



Susanne Tøttenborg, Kræftens Bekæmpelse

2022-10-05 10:00 CEST

Ja tak - lidt mindre!

Ja tak lidt mindre kampagnen er sat i verden for at forebygge overvægt og motivere producenter til at gøre pakker og portionsstørrelser lidt mindre. Vi har mødt Susanne Tøttenborg, projektleder fra Kræftens Bekæmpelse til en samtale om, hvordan producenterne har modtaget projektet og hvad forbrugerne siger til at skulle spise lidt mindre og spurgt indtil, hvordan udviklingen går inden for brød- og wienerbrødkategorierne.

1.Bio Susanne Tøttenborg

Jeg arbejder i Kræftens Bekæmpelse, primært med overvægt, og leder Ja tak, lidt mindre-indsatsen. Jeg har arbejdet i partnerskaber siden 2004, i en årrække som leder af 6 om dagen – spis mere frugt og grønt, som var det første privat/offentlige partnerskab inden for sundhed. Jeg var med i Fuldkornpartnerskabet fra starten, faktisk som næstformand i nogle år, og I er stadig en stor inspiration for mig. Mine mange første arbejdsår var inden for international fødevarerhandel og dansk detailhandel, inden jeg blev uddannet cand.comm. i Journalistik og Forvaltning i 2003.

2.Ja tak lidt mindre indsatsen– hvad går den ud på og hvem står bag?

Ja tak, lidt mindre er en forebyggelsesindsats mod overvægt. Formålet er at få producenter, detailhandel og foodservice til at gøre pakker og portioner lidt mindre, dvs. downsize. Det er veldokumenteret, at større portioner får os til at spise og drikke mere. Det øger risikoen for overvægt og mange sygdomme. Vi er et privat/offentligt partnerskab med 19 partnere fra brancheorganisationer, virksomheder, NGO'er, myndigheder, uddannelse, fagforbund og kommunikation.

3.Udover forebyggelse af overvægt- hvilke andre fordele ser du, at Ja Tak lidt mindre kan bidrage med?

WHO vurderer, at overvægt/svær overvægt vil være en større sygdomsrisiko end tobak om nogle årtier. Den udvikling kan vi ikke behandle os ud af. Vi skal forebygge, og det er vores hovedfokus. Men downsizing er også godt for klimaet. Uanset om en større portion fører til madspild eller ubevidst overspisning, så er det overforbrug og en klimabelastning. I øjeblikket med stigende priser på alt, kan virksomheder med fordel veksle en evt. prisstigning – eller noget af den - til en mindre portion. Det vil betyde noget for kundernes økonomi.

4.Hvordan har producenterne modtaget indsatsen?

Blandet. Nogen siger, at det er urealistisk. Mange kan se logikken, men skal vænne sig til tanken efter flere årtier med supersizing. Nogle gør det allerede, men siger det ikke højt, for de er bange for reaktionerne, altså at kunderne vil føle sig snydt. Jeg tror, tiden er med os. Det er kendt, at pris- og afgiftsstigninger omsættes til en lidt mindre mængde. Jeg håber på, at de mindre pakker eller portioner bliver den nye normal, når tiderne igen bliver bedre.

5.Hvad siger forbrugerne?

Vi har en del forsøg efterhånden, som viser, at det er svært – nærmest umuligt – at se 10 % forskel i størrelsen på en vare, selvom de står ved siden af hinanden. Og en ny undersøgelse fra DI Fødevarer viser, at mange forbrugere godt kan se fidusen, både i forhold til madspild, vægt/sundhed og klima. Og hver 3. forbruger siger, at de foretrækker mindre portioner frem for prisstigninger.

6.Hvordan går udviklingen inden for brød og wienerbrøds-kategorien?

Det ved jeg faktisk ikke. Jeg har ikke adgang til den slags data, og jeg vil ikke kunne se en mindre forskel i størrelsen på hylden. Jeg ved dog, at 7-Eleven har downsizet en del af deres bagerisortiment og fortsætter ad den vej. Indtil videre har sparet danskerne for 122 mio. kalorier og 12 tons fedt, salt og sukker. Fuldkornpartnerskabets partnere og andre må meget gerne kontakte mig, hvis de har downsizet. Vi har brug for cases til inspiration for andre. Ring eller skriv til mig på sto@cancer.dk / tel 3038 2303.

7.Har du nogle gode tips som forbrugerne kan anvende i hverdagen, så det bliver nemmere at spise mindre?

Ja. Gode tricks er bl.a.

- Ikke at købe mere, end man skal bruge. Storkøb giver ofte storforbrug, ikke besparelser.
 - Bruge mindre tallerkener og glas, så hælder men mindre op
 - Det er ok at levne, når man er mæt, hvis man har fået en for stor portion
 - Skær ned for mængden, uden at skære ned på nydelsen: Vælg 1 kugle is i stedet for 2, tag et lidt mindre stykke kage, køb en lidt mindre sodavand, pose slik eller chips, drik en mindre cafe latte osv. Vidste du forresten, at en cafe latte på sødmælk (30 cl) indeholder lige så mange kalorier som en dåse-cola (33 cl)?
-

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevarer virksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36