

Sporočilo za medije

S PROGRAMOM »Odloči se za POLNOZRNATO« ZA VEČJO KAKOVOST PREHRANJEVANJA

Ljubljana, 3. april 2023 – Spodbuditi potrošnike, da pogosteje v svojo vsakodnevno prehrano vključijo več polnozrnatih izdelkov je cilj, ki si ga je zastavila GZS-Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij v letu 2023, s programom »Odloči se za POLNOZRNATO«. Program, ki ga podpira tudi Ministrstvo za zdravje RS, bo posebno pozornost namenil ranljivim skupinam potrošnikov, zlasti otrokom, mladostnikom in starostnikom.

V okviru aktivnosti programa bo potekalo informiranje potrošnikov o ponudbi polnozrnatih izdelkov ter pomenu vključevanja le-teh v vsakodnevno prehrano. Pri tem bo poseben poudarek na ranljivejših skupinah potrošnikov (otroci, mladostniki, starostniki), pri čemer bo v veliko pomoč tudi aplikacija Katalog živil za javno naročanje, v katerem je zbrana široka ponudba izdelkov, ki so na voljo javnim zavodom. V okviru aktivnosti programa bodo polnozrnati izdelki še dodatno izpostavljeni, kar bo omogočilo, da bodo javni zavodi kot so vrtci, šole in domovi starejših občanov pri izvajanju javnega naročila tovrstne izdelke lažje in pogosteje umestili v vsakodnevno prehrano. Poleg tega pa bo v okviru aktivnosti programa potekalo spodbujanje podjetij k širjenju ponudbe polnozrnatih izdelkov. V ta namen bodo za podjetja organizirani različni dogodki.

Prehranske vlaknine zmanjšujejo energijsko vrednost gostote hrane, ter vplivajo na upočasnjeno praznjenje želodca. Najpomembnejše vire prehranske vlaknine predstavljajo polnozrnata žita, sadje in zelenjava. Priporočljivo je, da se dnevno zaužije 30 gramov prehranske vlaknine.

Polnozrnata žita so nepredelana zrna, ki so sestavljena iz treh delov (otrobi, jedro in kalček) in predstavljajo pomemben vir prehranske vlaknine. Uživanje polnozrnatih žit lahko varuje pred razvojem srčno-žilnih bolezni, koronarno boleznijo srca, sladkorno boleznijo tipa 2, rakom debelega črevesa in posledično smrtnostjo. Priporočljivo je, da se dnevno uživa vsaj majhne porcije polnozrnatih žit. Varovalni učinki zgoraj navedenih bolezni so vidni pri višjih vnosih polnozrnatih žit (do 210 g dnevno).

GZS-Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij

Več informacij na spletnih straneh GZS – Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij:

- www.gzs.si/zkzp
- www.facebook.com/ZavezaOdgovornosti
- www.linkedin.com/company/gzs-zkzp/