



Høgskolen i
Sør-Trøndelag
Avdeling for mat og medisinsk teknologi

Kommentarer til

Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007 - 2011)

4.august 2006

Avdeling for Mat og medisinsk teknologi har følgende punkter:

HiST ved Avdeling for mat og medisinsk teknologi kan arbeide med de punkter som er i kursiv, både ang forskning og Bachelor studentoppgaver.

- Helse og livsstil.** *I den dokumenterte sammenheng mellom kosthold og helse, foreslår vi at det kan bli lagt vekt på vitamin K, det har betydning både for benskjørhet, hjertesykdom og demens. Vi har et lavt inntak av vitamin K i Norge, vist både av Askim og Drevon – (Legetidsskriftet). Trenden med mer vitamin K1- og klorofyllrike grønnsaker er en heldig utvikling.
HiST tilbyr et kurs i "Helsefremmende arbeid for barn og unge" studieårene 2006/07 og 07/08.
<http://www.asp.hist.no/evu/utdanningstilbud/videreutdanning/Helsefremmende%20arbeid%20for%20barn%20og%20unge/studieinformasjon.doc/index.html?SESSID=83557e110be1b77ed2ac26cad79f23fa&>*
- Barn og unge.** Matkunnskapen må styrkes, spesielt i barneskolen.
- Eldre.** *Her vi vil foreslå at det kan bli en **hjem bringer-tjeneste** fra matbutikker på linje med drosjekort, da det stadig blir større avstand mellom matbutikkene. Det er et økende problem for eldre uten bil, de eldre trenger mer mat enn bare ferdig middag.*
- Eldres matbudsjett.** Det er beregnet hvor mye eldre bør spise, og hva det koster. Det er viktig at det blir revurdert og at man tar høyde for at spill og svinn av mat er større for énpersons husholdinger, enn for familier.
- Marked.** På linje med symbolmerking for sunne matvarer, vil vi foreslå et butikk-symbol for dagligvarebutikker som har sunn eksponering av mat.
- Opplæring.** *De ansvarlige i matvarekjedene, fastfood-kjeder og deres lokale butikkleidere bør ha obligatorisk opplæring i sammenhengene mellom mat og helse. Et slikt diplom kan slås opp. HiST har et nettbasert ernæringskurs. http://www.ammt.hist.no/program/mat/studietilbud/evu/ernaering_FO211N.php*
- Kosthold.** Det legges her vekt på at det tradisjonelle norske kostholdet er best, men hva med allergikere? Kan allergikere få sitt skolemåltid på linje med andre barn uten at de stigmatiseres?
- Arbeidslivet.** *For å få bedre kosthold i arbeidslivet, vil vi foreslå at det gis økonomisk stimulans for innkjøp av frukt og grønnsaker på arbeidsplassen – på linje med fruktordningen i skolene.*
- Ernæring i helse- og sosialtjenesten.**
 - I punktet om sosiale, kulturelle og religiøse verdier, bør det også gis rom for individuelt ønsket kosthold som vegan, melk- og glutenfritt. I dag bør personlige valg – også kosthold bli respektert.
 - I punktet om ernæringsmessig god kvalitet, bør alternative sunne "kosemåltider" på institusjoner prioriteres, måltider som erstatter de daglige vaflene og kakene.
 - Vi vil foreslå et delmål om at det bør være minst en med bachelor utdanning innen ernæring i hvert fylke, det sikrer kunnskapsnivået til den som skal hjelpe kommunene, organisasjoner med ernærings- og kostholdsveiledning.
- Forskning.** *Det er viktig at det forskes på bearbeidet mat, både industriell, storkjøkken og hjemmelaget. Industrimat har et dårlig rykte, så her må man opparbeide tillit ved å kunne dokumentere at maten er velegnet – ved analyser og forskning på bedre produksjonsmetoder.*

Vennlig hilsen
Merete Askim
Ernæringsansvarlig ved HiST
merete.askim@hist.no

Tlf: 73 55 97 15