

Helse- og omsorgsdepartementet
Postboks 8011 Dep.
0030 Oslo

Oslo 03.04.06

Innspill til handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen og EU's grønnbok om kosthold og fysisk aktivitet

Gratis skolemelk til barn i grunnskolen

Flere kostholdsundersøkelser, deriblant UNGKOST 2000, viser at inntaket av sukker blant barn og ungdommer ligger langt over anbefalt mengde. Samme undersøkelse viser også at inntaket av kalsium ligger under anbefalt mengde – særlig gjelder dette hos ungdommene. Data fra UNGKOST 2000 viser at hver annen 13-åring får i seg for lite kalsium og hele 15 % av jentene i denne aldersgruppen får i seg under halvparten av anbefalt mengde kalsium. Dette er alarmerende tall. Det eksisterer en klar sammenheng mellom et høyt sukkerinntak og lav næringsstofftetthet i kosten. Gratis skolemelk vil være et godt virkemiddel for å få ned det høye konsumet av saft og brus blant barn og ungdommer samtidig som det vil være med på å sikre kalsiuminntaket.

Barne- og ungdomsundersøkelsen til MMI 2005 viser at blant barn som er med i skolemelkordningen er det 81 % som drikker melk daglig mens det kun er 50 % som drikker melk daglig blant barn og ungdommer som ikke er med i ordningen. Tilsvarende tall for hvor mange som inntar 3 glass melk om dagen er 33 % blant barn som er med i skolemelkordningen og kun 12 % blant barn som ikke er med i ordningen. Dette viser hvor viktig skolemelkordningen er for å sikre barn og unge et adekvat inntak av melk og kalsium og indirekte forebygge et høyt inntak av sukkerholdige drikker i løpet av skoledagen. Samme undersøkelse viser også at det kun er 16 % av jentene som får i seg tre glass melk om dagen. Dette er i samsvar med resultatene fra UNGKOST som viser at mange unge jenter får i seg langt under anbefalt mengde kalsium. Mer enn 70 % av kalsiuminntaket i et vanlig norsk kosthold kommer fra meieriprodukter.

Det er viktig å etablere gode kostvaner så tidlig som mulig i livet, og det bør derfor settes inn tiltak som er spesielt rettet mot barn og unge. Skolemåltidet er i så måte av stor betydning. I tillegg til gratis skolemelk bør også dagens abonnementsordning for frukt- og grønnsaker bli gratis for grunnskoleelever.

Miljøavgiften som ble innført på alle melkekartonger har gjort at også skolemelken har blitt dyrere. Dette har ført til at flere skoler har kontaktet oss fordi de vurderer å kutte ut skolemelkordningen. Foreldrene synes melken er dyr og skolen bruker ressurser på å administrere ordningen. Dersom skolemelkordningen var gratis ville disse problemene være løst.

Kvantifisering av anbefalinger

Myndighetene hjelper befolkningen til å forstå hvor mye frukt og grønnsaker de bør innta gjennom sin støtte til kampanjen ”5 om dagen”. Vi kunne ønske oss en tilsvarende anbefaling når det gjelder inntak av melk og meieriprodukter. Forbruker har i liten grad evne til å forstå hvor store mengder

han skal innta av meieriprodukter eller andre kalsiumrike produkter hvis det ikke finnes en kvantitativ anbefaling. Vi har kjørt en 1-2-3-kampanje som går ut på at man sikrer kalsiuminntaket ved å innta 3 porsjoner med meieriprodukter daglig hvis man ellers har et variert kosthold. Vi mener det er mye lettere for forbruker å forholde seg til 3 porsjoner om dagen istedenfor for eksempel 800 mg kalsium per dag. Vi ønsker derfor at myndighetene skal bli mer tydelige i sine anbefalinger når det gjelder mengde som bør inntas av ulike matvarer.

Melk som måltidsdrikk – vann som tørstedrikk

Vi er bekymret for at det skal bli en "anbefaling" om vann som fortrukket drikk ved alle anledninger. Dette kan føre til at melk forsvinner som måltidsdrikk ved flere viktige måltider. Det er viktig og riktig å anbefale vann som tørstedrikk og som erstatning for saft og brus, men på grunn av sin unike næringsstoffsammensetning mener vi at melk bør trekkes frem som det beste alternativet til alle brødmåltider. Vi ser at det i den senere tid har vært satt fokus på brusautomater og vannautomater i norske skoler. Vi synes selvsagt at det er utmerket at man fjerner brusautomater og tilbyr elevene friskt vann, men vi er litt bekymret for en vridning over til kun vann. Da mister man mange viktige næringsstoffer. Hvis barn og ungdommer drikker seg mette på vann, vil det være mindre plass til melk sammen med matpakken.

Samarbeid med helsemyndighetene

Vi har fått invitasjon til å være med i et *matprogram* som skal lære barn og ungdommer å lage sunn og næringsrik mat. Dette sammen med Opplysningskontoret for kjøtt. Programmet er planlagt sendt i løpet av høsten 2006 på TV2. Vi synes det ville være svært positivt om også helsemyndighetene ville samarbeide med oss i dette prosjektet.

Når det gjelder *undervisningsopplegg* rettet mot skoler og barnehager, så har flere av opplysningskontorene utviklet slike. Også her kunne vi ønske oss et tettere samarbeid med myndighetene både av økonomiske og ressursmessige hensyn. Det ideelle ville være om det ble utarbeidet et enhetlig undervisningsverktøy tilpasset det ulike klassetrinn som alle opplysningskontor og myndigheter sto bak sammen. På samme måte kunne man ta frem et felles opplæringsprogram for heimkunnskapslærere. I dag bruker flere av opplysningskontorene store ressurser på å reise ut til den enkelte lærerhøgskole med hvert sitt opplæringsprogram.

Kostinformatører

Opplysningskontoret for Meieriprodukter har startet et program med kostinformatører. Dette er personer med ernæringsfaglig bakgrunn som besøker skoler og barnehager og holder et foredrag om riktig kosthold på foreldremøter. Dette fyller et udekket behov, da det ellers ikke finnes noe systematisert tilbud om gratis foredragsvirksomhet om kosthold og ernæring rettet mot skoler og barnehager. Dette er en ordning som vi etter hvert håper skal kunne utvikle seg til et landsdekkende tilbud.

Våre kostinformatører gir informasjon om hvordan kosten bør settes sammen med utgangspunkt i retningslinjene fra Sosial- og helsedirektoratet. Vi ser gjerne for oss et samarbeid rundt denne ordningen.

Med vennlig hilsen

(sign)
Ida Berg Hauge
Daglig leder

(sign)
Marianne E. Mathiassen
Ernæringskonsulent

Opplysningskontoret for Meieriprodukter