

Innspill til høring- folkehelsemeldingen

Helse- og omsorgsdepartementet

12.04.2022

Innspill til folkehelsemeldingen fra SunnereBarn

SunnereBarn tilbyr kostnadsfritt kunnskapsløft og bidrar til bedre kosthold og økt matglede blant alle barn i barnehage og SFO. SunnereBarn bidrar også med økt kunnskap innenfor fysisk aktivitet og helse. [SunnereBarn](#) driftes av GreeNudge og er et av flere ideelle prosjekt i GreeNudge.

Barnehager og SFO som er deltakere får tilgang til [kurs](#), [opplæringsmateriell](#) og [kunnskap](#) som letter og effektiviserer arbeidet med mat og måltid i henhold til rammeplanen for barnehage og SFO. Prosjektet setter søkelys på hvordan ledere i utdanningssektoren som barnehage og SFO kan fremme sunnere kosthold innenfor sine enheter. Prosjektet var fra 2018 til 2020 finansiert av Gjensidigestiftelsen og fra 2020 er prosjektet finansiert av Sparebankstiftelsen. SunnereBarn samarbeider også med private næringsmiddelleverandører.

Deltakere i SunnereBarn får mulighet til å gjennomføre årlig Måltidssjekk. Sjekken evaluerer egen praksis og gir retning til planlegging av nye initiativ og fokusområder, samt evaluere fremgang i arbeidet med mat og måltid. For kommuner og barnehagekjeder er det muligheter for å utarbeide samlerapporter på bakgrunn av evalueringsverktøyet Måltidssjekken. Data fra Måltidssjekken benyttes også til forskning og PhD Kristin Fjæra er tilknyttet dette arbeidet, første artikkel med utgangspunkt i data herfra er publisert i Norsk tidsskrift for ernæring desember 2021.

Dette er våre konkrete innspill til innsatsområdene vi ønsker å løfte frem i arbeidet med den nye folkehelsemeldingen:

Overordnet foreslår vi følgende:

- **En konkret strategi for arbeid med mat og måltider i barnehage og SFO/AKS.**
- **Systematisk evaluering av løpende tiltak for økt og bedre kunnskap om hva som er effektive tiltak. Evaluering av tiltak bør omfatte både de faktiske innsatsområdene, pedagogisk arbeid og rutiner.**

1. Sosial ulikhet i helse

- *Barnehage og SFO er en unik arena for helsefremmende arbeid og utjevning av sosial ulikhet. Barn i barnehagen inntar 60% av sine måltider i barnehagen og i Norge går 95% av barna i barnehagen. SFO når også majoriteten av norske barn. Kompetanseheving innen mat og måltider for ansatte og mer overordnet føring fra stat og kommune for kvalitet på mat og måltid i barnehage og SFO vil være et viktig bidrag for å redusere sosial ulikhet i helse på dette området.*

1. Klima og helse

- Begrense matsvinn i barnehage og SFO gjennom økt kunnskap og evaluering.
- Kompetanseheving innen bærekraftige mat og måltider for ansatte i barnehage og SFO. SunnereBarn har opplæringsmateriell og evalueringsverktøy som er direkte knyttet til dette arbeidet.

1. Ikke smittsomme sykdommer

- Krav om at all mat servert til barn i barnehage og SFO skal følge kostrådene og retningslinjer for mat og måltid i barnehage og SFO
- Fysisk aktivitet er viktig for barns utvikling og helse. Satsning på fysisk aktiv lek for alle barn i barnehage og SFO.

1. Folkehelsearbeidet i kommunene

- I større grad forankre satsning på mat og måltid i barnehage og SFO i kommunene. SunnereBarn har gjennom sitt arbeid sett at kontinuerlig arbeid og forankring i ledelse er gunstig for bedre mat og måltid.
- Sikre kompetanseheving innen bærekraftige mat og måltider for ansatte som jobber med barn og unge i barnehager og SFO.

1. Strukturelle virkemidler

- Krav om at all mat servert i barnehage og på SFO skal følge kostrådene og retningslinjer for mat og måltid.

SunnereBarn har gjennom en nylig publisert studie funnet resultater som viser at barnehagene ikke har endret seg i henhold til mat og måltidspraksis siden kartlegging utført av Helsedirektoratet i 2011(1). Fortsatt er det varierende hva som serveres, spesielt med fokus på grønnsaker, grove korn og fisk, i tillegg til kjennskap av retningslinjer og rutiner.

SunnereBarn har i samarbeid med Matvett utarbeidet opplæringsmateriell og evalueringsverktøy. Gjennom dette arbeidet vil vi få bedre kunnskap om hvordan det jobbes innenfor dette området på ulike barnehager og SFO.

Vi har funnet at forankring i ledelse kan bidra til bedre mat og måltid i barnehage og SFO. I et folkehelseperspektiv der vi kjenner til at vi gjennom barnehage og SFO når nesten alle norske barn, vil en innsats på dette området være svært viktig. Overvekt blant barn og unge er et reelt problem i Norge. Tall fra FHI viser at [om lag 14 % av barn og ungdom i Norge](#) har overvekt eller fedme og [15 - 20 prosent av 8-åringene er overvektige](#). 3 - 4 prosent av 8-åringene har så alvorlig overvekt at det defineres som fedme. Overvekt hos barn og unge kan påvirke selvfølelse, kroppsbilde, skoleprestasjoner, livskvalitet, stigmatisering, utenforskap, utvikling av spiseforstyrrelser, økt risiko for overvekt og fedme og utvikling av livsstilssykdommer senere i livet.

SunnereBarn står gjerne til disposisjon med ytterligere innspill og tiltak dersom det er ønskelig.

Lykke til med viktig arbeid!

Vennlig hilsen
SunnereBarn

Marit Løset Eriksen
Prosjektleder SunnereBarn, GreeNudge

Samira Lekhal
Daglig leder SunnereBarn, GreeNudge

Litteraturliste:

1. Eng, K. F., Lekhal, R., Eriksen, M, L. et.al. *Mat- og måltidspraksisen i et utvalg Norske barnehager- en deskriptiv studie*. Norsk tidsskrift for ernæring. Oslo:2021
2. Helsedirektoratet. Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen. Oslo: Direktoratet; 2018