



**Reidar Hjermand**  
Barneombud

## Ja til et godt skolemåltid

Generasjonen som kommer etter oss er i ferd med å gå på en smell. I deler av den oppvoksende slekt er ernæringsstilstanden dårlig, og vi ser at overvekt- og feilernæring griper om seg i stadig større skala. Mulighetene for spontan bevegelse og fri lek er ikke de samme som før. Hundremeterskogen bygges ned, balløkkene blir lagt ut til boliger og barn og ungdom beveger seg mindre enn de burde. Trening og fysisk aktivitet er i ferd med å bli et fenomen som hører hjemme i organisert idrett, og det er stadig færre barn som springer på en fotballbane uten tilhørighet til et lokalt lag, med dertil hørende årsavgift, kakelotterier og loppemarked for foreldrene. Feilernæring og stillesitting er utvilsomt en av de største truslene mot den fremtidige folkehelsen. Og matpakken taper terreng.

Matpakken er det sunneste av alternativene elevene har tilgjengelig på i dag. En god matpakke som blir spist er ingen trussel mot folkehelsen. Vi vet imidlertid at mange elever kaster matpakken sin, og vi vet at mange velger å kjøpe usunn mat. Kanskje det ikke er så rart? Kanskje det er et resultat av utviklingen i samfunnet? I dag går vi voksne oftere på kafé i lunsjen. Vi får oftere servert lunsj på jobben sammen med gode kolleger. Matpakken klammer seg fremdeles fast i den norske folkesjela, men er i realiteten i ferd med å miste grepet.

Den siste tiden har myndighetene sett seg om etter tiltak som kan høye elevenes målbare prestasjoner, slik at konkurranse-dyktigheten på verdens skolemålinger blir bedre. Jeg er grunnleggende skeptisk til en utpreget konkurranseorientert skole, men jeg er positiv til å se på hvilke tiltak som bør iverksettes for at elevene skal få optimalt faglig og personlig utbytte av tiden på skolen.

Vi trenger et stort løft for å hente igjen den tapte barne- og ungdomshelsen. Et godt

skolemåltid er et viktig skritt i retning bedre helse for skoleelevene, og erfaringsbasert læring om sunn mat kan tas med videre i det voksne liv. Kunnskapen om at sunn mat også kan være godt, er vanskelig å overbringe uten å ledsage undervisningen med et sunt og velsmakende måltid. Får vi etablert sunne matvaner i barneårene og i ungdommen, er sjansen mye større for at disse matvanene også fortsetter i voksen alder.

De pedagogiske mulighetene i skolemåltidet er store. En ting er at måltidet gir mette og konsentrerte elever, en annen sak er at skolemåltidet anerkjenner alle sansenes verdi ved innlæring. Smakssansen, luktesansen og berøringssansen er i skolen underkjent som kanaler inn i bevisstheten. Geografiundervisningen om Midtøsten vil få en ekstra spiss hvis lukten av libanesisk mat siver ut fra kjøkkenet når timen nærmer seg lunsj. Finske barn får minst ett varmt måltid på skolen hver dag. Her har mange skoler temaer i kantinen, som italiensk uke, kurdisk uke eller vegetarmatuke. Slik forbindes kunnskap med følelser og opplevelser, den beste måten å tilegne seg bestående kunnskap. Det finske skolemåltidet i grunnskolen er gratis for foreldrene, ordningen er lovpålagt, og koster omtrent 16 kroner per kuvert per dag for samfunnet. Det koster, men gir mye tilbake.

En ungdomsskoleelev ved Marienlyst skole sa en gang til meg at hun trodde at det ville bli bedre miljø ved skolen ved innføring av skolemåltid, fordi elevene ville få flere felles opplevelser. Jeg tror hun har rett. Tiden ved matbordet gir elevene bedre mulighet til å bli kjent med hverandre. Slik kan de bli trygge på hverandre, empatien får bedre vekstvilkår og man kan tenke seg at det fører til mindre sosial ekskludering og bedre arbeidsmiljø for elevene.

Barneombudet har satt ned en arbeidsgruppe med eksperter som er i ferd med

å utrede potensial og innhold i en skolemåltidsreform. Gruppen består av Kaare Norum, Kerstin Trygg, Lene Frost Andersen, Reidar Säfvenbom, Stine Sem, Runar Døving, Vegard Ulvang, Hans Olav Melberg, Knut Inge Klepp, Jørgen Hurum, Frode Ullebust og undertegnede. Vi har det ubeskjedne mål å overbevise politikerne om at vi ikke har annet valg for fremtiden enn å innføre skolemåltid. Heldigvis ser vi en økende interesse for dette blant politikere, og det er særlig gledelig at skoleminister Kristin Clemet er positivt nysgjerrig til å vurdere Barneombudets forslag. Psykologforeningen og Barnelekeforeningen gir full tilslutning til forslaget, og vi har en felles utfordring i å overbevise beslutningsfatterne.

Erfaring viser at det blir et roligere og bedre læringsmiljø dersom elevene har fått frokost enten hjemme eller på skolen og et skikkelig lunsjmåltid på skolen. Forskning viser at de kostholdsplanene man tilegner seg som barn/ungdom i stor grad følger oss inn i voksenlivet. Forskning viser også at dersom barna får gratis frukt eller grønt på skolen, øker inntaket og det virker sosialt utjevne samt at det reduserer konsumet av brus og godteri.

Vi må gi barna og ungdommene et gratis, sunt, næringsriktig og delikat skolemåltid. Slik vil vi ha muligheter til å påvirke folkehelsen på en måte vi ikke har med dagens nistepakkeordning. Vi vil også sørge for at alle barn, uansett sosial tilhørighet og bakgrunn, får det samme, gode tilbudet om mat hver dag. Jeg ser at vi naturligvis snakker om betydelige økonomiske løft for å få dette til. De fleste land i verden klarer dette likevel, og vi her på oljeberget bør kunne tilhøre det gode selskap.

### I neste nummer:

- 100 år etter unionsoppløsningen
- Geriatri i Italia
- Medisinsk publisering i Norge
- Allergivaksinasjon
- Behandling av brannskader
- Musikk som terapi i sykehjem