroma zagovarja in še varuje pravico potrošnika. To je pravica po izbiri. Ta pravica je uzakonjena v naši zakonodaji kakor tudi v konvenciji Združenih narodov.

Glede na raziskave porabniki večinoma napačno interpretirajo rdečo barvo, ki naj bi pomenila 'Jej manj te hrane'. Porabniki pa to interpretirajo kot 'Izogibaj se taki hrani. Ne jej je'. To je tudi eden izmed največjih argumentov proizvajalcev. Kako bi vi to obrazložili?

Prve raziskave, ki so bile narejene kakšna 3–4 leta nazaj med potrošniki v Angliji, so pokazale različne interpretacije. Vendar najnovejše raziskave po tistem, ko so v Angliji in nekaterih severnih državah to že bolj promovirali in naučili potrošnike, kako uporabljati to, pa to ni res več. To se pravi, da se tudi GDA in vse podobne oznake morajo potrošniki naučiti. Čez nekaj časa seveda to postane rutina in potrošnik točno ve: rdeča – jem včasih. In celo Danci in Nizozemci so priredili piramido na ta način, da je zgornji del rdeč. To se pravi, da ima še rdeča barva kar na več nivojih tak pomen, da potrošnik na hitro dobi to informacijo, kaj lahko vsak dan je, kaj včasih in kaj bolj poredko.

Barvni način označevanja imata pravzaprav trenutno Velika Britanija in Nemčija.

Ne, Nemčija nima. Nemčija je samo podprla in potrošniške organizacije imajo zelo dobro kampanjo. Očitno imajo sredstva, da lahko to kampanjo vodijo. Vodi jo naša organizacija kot še popolnoma nova potrošniška organizacija, ki samo to dela. Dve organizaciji to počneta in sta zelo učinkoviti.

Kaj pa Francija?

V Franciji tudi zagovarjajo, vendar so naredili malo več raziskav, kot je Food Standard Agency to odobrila in nimajo nič proti. So šli pa naprej, kar se zdaj tudi kaže in kar je tudi Anglija že

spremenila: da niso samo barve, temveč je tudi podatek. Naslednja stopnja, ki jo Anglija zdaj že uvaja, je, da je dodan še priporočeni dnevni vnos. Tako dobi potrošnik barvno sliko, ki si jo človek hitro zapomni. Poleg tega pa dobi še informacije.

V primerjavi z GDA označevanjem, kjer so vrednosti določene na porcijo, so barvne označbe določene na 100 g. Ali menite, da bi bile tudi barvne označbe, preračunane na porcijo, bolj uporabne za potrošnika? Npr. testirana ploščica Frutabela bi imela drugačne barvne označbe na porcijo kot 100 g.

Kot sem že rekla, ta angleška tablica ima zdaj dodano GDA in je lahko tudi na porcijo. Vendar pravico potrošnika do izbire, tak način označevanja ne bi dali, ker potem potrebuješ kalkulator, da lahko različne porcije ploščic, takih sadnih ploščic med Frutabelo in še kakšno drugo, primerjaš. Tega pa ne moreš. Zelo, zelo pomembno je, saj ne podpira osnovne pravice potrošnika, ki je uzakonjena in jo vsebuje tudi konvencija Združenih narodov.

Barvno označevanje v Veliki Britaniji je bilo uvedeno za omejeno število proizvodov, kot so gotove, polpripravljene jedi, pice itd. Glede na trg pripravljenih jedi in konzumacijo le-teh v Veliki Britaniji in Sloveniji je opazna razlika, saj je glede na raziskavo v moji diplomski nalogi vidno, da Slovenci konzumirajo gotove in polpripravljene jedi zelo redko (enkrat do dvakrat na mesec). Medtem ko si v Veliki Britaniji Britanski porabniki pripravijo gotovo jed vsaj enkrat dnevno. Tudi v primerjavi z debelostjo Velika Britanija zelo vodi pred Slovenijo. Čeprav tudi v Sloveniji debelost narašča. Menite, da je Slovenija tako zrela za barvno označevanje?

Ja, seveda. Slovenija je za Veliko Britanijo. Moramo pač priznati, da se je ta razviti trg velike ponudbe začel pri nas šele pred 20 leti. Iz lastnih izkušenj vem, ko sem se vrnila leta 90' in takrat je bilo na policah navadnega jogurta; imenujem ga navadni jogurt, ker smo ga strokovnjaki tako poimenovali. In zdaj kar naenkrat ga nekdo imenuje naravni, kar je popolnoma napačno. Francozi imajo natural, Angleži ga imenujejo plain, z vstopom npr. nemških proizvodov pa imamo veliko več sadnih jogurtov z veliko sladkorja. Tako da ni res, da imamo omejeno število proizvodov. Ker ni res, da so to polpripravljene jedi. Velika Britanija, Food Standard Agency, je zelo dobro definirala; ne govorimo o pripravljenih jedeh, govorimo o predpakiranih jedeh; kompleksnih jedeh, ki imajo vsaj 2 sestavini. To se pravi, da je to vse, karkoli pogledate, razen morda soka, mesa in mleka. Jogurt, če pogledamo nemškega, ima že dodan navadni jogurt. Iz Nemčije ima že dodan sladkor. Tak jogurt že dobi to oznako. To se pravi, če bi začeli z barvnimi oznakami v Sloveniji že danes, bi jih bilo kar veliko in bi bil potrošnik bolj pozoren. Te oznake imajo pozornost, ker naj bi bile na sprednji strani ob nekem tistem velikem imenu in potrošnik bi že opazil in bi ga tudi vodilo k preučevanju sestavin živila na drugi strani v prehranske vrednosti. Samo naša industrija se je drugače odločila. Jaz sklepam, da je tak način izredno dober. Mislim, da se Amerika tudi že ozira po tem, da bi barvno kodiranje na prednjo stran uzakonila.

Druga stvar pa je seveda uvedba takega sistema na menije. Mislim, da bi v Angliji verjetno našla tako restavracijo. Spomnim se, da sem na Finskem našla nekaj dobrih restavracij, za katere sem menila, da so prijazne do potrošnika in gosta, kjer imajo veliko informacij na meniju; pa naj bo koliko je holesterola, maščob itd. Te informacije so že na menijih, pri nas pa take kulture še ni. Nova uredba o informiranju potrošnikov o hrani je v osnutku, ki je zdaj pred evropskim parlamentom. Osnutek, ki ga je dala Komisija v parlament, je imel to postavko, da bi bilo obvezno tako ali podobno označevanje tudi na menijih restavracij. To se pravi, da bi bilo označevanje, ki je obvezno za predpakirana živila, obvezno tudi za menije. Tu ne gre samo za hranilno vrednost ali barvno kodiranje, ampak tudi za označevanje alergenov in tako dalje.

V moji diplomski nalogi sem analizirala stališča Slovencev do zdravja in hrane (podatki na podlagi cca 7.500 posameznikov v obdobju 2006–2009).

- **Le petina Slovencev ne posveča nobene pozornosti prehrani. Nekaj več kot petina Slovencev (35 %) je pozorna na hranilno vrednost prehrane, sestavo izdelka pa si prebere tretjina Slovencev.**
- **Na podlagi fokusne skupine, ki sem jo zajela, pa večina ne pozna GDA označb. Prav tako jih večina ni vedela, kaj so to sploh GDA vrednosti in kaj pomenijo.**

Kaj menite o tem? Zakaj so tako slabe statistike?

Prvič se moramo zavedati tega, da v Sloveniji označba hranilne vrednosti ni obvezna. Kako naj pa sploh vedo? Če rečemo, da tretjina izdelkov ima ta podatek, potem je tretjina Slovencev zelo zavednih. Potem je morda celo ta celotna študija Mediane napačna, ker pri nas to ni obvezno. Saj ne rečem, v Angliji je drugačna kultura proizvajalcev. Zaradi promocije Food Standard Agency in njihovega zdravstvenega inšpektorata je ta dialog za izboljšanje označevanja veliko večji. Lep primer je naš Fructalov sok, ki ima ogromno hranilno tabelo v angleškem jeziku, v slovenskem je pa je tako majhna, da jo komaj prebereš. Tukaj imamo že to kulturo označevanja drugačno, in jasno je, da Slovenci ne bodo imeli take pozornosti. Mislim, da je Mediana verjetno naredila eno meto analizo anket, ki smo jih mi delali, kar se tega tiče. In meto analizo, kar je Eurobarometer naredil in podobno. Teh anket je ogromno narejenih. In vse kažejo isto. Jaz bi rekla, da prav zaradi tega. Če pa bi kar naenkrat začeli dodajati barvno kodiranje, nekaj drugega spredaj, pa bi bila tista pozornost in bi se potrošnik nekaj naučil. Drugo pa je, veste, 'Kar se Janezek nauči, to Janez zna'. Ne Janezek, Janez zna. A so se v osnovnih šolah šele s šolskim letom 2007/2008 začeli učiti o tem pri gospodinjstvu ali naravoslovnih predmetih. Predpisanih imajo 6 do 8 šolskih ur, kako brati. Tukaj je potrebno tudi to vedeti. Kje se bodo mladi naučili? V srednji šoli ni nič potrošniškega izobraževanja, na fakultetah tudi nič potrošniškega izobraževanja. Na primer Poljska je že leta 2002 začela razmišljati o t.i. predmetu ali katedri Consumer Education, ki bi izobraževala za take teme. Mislim, da imajo zdaj v Pragi to katedro.

V Sloveniji imamo že nekatere proizvode označene z GDA vrednostmi. Zanima me vaše mnenje glede GDA označevanja. Kaj je po vašem mnenju največja slabost in največja pomanjkljivost ali 'strah' glede GDA označb z vidika razumevanja potrošnikov?

Strahu ni. To je pač industrijski konstrukt. GDA so se odločili celo na porcijo, kar pomeni, da zavajajo potrošnike, ker so porcije take, da je treba razdeliti 2,5 dcl jogurta na pol in tako je dnevna porcija polovička. Poleg tega pa moraš vzeti v roke kalkulator, da veš, koliko si danes že pojedel. Zato: kar sem že na začetku povedala, je, da absolutno ne podpira potrošnika po izbiri.

Glede na izsledke fokusne skupine, predstavljene v moji diplomski nalogi, so sodelujoči pokazali veliko zanimanja za barvno označevanje, saj so na prvi pogled lahko razbrali barve in kaj pomenijo, medtem ko so bili pri GDA označbi zmedeni zaradi odstotkov, ki jih niso razumeli. Kot navedeno zgoraj, malo potrošnikov v Sloveniji ne bere tabel hranilnih vrednosti. Tudi raziskave kažejo podobne rezultate. Glede na to, da ima potrošnik povprečno 45 sekund časa za nakup živila, bi moral na prvi pogled takoj ugotoviti, ali je nek proizvod zdrav ali ne. Kakšni ukrepi bi po vašem mnenju morali biti izpeljani, da bi izboljšali opisano situacijo? Kaj bi vi predlagali, da bi potrošniku lahko olajšali razumevanje GDA označb v primeru, da se ta sistem označevanja obdrži?

Najprej bi vas popravila. Lansko leto sem bila na enem izmed seminarjev Gospodarske zbornice in tam je en tujec zelo lepo povedal: 'Ko potrošnik kupuje recimo en mlečni izdelek, zanj porabi v trgovini 9 sekund.' In ne 45 sekund. 45 sekund je že izbor celotne police mlečnih izdelkov. O hranilni vrednosti in znanju Slovencev, zakaj ne berejo, sva že govorili. Če ni označeno, potem potrošnik tudi ne bo vedel, da obstaja. Kar pa bi industrija morala narediti, ko je uvedla GDA, je izvedba promocije, česar pa ni naredila. Naša industrija je po liniji najmanjšega odpora privzela sistem, ki ga je predlagala njihova krovna organizacija v Evropi. V Evropi najmanj 30 % trgovskih hiš GDA zavrača. Torej ni res, da vsa podjetja počnejo to. Ampak v Sloveniji so se tako odločili, ni jim treba nič narediti in vse skupaj že obstaja vnaprej narejeno. Iz izkušenj vam povem, ko sem delala v industriji, da takrat, ko gre naša industrija k nekemu proizvajalcu nekih dodatkov, sadja itd., ker teh ni veliko v Sloveniji, dobiš že celotno recepturo z GDA vred. Poleg tega pa se izraza GDA sploh nihče ne uči. Torej niso naredili nič. Medtem ko mi pa vodimo kampanjo že 5 let.

Ali ste tudi vi kot organizacija za varstvo potrošnikov del tima, ki bo izobraževal potrošnike o GDA vrednostih?

Ta sistem je naša industrija privzela, seveda ga ne uporabljajo vsi. Smiselno učiti o GDA je šele takrat, ko bodo vsi izdelki označeni še s hranilno vrednostjo. Pred tem pa nima smisla dajati neke polovične informacije, kjer je samo nekaj izdelkov označenih. Mi imamo dolžnost izobraževati. Jasno, da bomo pojasnjevali to težavo, in verjetno bomo še kaj drugega naredili. Dodali bomo še naše barvne oznake k promociji GDA. Vendar do takrat bo še nekaj časa preteklo. Naše

raziskave, ki jih zdaj delamo, so povzročile, da imamo že kar nekaj izdelkov barvno označenih. Seveda bomo začeli na tem delati, vendar je to stvar financiranja.

Med sistemi označevanja lahko opazimo tudi obarvane GDA označbe, ki so kombinacija GDA označb in barvnih označb po semaforju. Na podlagi več raziskav je bilo ugotovljeno, da je prav kombinacija obeh sistemov potrošnikom najljubša, saj po eni strani barvno označevanje daje premalo informacij, po drugi strani pa GDA označbe podajajo tudi numerične podatke. Kakšno je vaše mnenje o tovrstnem označevanju?

O tem sem že govorila, da je najnovejša verzija. Vsako označevanje ima nek razvoj. Najnovejša verzija tudi iz Food Standard Agency iz Velike Britanije je označevanje tako, da je še numerično: na 100 g in odstotek GDA. Barvni GDA, ki sem jih videla v Sloveniji, pa niso ta pravi, zaradi tega, ker lahko vam povem, da je evropska industrija v t.i. nadaljevanju, profiliranju živil, lobira pri komisiji profiliranje. Gre za živila, ki nosijo trditve, vendar tam se vidijo stališča industrije, da v njihovi zadnji tabeli, kateri profil živila lahko nosi prehransko ali zdravstveno trditev. To naj bi bilo živilo, še posebno, če nosi zdravstveno trditev, tako, da je resnično primerno za zdravo prehranjevanje in da ga lahko vsak dan jemo. Ko je naša potrošniška organizacija v Bruslju naredila t.i. preizkus tega njihovega zadnjega predloga na 1500 živilih, smo ugotovili, da 99 % lahko nosi zdravstveno trditev, kar predstavlja živila, ki imajo visoko energijsko vrednost, veliko sladkorja. Torej se iz GDA ne da razbrati, če se zdravo prehranjuješ, razen če nimaš kalkulatorja. Medtem ko pa so profili, ki jih oni predlagajo, taki, da so potrošniške organizacije odstopile od sodelovanja s komisijo v tem procesu.

Potemtakem je zadnje vprašanje dokaj nesmiselno. Ali menite, da bi barvne GDA označbe, kjer bi bile tako GDA vrednosti kot barvne označbe, preračunane na eno porcijo, najboljši kompromis med obema poloma: proizvajalci in porabniki?

Ne moremo tega reči, ker en proizvajalec bo dal recimo 30 g te sadne rezine, drug pa bo opredelil 45 g kot porcijo.

Pri obstoječih barvnih oznakah se mi je zdelo ravno to konfuzno, so GDA številčne oznake na porcijo, barvne oznake pa na 100g. Ena izmed zadnjih raziskav je tudi pokazala, da dejansko veliko potrošnikov ne ve, da so GDA oznake preračunane na porcijo. Tudi zadnja raziskava Food Standard Agency, ki je preverjala razumevanje potrošnikov, je pokazala, da je 90 % potrošnikov opazila GDA označbe in da jih uporabljajo, dejansko ne pove veliko. In prav tako velja za barvne oznake. Preverjati se mora razumevanje teh oznak.

Preveriti morate razumevanje, kar pa pomeni tristopenjsko raziskavo, kjer začnete z vprašanji, potem greste na fokusne skupine in nato še na kakšen co joint ali leathering. Tako da sploh zveste, če se razume. Takih raziskav pa ni veliko, ker veliko stanejo.

Raziskava iz maja 2009 je taka, ki dejansko kaže rezultate razumevanja.

Razumeti morate, da oni to delajo že 4 leta. Se pravi, da se porabniki že 4 leta učijo, da oni lahko tako razumejo. Če bomo pa v Sloveniji to uvedli, pa je potrebno tudi vedeti, da imamo Slovenci funkcionalno nižjo pismenost od Angležev.

Priloga 8: Mnenje Gospodarske zbornice Slovenije

Pozdravljeni,

sem Špela Zupan, študentka Ekonomske fakultete, in pišem diplomsko nalogo na temo označevanja živil in primerjave dveh sistemov označevanja hranilnih vrednosti, in sicer med GDA sistemom označevanja in barvnim sistemom označevanja (po semaforju) pri mentorju dr. Tomažu Kolarju. S spodnjimi vprašanji bi rada pridobila mnenje iz prve roke glede obeh sistemov označevanja z vidika Gospodarske zbornice Slovenije oz. zagovornikom GDA sistema označevanja.

Naj se na začetku tudi mi predstavimo:

GZS – Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij (ZKŽP) je prostovoljno, samostojno in nepridobitno združenje gospodarskih družb, ki opravljajo dejavnost pridelave in predelave kmetijskih in živilskih proizvodov. Združuje, zastopa in povezuje okoli 300 kmetijskih in živilskih podjetij v odnosu do državnih organov in evropskih panožnih združenj.

1. V Sloveniji imamo že nekatere proizvode označene z GDA vrednostmi. Koliko je takšnih podjetij po zadnjih podatkih, ki označujejo svoje izdelke z GDA vrednostmi?

Po naših podatkih imamo okoli 15 proizvajalcev, ki koncept GDA že uporabljajo na svojih označbah. Je pa kar nekaj tudi takšnih podjetij, ki shemo uporabljajo zgolj na trgovskih blagovnih znamkah. Moramo še dodati, da se je koncept med slovenskimi proizvajalci hitro razširil, tako da je teh 15 podjetij implementiralo koncept v dobrem letu dni.

2. Katere so glavne prednosti GDA oznak, ki bi jih izpostavili z vidika boljšega razumevanja potrošnikov o hranilni vrednosti hrane?

Gre za koncept GDA vrednosti, ki ga je razvila oziroma harmonizirala Evropska konfederacija proizvajalcev hrane in pijač (CIAA) in ki ga podpira evropska živilska industrija.

Dnevne orientacijske vrednosti ali GDA vrednosti so vodilo k skupni energijski vrednosti in količini hranil, ki naj bi jih povprečen zdrav odrasel človek zaužil na dan. GDA omogočajo enostavnejše razumevanje potrošnika, koliko posamezno živilo oziroma pijača proporcionalno prispeva k njegovim dnevnim prehranskim potrebam. GDA oznake pa so koristna osnova tudi za primerjavo vsebnosti hranil v posameznih živilih, saj so vrednosti izražene tako na 100 g ali 100 ml živila, kot tudi na porcijo. Na splošno velja, da so vrednosti GDA opredeljene za energijo (kilokalorije) in 4 najpomembnejša hranila, ki lahko zvišujejo tveganje za razvoj prehransko

vezanih bolezni (maščobe, nasičene maščobne kisline, sladkorji in natrij/sol). Smiselnost koncepta je popolnoma upravičena, ko govorimo o kontekstu hranilnih lastnostih posameznih živil in pijač, saj želi živilskopredelovalna industrija z zagotavljanjem tovrstnih informacij potrošniku omogočiti boljše razumevanje označb in določanje vloge posameznega živila pri doseganju vsakodnevne uravnotežene prehrane.

GDA koncept označevanja živil je enostaven za razumevanje, ki pa hkrati ni preveč poenostavljen. Gre namreč za objektivne in znanstveno utemeljene vrednosti, ki potrošniku omogočajo informirano izbiro živil. Na ZKŽP smo mnenja, da predstavljajo GDA vrednosti objektivne podatke in informacije o hranilnih lastnostih živil in kot take predstavljajo konsistenten, nediskriminatoren in enostaven način informiranja potrošnika.

Seveda je ena glavnih prednosti transparentna označba na prednji strani embalaže, izraženi odstotki energije in ključnih hranil, ki so z vidika prehransko vezanih civilizacijskih bolezni najpomembnejša. Naj še poudarimo, da gre za koncept, ki se izraža na porcijo živila in je orientacijska vrednost v odstotkih dnevnega prehranskega vnosa.

3. Trenutno GDA označevanje poteka še na prostovoljni bazi. V moji diplomski nalogi sem analizirala odnos Slovencev do zdravja in hrane. Na podlagi pridobljenih podatkov cca. 7.500 posameznikov v obdobju 2006–2009 – podatki Mediane TGI), le tretjina Slovencev dejansko bere tabelo hranilno tabelo. Na podlagi manjše fokusne skupine, ki sem jo opravila med dvema povprečnima družinama, sem ugotovila, da udeleženci niso seznanjeni z GDA oznakami. V Sloveniji pretiranega govora o GDA oznakah tudi ni. Glede na to, da je to še dokaj novo označevanje, me zanima, kaj delate oziroma boste naredili v smeri izobraževanja potrošnikov? Kdo nosi ključno odgovornost izobraževanja potrošnikov o GDA oznakah?

Na podlagi različnih raziskav je eden izmed argumentov proti GDA oznakam ravno v tem, da potrošnik na mestu nakupa ne more takoj na podlagi numeričnih podatkov ugotoviti, ali neko živilo vsebuje veliko ali malo ključnih hranil oziroma bolje rečeno ali je nek izdelek zdrav ali ne. Kako vi argumentirate to?

V okviru projekta GDA, ki ga vodimo na ZKŽP so se aktivnosti pričele že v letu 2008, ko je bila ustanovljena razširjena skupina 9 strokovnjakov, predstavnikov podjetij in ZKŽP. Promocijske aktivnosti so bile najprej usmerjene k predstavitvi koncepta v internem glasilu »Aktualne novice«, ki ga podjetja prejema s strani ZKŽP dvakrat mesečno v elektronski obliki. V glasilu smo večkrat pisali o osnovnih načelih tovrstnega označevanja, o velikosti porcij, GDA vrednostih idr. Pomladi leta 2008 smo na izbrane vladne inštitucije in nevladne organizacije že naslovili dopis na to temo, sočasno pa objavili tudi sporočilo za medije. Do konca leta 2008 se je za uvedbo koncepta GDA odločilo 6 podjetij. Pomembne aktivnosti so bile vezane tudi na organizacijo in izvedbo sestankov z uglednimi slovenskimi strokovnjaki s področja prehrane, nutricionistike in dietetike.

V začetku leta 2009 je bil postavljen spletni portal www.gzs.si/zkzp/Vse_o_GDA, kjer lahko tako porabniki kot proizvajalci in drugi strokovnjaki najdejo vse potrebne informacije z zvezi s

konceptom GDA (osnovna načela, strokovne osnove, predpisane količine oziroma vrednosti za posamezna hranila, primeri deklaracij, medijske objave, brošure, letaki). Z vidika proizvajalcev je bila pomembna predvsem objava smernic za pripravo označb, saj želimo zagotoviti konsistenco in skladnost pri implementaciji koncepta v praksi.

Širši javnosti smo prvič uradno predstavili koncept GDA prostovoljnega označevanja predpakiranih živil 14. maja 2009 v okviru tiskovne konference, ki je potekala na Gospodarski zbornici Slovenije v Ljubljani. Med govorce so bili predstavnica ZKŽP, ki GDA projekt koordinira in ki je predstavila osnove koncepta, dva predstavnika podjetij, ki koncept na svojih izdelkih že uporabljata, ter dva prehranska strokovnjaka, ki sta podala svoje objektivno videnje na takšno označevanje. Tiskovna konferenca je bila zelo odmevna, kar kaže tudi medijska pokritost dogodka, saj je bilo po sami tiskovni konferenci objavljenih kar nekaj prispevkov v različnih medijih (3 objave v časopisih, 3 objave v revijah, 4 objave na spletnih straneh, 1 prispevek na televiziji, 2 prispevka na radiu). Ob tem dogodku je bila javnosti predstavljena tudi posebna brošura za potrošnike, katero distribuiramo in jo imamo namen široko distribuirati po celi Sloveniji. Izvod brošure si lahko ogledate na spletni strani ali sporočite in vam jo z veseljem pošljemo ali jo pridete iskat.

Cilji vseh naših nadaljnjih aktivnosti bodo predvsem nadaljevanje promoviranja koncepta GDA med proizvajalci, obveščanje strokovne javnosti, informiranje potrošnika o uporabnosti koncepta oziroma GDA vrednostih na samih živilih ter sodelovanje s trgovci, med katerimi so se nekateri tudi že odločili za implementacijo koncepta. O aktivnostih, ki jih bomo na to temo izvajali na ZKŽP, vas bomo še naprej obveščali. Ob tem pa vam ostajamo na razpolago za morebitne dodatne informacije, ki bi jih želeli ali potrebovali.

Na ZKŽP smo mnenja, da bi si morali tudi na nacionalnem nivoju prizadevati za informiranje potrošnika in ne nazadnje za izobraževanje le-tega na področju zagotavljanja uravnotežene prehrane in zdravega življenjskega sloga. Odgovornost je tako razdeljena med industrijo, zakonodajo, šolstvom, zdravstvom. Prehrana kot problem je celosten, interdisciplinaren in večplasten.

4. Ali spremljate vedenje Slovenskih potrošnikov o uporabi in razumevanju GDA oznak?

Zaenkrat še nimamo izdelanega posebnega načrta spremljanja vedenja potrošnikov. V pripravi in sprejemanju je nova EU uredba, ki bo uredila zagotavljanje informacij na izdelkih za potrošnike. Zdi se nam pomembno, da so vrednosti transparentno predstavljene, na dlani potrošnika in izražene v odstotkih, ki si jih porabniki lažje predstavljajo. Na koncu je vseeno potrošnik tisti, ki si postavlja osebni ritem, urnik in prehranjevalne navade. Industrija lahko igra vlogo informiranja potrošnikov.

5. Proizvajalci lahko sami določajo velikost porcije, za katero bodo označili hranilno vrednost z GDA oznakami. Kritike temu so, da so nekatere porcije določene nerealno in s tem zavajajoče za potrošnike v smislu določanja premajhnih porcij glede na dejansko zaužitje. Kaj vi menite?

Glede določanja porcij po posameznih sektorjih živilske industrije so na nivoju EU določene in služijo kot nekakšni okviri, priporočila za proizvajalce, ki se jih te kar lepo poslužujejo. Seveda pa je od proizvoda do proizvajalca odvisno, specifično kakšno velikost navesti. Konec koncev je tudi potrošniku velikost porcije zgolj v pomoč in orientacijo, vemo pa, da se prehranske potrebe posameznikov zelo razlikujejo. Porcije so določene povprečno za povprečno osebo, ki pa žal ne obstaja.

6. Kaj menite o GDA oznakah na izdelkih, namenjenih otrokom? Bi morale biti na takih izdelkih GDA oznake prirejene potrebam otrokom ali bi bilo potrebno dodatno izobraževanje potrošnikov oz. staršev?

Tudi na tem področju se v EU zadnje obdobje razpravlja. Določene so tudi že okvirne vrednosti, ki naj bi jih proizvajalci navajali na izdelkih, namenjenih otrokom.

7. Večina proizvajalcev je proti uvedbi barvnega sistema označevanja hranilnih vrednosti po sistemu barv semaforja kot ga poznamo npr. v Veliki Britaniji. Kaj je po vašem mnenju največja slabost tovrstnega označevanja?

Sodeč po raziskavah barvne označbe najbolj pomagajo potrošnikom, ki so najmanj izobraženi in matematično nepodkovani v znanju. Prav te ranljive skupine potrošnikov so tudi najbolj na udaru nezdravega prehranjevanja in debelosti. Zato potrebujejo čim bolj preproste označbe, ki mu takoj povejo koliko nekega hranila živilo vsebuje. Nekateri menijo, da so barvne oznake zato bolj primerne. Kaj vi menite o tem?

Koncept semaforjev lahko povzroča številne težave. Na osnovi barvnega kodiranja živil je veliko težje razbrati, katero živilo vsebuje manj posameznega hranila. Na primer, vsebnost soli je lahko v dveh živilih iz iste skupine popolnoma različna, ne glede na to, pa se bo na obeh izdelkih za sol pojavila oranžna barva, ki pomeni srednjo vsebnost.

Za sol v primeru koncepta semaforjev velja, da je srednja vsebnost soli od 0,3g do 1,5g/100 g. Potrošnik torej ne more razbrati, kateri izdelek vsebuje manj soli, kar pa je za njega lahko zelo pomembna informacija. V nasprotju s semaforji, pa GDA vrednosti izpostavljajo, da npr. en izdelek vsebuje 33 % GDA, drugi pa 21 % GDA za sol. Potrošnik je tako lahko preko barvnega kodiranja živil prisiljen, da razmišlja o "rdečih", "oranžnih" oziroma "zelenih" živilih, kar lahko pomeni "stop", "premisli" oziroma "kupi", ni pa spodbujen k temu, da bi razmislil zakaj tako. Predpostavimo, da bi potrošnik užival zgolj živila, ki so označena z zeleno barvo (ki torej vsebujejo malo maščob, malo nasičenih maščobnih kislin in/ali malo soli) - v njegovi prehrani bi

lahko prišlo do škodljivega in pomanjkljivega vnosa kalorij oziroma nekaterih hranil, vključno z železom, kalcijem in nekaterih vitaminov. Poleg tega se večina živil ne uživa v količini 100 g, kar predstavlja porcijo v primeru koncepta semaforjev. Na primer: normalna 20 g porcija paradižnikovega kečapa vsebuje 5 % GDA za sladkorje, kar je relativno majhen delež orientacijske vrednosti oziroma priporočila za odraslo žensko. V primeru semaforjev pa bi bila oznaka rdeča, saj barvno kodiranje temelji na 100 g.

Zavedati se tudi moramo, da takšnega načina označevanja ni na vseh izdelkih kaj šele na vseh živilih. Tako na osnovnih živilih, obrokih, ki jih skuhamo doma, svežih živilih ...

In medtem ko GDA koncept k temu lahko prispeva svoj delež, so semaforji po našem mnenju namenjeni predvsem prehransko neizobraženemu oziroma lepše rečeno prehransko neveščemu potrošniku, katerih odstotek je v Sloveniji trenutno morda res previsok, vendar ali ni namen državnih organov, ki delujejo na tem področju, kot tudi vseh ostalih nevladnih organizacij, da bi stanje spremenili in potrošnika osveščali ter ga izobraževali?

Razvrščanje živil v "rdečo", "oranžno" oziroma "zeleno" skupino je zavajajoče. Namiguje namreč, da obstajajo dobre/slabe izbire, ki veljajo za vse. To pa vemo, da ni res. Ljudje imamo namreč različne prehranske potrebe. Za razlik od semaforjev pa GDA oznake zagotavljajo prehranske podatke o živilih, kar potrošniku omogoča, da sam presodi, ali je določena količina živila zanj primerna ali ne. Ključ je torej izobraževanje!

8. Glede na raziskave o razumevanju različnih tipov oznak, so se najboljše izkazale GDA oznake in barvne oznake. Na podlagi barvnih oznak so porabniki pravilno razumeli in primerjali med sabo dva izdelka in presodili kateri je bolj zdrav. Medtem ko na podlagi GDA oznak so porabniki lahko hitro ocenili ali je nekega ključnega hranila v izdelku veliko ali malo. Raziskava je tako pokazala, da je najboljša kombinacija, ki jo porabniki najbolj pravilno interpretirajo, barvne oznake skupaj z GDA oznakami. Barvne oznake na prvi pogled povejo potrošniku ali neko živilo vsebuje veliko ali malo hranil, medtem ko lahko porabniki na podlagi GDA oznak dodatno preverijo numerične podatke.

Kaj menite vi o barvnih GDA oznakah? Bi lahko bila taka kombinacija kompromis med barvnim in GDA označevanjem oz. med industrijo in potrošniškimi organizacijami? Zakaj da, zakaj ne?

Menimo, da bi bil potrošnik pri hibridnem, kombiniranem tipu »zaslepljen« z barvo in bi zato ostal manj izobražen kar se vrednosti, vsebnosti tiče.

Priloga 9: Mnenje prehrabnega podjetja Nestlé

Intervju z Nestlé Österreich, v angleškem jeziku.

Regarding my Bachelore Degree on Comparision Between GDA and Traffic Light Food Labelling I would like to get a feedback from a food producer-Nestle point of view about both systems.

Below there are few questions.

1. In Slovenia, your products are already labelled with GDA values. I would like to know your opinion on GDA labelling. What is the biggest advantage and potential disadvantage or "fear" when it comes to consumers' understanding of GDA labels in your opinion?

Nestlé has been one of the first companies to label GDAs. GDAs provide a guide to the daily intake for key nutrients such as protein, fat, fibre, sugars, calories or sodium. GDAs are factual and objective and ensure consumers can evaluate a product's role in the daily diet. They provide additional information to our consumers (Nutritional Information has already been labelled voluntary before) by putting poor figures into a context to the daily needs. We use % of GDA per Portion as we believe that this is the most comfortable information we could offer.

Presently, the GDA Scheme is not only applied by all large companies in Europe: 58 % of medium-size and 34 % of small-size companies are also using or plan to use GDA labelling.

We strongly believe, and market research could already show, that this system is well understood by our consumers.

It is important, that producers use the same system and similar portion sizes. It has to been understood that GDAs are only a guiding value and that every person has its individual needs depending on gender, age and physical activity (as stated on the label).

2. What were the major changes that followed after introducing GDA labels on your products in general and in Slovenia regarding:

- **Product formulation? If yes, was GDA labelling motivation to improve nutrition value of your products?**

Nestlé is continuously improving it's recipes following the latest scientific conclusions. GDA labelling is only an instrument to inform our consumers even better.

- **Educating your consumers about meaning of GDA?**

- **If yes, how?** No Nestlé actions in Slovenia

- **Do you think you should play a big role in educating consumers about GDA or should be the responsibility on another stake holder?**

Of course it is necessary that industry works together with other stakeholders in educating the consumers regarding a healthy life style and how to use nutritional information. But this could never be the sole responsibility of companies.

- **Developing any competitive advantages in comparison to competitors?**

Not in regard to GDA-Information. This is not a tool to compete but to inform consumers.

3. Are you following consumer behaviour on reading GDA labels on your products? How important is this aspect for you?

In my degree i have analyzed consumer behaviour (data approximately 7500 people interviewed every year in time period 2006-2009). In Slovenia percentage of consumers who read nutrition values of products is in average. 38% over the chosen years. On the basis of talking to average consumers (small focus group), they are not aware of GDAs. Mostly people do not understand what GDA values mean. What main actions should be done to improve this situation?

Research shows that about 50 % of the consumers read the nutritional information. We conducted research on labelling-schemes in UK, France & Germany showing that consumers like the actual GDA-scheme more than other schemes like Traffic Lights or Graphs. Consumers like GDAs because they are the easiest to understand and help them to make informed decisions. We could prove that the information is well understood.

Of course additional information on GDAs is necessary, e.g. Internet, flyers etc.

The main action needed is that as many products as possible show the same system.

4. Traffic Light Labelling System as introduced and in use in United Kingdom. Most producers including also your company are against colour labelling. What in your opinion is the biggest disadvantage when it comes to such labelling?

Nestlé is opposed to an introduction of »traffic lights« or other simplistic schemes based on the erroneous principle of »Good products – bad products« and which focus only on negative aspects of nutrients and do not offer factual information. A »green«, »amber«, »red« light approach to the nutritional merits of a product does not help to place the food in either the context of an individual's needs, or in the context of a balanced, varied and moderate diet. Furthermore, traffic light schemes do not encourage step by step product improvement, since only major reductions of a nutrient would change a traffic light's status. One example: within the FSA scheme colour bands are wide, so a product would have an amber colour for salt if it contained anything between 0,3 g and 1,5 per 100g. A product with 5 % of the GDA for salt, would therefore be coded the same as something with 25 % of the GDA for salt, so shoppers may not spot the healthier option.

5. What are your main arguments against introducing Traffic Light Labels on food and drinks? Especially from consumers understanding and interpreting labels?

As stated before, the traffic light system oversimplifies and therefore is not able to help consumers identify a product's role in the daily diet or to help to make the best choice.

»Red« means »stop« to consumers, if a consumer finds different light on one pack, what to do? »stop«, »hesitate or »go«?

Traffic lights are stated per 100 g portions, but most foods are not eaten in 100 g portions. A GDA based scheme is based on fact and does not demonise foods. It tells individuals what IS in a stated portion of food. Colour coding tells consumers whether a food WOULD BE high, medium or low in a nutrient IF they ate a 100 g portion.

By giving factual information on foods, rather than an opinion, GDAs encourage individuals to construct a healthy diet over the whole day.

6. Do you believe GDA labelling system is better than Traffic Light labelling system regarding the main goal for consumer to make a healthy food choice?

Yes, see question 4 & 5

7. We can also see colour coded GDA labels which is combination of GDA and Traffic Light Labelling System. Some research show, that this kind of labelling works best for consumers especially when it comes to understanding the labels. Traffic lights give at glance information about high, medium, low values of key nutrients, meanwhile GDA information give detailed information about the level of key nutrients in a product to consumer. What is your statement on this kind of labelling? Could be coloured GDA labelling a compromise between both parties; industry and consumer organizations?

We don't think so. If GDAs are colour coded, consumers are more likely to make a snap judgement based on the colour of the GDA rather than the actual GDA percentage. And don't forget, that the colour coding system works on 100 g portions. The limits for the different colours are set without real scientific evidence and are the same for every product group. This would mean that a half fat butter would get the same colour code as a full fat butter.

Priloga 10: Mnenje prehrabnenega podjetja Nestlé - slovenski prevod

Na temo diplomske naloge Primerjava med GDA in barvnim označevanjem hranilnih vrednosti, bi želela mnenje proizvajalca – vidik podjetja Nestle glede obeh sistemom označevanja hranilnih vrednosti

Spodaj je postavljenih nekaj vprašanj.

1. V Sloveniji so vaši izdelki že označeni z GDA vrednostmi. Zanima me vaše mnenje o GDA označevanju. Kaj je po vašem mnenju največja prednost in mogoče tudi pomanjkljivost ali 'strah' v okviru razumevanja GDA označb potrošnikov?

Nestlé je eno izmed prvih podjetij, ki označuje z GDA vrednostmi. GDA vrednosti omogočajo vodilo dnevnih potreb za ključna hranila, kot so beljakovine, maščobe, prehranske vlaknine, sladkor, kalorije ali sol. GDA vrednosti so dejstva in objektivne ter omogočajo potrošniku, da ovrednotijo hrano v svoji dnevni dieti. Ponujajo dodatne informacije našim potrošnikom (prehranske informacije se že prostovoljno označujejo) z dodajanjem revnih števil v kontekst dnevnih potreb. Uporabljamo procent GDA na porcijo, saj verjamemo, da je to najbolj primerna informacija, ki jo lahko ponudimo. Trenutno GDA sheme uporabljajo le vsa večja podjetja v Evropi. 58 % srednje velikih in 34 % malih podjetij prav tako uporablja GDA označevanje ali pa ga nameravajo uporabljati. Močno verjamemo, da raziskave na trgu že lahko pokažejo, da je ta sistem dobro razumljen s strani naših potrošnikov. Pomembno je, da proizvajalci uporabijo isti sistem in podobne porcije. Potrebno je razumeti, da so GDA vrednosti samo vodilo in da ima vsaka oseba svoje individualne potrebe glede na spol, starost in fizično aktivnost (kot zapisano na označbi).

2. Katere so bile največje spremembe, ki so sledile po uvedbi GDA označb na vaših proizvodih na splošno in v Sloveniji glede:

- **Formuliranja proizvodov? V kolikor da, ali je bilo GDA označevanje motivacija za izboljšanje prehranske vrednosti vaših proizvodov?**

Nestlé nenehno izboljšuje svoje recepte in sledi zadnjim znanstvenim ugotovitvam. GDA označevanje je samo instrument še boljšega informiranja potrošnikov.

- **Izobraževanja vaših potrošnikov glede pomena GDA vrednosti?**
 - **V kolikor ja, kako? V Sloveniji ne.**
 - **Ali menite, da bi morali igrati pomembno vlogo na področju izobraževanja svojih potrošnikov o GDA ali menite, da bi za to moral biti odgovoren kdo drug?**

Seveda je potrebno, da industrija deluje skupaj z ostalimi deležniki v procesu izobraževanja potrošnikov v okviru zdravega načina življenja in uporabi prehranskih informacij. Vendar pa le ta vloga ne more biti le dolžnost podjetij.

- **Razvijanja konkurenčnih prednosti v primerjavi s konkurenco?**

Ne glede GDA informacij. To ni orodje za tekmovanje, ampak za izobraževanje potrošnikov.

3. Ali sledite vedenju vaših potrošnikov glede branja GDA označb na vaših proizvodih? Kako pomemben je ta vidik za vas?

V moji diplomski nalogi sem analizirala odnos Slovencev do branja tabel hranilnih vrednosti (podatki na podlagi cca 7.500 posameznikov v obdobju 2006–2009). Odstotek tistih, ki berejo hranilno tabelo, je skozi izbrana leta povprečno 30 %. Na podlagi fokusne skupine, ki sem jo opravila, pa večina ne pozna GDA označb. Prav tako jih večina ni vedela, kaj sploh so GDA vrednosti in kaj pomenijo. Kako bi komentirali te izsledke?

Raziskava kaže, da približno 50 % potrošnikov bere prehranske informacije. Izvedli smo raziskavo glede sistemov označevanja v Veliki Britaniji, Franciji in Nemčiji, ki je pokazala, da je potrošnikom všeč GDA sistem bolj kot katerikoli drugi sistem, kot npr. semaforji ali grafi. Potrošnikom je všeč GDA sistem, ker je najlažji za razumevanje in jim pomaga do informirane odločitve. Lahko bi dokazali, da je informacija dobro razumljena. Seveda so dodatne informacije o GDA nujne, kot npr. na internetu, letakih itd. Glavni nujen korak je, da čim več proizvodov kaže enak sistem.

4. Barvno označevanje po semaforju, uvedeno v Veliki Britaniji. Večina proizvajalcev, vključno z vami, je proti barvnemu označevanju. Kaj je po vašem mnenju največja slabost tovrstnega označevanja?

Nestlé nasprotuje uvedbi »barvnih semaforjev« in drugih poenostavljenih sistemih, ki temeljijo na napačnem načelu »Dobri izdelki – slabi izdelki« in ki se osredotočajo samo na negativne vidike hranil ter ne ponujajo dejanske informacije. Zelena, oranžna, rdeča: semaforski pristop prehranskim prednostim izdelka ne pomaga uvrstitvi hrane niti v kontekst individualnih potreb niti v kontekst uravnotežene, raznolike in zmerne prehrane. Poleg tega sistemi barvnega označevanja ne spodbujajo napredka izdelka korak za korakom, glede na to, da samo velika zmanjšanja hranil lahko spremenijo status barvnega semaforja. Primer: znotraj FSA sheme so barvni pasovi široki, kar pomeni, da bi imel izdelek oranžno barvo za sol, če bi vseboval znotraj 0,3 g in 1,5 g na 100 g. Izdelek s 5 % GDA za sol bi bil tako označen enako kot tisti s 25 % GDA za sol, zato potrošniki ne bi mogli ugotoviti bolj zdrave možnosti.

5. Kaj so po vašem mnenju glavni argumenti proti uvedbi barvnega označevanja na prehranskih izdelkih in pijačah? Predvsem z vidika razumevanja in interpretacije s strani potrošnikov.

Kot že rečeno, barvni sistem označevanja preveč poenostavlja in zato ne mora pomagati potrošnikom, da prepoznajo vlogo izdelka v vsakodnevni ali kot pomoč pri najboljši izbiri.

»Rdeča« pomeni »stop« za potrošnike. Če potrošnik najde drugačno barvo na izdelku: ali to pomeni »stop«, »oklevaj« ali »pojdi«?

Barvni semaforji so določeni na 100 g porcije, vendar večina živil ni konzumirana v 100-gramskih porcijah. GDA sistem temelji na dejstvih in ne demonizira hrane. Potrošnikom pove, KAJ je v navedeni porciji živila. Barvno kodiranje potrošnikom pove, ali BI BILO živilo visoko, srednje ali nizko v hranilih, ČE bi pojedli 100 g živila. S podajanjem dejanskih informacij o živilu, ne pa kot mnenje, GDA vrednosti spodbujajo posameznike v izgradnji zdrave prehrane skozi ves dan.

6. Ali menite, da je GDA sistem označevanja boljši od barvnega sistema glede na glavni cilj potrošnika, da izbere zdravo odločitev o živilu?

Da, glejte vprašanje 4 in 5.

7. Med sistemi označevanja lahko opazimo tudi barvne GDA oznake, ki so kombinacija GDA in barvnega sistema označevanja. Nekatere raziskave so pokazale, da je to najboljši sistem za potrošnike, še posebej z vidika razumevanja tovrstnih označb. Barvne oznake dajejo potrošniku na prvi pogled informacijo, ali je živilo visoko, srednje ali nizko v ključnih hranilih, medtem ko GDA informacije dajejo bolj podrobno informacijo o vsebnosti ključnih hranil v živilu. Kaj menite o takem označevanju? Bi lahko bilo barvno GDA označevanje kompromis obeh strani; industrije na eni strani ter potrošniških organizacij na drugi strani?

Ne strinjamo se s tem. Če so GDA vrednosti barvno označene, potrošniki z večjo verjetnostjo presodijo prehitro na podlagi barvnih GDA kot pa na podlagi dejanskih GDA procentov. In ne pozabite, da barvni sistem temelji na 100g porcijah. Meje za različne barve so določene brez znanstvenih dokazov in so enake za vsako skupino živil. To pomeni, da bi polmastno maslo imelo enako barvno kodo kot polnomastno maslo.

Priloga 11: Intervju z gospo Ireno Kranjec, Unilever

Intervju z ga. Ireno Kranjec, Marketing Operations Executive Savoury, Unilever Slovenija dne 2. marca 2010 ob 13.30h.

1. V Sloveniji imamo že nekatere proizvode označene z GDA vrednostmi. Zanima me vaše mnenje glede GDA označevanja. Kaj so po vašem mnenju največje prednosti GDA označb?

GDA je koncept prostovoljnega sistema označevanja živil, ki ga je razvila živilska industrija v Evropski uniji. Z označevanjem živil oz. podajanjem preglednih in uporabnikom prijaznih podatkov o prehranskih vrednostih na embalažah lahko živilska industrija pomembno prispeva v prizadevanjih za izboljševanje zdravja ljudi ter pomaga potrošnikom pri odgovornih izbirah o njihovem zdravju in dobrem počutju. Označbe GDA prinašajo večjo informiranost potrošnika, saj nazorno prikazujejo dejanski vnos kalorij in ključnih hranil ob zaužitju porcije živila ter koliko posamezno živilo proporcionalno prispeva k dnevnim prehranskim potrebam.

V Sloveniji je bila ustanovljena delovna skupina GDA pod vodstvom slovenske Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij. Skupina se zavzema za približevanje in razširitev GDA koncepta označevanja tako potrošnikom kot proizvajalcem, trgovcem in širši strokovni javnosti. Seveda pa je seznanjanje potrošnikov najpomembnejše in predvsem izobraževalna vloga ima ključni pomen. V Sloveniji smo z različnimi aktivnostmi pričeli izvajati seznanjanje z GDA oznakami tako na ravni Zbornice kot tudi na ravni proizvajalcev, ki so na embalaže svojih izdelkov že vključili GDA oznake.

2. Katere so bile največje spremembe po uvedbi GDA označb na vaših proizvodih glede:

- **Prenove proizvodov? Ali je bilo GDA označevanje glavna motivacija za izboljšavo prehranske vrednosti proizvodov?**

GDA označevanje je bilo del spleta aktivnosti in razvoja izboljšanih receptur oz. izdelkov. Izboljševanje receptur je potekalo in še poteka zaradi trendov in zahtev potrošnikov, ki želijo bolj kvalitetne izdelke oz. živila. Za GDA označevanje pa se je Unilever odločil na evropskem nivoju, saj oznake omogočajo posamezniku, da informirano izbira živila in se odloči v skladu z lastnimi prehranskimi potrebami.

- **Izobraževanja vaših potrošnikov o pomenu GDA? Ali izobražujete vaše potrošnike o pomenu GDA označb?**

Naše potrošnike izobražujemo v sklopu drugih aktivnosti, predvsem promocijskih, v trgovinah in BTL. Največ pozornosti smo GDA oznakam namenili ob relansiranju juh, kock in majoneze v letu 2008, ko smo embalažo celotnega asortimana opremili z GDA oznakami. Seveda je bilo potrebno novost tudi predstaviti in informacijo smo podali preko letakov, interneta, direktne pošte in promocij v trgovinah.

- **Ali menite, da bi morali igrati pomembno vlogo na področju izobraževanja svojih potrošnikov o GDA ali menite, da bi za to moral biti odgovoren kdo drug?**

Slovenska Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij je pričela s promocijo GDA označevanja v letu 2008 in v času do danes je pripravila vrsto aktivnosti, tako na ravni seznanjanja različnih institucij, potrošnikov, proizvajalcev ter strokovnjakov s področja prehrane. Organiziranih je bilo več seminarjev, sestankov in promocij. Lansko leto je bila organizirana tudi tiskovna konferenca, kjer je bil koncept GDA označevanja predstavljen širši javnosti.

Izobraževanje potrošnikov mora potekati v širšem krogu, s sodelovanjem več akterjev, kot so GZS, Zveza potrošnikov, Ministrstvo za zdravje in proizvajalci.

- **Razvijanja konkurenčnih prednosti v primerjavi s konkurenco?**

Po eni strani bi lahko rekla, da je bilo GDA označevanje na naših izdelkih tretirano kot konkurenčna prednost, saj smo bili med prvimi, ki smo označili izdelke z GDA oznakami. Torej je to lahko neke vrste konkurenčna prednost v smislu nudenja več informacij potrošnikom kot konkurent. S tem smo ponudili potrošnikom dodano vrednost, ki se kaže v skrbi za potrošnike.

3. Ali sledite vedenju vaših potrošnikov glede branja GDA označb na vaših proizvodih? Kako pomemben je ta vidik za vas?

V moji diplomski nalogi sem analizirala odnos Slovencev do branja tabel hranilnih vrednosti (podatki na podlagi cca 7.500 posameznikov v obdobju 2006–2009). Odstotek tistih, ki berejo hranilno tabelo, je skozi izbrana leta povprečno 30 %. Na podlagi fokusne skupine, ki sem jo opravila, pa večina ne pozna GDA označb. Prav tako jih večina ni vedela, kaj so to sploh GDA vrednosti in kaj pomenijo. Kako bi komentirali te izsledke?

GDA označevanje je novost v Sloveniji, zato je potrebno izobraževanje potrošnikov. Analiz vedenja potrošnikov o branju GDA oznak ne delamo. Smo pa našim potrošnikom vedno na voljo za dodatne informacije na brezplačni telefonski številki za potrošnike. Prejeli smo nekaj klicev, kjer smo potrošnikom razložili pomen GDA oznak. Poleg tega smo potrošnikom ob uvedbi GDA oznak na naših izdelkih poslali letake, kjer so bili informirani o pomenu GDA oznak.

4. Barvno označevanje po semaforju, uvedeno v Veliki Britaniji. Večina proizvajalcev, vključno z vami, je proti barvnemu označevanju. Kaj je po vašem mnenju največja slabost tovrstnega označevanja?

Največja prednost GDA označevanja je, da potrošniku omogoča, da informirano izbira živila in se odloči v skladu z lastnimi potrebami. Na podlagi GDA oznak potrošnik sam določi, kakšno vlogo ima posamezno živilo v njegovi vsakodnevni prehrani. Glede semaforjev pa bi rekla, da je ta način označbe zelo zapleten za uporabo in po mojem mnenju za potrošnike manj uporaben.