

Innspill fra Folkehelseforeningen til Matsystemutvalget (2025)

Innledning

Folkehelseforeningen arbeider for å fremme god helse i befolkningen, redusere sosiale helseforskjeller og styrke folkehelseperspektivet i politikkutforming. Matsystemet og våre matomgivelser, det vil si alle sammenhenger hvor vi møter matsystemet i hverdagen, er grunnleggende rammebetingelser for befolkningens helse. Hva som produseres, hvordan maten fordeles, markedsføres og selges, hvem som får tilgang til næringsrik mat, og hvordan det offentlige regulerer tilgjengelighet og markedsføring, avgjør i stor grad om folk har mulighet til å ta sunne og bærekraftige valg.

Tilgang til sunn og bærekraftig mat er en grunnleggende menneskerett og en forutsetning for å oppfylle Norges forpliktelser etter blant annet FNs barnekonvensjon art. 24 (1, 2). Et bærekraftig matsystem må derfor sees som et offentlig gode og et felles samfunnsansvar, ikke kun som et markedsanliggende.

Matsystemutvalget har fått et ambisiøst og omfattende mandat. Våre innspill tar utgangspunkt i et folkehelseperspektiv, men støtter at hele matsystemet, fra produksjon til forbruk både nasjonalt og globalt, vurderes i sammenheng med helse, klima, natur, matsikkerhet og samfunnsøkonomiske forhold. Et kosthold i tråd med kostrådene vil være bærekraftig og i stor grad bidra til matsikkerhet og nasjonale mål for både helse, miljø og klima.

1. Hva er de mest sentrale mulighetene, dilemmaene og utfordringene i det norske matsystemet?

Muligheter

- **Sterk støtte i befolkningen for bærekraft og helse:** Folk ønsker å ta sunne valg, og det er bred aksept for at matsystemet må bidra til bedre folkehelse og lavere klima- og miljøavtrykk (3, 4).
- **Nasjonale kostholdsråd og klima-/naturmål peker i samme retning:** Et variert og stort sett plantebasert kosthold med lite salt, sukker og mettet fett er både helsefremmende, bærekraftig og klima- og miljøvennlig (5). Et slikt kosthold er også i tråd med bærekraftsmålene (6).
- **Samfunnsgevinst:** Beregninger viser at det er mulig med en samfunnsgevinst i størrelsen 250–300 milliarder hvis befolkningen følger kostrådene. Det tilsvarer en gevinst på i gjennomsnitt to friske leveår per person (6).
- **Ordningen med offentlige innkjøp:** Det offentlige har et særskilt samfunnsoppdrag i arbeidet med å skape et bærekraftig matsystem gjennom å bruke sin innkjøpsmakt til å stimulere frem konkurransekraftig verdiskaping i verdikjeden for klima- og miljøvennlig

matproduksjon, samt bruke sin påvirkningskraft gjennom egen måltidsservering til å inspirere og legge til rette for sunnere og mer bærekraftige matvalg.

- **Utdanningsinstitusjoner som pådrivere:** Barnehager og skoler kan brukes som arenaer for å utvikle gode matvaner og utjevne sosiale forskjeller. Styrking av mat- og helsefaget, vil bidra til økt matkompetanse for alle barn i Norge. Maten som serveres og spises i utdanningsinstitusjoner kan forsterke læringen gjennom praktiske og sanselige erfaringer dersom offentlige måltider får en tydelig rolle som del av utdanningsinstitusjonenes samfunnsoppdrag.
- **Eksisterende kunnskapsgrunnlag, anbefalinger fra den norske ekspertgruppen og rapporter fra EU, WHO og FAO samt Lancets One Health Commission (6-10)** støtter opp om flere av tiltakene som viser til behovet for sektorovergripende politikk og systemtiltak som normaliserer bærekraftige og sunne matvalg på befolkningsnivå.

Dilemmaer

- **Sterk kommersiell påvirkning og svak regulering:** Det er få og store aktører som dominerer hele matvare-verdikjeder, gjennom påvirkning på hva som produseres, vareutvalg og priser. Matvarebransjen har stor innflytelse og utfordrer politiske prosesser, særlig gjennom motstand mot regulering og skattlegging. Usunn mat er lett tilgjengelig og aggressivt markedsført.
- **Regulering av matsystemene er for sektorisert og fragmentert:** hvor utfordringer ikke sees i sammenheng (11).
- **Hvordan midler og ressurser til kostholdskommunikasjon fordeles:** Det tildeles mindre penger og ressurser til Helsedirektoratets opplysning om folkehelse totalt enn til markedsføring av matvarer som Miljødirektoratet og Helsedirektoratets kostråd anbefaler å spise mindre av (12).
- **Målkonflikter mellom landbrukspolitiske mål og folkehelse- og klimamål:** Særlig knyttet til produksjon og forbruk av kjøtt. Dette hindrer tverrsektorielt samarbeid og felles politikk, arbeid og samfunnsagenda for å fremme økt forbruk av (norsk) frukt, grønt, belgvekster og grove kornvarer. Selv om klimamål og kostholdsråd peker i samme retning, er landbrukspolitikken fortsatt rigget for animalsk produksjon.
- **Kjente tiltak som vi vet virker benyttes ikke:** Sosialt utjevnende tiltak som vi vet virker benyttes ikke, for eksempel en nasjonal gratis skolefruktordning som påvirker skolens matmiljø positivt. Dette tiltaket kan også plasseres under muligheter; gratis frukt og grønt er rimeligere enn fullskala skolemat i første fase. Riggen og logistikken for dette tiltaket er allerede på plass. Dette kan bidra til økt offentlig innkjøp i tråd med kostråd og bruk av lokale produsenter.

Utfordringer

- **Økende sosiale helseforskjeller og for få tiltak på systemnivå:** Personer med lavere sosioøkonomisk status har systematisk dårligere kosthold med lavere inntak av grønnsaker, fullkorn og ferskvarer, fisk og høyere andel usunne varer som sukkerholdig mat og drikke og prosessert kjøtt. Disse gruppene har også høyere risiko for ikke-smittsomme sykdommer som fedme, diabetes type 2, kreft og hjerte- og karsykdommer. Det er ikke et individuelt ansvar som kan løses med å gi råd på individnivå, men et systemproblem som må møtes med strukturelle tiltak som endrer matomgivelsene ved å styrke tilgangen til sunne valg og redusere sosioøkonomiske barrierer.
- **Fragmentert politikk:** Det mangler en helhetlig strategi for bærekraftig matpolitikk med et tydelig folkehelseperspektiv.
- **Subsidiepolitikken motvirker kostholdsråd:** Størstedelen av landbrukssubsidiene går til animalske produkter, stikk i strid med helse- og klimamål (13).

2. Hvilke tre–fem tiltak vil være viktigst for å styrke bærekraften i fremtidens norske matsystem?

1. Innfør sunn skatteveksling og prisvirkemidler

Avgift på sukker og usunne produkter som sukkerholdig drikke, godterier og sjokolade bør kombineres med subsidier for frukt, grønt og fullkorn. Slik såkalt sunn skatteveksling er definert av WHO som et kostnadseffektivt tiltak ("best buys") for å forebygge utvikling av ikke-smittsomme sykdommer (14) og anbefales også av Helsedirektoratet (15). En kombinasjon av avgift på usunn mat og subsidier på sunn mat vil ha størst effekt. Dette vil gi bedre kosthold i befolkningen og bidra til sosial utjevning.

2. Still krav til at offentlige innkjøp må være i tråd med kostrådene

Offentlige måltider må bygge på en tydelig mat- og måltidspolitik og være i tråd med kostrådene. Det krever samarbeid på tvers av helse, klima, landbruk og anskaffelser. Vi må ha rammer, styring og innkjøpsmiljøer med mulighet for avtaleforvaltning. I dag mangler oversikt over hva det offentlige faktisk kjøper inn, og dermed hvilke verdikjeder vi støtter. De offentlige måltidene trenger at vi bygger opp og benytter matfaglig kompetanse og har innkjøpsavtaler som prioriterer matvarer i tråd med kostrådene fra Helsedirektoratet, Miljødirektoratet og Nordisk ministerråd.

3. Legg om subsidiene i jordbruket i tråd med helse og klima

Bare 15 % av landbrukssubsidiene går i dag til mat vi bør spise mer av, som grønnsaker, belgvekster og korn. Dette må snus, slik at bønder får økonomisk grunnlag for å produsere mat i tråd med kostrådene og klimamålene (13).

4. Integrer folkehelseperspektivet i all matpolitikk

Det må etableres en nasjonal praksis for konsekvensvurdering av matpolitiske tiltak på folkehelse, klima og sosial ulikhet. Vi støtter ForUMs forslag om å etablere et uavhengig råd med myndighet til å overvåke utviklingen og foreslå tiltak. Med representasjon fra sivilsamfunn, fagmiljøer, produsenter og forbrukere som kan fungere som en brobygger mellom ulike departementer og forvaltningsnivåer, og sikre både politisk kontinuitet og et kunnskapsbasert beslutningsgrunnlag.

5. Styrk mat- og ernæringskompetansen i befolkningen og offentlig sektor

Langsiktig finansiering av systematisk ernæringsarbeid i kommunene og styrking av mat- og ernæringskompetanse i skoler, skolefritidsordninger, barnehager og andre offentlige arenaer er avgjørende for å fremme sunne, bærekraftige og rettferdige matvalg.

Det bør opprettes et uavhengig nasjonalt opplysningsorgan for sunn og bærekraftig mat, i tråd med anbefalinger fra Nordisk ministerråd og anerkjente norske og internasjonale fagmiljøer.

3. Andre innspill direkte knyttet til utvalgets mandat

a. Folkehelse må inn som premissgiver for et bærekraftig matsystem

Matsystemet må vurderes ut fra hvordan det bidrar til helhetlig bærekraft: helse, klima og miljø, sosial rettferdighet og ressursfordeling. Det betyr at matsikkerhet og selvforsyning ikke bare måles i kalorier eller landbruksvolum, men i evnen til å sikre god ernæring for hele befolkningen over tid.

b. Systemisk og globalt ansvar

Norge er et land med store ressurser og høy importandel som gir kraft til å påvirke. Vi har ansvar for å støtte opp om et bærekraftig og rettferdig globalt matsystem som ivaretar matsikkerhet og styrker beredskapen lokalt. Det betyr, i tillegg til å fremme et kosthold i tråd med kostrådene samt anbefalinger fra Helsedirektoratet, Miljødirektoratet og fra Nordisk ministerråd-NNR2023, redusert import av mat med høyt klima- og miljøavtrykk og negativ helseeffekt, utfasing av importert kraftfôr og økt støtte til bærekraftig lokal produksjon – i Norge og internasjonalt.

c. Demokratisk balanse i rådgivning og beslutningstaking

Vi støtter NCD alliansen og Kreftforeningens forslag om at sivilsamfunnet må ha en formalisert plass i beslutningssystemene for matpolitikk, på lik linje med næringslivsaktørene. Helsedirektoratet støtter også en slik bredere deltakelse av flere aktører (16).

Avslutning

Et sunt og bærekraftig kosthold er et av de mest effektive virkemidlene for å forebygge sykdom, fremme helse og redusere sosial ulikhet. Matsystemutvalget har en unik mulighet til å foreslå en helhetlig og fremtidsrettet matpolitikk som gjør det lettere for alle å spise sunt – og som styrker klima, natur og folkehelse. Folkehelseforeningen oppfordrer utvalget til å prioritere reguleringer

og strukturelle tiltak som tar inn systemperspektivet og arbeider med alle sektorer og nivåer for å sikre et rettferdig og helsefremmende matsystem for alle i dag og for kommende generasjoner.

Kilder:

1. Mat som en menneskerettighet [About the right to food and human rights | OHCHR](#)
2. Barnekonvensjonen art 24 [Convention on the Rights of the Child | OHCHR](#)
3. Støtte i befolkningen til bærekraftig kosthold [Norwegian consumers' acceptance of sustainable dietary alternatives | NMBU | NMBU](#)
4. Bærekraftig kosthold - en sterk trend. Abel MH, Totland TH. «Kartlegging av kostholdsvaner og kroppsvekt hos voksne i Norge basert på selvrappotering – Resultater fra [Den nasjonale folkehelseundersøkelsen 2020](#)» [Self reported dietary habits and body weight in adults in Norway - Results from the National Public Health Survey 2020] Rapport 2021. Oslo: Folkehelseinstituttet, 2021.
5. Kostrådene - Klima- og miljøvennlige valg [Gode valg for klima og miljø innen kostrådene - Helsedirektoratet](#)
6. Norsk ekspertgruppe fra 2023 [Effektive kostholdstiltak](#)
7. EU [The EU Pathway Towards Sustainable Food Systems Transformation | Knowledge for policy](#)
8. WHO [Food systems delivering better health: executive summary](#)
9. FAO [Transforming food and agriculture through a systems approach](#)
10. Lancet One Health Commission [The Lancet One Health Commission: harnessing our interconnectedness for equitable, sustainable, and healthy socioecological systems](#)
11. Bok: Multidimensional Thinking: A Prerequisite to Agroecology [Multidimensional Thinking: A Prerequisite to Agroecology - Diane - 2004 - Agronomy Monographs - Wiley Online Library](#)
12. Tildelingsbrev til Helsedirektoratet 2025, side 47, Kapittel 714 (Folkehelse), post 21 (Spesielle driftsutgifter)
<https://www.regjeringen.no/contentassets/d8f63d7d01d64def982cb7c8ce1eeb64/2025-tildelingsbrev-helsedirektoratet.pdf>
- Protokoll for møte i Omsetningsrådet onsdag 23. april 2025, side 43 og 55
[Dagsorden med innstillinger - Omsetningsrådet - 23.04.2025](#)
13. Subsidier i norsk jordbruk [rapport-1_25-subsidier-i-norsk-jordbruk-klaus-mittenzwei.pdf](#)
14. WHO Best Buys [Tackling NCDs: best buys and other recommended interventions for the prevention and control of noncommunicable diseases, 2nd ed](#)

15. Priskemidler [Levevaner - Helsedirektoratet](#)

16. Bred deltakelse i intensjonsavtalen [Befolkningen generelt - Helsedirektoratet](#)