

**Til Høyre, Fremskrittspartiet,  
Venstre og Kristelig Folkeparti**

## **Gratis frukt er god skolepolitikk**

**Barn på skoler med gratis frukt spiser mindre søtsaker og snacks enn barn på andre skoler. Skolefruktordningen bidrar altså til sunnere matvaner (1). Derfor er det viktig at ordningen bygges ut til å gjelde hele grunnskolen, i tråd med anbefalingene fra Helsedirektoratet.**

At kroppen trenger næring for å være klar til fysisk aktivitet, konsentrasjon og læring er gammel kunnskap som ikke kan bestrides. I norsk skole er det opp til foreldrene å skape de riktige ernæringsmessige forutsetningene for hver enkelt elev. Dessverre er det 30 prosent av ungdomsskoleelevene som ikke har matpakke. Kvaliteten på matpakkene varierer også mye. Kun 29 prosent av elevene som rapporterte om sin egen skolemat i 2011, oppga at de spiste frukt (2). Særlig i ungdomsskolen er det store utfordringer knyttet til tilgang på sunne matvarer for de elevene som ikke har med seg matpakke. Skolefruktprogrammet er nettopp et svar på dette. Om det ikke er kantine på skolen, får elevene i hvert fall tilbud om frukt.

God helse er det beste utgangspunktet for å utnytte sine kognitive ressurser både på skolen og i arbeidslivet. Med de omfattende helsemessige utfordringene samfunnet står overfor, vil en investering i bedre matvaner og sunnere kosthold for barn og unge være en god helseinvestering både på kort og lang sikt. Skolen er den arenaen der helsefremmende tiltak best kan nå hele årskullet. Skolefruktordningen gir elevene bedre forutsetninger for å lykkes og påvirker folkehelsen positivt.

Vi vet også at sosioøkonomiske forskjeller gjenspeiles i matvanene fra tidlige barneår og forsterkes som signifikante forskjeller i helse og levealder. Å forebygge gjennom å etablere gode matvaner tidlig, heller enn å reparere senere, gir bedre livskvalitet for flere og er samfunnsøkonomisk lønnsomt. En undersøkelse på 27 norske skoler viser at skolefrukt gir nedgang i elevenes inntak av godteri og snacks. Det er best resultater for elever som har de dårligste sosioøkonomiske forutsetningene. Her er nedgangen i antall tilfeller av snacksspising og brusdriking nærmere femti prosent (1).

Landslaget for mat og helse i skolen, Stiftelsen Skolematens Venner og Foreldreutvalget for grunnopplæringen (FUG) mener at bedre kostvaner for flere elever er en forutsetning for å øke læringsresultatene i skolen. Sunne matvaner, god helse og gode skoleresultater henger sammen. Gratis skolefrukt er god helsepolitikk og god skolepolitikk! Skolefruktordningen bør utvides til å gjelde hele grunnskolen.

Referanser:

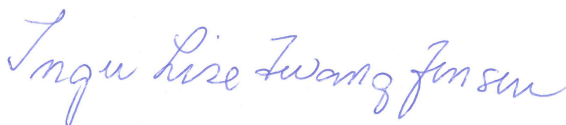
(1)

<http://www.forskning.no/artikler/2013/januar/346361>

(2)

[http://www.forskningsradet.no/no/Nyheter/Forskningsrapport\\_om\\_skolemat/1253976672895?WT.ac=forside\\_nyhet](http://www.forskningsradet.no/no/Nyheter/Forskningsrapport_om_skolemat/1253976672895?WT.ac=forside_nyhet)

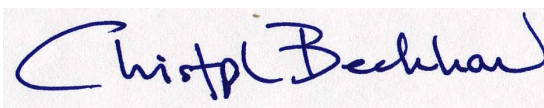
Oslo 10. oktober 2013



Inger Lise Fevang Jensen,  
leder i Landslaget for mat og helse i skolen



Kathrine Kleveland,  
leder i Skolematens Venner



Christopher Beckham,  
leder i Foreldreutvalget for grunnsopplæringen