

MAT för hälsa och välbefinnande



MAT FÖR HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE

Hur vi som producerar och förädlar livsmedel arbetar med mat och hälsa.

Vad vi äter och hur vi rör på oss har stor påverkan på vår hälsa och många aktörer har ansvar för att främja en sund livsstil där både hälsosamma matvanor och fysisk aktivitet är centralt. Föräldrar, skolor, myndigheter, företag och andra måste tillsammans aktivt arbeta för att skapa bättre förutsättningar för matglädje, hälsa och välbefinnande.

Kostråd och näringsrekommendationer liksom tillgång till kunnig och kompetent personal är viktigt i detta arbete. Med detta som bas vill vi som producerar och förädlar livsmedel göra det enklare för konsumenten att göra medvetna och hälsosamma val genom att:



Erbjuda livsmedel som underlättar för konsumenten att välja god, variationsrik och hälsosam mat och dryck

- Vi erbjuder livsmedel för konsumenten i butik och till restaurang och storkök.
- Vi gör både livsmedel som passar många och för konsumenter med särskilda behov.



Märka, marknadsföra och informera om livsmedel på ett ansvarsfullt, tydligt och balanserat sätt

- Vi tar hänsyn till kostråd och näringsrekommendationer när vi informerar om våra livsmedel genom att visa måttliga portionsstorlekar och visa livsmedlena som en del av en balanserad kost.
- Vi använder möjligheten att märka livsmedel med nyckelhål, närings- och hälsopåstående och gör det på ett för konsumenten tydligt och balanserat sätt.
- Vi marknadsför våra livsmedel på ett ansvarsfullt och vederhäftigt sätt, speciellt de riktade mot barn.

Bidra till ökad kunskap om sambandet mellan matvanor, fysisk aktivitet och hälsa

- Vi sprider information till konsumenter, kunder och medarbetare via förpackningar, faktablad, broschyrer, recept och hemsidor.
- Vi deltar i den offentliga debatten om mat och hälsa med vetenskapligt grundad fakta och information.
- Vi främjar forskning och utnyttjar den nya kunskapen för att kunna erbjuda konsumenten fler hälsosamma livsmedel.



LIVSMEDELSFÖRETAGEN

The Swedish Food Federation

Box 556 80, 102 15 Stockholm
08-762 65 00, info@li.se

Fjärde reviderade upplagan, 2014