



Kost- og ernæringsforbundet i Delta
v/Arnt Steffensen, leder
6. april 2022

Innspill til folkehelsemeldingen

1. Mattilbudet i offentlige bygg
2. Skolemåltid
3. Måltider i barnehage og SFO/AKS
4. Faget Mat og helse
5. Matfaglig kompetanse i alle ledd
6. Merking av alkohol
7. Avgifter på sunne og usunne matvarer
8. Politisk lederskap

1. Mattilbudet i offentlige bygg

Det serveres mye mat i offentlige bygg. Ungdomsskoler, videregående skoler, høyskoler, universiteter, rådhus, offentlige kontorer osv. Mange steder har man et sunt mattilbud, mens enkelte har en friere tolkning av begrepet.

Myndighetene gir anbefalinger om hva folk bør spise, og ikke spise for mye av, av hensyn til helsen. Da kan man ikke ha et likegyldig forhold til hva som serveres i eget hus.

Det bør være et krav om at maten som serveres i offentlige bygg følger kostrådene fra Helsedirektoratet. Ikke at man skal forby vafler på fredager, men det helhetlige mattilbudet bør være i tråd med kostrådene. Rammeavtaler og offentlige anbud bør ha dette som krav.

To eksempler:

- Idrettsanlegg eksisterer ene og alene for å gjøre bra ting for folkehelsen. Da gir det ingen mening at kiosken serverer pølser og frityrmat, der helseeffekten er motsatt.
- Mange pasienter kommer på sykehus som følge av livsstilssykdommer. Da er det lite pedagogisk at det første som møter pasienten i resepsjonen er en kiosk som bugner av pølser, brus, kanelboller og snop.

Kost- og ernæringsforbundet - en yrkesorganisasjon i Delta - en fagorganisasjon i YS



2. Skolemåltid

Kost- og ernæringsforbundet er glade for at regjeringen i Hurdalsplattformen har ambisjoner om at skolene skal innføre et skolemåltid. Det betyr at vi nå går fra å diskutere *om* vi skal ha skolemat, til å diskutere *hvordan* vi skal få det til.

Satt på spissen er det to store utfordringer. Det ene er at skolene mangler kjøkken og infrastruktur. Det andre er at samfunnet mangler kokker. Rekrutteringen til kokkeyrket er lav. I praksis betyr det at man må gjøre dette som regjeringen antyder, enkelt og gradvis.

Kost- og ernæringsforbundet er skeptisk til at skolemåltidet skal være frivillig for skolen, at skoleeier selv skal vurdere om det skal være et skolemåltid eller ikke. Når vi ser hvordan faget Mat og helse nedprioriteres av skoleeier (se punkt 4) er det grunn til å frykte at skolemåltidet lider samme skjebne. Et skolemåltid bør være obligatorisk, og da må skolene få rammevilkår som gjør det realistisk å løse oppgaven.

Kost- og ernæringsforbundet mener for øvrig at arbeidet knyttet til skolemåltidet skal utføres av personer med matfaglig kompetanse, og ikke av lærere.

3. Måltider i barnehage og SFO/AKS

I løpet av barnehageårene spiser barna rundt 3000 måltider i barnehagen. En stor del av det daglige næringsinntaket skjer på denne arenaen, spiller det en stor rolle for barnas kosthold, hva som tilbys. Retningslinjer fra Helsedirektoratet er der, men de følges ikke overalt.

Det er store forskjeller fra sted til sted. Det handler om lite penger til råvarer, dårlig utstyr og kjøkkenfasiliteter, og manglende matkompetanse hos personalet. Ansvar for disse manglene ligger hos barnehageeier, og bør prioriteres.

De samme utfordringene møter man også i skolefritidsordningen (SFO/AKS). Også her har Helsedirektoratet laget retningslinjer, og også her er det store variasjoner i tilbudet.

4. Faget Mat og helse

Det er en god investering i fremtidens folkehelse å lære barn og unge hvordan de skal lage mat, og hvordan de skal sette sammen et godt kosthold. Læreplanene i faget Mat og helse er grundige, og kan gi elevene et godt utgangspunkt for en god helse senere i livet.

Imidlertid satses det lite. Dette er det minste faget i grunnskolen, og det faget med lavest lærerkompetanse i de praktisk-estetiske fagene. Tall fra 2019 viser at 40 prosent av Mat og helselærerne ikke har fagkompetanse.

Kost- og ernæringsforbundet - en yrkesorganisasjon i Delta - en fagorganisasjon i YS



Det vil være en god investering i folkehelsen å sørge for bedre rammevilkår for faget, i form av flere undervisningstimer, mer ressurser til råvarer, og økt kompetanse for lærerne.

5. Matfaglig kompetanse i alle ledd

I hverdagen er det svært mange måltider som tilberedes av andre. I barnehager og SFO. I skolen når man starter med skolemåltid. I student- og bedriftskantiner. På sykehus, sykehjem og helseinstitusjoner. I fengsler og militærleirer.

Det er en rekke krav og forventninger til de som arbeider med denne maten. Maten skal ikke bare se fristende ut og smake godt, den skal også være tilberedt på en måte som gjør den trygg å spise. Maten skal i tillegg være ernæringsriktig, bærekraftig, og det skal tas hensyn til allergier, intoleranser og individuelle behov. Man skal følge krav og retningslinjer fra Mattilsynet og Helsedirektoratet.

Skal man lage mat til eldre, syke og personer med særskilte behov, så stiller det krav til den som skal lage maten. Utdanningen som ernæringskokk gir denne kompetansen. Så skal vi vite at rekrutteringen til kokkeyrkene er lav, og har vært det over tid. Myndighetene bør vurdere tiltak som stimulerer til økt rekruttering. Parallelt med dette må arbeidsgiver sørge for de som skal arbeide med måltidene på ulike arenaer, selv om de ikke er faglærte kokker, har den mat- og ernæringskompetansen som skal til for å utføre oppgaven.

6. Merking av alkohol

Matinformasjonsforskriften fra Mattilsynet krever at matvarer/matretter merkes med næringsinnhold og allergener. Dette gjelder i butikker, restauranter, kantiner og sykehjem. Det handler om at forbrukere med matintoleranse og allergier skal vite hva maten inneholder, slik at de ikke blir syke. [Generelle krav til merking av mat | Mattilsynet](#)

Alkohol er unntatt dette regelverket. EU tillater for eksempel 63 ulike tilsetningsstoffer og prosesshjelpemidler i vin. Det er ikke noe kritikkverdig i dette, det handler om å justere smak og farge, samt gi økt holdbarhet på produktet.

Men hvis et av stoffene er noe forbrukeren ikke tåler, kan han/hun bli syk. Når det ikke er krav om merking, har ikke forbrukeren noen måte å sjekke dette på. Vi mener derfor alkohol må merkes med næringsinnhold og ingredienser.



Høyt alkoholkonsum øker dessuten risikoen for å utvikle kreft. Kunnskapen om dette er lite utbredt, så flasker bør merkes med et piktogram, av samme type som det lille symbolet «Ikke drikk alkohol hvis du er gravid», som man gjerne finner bak på flasken.

7. Avgifter på sunne og usunne matvarer

Det er vanskelig å få folk til å ta gode og fornuftige helsevalg. I stedet for å velge frukt, grønt, fisk og grove kornprodukter har mange et for høyt forbruk av sukker, fett, kjøtt og salt.

Et usunt kosthold er en faktor som kan føre til livsstilssykdommer. Dersom myndighetene ønsker at folk skal spise mer av det sunne, og mindre av det usunne, så trenger man mer effektive virkemidler enn mild påminning om kostrådene. Folk må lokkes og stimuleres.

Økonomi er en viktig faktor. Det er vanskelig for personer med dårlig råd å ta helsevennlige valg, når sunne råvarer er så mye dyrere enn de usunne. Fet fisk (laks) koster for eksempel 150 – 200 kroner per kilo. Pølser og svinekoteletter koster 39 kroner på tilbud.

Måltrettet bruk av avgiftspolitikken bør sørge for at det blir billigere å kjøpe de sunne råvarene, og dyrere å kjøpe det som er helseskadelig. Så må man i tillegg sørge for at dette kommer forbrukeren til gode, at gevinsten ikke spises opp av dagligvarekjedene.

8. Politisk lederskap

Skal man møte utfordringene knyttet til usunt kosthold, livsstilssykdommer og sosiale ulikheter, må myndighetene ha en samordnet og bevisst ernærings- og folkehelsepolitikk. Man må se helheten, og ta ansvaret og konsekvensen av den kunnskapen vi allerede har.

Kost- og ernæringsforbundet satt i ekspertgruppen i FoodEPI-prosjektet i 2020, som kartla norske myndigheters arbeid innen forebyggende folkehelse.

[FoodEPI-Report-Norway-2020.pdf \(jpi-pen.eu\)](https://jpi-pen.eu/FoodEPI-Report-Norway-2020.pdf)

Noe som ble fremhevet spesielt var følgende:

- Tydelig, kunnskapsbasert og samordnet politisk lederskap
- Tilgang på kvalifisert ernærings- og kostholdskompetanse i offentlig sektor.
- Sørge for å styrke arbeidet med ernæring i folkehelsearbeidet, og at dette implementeres på alle nivåer.
- Sikre langsiktig finansiering av forebyggende folkehelsearbeid i fylker og kommuner.

Kost- og ernæringsforbundet - en yrkesorganisasjon i Delta - en fagorganisasjon i YS