Nordisk Ministerråd

Et bedre liv gennem mad og motion

Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet

Kortversion

Indhold

04 **Ministererklæring fra Nordisk Ministerråd**
07 **Baggrund – fælles nordiske udfordringer**
08 **Fælles nordiske målsætninger – 2011 og 2021**
13 **Fælles nordiske værdier**
16 **Prioriterede indsatsområder og nordisk samarbejde – målgrupper og tiltag**
21 **Fælles vidensudvikling i Norden**
24 **Opfølgning på handlingsplanen**

Et bedre liv gennem mad og motion
Nordisk Handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet

ANP 2006:747
© Nordisk Ministerråd, København 2006

ISBN 92-893-1346-3
Tryk: Aka-print A/S, Århus 2006
Design: Par No. 1 A/S
Omslagsfoto: PhotoDisc; Ingram; PhotoDisc; PhotoDisc
Foto: Når ikke andet angives, arkivfoto fra Par No 1
Oplag: 1000
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

NORDIC ECOLABEL
541 312
Printed matter

Nordisk Ministerråd
Store Strandstræde 18
DK-1255 København K
Telefon (+45) 3396 0200
Fax (+45) 3396 0202

Nordisk Råd
Store Strandstræde 18
DK-1255 København K
Telefon (+45) 3396 0400
Fax (+45) 3311 1870

www.norden.org

Det nordiske samarbejde
Det nordiske samarbejde er et af de ældste og mest omfattende regionale samarbejder i verden. Det omfatter Danmark, Finland, Island, Norge og Sverige samt Færøerne, Grønland og Åland. Samarbejdet styrker samhørigheden mellem de nordiske lande med respekt for de nationale forskelle og ligheder. Det øger mulighederne for at hævde Nordens interesser i omverdenen og fremme det gode naboskab.

Samarbejdet blev formaliseret i 1952 med Nordisk Råds oprettelse som forum for parlamentarikerne og regeringerne i de nordiske lande. I 1962 underskrev de nordiske lande Helsingforsaftalen, som siden har været den grundlæggende ramme for det nordiske samarbejde. I 1971 blev Nordisk Ministerråd oprettet som det formelle forum til at varetage samarbejdet mellem de nordiske regeringer og de politiske ledelser i de selvstyrende områder, Færøerne, Grønland og Åland.

Forord

Sund mad og livsstil for alle
Nordisk Ministerråd – ministrene for fødevarer, fiskeri, land- og skovbrug samt social- og helseministrene – har i juli 2006 vedtaget en nordisk handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet gennem mad og fysisk aktivitet.

Med handlingsplanen understreger de nordiske ministre vigtigheden af at arbejde for bedre sundhed og øget livskvalitet på lige vilkår for alle nordiske borgere.

Udfordringerne er store – usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt er et voksende problem. Der skal derfor satses både nationalt, regionalt og internationalt for at vende udviklingen og sikre sundhed og livskvalitet for alle.

Den nordiske handlingsplan lægger vægt på tiltag, hvor et nordisk samarbejde skaber synergi og tilfører værdi – "added value" – i forhold til de tiltag, de enkelte lande allerede har igangsat. Handlingsplanen udgør også et fælles nordisk indspil til den internationale debat om forebyggelse af overvægt og fremme af sund livsstil.

Denne publikation er en kort version af den nordiske handlingsplan, der skitserer de udfordringer, vi står overfor, de fælles nordiske værdier og målsætninger samt prioriterede indsatsområder og særlige fælles nordiske tiltag.

For den komplette ordlyd af handlingsplanen, der er vedtaget af de nordiske ministre, henvises til den engelsksprogede fulde version *Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)*. Heri findes også en udførlig beskrivelse og vurdering af status i de nordiske lande set i et globalt perspektiv foruden nærmere baggrund for de valgte fælles nordiske tiltag.

Hvis vi skal realisere handlingsplanens mål er det helt afgørende at sætte ind på mange fronter, og vi vil derfor lægge stor vægt på et bredt tværgående samarbejde indenfor alle relaterede politikområder i Nordisk Ministerråd samt med private interessenter.

Vi ser frem til i fællesskab at arbejde for opfyldelsen af handlingsplanens ambitiøse målsætninger til gavn for den enkelte borger og samfundet!

På vegne af
Nordisk Ministerråd,
ministre for fiskeri
og havbrug, jordbrug,
levnedsmidler og skovbrug
Lars Barfoed, Danmark

På vegne af
Nordisk Ministerråd,
ministre for social-
og helsepolitik
Sylvia Brustad, Norge

Ministererklæring fra Nordisk Ministerråd

Sikring af bedre sundhed og livskvalitet på lige vilkår for alle nordiske borgere er en overordnet målsætning for Nordisk Ministerråd.

Verdenssundhedsorganisationen (WHO) har på globalt plan understreget vigtigheden af at finde løsninger på problemstillingen med usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt. Prognoser udarbejdet af WHO peger på en markant stigning i dødelighed som følge af ikke-smitsomme sygdomme. Usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt er blandt de vigtigste årsager til denne udvikling. WHO anbefaler derfor udarbejdelse af nationale strategier og politikker om fremme af sund kost og fysisk aktivitet, samt om forebyggelse af overvægt.

Udviklingen i Norden er lige så alarmerende, som beskrevet af WHO på globalt niveau. Hvert af de nordiske lande har allerede implementeret en lang række politikker og har udviklet eller er i gang med at udarbejde nationale strategier.

De nordiske lande har fælles målsætninger og et fælles udgangspunkt i forhold til håndtering af de nævnte problemstillinger. Løsninger på problemerne med usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt skal primært findes nationalt og lokalt, men handling på nordisk og internationalt niveau er også nødvendig for at understøtte disse handlinger.

Den nordiske handlingsplan indeholder specifikke nordiske initiativer, samt et antal fælles standpunkter i relation til nogle af de emner på området, der i øjeblikket diskuteres i EU- og WHO-regi.

De fælles nordiske standpunkter vil blive fremført i de kommende diskussioner i forbindelse med EU-Kommissionens Grønbog, samt i forbindelse med fremtidige drøftelser på en række EU-regulerede områder. Handlingsplanen vil også udgøre et nordisk perspektiv i forhold til WHO's ministerkonference i Istanbul i november 2006 om bekæmpelse af overvægt, samt i forhold til formuleringen af en WHO-Europa strategi om ikke-smitsomme sygdomme, der skal forelægges Regionalkomitéen for Europa i september 2006.

Den nordiske handlingsplan vil dermed understøtte de respektive nationale indsatser ved at styrke samarbejdet om udvikling af de mest effektive politikker og ved at søge indflydelse på den internationale dagsorden.

Nordisk Ministerråd for
fiskeri og havbrug, jordbrug,
levnedsmidler og skovbrug (MR-FJLS)
og
Ministerrådet for
social- og helsepolitik (MR-S)

6. juli, 2006

Foto: Ingram

Baggrund – fælles nordiske udfordringer [1)]

Usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt er et voksende problem i hele den vestlige verden – også i Norden. Udviklingen er en trussel mod både livskvaliteten for den enkelte og for samfundsøkonomien.

De foreliggende data om kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt fra de nordiske lande peger mod en entydig og foruroligende tendens, der kan opsummeres i følgende hovedproblemområder:

- En stor del af de nordiske borgere spiser ikke i overensstemmelse med de officielle anbefalinger med hensyn til indtag af fedt (især mættet fedt) og sukker. Det er især bekymrende, at børn og unge indtager for meget sukker. Kun få indtager de anbefalede mængder frugt og grøntsager, og mange har et for lavt indtag af fisk og fuldkornsprodukter.
- Omkring halvdelen af befolkningen lever ikke op til anbefalingerne vedrørende daglig fysisk aktivitet, og særligt det faldende aktivitetsniveau blandt unge er kritisk.
- Antallet af overvægtige voksne er stigende og udgør nu over 40 %. Antallet af overvægtige børn er ligeledes stigende og udgør nu mellem 15 og 20 %.
- Der er en klar social dimension i relation til usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt. Grupper med lang uddannelse og højere socioøkonomisk status har sundere kostvaner, er mere aktive i deres fritid og har en lavere forekomst af overvægt.

De økonomiske konsekvenser for samfundet er store, og en fortsat negativ udvikling vil udgøre en trussel mod velfærdsniveauet i de nordiske lande. De samlede samfundsomkostninger, der kan knyttes til livsstilssygdomme forbundet med usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt må som minimum anslås at løbe op i 1-2 procent af BNP.

Udviklingen er alarmerende, og der er samtidig mangel på valide og sammenlignelige nordiske data, der kan ses som en forudsætning for at håndtere og følge op på udviklingen. Der er ligeledes mangel på mere præcise og kvalificerede vurderinger af omkostningerne forbundet med usund livsstil for både den enkelte og samfundet.

De nordiske regeringer er enige om, at problemets karakter og den alarmerende udvikling på området nødvendiggør en styrket indsats. En fælles nordisk handlingsplan med blandt andet opstilling af ambitiøse målsætninger for udviklingen ses som et vigtigt instrument til at støtte de politikker og handlinger, som allerede er igangsat i de enkelte nordiske lande.

(1) Refererer til kapitel 1 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Fotos: Johannes Jansson

Fælles nordiske målsætninger – 2011 og 2021 [2)]

De nordiske regeringer har nationalt forpligtet sig til aktivt at gøre en indsats for at fremme sund livsstil.

Nordisk Ministerråd har i fællesskab ønsket at understrege disse forpligtelser ved at opstille fælles nordiske målsætninger og visioner for arbejdet med at fremme sund kost og fysisk aktivitet, samt forebygge overvægt. De fælles mål skal gøre det muligt at sammenligne og vurdere de nationale indsatser. Fælles mål er til gavn for de nordiske lande, når de kombineres med fælles monitorering, øget vidensdeling, en fælles indsats for at identificere "Best Practice", samt et styrket forskningssamarbejde.

Målsætningerne er opstillet på baggrund af den eksisterende viden på området og vil blive revurderet, og om nødvendigt justeret, i takt med fremkomsten af nye relevante data.

Foto: Lars Bahl, Fødevarestyrelsen

(2) Refererer til kapitel 3 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Foto: Lars Bahl, Fødevarestyrelsen

De fælles nordiske målsætninger og visioner er:

Der skal 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 procent af befolkningen over 10 år indtager dagligt mindst 500g 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 procent af befolkningen lever op til NNA hvad angår fedtindtag (E% mellem 25 and 35).*
- *80 procent eller mere lever op til NNA med hensyn til maksimalt dagligt indtag af tilsat sukker (max. 10 E%).*
- *70 procent eller mere spiser fisk eller fiskeprodukter svarende til et hovedmåltid to gange om ugen.*
- *Mindst 70 procent af den voksne befolkning har et dagligt indtag af fuldkornsprodukter, der udgør mindst halvdelen af deres samlede indtag af brød og cerealier.*
- *Befolkningens gennemsnitlige indtag af salt lever op til NNA.*

Flertallet skal efterleve anbefalingerne vedrørende fysisk aktivitet og alle børn skal være fysisk aktive

Mål 2011: *Den nuværende udvikling, hvor en voksende andel af voksne og børn er fysisk inaktive, er stoppet eller helst vendt.*

Vision 2021:

- *Mindst 75 procent af den voksne befolkning er fysisk aktive (moderat intensitet) i mindst 30 minutter om dagen.*
- *Alle børn mellem 1 og 12 år og mindst 85 procent af børn og unge mellem 12 og 16 år er fysisk aktive (moderat intensitet) i mindst 1 time om dagen.*

• • •

Antallet af overvægtige og svært overvægtige skal reduceres

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 procent i forhold til det nuværende niveau.*
- *Antallet af overvægtige og svært overvægtige børn og unge er reduceret med mindst 50 procent i forhold til det nuværende niveau.*

• • •

Social ulighed i sundhed med hensyn til kost og fysisk aktivitet skal reduceres

Mål 2011: *De eksisterende forskelle mellem sociale grupper med hensyn til usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt er ikke vokset yderligere eller er blevet reducerede.*

Vision 2021: *Forskellen mellem socialgruppernes efterlevelse af anbefalingerne vedrørende kost, fysisk aktivitet samt forekomst af overvægt udgør maksimalt 20 procent.*

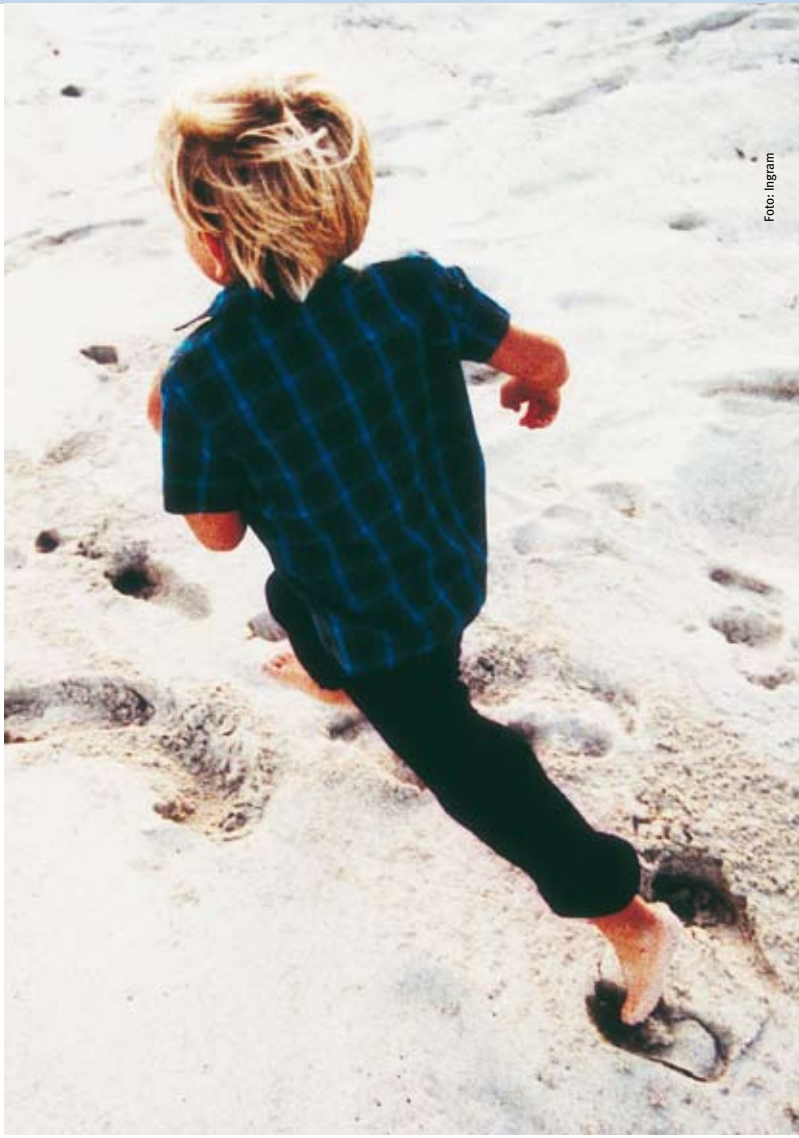


Foto: Ingram

Initiativerne i handlingsplanen støtter op om de enkelte landes indsatser for at realisere målsætningerne.

Opfølgning på målsætningerne vil ske sideløbende med udviklingen af den fælles nordiske monitorering (se side 21). Det er hensigten, at der skal udkomme en rapport hvert andet år med status over udviklingen i forhold til de opstillede målsætninger.

Fælles nordiske værdier [3)]

De nordiske lande har en lang tradition for samarbejde på fødevare-, sundheds- og ernæringsområderne. Siden 1982 har de nordiske lande eksempelvis udarbejdet fælles næringsstofanbefalinger, der udgør det videnskabelige grundlag for de enkelte landes officielle kostråd. Dertil kommer en række nye tiltag inden for andre politikområder som f.eks. miljø, jordbrug og skovbrug, der også kan bidrage til mere aktiv livsstil og større madbevidsthed. En styrkelse af det nordiske samarbejde er til fælles nytte for udviklingen i alle landene i indsatsen for at fremme sunde kostvaner og fysisk aktivitet.

I de enkelte nordiske lande er der i de seneste årtier nationalt og lokalt igangsat initiativer og politikker, der skal fremme sund mad og fysisk aktivitet. Ansvaret for området er delt mellem forskellige offentlige myndigheder på statsligt og kommunalt niveau.

Størstedelen af de nordiske lande har udarbejdet nationale handlingsplaner rettet mod overvægt, kost og/eller fysisk aktivitet. Handlingsplanerne er forskellige med hensyn til omfang, anvendte midler og foreslåede instrumenter. De eksisterende handlingsplaner udgør et godt fundament for nordisk dialog og samarbejde og for udveksling af erfaringer.

Nordiske værdier og principper – hvem skal handle?

Initiativerne i den nordiske handlingsplan er baseret på en række basale værdier, som deles af de nordiske lande og lægges til grund for de nationale og fælles indsatser på området:

- **En multisektoriel tilgang**
  Fremme af sunde kostvaner og fysisk aktivitet samt forebyggelse af overvægt er et kollektivt ansvar. Hvis der skal skabes resultater på området, er det nødvendigt at involvere en lang række sektorer og interessenter på alle niveauer i samfundet.

  De nordiske lande går ind for en multisektoriel tilgang og bakker op om de initiativer vedrørende samarbejde med private interessenter og NGO'er, som foregår både på internationalt og europæisk niveau, såvel som i de enkelte nordiske lande på nationalt og lokalt plan.

(3) Refererer til kapitel 2 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Foto: Lars Bahl, Fødevarestyrelsen

- **Individets ansvar**
  De nordiske lande anerkender, at individets valg af livsstil er centralt i forhold til at forstå baggrunden for usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt. Individet har ansvaret for sine egne valg. Viden om konsekvenserne af usund livsstil varierer imidlertid meget og ydre faktorer spiller en stor rolle for individets valg, særligt hos børn og unge.

  I bestræbelserne for at skabe et miljø, der understøtter individets valg af sund livsstil vil de nordiske lande i særlig grad være opmærksomme på de socialt udsatte grupper i samfundet, der har de dårligste forudsætninger for at træffe sunde valg.

- **Lokale initiativer**
  De nordiske regeringer har fokus på at tilvejebringe den nødvendige støtte til udviklingen af multisektorielle løsninger i lokalsamfundene. De lokale myndigheder skal spille en central rolle i forhold til fremme af sunde kostvaner og fysisk aktivitet.

- **Den private sektors medansvar**
  Fødevareindustrien, detailhandlen, cateringbranchen og medierne er vigtige aktører, når det handler om at påvirke individets valg. Dette gælder blandt andet via de produkter, der udbydes, deres tilgængelighed, portionsstørrelser, markedsføring osv. Det forventes, at de private interessenter påtager sig et medansvar og deltager i indsatsen for at fremme sundere kostvaner og øget fysisk aktivitet i Norden.

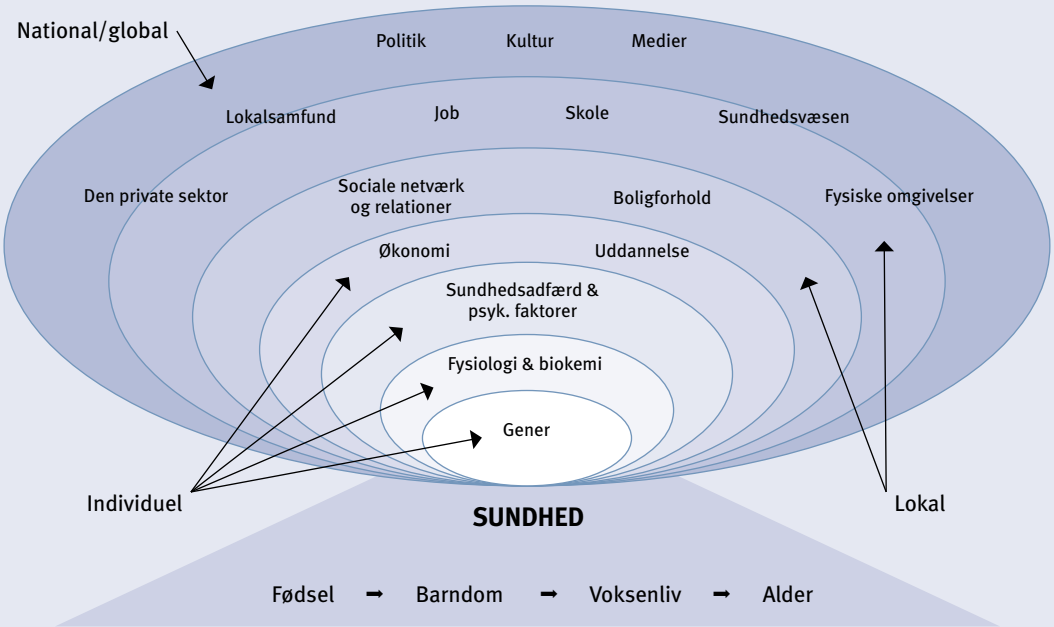
  De nordiske lande ønsker at udvikle og styrke offentlig/private partnerskaber som et centralt element i indsatsen for at fremme sund mad og fysisk aktivitet, og dialogen med fødevaresektoren skal fortsætte med henblik på at understrege sektorens rolle og medansvar.

- **Statslige initiativer samt om nødvendigt vilje til regulering**
  De nordiske regeringer har en fælles forståelse af, at den nuværende udvikling omkring kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt er uacceptabel på grund af de negative konsekvenser for både individet og samfundet. Regeringerne er derfor indstillede på at lovgive på området, hvis udviklingen fortsætter uændret.

  De nordiske regeringer vil intensivere arbejdet med at sikre, at såvel national, europæisk som international lovgivning understøtter den fælles nordiske målsætning om at sikre sundhed og livskvalitet i den nordiske befolkning.

- **Nordisk merværdi på tværs af politikområder**
  De nordiske lande vil bygge på det brede spektrum af nordiske netværk med relation til sundhed, mad og fysisk aktivitet for yderligere at styrke samarbejdet til fremme af sunde madvaner og livsstil og forebyggelse af overvægt. Fokus vil ligge på tiltag med "nordisk nytte", dvs. hvor et nordisk samarbejde skaber synergi og merværdi i forhold til de enkelte nationale tiltag.

Opgaven er kompleks – alle er en del af løsningen



Prioriterede indsatsområder og nordisk samarbejde – målgrupper og tiltag [4)]

Indsatsen for at fremme sund kost og fysisk aktivitet, samt forebygge overvægt tager udgangspunkt i en række fælles prioriteter i Norden.

Indsatserne skal fokusere på at sikre, at:

- Børn og unge har forudsætningerne for at træffe sunde valg og ikke udsættes for et miljø, der opfordrer til usunde valg.
- Sunde valg bliver gjort lettere for alle.
- Initiativer målrettes mod sårbare og udsatte grupper.

De nordiske landes indsatser på området og initiativerne i handlingsplanen er baseret på opfattelsen af, at fremme af sund livsstil bør fokusere på at gøre det sunde valg til det naturligt, nemme valg. Sunde alternativer skal ikke blot vælges, fordi de er tilgængelige, de skal også være de mest populære og forbindes med positive oplevelser.

Et vigtigt element i den nordiske handlingsplan er etableringen af et fælles katalog over større initiativer i de nordiske lande til fremme af sunde madvaner og livsstil. Kataloget vil være etableret inden udgangen af 2006 og vil blive opdateret mindst hvert andet år.

Der er og vil også i fremtiden være både forskelle og ligheder i de specifikke tiltag og initiativer, der igangsættes i de enkelte nordiske lande. Etableringen af en fælles nordisk monitorering og udviklingen af metoder til at vurdere "Best Practice" vil sikre, at optimale løsninger bliver identificeret til fordel for alle. Præsentation gennem et fælles nordisk katalog vil sikre, at de eksisterende erfaringer kommer alle til gode.

Børn og unge

Det er vigtigt at sikre børn og unge tilstrækkelig viden om og adgang til sund mad og fysisk aktivitet, hvis der skal skabes varige forbedringer i befolkningernes kostvaner og fysiske aktivitetsniveau.

Daginstitutioner og skoler spiller en vigtig rolle i indsatsen for at fremme sunde vaner hos børn og unge. Det er vigtigt at sikre, at kvaliteten og omfanget af tilbuddene i daginstitutioner og skoler er tilstrækkelige i forhold til behovet. Samtidig skal det sikres, at undervisere har tilstrækkelig viden og uddannelse i sundhed, kost og fysisk aktivitet. Ingen af de nordiske lande har i dag erfaringer med systematiske tiltag på området. Nordisk Ministerråd vil søge samarbejde med uddannelsessektoren for at styrke indsatsen på området.

(4) Refererer til kapitel 4 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Foto: Lars Bahl, Fødevarestyrelsen

De nordiske EU-medlemmer vil anmode EU-kommissionen om at vurdere, om og hvordan den fælles landbrugspolitik kan bidrage til etableringen at skolefrugtordninger i EU, samt om skolemælksordningen kan omlægges, så den fremmer indtag af mælkeprodukter med lavt fedtindhold. De nordiske lande vil samtidig fortsætte indsatsen for at begrænse tilgængeligheden og indtaget af sukkersødede drikkevarer og snacks på skoler, daginstitutioner og andre steder, hvor børn opholder sig.

Markedsføring af usunde fødevarer påvirker børn og unges forbrug og holdninger i forhold til mad 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.

Sunde valg gjort nemmere for alle

Nordisk Ministerråd vil initiere, at de relevante informationsaktører på nationalt niveau vil mødes regelmæssigt for at udvikle forslag til, hvordan de nordiske lande i større omfang end i dag kan nyde godt af hinandens erfaringer, informationsmaterialer fra kampagner osv.

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

Foto: Johannes Jansson

Initiativer rettet mod at inspirere arbejdspladser til at investere i tiltag for at fremme sund kost og fysisk aktivitet blandt de ansatte vil blive opprioriteret i de kommende år.

Lokale initiativer til fremme af sund kost og fysisk aktivitet skal ligeledes opprioriteres. Aktiv brug af de lokale naturomgivelser skal fremmes, og der skal i højere grad udveksles erfaringer og viden om fremme af et aktivt fritidsliv. Etableringen af et katalog over større nordiske initiativer og gode eksempler vil styrke vidensdelingen omkring fremme af lokale tiltag og særligt tiltag, der har vist sig at være effektive.

De nordiske lande anerkender de hidtidige bidrag fra industrien og detailhandlen for så vidt angår fremme af sunde valg, men er samtidig enige om, at der er behov for en styrket indsats. Partnerskaber/samarbejde mellem det offentlige, NGO'er, industri/detailhandel, restaurationsbranchen osv. er i den sammenhæng vigtige for at gøre sunde alternativer lettere tilgængelige.

Målrettede initiativer

Initiativer rettet mod socialt udsatte grupper og etniske minoriteter prioriteres højt. Det er målsætningen at reducere uligheden i sundhed relateret til kost, fysisk aktivitet og overvægt. Det fælles nordiske katalog over initiativer vil bidrage til et tættere nordisk samarbejde og erfaringsudveksling i forhold til indsatsen overfor disse målgrupper.

Samtidig vil der også fremover blive givet information til grupper med særlige behov mht. kost og fysisk aktivitet. Der vil være speciel opmærksomhed på gravide og nye forældre for at fremme, bevare og støtte amning.

Foto: Johannes Jansson

Fælles vidensudvikling i Norden [5)]

Foruden samarbejdet nævnt i afsnittene om fælles nordiske værdier og prioriterede indsatsområder vil det tættere nordiske samarbejde til fremme af sund livsstil mest markant blive igangsat indenfor tre hovedområder:

- Monitorering af udviklingen i de nordiske befolkningers kostvaner og fysiske aktivitetsniveau, samt i forekomsten af overvægt
- Øget vidensdeling om effekten af eksisterende initiativer og på længere sigt samarbejde om "Best Practice"
- Forskning og metodeudvikling

Fælles monitorering

Nordisk Ministerråd har besluttet at udvikle en fælles nordisk monitorering af kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt. Det er målsætningen, at der skal indsamles data hvert andet år, som på repræsentativ vis dækker køn, foruddefinerede aldersgrupper (blandt andet børn og unge) og sociale lag.

Nuværende nationale dataindsamlinger vedrørende kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt giver ikke mulighed for løbende at vurdere og sammenligne 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.

(5) Referer til kapitel 5, 6 og 7 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Den fælles nordiske monitorering skal baseres på de eksisterende nationale dataindsamlinger, og skal tilrettelægges i den enklest mulige form. Den fælles monitorering erstatter således ikke behovet for mere omfattende dataindsamlinger om kostvaner, fysisk aktivitet og sundhed i de nordiske lande. De detaljerede nationale undersøgelser er nødvendige for at validere den fælles monitorering, skaffe mere udførlige informationer, samt identificere faktorer, der kan forklare de tendenser, der vil vise sig i den fælles monitorering.

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 metodemæssige forskelle mellem de enkelte nordiske landes undersøgelser (årstal for og hyppighed af indsamling, aldersgrupper).

- **Fysisk aktivitet**
  Omfanget af eksisterende dataindsamlinger er meget begrænset sammenlignet med kostområdet, og de kan hverken sammenlignes over tid eller mellem landene.

- **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 indsatsen.

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

Erfaringsudveksling/”Best Practice”

Den fælles nordiske monitorering af kostvaner, fysisk aktivitet og overvægt vil gøre det muligt at vurdere ”Best Practice” i indsatsen på området. Resultaterne fra den fælles monitorering, kvalificeret ved mere detaljeret forskning og de større dataindsamlinger gennemført af de enkelte nordiske lande, vil bringe landene tættere på konklusioner om, hvad der virker og hvad, der ikke virker.

Monitoreringen vil blive suppleret med en styrket erfaringsudveksling vedrørende effekten af initiativer i de nordiske lande.

Et første skridt skal bestå i at etablere en fælles nordisk forståelse vedrørende metoder til bestemmelse af effekten af givne tiltag til fremme af sund kost, fysisk aktivitet og forebyggelse af overvægt.

På længere sigt vil den fælles tilgang og samarbejde om evaluering kunne lægges til grund for udviklingen af et nordisk katalog over ”Best Practice”.

Styrket forskningssamarbejde

De nordiske lande har besluttet at styrke forskningssamarbejdet indenfor en række områder. Det gælder blandt andet:

- Validering og videreudvikling af den fælles nordiske monitorering
- Determinanter for usund kost, fysisk inaktivitet og overvægt
- Sundhedsmæssige konsekvenser og samfundsmæssige omkostninger
- Sammenlignende undersøgelser og innovation med fokus på effektvurdering af tiltag
- Multidisciplinær forskning i fødevarer og fødevarekomponenter med henblik på forbedring af helbredet
- Nye epidemiologiske studier, kliniske undersøgelser og interventioner samt eksperimentelle studier på områder med generel interesse for de nordiske lande
- Metoder til at håndtere sociale uligheder i relation til kostvaner og fysisk aktivitet
- Forskning i forbrugernes holdninger til, hvilke tiltag der er nødvendige for at ændre livsstil.

Nordforsk, der er et selvstændigt organ under Nordisk Ministerråd for uddannelse og forskning, har besluttet at anvende 18 MDKK per år over 5 år – ialt 90 MDKK – til at fremme det nordiske forskningssamarbejde inden for området "Food, nutrition and health". Nordforsk-programmet, "Nordic Centre of Excellence Programme on Food, Nutrition and Heath" vil omfatte nogle af temaerne relateret til handlingsplanen og vil gennem etablering af tværdisciplinære, nordiske forskerteam af topkvalitet bidrage til at skabe den nye viden, som er nødvendig for at opnå handlingsplanens målsætninger.

Inden for ministerrådene bag handlingsplanen vil man samtidig prioritere de forskningsmidler, der er til rådighed, til forskning inden for de listede temaer.

Opfølgning på handlingsplanen [6)]

Det overordnede ansvar for implementering af den nordiske handlingsplan for bedre sundhed og livskvalitet er forankret hos Nordisk Ministerråd for fiskeri og havbrug, jordbrug, levnedsmidler og skovbrug (MR-FJLS) i tæt samarbejde med Nordisk Ministerråd for social- og helsepolitik (MR-S).

Implementeringsansvaret er delegeret til de to embedsmandskomiteer (EK-er) under ministerrådene, dvs. EK-FJLS (levnedsmidler) og EK-social- og helsepolitik. På det operationelle niveau vil arbejdet blive koordineret af den "Nordiske arbejdsgruppe for fødevarer, ernæring og toksikologi", igen i et samarbejde med arbejdsgrupper og institutioner i sundhedssektoren. (Se side 27.)

Arbejdsgruppen vil hvert år udarbejde en statusrapport over implementeringen. Når den fælles monitorering er iværksat vil statusrapporten også indeholde en separat rapport om status for udviklingen i de nordiske befolkningers kostvaner, fysiske aktivitetsniveau, samt over forekomsten af overvægt i de nordiske lande.

(6) Referer til kapitel 8 i Health, food and physical activity – Nordic Plan of Action on better health and quality of life through diet and physical activity (ANP 2006:745)

Foto: Ingram

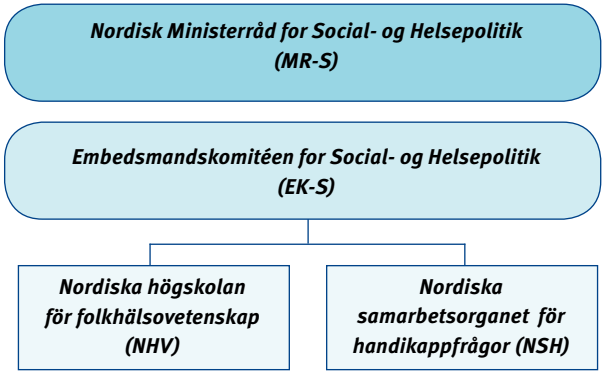
Universal

Foto: Karin Beate Nøsterud

I opfølgningen af handlingsplanen vil der også blive lagt stor vægt på samarbejde og synergimuligheder med andre nordiske programmer og politikker, f.eks. ”Ny nordisk mad”-programmet og aktiviteter inden for skovbrug, landbrug og fiskeri, miljø, uddannelse, kultur, forskning og innovation. Samarbejde med NGO’er og offentligt/private partnerskaber vil ligeledes være i fokus.

Foruden aktiviteterne i regi af Nordisk Ministerråd spiller de nationale indsatser i hvert af de nordiske lande en stor rolle for handlingsplanens implementering.

Hovedansvaret for implementering af handlingsplanen i Nordisk Ministerråd



Nordisk Ministerråd

St. Strandstræde 18
DK-1255 København K
www.norden.org

Sund kost og et fysisk aktivt liv er en forudsætning for sundhed og livskvalitet for alle mennesker.
Nordisk Ministerråd har som overordnet ambition at sikre sundhed og livskvalitet på lige vilkår for alle nordiske borgere.

Men undersøgelser viser, at udviklingen går i den helt forkerte retning med usunde kostvaner, fysisk inaktivitet og overvægt som et stadigt voksende problem. Det er ikke alene en trussel mod livskvaliteten for den enkelte, men også for samfundsøkonomien.

Nordiske Ministerråd har derfor vedtaget en fælles nordisk handlingsplan, der skal understøtte de enkelte nordiske landes indsats for at fremme sunde kostvaner og fysisk aktivitet, samt forebygge overvægt. Den nordiske handlingsplan lægger vægt på tiltag, hvor et nordisk samarbejde skaber synergi og tilfører værdi – ”added value” – i forhold til de tiltag, de enkelte lande allerede har igangsat. Handlingsplanen udgør også et fælles nordisk indspil til den internationale debat til fremme af sund livsstil.

Denne publikation er en kort version af den nordiske handlingsplan, der skitserer de udfordringer, vi står overfor, de fælles nordiske værdier og målsætninger samt prioriterede indsatsområder og særlige fælles nordiske tiltag.

ANP 2006:747
ISBN 92-893-1346-3