



Samfélagsleg ábyrgð
í sjávarútvegi

2.-3. NÓVEMBER Í HÖRPU

Þróun, áhrif og ímynd fiskneyslu

Kolbrún Sveinsdóttir

Verkefnastjóri hjá Matís

Gestaprófessor við Matvæla- og næringarfræðideild, Heilbrigðisvísindasvið Háskóla Íslands

kolbrun@matis.is



HAMPIÐJAN



HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY

ICELANDAIR
CARGO

ISI ICELAND
SEAFOOD



marel

Pipar\TBWA



SJÁVARÚTVEGS
RÁÐSTEFNAN

2023

Þróun, áhrif og ímynd fiskneyslu

Er eitthvað nýtt undir sólinni....?

Viðhorf og fiskneysla ungs fólks: Bætt
ímynd sjávarafurða (AVS, 2005)

„Yngra fólk borðar sjaldnar fisk en fólk í
eldri aldurshópum. Að auki hefur
fiskneysla minnkað mikið á fáum árum
eða um a.m.k. 30% og mest meðal ungs
fólks. ***Þetta getur haft verulega
neikvæð áhrif á markaðsetningu og
sölu fiskafurða í framtíðinni***“

Þróun fiskneyslu

Hvað **eigum** við að borða mikið af fiski á Íslandi?

Ráðleggingar

Landlæknir 2014: “Ráðlagt er að **borða fisk tvisvar til þrisvar sinnum í viku sem aðalrétt**. Algengur skammtur af fiski er um 150 g”



Nýjar norrænar ráðleggingar í takt við þetta

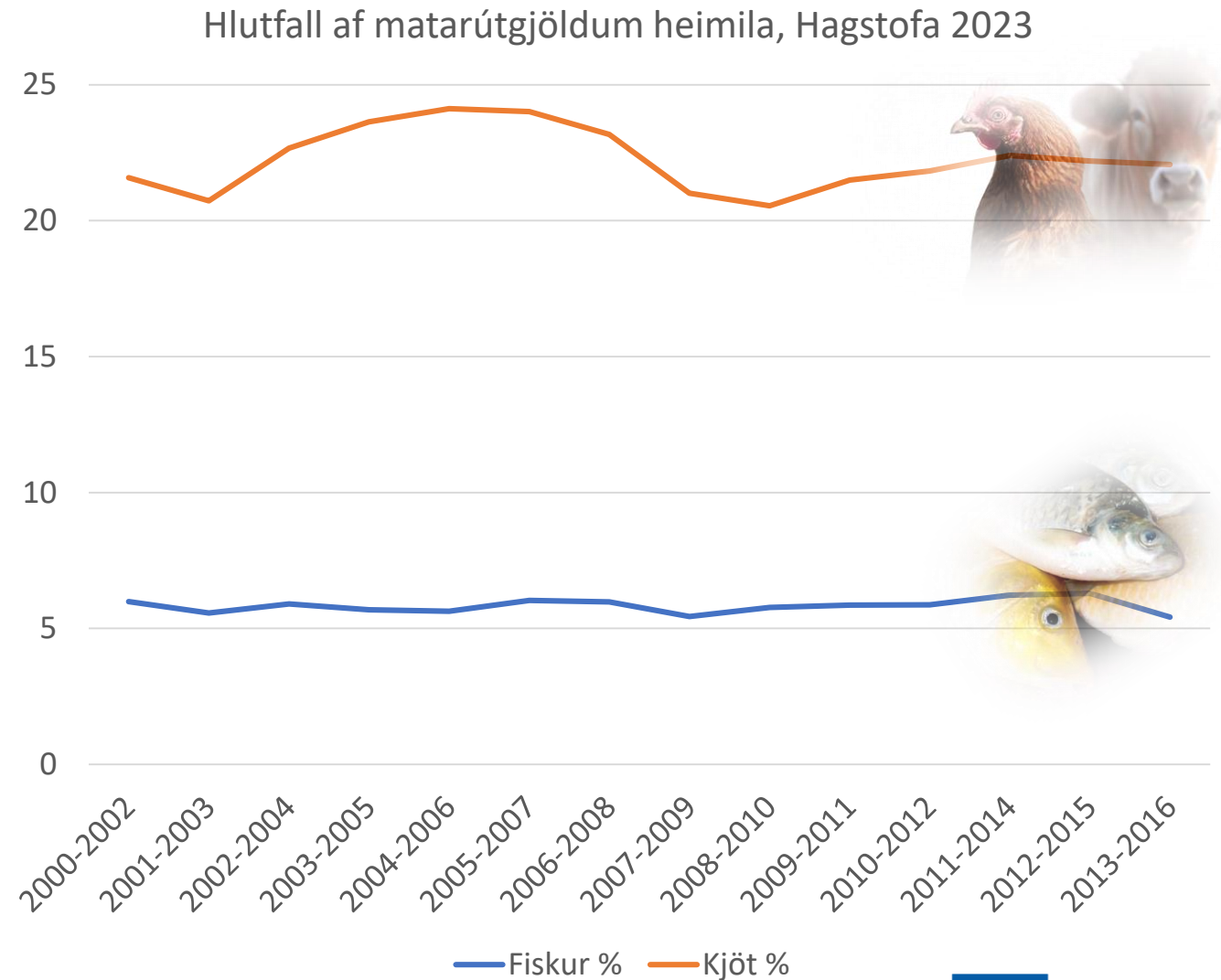
<https://pub.norden.org/nord2023-003/>

Þróun fiskneyslu

Hvað **borðum** við mikið af fiski?

“Tölur Hagstofunnar um fiskneyslu Íslendinga á síðustu árum eru mjög misvísandi og spanna bilið frá 30-130g af fiski á dag (Hagstofan, 2008)”

Gunnþórunn Einarsdóttir, 2008. VIÐHORF OG FISKNEYSLA UNGS FÓLKIS: Bætt ímynd sjávarafurða (MSc ritgerð)



Þróun fiskneyslu

Hvað **borðum** við mikið af fiski?

Landskönnun á mataræði Íslendinga 2019–2021:

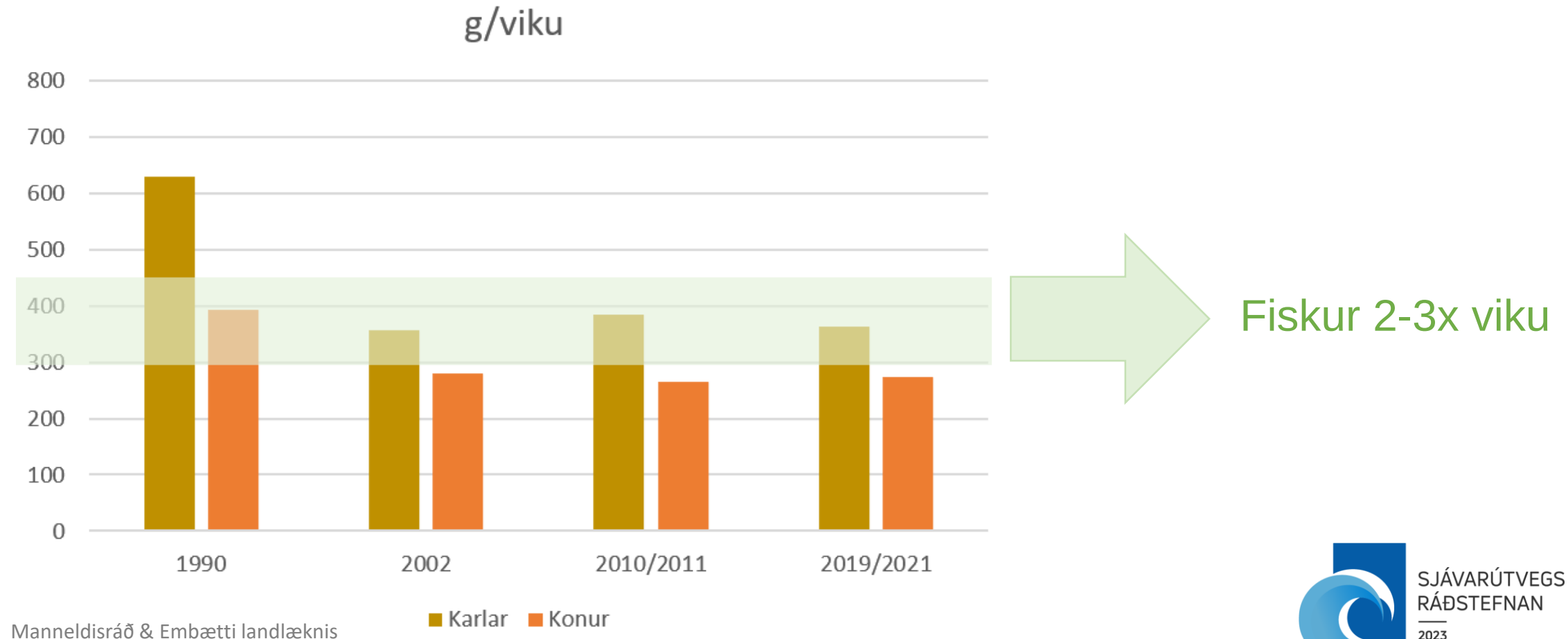
315 g/viku eða 2 máltíðir/viku

Kjöt og kjötvörur?

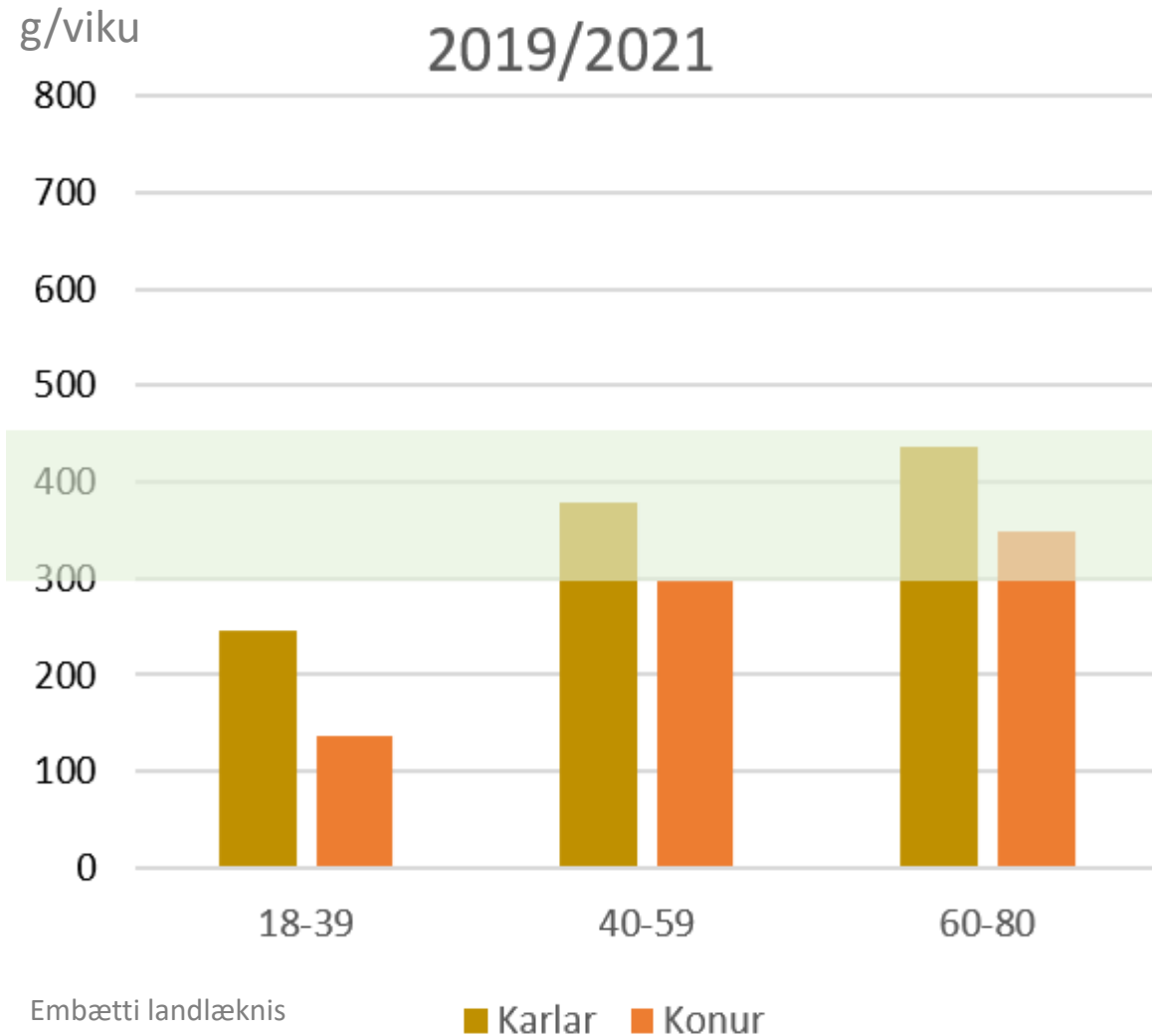
832 g/viku

Þróun fiskneyslu

Hvernig hefur fiskneysla **þróast**?



Þróun fiskneyslu



44% **karla** fylgja ráðleggingum

34% **kvenna** fylgja ráðleggingum EN:

innan við 1% kvenna 18-39 ára

Fiskur 2-3x viku

Áhrif fiskneyslu

Af hverju ættum við að borða fisk?

Fiskur er góður próteingjafi og í honum eru einnig ýmis önnur næringarefni, svo sem selen og joð. Feitur fiskur er einnig auðugur að D-vítamíni og löngum ómega-3 fitusýrum en þessi næringarefni eru í fáum öðrum matvælum en sjávarfangi.

Embætti landlæknis

Fiskprótein: allar lífsnauðsynlegar amínósýrur og í heppilegu hlutfalli (fyrir okkur)

Selen: t.d. ýmis efnaskipti, starfsemi ónæmiskerfis og skjaldkirtils

Joð: t.d. starfsemi taugakerfis, orkuefnaskipti, framleiðsla skjaldkirtilshormóna

D-vítamín: t.d. beinvöxtur barna, viðhald beina, tanna, vöðvavirkni, ónæmiskerfi

Langar ómega-3 fitusýrur: eins og DHA t.d. sjón og heilastarfsemi, DHA og EPA blóðþrýstingur, hjartastarfsemi

Áhrif fiskneyslu

Af hverju ættum við að borða íslenskan fisk?

“Iceland has some of the world's cleanest and most sustainable fisheries, and we want to keep it that way. In recent decades we have collected vast amounts of fisheries data and instituted thorough monitoring practices. We follow strict science-based quotas with complete transparency.”

Friðleifur Friðleifsson, Markaðsdagur IS, 2023

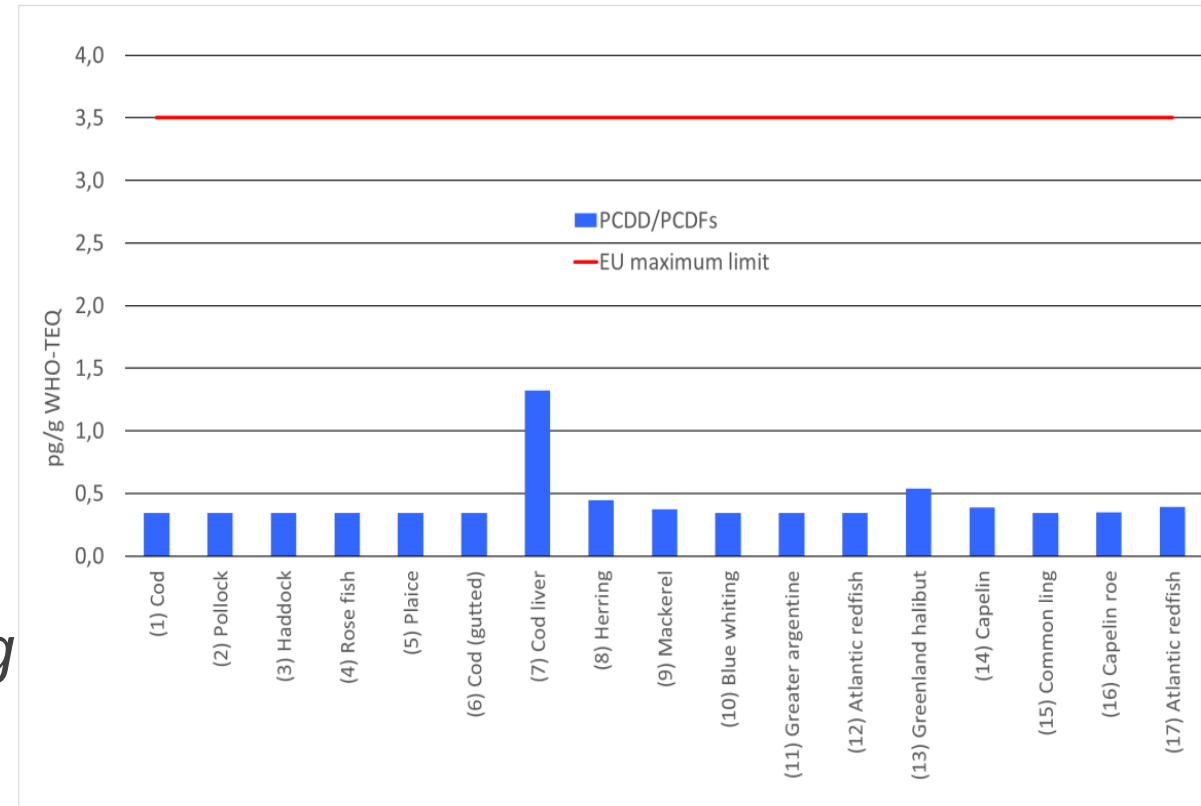


Figure 2: Dioxins (PCDD/PCDFs) in edible parts of fish from Icelandic fishing grounds in 2022 in relation to maximum EU limit in WHO-TEQ pg/g wet weight. The number within parenthesis is the sample number indicated in Table 1 in the Appendix.

Jensen S, Borojevic B, Igorsdóttir J, Desnica N (2023).
Niðurstöður sívirktrar vöktunar á óæskilegum efnum í
sjávarfangi úr auðlindinni 2022. Skýrsla Matís nr. 01-23



Áhrif fiskneyslu

Af hverju ættum við að borða íslenskan fisk?



<https://samfelag.sfs.is/kolefnisspor-fisks/>

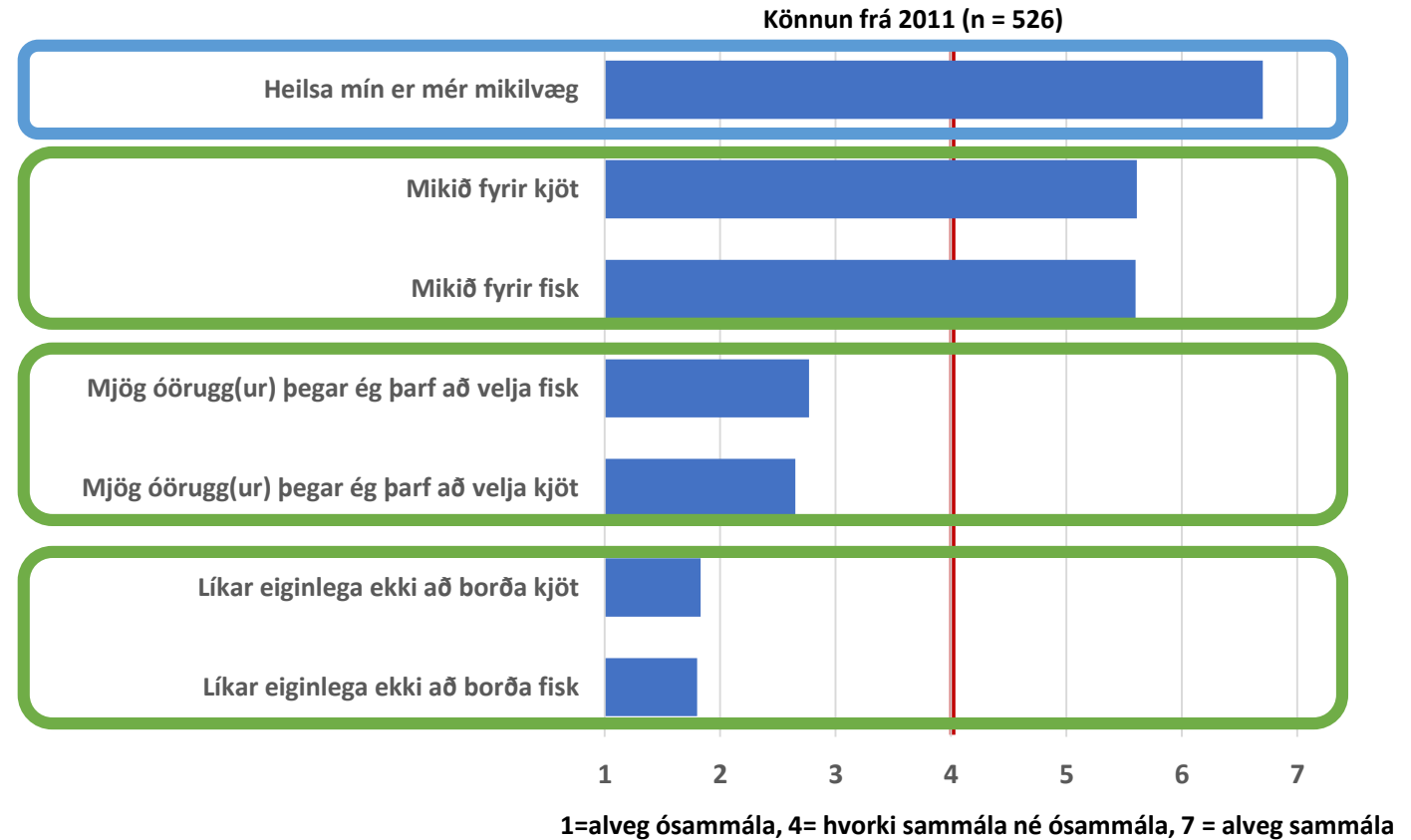
Matvæli	Losun (kg CO2/kg)
Grænmeti	0,4
Ávextir	0,4
Mjólk	1,3
Fiskur	3,5
Kjúklingur	3,7
Ostur	8,6
Lambakjöt	26
Nautakjöt	27

<https://ust.is/hringrasarhagkerfi/graenn-lifstill/matvaeli/>

Ímynd fiskneyslu

Af hverju borðum við **ekki** meiri fisk?

Við borðum nær 3x meira kjöt

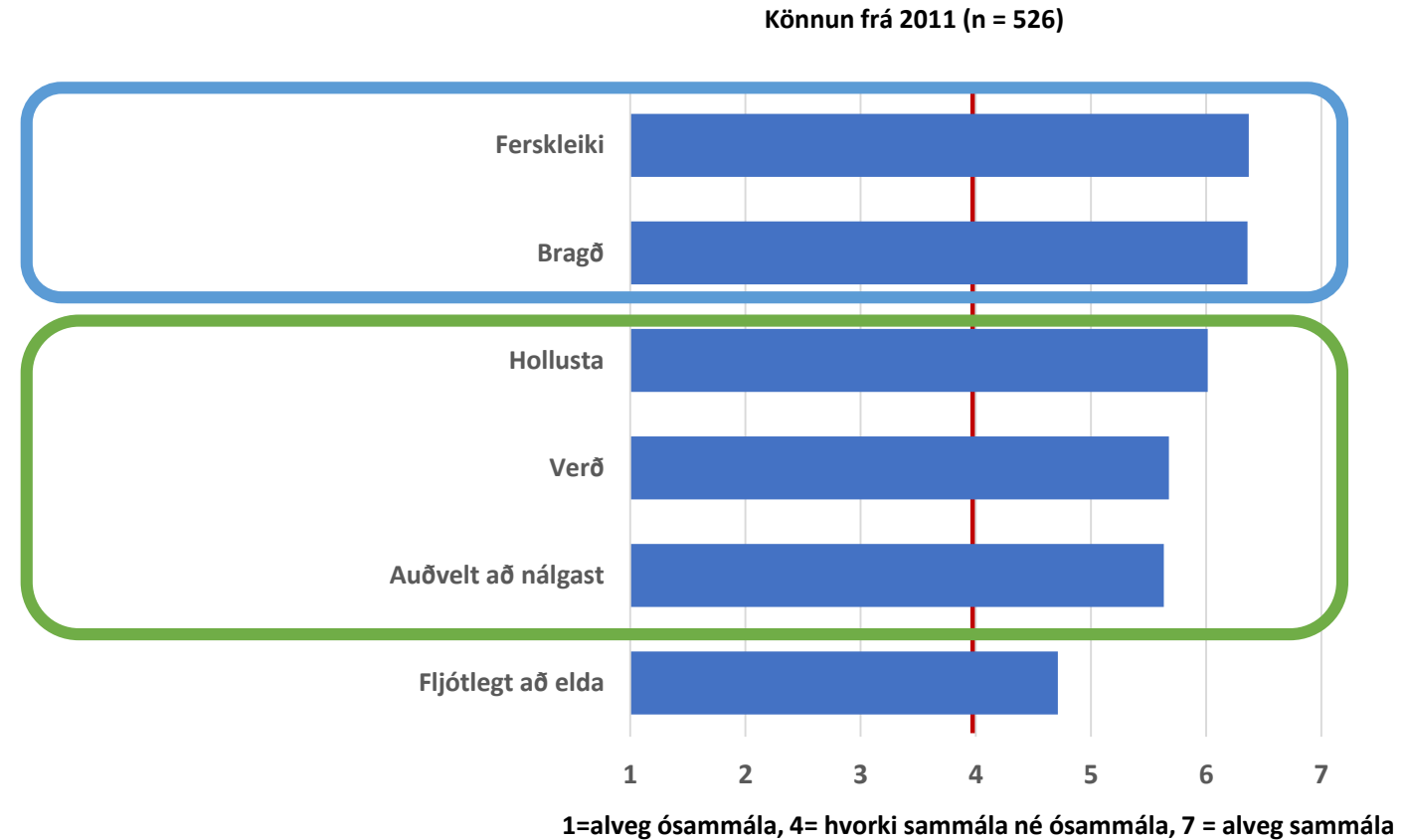


Ímynd fiskneyslu

Af hverju borðum við ekki meiri fisk?

Við innkaup á fiski og fiskvörum,
hversu miklu máli
skipta eftirfarandi atriði þig?

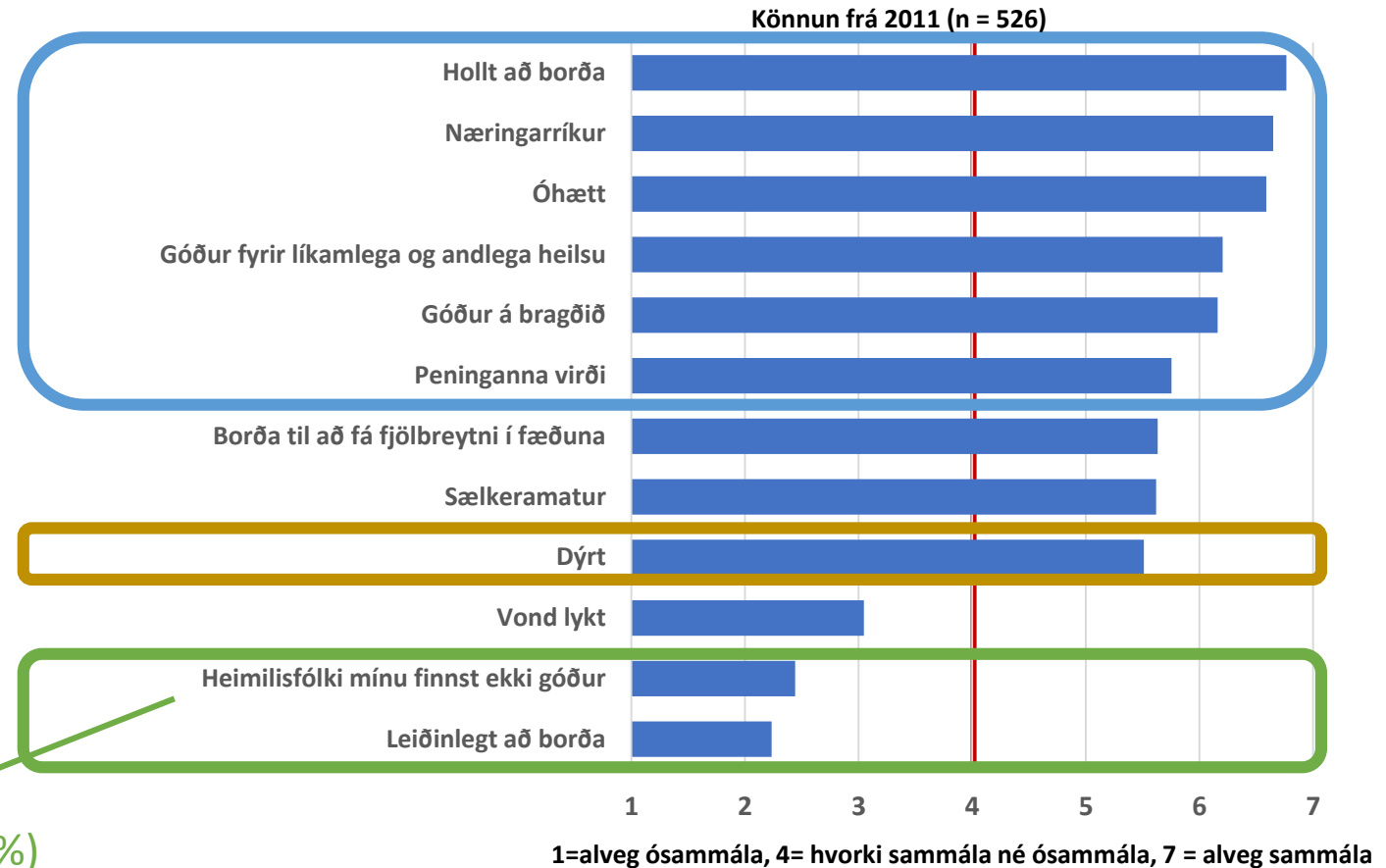
Við eyðum 4x meiru í kjöt



Ímynd fiskneyslu

Af hverju borðum við ekki meiri fisk?

Fullyrðingar um fisk og eigin upplifun



Könnun Gallup fyrir Matarauð 2019:

Fjölskyldumeðlimum þykir fiskur ekki góður (28%)

Ímynd fiskneyslu

Fiskur er:



“Hollur, næringarríkur, öruggur til neyslu, góður á bragðið og peninganna virði”



Umhverfisvænn kostur (skv. CO₂/kg útreikningum) úr sjálfbærum stofnum

Hvað er þá vandamálið?

Of dýr?

Straumar í fæðuvali?

Ferskleiki?

..... Eða einfaldlega **sýnileiki, þekking, framsetning?**

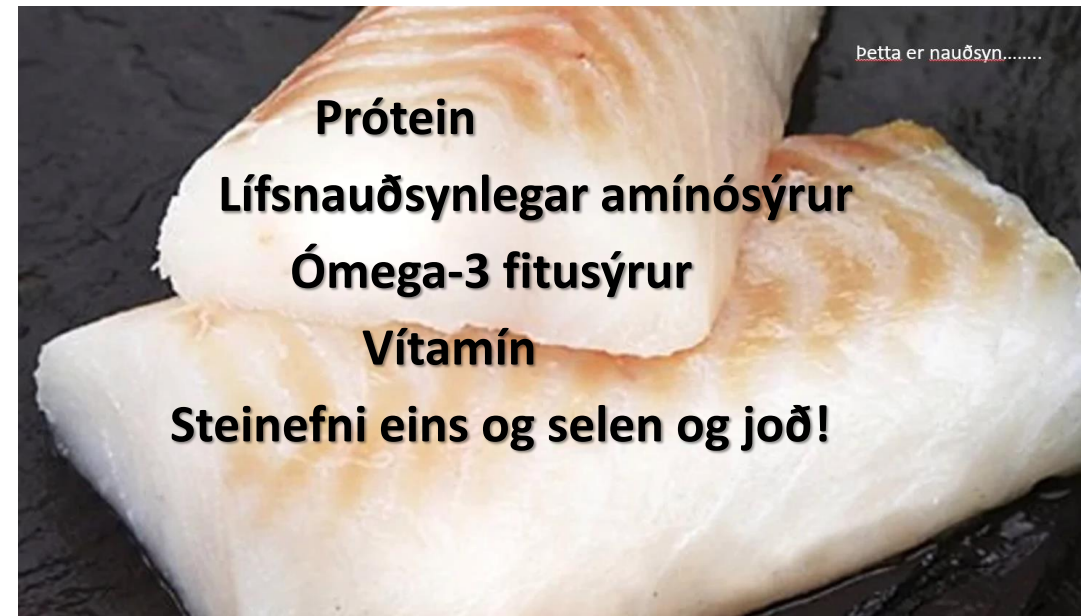


Vandamálið?

Sýnileiki

Bætiefni eða matur?

Af hverju er fiskur ekki markaðsettur sem hollustuvara?



Friðleifur Friðleifsson, Markaðsdagur IS, 2023

Vandamálið?

Sýnileiki

Frábært framtak!

En hvað næst?

Hvernig?

Mælingar?

FEBAB



FASAGNA



FIZZA



FAMLOKA



FNITZEL

FISK Í MATINN

Vandamálið?

Þekking

Keðjan í heild sinni frá sjó í maga

Bragð er alltaf #1

Tölum um ...

- ➡ Hversu einstök er arfleiðin, tæknin, sjálfbærnin, hreinleikinn og hollustan
- ➡ Bragðupplifun og fjölbreyttar tegundir og uppskriftir
 - ✓ Hversu **góður** fiskur er
 - ✓ Hverjir eru skynrænu eiginleikarnir?



Friðleifur Friðleifsson, Markaðsdagur IS, 2023

Vandamálið?

Framsetning ... og upplifun

Verslanir

Pláss m.v. kjöt?

Eins “girnilegt” og kjöt?

Sérverslanir

Hvernig eru gæðin?

Skólar

Fjárhagur og tími

Ef fiskurinn í skólanum er ekki góður?

Hvernig eru gæðin?

*“... **2019** voru blokkir sem lyktuðu ekki vel í frystinum, ... fór að skoða þær, samstarfskonur mínar fussuðu yfir "fiskpjattinu" í mér og sögðu að það væri ekkert að þessu... Það stóð veitt í Rússlandshafi **2017** á blokkunum.... Ég neitaði að elda þennan fisk...”*

**Afleysingarstarfskraftur skólamötuneytis úti á landi
(við sjávarpláss!)**

Vandamálið?

Framsetning ... og upplifun

Verslanir

Pláss m.v. kjöt?

Eins “girnilegt” og kjöt?

Sérverslanir

Hvernig eru gæðin?

Skólar

Fjárhagur og tími

Ef fiskurinn í skólanum er ekki góður?

Hvernig eru gæðin?

Heima

Hvernig er stemningin?

Hvernig eru gæðin?

Veitingahús

Oftast geggjuð!

...og gæðin eftir því ... en ekki alltaf:

t.d. **TMA** eða **saltur** saltfiskur **sem er ekki einu sinni saltfiskur (bara saltaður fiskur)**

Dæmi um sóknarfæri ...

„Fékk *vondan saltfisk* í æsku, hef ekki prófað síðan“ (kona, 20 ára)

“Er með of *háan blóðþrýsting* svo ég á að halda mig frá salti” (kona, 26 ára)

“Minningin er ekki góð og ég *vil ekki svona saltaðan* mat í dag” (kona, 34 ára)

Rétt útvatnaður saltfiskur á ekki einu sinni að vera saltur!

@Saltfiskkræsingar



Saltfiskur er lúxusvara sem þarf að vera sýnileg
Saltfiskur í febrúar?

Ályktanir:

Áhrifin: frábær

Ímyndin: góð (að mestu) – en ósýnileg

Þróunin: slæm

Ætlum við að gera eitthvað í því?

Þróun, áhrif og
ímynd fiskneyslu





Takk fyrir!



SJÁVARÚTVEGS
RÁÐSTEFNAN
2023