

## Innspill til ny folkehelsemelding

**Opplysningskontoret for brød og korn (OBK) takker for muligheten til å komme med innspill til ny folkehelsemelding. Vi ønsker å benytte anledningen til å fremheve viktigheten av å prioritere tiltak og satsninger rettet mot barn og unge sitt kosthold.**

### **Hva bør statlige myndigheter gjøre for å redusere sosiale ulikheter i Norge?**

Sosiale ulikheter i både kosthold og helse øker. Trenden er at barn og unge med foreldre med lavere utdanning spiser mindre sunt enn barn og unge med foreldre med høyere utdanning, og har dermed større risiko for å utvikle overvekt og kroniske sykdommer senere i livet.

Tiltak for å øke kunnskap og kompetanse om mat og ernæring hos barn og unge, samt bedre måltider i barnehage og skole, vil kunne ha stor innvirkning på kostholdet, og således også folkehelsen. I tillegg vil det kunne bidra til å utjevne sosiale forskjeller i kosthold og helse, fordi gjennom disse institusjonene kan man nå så å si alle barn og unge.

#### **1. Øke kunnskap og kompetanse om mat hos barn og unge**

Mat- og helsefaget i skolen kan bidra til å sikre adekvat kunnskap om mat og matlaging hos den oppvoksende generasjonen. Dette kan bidra til god helse, økt forståelse for viktigheten av god og sunn mat, i tillegg til matglede, mestringsfølelse og ikke minst sosial læring og bedre samarbeidsevner. Næringsriktig mat er dessuten en forutsetning for best mulig læringsutbytte og overskudd til fysisk aktivitet. Å bidra til dette, støtter på lengre sikt opp om Helsedirektoratets innspill i kapittel 3 i «Folkehelse i et livsløpsperspektiv», der det legges vekt på å bidra til å bedre den enkeltes muligheter til å ta gode helsefremmende og sykdomsforebyggende valg ved å øke helsekompetansen på individ- og systemnivå.

For at mat- og helsefaget skal kunne ha ønsket effekt, bør imidlertid innsatsen økes, og her mener vi at kompetanseutvikling i form av skolebaserte tiltak, samt etter- og videreutdanning av lærere, vil være sentrale virkemidler.

Timetallet til faget mat og helse utgjør kun 2,5 % av det totale timetallet i grunnskolen. Faget er med andre ord svært nedprioritert. Dette mener vi er svært uheldig, fordi kunnskap om mat og praktiske ferdigheter om matlaging kan påvirke senere matvaner på en positiv måte, og ha stor betydning for fremtidig livsmestring og god folkehelse. Men for å få til dette, er det nødvendig å sette av adekvate ressurser til innkjøp av råvarer til den praktiske delen av faget, slik at elevene i større grad lærer grunnleggende matlagingsteknikker. For å sikre at tilgangen på ressurser ikke avhenger av prioriteringer som gjøres av den enkelte skole, kan øremerking av økonomiske midler på nasjonalt plan til råvareinnkjøp i mat- og helsefaget være en løsning.

Kun fire av ti lærere som underviser i mat og helse har fordypning i faget. Lærernes planlegging og gjennomføring av undervisning har stor betydning for den kompetansen elevene utvikler i faget. Vi mener derfor at kompetanseheving blant lærere er et godt egnet tiltak som samlet sett vil bidra til økt kvalitet i undervisningen.

Solide og oppdaterte læreverk i mat- og helsefaget er også nødvendig for å bedre legge til rette for adekvat opplæring for alle elever i grunnskolen.

OBK samarbeider med Opplysningskontoret for egg og kjøtt og Opplysningskontoret for meieriprodukter om Matopedia - et komplett læreverk for mat- og helsefaget som dekker alle kompetansemålene i læreplanen for faget. Læreverket er i tråd med kunnskapsløftet og bygger på de nasjonale kostrådene. En rekke fagpersoner og -organisasjoner var involvert i dette arbeidet, og lærerveiledningene er utfyllende for å møte behovet til lærere uten fordypning i faget. Læreverket foreligger digitalt og tilbys til alle landets grunnskoler. Gode og oppdaterte læreverk bidrar til å heve læringsutbyttet for elevene.

## **2. Prioriter måltidene**

Måltider skal sørge for god ernæring, men gir også mange muligheter for læring i seg selv. Både i barnehage og grunnskole kan måltidet være en del av det pedagogiske arbeidet. I barnehager kan det for eksempel være en arena for å bli kjent med smaker og lukter, samt språkutvikling. I grunnskolen kan måltidene understøtte læringen i fag som mat og helse, natur- og samfunnsfag.

Måltider er både en kultur- og tradisjonsbærer. Dermed er det også en plass for læring om og formidling mellom ulike kulturer og religioner. Det må også nevnes at måltidet har en viktig sosial funksjon, og kan bidra til trivsel, felleskap og tilhørighet i barnehagen og på skolen.

Vi støtter forslaget fra Helsedirektoratet i «Folkehelse i et livsløpsperspektiv» del 2, kapittel 2, om pilotering av gratis skolefrokost i grunnskole og videregående opplæring med tiltaksevaluering. En kartlegging blant barn og foreldre og skolepersonell om innføring av et gratis skolemåltid i Norge, viser at flertallet er positive til dette. Den viser også at de fleste ønsker et brødbasert måltid fremfor et varmt måltid. Vi mener dette er et godt alternativ, som både er i samsvar med norske matvaner, kostrådene, og bør kunne være gjennomførbart i praksis med skolens begrensede ressurser.

Med vennlig hilsen

Torunn Nordbø

Daglig leder i Opplysningskontoret for brød og korn