**Millennials hebben weinig kennis van melk en zuivel**

**(maar lusten ze wel heel graag)**

*Nu vrijdag 1 juni is het Wereldmelkdag. Naar aanleiding daarvan liet VLAM een omvangrijke enquête uitvoeren naar het zuivelgebruik van jongvolwassenen. Daaruit blijkt dat millennials positief staan ten opzichte van zuivelproducten: ze vinden ze vanzelfsprekend, gezond, kwaliteitsvol en lekker. Daartegenover staat wel dat ze weinig weten over zuivel – zeker bij de 18- tot 24-jarigen is de kennis laag. De meerderheid van hen heeft bijvoorbeeld geen idee in welke zone van de voedingsdriehoek zuivelproducten thuishoren …*

Dat zuivel goed is voor je botten, dat weten 7 op de 10 van de millennials nog wel. Maar voor de rest is hun kennis over de gezondheidsaspecten van melk en zuivel geen hoogvlieger. Zo denkt ongeveer de helft van hen dat veel mensen lactose-intolerant zijn (wat bij ons helemaal niet zo is) en weten 6 op de 10 millennials niet dat veel mensen die lactose-intolerant zijn wél nog een zekere hoeveelheid zuivelproducten mogen eten. Nog eens 6 op de 10 twijfelen bij de vraag of melkproducten het risico op kanker, hart- en vaatziekten en diabetes verhogen. Onterecht, er zijn zelfs sterke aanwijzingen dat ze het risico op darmkanker en diabetes type 2 (in het bijzonder voor yoghurt) helpen verlagen. Dat wordt ook bevestigd door de voedingsdriehoek, waar melk, yoghurt en kaas deel uitmaken van de lichtgroene zone. Slechts 3 op de 10 jonge respondenten bevestigen dat melk niét thuishoort in de rode zone van de voedingsdriehoek...

Inge Coene, voedingsdeskundige en voedingsvoorlichter bij VLAM: “Dat zijn opmerkelijke resultaten. We zien dat de feitelijke kennis van melk en zuivel bij de jongere generatie achteruitgaat en dat baart ons zorgen. Daarom hebben we als VLAM besloten om diverse initiatieven te nemen richting millennials: we lanceren meteen een quiz over melk en zuivel, waar millennials hun eigen kennis kunnen testen. Daarnaast plannen we vanaf het nieuwe academiejaar ook acties op sociale media en in real life. VLAM zal de actuele kennis – en de melkveehouder zelf – letterlijk naar het kot van onze studenten brengen!”

Gelukkig is er ook goed nieuws te melden: millennials hebben een positief beeld van zuivel en gebruiken het graag. 87% van hen vindt zuivelproducten lekker en een soortgelijk aantal (86%) vindt ze passen in een hedendaagse levensstijl. 82% vindt ze kwaliteitsvol en voor 81% zijn ze een essentieel onderdeel van gezonde voeding. Een even groot percentage vindt ze trouwens een vast onderdeel van onze eetcultuur – een basisproduct dus. De favoriete zuivelproducten van de millennials zijn trouwens kaas, roomijs en yoghurt – in die volgorde. Maar ook melk (gewoon puur) of om bij je ontbijtgranen te voegen scoort nog steeds goed.

De enquête werd afgenomen bij 1.000 millennials, van 18 tot 30 jaar, tussen 24 april en 8 mei 2018 door het onderzoeksbureau iVOX in opdracht van VLAM.

De zuivelquiz vind je vanaf 1 juni op lekkervanbijons.be/melk.