LIVSMEDELSFÖRETAGEN

The Swedish Food Federation

LIVSMEDELSFÖRETAGEN

UNDERSÖKNING OM SVENSKARNAS SYN PÅ MAT OCH HÄLSA

20 NOVEMBER 2019

OM UNDERSÖKNINGEN

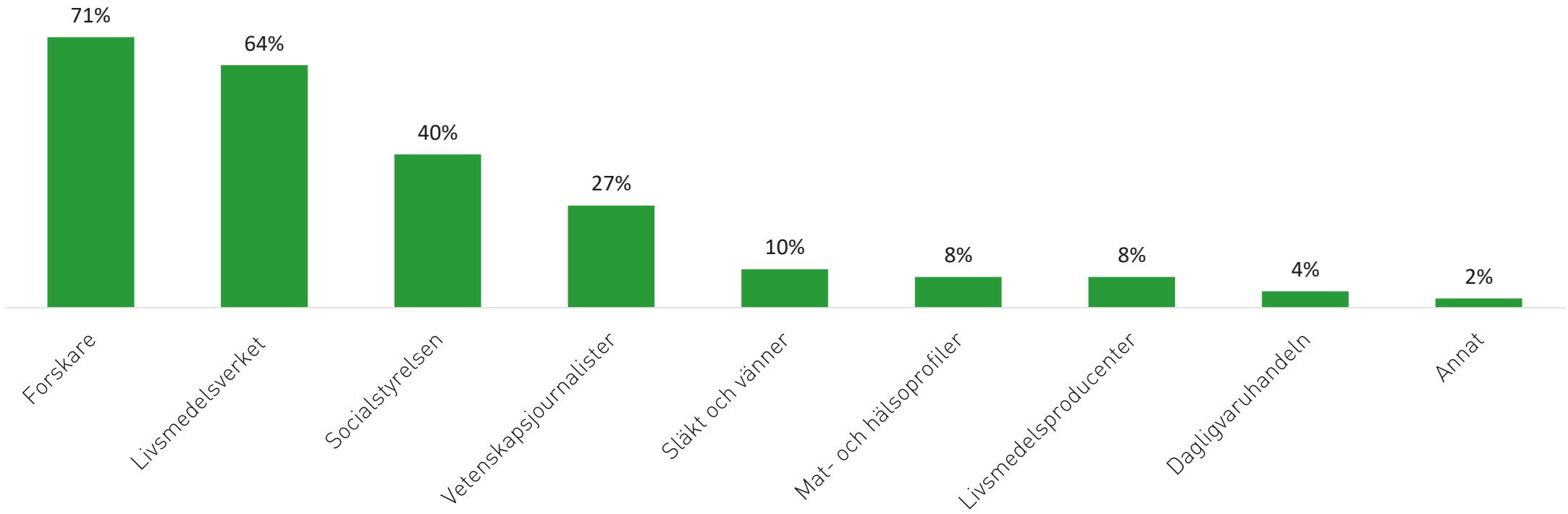
Antal intervjuer	1 011
Metod	Internetpanel, telefonrekryterad baserat på ett slumpmässigt urval
Målgrupp	Allmänheten
Vägning	Resultatet har vägts med avseende på kön och ålder
Period	Okt-nov 2019

Undersökningen genomfördes av Demoskop på uppdrag av Livsmedelsföretagen.

VARIFRÅN FÅR MAN SIN INFORMATION OM MAT OCH HÄLSA?

FORSKARE OCH LIVSMEDELSVERKET DE MEST TROVÄRDIGA KÄLLORNA

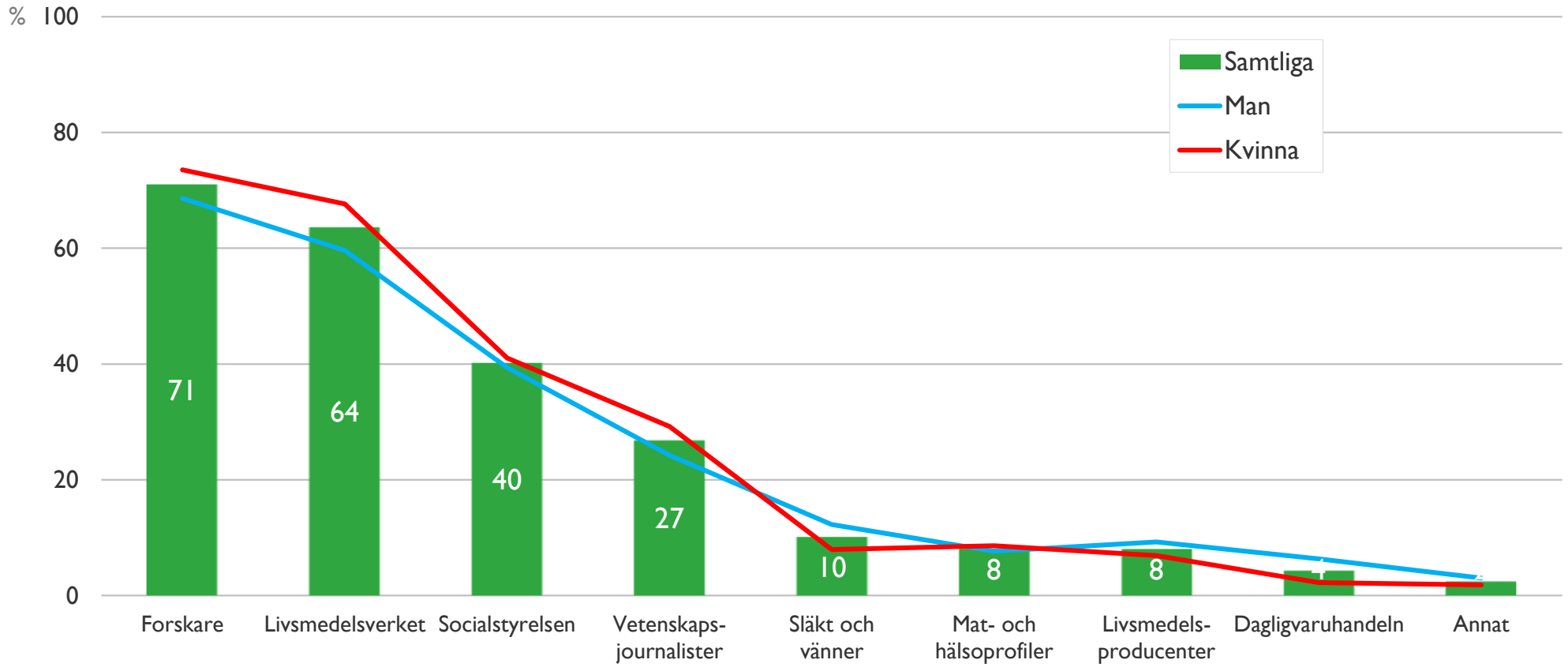
Vilka av följande litar du särskilt på när det gäller information om sambandet mellan mat och hälsa?
(Välj max tre alternativ)



Bas: Samtliga, 1011 intervjuer

FORSKARE OCH LIVSMEDELSVERKET HAR HÖGST FÖRTROENDE

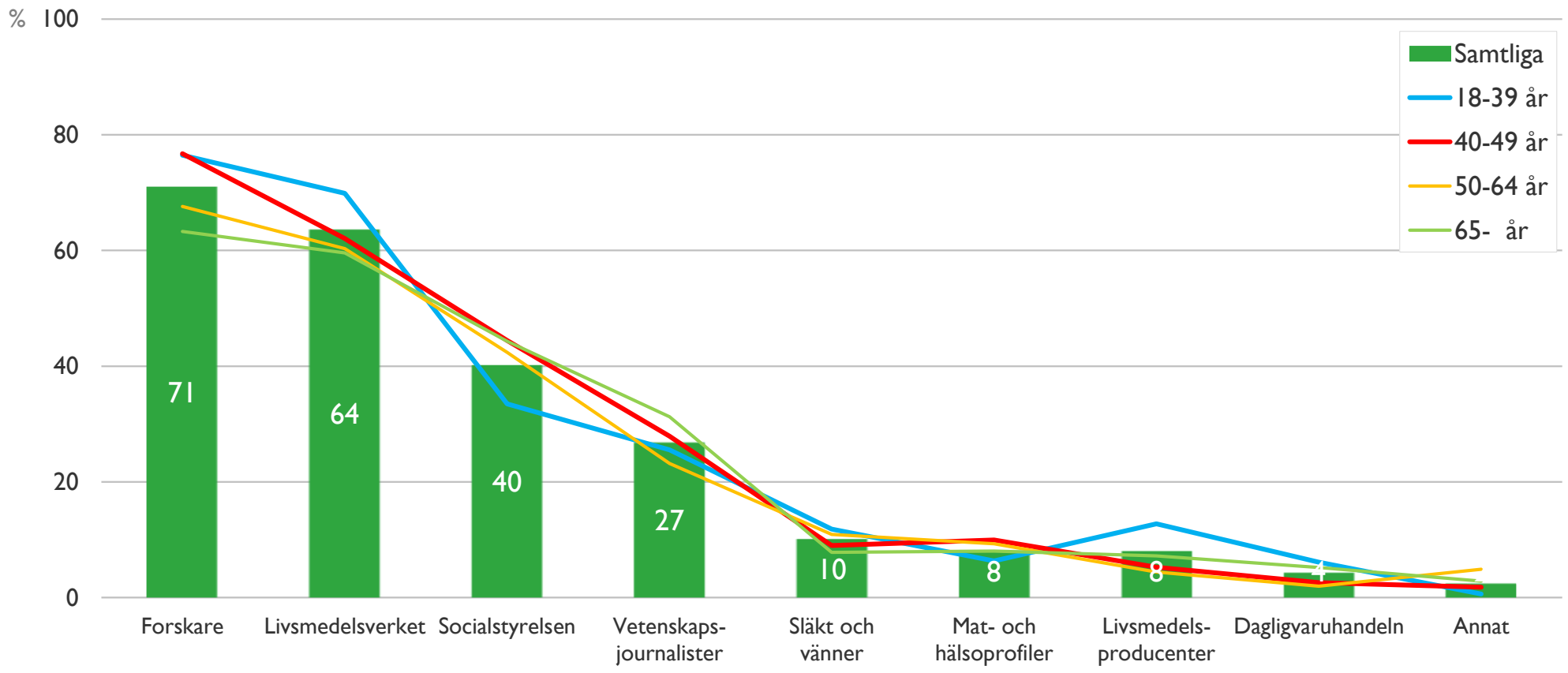
Vilka av följande litar du särskilt på när det gäller information om sambandet mellan mat och hälsa?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

FORSKARE OCH LIVSMEDELSVERKET HAR HÖGST FÖRTROENDE

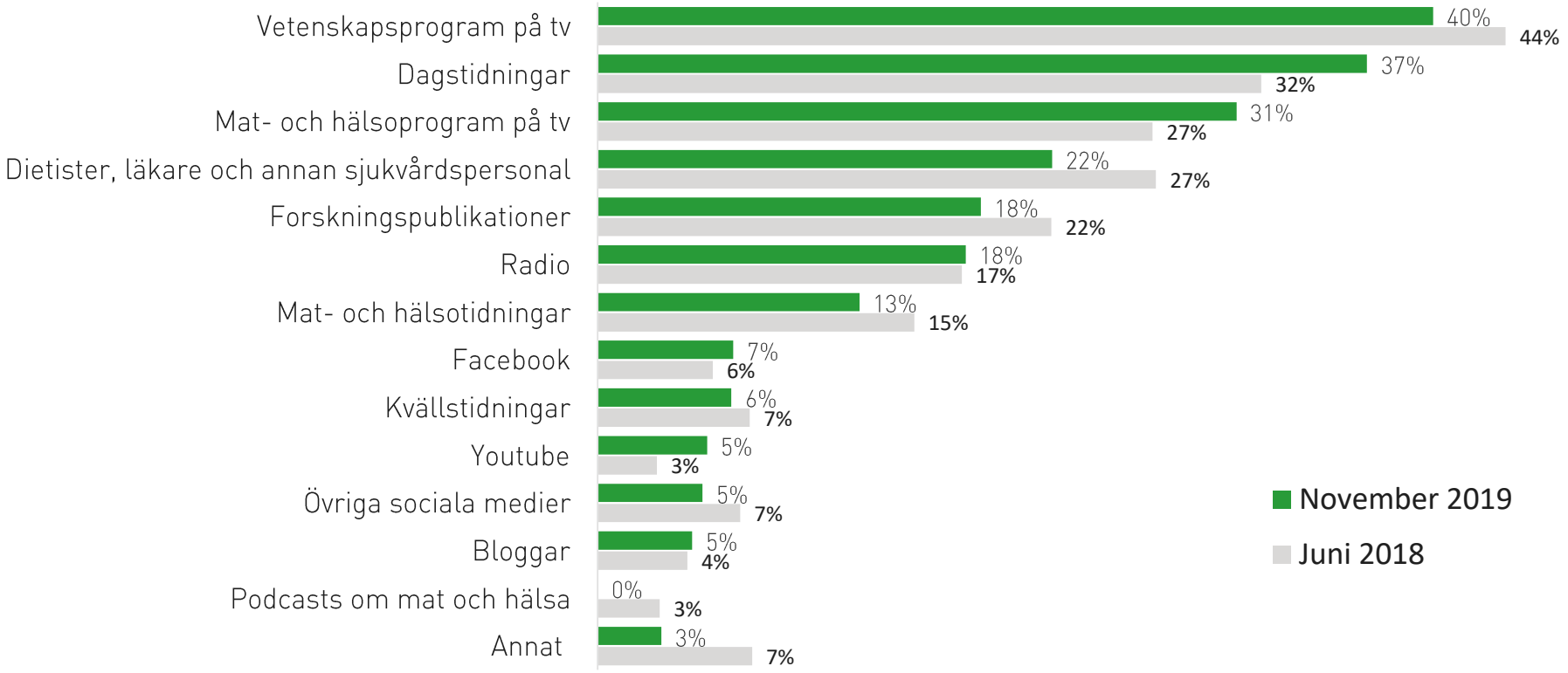
Vilka av följande litar du särskilt på när det gäller information om sambandet mellan mat och hälsa?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

TV OCH DAGSTIDNINGAR DÄR FLEST FÅR INFORMATION OM MAT OCH HÄLSA

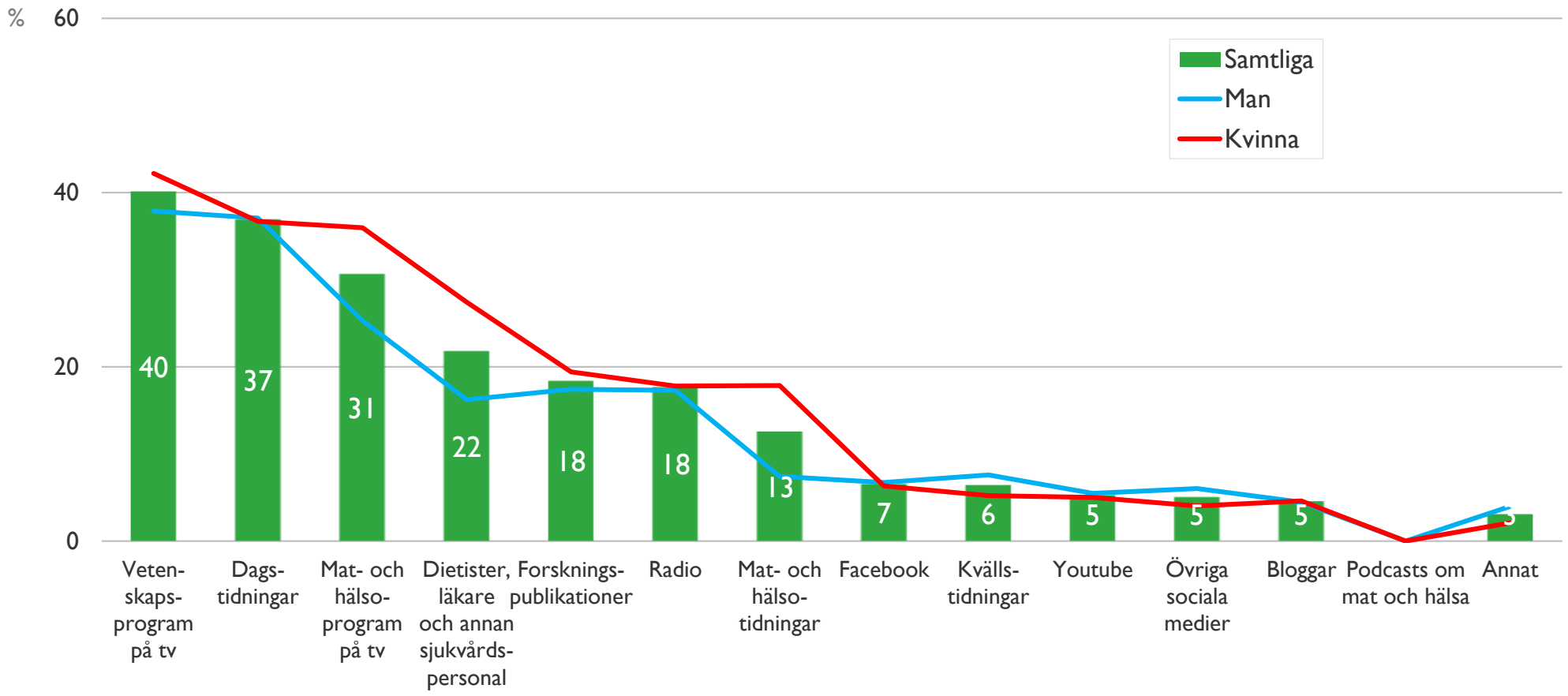
Från vilka av följande kanaler får du huvudsakligen din information om sambandet mellan mat och hälsa? (Välj max tre alternativ)



Bas: Samtliga, 1011 intervjuer

TV-PROGRAM OCH DAGSTIDNINGAR ÄR VIKTIGASTE INFORMATIONSKANALERNA

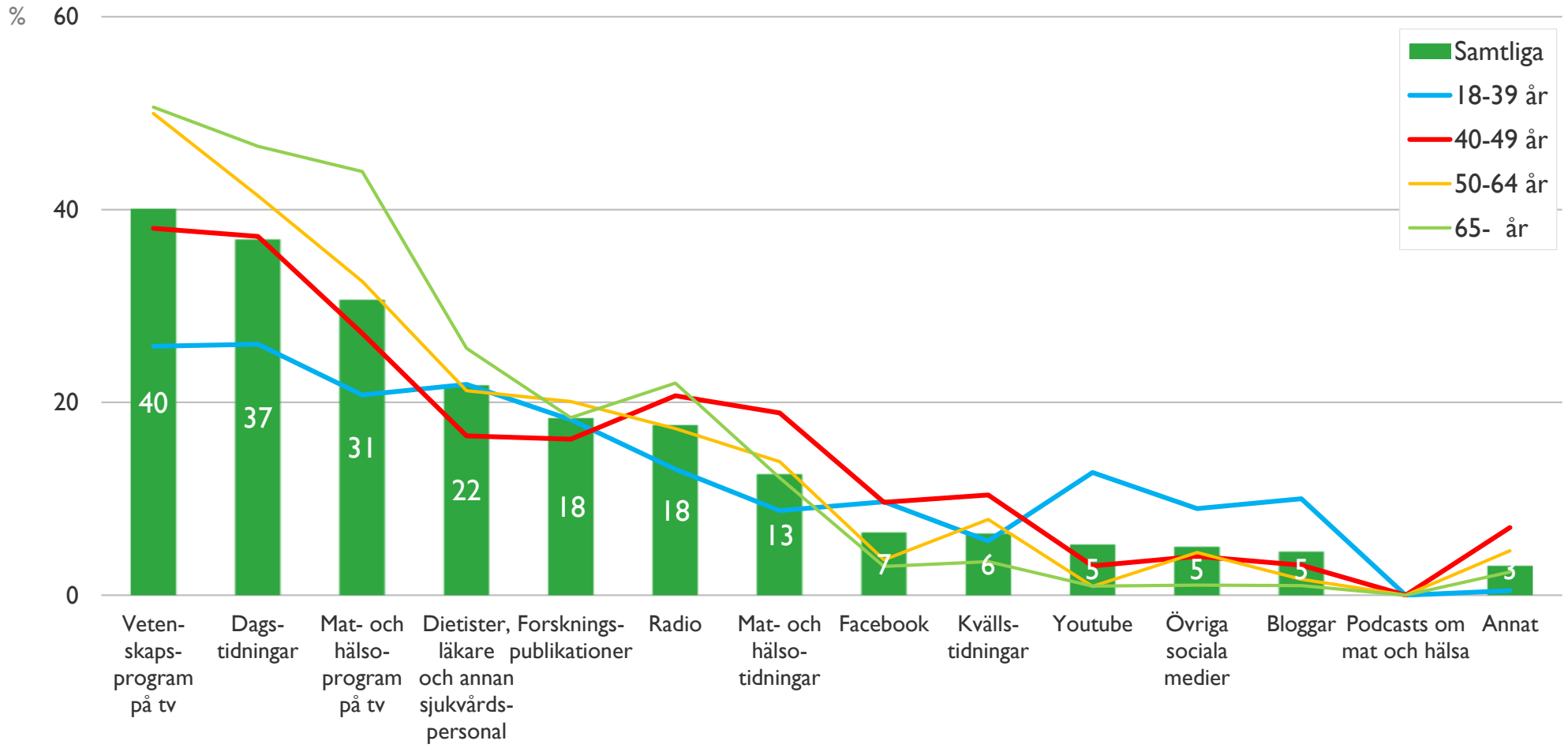
Från vilka av följande kanaler får du huvudsakligen din information om sambandet mellan mat och hälsa?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

TV ÄR VIKTIGARE KANAL BLAND ÄLDRE, NÄTMEDIER VIKTIGARE BLAND YNGRE

Från vilka av följande kanaler får du huvudsakligen din information om sambandet mellan mat och hälsa?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

VÅRA STÖRSTA MAT OCH HÄLSA-INFLUENCERS

Finns det någon offentlig person som du lyssnar särskilt mycket på när det kommer till hur man kan äta och dricka hälsosamt? (Öppet svar)

JACOB GUDIOL

DR MICHAEL MOSLEY

JAMIE OLIVER

AGNES WOLD

TAREQ TAYLOR

Bas: Samtliga, 1011 intervjuer

VAD VILL SVENSKARNA LÄRA SIG MER OM KRING MAT OCH HÄLSA?

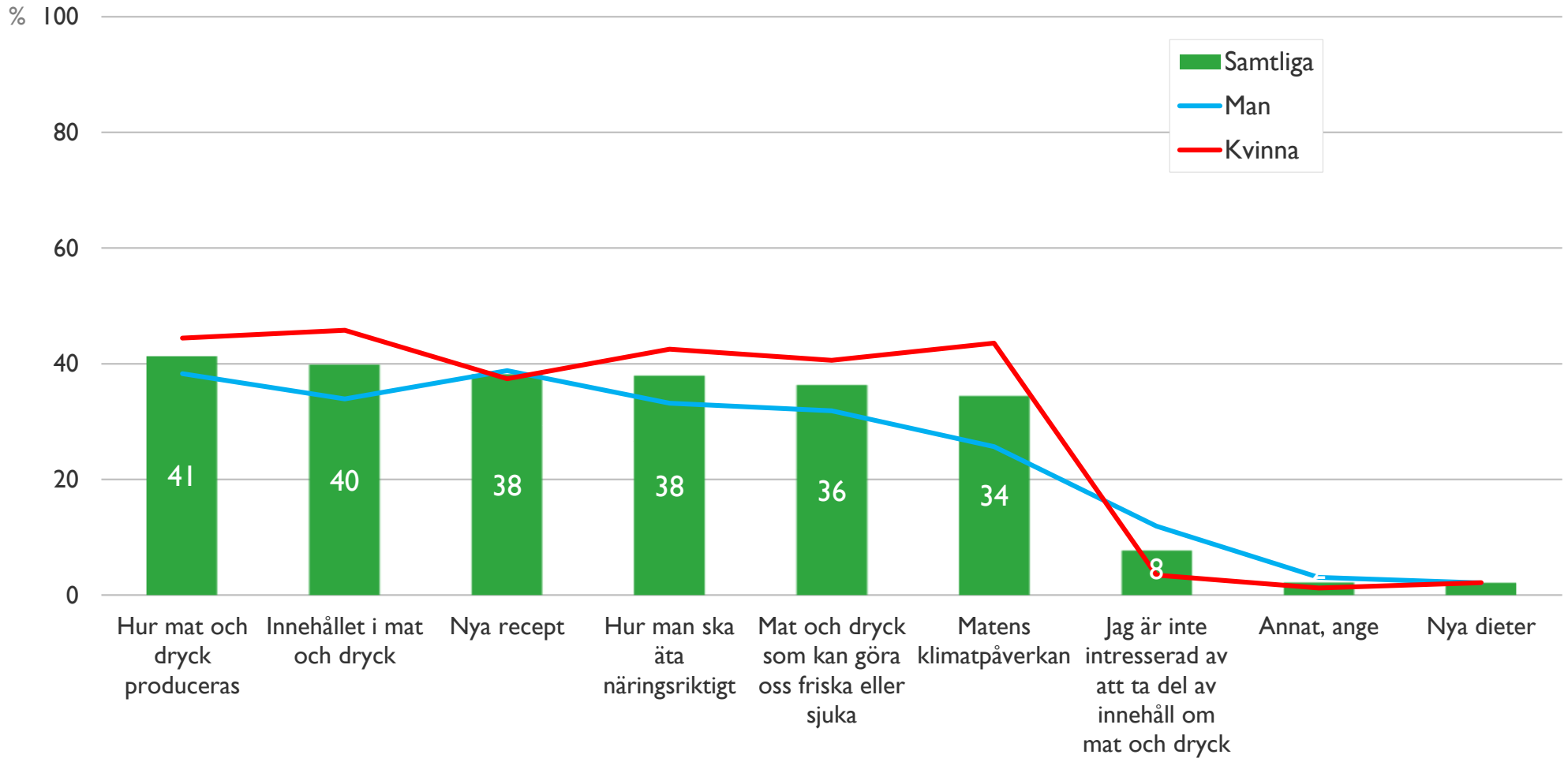
SVENSKARNA ÄR TRÖTTA PÅ ATT LÄRA SIG OM NYA DIETER – DE VILL VETA HUR MAT BLIR TILL

Vilka ämnen inom området mat är du mest intresserad av att lära dig mer om i tidningar, på tv, radio eller i sociala medier? (Fritt antal svar)

Bas: Samtliga, 1011 intervjuer

KVINNOR ÄR SÄRSKILT INTRESSERADE AV MATENS KLIMATPÅVERKAN

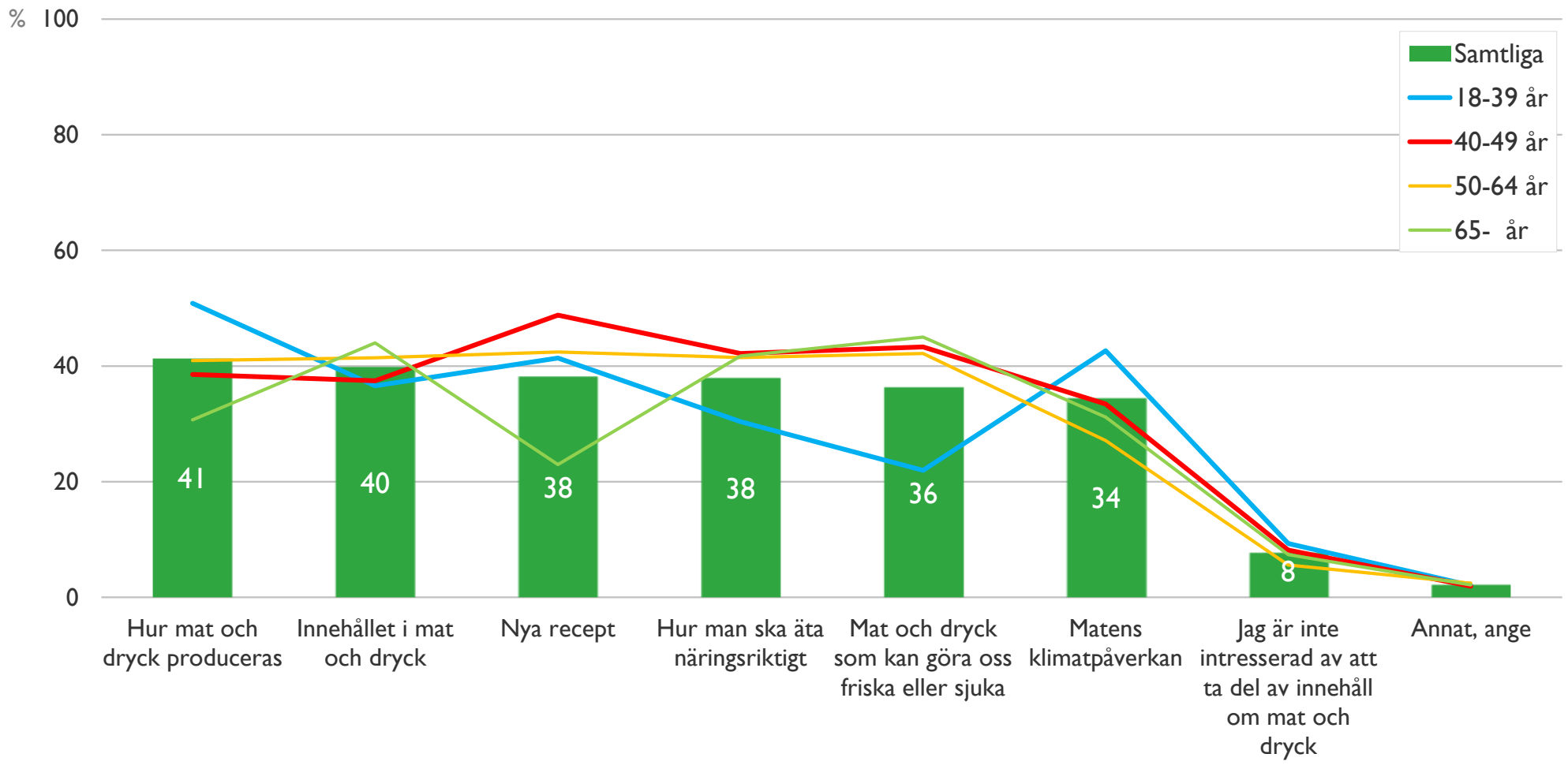
Vilka ämnen inom området mat är du mest intresserad av att lära dig mer om i tidningar, på tv, radio eller i sociala medier?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

YNGRE ÄR MER INTRESSERADE AV MATENS KLIMATPÅVERKAN

Vilka ämnen inom området mat är du mest intresserad av att lära dig mer om i tidningar, på tv, radio eller i sociala medier?

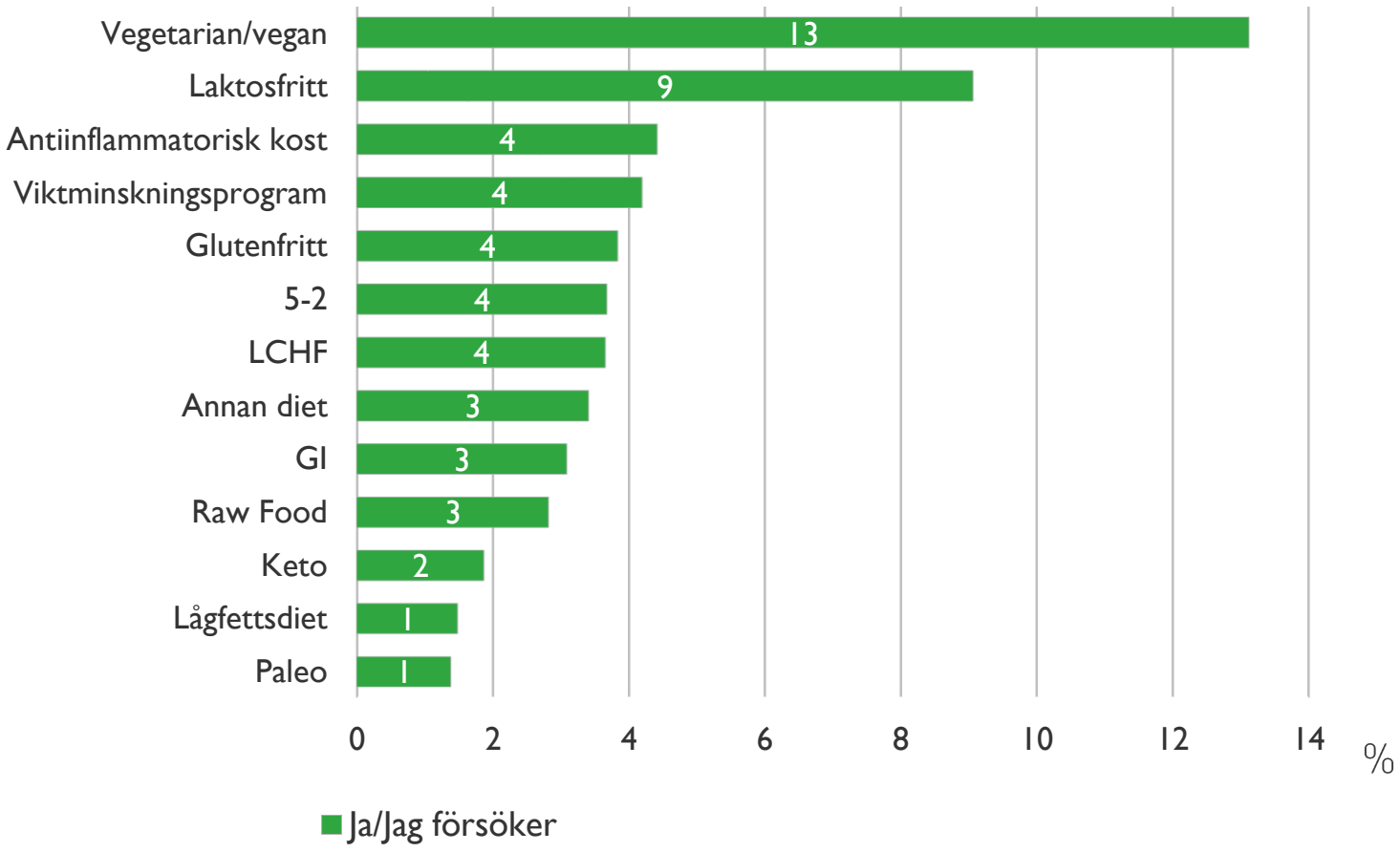


Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

VILKA DIETER FÖLJER SVENSKARNA?

VEGETARIAN/VEGAN VANLIGASTE DIETEN

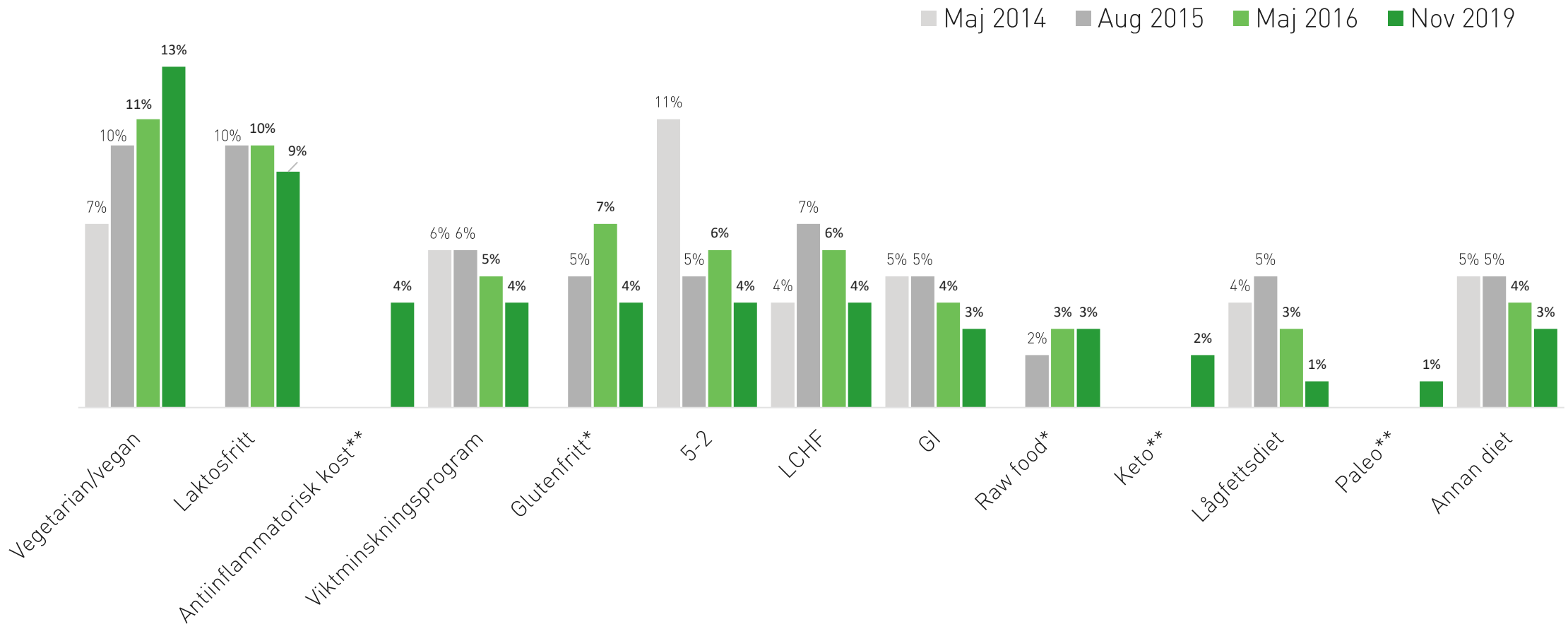
Följer du just nu någon eller några av följande dieter?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

VEGETARIAN/VEGAN TYDLIGASTE TRENDEN

Följer du just nu någon eller några av följande dieter?

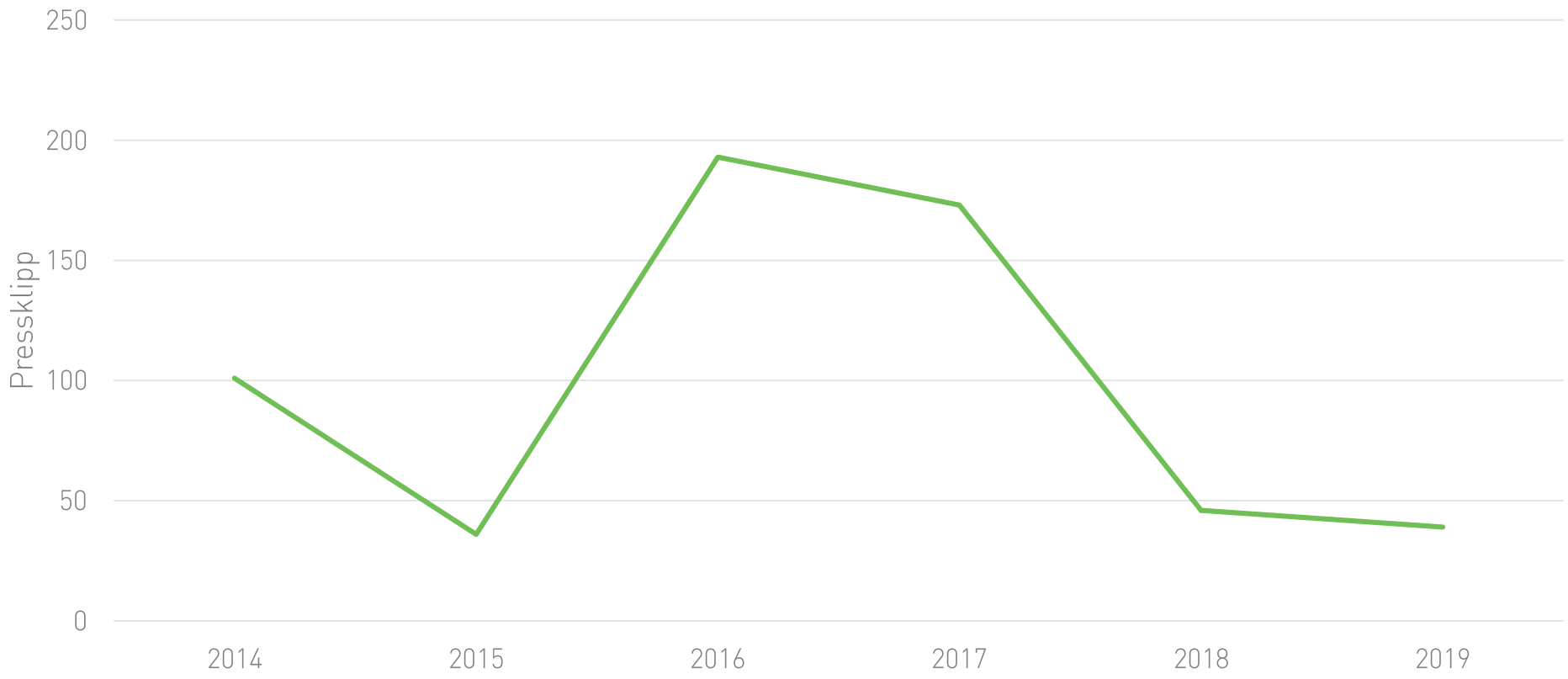


Visar andelen som följer eller försöker följa resp. diet. *Lades till 2015, **Lades till 2019

Bas: Samtliga, 1011 intervjuer

HYSTERIN KRING DOLT SOCKER HAR AVTAGIT...

Mat och hälsa i media 2014-2019 (pressklipp)

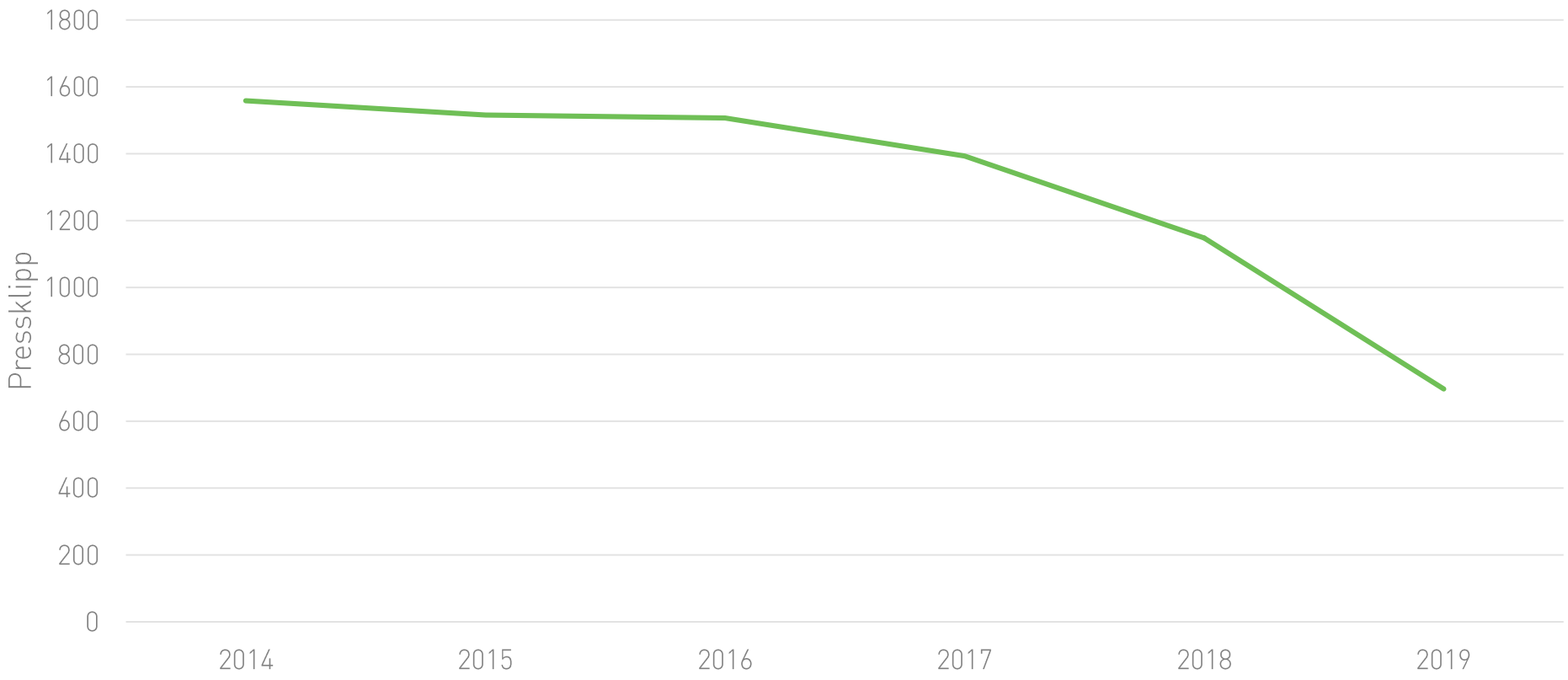


LIVSMEDELSFÖRETAGEN

För 2019 har artiklar jan-jun dubblats för att ge antagande om helåret

LCHF-TRENDEN HAR AVTAGIT...

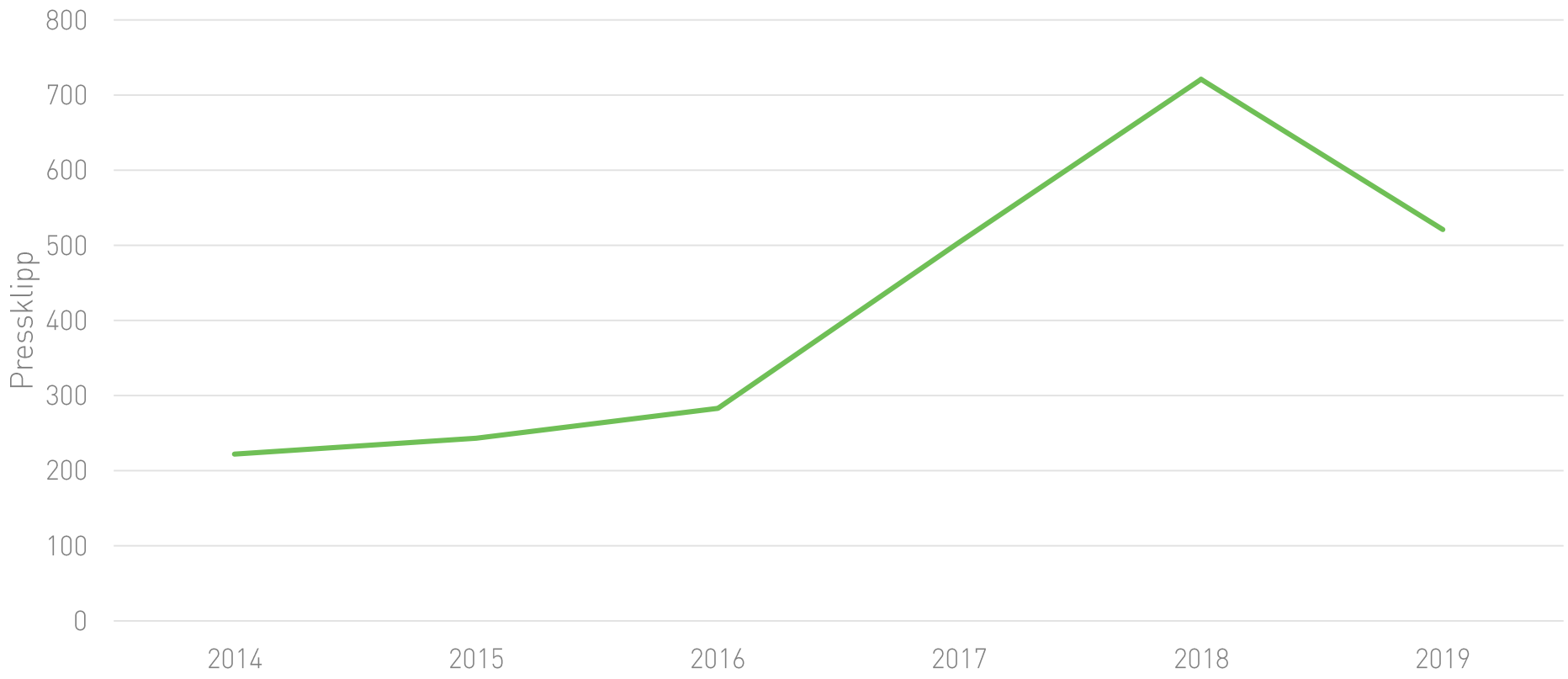
Mat och hälsa i media 2014-2019 (pressklipp)



För 2019 har artiklar jan-jun dubblats för att ge antagande om helåret

... ANTIINFLAMMATORISKT ÄR DET NYA SVARTA ...

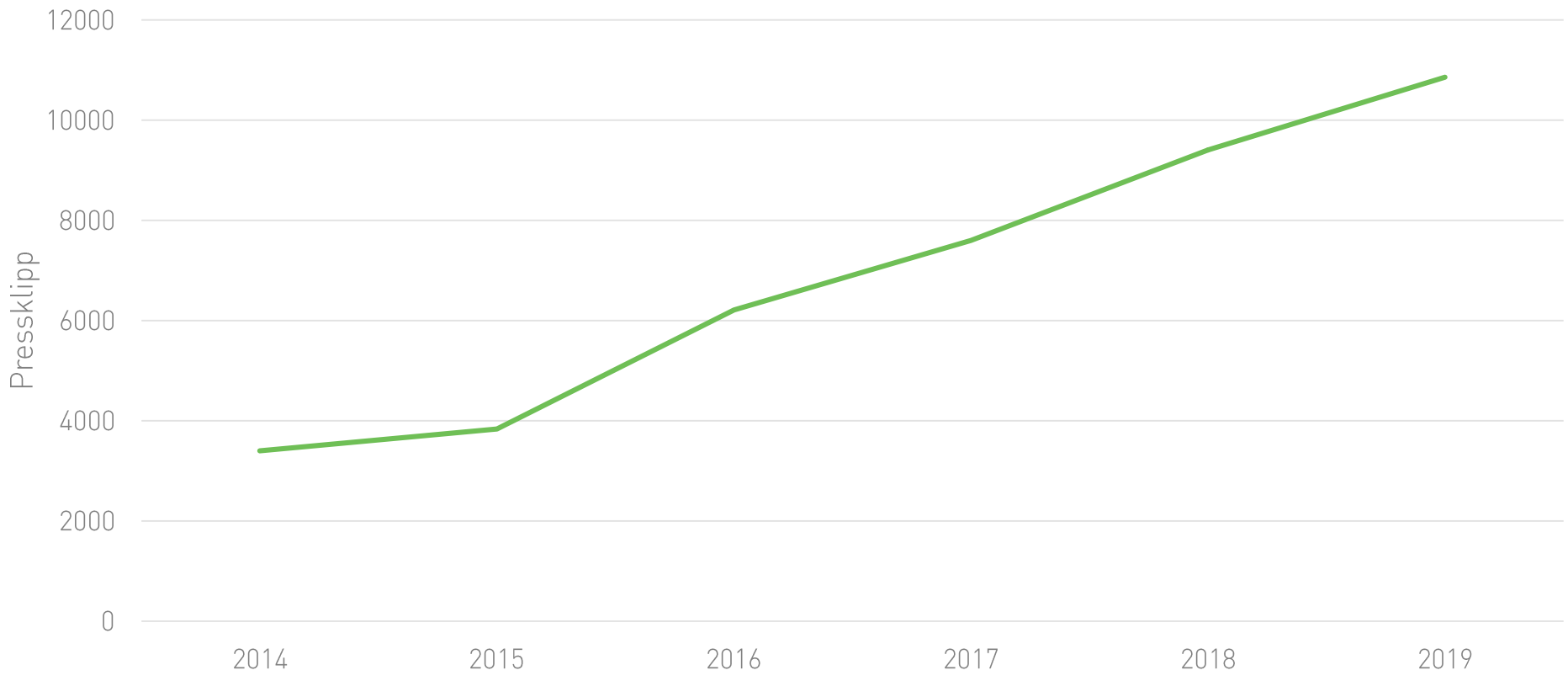
Mat och hälsa i media 2014-2019 (pressklipp)



För 2019 har artiklar jan-jun dubblats för att ge antagande om helåret

...TILLSAMMANS MED VEGANTRENDEN

Mat och hälsa i media 2014-2019 (pressklipp)

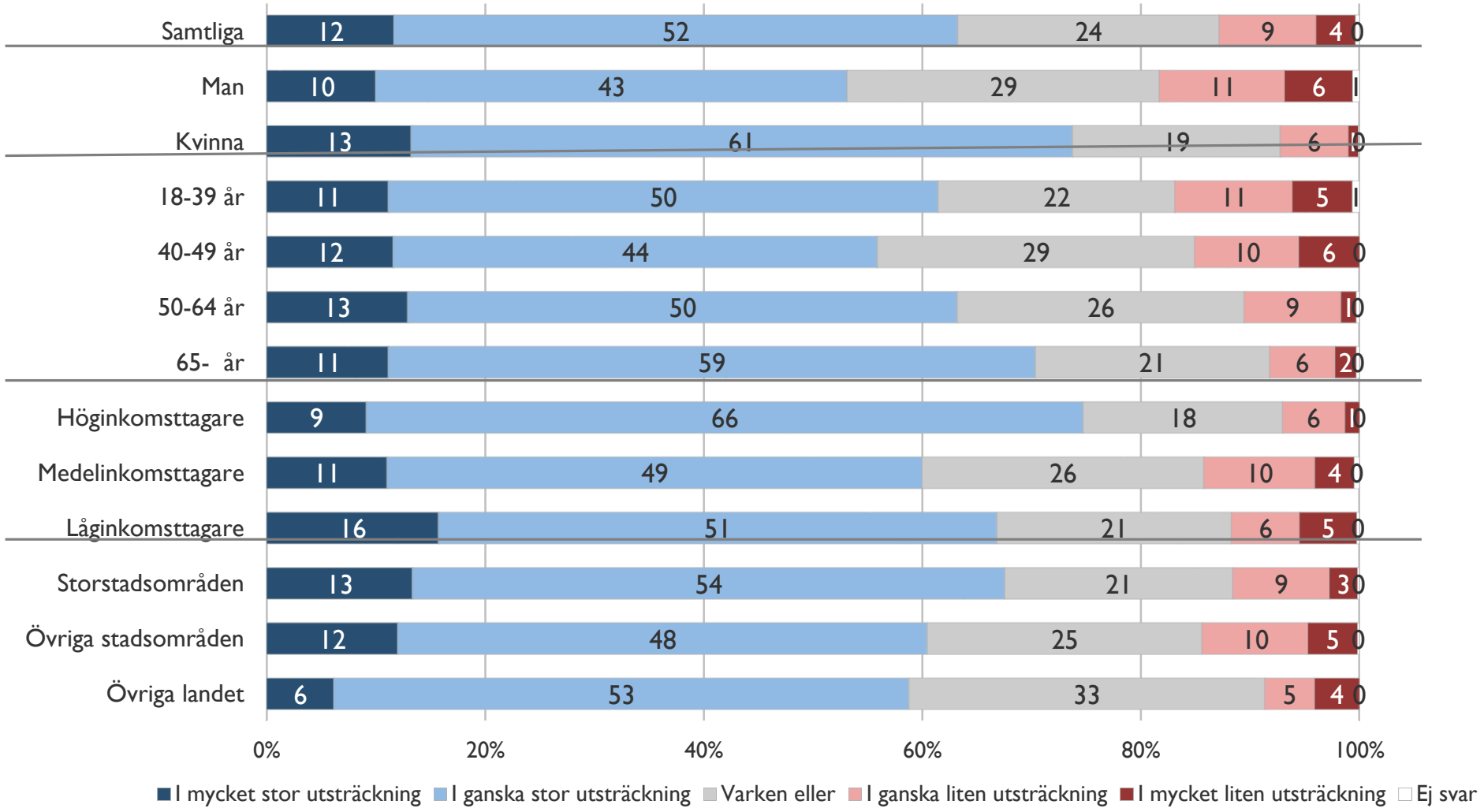


För 2019 har artiklar jan-jun dubblats för att ge antagande om helåret

HUR GÖR SVENSKARNA FÖR ATT ÄTA MER HÄLSOSAMT?

KVINNOR TÄNKER MER PÅ HÄLSOASPEKTER

I vilken utsträckning tänker du på hälsoaspekter när du väljer vilken mat du köper?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

ATT VÄLJA MER GRÖNT ÄR ETT VANLIGT SÄTT ATT ÄTA MER HÄLSOSAMT

Äta mindre och mer sallad

Undvika socker

Äta mer grönsaker och mindre kolhydrater

Small portioner, undvik småätande på kvällen

Varierad kost, inte större portioner än jag förbrukar, undviker kost med socker

Fråga: *Oavsett om du följer en diet eller inte, har du någon egen strategi eller princip för att äta lite mer hälsosamt i vardagen?*

Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

HÄLSOSAM MAT ÄR GRÖN, ALLSIDIG OCH BALANSERAD

Fisk och grönt och vatten

Allsidig kost från hela kostcirkeln

Bra för min kropp i min ålder

Ett balanserat innehåll utan onödigt med socker, fett och artificiella ingredienser.

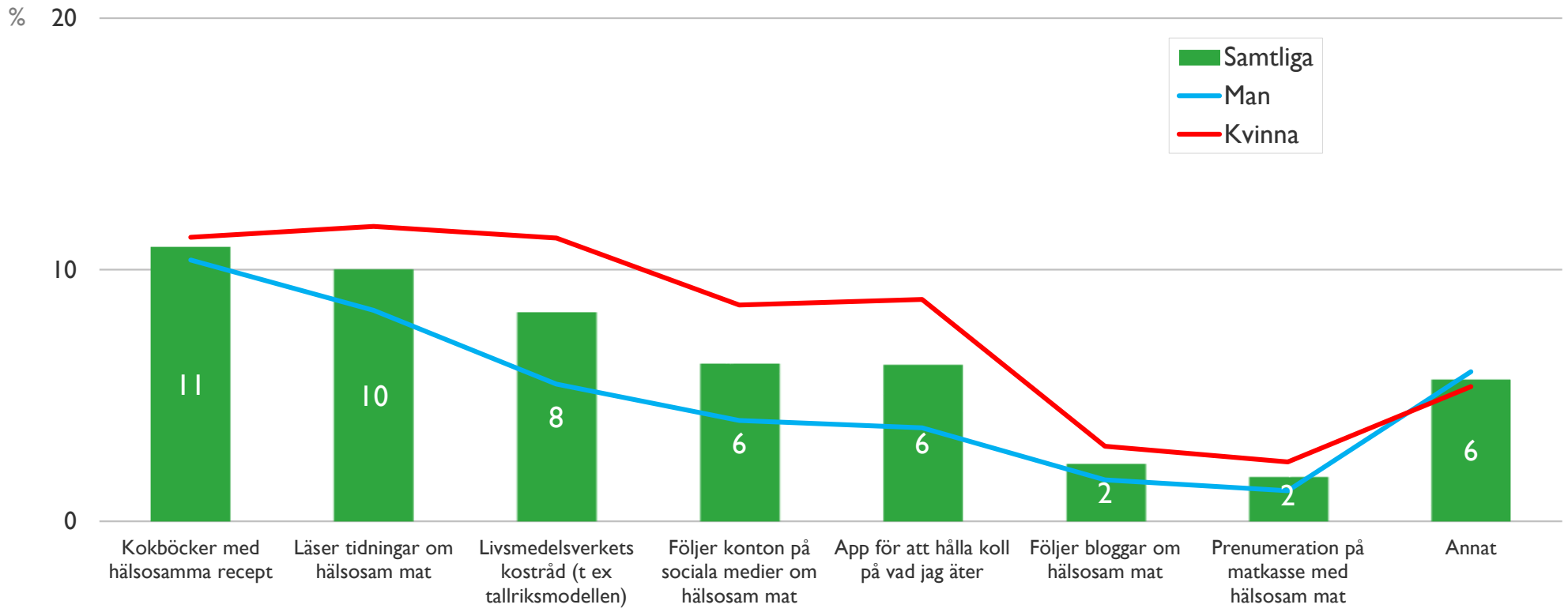
Bra mix av proteiner, fett och vitaminer

Fråga: *Vad är hälsosam mat eller dryck för dig?*

Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

KVINNOR TAR OFTARE HJÄLP AV LIVSMEDELSVERKETS KOSTRÅD

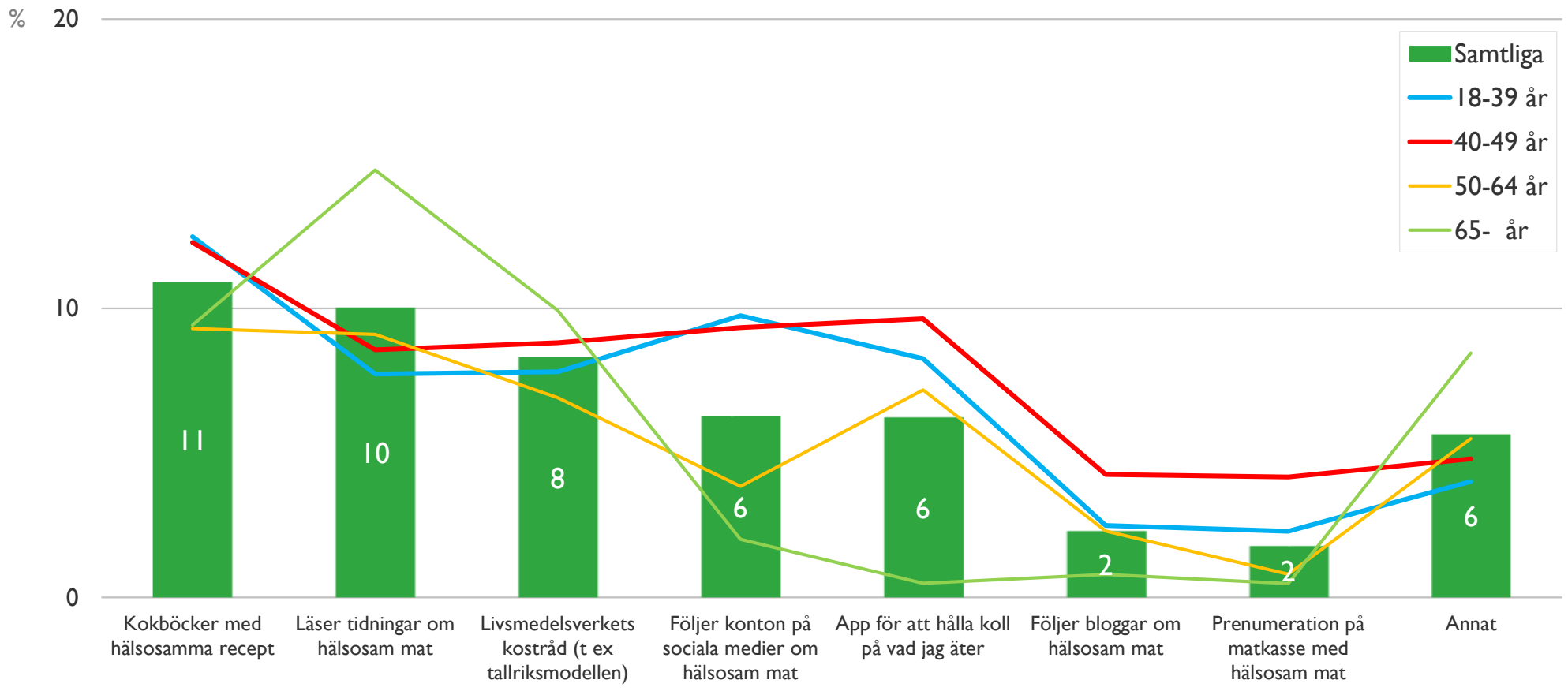
Använder du något hjälpmedel för att äta mer hälsosamt?



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

YNGRE ANVÄNDER HÄLSOAPPAR, ÄLDRE LÄSER HÄLSOTIDNINGAR

Använder du något hjälpmedel för att äta mer hälsosamt?

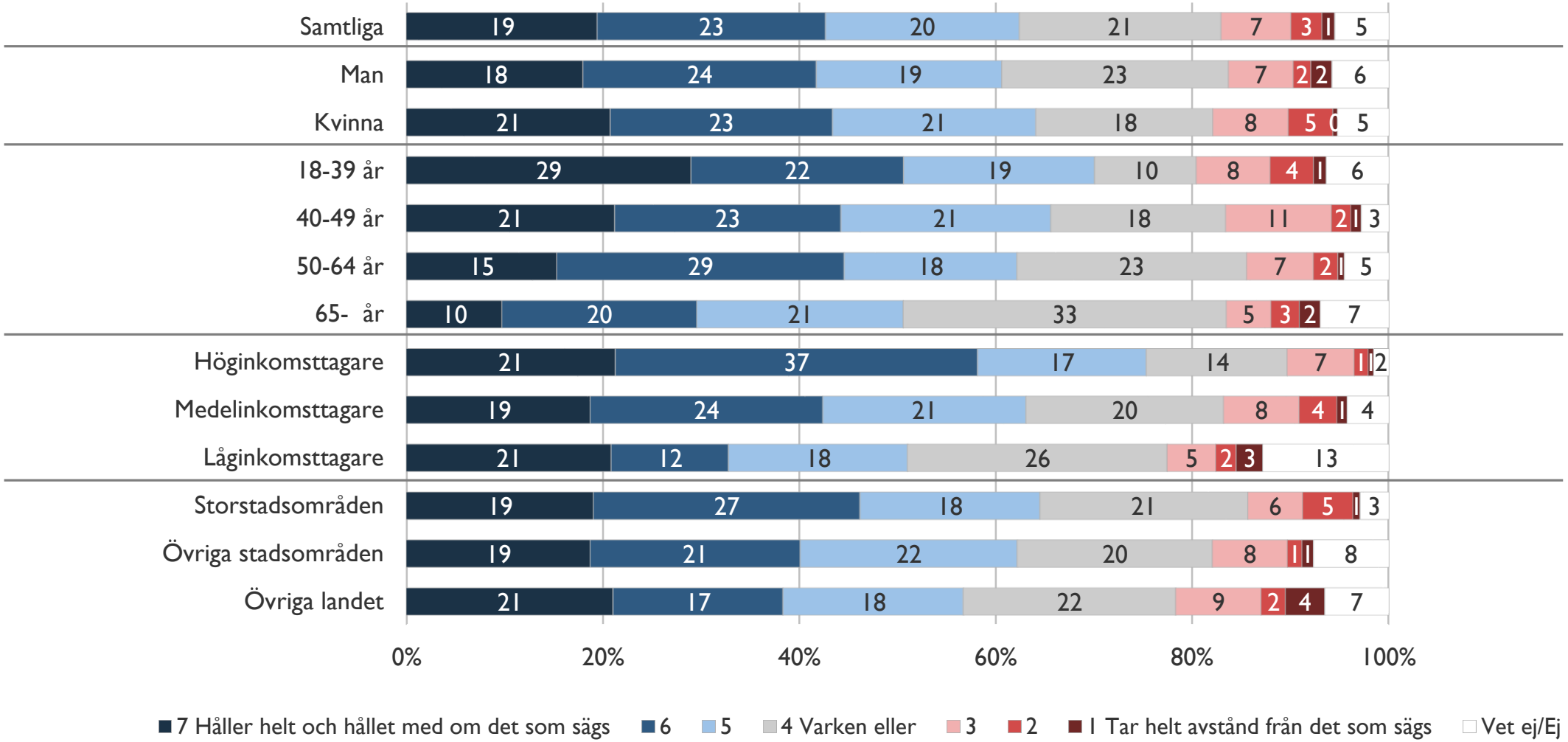


Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

ÄR DET LÄTT ELLER SVÅRT ATT HITTA HÄLSOSAMMA LIVSMEDEL?

FÅ TYCKER DET ÄR SVÅRT ATT HITTA HÄLSOSAM MAT

Tala om i vilken utsträckning du tar avstånd till eller instämmer i påståendet:
Jag tycker att det finns ett utbud av mat och dryck i butikerna som gör det enkelt att välja hälsosamt.



Bas: Samtliga, 1 011 intervjuer

FÖR MER INFORMATION

Daniel Emilson, press- och mediechef,
Livsmedelsföretagen, 076-275 83 60,
daniel.emilson@li.se