

Til: **Nasjonalt råd for ernæring**

Fra: May Cecilie Lossius

## Referat

Dato: Fredag 5. april 2024

Sted: Helsedirektoratet (Vitaminveien 4), fysisk og digital deltagelse

Tid: 10.00-15.00

Emne: Møte i Nasjonalt råd for ernæring

Til stede: Lene Frost Andersen, Rune Blomhoff, Simon Dankel, Camilla Sandvik, Mette Svendsen, Helle Margrete Meltzer, Amund Måge, Liv Stray Breistein, Elsie Brenne, Kirsten Holven, Eli Skeie, Lars Fadnes, Guri Skeie, Erik Arnesen (til kl. 11.30), Nanna Lien (fra kl. 11.15) og Aysha Grönberg (fra kl. 11). Bente Mangschou deltok som observatør fra VKM.

Fra Helsedirektoratet: May Cecilie Lossius, Ole Berg, Thea Nørgaard Breili, Britt Lande, Madeleine Boberg og Eva Rustad de Brisis deltok fram til klokka 11.30. Henriette Walaas Krogh deltok hele møtet (referent).

### **Sak 10/24: Velkommen v/rådsleder Lene Frost Andersen og praktisk informasjon fra Helsedirektoratet**

Rådsleder Lene Frost Andersen ønsket velkommen til møtet. Helsedirektoratet orienterte kort om ny organisering av direktoratet og Divisjon for folkehelse og forebygging. Det ble orientert om at Erik Arnesen har begynt i et vikariat i Helsedirektoratet, og vil være i permisjon fra ernæringsrådet fram til nyttår 24/25.

### **Sak 11/24: Godkjenning av innkalling og referat fra 15. januar 2024**

Innkalling til møtet 5. april 2024 ble godkjent. Referat fra møtet 15. januar 2024 ble godkjent.

### **Sak 12/24: Prosess kostråd del 1: Om innsiktsarbeidet i forbindelse med kostrådene v/rådgiver Thea Nørgaard Breili**

Thea Nørgaard Breili presenterte innsiktsarbeidet som er gjennomført i 2023 og 2024. Våren 2023 ble det gjennomført dybdeintervju med interessenter, kvantitativ undersøkelse av holdninger til kostråd og klima i befolkningen (ca. 2000 personer) og et utvalg av bønder (ca. 300 personer). Høsten 2023 ble det gjennomført fokusgruppeintervjuer i ulike grupper av befolkningen, helsepersonell m.m., og innsiktsarbeid om forståelse, kunnskap og kostrådene i praksis. Våren 2024 ble det arrangert rådslag om kostrådene, og utkast til kostråd er sendt på offentlig høring. Det skal gjennomføres testing av retning og/eller kommunikasjonsmateriell.

### **Sak 13/24: Prosess kostråd del 2: Om gruppering og strukturering av kostrådene og hva Helsedirektoratet ønsker innspill på i høringen v/spesialrådgiver Ole Berg**

Ole Berg presenterte bakgrunnen for arbeidet med kostrådene. Utkast til de nasjonale kostrådene er basert på sammenhengen mellom kosthold og helse. Klima- og miljømessig påvirkning av ulike matvaregrupper er omtalt. Kostrådene er utarbeidet i tråd med kunnskapsbasert praksis. NNR 2023 utgjør det vitenskapelige forskningsgrunnlaget, innsiktsarbeidet utgjør klinisk erfaring og brukererfaring. [Nye referanseverdier for energi og Helsedirektoratet](#)

[næringsstoffer](#) ligger til grunn for kostrådene. Innspill fra [rådslag om kostrådene 18. januar](#) og [spørretime 7. februar](#) er vurdert. Helsedirektoratet har gjennomført intern høring av kostrådene. Miljødirektoratet er ansvarlig for omtalen av klima- og miljømessig påvirkning av kostrådene i samråd med Helsedirektoratet. Omtalen er basert på NNR 2023 og eventuelle andre kilder Miljødirektoratet vurderer som relevante.

De 14 matvaregruppene fra NNR 2023 ble gruppert inn i seks kostråd. I tillegg er måltidsrytme og frekvens, måltidsglede og salt inkludert i kostrådene.

Helsedirektoratet har gitt et oppdrag til VKM om å beregne og vurdere i hvilken grad kosthold i tråd med utkast til nye kostråd vil dekke behovet/anbefalingene for næringsstoffer for den generelle befolkningen gitt i de nye norske referanseverdiene for energi og næringsstoffer som er basert på NNR 2023.

Oppbygningen av kostrådene er i standard form for normerende produkter fra Helsedirektoratet, med en kortform av rådet etterfulgt av en lengre anbefalingstekst (hva), praktisk informasjon (hvordan) og begrunnelse for rådet (hvorfor).

Innspill som kom under møtet: Hva er det egentlige målet med kostrådene, blir man for snill i formuleringene (eks. "velg gjerne", blir det for generelt og for lite normerende når dokumentasjonen for enkelte anbefalinger er solid)? For å møte ulike målgrupper blir implementeringen viktig. Det overordnede målet er endring i folkehelse. Den normerende delen av kostrådene er viktig når det gjelder målgruppene i institusjoner som barnehager, skoler, kantiner og andre utdanningsinstitusjoner.

#### **Sak 14/24: Gjennomgang av kostrådene og hørings svar fra rådet v/rådsleder Lene Frost Andersen**

Lene Frost Andersen innledet saken. [Utkast til nye nasjonale kostråd er på offentlig høring](#) med høringsfrist 20. mai 2024. Nasjonalt råd for ernæring er invitert til å sende høringsinnspill.

Rådsleder foreslo at ernæringsrådet før den faglige gjennomgangen skulle komme til enighet om hvor stor konsensus det skal være blant rådsmedlemmene for at et innspill tas med i rådets høringsinnspill. Eksempelvis om alle/mange/de fleste stiller seg bak et innspill, og eventuelt hvor stort flertall eller mindretall det dreier seg om. Oppsummert kom ernæringsrådet frem til at det er å foretrekke å ta med innspill i høringsinnspillet som alle rådsmedlemmene stiller seg bak. Deretter innspill med støtte fra 2/3 av rådsmedlemmene, hvor det også er rom for å synliggjøre mindretallets ståsted.

Gjennomgang av utkast til kostråd: Rådsleder utfordret først medlemmene av rådet til å gi innspill til kostrådene overordnet, både på innhold/struktur, antall råd og fordeling av matvaregrupper i de ulike rådene. Oppsummert ble det blant annet framhevet at energibalanse (inkludert matkvalitet og matomgivelser) og vann som tørstedrikk burde få en tydeligere plass i kostrådene og at disse temaene i utkastet som er på høring ikke er synlig eller omtalt nok. Førstnevnte spesielt pga. den store folkehelseutfordringen overvekt og fedme utgjør for samfunnet. Det var delte oppfatninger av "spis med glede"-budskapet. Matvarer som i NNR 2023 omtales som "nøytrale" bør omtales på likt nivå i ulike råd. Det framkom også ønsker om flere praktiske eksempler for hvordan kostrådene kan etterleves, og gjerne basert på norske/kortreiste råvarer. Samtidig bør eksemplene reflektere at befolkningen i Norge er sammensatt av ulike kulturer og nasjonaliteter. Det bør generelt ryddes i referanser som del av endelig korrektur.

#### **Helsedirektoratet**

Deretter ble fire av de seks spesifikke kostrådene gått gjennom i fellesskap. Det kom mange innspill og endringsforslag både til kortformen av rådene, den utfyllende rådsteksten, praktisk-delen og begrunnelsen til hvert av kostrådene. Alle innspill ble notert og tas med i det videre arbeidet med rådets høringsinnspill. Det ble ikke tid til å gå gjennom deler av kostråd 5. Dette samt gjennomgang av kostråd 1, kostråd 6 og kapittelet om bakgrunn, metode og prosess ble utsatt til neste møte.

Veien videre:

- Bør ha ett til to digitale møter á 2-3 timer, det sendes snarlig ut doodle
- Sekretariatet oppretter Teams-kanal for rådet slik at innspillsarbeid kan foregå i samme dokument
- Redaksjonsgruppe: Mette, Aysha, Guri og Lene

#### **Sak 15/24: Eventuelt**

Det var ingen saker til eventuelt.

#### **Helsedirektoratet**

Postboks 220 Skøyen, 0213 Oslo • Besøksadresse: Vitaminveien 4 • Tlf: (+47) 47 47 20 20  
Org. nr. 983 544 622 • postmottak@helsedir.no • www.helsedirektoratet.no