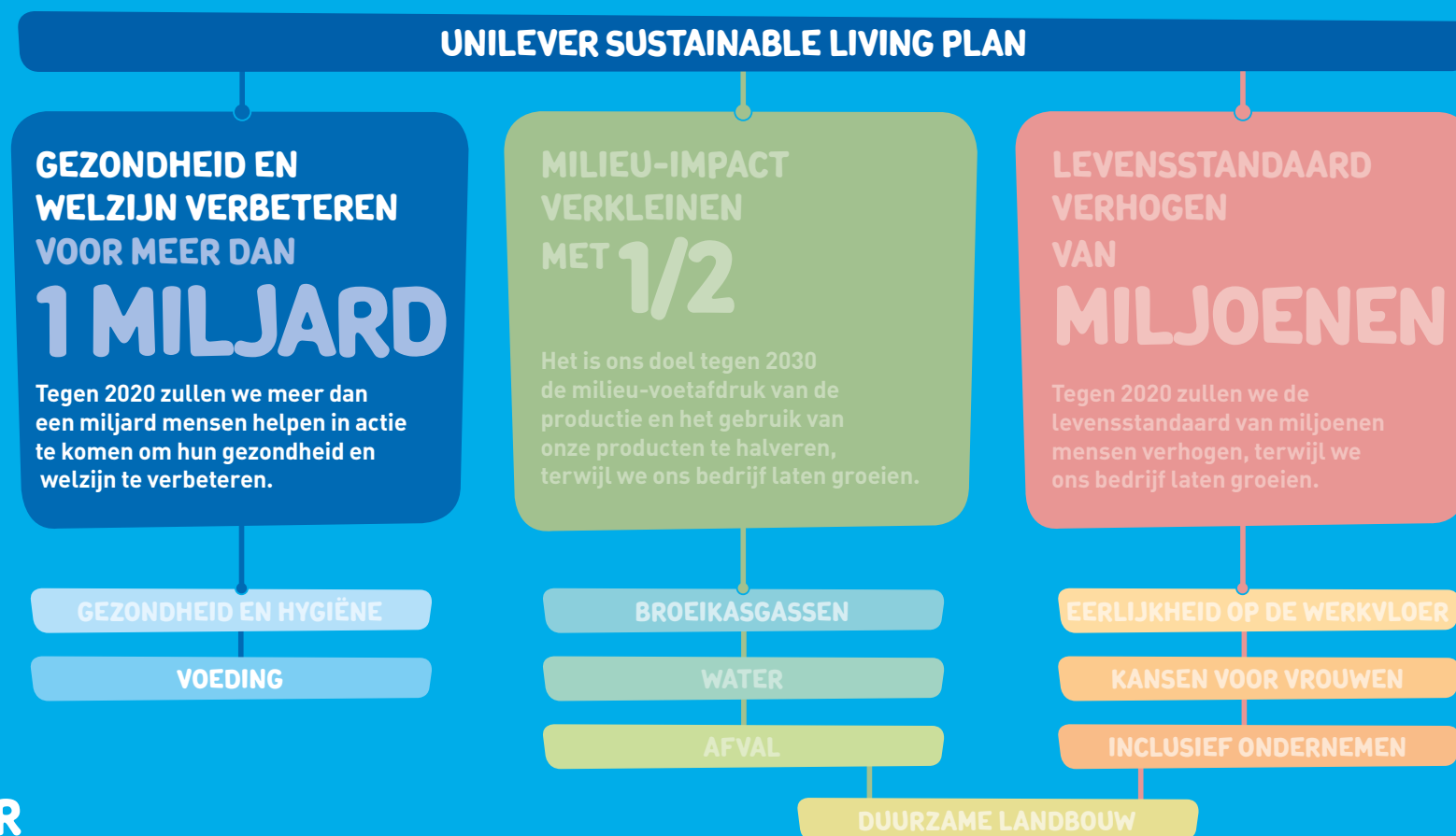


## SAMEN VERBETEREN WE ONZE GEZONDHEID EN WELZIJN. WAT HEEFT UNILEVER IN 2015 OP DIT GEBIED BEREIKT

Op dit moment zijn we vijf jaar onderweg met het Unilever Sustainable Living Plan. In deze periode hebben we veel bereikt én veel geleerd. We hebben bestaande ambities aangescherpt en zijn nieuwe uitdagingen aangegaan. We groeien op een duurzame manier, wereldwijd én in de Benelux. Hier vindt u een overzicht van onze voortgang in 2015 en begin 2016 in de Benelux op gebied van voeding.



WERELDWIJD ZULLEN WE  
TEGEN 2020 MEER DAN EEN  
MILJARD MENSEN HELPEN IN  
ACTIE TE KOMEN OM HUN  
GEZONDHEID EN WELZIJN TE  
VERBETEREN. IN DE BENELUX  
RICHTEN WE ONS VOORAL OP  
PRODUCTVERBETERING,  
INFORMEREN OVER GEZONDE  
VOEDING, ZELFVERTROUWEN  
VAN JONGE MENSEN  
VERGROTEN EN MENSEN  
STIMULEREN MEER TE  
BEWEGEN.

## VOEDING

### ZOUTGEHALTE VERLAGEN

- In de Benelux hebben we het zoutgehalte in onze producten al aanzienlijk verlaagd. We werken hard aan verdere verlaging om ervoor te zorgen dat tegen 2020 75% van ons wereldwijde Foods-assortiment voldoet aan zoutgehalten die een zoutinname van maximaal 5 g per dag mogelijk maken, zoals aanbevolen door de Wereldgezondheidsorganisatie.
- 62% van ons Foods-portfolio in de Benelux gemeten naar volume voldeed in 2015 aan de doelstelling van 5 g zout per dag.
- Conimex (NL) slaagde erin het zoutgehalte van de satésaus (ready-to-use, 400g) te verlagen. De milde variant bevat nu bijna 14% minder zout en de pikant werd met 19% in zout verlaagd.
- Cup-a-Soup (NL) verlaagde het zoutgehalte over het gehele portfolio met gemiddeld 5%.
- Ook Knorr (NL) zette mooie stappen. De nieuwe mixen van Knorr 'Natuurlijk lekker!' Bolognese, Ratatouille, Couscous Pan en Goulash voldoen aan de doelstelling om een maximale inname van 5g zout per dag te behalen.
- Unox soep (NL) bracht in 2015 drie nieuwe smaken op de markt, namelijk de pittige erwtensoep, tomaat met extra gehaktballen en de romige kip-champignonsoep. Ook Conimex bracht drie soepen op de markt met de smaken Thai, Indonesische pinda en Curry. Deze soepen voldoen al aan de nationale richtlijn om een dagelijkse inname van 6g zout per dag mogelijk te maken. We werken hard aan verdere verlaging van het zoutgehalte om in 2020 onze doelstelling van maximaal 5g zout te behalen.
- Met de onlinezouttest willen we consumenten bewuster maken van hun zoutinname ([www.zouttest.nl](http://www.zouttest.nl) en [www.zouttest.be](http://www.zouttest.be)). In 2015 hebben 14.800 mensen in de Benelux de zouttest gedaan.

### MENSEN MOTIVEREN GOED VOOR HUN HART TE ZORGEN

- Als onderdeel van de cholesterolbewustzijns-campagne ontwikkelde Becel ProActiv in 2013 de Cholesterol Starterskit voor mensen in de Benelux die actief hun cholesterolgehalte willen verlagen als onderdeel van een gezonde voeding met voldoende groente en fruit en een gezonde leefstijl. Sinds de start van de campagne in 2013 hebben meer dan 150.000 Belgen en 800.000 Nederlanders een Starterskit ontvangen.

- Een hoog cholesterolgehalte is een risicofactor voor de ontwikkeling van hart- en vaatziekten. Om mensen op een gemakkelijke manier hun cholesterolgehalte te laten meten, startte in februari 2014 de Nationale Cholesterol Test bij 375 filialen van Service Apotheken, met steun van de Hartstichting, de Nederlandse Vereniging van Diëtisten en Becel ProActiv. In totaal werden 25.000 mensen getest. Als vervolgstap werd in juni 2014 de Stichting Nationale Cholesterol Test opgericht en is de Nationale Cholesterol Test 'on tour' gegaan met mobiele priklocaties. Consumenten kunnen zonder afspraak, bij hen in de buurt, het cholesterolgehalte laten meten. In 2014 werden zo nog eens 140.000 mensen getest en geïnformeerd over hun bloedcholesterolwaarden. Meer informatie is te vinden op [www.nationalecholesteroltest.nl](http://www.nationalecholesteroltest.nl).



## VETSAMENSTELLING VERBETEREN

- In het Belgische Zonhoven deden in september 2014 inwoners met een verhoogd cholesterol mee aan 'Zonhoven Start', een initiatief om hen te helpen hun cholesterolgehalte te verlagen met behulp van gezonde voeding en dito leefstijl. De resultaten waren positief. Na vier weken had 77% van de 52 deelnemers hun cholesterolgehalte verlaagd. In maart en september 2015 werden er opvolgmetingen georganiseerd bij dezelfde deelnemers om na te gaan of de lagere cholesterolwaarden ook nadien konden behouden blijven. We zagen een lichte terugval bij de eerste maand na het afronden van de campagne, en opnieuw bij de tweede meting. Wel bleven de gemiddelde cholesterolwaarden onder de cholesterolwaarden van de o-meting voor de campagne, wat betekent dat het effect van de campagne tot een jaar na de interventie nog steeds voortduurde.
- Tijdens de 'Week van het Hart' in september 2015 werden op verschillende locaties (parkings van Delhaize warenhuizen) in het land gratis informatie en deskundige tips over voeding en leefstijl vertrekt aan de klanten van Delhaize. Bij 1.029 mensen werd het cholesterol gemeten, de Body Mass Index berekend en werden Becel ProActiv starterskits uitgedeeld met leuke ideeën voor gezonde recepten. Via deze roadshow riepen Becel en Delhaize mensen op evenwichtiger te eten én gezonder te leven.
- In 2015 bevatte 97% van ons Benelux assortiment zachte margarines op basis van plantaardige olie\*\* niet meer dan 33% verzadigd vet en ten minste 67% goed, onverzadigd vet.
- Daarnaast leveren onze belangrijkste spreads in kuipjes (Becel, Blue Band en Planta) ten minste 15% van de essentiële vetzuren zoals aanbevolen in internationale voedingsrichtlijnen.
- De nieuwe Becel met Roomboter (NL) heeft de verfijnde smaak van roomboter maar bevat 50% minder verzadigd vet dan roomboter. Becel met roomboter draagt als enige smeerbaar melangeproduct het Vinkje met de groene cirkel. Dit betekent dat het een gezondere keuze is onder de margarines, halvarines en soortgelijke producten. Becel met Roomboter bevat Omega-3 en Omega-6 vetzuren die bijdragen tot de instandhouding van een normaal cholesterolgehalte in het bloed en is daarom goed voor het hart.  
  
Becel met Roomboter is vanaf nu ook verkrijgbaar in portieverpakkingen van 10g bestemd voor de Food service sector, zoals ziekenhuizen, verzorgingstehuizen en de Horeca.
- Bij Unilever Food Solutions werd de portieverpakking van Becel 38% vet en 60% vet vernieuwd. Beide producten zijn rijk aan omega-3, lactosevrij, dragen het groene Vinkje en vanaf nu ook geschikt voor veganisten.

- 100% van het Benelux-portfolio gemeten naar volume bevat geen transvetten afkomstig van gedeeltelijk gehydrogeneerde plantaardige olie.

## SUIKERGEHALTE VERLAGEN EN AANTAL CALORIEËN BEPERKEN

- Sinds 2010 werd het suikergehalte in al onze drinkklare theeproducten in de Benelux, gemeten naar volume, met meer dan 10% verlaagd.
- We blijven op zoek naar manieren om de hoeveelheid suiker in onze producten te verlagen. Zo kunnen we met behulp van steviolglycosiden, een zoetstof van natuurlijke oorsprong uit de steviaplant, het suikergehalte in onze producten verminderen zonder in te leveren op smaak. In 2016 willen we wereldwijd de hoeveelheid suiker in ons Ice Tea-portfolio verder omlaag brengen om ons 2020-doel te bereiken: een extra verlaging van het suikergehalte met 25% ten opzichte van 2010.
- Het verlagen van suiker in onze koolzuurvrije Lipton Ice Tea dranken is in lijn met de aanbevelingen om de inname van vrije suikers te beperken. Alle koolzuurvrije Lipton Ice Tea varianten in Nederland en België (Lipton Ice Tea Green was al verlaagd in suiker) zijn verbeterd. Net zo lekker en verfrissend, maar 30% lager in suiker en maar 19 kcal per 100 ml dankzij zoetstof uit de stevia plant (Steviolglycosiden). Hierdoor bevat Lipton Ice Tea minstens 30% minder suiker dan de meeste andere koolzuurvrije Ice Teas in Nederland en België. Men krijgt dus minder suiker binnen, met behoud van hetzelfde consumptiegenot. Voor al onze koolzuurvrije varianten van Lipton Ice Tea kunnen we nu stellen dat deze laag in calorieën zijn.
- Steeds meer consumenten vragen om kwalitatieve en authentieke producten met meer natuurlijke ingrediënten. In de Benelux is in lijn met deze vraag een nieuwe ijsthee ontwikkeld die voor 95% uit vers getrokken zwarte thee bestaat. Het product bevat geen kunstmatige smaak- en kleurstoffen of conserveermiddelen. De ijsthee wordt gezoet met zoetstof uit de stevia plant (Steviolglycosiden) in combinatie met suiker. Het drankje bevat minder dan 20 kcal per 100 ml, en past daarom in een verantwoord voedingspatroon.



- In de Benelux bevat 100% van onze kinderijssjes 110 kilocalorieën of minder per portie. Van onze voorverpakte ijsjes bevat 88% minder dan 250 kilocalorieën per portie.

## INFORMEREN OVER GEZONDE VOEDING

Op de etiketten van onze producten willen wij duidelijke en heldere informatie verschaffen om consumenten te helpen makkelijker keuzes te maken die bijdragen aan een uitgebalanceerd voedingspatroon.

- Al onze producten in de Benelux verstrekken al volledige voedingskundige informatie volgens het Warenwetbesluit informatie levensmiddelen en het Koninklijk besluit betreffende de etikettering van voorverpakte voedingsmiddelen. Op de etiketten is voedingsinformatie in tabelvorm te vinden voor energie, vetten (waarvan verzadigde), koolhydraten (waarvan suikers), eiwitten en zout. Veel van onze margarineproducten vermelden tevens informatie over Omega 3 en Omega 6, hoewel dit optioneel is. De hoeveelheid energie per portie is vermeld op de voorzijde van de verpakking als % van de referentie-inname van een gemiddelde volwassene.

Om de consument nog beter te helpen een bewuste en gezondere keuze te maken binnen elke productcategorie, is er het Vinkje (NL), waarvan we mede-initiatiefnemer zijn. De criteria waaraan producten met een Vinkje moeten voldoen zijn in 2015 aangescherpt.

- Unilever heeft een educatief hulpmiddel ontwikkeld dat gezondheidsprofessionals in Nederland kunnen gebruiken in gesprekken met cliënten: de Vette Koffer. Deze demo-kit visualiseert de vetzuursamenstelling van de meest gebruikte smeer- en bereidingsvetten, evenals de hoeveelheid vitamines. Sinds 2014 zijn ruim 400 diëtisten, praktijkondersteuners en andere gezondheidsprofessionals in het bezit van een Vette Koffer gekomen via een donatie aan de Hartstichting of de Nederlandse Diëtisten Coöperatie.
- We gaan door met vermelding van het 'groentelabel' op de verpakking van Unoxsoepen (NL), om consumenten te wijzen op de hoeveelheid groenten in soep. Voor Knorr soepen (BE) wordt er vooral gewerkt op communicatie (label) over het gebruik van groenten uit duurzame landbouw en de afwezigheid van conserveringsmiddelen, toegevoegde smaakversterkers en kunstmatige kleurstoffen.

- De visie van Unilever Food Solutions in de Benelux is: 'Eten is Feest', waarbij wordt gestreefd naar persoonlijke, kwaliteitsvolle en vooral lekkere maaltijden voor ouderen. Deze visie blijven we ondersteunen via het UniKIT boek boordevol seizoensgebonden recept inspiratie aangepast aan de specifieke noden en wensen van ouderen.

In 2015 onderzocht de Universiteit Gent in samenwerking met Unilever Food Solutions de effecten van een culinaire aanpak in de strijd tegen ondervoeding in een Woonzorgcentrum in België en Nederland. De culinaire aanpak hield onder andere in dat de chefs koken met recepten en methodes die beter aansluiten bij de individuele eetvoorkeuren en behoeften van senioren, er werd meer gevarieerd met voeding en er werd een gastro-team opgericht om de communicatie tussen het multidisciplinair team, waarvan onder andere een chef en diëtist deel uitmaken, te verbeteren. Het resultaat van deze culinaire aanpak was een toename van de maaltijdtevredenheid bij de ouderen wat leidde toe een hogere voedselinname. Het risico op ondervoeding daalde hiermee aanzienlijk. Het volledige rapport is te vinden op [www.ufs.com](http://www.ufs.com).

## GEZONDHEID EIGEN MEDEWERKERS VERBETEREN

Lamplighter is een wereldwijd Unilever-project, gestart in 2001, met als doel het energieniveau van Unilever-medewerkers te verbeteren, zodat ze meer genieten van hun vrije tijd en beter met eventuele werkdruk kunnen omgaan. Sinds een aantal jaren worden werknemers in Nederland en België opgeroepen voor een gezondheidscheck. Meer dan 1.100 van hen namen in 2015 deel aan de metingen en ontvingen een passend advies om hun gezondheid te verbeteren. Tijdens die check wordt via verschillende metingen (o.a. gewicht, vetpercentage, bloedwaarden) en een onlinevragenlijst het risico op lichamelijke en mentale klachten in kaart gebracht.

**62%**

van ons Foods-portfolio in de Benelux gemeten naar volume voldeed in 2015 aan de doelstelling



## PARTNERS

- Samen met de Johan Cruyff Foundation (NL) willen we kinderen – met en zonder beperking – in beweging brengen en houden via sport en spel. Daarom steunt Unilever Schoolplein14, een initiatief van de Johan Cruyff Foundation om schoolpleinen aan te passen en zo kinderen te stimuleren meer samen buiten te spelen. Ook steunen we sinds 2011 het Cruyff Institute for Sport Studies.
- In Nederland is Unilever een van de zes landelijke partners van JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht). De lokale JOGG-aanpak, inmiddels geïmplementeerd in circa 80 gemeenten, helpt jongeren gezonder te eten en meer te bewegen. Daarnaast zijn het Nationaal Schoolontbijt, Wageningen UR, Rotterdam Lekker Fit! en Unilever in januari 2015 in het Rotterdamse stadsdeel Feijenoord gestart met een wetenschappelijk onderzoek naar ontbijtgewoontes van kinderen. Dit onderzoek moet uitwijzen hoe kinderen in de basisschoolleeftijd gestimuleerd kunnen worden vaker en gezonder te ontbijten.
- Unilever werkt in Nederland sinds 2013 samen met Look Good... Feel Better. Look Good... Feel Better steunt mensen met kanker bij hun uiterlijke verzorging. Naast financiële steun geven we gratis producten voor gebruik tijdens workshops en begeleiden we bij het opstellen van een marketing- en communicatieplan.
- Becel ProActiv werkt al meer dan 13 jaar samen met de Nederlandse Hartstichting en de Belgische Cardiologische Liga.
- Planta Classic (BE) ondersteunt al ruim 7 jaar de Belgische Vereniging Kindergeneeskunde (BVK). Jaarlijks worden communicatiematerialen ontwikkeld, bestemd voor zowel de gezondheidsprofessionals als voor de ouders over het belang van essentiële vetten voor de groei en ontwikkeling van kinderen. In 2015 was dit gekaderd in informatie over een gezond ontbijt voor kinderen.
- Om mensen te stimuleren (meer) te sporten en bewegen, hebben we partnerships met de Koninklijke Nederlandse Voetbalbond (Lipton) en de Koninklijke Nederlandsche Schaatsenrijders Bond (Unox).

Bezoek onze website voor meer informatie over onze prestaties op maatschappelijk, economisch en milieugebied.

- [www.unilever.nl/sustainable-living](http://www.unilever.nl/sustainable-living)
- [www.unilever.be/sustainable-living](http://www.unilever.be/sustainable-living)

**14**

schoolpleinen zijn veranderd in een Schoolplein14 en aan 676 basisscholen is sport- en spelmateriaal gedoneerd.

**JOHAN CRUYFF**

Foundation en Unilever stimuleren kinderen om in beweging te komen en te sporten.



\* De inname van 1,5-2,4 g plantensterolen per dag kan het cholesterol met 7 tot 10% verlagen na 2 tot 3 weken als onderdeel van een gezonde voeding met voldoende groente en fruit en een gezonde leefstijl. Een hoog cholesterolgehalte is een risicofactor voor de ontwikkeling van coronaire hartziekten. Hiervoor bestaan meerdere risicofactoren en de verandering van één van die factoren kan al dan niet een heilzaam effect hebben.

\*\* Voor alle andere producten in het spreadsassortiment, inclusief onze melangeproducten, streven we naar het laagste gehalte aan verzadigd vet zonder de productprestaties en de verwachtingen van de consument in gevaar te brengen.