

## Zadanie pre študentov Univerzity Cyrila a Metoda v Trnave

# Budovanie povedomia o flexitariánstve v spojení so značkou Alpro

Spoločnosť DANONE je svetovým lídrom vo výrobe kvalitných a chutných produktov, ktoré sú súčasťou zdravého stravovania a reagujú na špecifické výživové potreby spotrebiteľov. Do nášho portfólia patria mliečne výrobky (značky Activia, Actimel, Fantasia, Kostici, Danone) a výrobky na rastlinnej báze (Alpro, Provamel), výživa pre dojčatá a malé deti (Nutrilon, Hami), a tiež výrobky klinickej výživy (Nutridrink, Forticare, Diasip, Cubitan...).

### Závazky Danone v oblasti udržateľnosti

Zem, a tým aj ľudstvo, čelia čoraz závažnejším ekologickým výzvam. Vedci evidujú nárast objemu skleníkových plynov v atmosfére, citeľnú stratu biodiverzity, otepľovanie planéty spojené s nedostatkom vody v niektorých oblastiach. Danone sa v duchu svojej vízie One Planet. One Health (Jedna planéta. Jedno zdravie) snaží prispieť k ozdraveniu planéty a prijalo niekoľko zásadných záväzkov v oblasti ochrany životného prostredia. Jedným z nich je aj podpora udržateľného stravovania.

#### UDRŽATEĽNÉ STRAVOVANIE

Spôsob, akým vyrábame a spravujeme potraviny (tzv. potravinové systémy), a spôsob, akým sa stravujeme, sa musia zmeniť smerom k udržateľnejším modelom, aby sme dokázali uspieť pri riešení výzvy zachovania prírodných zdrojov našej planéty a zdravie 10 miliárd ľudí do roku 2050.

V súčasnosti asi jedna tretina vyrobených potravín vyjde nazmar, zatiaľ čo asi 30% ľudí na svete trpí podvýživou. Existujúce potravinové systémy a stravovacie návyky sú tiež zodpovedné za 70% využívania sladkých vôd a poľnohospodárskych plodín a 25% emisií skleníkových plynov.

Výzvy, ktorým čelíme, sú naozaj vážne a vyžadujú si našu pozornosť. Pre túto zložitú otázku neexistuje jediné riešenie a všetci musíme spojiť sily. Každý z nás môže prispieť zmysluplnými zmenami svojho každodenného života a to v spôsobe výberu, stravovania a správy svojich potravín. Spoločne sa tak môžeme posunúť smerom k udržateľnejším potravinovým systémom a zdravej strave. Malé každodenné rozhodnutia vrátane toho, čo si uvaríme na obed alebo večeru, môžu mať veľký vplyv na našu planétu.

#### Čo je udržateľné zdravé stravovanie?

- podporuje zdravie a pohodu jednotlivcov,
- má nízky dopad na životné prostredie,

– je dostupné – fyzicky aj cenovo, bezpečné a pestré,

– zapadá do miestnych kultúr, chutí a tradícií.

### **Ako si osvojiť udržateľnejšie zdravé stravovacie návyky?**

Rôznorodá a vyvážená strava pomáha uspokojovať nielen výživové potreby. Stravovacie návyky, ktoré pomáhajú planéte a ľuďom prosperovať, sú v niektorých krajinách čoraz populárnejšie. Sú bohaté na rastliny, rozmanité a dostatočne flexibilné, aby vyhovovali potrebám, preferenciám a kultúre ľudí, čo odráža ich priority v oblasti zdravia a životného prostredia.

**Flexitariánstvo** je jednou z možností, ako sa posunúť k udržateľnejšej strave. Zahŕňa veľa rastlinných potravín – ako je ovocie a zelenina, strukoviny, celozrnné výrobky a orechy – a mierny príjem živočíšnych produktov. Nie je teda natoľko radikálne ako vegánstvo alebo vegetariánstvo, vďaka čomu je prístupnejšou alternatívou na zmenu životného štýlu.

Ako spotrebiteľia máme všetci veľkú moc ovplyvňovať naše zdravie a zdravie našej planéty. Či už lepším pochopením toho, odkiaľ potraviny, ktoré konzumujeme, pochádzajú a tým, ako sa vyrábajú, bližším sledovaním etikiet alebo vedomým výberom prírodnejších a sezónnejších potravín. Všetci môžeme prostredníctvom nášho každodenného jedla a pitia prispievať k udržateľnejšiemu a krajšiemu zajtrajšku.

### **Danone chce byť súčasťou zmeny**

Preto v Danone plne podporujeme tento posun smerom k udržateľnej strave a to prostredníctvom:

– ochrany zdravia zvierat a rozmanitosti rastlín,

– ponukou veľkého portfólia rastlinných alternatív okrem vysoko kvalitných mliečnych výrobkov,

– zameriavaním sa na zdravie, aby sme rastúcemu počtu ľudí ponúkli možnosti stravovania s vysokým obsahom živín vo formátoch vyhovujúcich ich kultúre a životnému štýlu,

– a rozširovaním vedeckých poznatkov o udržateľnej a vyvázenej strave prostredníctvom inštitútov Danone.

## **PRIESKUM SPOLOČNOSTI DANONE O FLEXITARIÁNSTVE**

S cieľom podpory moderného životného štýlu pred niekoľkými rokmi vznikol stravovací režim nazývaný flexitariánstvo, ktorého vyznávači obmedzujú spotrebu mäsa. Prieskum spoločnosti Danone ukázal, že v slovenskej populácii sa týmto spôsobom stravujú iba 2,3 % populácie a niekedy o ňom počulo takmer 12 % ľudí. Vďaka flexitariánstvu sa pritom vie každý posunúť bližšie k udržateľnému stravovaniu. Na výrobu potravín rastlinného pôvodu sa vo väčšine prípadov využíva oveľa menej vody či pôdy, než na produkciu ich náprotivkov živočíšneho pôvodu. Navyše, tieto rastlinné potraviny majú nižšiu uhlíkovú stopu. Aj preto má stále viac ľudí záujem o flexitariánsky spôsob stravovania. Častejšie zaraďovanie potravín s rastlinným zložením predstavuje účinný spôsob, akým môže každý z nás pomôcť životnému prostrediu.

Nedávno uskutočnený prieskum spoločnosti Danone ukázal, že až 50 % Slovákov konzumuje mäso takmer každý deň a ďalších 40 % aspoň 1-2 krát týždenne. Naopak, produkty na rastlinnej báze ako sú sójové nápoje alebo rastlinné alternatívy k mäsovým či mliečnym výrobkom, nikdy neochutnalo viac ako 30 % opýtaných a menej ako raz týždenne ich konzumuje takmer 42 %. Ak už ľudia tieto produkty kupujú, robia to pre svoje zdravie (31,3 %), chuť (15,7 %) alebo kvôli potravinovej intolerancii (5,9 %). Až ako štvrtý dôvod respondenti uvádzali práve starostlivosť o planétu (5,3 %). Flexitariánstvom sa riadi 2,3 % obyvateľov, v generácii 18 – 26 rokov je to dokonca takmer 5 %. Najviac flexitariánov je v mestách s 20 až 100 tisíc obyvateľmi.

Zdravý jedálniček musí byť vyvážený a hlavne pestrý. Dominovať by v ňom mala rastlinná strava, ale zároveň treba myslieť aj na prísun bielkovín, ktoré sa prirodzene nachádzajú v mäse alebo mliečnych produktoch. V stravovacích návykoch Slovákov pretrvávajú niektoré zvyky zo skorších čias, ktoré ale v súčasnom životnom štýle nemajú svoje opodstatnenie. Nadmerná konzumácia mäsa, ktorá nezodpovedá individuálnym potrebám jedinca, môže zvyšovať riziko srdcovo-cievnych chorôb, cukrovky, prípadne aj niektorých zhubných nádorov. Ľudia často začínajú riešiť svoj jedálniček až pri prvých zdravotných problémoch, pritom by sa ich mohli v mnohých prípadoch vyvarovať oveľa skôr. Potvrdzujú to aj výsledky prieskumu, kde vyše 70 % ľudí uviedlo, že ak by mali znížiť spotrebu mäsa, urobili by tak zo zdravotných dôvodov napr. chronického neprenosného ochorenia alebo zvýšenej hladiny cholesterolu v krvi.

## O značke Alpro

Čo stálo za zrodením značky Alpro? Na začiatku sme si položili jednoduchú otázku: Čo keby sme namiesto toho, aby sme krmili sójou zvieratá, z nej urobili lahodné a výživné produkty plné potrebných bielkovín, ktoré by mohli pomôcť v boji proti hladu v rozvojových krajinách? Po rokoch testovania a výskumu sa v roku 1980 zrodil prvý sójový nápoj Alpro. Všetko teda začalo sójou a postupne sa pridávali ďalšie ingrediencie a kategórie, ako alternatívy jogurty, mliečnych dezertov alebo smotany.

Najdôležitejšou myšlienkou, a teda aj našou víziou v Alpro je, že veríme v neuveriteľnú silu rastlín a sme odhodlaní o tom presvedčiť aj iných.

Dlhodobo máme za cieľ sa tiež zameriavať na tieto 3 piliere:

1. Vyrábať rastlinné produkty, ktoré budú všetkým chutiť >> byť neustále pioniermi v Plant Based kategórii a prichádzať so skvelými produktmi, ktoré budú lákať viac a viac ľudí do rastlinného životného štýlu.
2. Podnikať kroky k zdravému rastlinnému životnému štýlu >> byť známi tým, že pomáhame ľuďom zmeniť pohľad na to, ako jedia a žijú tým, že vyrábame rastlinné produkty, ktoré sú dostupnejšie pre každého.
3. Podnikáme kroky vedúce k podpore životného prostredia >> ako pionieri sa snažíme chrániť a zachovať našu planétu všetkým, čo robíme.

Už od začiatku sme na ceste, ktorá sa postupne mení a vyvíja. S tým súvisí aj to, ako komunikujeme smerom k spotrebiteľom.

Na začiatku to bolo celé hlavne o sóii a komunikácia bola realizovaná sa zameriavala najmä na spotrebiteľov s rôznymi alergiami alebo intoleranciami. Aktuálne prechádzame z komunikácie zameranej na všetky produkty na komunikácie smerom viac k samotnej značke, kde ukazujeme produkty v ich využití a zdôrazňujeme ich skvelú chuť, ale tiež že rastlinné produkty sú prospešnou zmenou pre naše zdravie a planétu.

To nás vedie k našej hlavnej platforme, ktorou sa riadime vo všetkom, čo robíme a ktorú sme spustili začiatkom roku 2019 >> platforma GOOD FOR YOU! (DOBRE ROBIŠ!).

A prečo teda Alpro?

1. Alpro je zakladateľom Plant Based kategórie a so 40 rokmi skúseností sa môžeme nazvať expertmi kategórie.
2. Alpro ponúka širokú škálu produktov cez rôzne podkategórie až po rôzne ingrediencie.
3. Produkty majú skvelý nutričný profil vďaka tomu, že do nich pridávame zdraviu prospešné živiny.
4. Zakladáme si aj na chuti našich výrobkov, tak aby chutili naozaj každému.
5. Udržateľnosť je pre nás veľmi dôležitá >> od pestovania až po dobre recyklovateľný obal.

## **ZADANIE: Budovanie povedomia o flexitariánstve v spojení so značkou Alpro**

Na základe prieskumu spoločnosti Danone vyplynulo, že povedomie o flexitariánstve, či aplikácia tohto stravovacieho režimu do praxe, je na Slovensku veľmi nízka. Zadaním je zvrátiť túto situáciu a vytvoriť kampaň smerovanú na spotrebiteľa budujúcu povedomie o flexitariánstve: dopad na zdravie človeka aj na zdravie planéty. Prepojenie vzdelávacej kampane so značkou Alpro s jej širokým portfóliom produktov z rôznych ingrediencií ako aj vlajkovou loďou flexitariánstva u nás i vo svete.