

# Kampania informacyjna "Wybieraj bezpieczną żywność" - II edycja - 2022

<https://campaigns.efsa.europa.eu/EUChooseSafeFood/#/index-pl>

Celem kampanii jest zwiększenie wiedzy społeczeństwa na temat roli nauki w zapewnieniu bezpieczeństwa żywności w Unii Europejskiej oraz zachęcenie obywateli do dokonywania świadomych wyborów żywieniowych.

Kampania skierowana jest do grupy odbiorców, którzy nie są specjalistami w dziedzinie bezpieczeństwa żywności i odżywiania w wieku od 25 do 45 lat, ze szczególnym uwzględnieniem kobiet i młodych rodziców.

## Przekaz:

Aby w pełni delectować się jedzeniem, musisz mieć pewność, że jest ono bezpieczne. Dzięki nauce możesz być spokojny! Żywność dostępna na polskim rynku jest bezpieczna. Są produkty bardziej i mniej wartościowe pod względem odżywczym, ale wszystkie są bezpieczne.

Tematami tegorocznej edycji kampanii są:

## **1. Suplementy diety.**

### **Czy jedna tabletkę dziennie może wzmocnić zdrowie?**

Przyjmowanie witamin i składników mineralnych może być częścią porannej rutyny, a liczba suplementów diety dostępnych na rynku jest olbrzymia. Ale jakie jest ich przeznaczenie i kto powinien je przyjmować?

Suplementy to nie leki to środki spożywcze mające na celu uzupełnienie codziennej, słabo zbilansowanej diety. Pełnią funkcje odżywcze lub wspomagające działanie organizmu. Nie mają właściwości leczniczych czy zapobiegających chorobom.

Suplementy w liczbach:

- 72% Polaków deklaruje spożywanie suplementów diety, z czego prawie połowa robi to regularnie.
- 27% Polaków potrafi poprawnie zdefiniować suplementy diety.
- 37% Polaków jest przekonanych, że suplementy diety są testowane pod względem skuteczności

## **2. Higiena żywności (w tym tematyka chorób przenoszona drogą pokarmową).**

### **Co łączy naukę i bezpieczeństwo żywności?**

Nauka, wiedza i fakty chronią konsumentów

Nauka odgrywa kluczową rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa żywności **na Twoim talerzu**. Od pola, przez gospodarstwo i producenta aż do Twojego talerza, naukowcy z całej Europy

monitorują i oceniają zagrożenia by upewnić się, że żywność, którą zdecydujesz się zjeść, jest bezpieczna.

Skuteczne mycie rąk jest jednym z najważniejszych sposobów zapobiegania rozprzestrzeniania się zatruc pokarmowych oraz decydującym czynnikiem wpływającym na bezpieczeństwo. Za bezpieczeństwo żywności dostępnej na polskim rynku odpowiada producent, ale od momentu zakupu żywności, ta odpowiedzialność spada na konsumenta.

Bardzo ważne: odpowiednie przechowywanie żywności, postępowanie z produktem, zgodnie z zaleceniem producenta oraz zasadami higieny pozwala na minimalizację lub uniknięcie zakażenia.

<https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/bezpieczenstwo-zywnosci-zalezy-rowniez-od-ciebie/>

### **3. Znakowanie żywności (z uwzględnieniem alergenów).**

#### **Co jest na etykiecie?**

„Najlepiej spożyć przed”, „Najlepiej spożyć do”, informacje o wartościach odżywczych... jak rozumieć etykiety na produktach spożywczych?

Czytając etykiety i rozumiejąc przedstawione tam informacje dowiesz się, co jest najlepsze dla Ciebie i Twojej rodziny. Informacje te są wymogiem europejskim i mogą pomóc w dokonaniu właściwego wyboru.

Zapewnienie konsumentowi pełnej i autentycznej informacji o produkcie spożywczym jest obowiązkiem każdej z firm produkującej żywność. Są one zobligowane, zgodnie z obowiązującym prawem do odpowiedniego znakowania produktów spożywczych, tak aby dostarczyć konsumentom rzetelnej informacji na temat artykułu. Etykiety produktów żywnościowych dostarczają istotnych informacji ułatwiających podejmowanie świadomych decyzji. Przed zakupem w szczególności warto zwrócić uwagę m.in. na skład, datę minimalnej trwałości lub termin przydatności do spożycia oraz na zawartość netto produktu. W przypadku niektórych produktów, określone są również specjalne warunki przechowywania lub warunki użycia (np. przechowywanie lub użycie żywności po otwarciu opakowania).

Ważną informacją dla osób cierpiących na alergie lub nietolerancje jest wyszczególnienie obecności alergenów w wykazie składników. Takie informacje są uwidocznione poprzez np. pogrubioną lub powiększoną czcionkę.

Etykiety zawierają również informacje o wartości odżywczej produktów oraz RWS.

<https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/8-powodow-dla-ktorych-warto-czytac-etykiety/>

<https://ncez.pzh.gov.pl/informacje-dla-producentow/innovacyjny-sposob-etykietowania-produktow>

Więcej informacji na stronie kampanii:

<https://campaigns.efsa.europa.eu/EUChooseSafeFood/#/index-pl>