



## ALI VESTE?

- V povprečju uživamo preveč sladkorja, soli, nasičenih maščob, nekatere skupine prebivalcev tudi trans maščob in tako presegamo priporočila za še sprejemljiv vnos sladkorja, soli in maščob.
- Uživamo zlasti premalo zelenjave, pa tudi sadja, polnovrednih žit in izdelkov, ter s tem ne zadostimo potrebam po prehranski vlaknini, vitaminih in mineralih.
- Izdelke iz bele moke je priporočljivo zamenjati s polnozrnatimi izdelki, saj ti vsebujejo več hranljivih snovi v primerjavi z izdelki iz bele moke.
- Priporočljivo je tudi spremeniti ritem prehranjevanja–povečati število obrokov na 3 - 5 dnevno ter začeti dan z zajtrkom.

## VODILNI PARTNER

### GZS–Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij

GZS–ZKŽP združuje, povezuje in zastopa kmetijska in živilska podjetja v odnosu do državnih organov in evropskih panožnih združenj, oblikuje stališča in politiko do socialnih partnerjev, pospešuje razvoj dejavnosti ter pretok znanja, idej ter prenaša dobre slovenske in evropske prakse. Zagotavlja strokovno pomoč v obliki svetovanja, izobraževanja, informiranja in usposabljanja.

### Kontakt:

Telefon: 01/ 58 98 296

E-pošta: [zaveza.odgovornosti@gzs.si](mailto:zaveza.odgovornosti@gzs.si)

Splet: [www.gzs.si/zkzp](http://www.gzs.si/zkzp)

[www.zaveza-odgovornosti.si](http://www.zaveza-odgovornosti.si)

[www.facebook.com/ZavezaOdgovornosti](https://www.facebook.com/ZavezaOdgovornosti)



Gospodarska  
zbornica  
Slovenije



NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Zbornica kmetijskih  
in živilskih podjetij



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

DOBER TEK  
Slovenija

Nacionalni program o prehrani in telesni  
dejavnosti za zdravje 2015–2025

## ZAVEZA ODGOVORNOSTI

- Osnovo za program PREŽIVI predstavlja projekt ZAVEZA ODGOVORNOSTI, s katerim želimo prispevati k uresničevanju ciljev prehranske politike Republike Slovenije.
- Zaveze odražajo prepričanje živilske industrije, da je dobro informiran in osveščen potrošnik sposoben izbrati sebi najbolj primerno alternativo v vseh kategorijah živil in pijač glede na lasten življenjski slog.
- Poslanstvo živilske industrije je, da potrošniku ponudi širok spekter najrazličnejših izdelkov in mu da na voljo vse informacije o živilih.

## SPodbujanJE PREOBlikOVANJA IN RAZVOJA NOVIH ŽIVILSKIH IZDELKOV IZBOLjšANE SESTAVE PRI NOSILCIH ŽIVILSKE DEJAVNOSTI S SEDEŽEM V SLOVENIJI (PREŽIVI)

### O PROGRAMU...

- Program PREŽIVI podpira cilje Resolucije o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015 - 2025 in je sofinanciran s strani Ministrstva za zdravje Republike Slovenije. Program je del prizadevanj Dober tek Slovenija za več gibanja in bolj zdravo prehrano.
- Namen programa je živilsko industrijo in ponudnike hrane spodbuditi k preoblikovanju sestave živilskih izdelkov ter povečanju ponudbe koristnih in prehransko ustrežnejših živil.
- Partner programa je Nacionalni inštitut za javno zdravje.

## IZZIVI...



### STRATEŠKI CILJI...

- Zmanjšati vsebnosti sladkorja, soli in maščob v živilih
- Povečati vsebnost prehranske vlaknine v živilih
- Zmanjšati porcije predpakiranih živil
- Dodatno označiti hranilno vrednost živil na prednji strani embalaže
- Doseči večjo ozaveščenost potrošnikov o pomenu izboljšane sestave živil

