

Järjestöjen kenttäväki haastetaan tekemään terveitä ruokavalintoja

Terve Valinta –kampanjan tavoite on lisätä terveellisten elintarvikkeiden kysyntää ja tarjontaa. Kampanjassa pyydetään järjestöjen jäseniä kysymään kaupoista kampanjaan valittuja tuotteita.

Tavoite on saada kaupan henkilöstö kiinnittämään huomiota terveyden edistämiseen ja pitämään näyttävästi esillä terveellisiä tuotteita. Vähittäiskaupan tarjonta vaikuttaa tuottajien ja teollisuuden tuotevalikoiman kehitykseen.



Syyskuussa toteutettavassa kampanjassa kiinnitetään myös kuluttajien huomiota elintarvikkeiden ravitsemuksellisen sisällön ja pakkausmerkintöjen seuraamiseen. Pakkausten lukutaito auttaa kuluttajia valitsemaan vähemmän rasvaa, energiaa, sokeria ja suolaa ja/tai enemmän kuitua, vitamiineja ja kivennäisaineita sisältäviä tuotteita.

Kaupoista kysytään ja ostetaan seuraavia tuotteita:

1. Ruisleipä, jonka
 - ruisjauhopitoisuus vähintään 50 %
 - kuitupitoisuus vähintään 6 g/ 100 g
 - suolapitoisuus enintään 0,7 g/ 100 g
2. Maustamaton, rasvaton jogurtti
3. Vähäsuolaiset ja vähärasvaiset täyslihhaleikkeleet
 - suolaa enintään 1,8 %
 - rasvaa enintään 3 g/ 100 g
4. Vähäsuolaiset ja vähärasvaiset juustot
 - suolaa enintään 1,2 %
 - rasvaa enintään 17 g/ 100 g
5. Kotimaiset omenat
6. Marjat ja yrtit

- marjamehut ja -hillot
- tuoreet ja pakastetut marjat
- tuoreet ja kuivatut yrtit

7. Tuore kala

8. Marinoimaton siipikarjanliha

Mukaan valitut tuotteet ovat vain esimerkkejä ja terveellisiä tuotteita löytyy runsaasti lisää esimerkiksi Sydänmerkkituotteista. Kampanjassa mukana olevat järjestöt antavat tarkemmat toteutusohjeet.

Kampanjaa toteuttavat jäsenineen Agronomiliitto, Aivohalvaus- ja dysfasialiitto, Arktiset Aromit, Kotimaiset Kasvikset, Kotitalousopettajien liitto, Maa- ja kotitalousnaisten Keskus, Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto, Marttaliitto, Hedelmän- ja Marjanviljelijäin liitto, Ruoka-Suomi teemaryhmä, Suomen Kuluttajaliitto, Suomen 4H-liitto ja Suomen Sydänliitto. Mukana olevien järjestöjen kokonaisjäsenmäärä on lähes 449 000.



Tulosta itsellesi lomake, jota voit täyttää käydessäsi kaupassa:

[tervevalinta lomake \(pdf\) \(59.7 KB\)](#)

Osallistu SYYSKUUN AIKANA kampanjaan ylläolevien ohjeiden mukaisesti. Vastaa tämän jälkeen Kampanjan palautekyselyyn **22.9.-15.10.2008** aikana ja olet mukana tuotepalkintojen arvonnassa. Lisää tietoa arvonnasta ja linkki arvontaan [täältä](#).

