

8 GODE GRUNNER FOR Å GI GRATIS SKOLEFRUKT TIL ALLE ELEVER I GRUNNSKOLEN



kreftforeningen >



Kreft
foreningen

Alle elever i grunnskolen må få gratis skolefrukt

Barn og unge spiser mye mindre frukt og grønnsaker enn den anbefalte mengden på 5 om dagen. Et tilbud om gratis skolefrukt – et daglig tilbud om frukt og grønnsaker hver skoledag – vil gjøre at alle skoleelever spiser mer frukt og grønnsaker, også på lang sikt.

Våren 2007 bevilget regjeringen midler over statsbudsjettet til gratis skolefrukt til alle elever som går på ungdomsskoler og kombinerte barne- og ungdomsskoler. Fra høsten 2008 ble det en lovfestet plikt for skoleeiere å gi elevene dette tilbudet. Kommunene får overført penger fra staten som skal dekke kostnadene. Elever på rene barneskoler omfattes per i dag ikke av gratisordningen.

Kreftforeningen mener tilbudet om gratis skolefrukt må utvides til å gjelde alle elever i grunnskolen og arbeider for at det bevilges penger til dette formålet over statsbudsjettet.

Fra høsten 2011 får kommunene gjennom ny folkehelselov et utvidet ansvar for å fremme god helse i befolkningen. Folkehelseloven lovfester prinsippet om «helse i alt vi gjør».



1 Gratis skolefrukt gir bedre helse hele livet

Mye frukt og grønnsaker er viktig for å ha et sunt kosthold. Et sunt og variert kosthold forebygger overvekt og reduserer risikoen for enkelte kreftformer, hjerte- og karsykdommer og type 2-diabetes. Gode kostvaner som legges i barndommen tar vi med oss videre i livet. Gratis skolefrukt er et av de mest målrettede og effektive tiltakene vi har for å få barn til å spise mer frukt og grønnsaker. Skolefrukt har betydning for elevenes helse på kort og lang sikt.

2 Gratis skolefrukt fremmer læring

Et kosthold som inneholder balanserte mengder fett og rikelig med frukt og grønnsaker gir bedre skoleprestasjoner¹. Gratis skolefrukt i løpet av skoledagen gir ny energi og øker elevenes konsentrasjon og lærelyst. Mange av skolene som har skolefrukt melder om mer konsentrerte elever og mindre uro i timene. Hvis fruktpausen legges tidlig på dagen, vil det være ekstra kjærkomment for dem som ikke spiser frokost hjemme før de går på skolen.

3 Gratis skolefrukt utjevner sosiale helseforskjeller

Barn og unges kostvaner påvirkes i stor grad av mat- og måltidsvanene i hjemmet. Et tilbud om frukt og grønnsaker i skolen vil bidra til at frukt og grønt blir en naturlig del av kostholdet helt fra barndommen av. Et skolefrukttilbud vil ha utjevneende effekt på sosiale helseforskjeller, forutsatt at det er gratis slik at alle kan delta i ordningen². Forskning viser at foreldrebetaling fører til en forsterkning av sosiale helseforskjeller, mens en gratisordning fører til at alle spiser mer frukt og grønnsaker³.

4 Dagens skolefruktordning er urettferdig

I dag tilbys gratis skolefrukt kun til elever som går på ungdomsskoler og kombinerte barne- og ungdomsskoler. Denne gruppen utgjør ca 46 % av elevmassen i grunnskolen, 1.-10. klasse. Elever på rene barneskoler omfattes ikke av tilbudet. I samme kommune eller bydel vil barneskoleelever ved en kombinert skole få gratis frukt hver dag, mens elever ved de rene barneskolene ikke får samme tilbud. Kun et fåtall kommuner bevilger midler over eget budsjett til gratis skolefrukt på barneskolene.

5 Gratis skolefrukt er samfunnsøkonomisk lønnsomt

Gratis skolefrukt koster mindre enn 4 kroner per elev per skoledag. Samfunnmessig sett er dette en god investering. Beregninger som Helsedirektoratet har gjort viser at gratis skolefrukt er samfunnsøkonomisk lønnsomt fordi vi får flere friske leveår⁴.

6 Folk flest mener at elever må få gratis skolefrukt



88% mener det bør være gratis skolefrukt til alle elever i 1.-10. klasse, viser en meningsmåling gjennomført høsten 2010⁵.

7 4 av 5 skoler er fornøyd med å ha et frukttilbud

En undersøkelse blant over tusen skolefruktansvarlige, som kan være rektor, lærer, vaktmester eller annet personell på skolen, viser at⁶:

- 84 % mener elevene setter pris på frukt og grønnsaker i skolen.
- 91 % mener skolefrukt er bra for barns helse på lang sikt.
- Kvaliteten på frukten oppfattes som høy.

8 Elevene setter stor pris på å få frukt og grønnsaker

På mange skoler er fruktpausen et av dagens høydepunkt. Det er en sosial arena som gir økt trivsel blant elevene. Frukt og grønnsaker gir energi og næring, og elevene sier de føler seg mer opplagte etter å ha spist frukt. De synes også det er artig å delta i organiseringen av et frukt- og grønttilbud. I følge opplæringsloven har elevene rett på et fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring.

«Et gratis tilbud om frukt og grønnsaker på skolen er et så bra folkehelseiltak at det må komme alle elever til gode.»

Anne Lise Ryel, generalsekretær, Kreftforeningen

«Både lærere og elever hos oss synes dette er en god ordning. Det er ofte ulikt hva elevene får med hjemmefra, så fruktordningen har en utjevneende virkning og kan gjerne redde en sulten mage.»

Siri Ytterstad, assisterende rektor
Sinsen barne- og ungdomsskole, Oslo

«Jeg tror at frukt vil hjelpe elevene med å tenke og regne bedre på skolen. Barna burde få en appelsin, et eple, en banan, noen druer. Det vil hjelpe barna gjennom hverdagen. Jeg mener dette fordi jeg liker frukt og jeg vil ha litt mer magi i matpakken min.»

7. klassing ved Lillemoen skole, Elverum



Ett av tre krefttilfeller kan forebygges

Hvert år får mer enn 26.000 mennesker i Norge diagnosen kreft. Hvert tredje krefttilfelle kan unngås med tobakksfrihet, sunt og variert kosthold og regelmessig fysisk aktivitet. Kreftforeningen arbeider for at færre skal få kreft.


Et kosthold rikt på frukt og grønnsaker er helsefremmende og kan bidra til å forebygge kreft. Helsemyndighetene anbefaler 5 porsjoner frukt og grønnsaker hver dag.

KILDER

- ¹ Florence MD et al. Diet quality and academic performance, J. Sch Health, 78(4):209-15, 2008.
- ² St.meld.nr.20 (2006-2007) Nasjonal strategi for å utjevne sosiale helseforskjeller.
- ³ Bere E et al. The Norwegian school fruit programme: evaluating paid vs. no-cost subscription. Prev. Med, 41:463-470, 2005.
- ⁴ Frukt og grønnsaker i skolen. Beregning av samfunnsøkonomisk lønnsomhet, Helsedirektoratet, 2005.
- ⁵ TNS Gallup, meningsmåling som Kreftforeningen fikk gjennomført høsten 2010.
- ⁶ Opplysningskontoret for frukt og grønnsaker, undersøkelse gjennomført våren 2010.

Om Kreftforeningen

Kreftforeningen er en landsdekkende organisasjon for frivillig kreftarbeid i Norge. Arbeidet er basert på innsamlede midler, gaver og støtte fra privatpersoner og næringsliv. Rundt 100 000 medlemmer og flere hundretusen givere og støttespillere slutter opp om kreftaken. Denne brede støtten gjør oss til den ledende frivillige organisasjonen innen kreftarbeid i Norge og bidrar til målrettet innsats innen forskning, omsorg, forebygging og informasjon

Følg oss på 

Kreftforeningen
Besøksadresse: Tullins gate 2, 0166 Oslo
Postboks 4 Sentrum, 0101 Oslo
t: 07877
e-post: servicetorget@kreftforeningen.no
www.kreftforeningen.no

< kreftforeningen.no


Kreft
foreningen