

Kuluttajaliiton ja kumppaneiden hanke kannustaa syömään hyvää

Syö hyvää on Kuluttajaliiton ja 21 kumppanin ravitsemuksen ja ruokaviestinnän hanke, jonka pohja on tammikuussa 2014 julkaistuissa suomalaisissa ravitsemussuosituksissa. Hanke opastaa eri kuluttajaryhmiä soveltamaan kansallisia suosituksia omaan elämään sopivaksi kokonaisuudeksi.

Hankkeen voima löytyy suuresta määrästä kumppaneita, jotka kukin tekevät viestiä tutuksi omalla sarallaan. Kumppanit pureutuvat aiheeseen erilaisten kuluttajaryhmien kautta, ja tietoa saavat niin lapset, nuoret, työikäiset kuin vanhuksetkin. Hanke tavoittaa myös terveysalan ammattilaisia. Isoja alahankkeita tekevät Martat, Maa- ja Kotitalousnaiset, Ruokatieto Yhdistys ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Kumppanilista kokonaisuudessaan löytyy sivulta www.syohyvaa.fi/hanke-esittely-yhteydet. Syö hyvää -hanketta rahoittaa Raha-automaattiyhdistys.

- Tärkein viestimme on, että jokaiselle löytyy oma tapa syödä hyvin. Kaikkien ei tarvitse tai kuulukaan syödä täsmälleen samalla tavalla. Ravitsemussuosituksukset ovat hyvä pohja, mutta niitä voi soveltaa itselle sopivaksi, kertoo hankevastaava, Kuluttajaliiton elintarvike- ja ravitsemusasiantuntija **Annikka Marniemi**.

- Hyvän syömisensä peruseriaatteiden avaamisen ja levittämisen lisäksi haluamme edistää avointa ruokakeskustelua. Haluamme kuunnella ja hankkeen kautta antaa ääntä myös eri näkökulmille. Eri näkökulmista löytyy lähes aina jotain yhteistäkin, Marniemi kuvaa.

Siellä missä ihmiset ovat

Syö hyvää –hanke kestää vuoden 2016 loppuun. Kolmen vuoden aikana sekä Kuluttajaliitto että kumppanit järjestävät tapahtumia ja koulutuksia, joilla hyvän syömisensä sanomaa viedään eteenpäin. Tavoitteena on olla siellä, missä voi kohdata ihmiset ja myös terveyden ja ruoka-alan ammattilaiset.

- Järjestämme mm. kattavan koulutuskiertueen neuvontatyötä tekeville terveyden ammattilaisille. Lisäksi hanke näkyy kuluttajamessuilla ja kumppaniemme kautta sadoissa tapahtumissa. Syö hyvää –verkkosivuilla on paljon tietoa ruoasta ja ravitsemuksesta. Toivottavasti siellä käydään myös vilkasta keskustelua aiheesta. Blogimme päivittyy aktiivisesti ja vieraskirjoittajat varmasti herättävät mielipiteitä puolesta ja vastaan, Marniemi kertoo.

Hankkeessa käydään ravitsemuksen ja ruoan kimppuun teemojen avulla. Yhteen aihealueeseen pureutuva teemajakso kestää muutamia kuukausia, ja aiheesta tuotetaan verkkosivuille sisältöä, blogikirjoituksia, videoita ja suurimmista kokonaisuuksista myös seminaareja medialle ja ammattilaisille. Ensimmäinen teema on suola, ja se käynnistyy maaliskuussa 2014.

Keskiviikkona 12.2. klo 10 pidetyn tiedotustilaisuuden voi katsoa klo 14 lähtien hankkeen [You Tube -kanavalta](#)

Lisätiedot

www.syohyvaa.fi

www.facebook.com/syohyvaa

Twitter:

Instagram: SYOHYVAA

You Tube -kanava: Syö hyvää

@syohyvaa