

Begrunnelser for innspillene til folkehelsemeldingen fra Landslaget for mat og helse i skolen

Landslaget for mat og helse i skolen legger Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021) til grunn for våre innspill. I handlingsplanen, som er undertegnet av åtte statsråder, er det foreslått en rekke punkter for å styrke barn og unges kosthold.

Under tiltaksområde 1 «Måltidsglede og sunt kosthold» dreier tiltakene fra 1.1 til 1.5 seg om barn og unges kosthold og måltider i barnehage, skole og skolefritidsordninger - og dermed i deres dagligliv:

- 1.1: fremme gode mat- og måltidsvaner i barnehagen
- 1.2: fremme gode mat- og måltidsvaner i skole og skolefritidsordning
- 1.3: bidra til at helsemyndighetenes anbefaling om 20 minutters spisetid følges opp i skolen
- 1.4: mobilisere barn og unge for matglede og et sunt og bærekraftig kosthold
- 1.5: tiltak for å styrke praktiske ferdigheter

I del 3 «Kommunikasjon og kunnskap» bruker vi punktene 3.1, 3.2 og 3.3 som sentrale.

- 3.1: Utvikle verktøy og ressurser til faget mat og helse i grunnskolen og bidra til bedre kompetanse hos dem som underviser i faget
- 3.2: Videreføre og videreutvikle Små grep, stor forskjell
- 3.3: Kommunikasjon som understøtter arbeid med å gjøre sunne valg enkle

At åtte statsråder har undertegnet handlingsplanen innebærer at hvert departement med sine fagråd skal ta ansvar for sin del. Eldre- og folkehelseminister, Åse Michaelsen, bekreftet på innspillmøte i Oslo 3. september 2018 at departementene og fagrådene skal samarbeide forpliktende om folkehelsa.

Landslaget for mat og helse i skolen har disse innspillene med begrunnelser til stortingsmeldingen om folkehelsa:

Innspill 1: LMHS ber om at punktene 1.1 til 1.5 og 3.1 til 3.3 i Handlingsplanen for bedre kosthold (2017- 2021) videreføres og konkretiseres i folkehelsemeldingen og at resultatene skal vurderes.

*Innspill 2: LMHS ber om at barnehagenes og skolenes ansvar for å følge de nasjonale retningslinjene for mat og måltider skjerpes gjennom tidsfrister for å praktisere dem - slik at **alle** barn og unge får et kosthold i tråd med de nasjonale kostrådene.*

Begrunnelsen for å videreføre og konkretisere 1.1, 1.2, 1.3, 1.4 og 1.5 og 3.1, 3.2 og 3.3

Barn i Norge har lange dager i barnehagen, i skolen og i skolefritidsordningen; de oppholder seg i offentlige institusjoner i snitt åtte timer hver dag. Barna er prisgitt de matpakkene de har med seg hjemmefra, det som serveres av drikk og frukt og de matrettene som lages i barnehage-, SFO eller i skolekantinen. De er også prisgitt at de voksne i institusjonen passer på at de spiser opp maten sin, har velorganiserte måltider og opplever måltidet som den sosiale møteplassen den skal være. Mange barn er i barnehager, skoler og i SFO der mat og måltider er tilfredsstillende ivaretatt.

Likevel - nye undersøkelser viser at måltids situasjonen, mattilbudet osv. i barnehagene og SFO har store variasjoner. Forbrukerrådet gjennomførte nylig en undersøkelse om hva foreldre mener om maten som serveres på skolefritidsordninger (SFO). Vi siterer fra innledningen til rapporten:

«Mange barn benytter seg av skolefritidsordningen. Mens de venter på at foreldrene skal komme hjem, tilbringer de deler av ettermiddagen her. SFO-er rundt om i landet tilbyr et stort spekter av aktiviteter, men det varierer mye fra SFO til SFO. De aller fleste SFO-er har et mattilbud. Vi vet at kostholdet er viktig for barn, for at de skal utvikle seg fysisk og kognitivt. Det er i disse årene grunnlaget legges for en god helse senere i livet. Man skulle dermed tro at mattilbudet på SFO er gjennomtenkt, sunt og variert. Slik er det dessverre ikke. Tilbudet spriker veldig. Noen steder tilbys varierte og sunne retter, mens andre steder velges minste motstands vei, og barna ender opp med tomatsuppe og pølser.»

I rapporten går det fram at halvparten av norske foreldre mener at maten barna får på SFO ikke er sunn nok. Det er ikke bare kravstore foreldre som er misfornøyde. Forbrukerrådet og Kost- og ernæringsforbundets undersøkelse viser at mattilbudet ved SFO er for svakt forankret i regelverket. De ber om at det tas solide grep gjennom en endring i lover og retningslinjer som sikrer et sunt og variert mattilbud på alle skolefritidstilbud/SFO.

Et av målene i den nasjonale handlingsplanen er å øke inntaket av grønnsaker. Her er resultatene i denne undersøkelsen lite oppmuntrende.

«– Bare ti prosent av foreldrene vi spurte forteller at det skjer. Det er alvorlig, når vi vet at et daglig inntak av grønnsaker er viktig for å forebygge livsstilssykdommer på lang sikt. Det kan i sin tur gi bedre livskvalitet for den enkelte, og færre utgifter for samfunnet.»

De nasjonale retningslinjene om mat og måltider i skolen fra 2015 dekker hele skoleløpet og skal bidra til et helsefremmende kosthold.

Om opplæringen i mat og helse-faget i utdanningsløpet:

*Innspill 3: LMHS foreslår mat og helse-faget styrkes i det kommende læreplanverket slik at intensjonene om dybdelæring blir mulig i faget. Vi ber om skoleeiers ansvar for opplæringen blir formulert så forpliktende at **alle** elever blir sikret en opplæring i tråd med læreplanen.*

Innspill 4: For å bidra til bedre folkehelse og større livsmestring foreslår LMHS at det innføres et folkehelse- og livsmestringsfag i videregående opplæring fra 2020. Innsikt i de nasjonale kostrådene bør være sentralt i faget.

Begrunnelse:

Tidlig innsats er et hovedgrep i den nye folkehelsemeldingen opplyste eldre- og folkehelseminister, Åse Michaelsen, på innspills-møtet 3. 9 2018.

Når det gjelder barn og unge og kosthold, mener LMHS at tidlig innsats betyr å ruste dem med tilfredsstillende matfaglig kompetanse for å mestre livet sitt. Det er stortingets og regjeringens klare mål å redusere ulikhet i helse på kostholdsområdet, da mener LMHS at barn og unge må lære mer om å gjøre helsefremmende kostholdsvalg og lage sunn og velsmakende mat selv.

LMHS mener at mat og helse-faget bør sikres større plass i grunnskolen i fagfornyelsen og læreplanverket som kommer. De tverrfaglige temaene; folkehelse og livsstil, bærekraftig

utvikling demokrati og medborgerskap er helt sentrale i fagfornyelsen og vil styrke mat og helse-faget.

I Kunnskapsløftet er det 197 timer i mat og helse-faget i løpet av 10 år. Det tilsvarer ca 2.4 % av det samlede timetallet gjennom de 10 grunnskoleårene. Med en så ubetydelig timerressurs, er det vanskelig å redusere ulikheten i helse - slik alle barn og unge fortjener. Barns matdannelse er sentral for å redusere ulikhet i helse. Barn og unge som trenger opplæringen mest, må i større grad nås med en opplæring som ruster dem med tilfredsstillende livsmestring og matfaglig kompetanse.

Unge mennesker må være i stand til å lage seg et ordentlig måltid når de går ut av skolen, noe som ikke er tilfelle i dag. I skolen har elevene over tre ganger så mange timer kunst og håndverk (623 timer), tre ganger så mange timer på KRLE (580 timer) og to ganger så mange undervisningstimer i musikk (368 timer) sett i forhold til faget mat og helse (197 timer). Dette er uforståelig og fokuset på mat burde vært mye større. Dette er en kunnskap som er sentralt gjennom hele livet, fra fødsel til grav og kostholdet har stor betydning for alvorlige sykdommer som kreft og hjerte-karsykdommer, men også den fysiske vevlæren. Livsstilssykdommer koster samfunnet en formue, men i dag er myndighetene mer villige til å bruke penger på å reparere enn å forebygge. Et mettende og sunt skolemåltid vil også bidra til å kunne utjevne sosiale forskjeller i befolkningen, noe forskningen har dokumentert at finnes, både på basis av utdanning, sivil status og bosted.

Det er for dårlig samsvar mellom nasjonale helse- og skolemyndigheters ambisjoner om kompetansen barn og unge trenger (formulert i den vedtektsfestede læreplanen i mat og helse) og ressursene som stilles til rådighet for opplæringen. Lokale skolemyndigheter har stor frihet til å bestemme hvordan rammevilkårene/timeressursene skal brukes. Det fører til stor ulikhet i opplæringen barn og unge får, avhengig av hvilken kommune de bor i. Gjennom arbeidet i Landslaget for mat og helse i skolen erfarer vi at ulikheten er kritikkverdig stor.

Noen skoleeiere tar seg store friheter når det gjelder prioritering av faget og hvordan de legger til rette for undervisningen. Det dreier seg om reduksjon av den vedtektsfestede timeressursen og det dreier seg om for mange elever på skolekjøkkenet.

LMHS ber derfor om at skoleeiers ansvar for å sørge for kvalitativ god opplæring i mat og helse-faget blir mer forpliktende gjennom presise formuleringer i det kommende læreplanverket, slik at elevene sikres det antallet timer som er vedtaksfestet i læreplanen i løpet av grunnskolen 10 år og at livsmestringsfaget mat og helse styrkes gjennom fagfornyelsen i det kommende læreplanverket.

LMHS er bekymret for hvordan vi ruster barn og unge når det gjelder å ivareta eget kosthold og egen helse og kunne lage sunn og velsmakende mat. LMHS mener det er helt sentralt for å redusere ulikhet i helse at antallet timer i mat og helse-faget styrkes, både på barne- og ungdomstrinnet, i den kommende læreplanen for skoleløpet.

LMHS er tildelt økonomisk støtte av Gjensidige-stiftelsens store kostholds-satsing for barn og unge til prosjektet «Tidlig innsats – også i mat og helse». Målet for prosjektet vårt er å kartlegge undervisningsmetoder i mat og helse på 1.-4. trinn - for så å utvikle et kurskonsept for lærere på 1. – 4. trinn. Arbeidet skal være ferdig i 2020. Vi håper at vi med prosjektet vil bidra til bedre opplæring i mat og helse.

For å bidra til bedre folkehelse og større livsmestring foreslår LMHS at elever i videregående opplæring - i læreplanverket fra 2020 - får tilbud om et folkehelse- og livsmestringsfag. Matlaging basert på de nasjonale kostrådene bør være del av opplæringen.

Det er stort sprik mellom det elevene lærer i i mat og helse-faget på ungdomsskolen og det de kan som selvstendige mennesker 5-6 år seinere. Plutselig får de ansvar for egen husholdning!

Forslaget vårt om et folkehelse- og livsmestringsfag i videregående opplæring er i tråd med de nye tverrgående temaene i den overordnede delen av læreplanverket at samfunnet skal ruste unge med kompetanse til å mestre eget liv, også når det gjelder matlaging og praktiske gjøremål som trengs i dagliglivet. Det handler om folkehelse og livsmestring, bærekraft og miljø og demokrati og medborgerskap.

Studiefaget mat og helse i grunnskolelærerutdanninga

Innspill 5: I tråd med Jeløya-plattformen der det står at «kunnskaper og ferdigheter hos læreren er det viktigste for elevenes læringsutbytte» ber LMHS om at Kunnskapsdepartementet og Utdanningsdirektoratet stiller nasjonale krav til lærerutdanningsinstitusjonene om å øke antall studieplasser i mat og helse-faget i grunnskolelærerutdanningen i tråd med behovet for kvalifiserte lærere i mat og helse-faget.

LMHS foreslår også at Utdanningsdirektoratet øker antall videreutdanningsplasser i mat og helse-faget.

LMHS foreslår at det legges inn en fordypning om mat, måltider og helse i skolen som del av grunnskolelærerutdanningen i Norge. Alle grunnskolelærerstudenter for trinn 1-7 bør ta 15 studiepoeng i mat, måltider og helse - som obligatorisk del i sin masterutdanning.

Begrunnelse: Forskningsrapporten fra SSB «Kompetanseprofil i grunnskolen» (Lagerstrøm m fl 2014) viser at det bare er 46 % av lærerne som underviser i mat og helse, som har fordypning i faget. Det er lavest av samtlige grunnskolefag. 46 % faglig sertifiserte lærere er under kritisk grense for å opprettholde sterke nok fagmiljøer i grunnskolen og dermed en kvalitativ god opplæring i tråd med den forskriftfestede læreplanen – og et tilfredsstillende læringsutbytte for elevene.

I Handlingsplanen for bedre kosthold (2017-2021) står det at «følge med på kompetansen hos dem som underviser i faget mat og helse og antall som får videreutdanning». LMHS ber om at formuleringen følges opp med aktiv handling.

På barnetrinnet er det ofte kontaktlærere uten fagfordypning, som underviser klassen sin både på 1. – 4. årstrinn og 6. årstrinn. LMHS får henvendelser om at lærere med fagfordypning ikke blir tildelt timer, fordi kontaktlærer vil ha mat og helse-timene i klassen selv.

LMHS foreslår derfor å legge inn en fordypning om mat og måltider i skolen som del av grunnskolelærerutdanningen i Norge. Alle grunnskolelærerstudenter i Gr 1-7 bør ta 15 studiepoeng i mat og måltider i skolen - som obligatorisk del av sin masterutdanning.

Antall studieplasser i studiefaget mat og helse i grunnskolelærerutdanninga er kritisk lavt i forhold til hvor mange lærere som trengs for å oppfylle kompetansekravene for lærere i faget mat og helse. LMHS innhentet tall for studieplasser i høyere utdanning i 2017. Studieåret 2016/2017 var det ca 250 som kunne ta 30 stp mat og helse, mens bare ca 60 kunne ta 60 studiepoeng. Rekruttering til master i mat og helse-faget er for lav.

Så få studieplasser i mat og helse-faget vil ikke på langt nær dekke behovet for kvalifiserte mat og helse-lærere i årene som kommer. Kompetanseskiltingen for grunnskolen krever at grunnskolelærere skal ha minst 30 studiepoeng i de faga de underviser i. Da må utdanningskapasiteten økes.

LMHS som 98-årig pådriver for mat og helse-faget håper på resultater etter gode intensjoner om å bidra til større likhet i helse i stortingsmeldinger og handlingsplaner gjennom flere tiår.

LMHS ber om at mat og helse-faget får høyere status som del av fagfornyelsen for skoleverket. Mat og helse er i dobbelt betydning et livsviktig allmenndannende skolefag, med mulighet for store, positive effekter på folkehelsen. Opplæringen må få den plassen den fortjener i skoleløpet, med gode, engasjerte og kompetente lærere, med tilstrekkelige med ressurser, gode undervisningslokaler til beste for barn og unges livsmestring og helse.

Med fagfornyelsen for skoleverket i ryggen, mener vi at tida er overmoden for tidlig innsats gjennom mat og helse-faget.

Vi ser fram til at stortingsmeldingen om folkehelse som skal komme våren 2019, bidrar til at den sittende regjeringen satser på og løfter fram mat og helse-faget slik at opplæringen vil skinne og bidra til likhet i helse.

Kilder:

Kost- og ernæringsforbundet og Forbrukerrådet 2018: BARNEHAGEMAT: NÆRING TIL LIV, LEK OG LÆRING: <https://fil.forbrukerradet.no/wp-content/uploads/2018/08/20180710-ke-appetitt-barnehage-rapport.pdf>

Kost- og ernæringsforbundet og Forbrukerrådet 2018: Mat på SFO: næring til liv, lek og læring <https://www.forbrukerradet.no/siste-nytt/stor-misnoye-med-maten-pa-sfo>

Lagerstrøm m fl 2014: SSB- rapporten «Kompetanseprofil i grunnskolen 2013/2014»:
<https://www.ssb.no/utdanning/artikler-og-publikasjoner/attachment/197751?ts=148a1618d30>

For styret og lokallagene i Landslaget for mat og helse i skolen

Inger Lise Fevang Jensen/leder