



Kostpolitiskt program för Timrå kommun 2008—

utifrån Livsmedelsverkets näringsrekommendationer

Programmet är antaget i Kommunfullmäktige den 16 juni 2008



Goda matvanor och säkra livsmedel

Kommunfullmäktige i Timrå kommun antog våren 2006 ett Folkhälsopolitiskt program utifrån de nationella målen för folkhälsa. Mål 10 är ”Goda matvanor och säkra livsmedel” vilket är en förutsättning för en god hälsoutveckling för befolkningen. Maten fungerar också som kulturbärare, mötesplats och en källa till njutning.

Kvinnor äter mer hälsosamt än män, men lider i högre grad av ätstörningar som anorexi och bulimi. Överkänslighet mot födoämnen förekommer oftare hos barn än hos vuxna. En säker och heltäckande livsmedelsmärkning är av största betydelse för människor med födoämnesallergi och överkänslighet.

Skolan ska ge stöd till goda matvanor genom att grundlägga en långsiktig hälsofrämjande livsstil bl.a. genom idrott och hälsa, hem- och konsumentkunskap. Kosten och den fysiska aktiviteten är av stor betydelse.

Kommunen ansvarar för lunch till förskolebarn, skolbarn och gymnasieungdomar samt kost till äldre och funktionshindrade, som bor i särskilda boendeformer.

Livsmedelsverket fick regeringsuppdrag att utarbeta svenska näringsrekommendationer på vetenskaplig grund, kostråd för vuxna och barn, mat för äldre samt förhållningssätt och bra matvanor som stöd för personalen. Näringsrekommendationerna riktar sig även till föräldrar och barn. Se bilagor.

Välfärdsbokslut 2006 i Timrå

Uppföljningen av Folkhälsopolitiska programmet 2006 via Välfärdsbokslutet visade övervikt och fetma redan i förskoleklass. BMI värden mäts på barn i förskoleklass, klass 4 och 7 via skolsköterskorna. (BMI= body mass index) Resultat se bil.

Kommunens Miljö- och Folkhälsoberedning har folkhälsa som tema vartannat sammanträde. Vid senaste mötet den 7 november valdes temat ”barns ökade övervikt och fetma”. Se Bil.

Fysisk aktivitet förekommer ofta bl.a. via projektet ” Friskare Ungdom i Timrå” samt i förskolor och skolor. I Timrå kommun är fysisk aktivitet och idrott prioriterade områden.

Landstingets hälsoplanerare redogjorde för andel av Timrås befolkning i åldrar 16- 84 år, som var feta. År 2006 var det 18 %. Det var ingen större skillnad mellan könen. Andel fysiskt aktiva var 57% med minst 30 min/ dag.



Nordiska Närings Rekommendationer

Livsmedelsverket har rekommendationer via Nordiska Närings Rekommendationer, som stöder sig på aktuell vetenskap och forskning. Den tar hänsyn till matvanor och hälsoförhållanden i de nordiska länderna. Se bil.

Regerings uppdrag till Livsmedelsverket

Livsmedelsverket i Uppsala fick regeringsuppdrag att utarbeta svenska näringsrekommendationer, förhållningssätt och bra matvanor som stöd för personalen. De riktar sig även till föräldrar. Barnen äter för lite kostfiber och fleromättat fett. Barn i åldern 4-10 år bör äta 400 gram grönsaker och frukt dagligen. Lunchen bör inte serveras före kl. 11.00. Det bör finnas minst 2 rätter att välja av samt ev. ett vegetariskt alternativ.

Reklam till barn för ohälsosam mat minskar

Sveriges konsumenter skriver i ett pressmeddelande nov. 2007 att reklam om ohälsosam mat minskar till barn. Som exempel kan nämnas chips, läsk, godis och söta efterrätter.

”Sveriges konsumenter ställer följande krav om reklam riktas till barn:

- Ett totalförbud för TV-reklam
- Företagen måste ta större ansvar för att uppmuntra barn till hälsosamma matvanor.
- Ungas mötesplatser på Internet(”communities”) måste införa särskilda hälsopolicier.
- Reklam ska alltid gå att skilja från redaktionellt innehåll
- Tydligare övervakning av att lagar och riktlinjer följs.
- Fortsatta studier av utvecklingen behövs.”

Förslag till beslut:

Anta ett kostpolitiskt program utifrån Livsmedelsverkets råd för bra mat i förskola, familjehem, skola samt för vuxna och äldre.

Bilagor

- a. Utdrag ur Välfärdsbokslutet 2006: Mål 10 Goda matvanor och säkra livsmedel . BMI värden på barn. se bilaga
- b. Livsmedelsverket. Bra mat i förskolan
- c. Livsmedelsverket. Bra mat i skolan
- d. Livsmedelsverket. Rekommendationer på vetenskaplig grund
- e. Livsmedelsverket. Kostråd för barn
- f. Livsmedelsverket. Kostråd för vuxna
- g. Socialstyrelsen. Vad kan forskning lära oss om maten för äldre?
- h. Socialstyrelsen. Mat för äldre