



HELSE OG MATVANER: FN løfter fram frukt og grønt som virkemiddel for bedre folkehelse. Foto: Guilherme Martins from PxHere

2021 er det internasjonale året for frukt og grønnsaker

Publisert: 21. jan. 2021

Forfatter: Susanne Friis Pedersen (<mailto:susanne.friis.pedersen@norsok.no>)

FNs organisasjon for ernæring og landbruk (FAO) har satt 2021 som det internasjonale året for frukt og grønnsaker for å sette søkelys på koblingen mellom ernæring, helse og matsikkerhet.

FAOs generaldirektør Qu Dongyu sa at innsatsen er spesielt kjærkommen i lys av koronapandemien verden er inne i.

- I den globale helsekrisen verden er inne i er det spesielt viktig å framsnakke en sunn diett som styrker helse og immunforsvar, sa FAOs generaldirektør Qu Dongyu under åpningstalen.

Økologisk landbruk viktig

Det økologiske landbruket ble representert av tidligere president i IFOAM Organics International, André Leu. Han la vekt på frukt- og grønnsaksdyrkingens sårbarhet for klimaendringer, der ekstremregn og temperatursvingninger kan være svært destruktivt for avlingene. Samtidig skal det økologiske landbruket med bidra med kunnskap og metodikk som gir jorda større motstandsdyktighet til å takle mye regn og tørke uten å ødelegge jordsmonnet.



MER NORSKE EPLER: Norske epler kan utgjøre en større andel av "Fem om dagen."

«5 om dagen» trenger ny oppmerksomhet

Tre milliarder mennesker sliter med å skaffe seg skikkelig ernæring, ofte av økonomiske årsaker. Mange steder er det nødvendig å prioritere proteiner og karbohydrater som fyller magen, i stedet for en variert diett med nødvendige næringsstoffer.

Det også mange som ikke spiser fem om dagen selv om de har råd til det. Frukt og grønnsaker taper terreng mot matvarer som er mer sukkerholdige og markedsføres sterkere. Tilgjengelighet som følge av sesong, transport- og oppbevaringsmuligheter er også viktige begrensninger. Det kulturelle aspektet kan også bety også mye i matvalget. Det man er oppvokst med følger ofte med uansett flytting og immigrasjon. Felles for alle gruppene er at det trengs mer kunnskap om frukt og grønnsakers rolle i en sterk folkehelse.

Norge henger også etter

Forbrukerundersøkelser viser at drøyt 20 % av befolkningen følger Helsedirektoratets kostråd om 5 porsjoner frukt og grønt om dagen. Kvinner er flinkere enn menn, og det er flere unge enn eldre som får i seg anbefalte mengder frukt og grønt. Det gjennomsnittlige forbruket i Norge er 3,4 porsjoner om dagen. Salg av grønnsaker har økt fra 68,5 kg i 2009, til 79,7 kg i 2019, mens det i samme periode var nedgang for frukt og bær. Fra 89,6 kg i 2009 til 84,6 kg i 2019.

Vi importerer mer enn nødvendig

Norske produksjonstall viser at det importeres mer frukt enn det som produseres. Mye av dette er banan og sitrus – som ikke dyrkes i Norge. Men epler som kan dyrkes i Norge utgjør likevel en stor andel av den importerte frukten. Rådgivende utvalg for innovasjon, vekst og norsk andel i grøntsektoren vurderer at det er basis for å øke norsk produksjon med 75 % og oppnå 50 % norsk andel i konsumet av frukt og grønt.

Økning av norsk produksjon og selvforsyning på landsbasis med bær, frukt og grønnsaker har i 2019 og 2020 vært prioriterte satsingsområder i jordbruksoppkjørene. Tilskuddsordningen omfatter epler, pærer, plommer, moreller, jordbær o.a., med satser per dekar fra 1 200 til 1 950 kr. Disse satsene er høyere enn tilskuddene til korn og potet uansett geografisk tilskudds-soner.

Økologiske grønnsaker, frukt og bær har økt de siste fem årene, uten at dette viser seg som økt omsetning i dagligvarehandelen. I følge Debio har arealet til kålrot og diverse veksthuskulturer økt henholdsvis 34 og 16 % . Trolig omsettes disse varene i alternative kanaler eller som som konvensjonelle råvarer.

Øke kunnskap om og skape politisk oppmerksomhet rundt fordeler ved frukt og grønnsaker i kosthold og helse

Promotere mangfoldig, balansert og sunt kosthold og livsstil gjennom inntak av frukt og grønnsaker

Redusere kast og svinn av frukt og grønnsaker i matsystemer

Informere om beste praksis for:

- Promotering av bærekraftig forbruk og produksjon av frukt og grønnsaker som bidrar til bærekraftige matsystemer
- Forbedring av lagring, frakt, handel, prosessering, transformering, distribusjon, reduksjon av svinn, resirkulering og interaksjon mellom disse
- Integrasjon av småbrukere og familiebruk i lokal, regional og global forsyningskjede, bærekraftig produksjon og forbruk av frukt og grønnsaker, anerkjennelse av frukt og grønnsakers bidrag i forsyningskjeden med inkludering av bønders sorter og landraser til matsystemer, kosthold, levebrød og inntekt
- Styrke alle lands kapasitet, særlig utviklingsland, til å tilpasse innovative løsninger og teknologi i bekjemping av tap av frukt og grønnsaker.

MÅLSETNINGER: Oversikt over målsetningene FAO skal jobbe for i 2021

FNs målsetninger

Hovedmålsetningen er å øke kunnskap og skape politisk oppmerksomhet rundt frukt og grønnsakers innvirkning på den globale helsen, og promotere et mangfoldig kosthold og en livsstil som reduserer matsvinn

Det internasjonale året for frukt og grønnsaker er også knyttet opp til andre FN-initiativer:

- Tiåret for ernæring 2016-2025
- Tiåret for familielandbruk 2019-2028
- Strategien for kosthold, fysisk aktivitet og helse fra 2004
- Roma-deklarasjonen for ernæring fra 2014
- Deklarasjonen for bønders rettigheter fra 2018

Les mer

Lansering av internasjonalt år for frukt og grønnsaker (*Lenke: <http://www.fao.org/webcast/home/en/item/5444/icode/>*)

Bakgrunnsnotat for internasjonalt år for frukt og grønnsaker (*Lenke: <http://www.fao.org/fruits-vegetables-2021/en/>*)

Helsedirektoratet 2020. *Utviklingen i norsk kosthold.* (*Lenke: https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold/Utviklingen%20i%20norsk%20kosthold%202020%20%E2%80%93%20Kortversjon.pdf/_/attachment/inline/od856999-7cec-49ac-a580-db2664506be3:265cbe603d4cf786d5fbf2272c6c34a36e4cb540/Utviklingen%20i%20norsk%20kosthold%202020%20%E2%80%93%20Kortversjon.pdf*)
Rapport IS-2963

Landbruks- og matdepartementet 2020. *Jordbruksavtale 2020-2021* (*Lenke: <https://www.regjeringen.no/contentassets/ea041f8e28be41b2b61e22119b0d079e/jordbruksavtale-2020-2021.pdf>*) .

Landbruksdirektoratet 2020. *Grøntsektoren mot år 2035 - sammen for økt konkurransekraft, økt etterspørsel og mer norsk.* (*Lenke: <file:///C:/Users/Grete%20Lene/Downloads/78833.pdf>*)

Feil eller mangler i artikkelen? Kontakt oss på agropub@norsok.no