

Innspill til ny stortingsmelding om folkehelse

Om prosjektet Sunn ungdomsmat

Prosjektet Sunn ungdomsmat er et tre-årlig prosjekt finansiert av Gjensidigestiftelsen og eid av Opplysningskontorene i landbruket – Opplysningskontoret for brød og korn, Opplysningskontoret for meieriprodukter, Opplysningskontoret for egg og kjøtt og Opplysningskontoret for frukt og grønt, samt Norges sjømatråd. Prosjektet har som overordnet mål å bidra til at flere ungdomsskoleelever (8.-10.klasse) spiser et fullverdig måltid i løpet av skoledagen og at de har et tilbud på skolen som er i tråd med [Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold 2017-2021](#) og [Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i ungdomsskolen \(Helsedirektoratet\)](#).

Prosjektet bygger på læring og erfaring fra skolematprosjektet 2016: NM i lunsj i regi av Helsedirektoratet.

Et av tiltakene i prosjektet er konkurransen NM i lunsj som skal arrangeres hvert år i prosjektperioden for landets ungdomsskoleelever, der elevene på en kreativ og morsom måte blir utfordret til å se nærmere på egne spisevaner og spisemiljø på skolen.

Innsikt om målgruppen:

Opplysningskontorene i landbruket og Norges sjømatråd har for prosjektet Sunn ungdomsmat finansiert og gjennomført en undersøkelse blant ungdom på 13-16 år om deres spisevaner.

Flere interessante funn ble avdekket i undersøkelsen*):

- Ungdom av foreldre med lav utdanning dropper frokost i større grad enn de med foreldre med høyere utdanning
- De som dropper frokost har også sjeldnere med seg matpakke på skolen sammenlignet med de som spiser frokost
- De som dropper frokost handler oftere i butikk, kiosk og gatekjøkken utenfor skolen.
- Ungdom som handler i butikk tar oftere usunne valg som boller, skolebrød, kjeks og kaker. Elever på ungdomsskoler i Oslo handler oftere i butikk enn andre elever i landet.
- Det kan synes som innholdet i matpakken er for liten til å holde skoledagen ut og at mange ikke spiser noe utenom matpakken i løpet av skoledagen.

**) Kilde: Undersøkelse utført av Opinion mai 2018, på oppdrag for Opplysningskontoret for frukt og grønt, Opplysningskontoret for Meieriprodukter, Opplysningskontoret for egg og kjøtt, Opplysningskontoret for brød og korn og Norges sjømatråd.*

Vårt innspill til ny folkehelsemelding:

I vårt arbeid med Sunn ungdomsmat og konkurransen NM i lunsj merker vi at en stor barriere for å lykkes med å legitimere prosjektet inn i skolen, er manglende engasjement hos skoleledelsen.

I konkurransen NM i lunsj er det slik at en voksenperson tilknyttet skolen må godkjenne at elever er med på konkurransen. Ut fra dette ser vi tydelig at det i stor grad er en enkelt lærers eget engasjement for sunn mat eller at en er lærer for faget mat og helse, som gjør at man blir med i konkurransen. I mange av tilfellene vi har vært borte i, så er det en ukjent sak for skoleledelsen at elevene er med i konkurransen og engasjerer seg i et sunnere kosthold. Slike forutsetninger gjør at det er vanskelig for lærer å fortsette sitt engasjement eller for elevene som ikke får anerkjennelse for å engasjere seg på egen hånd og kunne realisere gode ideer for å bedre sine forhold på skolen.

For å få til et sunnere kosthold blant ungdom og utjevne sosiale forskjeller, kan eksterne prosjekter bidra konstruktivt inn i fag på ungdomsskolen som Mat og helse og flere valgfag, samt Folkehelse og livsmestring fra 2020. Elevene og deres foreldre har et ansvar, matvarebransjen som selger mat direkte til elever i skoletid og som også selger varer som finnes i matpakken har et ansvar, i tillegg til skolen som har retningslinjer for hvordan mat og måltider i skolen kan utføres.

I Sunn ungdomsmat jobber vi mot alle disse målgruppen, og kan være en medspiller inn mot skolens ansvar for å legge til rette for gode løsninger i kantiner/ matboder, et hyggelig spisemiljø og nok spisetid. For at skolen skal få til dette i tråd med myndighetenes målsettinger, er det viktig at eksterne prosjekter kan oppleves som støttespiller for kommunene som har blitt gitt ansvaret for å drive forebyggende helsearbeid i sitt område.

Konklusjon:

Skolen trenger en forsterket innsats i sin rolle for å bedre folkehelsen. For at målsettingene mot 15-åringer, som er pekt på som en spesielt viktig målgruppe i Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold, må skolen som arena utnyttes i større grad i folkehelsearbeidet.

Vi ønsker at det i ny folkehelsemelding pekes på at for å demme utviklingen vi ser blant ungdom som er kostholdrelatert, så må skolens ansvar i et tett samarbeid med kommunen som skoleeier og ansvarlig for folkehelse, med klare referanse til overordnede nasjonale mål for folkehelse, tydeligere defineres og pekes på. Dermed kan prosjekter tilsvarende som Sunn ungdomsmat bidra konstruktivt inn mot skolen i tråd med skolens læreplaner og den kommende fagfornyelsen, med de prioriterte tverrfaglige temaene Demokrati og medborgerskap, Bærekraftig utvikling og folkehelse og Livsmestring.

Innspill fra Helsedirektoratet til ny folkehelsemelding:

Sunn ungdomsmat støtter innspillet fra Helsedirektoratet og de foreslåtte innsatsene som er listet på s.102 i dokumentet:

- Sikre at alle elever får minimum 20 minutters spisetid, i tråd med nasjonale retningslinjer
- Kvalitetssikre at barnehager og skoler følger nasjonale kostråd gjennom jevnlig spørsmålsbatteri om kosthold i "Spørring til barnehage-Norge" og "Spørring til skole-Norge" og samarbeid med Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet.
- Gjennomføre pilotering av frokosttilbud i grunnskole og VGO med evaluering for å se hvilken effekt et slikt tilbud har blant annet på skoleprestasjon, skolemiljø og trivsel og utjevning av sosial ulikhet.

Med vennlig hilsen
Sunn ungdomsmat

Silje Thoresen Tandberg (sign.)
Prosjektleder

Mobil: 901 75 311
Email: silje.thoresen.tandberg@frukt.no