

# Innspill til handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen – 2007-2011

Ref i Helse- og omsorgsdep: 200600170/ES

En handlingsplan vil kunne gi et godt grunnlag for en samlet strategi for å styrke kosthold i befolkningen. Fagmiljøene ved Høgskolen i Vestfold knyttet til lærerutdanning, sykepleiefag og master i helsefremmende arbeid er sentrale interessenter i dette arbeidet. Det er positivt at departementet ivaretar aktørmedvirkning i prosessen mot en handlingsplan.

Våre innspill er organisert i henhold til oppsettet i vedleggsbrevet punkt 3.

## **1. Forhold/temaområder som ikke er synliggjort i det foreliggende dokumentet**

### **Generelle kommentarer**

Handlingsplanen er tydelig på de potensielle helsegevinstene som ligger i et godt kosthold. Vi mener at gevinstene i større grad bør knyttets til begrepet økt livskvalitet, slik at **helsegevinstene i større grad peker mot gleder og livsutfoldelse**, framfor frykten for å utvikle sykdommer og plager. En slik vinkling vil kunne gjøre det tydeligere at kostholdet og spisemønsteret påvirker både fysisk, psykisk og sosial helse.

Dokumentet er langt mindre tydelig og poengtert i forhold til hovedmålet om å redusere sosiale ulikheter i helse. Handlingsplanen bør an vise **konkrete grep nært knyttet til Sosial- og helsedirektoratets handlingsplan mot sosiale ulikheter i helse** (Gradientutfordringen), og spesielt Gradientutfordringens punkt 3.3.1 om Konsekvensutredninger, og punkt 3.3.3 om Grunnlag for framtidig tverrsektoriell strategi.

### **Knytte handlingsplanen nærmere til andre sentrale satsinger innen folkehelse**

Det systematiske arbeidet med å styrke kostholdet bør ikke være løsrevet fra andre satsinger og program innen folkehelsearbeidet, som for eksempel ”Trygge lokalsamfunn”, ”Helsefremmende skoler” og ”Vær Røykfri”. ”Helse i plan” - initiativet fra Sosial- og helsedirektoratet og Miljøverndepartementet bør også innarbeides i handlingsplanen. Handlingsplanen bør trekke fram aktuelle samarbeidspartnere og/eller program som kostholdsarbeidet kan kobles til. Folkehelsetiltak vil optimalisere effekten og dra nytte av synergieffekter når strategier, metoder og tiltak oppleves som helhetlig av målgruppene.

### **Styrke metode og verdigrunnlag**

Handlingsplanen bør styrkes og utvikles i forhold til angivelse av verdigrunnlaget og metoder som skal ligge til grunn for det praktiske arbeidet med kostholdstiltak. Metodikken i planen er nært knyttet til KAP-modellens forståelse av at kunnskap påvirker holdninger, som igjen påvirker atferden. En rekke undersøkelser er kommet fram til at det er relativt svake sammenhenger mellom holdninger og atferd. Handlingsplanen bør

integreere nyere sosialpsykologiske atferdsmodeller i sin tilnærming (se gjerne Mæland 2005, Forebyggende helsearbeid, Universitetsforlaget). Verdigrunnlaget i handlingsplanen bør gjøres tydeligere ved å legge vekt på brukermedvirkning (empowerment), både på individ-, gruppe- og lokalt nivå, som bærende prinsipp.

### **Styrke kvalitetssikring.**

Handlingsplanen bør styrkes med konkrete forslag til hvordan tiltakene kan inngå i etablerte system for Internkontroll og Kvalitetssikring. Vi tror dette kan medvirke til at aspektene omkring måltid, mattilbud og kostholdsmaal i større grad blir løftet fram og ansvarsforholdene blir tydeliggjort. Særlig er dette aktuelt innen eldreomsorgen hvor ernæringsstatus og feilernæring i liten grad dokumenteres i den daglige driften. Dette vil aktualisere at måltidskunnskap, ernæring og kosthold får en tydeligere plass i yrkesetikken i alle yrker/profesjoner innen helse- og sosialsektoren, skole og barnehage.

## **Konkrete forslag**

### **Til pkt. 3**

- Handlingsplanen bør være mer utfyllende i forhold til å **tydeliggjøre anbefalinger og mål** for det framtidige kostholdet i Norge: Utkastets hovedfokus dreier seg om å endre matvaner. Fokus bør også være at det skal være naturlig/selvfølgelig å spise sunt – utvikle gode matvaner og velge et ernæringsmessig tilfredsstillende kosthold. For å få fram dette, foreslår vi å supplere med et hovedmål:
  - Bidra til at det blir ”naturlig” å **spise sunt** / målet er å etablere sunne kostvaner som førstevalg
  - Mål for kostholdet. Listen bør få en mer **logisk oppbygging**. Fokus på øket forbruk bør komme først – deretter hva som skal reduseres. Videre bør et punkt omhandle antall måltider pr. dag (det er dokumentert at mange hopper over måltider).
    - spedbarn ammes i tråd med anbefalingene
    - ca. fire måltider pr dag (NYTT)
    - øke forbruket av grønnsaker, frukt og bær
    - øke forbruket av grove kornvarer
    - øke forbruket av fisk og sjømat
    - øke forbruket av magrere melke- og kjøttprodukter på bekostning av fete alternativer
    - øke forbruket av vann på bekostning av søte drikker
    - redusere forbruk av fete potetprodukter
    - redusere forbruket av spisefett, og vridning i forbruket til myk margarin og matolje
    - redusere forbruket av sukker
    - redusere forbruket av salt

Målene bør utformes slik at hvert enkelt inneholder bare en opplysning!

- **Måltidskunnskap.** Handlingsplanen bør inneholde mer stoff om måltidets ulike aspekter, for å gjøre det tydelig at mat og spisesituasjoner er mer enn tilførsel av næringsstoffer. Det bør legges opp til en bredere forståelse for betydningen av måltidet i handlingsplanen og hvilke faktorer som skaper gode måltider.

### Til pkt.5.9

På bakgrunn av Opplæringslovens § 9a, Kommunehelsetjenestelovens § 4a, har vi følgende kommentarer:

- Når elevene er ferdig med 10-årig grunnskole, er temaene praktisk matlaging, produktkunnskap, måltidskunnskap, kosthold, ernæring og matkulturer - i liten grad et undervisningsanliggende i videre opplæring. **Mat, matkultur og helse bør** (i første omgang) **inn som tverrfaglig tema i videregående opplæring** (for eksempel konkurranser, temauker, tema for eksamen).
- **Kompetanse i praktisk matlaging**, hvordan sette sammen sunne måltider og ivareta måltidets ulike aspekter er svakt og lite forpliktende ivaretatt i rammeplaner for flere studier. Mat er et praktisk og "sansningbasert" anliggende. Det er derfor avgjørende at ulike fagpersoner har praktisk innsikt, evne og vilje til å planlegge, velge, lage og sette sammen et ernæringsmessig tilfredsstillende kosthold ut fra ulike individers tradisjoner. **Den praktiske kompetansen må styrkes i en rekke utdanninger.** Det gjelder både førskolelærer-, allmennlærer-, sykepleie-, vernepleie- og helsesøsterutdanning, samt ernæringsvitenskap.
- **Mat og helse i grunnskolen**  
Høgskolen i Vestfold ser med stor bekymring på at det bare er 30 % av lærerne som underviser i mat og helse i grunnskolen har utdanning i faget. Det innebærer en faglig svak undervisning i grunnskolen. Faget mat og helse sliter med liten anseelse, både hos myndigheter, skoleeier og skoleledere.

Den nye læreplanen i mat og helse i Kunnskapsløftet, LK06, krever faglig styrke for å få til en tilfredsstillende opplæring og måloppnåelse for elevene. For å lage og gjennomføre lokale læreplaner i tråd med den nasjonale læreplanen må lærerne som underviser ha faglig kompetanse.

Det er skolemyndighetene og skoleeierne som har ansvaret for at elevene får en opplæring i tråd med gjeldende læreplaner. Det innebærer at myndighetene må ta tak i at det er så mange lærere som underviser uten faglig kompetanse. **Det krever etter- og videreutdanning av lærere som underviser i mat og helse.**

## **2. Forslag til konkrete tiltak ut over de som foreligger i tiltaksoversikten**

### **Mat og helse i allmennlærerutdanningen**

Fagplan for heimkunnskap i gjeldende Rammeplanen for allmennlærerutdanning 2003, er i liten grad i tråd med Kunnskapsløftets fag mat og helse. **Det må utformes ny plan for mat og helse og studiefaget må skifte navn til mat og helse.** Kunnskapsdepartementet og statsråd Djupedal bør initiere arbeidet med å lage ny rammeplan for fagområdet.

## **Skolemåltidet**

Skolemåltidet **bør bli et tverrfaglig tema i allmennlærerutdanningen**, på lik linje med tema som for eksempel rus (jfr. Rammeplan for allmennlærerutdanning s. 16).

## **Mat og ernæring i førskolelærerutdanningen**

Handlingsplanen er vag når det gjelder å sikre kunnskap og ferdigheter om matkultur og ernæring i barnehager. Handlingsplanen bør ha som mål å implementere mat og ernæring som praktisk, fagdidaktisk fag i Rammeplan for utdanning av førskolelærere.

## **3. Høgskolen i Vestfold som aktør i gjennomføring av tiltakene**

Høgskolen i Vestfold (HVE) har en gode erfaringer som samarbeidspartner i lokale folkehelseprosjekt, både innen skolesektoren (skolematprosjekter), kommunen som arena (Trygge lokalsamfunn) og regionale satsinger (Helse i plan). Høgskolen er svært interessert i å inngå samarbeidsavtaler knyttet til oppfølging av Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen.

Kompetansebygging hos sentrale interessenter i form av skreddersydde studier er en godt innarbeidet tilnærming, særlig gjennom HENÆR-senteret og oppdragsenheten ved lærerutdanningen (SEKO).

Høgskolens mandat omfatter oppfølging av sentrale handlingsplaner. For fagmiljøene knyttet til lærer- og sykepleierutdanning, samt masterstudiene i helsefremmende arbeid, er det en særlig utfordring å bidra til effektiv implementering av tiltak i praksisfeltet. Utover dette ser høgskolen det som viktig å tilrettelegge mattilbudet til egne studenter og ansatte i tråd med handlingsplanens intensjoner.

### **Etter og videreutdanning i faget mat og helse.**

- HVE tilbyr pr i dag totalt 60 stp innenfor fagkombinasjonen mat og helse. 30 stp i Mat og helse (heimkunnskap) og 30 stp videreutdanning (mat, barn, kultur og mat og teknologi).
- Høgskolen i Bergen, Høgskolen i Vestfold, Universitet i Stavanger og Høgskolen i Nord-Trøndelag har utformet intensjons- og samarbeidsavtaler og studieplaner for en nettbasert nasjonal videreutdanning i mat og helse. Studiet er 45 stp og har tre moduler - mat i et kulturperspektiv, mat i et livsstilsperspektiv og mat i et læringsperspektiv.

## **Skolemåltidet**

Som aktiv deltager i prosjektet gratis skolemat i Holmestrand vgs. og som deltager i ressursgruppe for Folkehelsearbeid har HVE høstet allsidig erfaring med ulike modeller for skolemåltid. Vi vurderer derfor at vi kan være aktuell aktør for å **utvikle ”fagplan”** og pilothøgskole **utprøve skolemåltidet** som tverrfaglig tema i allmennlærerutdanning (jfr. Rammeplan for allmennlærerutdanning s 16).

### **Måltidskonferanse.**

Høgskolen i Vestfold ønsker å bidra til å systematisere og utvikle kompetanse om måltidets ulike aspekter. Et element som er svært sentralt er måltidsstyring – for eksempel knyttet til tydelige voksne som setter rammer for hvilke produkter barn og unge kan velge mellom. Vi planlegger en nasjonal måltidskonferanse i januar 2007 i samarbeid med Partnerskap for Folkehelse i Vestfold og ser gjerne at denne konferansen knyttes til Handlingsplanens mål om kompetanseheving.

### **Mat i barnehager**

I høst starter HVE et FOU-arbeid om mat i barnehager med aksjonsforskning-aksjonslæring som metode. Det antas at prosjektet både vil gi innsikt i hvilken kompetanse førskolelærere opplever å mangle og erfaring med hvordan barnehagen kan nytte egne ressurs for å inkludere mat i den pedagogiske hverdagen. På bakgrunn av denne erfaring kan høgskolen ønske å delta som aktør i:

- Samlingsbasert/nettbasert etter- og videreutdanningsstudier for førskolelærere
- Pilotprosjekt for å implementere praktisk, fagdidaktisk opplæring i mat og ernæring i grunnutdanningen
- Et grundig forskningsarbeid basert på hvordan nytte barnehagens egne ressurser for å inkludere sunn mat i barnehagens pedagogiske hverdag (kan/bør også inkludere fysisk aktivitet).

### **Kompetanse i kommunehelsetjenesten.**

- HVE ved HENÆR-senteret starter januar 2007 et 15-studiepoeng kurs i Helse i plan for kommuner i Vestfold og Agder-fylkene (Partnerskap for folkehelse). Tiltak rettet mot å styrke kostholdet vil kunne integreres i Helse i plan, slik at faktorer som påvirker kostholdet blir ivaretatt gjennom plan og bygningsloven og tilhørende utviklingsprosesser som legger rammebetingelser.