

Według szacunków, tegoroczne zbiory warzyw i owoców będą skromniejsze niż w roku ubiegłym. Może zaistnieć obawa, że mniejsze plony przełożą się na uboższą konsumpcję tego segmentu produktów.

Tymczasem trwająca od października 2008 roku kampania „5 porcji warzyw, owoców lub soku”, którą prowadzi Krajowa Unia Producentów Soków, ma na celu przekonanie Polaków do spożywania właściwej ilości warzyw i owoców w różnych formach, niezależnie od wahań sezonowych.

Polacy ciągle jedzą zbyt mało warzyw i owoców – i to nie tylko świeżych, ale i przetworzonych. Jak się okazuje, w porównaniu z sąsiadami – na przykład Niemcami – zjadamy ich o połowę mniej. Prognozy dla rynku warzyw i owoców wskazują, że tegoroczne zbiory będą skromniejsze niż w latach ubiegłych. Czy fakt ten przełoży się na bardziej ograniczone spożycie tego segmentu produktów?

Wahania sezonowe w wielkości zbiorów mogą być czynnikiem, który wpłynie na ilość spożywanych warzyw i owoców. Dochodzi do tego również brak wiedzy i niska świadomość ich roli w zbilansowanej diecie. By przeciwdziałać takiemu zjawisku i zwiększyć spożycie produktów warzywno-owocowych przez polskich konsumentów, Krajowa Unia Producentów Soków rozpoczęła jesienią 2008 roku kampanię „5 porcji warzyw, owoców lub soku”, której celem jest promocja odpowiednio zbilansowanej diety, szczególnie wśród młodych kobiet i matek oraz dzieci.

Impulsem do rozpoczęcia kampanii były badania społeczne przeprowadzone w grudniu 2008 roku, które wykazały, że świadomość Polek, ich wiedza o konieczności spożywania warzyw, owoców i soków nie jest wystarczająca, a kampania edukacyjna w tym zakresie bardzo potrzebna. Choć respondenci w większości zgadzali się z komunikatami o zdrowotnych właściwościach warzyw, owoców, soków i zawartych w nich cennych składnikach, wciąż nie do końca potrafią z tej wiedzy korzystać. Tylko 3% ankietowanych kobiet spożywała owoce i warzywa lub piła soki pięć razy dziennie, a świadomość, że konieczna jest konsumpcja produktów tego segmentu w tej ilości, wykazywało zaledwie 16% respondentek.

Po kilku miesiącach prowadzenia różnorodnych aktywności, kolejna fala badań przeprowadzonych na wiosnę 2009 przez instytut badawczy IQS & QUANT Group na ogólnopolskiej próbie 300 kobiet w wieku 25–49 lat, posiadających dzieci w wieku 3–13 lat, wskazuje na wzrost świadomości Polek w kwestii konieczności spożywania warzyw i owoców oraz picia soków. Znajomość kampanii „promującej spożywanie owoców, warzyw lub soku” deklaruje 41% badanych kobiet, podczas gdy w badaniu przeprowadzonym w grudniu 2008 było to zaledwie 27%. Do sukcesów kampanii zaliczyć można także wyraźny wzrost spożywania soków przez dzieci w porównaniu z pomiarem z grudnia 2008: z 19% do 30%. Co istotne, występuje również większa świadomość, że możliwie jest zastępowanie surowych warzyw i owoców, gdy nie ma ich pod ręką – w deklaracjach matek występuje tendencja do zastępowania owoców i warzyw sokiem (wzrost z 64% do 69%). Bez wątplenia coraz częściej zdajemy sobie sprawę z wygody takiej formy serwowania zdrowej żywności, jaką dają nam właśnie soki. Doskonale pokazuje to przykład matek dających je dzieciom do szkoły jako formę owocu – ich liczba wzrosła (z 7% do 15%).

Kampania „5 porcji warzyw, owoców lub soku”, współfinansowana ze środków Unii Europejskiej, ma na celu informowanie społeczeństwa o tym, jak ważne dla naszego zdrowia okazuje się spożywanie właśnie 5 porcji warzyw, owoców oraz soków dziennie, co oznacza pojęcie „porcja” oraz że porcją może być również sok. Podobne kampanie z dużym powodzeniem prowadzone są w wielu krajach Europy.

Jak twierdzi Julian Pawlak, prezes KUPS: „Nasza inicjatywa ma na celu zwiększenie świadomości i wiedzy na temat właściwie zbilansowanej diety oraz zachęcenie do wdrożenia jej w życie. A 5 porcji dlatego, że – jak twierdzą eksperci – jest to optymalna owocowo-warzywna dawka dla naszego organizmu. Wystarczy niewiele, aby zrobić coś pozytywnego dla swojego zdrowia. Jedna porcja to średniej wielkości owoc, warzywo lub szklanka soku. Dobrze jest pamiętać o tej różnorodności, zwłaszcza, że np. wypicie soku jest jednym z najwygodniejszych sposobów na spożycie

porcji poza domem”.

Celem kampanii jest edukowanie i stopniowe zmienianie postaw konsumentów. Kluczowym przekazem kampanii pozostaje komunikowanie, że warzywa i owoce powinny stać się elementem każdego posiłku, codziennie. Warzywa i owoce powinny zostać włączone do diety każdego Polaka w ilości 5 porcji dziennie.

Kampania „5 porcji warzyw, owoców lub soku” jest już na półmetku, gdyż realizację obecnej edycji przewidziano do października 2010 roku. Organizatorzy planują, że przez cały czas jej trwania przeprowadzone zostaną intensywne działania – reklamowe i edukacyjne, które rozpoczną się akcją skierowaną do szkół. Równocześnie kontynuowane będą aktywności w zakresie zarówno public relations, jak i kampanii w mediach.

Przez cały czas trwania akcji działa strona [www.5porcji.pl](http://www.5porcji.pl), na której znaleźć można informacje dotyczące właściwego żywienia, porady ekspertów oraz różnorodne przepisy kulinarne – kierowane do matek. Pod tym samym adresem działa również strona dla dzieci, gdzie nie brakuje komiksów, ciekawostek i owocowo-warzywnych gier.

---

#### **Kampania społeczna „5 porcji warzyw, owoców lub soku”**

Program społeczno-edukacyjny „5 porcji warzyw, owoców lub soku” realizuje Stowarzyszenie Krajowa Unia Producentów Soków (KUPS), a współfinansowany jest przez Agencję Rynku Rolnego ze środków Unii Europejskiej i budżetu Polski. Kampania jest odpowiedzią na wyniki badań, które wskazują, że Polacy wciąż spożywają za mało owoców i warzyw. Program kierowany jest głównie do mam i dzieci, ma na celu poinformowanie, dlaczego tak ważne jest wprowadzenie do diety 5 porcji warzyw, owoców i soków. Przy czym „porcją” może być średniej wielkości owoc lub warzywo, kilka drobnych sztuk, a także sok (szklanka). Program ma na celu dotarcie do jak największej liczby osób i zachęcenie do urozmaicania swojej diety owocami, warzywami i sokami, które są źródłem naturalnych witamin.

#### **Agencja Reklamowa S4**