



Et bedre liv for børn og unge gennem mad og motion

Nordisk katalog over initiativer og Best Practice for
bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk
aktivitet

Et bedre liv for børn og unge gennem mad og motion

Nordisk katalog over initiativer og Best Practice for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet

TemaNord 2007:589

© Nordisk Ministerråd, København 2007

ISBN 978-92-893-1588-3

Tryk: Ekspresen Tryk & Kopicenter

Omslag: Par No. 1

Omslagsfoto: PhotoDisc; Ingram; og arkivfoto fra Par No 1

Oplag: 250

Trykt på miljøvenligt papir som opfylder kravene i den nordiske miljøsvanemærkeordning.

Publikationen kan bestilles på www.norden.org/order. Flere publikationer på

www.norden.org/publikationer

Printed in Denmark

Nordisk Ministerråd

Store Strandstræde 18

1255 København K

Telefon (+45) 3396 0200

Fax (+45) 3396 0202

Nordisk Råd

Store Strandstræde 18

1255 København K

Telefon (+45) 3396 0400

Fax (+45) 3311 1870

www.norden.org

Det nordiske samarbejde

Det nordiske samarbejde er en af verdens mest omfattende regionale samarbejdsformer. Samarbejdet omfatter Danmark, Finland, Island, Norge og Sverige, samt de selvstyrende områder Færøerne, Grønland og Åland.

Det nordiske samarbejde er både politisk, økonomisk og kulturelt forankret, og er en vigtig medspiller i det europæiske og internationale samarbejde. Det nordiske fællesskab arbejder for et stærkt Norden i et stærkt Europa.

Det nordiske samarbejde ønsker at styrke nordiske og regionale interesser og værdier i en global omverden. Fælles værdier landene imellem er med til at styrke Nordens position som en af verdens mest innovative og konkurrencedygtige regioner.

Indholdsfortegnelse

Forord.....	7
Resumé.....	9
1. Indledning.....	11
1.1 Formål, opbygning og afgrænsning.....	12
2. Status for nordiske kostvaner og fysisk aktivitet.....	15
2.1 Kostvaner.....	15
2.2 Fysisk aktivitet.....	15
2.3 Fælles monitorering.....	16
3. Nordisk Ministerråds mål og visioner for bedre sundhed og livskvalitet.....	19
3.1 Kostvaner.....	19
3.2 Fysisk aktivitet.....	20
4. Myndighedernes muligheder for at påvirke borgernes ernæring og fysiske aktivitetsniveau.....	21
4.1 Spæd- og småbørn (0–2 år).....	21
4.2 Førskolebørn (3–6 år).....	21
4.3 Skolebørn (7–15 år).....	22
5. Projekter under Nordisk Ministerråd.....	25
6. Danske initiativer for børn og unges sundhed.....	29
6.1 Lovgivning og statslige handlingsplaner.....	29
6.2 Statsligt igangsatte initiativer.....	29
6.3 Best Practice.....	34
7. Norske initiativer for børn og unges sundhed.....	39
7.1 Lovgivning og statslige handlingsplaner.....	39
7.2 Statsligt igangsatte initiativer på nationalt niveau for ernæring og fysisk aktivitet.....	40
7.3 Best practice.....	45
8. Sveriges initiativer for børn og unges sundhed.....	49
8.1 Lovgivning og handlingsplaner.....	49
8.2 Statsligt igangsatte initiativer på området for ernæring (nationalt niveau).....	50
8.3 Statsligt igangsatte initiativer på området for fysisk aktivitet på nationalt niveau.....	50
8.4 Initiativer på området for fysisk aktivitet på regionalt niveau.....	51
8.5 Initiativer for bedre kostvaner og fysisk aktivitet på regionalt niveau.....	52
8.5 Best Practice.....	53
9. Finlands initiativer for børn og unges sundhed.....	55
9.1 Lovgivning og handlingsplaner.....	55
9.2 Statsligt igangsatte initiativer for sundere livsstil.....	56
9.3 Statsligt igangsatte monitoreringsprojekter.....	57
9.4 Best Practice.....	58
10. Islands initiativer for børn og unges sundhed.....	61
10.1 Lovgivning og handlingsplaner.....	61
10.2 Statsligt igangsatte projekter og informationsmateriale.....	62
10.3 Best Practice.....	66

11. Sundhedsfremme ved mærkning og markedsføring af fødevarer.....	69
11.1 Nordisk Ministerråds mål	69
11.2 Fællesnordiske initiativer.....	70
11.3 Danske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring.....	70
11.4 Norske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring	72
11.5 Svenske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring.....	74
11.6 Finske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring	75
11.7 Islandske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring.....	75
12. Visioner.....	77
Summary	79
Appendiks	81
Tabeloversigt over de enkelte landes indsatser inddelt efter emneområder	81

Forord

Dette første katalog er en opfølgning på *Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og motion*, og er blevet til i samarbejde mellem alle fem nordiske lande.

Den nordiske referencegruppe består af:

- Anita Andaas Aadland, fysisk aktivitet i Norge
- Anne Kathrine O. Aarum, ernæring i Norge
- Elisabet Hay, fysisk aktivitet og ernæring i Sverige
- Erlingur Jóhannsson, fysisk aktivitet i Island
- Holmfridur Thorgeirsdóttir, ernæring i Island
- Mari Miettinen, fysisk aktivitet i Finland
- Raija Kara, ernæring i Finland

Indsamling af informationer og skrivning af kataloget blev udført af Puk Maia Ingemann Holm, Fødevarestyrelsen Danmark, der er en af de danske repræsentanter i referencegruppen sammen med chefkonsulent Bente Stærk.

Resumé

Som opfølgning på *Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og motion* samler dette katalog initiativer i de nordiske lande for bedre sundhed for børn og unge.

I alle nordiske lande bliver der gjort indsatser på et bredt område for at forbedre borgernes livskvalitet ved hjælp af sundhedsfremme. Der er fokus på indsatser på områderne kost og fysisk aktivitet, herunder forskellige aldersgrupper, udsatte grupper, markedsføring af usunde fødevarer rettet mod børn, men også arbejdsmiljø, ulykker og meget mere. Det er alt sammen faktorer, der har indflydelse på menneskers sundhed og dermed vores livskvalitet.

Hvert land har en handlingsplan for bedre sundhed. Her er der formuleret nogle mål indenfor bestemte tidsrammer. Målene omfatter blandt andet, at niveauet af fysisk aktivitet skal øges ligeledes indtaget af sund mad. Alle lande sætter speciel fokus på indsatser overfor gruppen af børn og unge. Derfor er nærværende katalog afgrænset til indsatser overfor denne gruppe.

De nordiske lande forvalter i stor udstrækning sundhedsfremme på forskellig vis. I Sverige, Norge og Island foregår de konkrete initiativer på kommunalt niveau på baggrund af statsligt udstukne rammer. I Finland er kommuner, NGO'er og foreninger hovedaktørerne i det sundhedsfremmende arbejde. Mens det sundhedsfremmende arbejde i Danmark blandt andet omfatter mange partnerskaber, som staten sætter i gang sammen med interesseorganisationer og industri.

Best Practice oppebæres af et fundament af forskelligartede initiativer, der tages i de forskellige lande. Derfor er nogle af disse andre initiativer end Best Practice også kort skitseret i kataloget som inspirerende læsning.

Danmark har valgt tre Best Practice projekter. Det første er samarbejdet der hedder *Alt om kost*, som styres af Fødevarestyrelsen. Her samles informationer og oplysninger om sundhed på kostområdet, som er tilgængelig gennem internettet. Det næste er *GetMoving* en årligt tilbagevendende kampagne fra Sundhedsstyrelsen, der skal inspirere børn og unge til at bevæge sig mere, og sidst men ikke mindst *6 om dagen*, et partnerskab mellem industrien og Fødevarestyrelsen, der arbejder på at få voksne danskere til at spise 6 og børn 4 stykker frugt og grønt dagligt.

Sverige har valgt tre Best Practice projekter. Det første er *Bespisning i børnehaver og skoler*, hvor frokostmåltiderne i børnehaver og skoler er gratis. Dernæst *Øget fysisk aktivitet i skolen*. I 2003 blev det indført i den obligatoriske skolevæsens læreplan, at skolen skal stræbe efter at tilbyde alle elever daglig fysisk aktivitet gennem hele skoledagen. Det tredje projekt *Retningslinier for måltider i børnehaver og skoler* udstikker ret-

ningslinier for den mad der serveres i skoler, institutioner og fritidsklubber.

Finland har valgt to best practice projekter. Det første er DEHKO, som styres af Hjerteforeningen i Finland. Det beskæftiger sig med diabetes problematikken og dens relation til risikofaktorer som blandt andet overvægt og tidlig indsats overfor unge. Herunder findes FIN-D2D der har til formål at implementere programmet. Desuden er HEPA et eksempel på Best Practice i Finland. Dette projekt beskæftiger sig med fremme af fysisk aktivitet i befolkningen gennem tværsektorielt samarbejde.

Norge har valgt tre best practice projekter. Det første er *Fysisk aktivitet og måltider i skolen*. Hovedformålet med projektet har været at udvikle modeller, hvor en times daglig fysisk aktivitet og gode rammer for sunde måltider er integreret i hverdagen i skolen. Det næste er *Skolefrugt*, hvor visse af landets skoler får mulighed for at tilbyde eleverne frugt og grønt i skoletiden. Det sidste er *Aktive barn*. Et projekt der skal være med til at fremme fysisk aktivitet som transportmulighed.

Island har valgt det store sundhedsprojekt *Everything affects us – especially ourselves!*. Det er et samarbejdsprojekt mellem Public Health Institute of Iceland og over 20 kommuner. Dette projekt har som formål at forbedre livsstilen hos børn og unge, samt deres familier.

1. Indledning

Verdens befolkning er blevet for tung! WHO advarer om, at den stigende forekomst af overvægt truer både folkesundheden og samfundsøkonomierne i Europa. Halvdelen af Europas befolkning og hvert femte barn er i dag overvægtige, og en ny analyse fra WHO viser, at behandlingen af overvægt og fedme optager ca. 6 procent af udgifterne til sundhedssektoren. WHO kalder tallene alarmerende, og slår fast, at hvis ikke landene sætter ind nu, vil 150 millioner mennesker i Europa lide af overvægt i 2010¹.

På en konference i Istanbul i november 2006 blev de europæiske sundhedsministre enige om en fælles deklARATION mod den europæiske fedmeepidemi. WHO anbefaler samtidig, at landene udarbejder nationale strategier og politikker om fremme af sund kost og fysisk aktivitet samt om forebyggelse af overvægt

Situationen i de nordiske lande er meget lig den, der også kan ses i resten af Europa: Antallet af overvægtige voksne i Norden er stigende, og udgør nu over 40 %. Antallet af overvægtige nordiske børn er også stigende, og udgør 15–20 %². Sundere kostvaner og mere fysisk aktivitet er de vigtigste midler til at imødegå overvægtsproblemer.

En af de overordnede målsætninger for Nordisk Ministerråd er at sikre bedre sundhed og livskvalitet på lige vilkår for alle nordiske borgere. Der gøres allerede en stor indsats i Norden for at efterleve målsætningen. Vi er på vej mod fælles indsatser, der på sigt kan gøre en forskel.

Den fælles Nordiske Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet lægger op til indsatser på mange områder. Fælles nordisk monitorering af kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt giver mulighed for løbende vurderinger og sammenligninger af situationen i de enkelte nordiske lande. Adgangen til sammenlignelige og valide data er en væsentlig forudsætning for at følge op på de fælles nordiske målsætninger.

Den fælles nordiske monitorering af kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt giver os mulighed for bedre at vurdere „Best Practice“ i indsatsen på området.

Nærværende katalog er starten på dette arbejde. Hvor står vi hver især? Kataloget giver et godt grundlag for den videre diskussion og for udarbejdelsen af det, der i fremtiden vil være „Best Practice“ i Norden.

Selvom individet bærer en stor del af ansvaret for valget af livsstil, så er fremme af sunde kostvaner og fysisk aktivitet, samt forebyggelse af

¹ Pressemeddelelse fra Nordisk Ministerråd 16. nov. 2006 „Europæisk fedme-topmøde i Istanbul“

² „Et bedre liv gennem mad og motion“, Nordisk handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet. 2006. S. 5.

overvægt også et kollektivt ansvar. Den multisektorielle tilgang er nødvendig for at skabe resultater på området. Derfor henvender dette katalog sig til et bredt publikum: kommuner, relevante ministerier, organisationer og foreninger med interesse for forebyggelsesarbejdet.

1.1 Formål, opbygning og afgrænsning

1.1.1 Katalogets formål

Det primære formål med kataloget er at samle de statsligt igangsatte eller færdiggjorte indsatser til fremme af bedre sundhed og livskvalitet gennem kost og fysisk aktivitet i de nordiske lande.

Det er tanken, at kataloget efterfølgende skal opdateres hvert andet år. Løbende opdateringer vil gøre kataloget til et redskab, der blandet andet kan bruges til at skabe overblik over, om de fælles målsætninger for udviklingen af kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt i de nordiske lande bliver nået.

Målsætningerne har Nordisk Ministerråd³ tidligere formuleret i *Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet*, og de fokuserer på at sikre:

- En klar forbedring af de nordiske befolkningers kostvaner.
- At et bredt flertal af både voksne og ældre borgere efterlever anbefalingerne om fysisk aktivitet, samt at alle børn er aktive.
- Succes med at reducere antallet af overvægtige og svært overvægtige borgere i Norden, særligt blandt børn og unge.
- En lav tolerance i forhold til den sociale ulighed i sundhed, der kan knyttes til kostvaner og fysisk aktivitet.

I handlingsplanen er der prioriterede indsatsområder og målgrupper for det nordiske samarbejde:

- Børn og unge skal have forudsætninger for at træffe sunde valg, og skal ikke udsættes for et miljø, der opfordrer til usunde valg.
- Sunde valg skal gøres lettere for alle.
- Initiativer skal målrettes mod udsatte grupper.

1.1.2 Katalogets opbygning

Nærværende katalog over projekter har samlet to til tre statsligt igangsatte tiltag fra hvert af de nordiske lande, som blev vurderet til at være de respektive landes „Best Practice“.

³ Henviser i handlingsplanen til Ministrene for Fiskeri og Havbrug, Jordbrug, Levnedsmidler og Skovbrug samt til Ministrene for Social- og Helsepolitik.

Eftersom der anvendes forskellige metoder, og ansvarsfordelingen mellem de forskellige politiske beslutningsniveauer varierer landene imellem vil der være væsentlige forskelle på metodikken bag tiltagene, der derfor ikke direkte kan sammenlignes, men bør bruges som inspiration. Kataloget skal således primært give eksempler på succesfulde projekter rettet mod forskellige målgrupper (alder, sociale grupper etc.), hvorimod de organisatoriske aspekter kan inddrages, såfremt læseren har mere specifikke interesser heri. Bagest i kataloget findes en oversigt over projekterne grupperet efter indsatsområde/forebyggelsesmiljø.

Da de enkeltstående „Best Practice“ ikke kan tegne et samlet billede af indsatsen på området, indeholder kataloget også korte beskrivelser af andre initiativer, der bakker op om de respektive landes „Best Practice“.

Endelig indeholder kataloget et afsnit om de gældende regler og retningslinjer vedrørende mærkning og markedsføring i de enkelte nordiske lande. Disse områder er fremhævet i den *Nordiske handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet* som områder, hvor de nordiske lande bør samarbejde for blandt andet at påvirke indsatsen i EU. Der er i løbet af 2007 taget forskellige initiativer til et styrket nordisk samarbejde og koordinering indenfor områderne.

1.1.3 Afgrænsning af målgrupperne for projekter i kataloget

Nærværende katalog er afgrænset til at beskrive initiativer overfor børn og unge. I såvel WHO, EU, Norden og de enkelte nordiske landes regi er der enighed om, at særligt den stigende forekomst af overvægt og livsstilssygdomme hos børn og unge er bekymrende. Samtidig er det også i barndommen, at de sunde vaner grundlægges, og børn og unge er derfor i særlig grad interessante i forebyggelsessammenhæng.

Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet fremhæver, at daginstitutioner, skoler og sportsklubber spiller en vigtig rolle i indsatsen for at fremme sunde vaner hos børn, og at det er vigtigt, at kvaliteten og omfanget af tilbuddene i daginstitutioner, skoler og sportsklubber er tilstrækkelige i forhold til behovet. Derfor skal indsatsen gøres lokalt i nærmiljøet såvel som nationalt.

Sidst i kataloget findes et appendiks, der giver overblik over de nordiske landes indsatser til fremme af børn og unges fysiske aktivitet og sundere ernæring. Her er der også henvisning til de sider, hvor der kan læses yderligere om de enkelte indsatser.

2. Status for nordiske kostvaner og fysisk aktivitet

Sundere kostvaner og øget fysisk aktivitet er de vigtigste midler til at imødegå overvægtsproblemer.

2.1 Kostvaner

Det gennemsnitlige indtag af frugt og grønt i de nordiske befolkninger ligger væsentligt lavere end de anbefalede mængder. Undersøgelser viser, at frugt og grønt har en gavnlig virkning i forhold til udvikling af livsstilssygdomme⁴.

I Norden har børn et gennemsnitligt indtag af tilsat sukker, der overstiger anbefalingerne. Indtaget af tilsat sukker er af betydning for ikke mindst udvikling af overvægt og fedme. Det fremgår af handlingsplanen, at de nordiske lande vil fortsætte indsatsen for at begrænse tilgængeligheden og indtaget af sukkersødede drikkevarer og snacks på skoler, i daginstitutioner og andre steder, hvor børn opholder sig.

Indtaget af kostfibre ligger også for lavt i forhold til anbefalingerne. Kostfibre har et relativt lavt glykæmisk index, er godt for flowet i mave-tarmkanalen, og nedsætter formentlig risikoen for coloncancer⁵. Derfor skal indtag af groft brød og kornprodukter fremmes.

Nordiske børn og unges indtag af fisk er ydermere lavere end anbefalingerne. Fisk indeholder langkædede umættede fedtsyrer (omega-3 fedtsyrer), D-vitamin, jod og selen. Ved at spise den anbefalede mængde fisk nedsætter man risikoen for blandt andet hjertekarsygdomme. Mangel på D-vitamin kan give knoglesvind, der øger risikoen for knoglebrud i alderdommen. Jodmangel kan give forstørret skjoldbruskkirtel og dermed risiko for forstyrrelser i stofskiftet. Yderligere er det muligt, at selenholdig kost kan mindske risikoen for visse former for kræft⁶.

2.2 Fysisk aktivitet

Generelt dyrker befolkningerne i Norden for lidt motion. Det gælder også børnene. Der er samtidig tendens til polarisering, idet gruppen af de fy-

⁴ Danmarks Fødevarerforsknig „Forslag til retningslinier for sund kost i skoler og institutioner, rapport 2005. S. 22 (Ovesen et al, 2002)

⁵ „Energigivende stoffer og kostfibre“. Fødevarerdirektoratet, 1999

⁶ „Tips om fisk“, Fødevarerstyrelsen, 2005, 1. udgave 2. oplag. Form og Co.

sisk aktive bliver mere fysisk aktive, mens gruppen af inaktive bliver større. Der er også tendens til at jo ældre børnene bliver, desto mindre bevæger de sig. Det ses i nordiske studier, at op mod to tredjedele af de unge er fysisk inaktive⁷.

Fysisk aktivitet er med til at forebygge livsstils- og folkesygdomme som muskel- og skeletlidelser, visse former for kræft, stress, psykiske lidelser og osteoporose. Desuden forebygger fysisk aktivitet kredsløbs-sygdomme som hjertekarsygdomme, forhøjet kolesteroltal og blodtryk, overvægt, svær overvægt, insulinresistens og type 2 diabetes⁸.

Undersøgelser i Norge, Sverige, Danmark og USA har dokumenteret, at børn, der er fysisk aktive har større livsglæde og selvtillid, har et godt helbred, føler sig mindre hjælpeløse, er mindre morgentrætte, har lettere ved at få venner og føler sig mindre udenfor⁹.

2.3 Fælles monitorering

Nærværende katalog er et af skridtene i skabelsen af et tættere samarbejde om metoder til at vurdere udviklingen af de enkelte tiltag til fremme af sunde kostvaner, fysisk aktivitet og forekomsten af overvægt. En fælles nordisk forståelse omkring monitoreringsmetoderne vil sikre, at de enkelte nordiske lande anvender fælles metoder. På den måde er der i sidste ende et sammenligningsgrundlag, når der skal foretages vurdering af effektiviteten af forskellige tiltag på tværs af landegrænser.

En fælles monitorering er med andre ord essentiel for kvaliteten af det videre nordiske „Best Practice“ samarbejde. Det er allerede i nordisk regi besluttet at starte et projekt, der skal udvikle og validere et fælles, omkostningseffektivt, nordisk monitoreringssystem. Den fælles monitorering skal ske på tre hovedområder:

- *Kostvaner.* Gennemføres i dag hvert 3. til 10. år, hvilket ikke er hyppigt nok i forhold til den hurtige udvikling på området. Samtidig er der i dag store metodiske forskelle mellem de enkelte nordiske landes undersøgelser (årstal for og hyppighed af indsamling, aldersgrupper mv.)
- *Fysisk aktivitet.* Omfanget af eksisterende dataindsamlinger er meget begrænset sammenlignet med kostområdet, og de kan hverken sammenlignes over tid eller mellem landene.

⁷ Fysisk aktivitet og evidens. Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv. Sundhedsstyrelsen, September 2006. National HEPA-strategy and it's implementation in Finland. Mari Miettinen, Senior Officer, Ministry of Social Affairs and Health, Finland. Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005-2009 – Sammen for fysisk aktivitet, Norge.

⁸ Sundhedsstyrelsens hjemmeside „Hvorfor 30/60 minutter?“, den 16.03.2007.

⁹ Børn og bevægelse og Faktaark om fysisk aktivitet. Sundhedsstyrelsen, 2005.

- *Forekomst af overvægt og svær overvægt.* Frekvensen og sammenligneligheden af eksisterende nordiske data om BMI og talje/hofte ratio er ikke tilstrækkelige til løbende at vurdere overvægt.

Den fælles monitorering vil give os mulighed for, at kunne indsamle data om voksne, børn og unge. Det kan give os et billede af, hvordan det går med at realisere målsætningerne om udviklingen i befolkningernes kostvaner og fysiske aktivitetsniveau, samt i forekomsten af overvægt.

3. Nordisk Ministerråds mål og visioner for bedre sundhed og livskvalitet

I 2006 har den Nordiske Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet opstillet mål og visioner for udviklingen af overvægt:

Mål 2011:

Stigningen i andelen af overvægtige og svært overvægtige borgere er stoppet eller i bedste fald vendt.

Vision 2021:

- Antallet af overvægtige og svært overvægtige voksne er reduceret med mindst 30 % i forhold til det nuværende niveau
- Antallet af overvægtige og svært overvægtige børn og unge er reduceret med mindst 50 % i forhold til det nuværende niveau

Mål og vision for udviklingen af overvægt skal omsættes til konkrete resultater ved, at befolkningerne får nye vaner, når det gælder ernæring og fysisk aktivitet.

3.1 Kostvaner

Ifølge Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet, skal der generelt ske en klar forbedring af de nordiske befolkningers kostvaner:

Mål 2011:

Indtaget af frugt og grønt samt fuldkornsprodukter skal øges. Indtaget af fedt, særligt mættet fedt og transfedt samt tilsat sukker skal reduceres. Saltindtaget skal falde eller være uændret afhængig af national sammenhæng.

Vision 2021:

Størstedelen af befolkningerne spiser i overensstemmelse med de Nordiske Næringsstofanbefalinger (NNA). De nuværende referencer for visionen er:

- Mindst 70 % af befolkningen, der er over 10 år, indtager dagligt mindst 500 g frugt og grønt. Det gennemsnitlige indtag for børn mellem 4 og 10 år er mindst 400 g/dag.
- Befolkningens gennemsnitlige fødevareindtag lever op til NNA med hensyn til fedt, mættet fedt og transfedt (max. 30 E % (procentandel af samlet energiindtag) sammenlagt, heraf højst 1/3 mættet fedt) og mindst 70 % af befolkningen lever op til NNA hvad angår fedtindtag (E % mellem 25 og 35)

- 80 % eller mere lever op til NNA med hensyn til maksimalt dagligt indtag af tilsat sukker (max. 10 E %)
- 70 % eller mere spiser fisk eller fiskeprodukter svarende til et hovedmåltid to gange om ugen
- Mindst 70 % af den voksne befolkning har et dagligt indtag af fuldkornsprodukter, der udgør mindst halvdelen af deres samlede indtag af brød og cerea-lier
- Befolkningens gennemsnitlige indtag af salt lever op til NNA

3.2 Fysisk aktivitet

Ifølge Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet, skal størstedelen af den voksne befolkning følge anbefalingerne for fysisk aktivitet, mens alle børnene skal være fysisk aktive:

Mål 2011:

Den nuværende trend, hvor en stigende andel af voksne og børn er fysisk inaktive er stoppet og i bedste fald vendt.

Vision 2021:

- Mindst 75 % af den voksne befolkning er fysisk aktive (moderat intensitet) i mindst 30 minutter dagligt.
- Alle børn i alderen 1–12 år og mindst 85 % af børn og unge i alderen 12–16 år er fysisk aktive (moderat intensitet) i minimum 60 minutter dagligt.

Anbefalingerne gælder både for børn og voksne, hvis ikke andet er særlig nævnt, som det er tilfældet med børns indtag af frugt og grønt og den daglige mængde fysisk aktivitet.

4. Myndighedernes muligheder for at påvirke borgernes ernæring og fysiske aktivitetsniveau

4.1 Spæd- og småbørn (0–2 år)

Myndighedernes mulighed for indflydelse på gruppen af spæd- og småbørn går gennem tiltag rettet mod forældre. Forældrene har et stort ansvar for, at deres børn lever et fysisk aktivt liv, og at de spiser sund mad. Mens børnene er små er sundhedsplejerskerne og de praktiserende læger de primære rådgivere for forældrene. Godt informationsmateriale og formidling af praktiske råd til forældre om vigtigheden af sund mad og fysisk aktivitet for spæd- og småbørn sundhed kan være med til at forebygge blandt andet overvægt.

Modermælk er en vigtig del af spædbarnets ernæring. Modermælk styrker spædbarnets immunforsvar, og er ernæringsmæssigt korrekt sammensat i forhold til barnets alder. Myndighederne kan være med til at fremme amning ved at mødre får information og vidensbaseret rådgivning.

Det er forskelligt fra land til land og mellem dagplejere og vuggestuer, hvor mange måltider børnene bliver tilbudt, hvilke retningslinier, der er for udbudet af mad, og de rammer der stilles for børnenes fysiske udfoldelse. Det er også forskelligt fra familie til familie, hvornår børnene starter på institutionslivet. For de børn, der passes i dagpleje eller vuggestue kan myndighederne give anbefalinger og retningslinier for måltiderne og stille krav til udbudet af mad, og de rammer der stilles for børnenes fysiske udfoldelse.

4.2 Førskolebørn (3–6 år)

Gennem børnenes opvækst er det fortsat forældrene, der har hovedansvaret for børnenes kostvaner og aktivitetsniveau, og som ved selv at leve et sundt og fysisk aktivt liv er gode rollemodeller. Myndighederne har stadig muligheder for at give råd om kostvaner og fysisk aktivitet og at informere forældrene om vigtigheden af sund mad og fysisk aktivitet gennem informationskampagner og offentlige tilbud af sundhedsfremmende karakter. Det fysiske miljø skal gerne kunne rumme, at børn kan dyrke fysiske aktiviteter hele året. Det kan ske gennem gode muligheder for at

cykle, befordrende parkarealer til fysisk aktivitet, sportshaller og krav til tilbud og omfanget af fysiske aktiviteter i fritiden.

Myndighederne har ligesom i vuggestuer og dagplejer muligheder for at få indflydelse på børnenes kostvaner og mængden af fysisk aktivitet i den tid, de er i børnehave. Dette kan gøres ved at give retningslinier for måltiderne, og ved at stille krav til daginstitutionernes udbud af mad, og de rammer der stilles for børnenes fysiske udfoldelse.

Det er forskelligt fra land til land og fra børnehave til børnehave, hvor stor en del af kosten børnene indtager i børnehaven, og om børnehaven sørger for maden. I nogle lande har børnene som hovedregel madpakker med hjemmefra. I andre lande tilbereder daginstitutionen frokost, mellemmåltider og måske også morgenmad. Myndighederne har mulighed for at påvirke sundheden direkte i den del af børnenes kost, som indtages mens de er i børnehave. Et fælles træk for de nordiske lande er, at mange institutioner serverer 1–2 mellemmåltider om dagen, og her er der en god anledning til at bidrage til børnenes indtag af frugt og grønt, og at reducere indtaget af tilsat sukker.

Uanset om børnene har maden med hjemmefra eller den tilberedes i daginstitutionen, har myndighederne mulighed for at give retningslinier og stille krav til børnehaven om at udarbejde en mad- og måltidspolitik, sådan at forældre og børnehavens personale må tage stilling til blandt andet, hvilken mad børnene skal spise/ikke spise, under hvilke forhold og om børnene skal være med til at tilberede maden.

4.3 Skolebørn (7–15 år)

I de nordiske lande er det forskelligt, om der tilbydes måltider og mellemmåltider i skolen. I Norge og Danmark har børn madpakker med, mens der på nogle skoler tilbydes køb af mad i kantiner. Sverige og Finland har landsdækkende tilbud af gratis frokost i skolen. De fleste islandske kommuner tilbydes et frokostmåltid i skolen, som i de fleste tilfælde er støttet af kommunen.

I skolen er der generelt færre voksne til at varetage de fysiske rammer for børnenes måltider. Men myndighederne kan ligesom i børnehaverne, vuggestuerne og dagplejen stille krav til skolernes og fritidsordningernes udbud af mad. I skolen kan der ligeledes formuleres mad- og måltidspolitikker, der også stiller krav til de medbragte madpakker.

Til at fremme mulighederne for fysisk aktivitet kan der stilles krav om at der skabes miljøer omkring skolerne, der gør det sikrere at cykle eller gå til og fra skole. Der kan desuden stilles krav til skolers og fritidsordningers rammer og tilbud til børnene om fysisk aktiv beskæftigelse i form af bevægelsespolitikker. Det er i flere studier vist, at børn lærer bedre og

er mere positive, hvis de får sund mad og er fysisk aktive i løbet af dagen¹⁰.

Nærværende katalog ser nærmere på, hvilke tiltag der i Norden og i de enkelte nordiske lande har været iværksat af relevans for den nordiske handlingsplan for børn og unge. Det er dog vigtigt at fremhæve, at fremme af sunde madvaner hos børn og unge involverer alle de sammenhænge børnene færdes i og påvirkes af. Det gælder især personale i institutioner og skoler og ikke mindst forældrene. Letforståelig mærkning og en sundhedsfremmende markedsføring er vigtige virkemidler. Disse emner omtales i *afsnit 11*.

¹⁰ Børn og bevægelse. Sundhedsstyrelsen, 2005.

5. Projekter under Nordisk Ministerråd

De nordiske lande har en lang tradition for samarbejde på fødevarer-, sundheds- og ernæringsområderne. Siden 1982 har de nordiske lande udarbejdet fælles næringsstofanbefalinger, der udgør det videnskabelige grundlag for de enkelte landes officielle kostråd¹¹. Næringsstofanbefalingerne ligger også til grund for mål og vision i Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet.

Foruden samarbejdsområderne, der er nævnt i den nordiske handlingsplan, kan følgende nordiske projekter om sundhedsfremmende vaner for børn og unge fremhæves:

- *Children, Food Consumption and Culture in Nordic Countries*, afholdelse af 2 workshops for at etablere en forskergruppe, som repræsenterer forskningen inden for både mad, ernæring og børn i de nordiske lande. Et første seminar *Grönsaker eller godis? Kulturella perspektiv på nordiska barns kosthåll* blev afholdt 15.–16. marts 2006 på Centrum för konsumentvetenskap i Göteborg. Andet seminar blev afholdt i begyndelsen af 2007 i Trondheim. Projektet er afsluttet ultimo februar 2007.
- Föreningen för familjecentrale, Sverige: *Nordisk ljus – et samarbejdsprojekt om barn och barnfamiljers hälsa*. Projektets målsætning er at skabe et nordisk ideforum og netværk for forskellige professioner, der i det daglige arbejder med sundhedsfremme og forebyggelse i fortrinsvis børnefamilier. Dokumentation for projektet kommer til at ligge på organisationens hjemmeside: www.familjecentraler.se, og Nordiska Högskolan för Folkhälsovetenskap (NHV) formidler erfaringerne fra projektet.
- NOVA, Norge: *Levekårsforskning med barneperspektiv*. Hensigten med dette projekt er både at analysere børn og unges levevilkår og socialiseringsbetingelser. Med socialiseringsbetingelser menes børn og unges muligheder i og kvalificering til voksenlivet. En central del af arbejdet er at udvikle teorier og indikatorer for at identificere børn og unges levevilkår, som kan anvendes komparativt i Norden af både policymakere og forskere.
- Social- og Helsedirektoratet: *Nordisk Miljømedicinsk arbejdsgruppe*. Nordisk Miljømedicins Arbejdsgruppe har til formål at fremme og

¹¹ Senest rapporten „Nordic Nutrition Recommendations 2004 – Integrating nutrition and physical activity“, udgivet marts 2005

kvalificere landenes arbejde med nationale aktiviteter vedrørende børns miljø og helse. Arbejdsgruppen skal følge op på ministerbeslutningen i WHO, juni 2004, hvor de nordiske lande, i lighed med de andre lande i WHO's Europaregion, forpligtede sig til at udarbejde en handlingsplan for børns miljø og helse. Projektet er forankret i de nordiske landes nationale helsemyndigheder. Der er en international kobling til WHO's CEHAPE Task Force.

- Social- og Helsedirektoratet, Norge: *Pilotprojekt om metoder for medvirkning og involvering av barn og unge*, opfølgning af WHO's 4. ministerkonference om miljø og helse. NMR oprettede i 2005 en *Samarbejdsgruppe for miljømedicin* som samarbejder om blandt andet opfølgning på WHO's 4. ministerkonference om miljø og helse i Budapest 2004. Arbejdet skal udvikle nationale handlingsplaner for børns miljø og helse. Der foreligger en rapport fra konferencen i marts 2006 *Report on a Youth Workshop on Youth Participation and Involvement Concerning Children and Youth's Environment and Health*.
- NOVA, Norge: *Nordisk konferanse om fattigdom og levekår for barn i de nordiske landene*. Norge (BLD) vil arrangere en nordisk konference om fattigdom for børn for at belyse problematikken i en nordisk kontekst. Konferencen sker i samarbejde med aktuelle forskningsmiljøer i Norge, som har viden om fattigdom for børn (FAFO/NOVA). Der er ligheder i det offentlige system mellem de nordiske lande, og Norden er optaget af hvordan vi kan bekæmpe fattigdom på en konstruktiv og bæredygtig måde.
- Der ligger et forslag om at udarbejde et fælles nordisk værktøj (vejledning) til skolerne/daginstitutioner, som de kan bruge til at fastlægge deres politik mht. udbud af mad og drikke på skolen. Samarbejde med organisationer som f.eks. Skole og Samfund i Danmark.
- Sveriges konsumenter i samverkan: *Socketjakten*. Projekt *socketjakten* engagerer børn og unge for i praksis at fokusere på det øgede indtag af sukker og de negative følger af for meget sukker i den daglige kost. Samtidig skal projektet give børnene forudsætninger for kritisk at forholde sig til reklamer for produkter, der har for højt sukkerindhold. Målet er at få børn og unge til at være undersøgende, og medvirke til at børn og unge spiser sundere.
- *COPE - Children, Outdoor, Participation, Environment (NFK)*. Arbejdsgruppen for Natur, Friluftsliv og Kulturmiljø har engageret 42 skoler i ni lande i projektet med fokus på børns sundhed i kombination med friluftsliv og godt nærmiljø. I 2007 skal projektet afsluttes, og skal give indspil til WHO og EU's arbejde med miljø og sundhed. Projektet blev midtvejsevalueret i september 2006, hvor det blev konkluderet at implementeringen af projektet på mange områder er langt fremme, og der blev indskærpet nogle indsatsområder.

I Nordisk Ministerråd er der særlig fokus på at få stoppet stigningen i antallet af overvægtige og svært overvægtig børn og unge. Det fremgår blandt andet af *Handlingsplanen for bedre sundhed og livskvalitet*, at der som midler til at vende udviklingen skal skabes fokus på, at børn og unge er i stand til at træffe sunde valg, og er beskyttet mod et miljø, der opfordrer til usunde valg.

6. Danske initiativer for børn og unges sundhed

6.1 Lovgivning og statslige handlingsplaner

Lov om fødevarer¹² har blandt andet til formål at fremme sunde kostvaner. Ministeren for familie- og forbrugeranliggender har således til opgave at formidle oplysning til forbrugerne om forhold, der er omfattet af loven, herunder ernæring. Ministeren kan også rådgive om og fastsætte regler for offentlig kostforplejning. Der er ikke taget initiativer til at fastsætte regler om krav i forhold til mad til børn og unge, men der er udgivet en række anbefalinger, jf. nedenfor.

De nationale mål og strategier for folkesundheden 2002–10 fremgår af *Sund hele livet*, som regeringen udgav i september 2002¹³. Dette sundhedsprogram blev uddybet i forhold til børn og unge i *Bedre sundhed for børn og unge* november 2003¹⁴, som var et udspil med en række konkrete initiativer i forhold til at fremme sundere vaner hos børn.

6.2 Statsligt igangsatte initiativer

6.2.1 Fødevarerpolitisk redegørelse

Regeringen har i november 2006 offentliggjort en *Fødevarerpolitisk redegørelse*¹⁵. Målsætningen er, at børn spiser sundt, og har et naturligt forhold til bevægelse. Det fremhæves, at daginstitutioner og skoler har et medansvar for at realisere målet, mens det primære ansvar ligger hos forældrene.

Ifølge redegørelsen skal der udarbejdes et samlet vejledningsmateriale til kommunerne, der har som formål at gøre det lettere for den enkelte kommune at arbejde med formulering af en kost- og motionspolitik for børn og unge. Det er hensigten at rådgivning om kost og motion til kommuner og kommunale institutioner vil blive styrket.

¹² Lov nr. 526 af 24. juni 2005 om fødevarer §§ 1, 10 og 12.

¹³ Sund hele livet – de nationale mål og strategier for folkesundheden 2002-10, Regeringen. September 2002

¹⁴ Bedre sundhed for børn og unge, Regeringen, November 2003

¹⁵ „Fødevarerpolitisk redegørelse – i et forbrugerperspektiv“. November 2006. Ministeriet for Familie- og Forbrugeranliggender

Regeringen ønsker endvidere, at „børn så vidt muligt i dagtilbud og skoler i løbet af få år kan købe et sundt måltid mad midt på dagen“ som et alternativ til madpakken. Madordningerne skal finansieres af forældrene.

6.2.2 Ministeriet for Familie- og Forbrugeranliggender

I regi af Ministeriet for Familie- og Forbrugeranliggender har Fødevarestyrelsen til opgave at påvirke borgernes adfærd i forhold til ernæring. Det sker gennem oplysning om sunde kostvaner. Fødevarestyrelsen anbefaler, at børn mellem 4 og 10 år i gennemsnit får 400 g frugt og grønt pr. dag, og at indtag af sukker begrænses. Der igangsættes løbende projekter og udsendes inspirationsmateriale henvendt til børnehaver, skoler og fritidsordninger.

Følgende relevante projekter er igangsat under Ministeriet for Familie- og Forbrugeranliggender:

- *Ernæringsmærket*, guider forbrugeren til produkter, der enten kan „spises mest“, „spises mindre“ og „spises mindst“ af i forhold til indholdet af fedt, mættet fedt, sukker, salt, kostfibre og i nogle tilfælde frugt og grønt.
 - *For mere information*, se www.spismest.dk og www.forbrug.dk.
 - *Kontaktperson*: Else Molander – se i øvrigt kapitel 13 for planer om et fælles nordisk ernæringsmærke.
- *BørneBoxen* er et initiativ, som inspirerer til at lege sunde vaner ind i børnehavebørns hverdag. Der gives huskeråd, ideer, inspiration og rekvisitter til sund eftermiddagsmad, børnenes deltagelse i madlavning, lege der giver børnene fysisk aktivitet, involvering af forældre m.v. BørneBoxen drives i fællesskab i partnerskab af Fødevarestyrelsen, Danish Meat Association, FDB, Fødevarerindustrien og Suhr's Videncenter.
 - *For mere information*, se www.boerneboxen.dk.
 - *Kontaktperson*: Tove Dam
- Fødevarestyrelsen indgår i partnerskabet *6 om dagen*, som blandt andet tilbyder køreplaner for sjove, overkommelige og grønnere fester for de 3–8-årige på www.frugtfest.dk samt skolefrugt. 6 om dagen informerer om, hvorfor frugt og grønt er sundt, og hvordan man kan gøre det lettere at få frugt og grønt i hverdagen.
 - *For mere information*, se www.6omdagen.dk.
 - *Kontaktperson*: Susanne Tøttenborg.
- *Leg dig sund*. Fødevarestyrelsen har fået midler til at udvikle formidlingsmateriale om sund mad og livsstil, der skal målrettes socialt udsatte familier med børn i aldersgruppen 1–6 år, herunder

familier med anden etnisk herkomst end dansk. Formidlingsmaterialet skal indeholde nogle redskaber, der kan hjælpe familierne til at fremme og fastholde en sund kost og livsstil. Det kan blandt andet anvendes af konsultationssygeplejersker i forbindelse med rådgivning af børnefamilier. Materialet forventes at blive implementeret i første halvår af 2008.

- *Kontaktperson:* Maria Haukrogh.

- *Mad i bevægelse* er et projekt, der ledes af Kræftens Bekæmpelse, og som Fødevarestyrelsen blandt andet har indgået partnerskab i. Projektet har til formål at forbedre udbuddet af fødevarer og madkulturen i idrætsverdenen. Derigennem kan børns kost i idrætsverdenen forbedres.

- *For mere information:* www.mad-i-bevaegelse.dk

- *Kontaktperson:* Simon Rask, Kræftens Bekæmpelse.

- Der er afsat 2 mia. kr. fra 2006–2010, der blandt andet kan bruges til projekter om udvikling af god praksis i forhold til kost, ernæring og fysisk aktivitet i dagtilbud. For at understøtte institutionerne i at prioritere arbejdet med at formulere en politik for mad og fysisk aktivitet, vil Familie- og Forbrugerministeriet og Indenrigs- og Sundhedsministeriet udarbejde et samlet *vejledningsmateriale til de kommunale myndigheder og beslutningstagere*. Dette materiale skal synliggøre de gevinster, der ligger for kommunen i at prioritere etableringen af politikker for kost og fysisk aktivitet ved kommunens børneinstitutioner. Derudover vil materialet indeholde en vejledning om, hvorledes kommunen kan gribe opgaven an. Endelig vil materialet synliggøre det omfattende materiale og den rådgivning vedrørende kost og fysisk aktivitet, der allerede findes, og som er rettet mod kommunerne og/eller institutionerne. Arbejdet med materialet påbegyndes i 2007 og forventes at foreligge inden udgangen af 2008.

- *Kontaktperson:* Karen Eriksen.

- *Fuldkornspartnerskabet*. Projektet har til formål at skabe grundlag for en generisk kampagne for fuldkorn efterår 2007–2012. Kampagnen skal få danskerne til at spise flere fuldkornsprodukter. Målet skal nås gennem et partnerskab mellem sundhedsverdenen og erhvervet. Partnerskabet skal bygge på og udnytte erfaringer fra 6-om-dagen samarbejdet. Erhvervet og sundhedsverdenen vil sammen udvikle kampagnen baseret på den nye mængdeanbefaling for fuldkorn. Endelig udvikles et program til monitorering og evaluering af den samlede indsats.

- *Kontaktperson:* Bente Stærk

- I september og november 2007 blev henholdsvis *Ernæringskrav til skolemadsleverandører og –producenter* og *Ernæringsanvisninger til skoler der selv producerer skolemad* offentliggjort. Her findes blandt andet retningslinier for sammensætning af kost på skoler, der enten betragtes som værende sund, på vej til sund eller usund mad.
 - *For mere information*, se www.altomkost.dk
 - *Kontaktperson*: Tove Vestergaard Lauritsen.

Den 1. nov. 2005 nedsatte Familie- og forbrugerministeren Motions- og Ernæringsrådet, der skal være rådgivende i faglige spørgsmål om ernæring og motion (fødevarelovens § 13)¹⁶. Rådet har blandt andet nedsat en arbejdsgruppe om forebyggelse af overvægt blandt børn og unge. Arbejdsgruppen fremlagde i maj 2007 et forslag til en strategi til forebyggelse af overvægt blandt børn og unge i Danmark. Heri foreslås det blandt andet, at der oprettes en central instans for forebyggelse af overvægt, som har ressourcer og ansvar for forebyggelsesindsatsen, herunder for at koordinere de forskellige indsatser. Det foreslås også, at der etableres monitorerings- og screeningssystemer, der gør det muligt at evaluere de forskellige indsatser, at der etableres landsdækkende kampagner mod indtag af sukker og fedt og for at fremme fysisk aktivitet, samt at alle landets institutioner og skoler opretter kost- og motionspolitikker, som blandt skal sikre, at adgangen til fedt- og sukkerrige produkter reguleres stramt.

6.2.3 Indenrigs- og Sundhedsministeriet

I Indenrigs- og Sundhedsministeriets regi har Sundhedsstyrelsen til opgave at påvirke borgernes sundhedsadfærd. Det sker blandt andet gennem oplysning om forebyggelse af sygdom gennem motion og fysisk aktivitet. Der igangsættes løbende projekter og kampagner, og der udsendes inspirationsmateriale henvendt til børnehaver, skoler og fritidsordninger.

Følgende relevante projekter er igangsat under Indenrigs- og Sundhedsministeriet:

- I projekt *Fysisk aktivitet som indsatsområde* gives der forslag til, hvad der kan gøres på det private niveau, i fællesskaberne og det offentlige for at fremme fysisk aktivitet hos børn.
 - *For mere information*, se http://www.sst.dk/Forebyggelse/Mad_og_motion/Overvaegt/Anbefalinger/Voksne_generelt/Fysisk_aktivitet.aspx?lang=da
- Sundhedsstyrelsen kører et projekt, der hedder *60 minutter* (børn og unge 2006), hvor der i uge 36 i 2006 blev gennemført en informationskampagne ved navn *GetMoving* for at gøre opmærksom på, at

¹⁶ www.meraadet.dk

børn skal bevæge sig mindst 60 minutter dagligt og gerne mere. GetMoving er beskrevet nærmere i Danmarks Best Practice. I 2007 bliver der udarbejdet et inspirationsmateriale, som både i teori og praksis (cases) beskriver, hvordan en kommune, en institution og/eller en skole kan komme i gang med etablering af en bevægelsespolitik.

- *For mere information, se http://www.sst.dk/Forebyggelse/Mad_og_motion/Fysisk_aktivitet/Kampagner_og_projekter/60_minutter_2006.aspx*
- *Krop skal der til* er et undervisningstilbud til 3. og 4. klasse om mad og bevægelse.
 - *For mere information, se http://www.sst.dk/Forebyggelse/Mad_og_motion/Fysisk_aktivitet/Kampagner_og_projekter/Krop_skal_der_til.aspx*
- Sundhedsstyrelsen har udarbejdet materiale og tjeklister over en række områder, som institutioner og skoler bør have fokus på, der blandt andet rummer *Sundhedstegnet*. Det har til hensigt at få blandt andet institutioner og skoler til at arbejde med forskellige aspekter af børns sundhed – herunder sund mad og motion. Til arbejdet er der sammensat en materialekasse, der indeholder inspirationskatalog, sundhedsavis, en ramme til sundhedsdiplomet og link til www.sundhedstegnet.dk.
- Gang i Danmark er en kampagne, som sætter fokus på fysisk aktivitet i 2007. Bag kampagnen står Indenrigs- og Sundhedsministeriet og TrygFonden.
 - *For mere information, se www.gangidanmark.dk*
- Regeringen vil i forbindelse med skolestart i efteråret 2007 iværksætte en landsdækkende kampagne for skolefrugt. Kampagnen skal henlede opmærksomheden på, at det er sundt at spise frugt.

6.2.4 Undervisningsministeriet

Idræt er et obligatorisk fag i skolen på alle klassetrin i to lektioner om ugen. Det er dog valgfrit, om den enkelte skole vil indføre flere idrætslektioner. Undervisningsministeriet har udgivet et inspirationshæfte til skolebestyrelser, der beskriver, hvordan de kan medvirke til at sætte sund kost og fysisk aktivitet på dagsordenen inden for rammerne af skolens virksomhed. Hæftet beskæftiger sig med tre hovedspørgsmål:

- Hvorfor er det vigtigt, at folkeskolen beskæftiger sig med mad og fysisk aktivitet?

- Hvordan kan folkeskolen beskæftige sig med disse forhold og gøre det til en integreret del af skolens opgave?
 - Hvilken funktion og rolle kan og bør skolebestyrelserne spille i denne sammenhæng?
- *For mere information*, <http://pub.uvm.dk/2004/sundmad/kap02.html>, der er det direkte link til Undervisningsministeriets netpublikation.

6.2.5 Kulturministeriet

Kulturministeriet deltager også i fremme af motion gennem udvikling af idrættstilbud.

- Kulturministeriet støtter et projekt, hvor Dansk Skoleidræt og Danmarks Idrætsforbund er gået sammen om at etablere skolesportsforeninger på 60 skoler i landet fordelt på 20 kommuner. Formålet er at give alle børn muligheder for mere idræt og bevægelse i hverdagen.
 - *For mere information*, se www.skoleidraet.dk
- Kulturministeren har en udviklingspulje *Børn og unge i bevægelse* på 24 mio. kr. fordelt over 3 år, der yder støtte til forskellige lokale projekter. Projekterne fokuserer på at gøre det nemmere for børn og unge at vælge idrætten – i deres nærmiljø og på tidspunkter af dagen, hvor det passer dem, ligesom projekterne sigter mod at udvikle nye dimensioner og styrke kvaliteten i børn og unges idrætsliv.
 - *For mere information*, se www.kulturministeriet.dk
 - *Kontaktperson*: Rosa Cedermark.

6.3 Best Practice

6.3.1 *Alt om Kost*

I 2002 blev projektet *Alt om Kost – smag for livet* lanceret af Fødevarestyrelsen. Gennem partnerskaber med andre styrelser, forskningsinstitutter og interesseorganisationer igangsættes projekter under Alt om kost til fremme af sundhed og troværdig ernæringsoplysning for både børn, voksne og ældre. Under Fødevarestyrelsen har Alt om kost sin egen hjemmeside, www.altomkost.dk, hvor interesserede kan hente information og inspiration til sund mad.

Under Alt om kost er der etableret et rejsehold, der gratis kommer ud i alle landsdele for at holde oplæg om sundhed. Medlemmer af rejseholdet tager ud til kommuner, institutioner og skoler, der gerne vil arbejde med mad- og måltidspolitik, og formidler blandt andet viden om, hvad mad-

og måltidspolitik indebærer. Rejseholdet har deres egen side på www.altomkost.dk og telefon hotline.

Målet med Alt om kost er, at

- fremme sunde og gode mad- og måltidsordninger i skoler og institutioner for herigennem at påvirke børn kostvaner,
- at styrke informationerne om sund mad til alle borgere, sådan at det bliver lettere for den enkelte at søge brugbare og troværdige oplysninger i den store mængde af informationer,
- at samle ernæringsoplysningen og til stadighed opdatere den, og
- at understøtte rejseholdets arbejde omkring etablering af madordninger m.m.

I regi af Alt om kost bliver der blandt andet udgivet anbefalinger og inspirationsmaterialer til institutioner, skoler, fritidsordninger og klubber om sund mad. Der udarbejdes metoder til at formidle kostråd og anbefalinger til den almene befolkning. Desuden findes forslag til opskrifter på sunde retter på hjemmesiden, der udvikles af engagerede kokke samtidig med, at der udgives opskriftbøger. I 2007 arbejdes der blandt andet på

- at udbrede kendskabet til kostkompasset, der formidler de 8 kostråd. I den forbindelse er der fokus på det punkt, der handler om at begrænse indtaget af sukker,
- kvalitetsvurdering af skolefrokost, der undersøger udbuddet af skolemadsordninger,
- vurdering af effekten af mad- og måltidspolitikker,
- forældrebetalte madordninger i dagtilbud og skoler samt skolefrugtordninger.

Der gennemføres udviklingsprojekter, der skal sikre

- en evidensbaseret indsats på mad- og måltidsområdet,
- at rådgivningen til skoler og institutioner bygger på risikovurdering og dermed viden, som er dokumenteret,
- at AOK er opdateret med ny viden, som skolerne efterspørger,
- at der er kontinuerlig ny information til hjemmesiden,
- at udvikle området med hensyn til mad- og måltidsordninger som helhed og
- at institutionerne og skolerne understøttes i deres arbejde.

Alt om kost og succeskriterierne herfor bliver løbende evalueret, og i april 2007 blev hjemmesiden opdateret. Evalueringen er foregået på flere områder. Hjemmesiden er blevet evalueret med hensyn til funktionalitet, aktualitet og saglighed i forhold til en kvalitativ målgruppe. Rejseholdet er blevet evalueret i forhold til deres arbejdsform og effekten af rejsehol-

dets besøg. Evalueringen viser blandt andet, at rejseholdet yder et tilfredsstillende bidrag til de besøgte arbejder med at fremme sundheden i institutioner, skoler og kommuner. Flere informationer om evalueringen findes på www.altomkost.dk.

- *For mere information*, se www.altomkost.dk.
- *Kontaktperson*: Karen Eriksen i Fødevarestyrelsen, der kan kontaktes på E-mail keri@fvst.dk.

6.3.2 *GetMoving*

Sundhedsstyrelsen har siden 2005 gennemført en årlig kampagne i uge 36 eller 41 til fremme af fysisk aktivitet. *GetMoving*-kampagnen i 2006 handlede om fysisk aktivitet til de 10–18-årige. Budskabet er, at alle børn og unge skal bevæge sig mindst 60 minutter om dagen – og gerne mere. Formålet er først og fremmest at give børn og unge lyst til at bevæge sig og udbrede viden om de gode virkninger, som fysisk aktivitet har på sundheden.

Den landsdækkende kampagne tager udgangspunkt i børn og unges udbredte ønske om at røre sig mere. Derfor er et centralt element i *GetMoving* en film-konkurrence for børn og unge, hvor de opfordres til at filme sjove bud på, hvordan de eller deres venner får pulsen op 60 minutter om dagen. Filmene bliver lagt ud på nettet, hvor der kåres en vinder.

GetMoving-kampagnen blev afviklet i samarbejde med Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger, Danmarks Idræts-Forbund, Legepatruljen, Skov- og Naturstyrelsen og Videncenter for Sundhedsfremme ved CVU Sønderjylland samt en række kommuner, som arrangerer forskellige lokale aktiviteter. Sundhedsstyrelsen har produceret forskelligt materiale, der støtter op om de lokale aktiviteter, fx plakater til skoler og inspirationsmateriale til kommuner. Sundhedsstyrelsen samarbejder herudover med Kommunernes Landsforening om tilrettelæggelsen af kampagnen.

Kampagnen er blevet evalueret på flere områder. Overordnet set beskrives den som god og „rammer lige ned, hvor de unge er“. De tilmeldte kommuner oplever, at *GetMoving* er meget i tråd med mange af deres egne lokale initiativer – og der derfor er et godt samspil. Tilbagemeldingen fra de involverede partnere og kommuner peger på, at det har været en god ide at formidle *GetMoving* budskabet på en aktivt involverende måde og inddrage mange forskellige aktører. Ifølge flere af de adspurgte, burde kampagnen måske have været lidt mere synlig – den skal skabe opmærksomhed i „et felt af mange andre kampagner/projekter“ og så skal den skille sig mere ud.

- Evalueringmaterialet og *yderligere information* kan findes på sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk, under *GetMoving* eller www.getmoving.dk.

- *Kontaktperson:* Just Bech Justesen kan kontaktes på E-mail jbj@sst.dk.

6.3.3 6 om dagen

Partnerskabet *6 om dagen*, der blev startet i 1999, har som formål at informere befolkningen om kostrådet „Spis frugt og grønt – 6 om dagen“. Dette gøres ved at gennemføre aktiviteter og kampagner for at øge frugt og grønt indtaget i danskernes kost. Partnerskabet består af Fødevarestyrelsen, Sundhedsstyrelsen, Motions- og Ernæringsrådet, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen og Frugt og Grønt Erhvervet. Budskabet hviler på et solidt videnskabeligt grundlag, der fastslår, at hvis frugt og grønt indtaget øges til 600 g dagligt for voksne og 400 g dagligt for børn i alderen 4–10 år, vil det have en effekt på forekomsten af cancer og hjertekarsygdomme. Samtidig vil det bidrage med et øget fiberindhold og et lavere energiindhold i kosten.

6 om dagen formidler frugt- og grøntordninger til skoler og virksomheder og laver kampagner til fremme af indtaget af frugt og grønt. I forhold til indsatser overfor børn findes *Frugtfest*, som giver ideer til bespisning til børnefester, hvor frugt og grønt er i hovedsædet. I 2007 bliver der gjort en særlig indsats for at fremme skolefrugtordninger, så alle børn får adgang til at spise et stykke frugt i løbet af skoledagen.

Kendskabet til budskabet evalueres regelmæssigt. Kostundersøgelser fra Fødevarerdirektoratet og 6 om dagens undersøgelser af danskernes forbrug af frugt og grønt viser, at indtaget af frugt og grønt er stigende, hvilket understøttes af tal fra Danmarks Statistik¹⁷. Samtidig viser undersøgelser, at kendskabet til 6 om dagen er stigende i befolkningen.

- *For mere information,* se www.6omdagen.dk.
- *Kontaktperson:* Susanne Tøttenborg på E-mail st@6omdagen.dk.

¹⁷ Kilde: 6 om dagens hjemmeside.

7. Norske initiativer for børn og unges sundhed

7.1 Lovgivning og statslige handlingsplaner

Lov om matproduksjon og mattrygghet mv. (matloven)¹⁸ har blandt andet til formål at fremme sundheden. Mattilsynet forvalter reglerne på maddområdet.

Sosial- og helsedirektoratet er en statslig myndighed på social- og hel-seområdet, der blandt andet arbejder for at bidrage til at befolkningen får bedre kostvaner og øget fysisk aktivitet. Social og helsedirektoratet har i 2005 udmeldt norske anbefalinger for ernæring og fysisk aktivitet, som bygger på *Nordic Nutrition Recommendations 2004 Integrating nutrition and physical activity*¹⁹, *Oppskrift for et sunnere Norge (2002–2003)* og *WHO Global Strategy on Diet, Physical Health and Health*.

Regeringens Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen 2007–2011 og Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005–2009 giver retningslinier for politikken på områderne for ernæring og fysisk aktivitet. Regeringens Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007–2011) – oppskrift for et sunnere kosthold blev præsenteret i januar 2007. Der har været 12 deltagende departementer i arbejdet med planen. Formålet er at fremme sundhed og forebygge sygdom gennem en sundere kost. Der lægges vægt på at bidrage til at gøre det enklere at vælge sundt, blandt andet tilrettelægge gode måltider i børnehaver, skoler og blandt ældre, og styrke viden om mad og ernæring. Tiltagene skal bidrage til at udjævne social ulighed i sundhed. Der er fokus på børn og unge, hvor børnehaver og skoler nævnes som centrale arenaer. Blandt andet bør tilbud om frugt og grønt øges i institutioner og skoler. Samtidig diskuteres lavere priser på frugt og grønt og højere priser på energitætte og næringsfattige fødevarer som et middel til at fremme indtaget af sunde fødevarer.

Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005–2009 – Sammen for fysisk aktivitet er frugten af 8 departementers samarbejde. Sideløbende er der også udarbejdet en kommunikationsstrategi 2005–2009, der skal øge kendskabet til fysisk aktivitet og sundhed og motivere befolkningen til at have en aktiv livsstil. Formålet med handlingsplanen er at fremme sundhed og forebygge sygdom gennem øget fysisk aktivitet. Målet skal nås ved at begrænse de faktorer, der giver anledning til fysisk inaktivitet og udar-

¹⁸ Lov 2003-12-19-124 om matproduksjon og mattrygghet mv.

¹⁹ Norske anbefalinger for ernæring og fysisk aktivitet, IS-1219, 2005, jf. Sosial- og helsedirektoratets hjemmeside www.shdir.no

bejde tværsektorielle tiltag, der fremmer fysisk aktivitet i blandt andet børnehaver og skoler.

Arenaerne for de indsatser der skal gøres til fremme af fysisk aktivitet er blandt andet ved at skabe bedre muligheder for aktiv transport. En *National cykelstrategi* blev udviklet i 2003 og et nationalt netværk af cykelbyer afdækker muligheder for at forbedre cykelfaciliteterne og dermed fremme cykeltransport. Der er også fokus på gang som transportmiddel. Andre vigtige arenaer som er centrale til fremme af fysisk aktivitet er skolen, arbejdspladserne, sundhedsvæsenet og bebyggelses- og nærmiljø.

Nasjonal strategi for å utjevne sosiale helseforskjeller som blev offentliggjort af Regeringen i 2007, inkluderer tiltag for at udjævne socialt betingede forskelle tilknyttet kost og fysisk aktivitet.

I stortingsmeldingen *Tidlig innsats for livslang læring, 2006–2007*, siger regeringen, at de vil indføre en frugt- og grøntordning til alle i skolen, og arbejde for at skolerne lægger op til fysisk aktivitet.

Der er etableret et *partnerskab for folkehelse* i alle landets amter. Folkesundhedsarbejdet kræver en tværsektoriel indsats for at kunne lykkes, idet præmisserne for bedre sundhed ligger i flere samfundssektorer. Man ønsker derfor at etablere partnerskaber både regionalt og lokalt. Til fremme af folkesundheden giver partnerskaber som arbejdsform og strategi et mere forpligtende, langsigtet og tværsektorielt samarbejde. Gennem partnerskabsmodellen får man en stærkere forankring i folkevalgte organer og i ordinære plan- og beslutningsprocesser. Modellen giver også et bedre grundlag for frivillige organisationers deltagelse i folkesundhedsarbejdet. Partnerskaberne skal prioritere ernæring og fysisk aktivitet..

7.2 Statsligt igangsatte initiativer på nationalt niveau for ernæring og fysisk aktivitet

Social- og helsedirektoratet ser som et af sine hovedmål, at få folk til at spise mere frugt og grønt og reducere indtaget af sukker og fedt. Øget indtag af frugt og grønt til 5 portioner om dagen anses som vigtigt for at forbedre befolkningens kost og som en god sundhedsinvestering. Der skelnes ikke mellem børn og voksne i forhold til anbefalingerne.

Viden om hvad børn og unge spiser er vigtig for at kunne vurdere ernæringssituationen, og for at kunne opfølge og evaluere tiltag. Der gennemføres nu landsdækkende kostundersøgelser for anden gang om spædbørns (6–12 måneder) og småbørns (24 måneder) kostvaner. Rapporten fra kostundersøgelserne forventes at være færdige i 2008 og vil være at finde på www.shdir.no/ernaering.

Social- og helsedirektoratet anbefaler mindst 60 minutters fysisk aktivitet for børn og minimum 30 minutter for voksne og ældre dagligt. Der er nedsat en arbejdsgruppe, der skal vurdere om der er behov for ændrin-

ger i gældende anbefalinger vedrørende fysisk aktivitet for børn og unge. Dette på baggrund af den ny dokumentation, der er kommet de sidste år.

I Norge har man for første gang gennemført en landsdækkende repræsentativ monitorering af 9 til 15-åriges fysiske aktivitetsniveau, fysisk form og determinanter for fysisk aktivitet. Denne nationale monitorering skal gentages med faste mellemrum. Rapporten findes på www.shdir.no.

7.2.1 Sundhed i børnehaver

I forbindelse med arbejdet *Bra mat i barnehagen* har Sosial- og helsedirektoratet i efteråret 2007 udgivet nye retningslinier for mad og måltider i børnehaver. Retningsliniene indeholder konkrete anbefalinger for måltidene og for mad og drikke, og det er hensigten, at de skal være et retvisende værktøj i arbejdet med mad og måltider i børnehaver. Samtidig skal retningslinierne udpege mad- og måltidstilbud, som fremmer sundhed, trivsel og læring. Målgruppen for retningsliniene er private og kommunale børnehaver og deres personale, men også foresatte og andre som er interesseret i eller arbejder med mad og sundhed i børnehaver.

Det er ikke et lovkrav, at børnehaver skal følge retningslinierne, men i bemærkningerne til § 11 i *Forskrift for miljørettet helsevern i barnehager og skoler* opfordres de til at basere arbejdet med mad og måltider på netop disse retningslinier. Retningsliniene sendes ud til alle landets børnehaver, alle landets kommuner, amter (fylker), amtmænd, sundhedscentre, frivillige organisationer og andre samarbejdspartnere, med eget følgeskriv. Der skal udarbejdes materiale om retningslinierne rettet mod målgrupperne. Disse forventes at udkomme senere i efteråret 2007. Sosial- og helsedirektoratet har i 2007 fået 1 mio. NKr. til at starte indsatsen.

- *For mere information*, se www.shdir.no/ernaering/barnehage.
- *Kontaktperson*: Kaja Lund-Iversen i Sosial- og helsedirektoratet.

Sjømatprosjektet – økt sjømatkonsum blant barn og unge er et samarbejdsprosjekt initieret af Fiskeri- og kystdepartementet, Helse- og omsorgsdepartementet og fiskerierhvervet. Projektet har som overordnet målsætning at fremme øget indtag af marine produkter, særligt blandt børn og unge. Et af delmålene med Sjømatprosjektet er at fremme sunde kostvaner, og øget forbrug af fisk og skaldyr i børnehaverne.

Der har ikke tidligere været udført et kontinuerligt arbejde rettet mod børnehaver i forhold til marine produkter. Derfor er der behov for at udvikle gode værktøjer og modeller, så målsætningen om et øget indtag af fisk og skaldyr kan nås.

Der er udvalgt tre pilotamter, som skal deltage i udviklingsarbejdet i 2007–2008. De får 200.000 NKr. til at gennemføre projektet. De vil få

tilbud om kompetenceudviklingskurser. Langsigtet skal dette blive et nationalt projekt, og arbejdet med pilotamterne skal evalueres.

Der er i alt bevilliget 4 mio. Nkr. i 2007 til Sjømatprosjektet, der ledes af Eksportudvalget for fisk. Sosial- og helsedirektoratet og Norsk institutt for fiskeri- og ernæringsforskning deltager tillige i projektgruppen.

- *For mere information*, se www.shir.no/ernaering/barnehage
- *Kontaktperson*: Kaja Lund-Iversen i Sosial- og helsedirektoratet.

7.2.2 Sundhed på skoler

I projektet *Fysisk aktivitet og måltider i skolen* afprøves flere forskellige modeller for sunde måltider og daglig fysisk aktivitet i skoleregi. Det er sat i gang af Uddannings- og forskningsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet. Projektet har været gennemført i grundskolen (1.–10. klasser) i perioden 2004–2007 og i videregående skoler 2005–2008. Hovedmålet med projektet er at udvikle modeller, som varetager daglig fysisk aktivitet og gode rammer for sunde måltider til hverdag på skolen. De vigtigste mål med dette projekt er at udvælge Best Practice, og at rådgive de lokale skoleledelser om succesfaktorer. Projektet er evalueret. Læs mere om projektet i underafsnit 7.3.

Skolefrugt er en landsdækkende abonnementsordning på frugt og grøntsager i grundskolen, hvor staten subsidierer varerne ned 1 Nkr. per elev per dag. Sosial- og helsedirektoratet er ansvarlig for ordningen.

Fra efteråret 2007 starter ordning med *gratis skolefrugt* på skoler med ungdomstrin. Alle elever på disse skoler vil dagligt blive tilbudt et stykke gratis frugt eller grønt. Tilbudet vil omfatte ca. 45 % af alle elever i 1.–10- klasse i Norge. Regeringen har bevilget midler til dette projekt i et revideret Nationalbudget 2007. Elever på skoler der kun har 1.–7. klassetrin, får ikke samme tilbud fra efteråret. Der imod forventes bevillinger på midler til at give dem tilbud om frugt og grønt dagligt fra 2008/2009. Skoler med 1.–7. klasser bliver opfordret til at fortsætte med den subsidierede abonnementsordning *Skolefrugt*. Læs mere om ordningen i underafsnit 7.3.

Social- og helsedirektoratet udgiver i efteråret 2008 en ny revideret kokebog til alle elever i ungdomsskolen, der hedder *Kokebog for alle*. Formålet med kokebogen er at stimulere madglæde og inspirere både unge og voksne til at lave god og sund mad baseret på myndighedernes kostråd. Den nye kokebog bygger på erfaringene fra kokebogen *Fra bol-ler til burritos*, som blev gratis uddelt til ungdomsskoleelever fra 1998–2006. Bogen skal bruges i forbindelse med undervisning og praktisk madlavning i skolen. Bogen indeholder over 200 opskrifter på sund mad, information om råvarer og sunde kostråd. Eleverne får kokebogen gratis med hjem. Finansieringen af *Kokebok for alle* er et samarbejde mellem

sundhedsmyndighederne og madvare- og dagligvarebranchen. Kogebogen vil også være til salg i bog- og dagligvarehandlen.

- *Få mere information på* www.shdir.no/ernaering/skole.
- *Kontaktperson:* Anniken Owren Aarum i Sosial- og helsedirektoratet.

Undervisningsmateriel for grunnskolen i hygiene, ernæring og merking av mat er et undervisningsmateriale som er tilgængelig på <http://www.matportalen.no>. Formålet er at øge børn og unges viden om hygiene, ernæring og mærkning af mad. Udviklingen af materialet er et samarbejde mellem Landbruks- og matdepartementet, Helse- og omsorgsdepartementet og uddannelsesmyndighederne. Materialet er gratis, og kan bruges frit af alle, som ønsker det.

Kompetansestrategi 2005–2008 – for lærere i grunnskolen. For at øge muligheden for at tilbyde fysisk aktivitet dagligt i skolen for alle elever er det vigtigt at lærere, skoleledere og andre får kompetencer til at forbedre kvaliteten og bevidstheden omkring fysisk aktivitet for eleverne. I forbindelse med Kunnskapsløftet, har Kunnskapsdepartementet taget initiativ til en kompetencestrategi, *Kompetanse for utvikling. Strategi for kompetanseutvikling 2005–2008*, hvor fysisk aktivitet er et af fem prioriterede områder. Kompetencestrategien omfatter både generel efteruddannelse for alle ansatte og egentlig videreuddannelse af idræts- og andre lærere. Ca. 20 højskoler og universiteter tilbyder kompetencegivende kurser og vejledning til skoler som ønsker at tilrettelægge daglig fysisk aktivitet, som en del af strategien.

Oversigt over aktuelle højskoler og universiteter findes på <http://www.nih.no/kunnskapsloftet>.

I 2005 fik skoleejerne tildelt ialt 300 millioner kroner fra staten til kompetenceudviklingsstrategien, og i 2006 375 millioner kroner. I 2007 tildeles skoleejerne yderligere 375 millioner kroner til kompetenceudvikling.

- *For mere information og evaluering af indsatsen, se* www.udir.no.
- *Kontaktperson:* Anita Andaas Aadland i Sosial- og helsedirektoratet

Forældrevejledningsprogrammet er et sundhedsfremmende tiltag som tilbyder støtte til forældre i omsorgs- og opdragerrollen. Programmet blev etableret i 1995, og drives i et samarbejde mellem 4 departementer. Målet med programmet er at skabe fora, hvor forældre i kommunerne (skoler, børnehaver, sundhedscentre) kan mødes. Her kan de udveksle erfaringer og diskutere spørgsmål om opdragelse af børn. Ud fra aktuelle temaer produceres praktisk materiale som håndbøger, videoer og temahæfter som hjælpemidler for at få i gang samtaler med forældrene. Der er nu lavet et temahæfte om fysisk aktivitet, som vil foreligge i efteråret 2007.

Temahæftet *Barn og fysisk aktivitet – med hovedvekt på aldergruppa 0–16 år* vil også være at finde på nettsiden www.shdir.no

7.2.3 Helsetjenesten som arena

Retningslinier for forebyggelse og behandling af overvægt og svær overvægt hos børn og unge er ved at blive udarbejdet. Retningsliniene vil foreligge i slutningen af 2007, og kan findes på netsidene www.shdir.no

Retningslinjer for veiing og måling i helsestasjons- og skolehelsetjenesten er ved at blive udarbejdet. Retningslinierne er planlagt at skulle være færdige sommeren 2008, og kan findes på www.shir.no.

Norge og Sverige samarbejder om en anbefalingsmanual vedrørende fysisk aktivitet – *FYSS 2*. Målgruppen for manualen er primært sundhedspersonale. *FYSS 2* kommer til at omhandle anbefalinger for børn, unge, voksne og ældre, specifikke anbefalinger vedrørende brug af fysisk aktivitet i forhold til en række diagnoser, hvordan der kan motiveres til øget aktivitetsniveau, determinanter for fysisk aktivitet, præsentation af forskellige træningsformer osv. *FYSS 2* vil foreligge i løbet af vinteren 2008.

Kontaktperson: Anita Andaas Aadland i Sosial- og helsedirektoratet.

7.2.4 Øgede kompetencer hos sundhedspersonale

For at forøge niveauet af fysisk aktivitet og sundere ernæring både i forebyggelses øjemed, behandling og rehabilitering/rehabilitering, er der et stærkt behov for at mere viden til sundhedspersonalet. I Norge har sundhedsmyndighederne i samarbejd med de medicinske fakulteter set på indholdet i medisinsk grunduddannelse. Indholdet i medicinstudiet er kortlagt vedrørende fysisk aktivitet og ernæring (og til dels tobak), og de nyuddannede læger har gennemført en videnstest på de 4 medicinske fakulteter i Norge. Her så man på de kommende lægers vidensniveau vedrørende anvendelsen af fysisk aktivitet og ernæring til forebyggelse, behandling og rehabilitering/rehabilitering. Kort opsummeret er undersøgelsen grund til at slå fast, at der er behov for et betydelig løft i denne faggruppes viden på disse områder. Rapporten *Medisinerstudentenes kunnskapsnivå om fysisk aktivitet, ernæring, tobakk og helse*, som opsummerer resultaterne fra undersøgelsen, kan om kort tid læses på www.shdir.no. *Kontaktperson:* Anita Andaas Aadland i Sosial- og helsedirektoratet.

I forlængelse af rapporten vil Sosial- og helsedirektoratet fortsætte dialogen med de medicinske fakulteter, for at se nærmere på hvordan niveauet kan hæves.

7.3 Best practice

7.3.1 Fysisk aktivitet og måltider i skolen

Projektet *Fysisk aktivitet og måltider i skolen* blev i 2004 sat i gang som en national indsats af Uddannelses- og forskningsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet. Hovedformålet med projektet har været at udvikle modeller, hvor en times daglig fysisk aktivitet og gode rammer for sunde måltider er integreret i hverdagen i skolen. Uddannelsesdirektoratet og Sosial- og helsedirektoratet har i samarbejde med amtmændene stået for gennemførelsen af projektet.

Alle landets skoler blev inviteret til at søge om projektmidler. I alt har 350 skoler (10 % af landets grundskoler) deltaget i projektet, hvoraf 180 skoler er evalueret mod et tilsvarende antal kontrolskoler. I det følgende er kriterier for skolernes deltagelse i projektet oplyst:

- Fysisk aktivitet og måltider er integreret/forankret i en helhedsplan for miljø og læring i skolen
- Skoledagene skal tilrettelægges, så alle elever får mindst en times fysisk aktivitet hver dag
- Sosial- og helsedirektoratets anbefalede retningslinier for skolemåltider skal følges
- Eleverne skal involveres på en aktiv måde
- Forældre/foresatte skal også involveres
- Skolen deltager aktivt i arbejdet med at vurdere tiltaget, og er repræsenteret på netværksmøder

Evalueringen af projektet viser to modeller, der kan sikre gennemførelsen af daglig fysisk aktivitet indenfor skolens eksisterende rammer:

1. Fagmodellen – fysisk aktivitet som en metode til at nå kompetencemål i fag.
2. Midttide/friminutt-modellen – organiseret fysisk aktivitet i mellemtime (midttime) eller i et udvidet frikvarter (friminutt).

Hver tredje grundskole og halvdelen af ungdomsskolerne i projektet har indført mindst en halv times sammenhængende fysisk aktivitet i skoletiden. Næsten 60 % af grundskolerne og 40 % af ungdomsskolerne har integreret fysisk aktivitet som en del af undervisningen. 40 % af grundskolerne og halvdelen af ungdomsskolerne har lagt aktiviteten til en mellemtime eller fundet en anden løsning.

Evalueringen viser også to modeller for tilrettelæggelse af skolemåltider eller en kombination af disse:

1. Daglig tilbud om frugt og grønt
2. Tilbud om fuld bespisning – modellen tager udgangspunkt i at give alle eller en mindre gruppe af eleverne tilbud om fuld bespisning på skolen.

Nogen af skolerne har i begge modellerne taget udgangspunkt i at eleverne har deres egen mad med, mens andre giver tilbud om servering af mad på skolen. På de skoler som deltog i projektet har dobbelt så mange elever fået tilbud om frugt og grønt som de andre skoler. De fleste skolerne har mindst 20 minutters spisepause.

Næsten 70 % af grundskolerne og halvdelen af ungdomskolerne, der var med på interventionsskolerne, mente at eleverne i meget høj- eller høj grad blev mere koncentrerede i undervisningen. Omtrent halvdelen af skolerne så også en positiv udvikling i det sociale miljø blandt eleverne. Hver tredje skole rapporterede om mindre mobning.

Der er udviklet en vejledning som beskriver modeller og tiltag som de deltagende skoler har gennemført. Vejledningen giver information om de organisatoriske forudsætninger for succes og en DVD med eksempler fra skolerne. Skoler og skoleejere er målgruppe for vejledningen.

- *Vejledningsmaterialet* er tilgængeligt på nettet på: <http://skolenettet.no/lom> og www.uddanningsdirektoratet.no under *Underveis i Kunnskapsløftet*.
- *Kontaktperson*: Nina Strand Ølnes og Hanne Kristin Larsen i Sosial- og helsedirektoratet.

7.3.2 Skolefrugt

Den landsomfattende abonnementsordning *Skolefrugt* er et led i myndighedernes arbejde for at øge elevernes forbrug af frugt og grønt i grundskolen. Skolefrugt er et samarbejde mellem Sosial- og helsedirektoratet og Opplysningskontoret for frukt og grønnsaker. Ordningen har været landsdækkende siden 2004. Det første pilotprojekt startede i 1996. I foråret 2007 var 45 % af landets grundskoler med i ordningen og ca. 30 % af eleverne på skolerne deltog.

Abonnementet er forældrebetalt, og koster 2,50 Nkr. per dag. Myndighederne støtter ordningen med 1 Nkr. per dag per elev. Eleverne får et stykke frisk frugt eller grønt, som kan være æble, pære, appelsin, banan, gulerod, kiwi, nektarin eller klementin, afhængig af sæsonen.

Der er gennem tiden udviklet og iværksat en række tiltag baseret på brugernes erfaringer. Skolefrugt er lovgivningsbestemt gennem *Forskrift om tilskudd til prisnedskrivning av frukt og grønnsaker i grunnskolen* med tilhørende kvalitetskriterier. Det har været vigtigt for at sikre et varieret udvalg med god kvalitet. De deltagende skoler får svalesskabe og andre hjælpemidler til opbevaring samt informationsmateriale. Der er udviklet

et administrationsværktøj på nettet til grossister, skoler og foresatte som bruger ordningen til tilmelding og betaling for at lette skolernes administration af ordningen. De som ikke har adgang til internettet, kan benytte en servicetelefon. På www.skolefrukt.no findes gode eksempler på organisering af ordningen på de deltagende skoler samt fakta og tips fra skolerne.

Evaluering af abonnementsordningen, Skolefrukt, har vist, at elevernes indtag af frugt og grønt øges. Det skal dog tages i betragtning, at de elever der deltager, har som udgangspunktet sundere kostvaner, og er mere fysisk aktive end dem, der ikke deltager. Forældre til de elever som abonnerer på ordningen adskiller sig fra dem, der undlader at abonnere ved, at de er ældre, har højere uddannelse, indtægt og så ryger de mindre. Et prøveprojekt med gratis frugt og grønt til elever i 6. klasse i et år har vist, at alle elever spiste mere frugt og grønt, og at de elever som spiste mange søde sager og snacks også reducerede indtaget af disse produkter.

I forlængelsen af regeringens arbejde for at udjævne sociale uligheder i sundhed ønsker den at indføre en ordning med frugt og grønt til alle elever i grundskolen. Fra efteråret 2007 får alle skoler med ungdomstrin tilbud om en ordning med et gratis stykke frugt eller grønt dagligt til eleverne. Tilbudet omfatter ca. 45 % af alle landets elever. Tilmed får udvalgte skoler i Norge, der kun har børnetrin, tilbud om gratis frugt og grønt, så der kan høstes erfaringer med gennemførelse af en gratis frugtordning på skolernes yngste trin.

- *For mere information*, se www.skolefrukt.no
- *Kontaktpersoner*: Tore Angelsen i Opplýsningskontoret for frukt og grønnsaker og Hanne Kristin Larsen i Sosial- og helsedirektoratet.

7.3.3 Aktive skolebarn

Aktive skolebarn er et samarbejdsprogram mellem Sosial- og helsedirektoratet, Statens Vegvesen, Trygg Trafikk og politiet. Målet med projektet er, at flere børn skal gå eller cykle til skole under trygge forhold. Målgrupper for projektet er børn og forældre/værger til børn i grundskolen. Tiltagene udfordrer samarbejdet mellem skole og hjem, og alle skoler inviteres til at engagere sig på dette vigtige område.

Som en del af programmet er der blandt andet udviklet informations og oplæringsmateriale, forældrevejledning og en internetside med tips og råd for hvordan man kan arbejde sig frem til en tryk og aktiv skolevej. Aktive skolebørn ønsker at skabe opmærksomhed i medierne om betydningen af fysisk aktivitet, trafikskole og sikre skoleveje, formidle viden og information til forældre og at fremme lokale tiltag og aktiviteter. Læs mere på www.aktiveskolebarn.no.

I 2005 blev 7500 skolebørn og deres forældre spurgt om, hvordan de kom til og fra skole, og hvordan de oplevede skolevejen. Undersøgelsen

fungerede, sammen med en forundersøgelse fra 2002, som evaluering af projektet Aktive Skolebarn. Ser man på alle skolebørn i Norge, har der ikke været store ændringer i børnenes transportform fra 2002 til 2005. I 2005 som i 2002, gik 43 procent af børnene til skole, og 25 procent blev kørt i bil. Ser man derimod på de skoler som deltog i „gå-til-skolen“-aktioner, har der været en 50 % forøgelse i sandsynligheden for at børnene er gået eller cyklet til skole. I samme tidsrum har der været en betydelig forøgelse i andelen af forældre, som vurderer at skolevejen er farlig; fra 9 % i 2002 til 17 % i 2005. Evalueringsrapporten 'Barns fysiske bomiljø, aktiviteter og daglige reiser' (rapport 869/2007) findes på www.toi.no. Kontaktperson: Nina Strans Ølnes i Sosial- og helsedirektoratet.

8. Sveriges initiativer for børn og unges sundhed

8.1 Lovgivning og handlingsplaner

Livsmedelslagen²⁰ har til formål at sikre et højt beskyttelsesniveau for menneskers helbred. Fremme af sunde kostvaner nævnes ikke specifikt. Livsmedelverket er en statslig myndighed, som blandt andet skal arbejde for gode kostvaner. Livsmedelverket udarbejder de svenske næringsstofanbefalinger og andre former for råd og anbefalinger om gode madvaner. Rådene omhandler fx maden i børnehaver, skoler og på arbejdspladser, råd til gravide og ammende og til forældre om sund mad til spæd- og småbørn. Et eksempel på redskab som skal gøre det lettere at vælge sunde kostvaner er Nøglehulsmærket, tallerkenmodellen og kostcirklen. Livsmedelverket håndterer også levnedsmiddelbaserede anbefalinger for forskellige levnedsmiddelgrupper. Livsmedelverkets *5 kostråd 2005* er baseret på de seneste forskningsresultater på ernæringsområdet og viden om, hvordan den svenske befolkning spiser. Det har været vigtigt for Livsmedelverket, at kostrådene bliver opfattet som positive, og at de opmuntrer til en forandring²¹.

På regeringens anmodning har Livsmedelverket og Statens folkhälsoinstitut i februar 2005 udarbejdet et grundlag for en handlingsplan for gode kostvaner og øget fysisk aktivitet i befolkningen²². Der opstilles tre målbare mål for gode madvaner:

- øge forbruget af frugt og grønt (børn (4–10 år) bør spise ca. 400 g frugt og grønt pr. dag)
- øge forbruget af nøglehulsmærket mad
- mindske forbruget af levnedsmidler af typen sødede drikke, slik, is, snacks, bagværk og alkoholholdige drikke (højest 15 % af energiindtaget bør dækkes af disse levnedsmidler)

Det foreslås blandt andet at

- der udarbejdes og formidles retningslinier for alle måltider i børnehaver

²⁰ Livsmedelslag (2006:804)

²¹ Livsmedelverkets hjemmeside www.slv.se

²² Sammanfatning av regeringsuppdrag Goda matvanor och ökad fysisk aktivitet – underlag till handlingsplan, Statens folkhälsoinstitut www.sfi.se

- den nye skolelov bør inkludere begrebet „sundhed“ i formålsparagrafen. Skoleloven bør fastslå, at de måltider, som serveres i børnehaver og skoler, skal være i overensstemmelse med gældende nationale ernæringsanbefalinger.

Det anerkendes, at en vigtig målgruppe for indsatsen mod overvægt er børn og unge, og at arbejdet med at fremme sund kost og fysisk aktivitet kræver tværsektorielt samarbejde.

I *Förslag till en nationell handlingsplan för barns miljö och hälsa* gives støtte til, at der udarbejdes en national handlingsplan for gode madvaner og øget fysisk aktivitet med særligt fokus på børn og unge. Der henvises til, at grundlaget for en sådan handlingsplan er udarbejdet.

8.2 Statsligt igangsatte initiativer på området for ernæring (nationalt niveau)

I Sverige er der ikke iværksat kampagner om sunde madvaner på nationalt niveau ud over oplysninger på hjemmesider som www.slv.se og gennem tryksager. Kampagner og regulære aktiviteter der har som formål at fremme sunde madvaner og fysisk aktivitet sker frem for alt på regionalt og lokalt niveau.

8.2.1 Nøglehulsmærket

Nøglehulsmærket er et symbol, som hjælper forbrugeren til at vælge sund mad: Livsmedelsverkets nøglehulssymbol er til for at hjælpe forbrugeren til at finde de sundere alternativer, både i detailhandelen og på restauranter. Nøglehulsmærkede levnedsmidler er mere magre og indeholder mindre sukker og salt, men flere kostfibre end andre levnedsmidler af samme type. Nøglehulsmærket er et velkendt og efterspurgt symbol blandt forbrugerne i Sverige, og det anvendes flittigt af detailhandelen og lanceres i reklamer som en markedsfordel med meget positive fordele.

- *For mere information:* www.nyckelhalet.se
- *Kontaktperson:* Anita Laser-Reuterswärd, Livsmedelsverket

8.3 Statsligt igangsatte initiativer på området for fysisk aktivitet på nationalt niveau

8.3.1 Fysisk aktivitet på recept

Fysisk Aktivitet på Recept (FaR) anvendes i dag af ca. halvdelen af alle Sveriges sundhedscentraler (hälsocentraler). Konceptet indebærer, at man

ordinerer fysisk aktivitet på tilsvarende vis som et lægemiddel, det vil sige, at man diskuterer emnet, ordinerer FaR og følger op på behandlingsresultatet. Fysisk aktivitet kan anvendes både som forebyggelse og som behandling. Doseringen på recepten skal være individuelt tilpasset med intensitet, behandlingsperiodens længde og frekvens samt typen af aktivitet.

FaR betragtes som et supplement eller en erstatning for et lægemiddel. Den, der skriver recepten, skal være kompetent og have tilstrækkelig viden om den aktuelle patients helbred, eftersom visse tilstande ikke tillader visse former for aktivitet. Det er også vigtigt at patienten får hjælp, vejledning og støtte til at effektuere aktiviteterne. Opfølgning fra Sundheds- og sygehusvæsenet spiller også en stor rolle for succes, da patienten bliver fulgt og får hjælp til at komme i gang med en mere fysisk aktiv livsstil.

Der er ved at blive udarbejdet national statistik over FaR.

- *For mere information:* www.fhi.se
- *Kontaktperson:* Helen Askebro, Statens folkhälsoinstitut

8.3.2 Aktivitetsbefordrende miljøer

Statens Folkhälsoinstitut har på regeringens opfordring indledt et tværsektorielt og langsigtet udviklingsarbejde om betydningen af de bebyggede områder for fysisk aktivitet. De bebyggede områder omfatter offentlige indendørsmiljøer og udendørsmiljøer i nærheden af bebyggede områder såsom fritidsanlæg og vejnet samt parker og naturområder.

I udviklingsarbejdet indgår blandt andet undersøgelser af, hvilke faktorer i nærmiljøet der fremmer fysisk aktivitet hos børn, voksne og ældre, men også at identificere forskningsbehov samt effektive metoder og indsatser. Køns- og aldersperspektivet skal også tilgodeses i dette arbejde.

De miljøer der er i fokus er: Gangstier/fortov og cykelstier, bebyggede områders nærmiljø, skolegårde og legepladser, indendørsmiljøer og fritluftsliv nær hjemmet.

- *For mere information:* www.fhi.se
- *Kontaktperson:* Anna Stamblewski, Statens Folkhälsoinstitut

8.4 Initiativer på området for fysisk aktivitet på regionalt niveau

8.4.1 Bunkefloprojektet

Bunkefloprojektet startede i efteråret 1999, og er et samarbejdsprojekt mellem skoler, idrætsforeninger og universiteter. Projektet har fået aner-

kendelse på højeste niveau både politisk, idrætsligt og forskningsmæssigt. Projektet er i dag et velkendt velfærdsprojekt, der har været i medier over hele landet.

Bunkefloprojektet blev igangsat på Ängslättsskolan i Bunkeflostrand. Den lokale idrætsforening hjalp til med at gøre det muligt at give børnene imellem 1 og 2 timers fysisk aktivitet om dagen – hver dag. De nye børn der startede i 1. klasse har fysisk aktivitet som et obligatorisk emne dagligt. I dag har alle børn op til 4. klasse fysisk aktivitet hver dag.

- *For mere information:* Conny.Lindvall@malmo.se, 040-34 10 00.

8.5 Initiativer for bedre kostvaner og fysisk aktivitet på regionalt niveau

8.5.1 *Lev livet lättare – aktuelle indsatser mod overvægt og fedme hos børn i Jönköping län*

Programmet i Jönköping retter sig mod enlige, børn og familier. Det fungerer som såvel forebyggende som behandlende intervention. Programmet stemmer overens med den handlingsplan, som Livsmedelverket og Statens Folkhälsoinstitut har præsenteret for bedre kostvaner og mere fysisk aktivitet. Kostrådene bygger på Nordiske Næringsrekommandationer og Livsmedelverkets retningslinier. For fysisk aktivitet har Skolverkets anvisninger i læreplanen været udgangspunktet.

Mål, metoder, aktiviteter og gentagne målinger er dokumenterede.

- *For mere information:* www.lj.se/folkhalsa, www.lj.se/barndialogen
- *Kontaktperson:* Linda Frank.

8.5.2 *Norsjöprojektet*

Norsjösatsningen startede i 1985 på baggrund af en høj dødelighed af hjertekarsygdomme. Spørgsmålene dette projekt søger svar på er „Hvad er forklaring herpå“ og „Hvad kan vi gøre“. Norsjöprojektet har forsøgt at påvirke menneskers kostvaner positivt under mottoet „det er bedre at mange ændrer sig lidt, end at få ændrer sig helt“.

Delmålene er at

- sætte tidligt ind overfor højt blodtryk
- at øge viden om sammenhængen mellem forskellige risikofaktorer og hjertekarsygdomme og diabetes
- at udvikle og stimulere en bred folkelig deltagelse og indflydelse i forebyggelsesarbejdet

- at udvikle og validere metoder for konkrete primærindsatser i et befolkningsrettet forebyggelsesarbejde
- at skabe fokus og stimulere forskning og udviklingsarbejdet på området
- at stimulere forebyggende aktiviteter og opmuntre til en bred debat om dette folkesundhedsarbejde
- at vurdere og dokumentere de erfaringer fra både Norsjö og Länet

Norsjösaftningen er et usædvanligt vedholdende projekt. Forklaringen på dette er sandsynligvis den brede indsats, men nogle af faktorerne med særlig betydning var:

- en dyb forankring af projektet på lokalt niveau
- et videnskabeligt fundament
- gennemførelse af en bred uddannelsesindsats
- det strategiske valg at give projektet både en individuel og en befolkningsrettet fremtoning
- projektet var ikke topstyret
- en læge (Gideon Hällsten) med rødderne i orden

Undersøgelse: *Norsjöprojektet – en svensk modell för lokalt folkhälsoarbete, 1999 av Kurt Bohman*

- *For mere information:* Norsjö kommun, <http://www.norsjo.se>

8.5 Best Practice

8.5.1 Bispisning i børnehaver og skoler

Der står i skoleloven, at „Elever i grundskolen skal tilbydes gratis måltider“ (Lag 1997:1212). Loven omfatter også særskoler, specialskoler, samerskoler og statsstøttede friskoler. I praksis betyder det, at der oftest tilbydes en eller flere retter tilberedt mad, salatbord, drikkevarer og brød. I børnehaver og på gymnasier findes tilsvarende tilbud, men her har institutionerne ret til at opkræve betaling for måltiderne.

- *For mere information:* www.skolverket.se

- *Kontaktperson:* Upplysningen, Skolverket, 08-527 332 00

8.5.2 Øget fysisk aktivitet i skolen

Den 27. februar 2003 blev følgende skrivelse tilføjet det obligatoriske skolevæsenes læreplan, i børnehaver og fritidshjem med ikrafttrædelse den

den 3. juni 2003: „Skolen skal stræbe efter at tilbyde alle elever daglig fysisk aktivitet gennem hele skoledagen“.

Evaluerings: Se Barn i rörelse – sju skolexempel från Riksidrottsförbundet.

- *For mere information:* www.rf.se,
- *Kontaktperson:* Riksidrottsförbundet, 08-699 60 00

8.5.3 Retningslinier for måltider i børnehaver og skoler

Regeringen gav i 2006 Livsmedelverket til opgave at udarbejde retningslinier for mad i skoler, børnehaver, dagplejer, fritidshjem og gymnasier. I marts 2007 blev retningslinierne udgivet. Retningslinierne gælder i det tidsrum børnene og de unge er i institutionerne, det vil sige, at de omfatter morgenmad, frokost, mellemmåltider, mad til udflugter og festmad. Retningslinierne henvender sig til alle de personalegrupper, der har noget at gøre med servering eller salg af mad i skoler og børnehaver. Det drejer sig om beslutningstagere i kommuner, kostchefer, forhandlere, skoleledere, køkkenpersonale og pædagogisk personale; men også forældre. Der lægges op til at hver kommune, børnehave, skole og personalegruppe skal bestemme og planlægge detaljerne omkring mad- og måltidspolitikker.

- *For mere information:* www.livsmedelsverket.se
- *Kontaktperson:* Ulla Kaisa Koivisto-Hursti, Livsmedelsverket

9. Finlands initiativer for børn og unges sundhed

9.1 Lovgivning og handlingsplaner

Levnedsmiddeloven²³ har blandt andet til formål at sikre en god sundhedsmæssig levnedsmiddelkvalitet, men „fremme af sunde kostvaner“ er ikke nævnt.

Statsrådets principbeslutning om folkesundhedsprogrammet Health 2015²⁴ trækker linierne op for den finske sundhedspolitik i et perspektiv på 15 år. Programmet opstiller 8 mål, som angiver hvilke resultater, man vil opnå for de forskellige faser i livet.

For børn lyder målet:

- Børns velbefindende øges og deres helbred forbedres, mens symptomer og sygdomme, som hører sammen med utryghed, formindskes mærkbart.
- Det fremhæves, at daginstitutioner og skoler er en vigtig del af børns sundhed i livet.

I det finske folkesundhedsprogram fokuseres på at tage fat i årsagerne til at grupper i samfundet bliver marginaliseret. Social- og Sundhedsministeriet har nedsat en Komite for udvikling af sundhedsfremmende fysisk aktivitet, der skal definere udfordringer, sætte mål og lave forslag til handlingsplaner på området.

The National Nutrition Council er et ekspertorgan, som nedsættes af Jord- og Skovbrugsministeren hvert 3. år. Opgaven er at følge og udvikle ernæringsområdet gennem udarbejdelse af ernæringsanbefalinger, handlingsprogrammer og følge op på, hvordan tiltag iværksættes og på deres indflydelse på folkesundheden.

Ifølge de finske ernæringsanbefalinger fra National Nutrition Council skal befolkningen spise rigelige mængder af grøntsager, bær og frugt, mindst fem stykker pr. døgn, sammenlagt mindst 400 g. Der skelnes ikke mellem voksne og børn. Indtaget af raffineret sukker bør ikke overstige 10 E %. Det gælder særligt for børn. anbefalingerne for fysisk aktivitet er ligesom i de øvrige nordiske lande minimum 60 minutter for børn og minimum 30 minutter for voksne. Det pointeres yderligere, at niveauet af

²³ Livsmedelslag 13.1.2006 / 23

²⁴ Government Resolution on the Health 2015 public programme 2015, The Ministry of Social Affairs and Health, publikation 2001:5

fysisk aktivitet øges til 60 minutter for voksne pr. dag for at undgå vægtforøgelse.

The National Nutrition Council har udarbejdet et handlingsprogram for at omsætte de nationale ernæringsanbefalinger til virkelighed. Her prioriteres forebyggelse af fedme og fremme af sund mad. Der peges på, at for at sikre ernæringsmæssig kvalitet i for eksempel børnehaver og skoler må kvalitetskriterier udarbejdes²⁵.

9.2 Statsligt igangsatte initiativer for sundere livsstil

En stor del af de initiativer der tages til at fremme sundere livsstil i Finland varetages af kommuner og NGO'er, samt virksomheder. Der findes derfor langt flere initiativer på andre niveauer i Finland end de projekter, der er taget med i kataloget her.

JALOIN er et projekt igangsat som følge af Ministry of Transport and Communications politik om at fremme gang og cykling. Det skal ved hjælp af tværsektorielt samarbejde fremme mulighederne for at gå og cykle i Finland.

9.2.1 Oplysning

Det seneste handlingsprogram rummer forslag til hvordan kostanbefalinger implementeres i samfundet. Men eftersom det finske arbejde med sundhedsfremme foregår i kommunerne, NGO'er og ved hjælp af private organisationer, er statens grundlag for indflydelse indskrænket til udgivelse af informationsmateriale. Det kræver dog stadig et tæt samarbejde mellem parterne at fremme implementeringen af næringsstofanbefalingerne.

The National Nutrition Council har stillet 3 kostmodeller til rådighed for uddannelsesformål. Endvidere er der produceret en plakat om „tallerken-modellen“, der skal anskueliggøre, hvordan man komponerer et godt måltid. Der er også lavet en brochure, som opmuntrer til motion og til at vælge sundere kost i overensstemmelse med anbefalingerne. I Finland siger anbefalingerne, at der skal være balance mellem energiindtag og –forbrug, et balanceret næringsstofindtag, et øget indtag af kostfibre, et reduceret indtag af raffineret sukker, et reduceret indtag af ikke flydende fedt, samt at indtag af salt skal nedsættes. Imens må andelen af flydende fedt gerne øges.

De finske næringsstofanbefalinger som The National Nutrition Council arbejder med, er direkte udledt af de Nordiske næringsstofanbefalinger. The National Health Institute (KTL) offentliggør blandt andet The

²⁵ Statens näringsdelegation 2003, sammandrag av åtgärdsprogram för att omsätta de nationella näringsrekommendationer i praktiken (wwwb.mmm.fi)

National Nutrition Councils kostråd og råd om fysisk aktivitet på deres hjemmeside²⁶.

9.2.2 Tiltag i institutioner og skoler

I Finland bliver der sørget for måltider i børnehaver og skoler²⁷. Desuden er idræt og sundhedsundervisning obligatorisk i grundskolen. Faget indeholder også undervisning i kost. Der er blevet lavet undervisningsmateriale til eleverne under navnet McUrho om konsekvenserne af usund livsstil. Dette materiale er blevet til i et samarbejde mellem den finske Hjerteforening og den finske Cancerforening. Der er ikke i øvrigt iværksat kampagner rettet mod børn og unge om sunde madvaner på nationalt niveau²⁸.

Ministry of Social Affairs and Health har iværksat en strategi for sundhedsfremmende fysisk aktivitet (HEPA). I forhold til børn og unge er målsætningerne at øge mulighederne for fysisk aktivitet i børnehaver, skoler og i familierne. Strategien lægger også vægt på, at det kræver en tværsektoriel indsats for at kunne nå målsætningerne. HEPA beskrives nærmere i *underafsnit 9.4*.

9.3 Statsligt igangsatte monitoreringsprojekter

Der er igangsat flere initiativer af The National Health Institute i forhold til monitorering:

- I samarbejde med Oulu Universitets Institute of Dentistry, Finnish Bread Information og den finske Hjerteforening undersøges børnenes kost og velbefindende i 7.–9. klasse i årene 2006–2008.
- I samarbejde med Kuopio Universitet undersøges 6–7-åriges kost og fysisk aktivitetsstatus. Dette projekt søger muligheder for at fremme sund kost hos 6–7-årige børn og for at øge deres fysiske aktivitetsniveau. Målgruppen for denne indsats er hele familien.

National Center for Research and Development in Welfare and Health igangsatte et monitoreringsprojekt i 1995, der hedder *School Health Promotion (SHP) Study*. Formålet med dette studie er at styrke planlægning og evaluering af sundhedsfremmende aktiviteter i kommuner og skoler. Der indsamles data ved hjælp af spørgeskemaer, der uddeles til unge i alderen 14–18 år i april måned i 8. og 9. klasser samt i gymnasier. Spørgeskemaet indeholder emner som leveforhold, skolen som arbejds-

²⁶ www.ktl.fi

²⁷ Questionnaire til brug for NMR's projekt om et fælles katalog over større initiativer i de nordiske lande til fremme af sunde madvaner og livsstil, s. 19

²⁸ Questionnaire til brug for NMR's projekt om et fælles katalog over større initiativer i de nordiske lande til fremme af sunde madvaner og livsstil, s. 15

plads, sundhedsadfærd og sundhedstilstand. 90 % af alle kommuner deltagere i projektet.

- *Mere information:*
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/EN/index.htm>

Tampere Universitet har siden 1977 arbejdet på *Adolescent Health and Lifestyle Survey*. Her monitoreres 12–18-åriges sundhed og sundhedsrelateret livsstil gennem udsendelse af spørgeskemaer hvert andet år. I dette studie findes omfattende information om udviklingen af unges sundhed og sundhedsrelaterede adfærd.

Mere information ved Professor Arja Rimpelä, arla.rimpela@uta.fi.

9.4 Best Practice

9.4.1 The Development Programme for the Prevention and Care of Diabetes (DEHKO 2000–2010)

DEHKO er Finlands nationale indsats mod diabetes. Formålet er at forebygge type 2 diabetes og diabetesrelaterede komplikationer, at forbedre kvaliteten af behandlingen af diabetes, samt støtte diabetespatienters pleje af sig selv. DEHKO konstruerer nye handlingsmodeller for sundhedspleje, der er implementeret i hele Finland.

DEHKO har klare mål, der skal nås inden 2010. Derudover er 25 konkrete anbefalinger for handling opstillet, hvoraf mange allerede er opnået.

Programmet koordineres af den finske diabetesforening, og er det første nationale program i verden, der både implementerer og forebygger type 2 diabetes. DEHKO evalueres jævnligt.

FIN-D2D er et projekt under DEHKO, der har som formål at implementere det finske program til forebyggelse af type 2 diabetes i den primære sundhedssektor, samt udvikle nye behandlingsmetoder. Dette gøres ved hjælp af sundhedsforanstaltninger på arbejdspladser, og ved at teste om programmet er muligt. Det ultimative mål er at forhindre type 2 diabetes og overvægt ved at anvende tre strategier: højrisikostrategi, strategi for tidlig diagnose og „management and population strategy“. Det er et samfundsbaseeret program, der bygger på videnskabelige metoder ifølge en specifik evalueringsplan, der rummer undersøgelser, studier og forstudier. I foråret 2007 blev FIN-D2Ds rationale og design publiceret i *International Journal of Circumpolar Health*.

Indsamling af data foregår i den primære sundhedssektor og i sundhedsforanstaltninger på arbejdspladser. Der evalueres på livsstilsændringer og på incidensen af type 2 diabetes, der sættes op mod kontrolgrup-

per. Personer, der befinder sig i højrisikogruppen, følges med årlige undersøgelser.

FIN-D2D evaluerer både effektiviteten og omkostningseffektiviteten af de nye forebyggelses- og behandlingspraksiser.

- *Kontaktperson:* Dr. Timo Saaristo.
- *For mere information,* www.diabetes.fi.

9.4.2 Health Enhancing Physical Acticity (HEPA)

Den finske regering har i 2002 igangsat projektet Health Enhancing Physical Activity (HEPA). I de senere år er HEPA-projektet blevet spredt ud på et nationalt niveau. Projektet hører under Ministry of Social Affairs and Health, der sammen med repræsentanter fra andre relevante ministerier og interesseorganisationer administrerer ordningen. I løbet af de første tre år er der igangsat omkring 40 projekter af forskellige ministerier.

HEPA fokuserer på at fremme fysisk aktivitet i hele den finske befolkning. Der lægges vægt på tværsektorielt samarbejde for fremme af fysisk aktivitet i forskellige aldersgrupper, opbygning af lokalområder og lokale tilbud der fremmer fysisk aktivitet såvel som styrkelse af HEPA i kommunerne. Der er speciel fokus på passive grupper og de, der vil opleve signifikante forbedringer fra øget fysisk aktivitet. Børn, unge og ældre er primære målgrupper. I formidlingen lægges der vægt på vigtigheden af daglig motion og opbygningen af omstændigheder, der fremmer fysisk aktivitet.

HEPA arbejder med følgende områder:

- Organisering og finansiering af HEPA
- Lokalsamfundets struktur og lokale tilbud, der fremmer fysisk aktivitet
- HEPA hele livet
- Indarbejde HEPA i kommunernes sundhedspolitik
- Uddannelse og forskning indenfor HEPA

HEPA er også involveret i Young Finland movement, hvor et etisk kodeks blev udviklet til at fremme børns engagement i fysisk aktivitet. Der blev tilsvarende udarbejdet et etisk kodeks for alle sportsorganisationer. The move for Health Day er også en vigtig paraply event for forskellige aktiviteter²⁹.

- *Mere information:* Mari Miettinen, Ministry of Social Affairs and Health, E-mail: mari.miettinen@stm.fi

²⁹ Nutrition, physical activity and prevention of obesity: recent policy developments in the WHO European Region. Final draft – unedited, juni 2007.

Mari Miettinen, Senior Officer: National HEPA-strategy and it's implementation in Finland.

10. Islands initiativer for børn og unges sundhed

10.1 Lovgivning og handlingsplaner

Fødevareloven³⁰ har til formål så vidt muligt at sikre fødevarers kvalitet, sikkerhed og sundhedsfremme.

I Islands nationale sundhedsplan *The Icelandic National Health Plan to the year 2010* og handlingsplanen fra Public Health Institute of Iceland *Action Plan 2006–2010* opstilles blandt andet som midler til at fremme sundere livsstil:

- at fremme et klart forøget forbrug af grøntsager og frugt i overensstemmelse med målene fastsat af Public Health Institute of Iceland/Islands ernæringsråd, mindst 5 portioner om dagen.
- at opfordre skoler til at fremme sund livsstil.
- at fremme uddannelse og tiltag målrettet med sundere livsstil hos børn, forældre og lærere.
- at reducere andelen af overvægtige 9-årige børn til under 20 % og ratioen af dem, der er svært overvægtige, til under 4 %.

Statsministeriet har i 2006 udgivet en rapport (green paper), der indeholder 67 handlingsforslag til fremme af folkesundheden gennem fremme af intagelsen af sundere mad og øget fysisk aktivitet. Der lægges vægt på at bidrage til at gøre det enklere at vælge sundt og øge fysisk aktivitet, tilrettelægge sunde måltider i børnehaver, på skoler og på arbejdspladser, samt at styrke viden om mad. Samarbejde mellem offentlige og private parter motiveres, hvilket drejer sig om Ministry of Health and Social Security, Public Health Institute of Iceland, børnehaver, skoler, kantiner i private og offentlige virksomheder og organisationer, The Federation of Icelandic Industries, NGO'er og private sportsklubber i Island.

- *For mere information:* www.althingi.is/altext/133/s/1149.html

Det islandske parlament Althingi støttede en fireårig handlingsplan, der skal styrke børn og unges status i samfundet. Handlingsplanen er baseret på FN's konvention om børns rettigheder. Der er nedsat et råd i forbindelse med handlingsplanen, som består af medlemmer fra Ministry of Social Affairs, Ministry of Health and Social Security, Ministry of Justice

³⁰ The Foodstuffs Act no. 93, 28 June 1995

an Ecclesiastical Affairs, Ministry of Finance and Ministry of Education, Science and Culture.

- *For mere information, se*
[www.felagsmalaraduneyti.is/media/acrobatskjol/
 TAL_um_adgerdaatlun_vegna_barna_og_ungmenna.pdf](http://www.felagsmalaraduneyti.is/media/acrobatskjol/TAL_um_adgerdaatlun_vegna_barna_og_ungmenna.pdf)

10.2 Statsligt igangsatte projekter og informationsmateriale

10.2.1 *Everything Affects us – Especially Ourselves!*

Public Health Institute of Iceland har udarbejdet kampagnen *Everything Affects Us – Especially Ourselves* i samarbejde med over 20 kommuner³¹. Denne kampagne har som formål at forbedre livsstilen hos børn og unge, samt deres familier. *Everything Affects Us – Especially Ourselves* er Islands „Best Practice“. I *underafsnit 10.3* findes derfor en mere fyldestgørende beskrivelse af projektet.

10.2.2 *Madcirklen og fysisk aktivitetscirkel*

Med de nye ernæringsanbefalinger fra 2005 blev madcirklen revideret. Den viser 6 grupper af mad, der nu er lige store, hvorimod mængderne af mad i dem er forskellige. Vand er placeret i midten af cirklen.

Der er også udarbejdet en ny aktivitetscirkel, som viser hvordan man kan inarbejde fysisk aktivitet i hverdagen.

- *For mere information, se* [www.lydheilsustod.is/frettir/
 naering-og-holdafar/nr/1246](http://www.lydheilsustod.is/frettir/naering-og-holdafar/nr/1246)

10.2.3 *Undervisningsmateriale*

Public Health Institute of Iceland samarbejder med skolesundhedsplejen om at udarbejde undervisningsmateriale til skolesygeplejersker. Materialet bruges i deres arbejde med eleverne, og der sendes også nyhedsbreve til forældrene. Overskriften er 6 H for helse: Sund kost (hollur matur), hvile (hvild), lykke (hamingja), hygiejne (hreinlæti), fysisk aktivitet (hreyfing) og tobaks og alkohol prævention (hugrekki). 6-tallet står for seksualitet og sundhed. Fokus på disse forskellige områder er forskellige alt efter barnets alder.

- *For mere information, se* www.heilsugaeslan.is/?PageID=1339

³¹ Directorate of Health, *Annus Medicus* 2005 s. 18

10.2.4 Ministry of Education, Science and Culture

The Ministry of Education, Science and Culture har lanceret *Sporty Iceland*, der har som formål at fremme fysisk aktivitet og undersøge, hvordan samfundet kan skabe et forum for sundere livsstil.

I grundskolen har børnene 2 obligatoriske lektioner idræt og 1 lektion svømning ugentligt. Der er ved at blive udviklet nationale anbefalinger og vejledninger for fysisk aktivitet på skoler, og hvordan samfundet kan skabe fora for sundere livsstil.

I tillæg har børnene 1 obligatorisk hjemkundskabstime ugentlig fra 1.–4. klasse og 2 lektioner ugentlig fra 5.–8. klasse.

10.2.3 5 om dagen³²

Public Health Institute of Iceland, The Icelandic Heart Association, The Icelandic Cancer Society, frugt- og grøntdistributører og supermarkeder har i 1996 dannet et partnerskab, der sigter på at fremme indtaget af frugt og grønt. Partnerskabet udvikler og producerer reklamer og uddannelsesmateriale til børnehaver, skoler, arbejdspladser og supermarkeder.

- *For mere information:* www.publichealth.is

10.2.4 Cykel på arbejde³³

The National Olympic and Sports Association of Iceland er i 2003 gået i partnerskab med The Public Health Institute of Iceland, cykelklubber og The Icelandic National Broadcasting Service for at fremme den aktive transport til arbejde i form af cykling og gang. Partnerskabets styrker er effektiv udnyttelse af de tilgængelige ressourcer, arbejdet mod et fælles mål, og at der er nem adgang til nationale medier som TV og radio.

- *Mere information:* <http://hjolad.isisport.is/template1.asp?PageID=1>

- *Kontaktperson:* Jona Hildur Bjarnadottir, e-mail: jona@isisport.is

10.2.5 Gå i skole

Oktober er hvert år *International walk to school month*. Island har for første gang i 2007 deltaget i dette projekt. Målene for projektet er blandt andet at opfordre til fysisk aktivitet og øge opmærksomheden om gangvenligheden i nærmiljøet. Partnerne i projektet er Ministry of Education, Road Traffic Directorate, National Parents Association, National

³² Experiences of EU member states on public-private partnerships (PPPs) on initiatives to counteract obesity. Update June 2007, version 21 June 2007. National Institute for Public Health and the Environment, May 2007.

³³ Experiences of EU member states on public-private partnerships (PPPs) on initiatives to counteract obesity. Update June 2007, version 21 June 2007. National Institute for Public Health and the Environment, May 2007.

Olympic and Sports Association of Iceland og National Commissioner of the Icelandic Police.

- *Formere information*, se www.gongumiskolann.is

10.2.6 *Anbefalinger og vejledninger*

Public Health Institute of Iceland har i 2005 udgivet anbefalinger for ernæring. Her indgår anbefalinger angående fødevarer, næringsstoffer og fysisk aktivitet. Anbefalingerne bygger på de Nordiske næringsstofanbefalinger 2004, de seneste forskningsresultater på ernæringsområdet og viden om, hvordan en islandske befolkning spiser. Anbefalingerne er i 2006 udkommet i brochureform.

- *For mere information*, se www.lydheilsustod.is/media/manneldi/utgefidi//mataraedi-lowres.pdf

Public Health Institute of Iceland står for revidering og udvikling af anbefalinger for fysisk aktivitet, som bliver publiceret i slutningen af 2007.

Anbefalinger for spædbarnets ernæring er udarbejdet af Public Health Institute of Iceland og Center for Børnesundhedsydelse. Disse anbefalinger bruges i forbindelse med sundhedsundersøgelser af spæd- og småbørn. Disse anbefalinger har som formål at:

- fremme fuld amning indtil 4–6 måneder.
- vejlede forældrene om overgangskost.
- have speciel opmærksomhed omkring mangel på jern og vitamin D.

I 2003 blev der udarbejdet vejledninger til kantiner på skoler og i børnehaver af Public Health Institute of Iceland, som er lavet med reference til officielle anbefalinger vedrørende kostens sammensætning og næringsstoffer. Den handler også om, hvordan man sammensætter en menu, om opbevaring af mad, specielle diæter, hygiejne og indkøb. I sammenhæng med retningslinierne blev der udarbejdet en tallerkenmodel, som viser hvordan man sammensætter et sundt måltid. Disse vejledninger anvendes af ansatte i skolekantiner. Det anbefales, at eleverne får varm mad de fleste dage i løbet af ugen. De fleste skoler tilbyder nu måltider, som i de fleste tilfælde er støttet af kommunen.

- *For mere information*, se www.lydheilsustod.is/media/manneldi/fraedsla/Handrit_loka_litlarmyndir_vidbot_net_2utg.pdf

I 2005 blev der i forbindelse med *Everything Affects Us – Especially Ourselves!* kampagnen også udarbejdet vejledninger til køkkener i børne-

haver af Public Health Institute of Iceland. Der er generelt sørget for måltider og mellemmåltider i børnehaver, hvor der er lagt vægt på de samme pointer som i håndbogen til skolekantiner.

- *For mere information, se*
www.lydheilsustod.is/media/manneldi/fraedsla/leikskolamappa_loka021005.pdf

The Public Health Institute of Iceland udarbejder i øjeblikket en håndbog til skoler med retningslinier om, hvordan fysisk aktivitet kan indarbejdes i løbet af skoledagen. Håndbogen viser, hvordan det er muligt at skabe mere aktivitetsvenlige miljøer på skoler.

10.2.7 Monitorering

Island fokuserer på helbredsundersøgelser af børn, sundhedsundervisning og sundhedsfremme i skoler med henblik på livsstilsfaktorer. Undersøgelserne varetages af sygeplejersker og praktiserende læger. Børnene følges regelmæssigt indtil de går ud af grundskolen (ca. 15 år), hvor højde og vægt måles hvert tredje år (6, 9, 12 og 15 år).

Public Health Institute of Iceland har sammen med de involverede parter indsamlet data om befolkningens ernæringsstatus og status for fysisk aktivitet:

- I 2006 blev skolebørns sundhedsadfærd (HBSC) for 11-, 13- og 15-årige undersøgt.
- I 1990 og 2002 blev Islændernes Kostvaner undersøgt (15–80-årige).
- I 1992–93 blev Islandske Børns Kostvaner undersøgt (10- og 12 og 14-årige).
- Der foretages uddeling af spørgeskemaer til skoleledere i både grundskoler og børnehaver i januar 2005, 2007 og 2010, der undersøger skolernes miljø og tilgængelighed af mad, drikke og fysisk aktivitet.

Unit for Nutrition Research, Landspítali University Hospital & Department of Food Science and Nutrition at University of Iceland har indsamlet data om børn og unges kostvaner. I 1995 og 2006 blev spædbarnsernæring undersøgt, 2000 kostindtag for 2-årige, 2002 6-årige, og 2002–03 9-årige og 15-årige børn og unge i Island.

10.3 Best Practice

10.3.1 Everything Affects us – Especially Ourselves.

I efteråret 2005 blev projektet *Everything Affects us – Especially Ourselves!* sat i værk. Den første del afsluttes i 2007 og den anden del i 2010.

Projektet er baseret på en multifaktoriel, populationsbaseret, primær præventionsstrategi. Den gør en indsats for at øge befolkningens viden om relevante faktorer, der har indflydelse på sundhedsfremme. Samtidig skal omstændighederne for sundhedsfremme gøres bedre. Målgrupperne er børn, unge og deres familier i de deltagende kommuner. Projektet skal:

- være med til at formidle viden om og ændre holdningen, så unge og forældre dyrker mere fysisk aktivitet og får sundere kostvaner,
- give lokalsamfundene vejledninger til skolers og børnehavers kantiner,
- udlevere en tjekliste, som kommunerne og de involverede parter kan bruge til at evaluere deres status med hensyn til fysisk aktivitet, ernæring og miljø.

De deltagende kommuner danner deres egne politikker og handlingsplaner til fremme af fysisk aktivitet og ernæring for børn i overensstemmelse med de aktuelle behov og omstændigheder. De gevinster, der forventes af projektet er:

- Forbedret kommunalpolitik: Kommunerne formulerer og godkender selv en politik, der sætter fokus på øget fysisk aktivitet og bedre kost, samt finansierer de lokale projekter.
- Forandring i holdninger og viden: Ændring i elevernes og forældres holdning til fysisk aktivitet og forbedret kost i forhold til børn kan evalueres.
- Sundere miljø i skolen: Flere idrætstimer, sundere mad, mere fysisk aktivitet før, under og efter skoletiden.
- Forbedret livsstil: Eksempler på forbedret livsstil er mere fysisk aktivitet, sundere kost, mindre inaktivitet og mere tid til familielivet.
- Reduktion i risikofaktorer som lavt frugt- og grøntindtag og fysisk inaktivitet.
- Langsigtet mål: Øget livskvalitet og forbedret helbred.

Evalueringsarbejdet varetages af Public Health Institute of Iceland. I 2005 blev der foretaget en baseline vurdering, der følges op i 2007 og 2010. De faktorer, der evalueres er:

- skolens og børns miljø
- børns holdninger, kompetencer og opførsel

- forældres holdninger
- målinger af børns højde og vægt fra skolers sundhedscentre

De fleste kommuner som deltager i projektet har udarbejdet en målsætning og en aktionsplan med hovedvægt på bedre kostvaner og mere motion. Indsatserne er forskellige mellem kommunerne, men det lægges op til de enkelte kommuner at tage initiativer indenfor rammerne af *Everything Affects us – Especially Ourselves!*

- *For mere information*, se http://lydheilsustodvefur.eplica.is/media/allthefurahrif/Public_Health.pdf
- *Kontaktperson*: Jórlaug Heimsidóttir fra Public Health Institute of Iceland. E-mail: jorlaug@publichealth.is

11. Sundhedsfremme ved mærkning og markedsføring af fødevarer

Sveriges Konsumentråd har foretaget en kortlægning af reklame for usund mad, rettet mod børn og unge, i henholdsvis blade/direkte reklamer, på internettet og på TV³⁴. Halvdelen af al reklame på børneinternet-sider var reklame for usunde madvarer. 26 % af reklamerne i børneblade og direkte reklamer var for usund mad, og 20 % af madreklamerne på TV var for usund mad.

Mærkning af henholdsvis sunde og usunde fødevarer som et middel til bedre forbrugeroplysning har været diskuteret i de enkelte nordiske lande i de seneste år. Sverige, Danmark og Finland har etableret mærkningsordninger (mere herom nedenfor). Området fremhæves ligesom markedsføring i Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet som områder, hvor det vil være relevant med et tættere nordisk samarbejde.

11.1 Nordisk Ministerråds mål

Det fremgår blandt andet af Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet:

- Markedsføring af usunde fødevarer påvirker børns og unges forbrug og holdninger i forhold til mad i en uheldig retning og bør derfor begrænses. De nordiske lande vil holde EU-kommissionen op på sit ultimatum til industrien om at stoppe al markedsføring af usund mad rettet mod børn, og vil i fællesskab kræve EU-regulering, hvis den nuværende adfærd ikke ophører via selvregulering.
- Mærkning af fødevarer skal gøre det lettere for forbrugeren at vælge sunde produkter og træffe oplyste fødevarevalg. Undersøgelser har vist, at forbrugerne efterspørger en letforståelig mærkning, der forenkler informationerne fra næringsdeklarationen.
- De nordiske lande vil samarbejde om at fremme det nordiske forslag om bedre næringsdeklaration i forbindelse med den kommende revision af EU's næringsdeklarationsdirektiv, og vil arbejde for, at

³⁴ „Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007-2011) – Oppskrift for et sunnere kosthold“, s. 32

næringsdeklaration gøres obligatorisk. Mulighederne for at harmonisere kriterierne bag forskellige ernæringsmærkeordninger, der benyttes af i de enkelte nordiske lande, vil blive undersøgt nærmere.

11.2 Fællesnordiske initiativer

- Konference om markedsføring rettet mod børn af mad og drikke og hvilke konsekvenser dette har for børns madvaner. NMR var med til at finansiere et WHO-ekspertmøde om emnet i 2006
- Nordisk Ministerråd udgav i 2007 en rapport med titlen Söt reklam og feta ungar, hvori omfanget og formen på reklamer for usunde fødevarer rettet mod børn i Sverige kortlægges. Et af formålene med rapporten var at finde metoder til at udføre komparative studier og målinger på området i Norden.
- Temaet markedsføring af usunde fødevarer rettet mod barn blev drøftet på de nordiske ministres sommermøde i juni 2007. På mødet vedtog de nordiske ministre en fælles erklæring, der blandt andet opfordrer til, at de nordiske lande udarbejder et fælles, frivilligt etisk kodeks, der skal begrænse markedsføringen af usunde fødevarer rettet mod børn og unge. Ministerrådet opfordrer ligeledes til, at de nordiske lande styrker samarbejdet og erfaringsudvekslingen vedrørende eksempelvis kortlægninger på området.
- I august 2007 afholdes et nordisk embedsmandsmøde på højt niveau med det formål at sondere mulighederne for, med udgangspunkt i de eksisterende og de påtænkte ernæringsmærkningsordninger i Norden, at etablere en fælles nordisk frivillig ernæringsmærkning.
- I september 2007 afholdes et seminar finansieret af Nordisk Ministerråd med titlen Harmonizing criteria behind the signpost-labeling schemes in the Nordic Countries. Her skal repræsentanter for de relevante myndigheder diskutere mulighederne for at tilnærme de nordiske krav. Resultaterne af dette arbejde vil indgå i arbejdet med at undersøge mulighederne for et fælles nordisk ernæringsmærke.

11.3 Danske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring

11.3.1 Mærkning

Danmark lancerede i april 2007 et nyt frivilligt ernæringsmærke „Spis Mærket“, der principielt omfatter alle fødevarer. Mærkningsordningen opdeler fødevarerne i tre kategorier – spis mest, mindre eller mindst ud fra en vurdering af indholdet af næringsstofferne fedt, mættet fedt og sukker samt, hvor det er relevant, kostfibre, salt og indholdet af frugt og grønts-

ger. Ordningen er i henhold til EU's mærkningsregler frivillig at anvende for producenterne.

Mærket blev lanceret på en ny hjemmeside www.spismest.dk, hvor forbrugerne blandt andet kan teste specifikke produkter, samt finde eksempler på produkttests, hvor forskellige fødevarer kategorier testes med angivelse af, om et givent produkt hører til spis mest, mindre eller mindst kategorien. Håbet er, at oplysningerne på nettet kan vejlede forbrugerne til at spise mindre fedt og mindre sukker og salt samt flere kostfibre, frugt og grønt.

Mærket har desværre mødt betydelig modstand fra detailhandelens og industriens side. Den omfattende kritik, især af ordningens mulighed for at mærke de mindre ernæringsmæssigt lødige produkter, har medført, at den frivillige anvendelse af mærket er meget begrænset – det gælder også for så vidt angår kategorien „Spis Mest“.

Det danske Folketing har i erkendelse af, at det ikke vil være muligt at fremme brugen af ernæringsmærkning uden opbakning fra fødevarerindustrien og detailhandlen, anmodet familie- og forbrugerministeren om at kontakte hendes nordiske kollegaer med henblik på at drøfte etableringen af en fælles nordisk ernæringsmærkning, der alene omfatter positiv mærkning (som fx SPISmest logoet eller Nøglehulslogoet).

Danmark ser derudover en række fordele ved et fælles nordisk ernæringsmærke:

Et fælles nordisk mærke vil fremme industrien og detailhandelns anvendelse af mærkningen i samtlige nordiske lande. Den nordiske detailhandel og fødevarerindustri opererer i høj grad på tværs af de nordiske landes grænser. Industrien og detailhandlen har derfor se større nytte af et mærke, hvis det kan bruges i markedsføringen i flere nordiske lande.

Et fælles nordisk mærke vil også sikre de nordiske lande en klart styrket position ift. de kommende års diskussioner og forhandlinger på EU-niveau om ernæringsmærkning.

11.3.2 Markedsføring

Det fremgår af markedsføringsloven³⁵, at markedsføring rettet mod børn og unge skal være udformet med særlig hensyntagen til børns og unges naturlige godtroenhed og manglende erfaring og kritiske sans, som bevirker, at de er lette at påvirke og nemme at præge.

I Forbrugerombudsmandens vejledning fra juli 2006 *Børn, unge og markedsføring*, der bl.a. omhandler markedsføring i skoler og daginstitutioner, bliver det indskærpet, at virksomheder, der markedsfører usunde fødevarer, som for eksempel slik, chips, søde læskedrikke og lignende, bør udvise et særligt ansvar, når markedsføring af sådanne produkter retter sig mod børn og unge. Valg af medie og reklamens udformning og indhold bør nøje overvejes i lyset af hensynet til børn og unge. En rekla-

³⁵ Lov nr. 1389 af 21/12/2005 om markedsføring, § 8

me for usunde produkter, der retter sig mod børn og unge, må ikke give indtryk af, at et vist forbrug af produktet kan være sundt eller give succes. Reklamen må heller ikke opfordre eller inspirere til overdrevent brug af usunde fødevarer eller underminere sunde kostvaner og levevis.

For at tilvejebringe det bedst mulige vidensgrundlag for en indsats har Forbrugerministeren i Danmark desuden besluttet at igangsætte en undersøgelse, der skal kortlægge omfanget af markedsføring rettet mod børn, samt undersøge hvor børn møder markedsføring af usunde fødevarer. Med undersøgelsen skal der etableres et godt grundlag for at vurdere, hvilken indsats, der er behov for. Undersøgelsen vil samtidig kunne anvendes som et 0-punkt, der giver mulighed for senere at undersøge status, hvis det er nødvendigt for at vurdere, om indsatsen er tilstrækkelig effektiv.

Enkelte interesseorganisationer/brancheforeninger i Danmark har etableret etiske regelsæt, der omfatter markedsføring overfor børn. Der arbejdes desuden på at etablere et forum for Co-regulering af markedsføring af fødevarer rettet mod børn³⁶.

Den danske dagligvarehandel lancerede i marts 2007 et fælles oplæg til indsats i kampen mod fedme. Heraf fremgår, at dagligvarehandlen vil undgå at reklamere for usunde fødevarer (slik, læskedrikke, chips m.v.) i medier målrettet børn, nærmere bestemt TV-reklamer til børn, børneblade, børnesider på Internettet og SMS-reklamer målrettet børn.

11.4 Norske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring

11.4.1 Mærkning

En del af dagligvarebranchen har indført det svenske nøglehulsmærke, jf. nedenfor.

Den 22. januar 2007 fremlagde regeringen *Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007–2011) – Opskrift for et sunnere kosthold*. Handlingsplanen indeholder 73 tiltag fordelt på 10 indsatsområder, og det er 12 departementer, der står som udgivere af planen.

Handlingsplanen opstiller blandt andet som et delmål at

- gøre det enklere for forbrugerne at vælge madvarer med god ernæringsmæssig sammenhæng
- forbedre udvalg og eksponering af madvarer med god ernæringsmæssig sammensætning
- reducere eksponeringen af madvarer, som bidrager til en kost som ikke er sundhedsfremmende, specielt for børn og unge

³⁶ Co-regulering er en kombination af statslig og ikke-statslig regulering, hvor en offentlig myndighed samarbejder med en branche, virksomhed eller organisation om et etisk kodeks.

Som opfølgning på delmålet skal forbruget af frugt og grøntsager fremmes gennem at stimulere til øget tilgang af råvarer af god kvalitet. I handlingsplanperioden skal der være en gennemgang af virkemiddelbruget i produktionskæden for at vurdere, hvordan den støtter op om forbrugerpolitiske, madpolitiske og ernæringspolitiske mål. Nordisk Ministerråds projekt *Ny nordisk mad* vil være aktuelt at se i sammenhæng med dette tiltag.

Der skal også arbejdes for bedre mærkning af madvarer, herunder bedre næringsdeklaration. Norske myndigheder vil arbejde for obligatorisk/lovpligtig næringsdeklaration på madvarer i indspil til arbejdet med revision af EU's mærkningsdirektiv. Mærkning af mængden af tilsat sukker er også foreslået som en del af den obligatoriske mærkning.

Endvidere skal der tages sigte på at indføre en frivillig offentlig ordning for ernæringsmærkning/symbolmærkning for lettere at kunne sammensætte en sund kost. Der henvises i handlingsplanen til, at der foregår et nordisk arbejde for at se på mulighederne for at have fælles nordiske kriterier for såkaldte ernæringsmærkning eller symbolmærkning.

11.4.2 Markedsføring

Den nuværende markedsføringslov har ingen særskilte regler knyttet til markedsføring rettet mod børn og unge. Der er derfor ikke nogen forbud mod at rette reklame mod denne målgruppe generelt. Forbrugerombudsmanden og Markedsrådet, der tilsammen er ansvarlige for tilsyn med markedsføringsloven, tolker imidlertid de generelle principper i loven strengere, når børn og unge er målgruppe for markedsføring. Markedsføringsloven er under revision.

Radio- og TV-reklamer i Norge reguleres af lov omkring kasting. Der kan ikke sendes reklameindslag i tilknytning til børneprogrammer eller reklameindslag, som særligt er rettet mod børn. Dette forbud gælder alle slags produkter, herunder fødevarer.

Den norske regerings *Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007–2011)* omhandler også markedsføring af føde- og drikkevarer rettet mod børn. Under indsatsområdet *Sunn mat i et mangfoldig marked* er et af tiltagene at vurdere indførelse af restriktioner på markedsføring af usund mad rettet mod børn og unge. Det skal udredes om lovregulering kan være velegnet til at begrænse denne form for markedsføring. I handlingsplanen står der, at samme udredning bør tage stilling til, om der er behov for en lovændring, hvilken lov en evt. regulering bør hjemles i, hvordan bestemmelsen kan udformes, samt hvem der skal have ansvar for håndhævelse og tilsyn og videre, at tiltagene må vurderes i forhold til resultaterne af selvregulering.

Dele af den norske fødevarerbranche har forpligtet sig til selvregulering, idet de har underskrevet *Retningslinjer for markedsføring av mat og drikke rettet mot barn og unge*, der blev lanceret i september 2007. Initia-

tivtagerne var det norske Forbrugerråd. De har i samarbejde med fødevarerbranchen udviklet retningslinierne. Retningslinierne har som formål, at bidrage til god og ansvarlig markedsføringspraksis, og de slår blandt andet fast, at leverandører af energitætte og næringsfattige fødevarer ikke bør lave reklamer direkte rettet mod børn. Forbrugerrådet skal følge op på indsatsen for at sikre, at intentionen i retningslinierne bliver overholdt.

Norge har påtaget sig at lede et europæisk netværk om markedsføring af føde- og drikkevarer til børn. Dette er en opfølgning på, at WHO skal udvikle retningslinier for markedsføring af føde- og drikkevarer rettet mod børn, der blev vedtaget på Verdenssundhedsforsamlingen i maj 2007, anbefalinger i et europæiske charter om overvægt, er er underskrevet af sundhedsministre på WHO's ministerkonference i Istanbul i november 2006, samt anbefalinger i den europæiske handlingsplan for mad- og ernæringspolitik i WHO's europaregion (2007–2012), der blev vedtaget i september 2007. Indtil videre har ni medlemslande i WHO's europaregion meldt sin interesse for at deltage i netværket. Det første møde i netværket finder sted i Oslo i midten af januar 2008.

11.5 Svenske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring

11.5.1 Mærkning

Livsmedelsverkets symbol „nyckelhålet“ skal hjælpe forbrugerne med at finde de sunde alternativer³⁷. Nøglehulsmærket mad indeholder mindre og nyttigere fedt og mindre sukker og salt, men flere fibre end andre levnedsmidler af samme type. For at kunne mærke levnedsmidler med nøglehullet skal de opfylde visse vilkår, som bestemmes af Livsmedelsverket. Vilkårene – om hvor meget fedt, fibre, sukker og salt et nøglehulsmærket levnedsmiddel må indeholde – bygger på de nordiske næringsrekommandationer som er baserede på videnskabelig forskning

Nøglehullet er en frivillig mærkning. Det er levnedsmiddelvirksomhederne selv, som har ansvaret for, at de nøglehulsmærkede levnedsmidler opfylder Livsmedelsverkets regler. Kontrollen af mærkningen udøves i første række af de kommunale miljø- og hälsoskyddsnaömden.

11.5.2 Markedsføring

Konsumentverket/Konsumentombudsmannen (KO) har truffet en række aftaler med industrien om, hvordan markedsføring rettet mod børn bør udformes – for eksempel juleavisreklamer og skolefotos. I henhold til radio- og TV-loven må der ikke forekomme reklamer i det hele taget

³⁷ Livsmedelsverkets hjemmeside www.slv.se

umiddelbart før og efter et børneprogram. Børneprogrammer må heller ikke afbrydes af reklameindslag. Granskningsnævnet for radio og TV overvåger, at disse regler følges.

TV-reklamer må ligeledes ikke være rettet mod at fange opmærksomheden hos børn under 12 år. TV-reklamer, som strider mod dette forbud anses for ulovlige. Efterlevelse af bestemmelsen overvåges af KO. Ved bedømmelsen heraf skal samtlige betydningsfulde omstændigheder indtages, eksempelvis hvad reklamen handler om, annoncens udformning og i hvilken sammenhæng, annoncen forekommer. Reglerne gælder for TV 4. Eftersom TV 3 og Kanal 5 ikke sender fra Sverige, er de ikke omfattede af forbudet mod børnereklamer.

Som nævnt ovenfor har Livsmedelsverket og Statens Folkhälsoinstitut i februar 2005 udarbejdet et grundlag for en handlingsplan for gode madvaner og øget fysisk aktivitet i befolkningen³⁸. Blandt de 79 forslag til indsatser er et forslag om at „forudsætningerne for at begrænse markedsføring af mad, rettet til børn, skal afprøves, blandt andet med hensyn til gældende lovgivning“.

11.6 Finske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring

11.6.1 Mærkning

Hjertemærket blev lanceret i 2000, og administreres af den finske hjerteforening og diabetesforening. Dette mærke informerer forbrugeren, om at det hjertemærkede produkt er et bedre valg i dets produktgruppe med hensyn til fedt og natrium (salt). Formålet med hjertemærket er at fremme befolkningens sundhed. På nuværende tidspunkt har 6 produktgrupper rettighed til at anvende hjertemærket. De produkter hvor fedt og salt ikke er et problem (som grøntsager og frugt) er ikke med i ordningen.

11.7 Islandske initiativer i forhold til mærkning og markedsføring

Der eksisterer ikke nogen særlige mærkningsordninger i Island, men man har diskuteret sagen, og mange er positive. I den nuværende fødevarerlov-givning findes en række bestemmelser vedrørende markedsføring, vildledning og mærkning, som gælder både børn og voksne.

³⁸ Sammanfatning av regeringsuppdrag Goda matvanor och ökad fysisk aktivitet – underlag til handlingsplan, Statens folkhälsoinstitut www.sfi.se

11.7.1 Markedsføring

Island har markedsføringsloven (nr. 44/2005), som giver mulighed for at gribe ind overfor vildledende reklamer, herunder vildledene reklamer for fødevarer. Det fremkommer i lov om radio (nr. 53/2000), at reklamer er forbudt i programmer for børn både i radioen og på TV.

Forbrugerombudsmanden og ombudsmanden for børn i Island har igangsat et arbejde med henblik på at lave en aftale med branchen om markedsføring, som retter sig mod barn og unge. De har ligeledes afholdt et seminar med Forældreforeningen *Hjem og skole* om børn og reklame.

12. Visioner

- Kataloget lægger op til, at der i fremtiden skal laves flere kataloger, der beskæftiger sig med afgrænsede emner.
- Nu hvor der er igangsat et omfattende projekt om fælles monitorering vil et oplagt emne for næste katalog være evaluering af og visioner for den fælles monitorering i Norden.
- Det nordiske samarbejde om bedre sundhed kan med fordel sættes i relation til tilsvarende aktiviteter under WHO, EU og OECD – arbejdet på den front bør derfor fortsættes og udvikles. På den måde kan vi opnå større indflydelse, opbakning og bedre kongruens, hvis indsatserne tilrettelægges efter de indsatser, der gøres i større sammenhæng.
- Til at overskue projekternes mangfoldighed og indhold vil oprettelse af en database være et godt redskab, og et godt grundlag som inspirationskilde. Her er der mulighed for på en let og overskuelig måde at søge på enkelte projekter og få et overblik over projekter indenfor givne områder. Der bør arbejdes for at fremme fælles europæiske dataoversigter (i regi af WHO/EU) for at facilitere udbredelsen af Best Practices.

Summary

This catalogue of Nordic initiatives to improve the health status of children and youth is a follow-up on the Nordic Action Plan on Better Health through diet and physical activity.

All of the Nordic countries have health promotion initiatives in a wide range of areas to improve the quality of life of the citizens. Many of the initiatives focus on the areas diet and physical activity and are targeted at different age groups, socially disadvantaged groups, regulating marketing of unhealthy foods directed at children, but also at work place safety regulations and many other areas. All of these are factors, which influence the health and quality of life of the citizens.

Each Nordic country has enacted Action Plans to improve the health status of the population. These action plans contain objectives and corresponding timeframes. The objectives include among other things that the level of physical activity as well as the consumption of healthy foods should increase. All of the Nordic Countries have special focus on children and youth. This catalogue is therefore defined to list initiatives directed at children and youth.

There are many differences in the way the Nordic countries administer health promotion. In Sweden, Norway and Iceland the municipal governments on the basis of state marked rules and guidelines run most of the concrete initiatives. In Finland the municipal governments along with NGO and private health organizations are the primary actors in health promotion. In Denmark health promotion initiatives involves among other things public private partnerships initiated by the state government in cooperation with private health organizations and industry.

Best Practice is made up of a wide range of underlying initiatives in each country. Therefore some of the smaller initiatives other than Best Practice are briefly sketched out in the catalogue for inspiration.

Denmark has selected three Best Practice projects. The first one is a cooperation called "*Alt om kost*" (Everything about diet) run by The Veterinary and Food Administration. The project collects information on healthy eating and makes it widely available through the Internet and through counseling patrols. The second project is called *GetMoving* and is an annual campaign managed by the National Board of Health to inspire children and youth to be more physically active. Last but not least the third project is called *6 om dagen* (Six a day) and is a public private partnership between The Veterinary and Food Administration and the food industry with the aim of getting the adult Danish population to consume six and children four pieces of fruit and vegetables pr. day.

Sweden has also chosen three Best Practice projects. The first one is named *Bespisning i børnehaver og skoler* (Provision of meals in kindergartens and schools) and provides free lunch meals for kindergartens and schools. The second project is called *fysisk aktivitet i skolen* (Physical activity in schools) – since 2003 it has been mandatory for schools to make an effort to offer student daily physical activity throughout the school day. The third project called *Retningslinier for måltider i børnehaver og skoler* (Guidelines for meals in kindergartens and schools) set out guidelines for the food served in kindergartens, schools and other day time facilities for children.

Finland has selected two Best Practice projects. The first one is *DEHKO* run by the Finnish Hearth Association. The project deals with the diabetes issue and its relation to risk factors such as overweight and the need for early measures directed at young people. As a part of *DEHKO*, *FIN-D2D* is established to help implement the program. The second Finnish project is named *HEPA* and focuses on promotion of physical activity in the general population through a cross sectorial cooperation.

Norway has chosen three Best Practice projects. The first one is called *Fysisk aktivitet og måltider i skolen* (Physical activity and meals in schools). The purpose is to develop a model for how to integrate one hour of physical activity and conditions for healthy meals in schools. The second project is called *Skolefrugt* (School fruit) and offers some Norwegian schools the opportunity to provide fruit and vegetables for the students. The last project called *Aktive barn* (Active children) has the purpose of promoting physical activity as a means of transportation.

Iceland has chosen their major health project called *Everything affects us – especially ourselves!* This project is formed in collaboration with Public Health Institute of Iceland and over 20 municipalities. The main goal of the project is to improve the lifestyle of children and adolescents and their families.

Appendiks

Tabeloversigt over de enkelte landes indsatser inddelt
efter emneområder

Indsatsområde	Regi	Projekttitel	Eventuel hjemmeside	Kontaktperson	Findes på side
Fysisk aktivitet	DK	GetMoving	www.getmoving.dk	Sundhedsstyrelsen	36
		Fysisk aktivitet som indsatsområde	http://www.sst.dk/Forebyggelse/Mad_og_motion/Overvaegt/Anbefalinger/Voksne_generelt/Fysisk_aktivitet.aspx?lang=da	Sundhedsstyrelsen	32
		60 minutters fysisk aktivitet dagligt	www.60minutter.dk	Sundhedsstyrelsen	32
		Krop skal der til	http://www.sst.dk/Forebyggelse/Mad_og_motion/Fysisk_aktivitet/Kampagner_og_projekter/Krop_skal_der_til.aspx	Sundhedsstyrelsen	33
		Skolesportsforeninger	www.skoleidræt.dk	Dansk skoleidræt og Danmarks idrætsforbund	34
		Gang i Danmark	www.gangidankmark.dk	Sundhedsstyrelsen	33
		Børn og unge i bevægelse	www.kulturministeriet.dk	Kulturministeriet	34
		Aktive skolebarn	www.aktiveskolebarn.no	Social- og helsedirektoratet	47
		Øget fysisk aktivitet i skolen	www.rf.se	Riksdottnsforbundet	53
		Fysisk aktivitet på recept	www.fhi.se	Helen Askebro	50
		Bunkefoprojektet		Conny Lindvall	51
		JALON: Fremme cykling og gang			56
		HEPA			59
		Sund kost	IS	Cykel på arbejde	http://hjolad.isisport.is/template1.asp?PageID=1
Sporty Iceland				Jona Hildur Bjarnadóttir, e-mail: jona@isisport.is	63
Gå i skole kampagne hver oktober	www.gongumiskolann.is			The Ministry of Education, Science and Culture	62
Sveriges konsumenter i samverkan: Sock-erjakten.				Ministry of Education, Road Traffic Directorate, National Par-ents Association, National Olympic and Sports Association of Iceland og National Commissioner of the Icelandic Police	26
Sund kost	DK	Children, Food Consumption and Culture in Nordic Countries.			25
		Forslag om udarbejdelse af et fælles nordisk værktøj (vejledning) til skolerne/daginstitutioner.			26
		6 om dagen	www.6omdagen.dk	Susanne Tøttenborg	37

Indsatsområde	Regi	Projekttitel	Eventuel hjemmeside	Kontaktperson	Findes på side
Sund kost og fysisk aktivitet	DK	Fuldkornspartnerskabet: Kampagne til at få danskere til at spise mere fuldkorn.		Bente Stærk, Fødevarestyrelsen	31
		Ernæringskrav til skolemadsleverandører og –producenter og Ernæringsanvisninger til skoler der selv producerer skolemåltid	http://www.altomkost.dk/NR/rdonl/res/0A81120A-71CF-421F-981F-A9B70CE32F96/0/sund_koncept_extern.pdf	Tove Vestergaard Lauritsen, Fødevarestyrelsen	32
		Kampagne for skolefrugt		Sundhedsstyrelsen	33
		Skolefrugt	www.skolefrugt.no	Social- og helsedirektoratet	46
		Retningslinier for skolemåltidet	www.shdir.no/ernaering/skole	Social- og helsedirektoratet	42
		Retningslinier for mat og måltider i børnehaver	www.shdir.no/ernaering/barnehage	Social- og helsedirektoratet	41
		Sjømatsprosjektet: Øge børn og undes indtag af fisk og skaldyr.	www.shdir.no/ernaering/barnehage	Social- og helsedirektoratet	41
		Undervisningsmateriel for grunnskolen i hygiejne, ernæring og mærkning av mat	www.matportalen.no	Landbruks- og matdepartementet, Helse- og omsorgsdepartementet og uddannelsesmyndighederne	43
		Bespisning i børnehaver og skoler	www.skolverket.se	Upplysningen	53
		Norsjøprosjektet	www.norsjo.se	Norsjø kommune	52
Retningslinier for måltider i børnehaver og skoler	www.livsmedelverket.se	Ulla Kaisa Koivisto-Hursti, Livsmedelverket	54		
Oplysning	www.kti.fi	The National Health Institute and National Nutrition Council	56		
5 om dagen	www.mmm.fi/ravitsemusneuvottelukunta		61		
Alt om kost	www.publichealth.is		34		
BørneBoxen	www.aok.dk	Fødevarestyrelsen	30		
Leg dig sund: Materiale om sund livsstil rettet mod socialt udsatte familier.	www.boerneboxen.dk	Tove Dam, Fødevarestyrelsen	30		
Vejledningsmateriale til de kommunale myndigheder og beslutningstagere	Offentliggøres januar 2008	Maria Haukrogh, Fødevarestyrelsen	31		
Mad i bevægelse: Sund kost i idrætstubber og -foreninger	www.altomkost.dk	Karen Eriksen Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen	31		
Sundhedstegnet	www.mad-i-bevaegelse.dk	Simon Rask Kræftens Bekæmpelse	31		
Fødevarerpolitisk redegørelse	www.sundhedstegnet.dk	Sundhedsstyrelsen	33		
		http://www.minff.dk/fileadmin/template/minffdk/pdf/foedevarerpol_screen.pdf	Ministeriet for familie- og forbrugertilgængender	29	

Indsatsområde	Regi	Projekttitel	Eventuel hjemmeside	Kontaktperson	Findes på side
		Inspirationshæfte til skolebestyrelser om fremme af sund kost og fysisk aktivitet i skolen.	http://pub.uvm.dk/2004/sundmad/kap02.html	Undervisningsministeriet	33
		Motions- og ernæringsrådet	www.meraadet.dk		32
	NO	Fysisk aktivitet og måltider i skolen	www.udir.no	Utdannelsesdirektoratet og Social- og helsedirektoratet	45
		Kompetenceudvikling af sundhedspersonale	www.shdir.no	Social- og helsedirektoratet	44
	SE	Lev livet lettere	www.lj.se/folkhalsa.se/barndialogen	Linda Frank	52
		DEHKO	www.diabetes.fi	Dr. Timo Saaristo	58
	IS	Mædciiklen og fysisk aktivitetscirkel	www.lydheilsustod.is/frettir/naering-og-holdafar/nr/1246		62
		Everything Affect us – Epecially Ourselves		Jörlaug Heimsdóttir, Public Health Institute of Iceland	66
	NMR	Undervisningsmateriale til skoler om sundhed	www.heilsugaeslan.is/?PageID=1339	Ragnheiður Erlendsdóttir, Centre for Child Health Service	62
		Anbefalinger og vejledninger	www.lydheilsustod.is	Public Health Institute of Iceland	64
Familieindsatser		Föreningen för familjecentrale, Sverige: Nordisk ljus – et samarbejdsprojekt om barn og barnfamiljers hälsa.	www.familjecentraler.se	Nordiska Högskolan för Folkhälsovetenskap formidler erfaringerne fra projektet	25
NO		NOVA, Norge: Levekårsforskning med barneperspektiv.			26
		Forældrevejledningsprogrammet: Barn og fysisk aktivitet.	www.shdir.no www.bufdir.no	Social- og helsedirektoratet. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet	43
Fremme miljøer der befordrer fysisk aktivitet	NMR	COPE – Children, Outdoor, Participation, Environment (NFK). Arbejdsgruppen for Natur, Friluftsliv og Kulturmiljø.			26
	NO	National cykelstrategi	www.sykelstrategi.no		40
	SE	Aktivitetsforbedrende miljøer	www.fhi.se	Anna Stamblewski, Statens Folkhälsoinstitut	51

Indsatsområde	Regi	Projekttitel	Eventuel hjemmeside	Kontaktperson	Findes på side
Monitorering	NO	Kortlægning af niveau for fysisk aktivitet, determinanter for fysisk aktivitet, fysisk form og variabler for sundhed relateret til fysisk aktivitet blandt børn og unge	www.shdir.no	Social- og helsedirektoratet	41
		Spædkost og småbarnskost – Undersøgelse om kostvaner. Rapport vil foreligge i 2008	www.shdir.no	Social- og helsedirektoratet og Mattilsynet	40
	FI	Adolescent Health and Lifestyle Survey		Professor Arja Rimpelä, arja.rimpela@uta.fi	58
		Børns kost og velbefindende 2006-08		The National Health Institute	57
Fremme af miljø og sundhed	IS	School Health Promotion Study	http://info.stakes.fi/kouluterveyksely/EN/index.htm	National Center for Research and Development in Welfare and Health	57
		HBSC		Public Health Institute	65
		Dataindsamling om om og unges kostvaner		Professor Inga Börsdóttir, Unit for Nutrition Research	65
Fremme af miljø og sundhed	NMR	Social- og Helsedirektoratet: Nordisk Miljø-medicinsk arbejdsgruppe.			25
		Social- og Helsedirektoratet, Norge: "Pilot-prosjekt om metoder for medvirkning og involvering av barn og unge"			26
		NOVA, Norge: Nordisk konferenøe om fattigdom og levevilkår for børn i de nordiske lande.			26
Markedsføring og mærkning	DK	Ernæringsmærket	www.spismest.dk	Eise Molander, Fødevarestyrelsen	70
	NMR	Söt reklam og feta ungar: Rapport om omfang og form af reklamer for usunde fødevarer rettet mod børn i Sverige			70
		Nordisk ernæringsmærke			70
	NO	Retningslinier for markedsføring af føde- og drikkevarer rettet mod børn og unge.	www.forbrugerradet.no	Forbrugerrådet	73
SE		Europæisk netværk om markedsføring af føde- og drikkevarer til børn		Social- og helsedirektoratet	74
		Nøglehulsmærket	www.nyckelhalet.se	Anita Laser-Reuterswäld, Livsmedelverket	50 og 74
FI		Hjertemærket		Hjerteforeningen	75