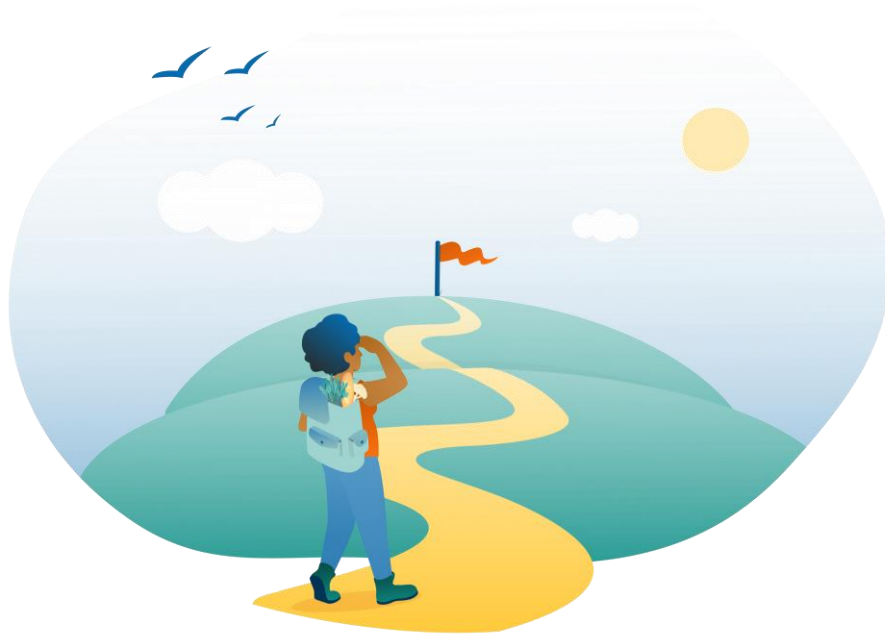


# En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Återredovisning av regeringsuppdrag, inklusive bilagor



Denna titel kan laddas ner från: [www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/](http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/). En del av våra titlar går även att beställa som ett tryckt exemplar, se våra [kundtjänst och köpvillkor](#).

Citera gärna Folkhälsomyndighetens texter, men glöm inte att uppge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovspersonens tillstånd att använda dem.

© Folkhälsomyndigheten, 2024.

Artikelnummer: 24004

Grafisk produktion: Gullers grupp.

## Om publikationen

Mat är grundläggande för alla och för det fysiska och psykiska välbefinnandet, men har också betydelse för människors sociala välbefinnande. Maten är dessutom särskilt viktig för barns och ungdomars möjligheter till en god tillväxt, utveckling och hälsa. Över- och undernäring samt klimatförändringar är tre av de allvarligaste hoten mot människors hälsa och överlevnad.

Folkhälsomyndigheten och Livsmedelsverket har sedan april 2021 arbetat, på uppdrag av regeringen, med att ta fram förslag på nationella mål, indikatorer samt relevanta insatsområden för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

Utifrån regeringsuppdraget föreslår myndigheterna en samlad struktur med nationella mål, delmål och insatsområden. Strukturen ska bidra till att uppnå Sveriges folkhälsopolitiska mål om en god och jämlik hälsa och att sluta de påverkbara hälsoskillnader som finns till 2048. Att ha fastställda nationella mål och indikatorer kommer att vara vägledande för regionernas och kommunernas folkhälsoarbete på befolkningsnivå liksom för näringslivet och civilsamhället.

Under arbetet med uppdraget har vi träffat representanter från hela livsmedelskedjan och civilsamhället som visat på ett stort engagemang i frågan. Det är viktigt att så många vill vara en del av lösningen för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

Slutligen vill vi tacka alla som på olika sätt har bidragit i arbetet med underlaget som vi nu redovisar.

Februari 2024

Karin Tegmark Wisell

Annica Sohlström

Generaldirektör, Folkhälsomyndigheten

Generaldirektör, Livsmedelsverket

# Innehåll

Förkortningar .....	6
Ordlista .....	7
Sammanfattning .....	10
Dagens livsmedelskonsumtion orsakar ohälsa i befolkningen .....	10
Livsmedelskonsumtionen är inte hållbar för miljö och klimat .....	10
Livsmedelskonsumtion är inte jämlik .....	10
Myndigheternas regeringsuppdrag .....	11
Förslag på samlad struktur för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion .....	11
Så genomfördes uppdraget .....	13
Förslag till beslut och behov av utvecklingsarbete 2024-2027 .....	13
Inledning .....	16
Regeringens uppdrag till myndigheterna .....	16
Den statliga stödstrukturen för folkhälsoarbetet .....	16
Bakgrund till myndigheternas förslag .....	19
Vad innebär hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion? .....	19
Dagens livsmedelskonsumtion leder till ohälsa .....	19
Livsmedelskonsumtion är inte jämlik .....	21
Samhällsekonomiska konsekvenser av den matrelaterade ohälsan .....	22
Dagens livsmedelskonsumtion är inte hållbar för miljö och klimat .....	23
Livsmedelskonsumtionen är en del av livsmedelssystemet .....	25
Matmiljöns betydelse för livsmedelskonsumtionen .....	29
Dagens livsmedelskonsumtion enligt olika datakällor .....	30
Slutsatser om bakomliggande faktorer och drivkrafter till dagens livsmedelskonsumtion .....	32
Förändringsteori för arbetet med hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion .....	34
Nationella mål och delmål .....	37
Nationella mål .....	37
Nationella delmål .....	38
Insatsområden .....	46
Fem insatsområden .....	46

Insatsområde 1: En marknad som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion .....	48
Insatsområde 2: En offentlig sektor som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion .....	54
Insatsområde 3: Samarbete mellan offentliga och kommersiella aktörer för att främja en hållbar och hälsosam matmiljö.....	57
Insatsområde 4: Öka kompetensen hos viktiga aktörer i livsmedelssystemet.....	60
Insatsområde 5: Det offentliga ska främja kunskapsutveckling och kunskapsspridning ..	62
Indikatorer för en utvecklad och samordnad uppföljning .....	65
Indikatorer för mål och delmål samt insatsområden.....	65
Indikatorer för insatsområden.....	70
Samhällsekonomiska perspektiv .....	71
Potentiell påverkan på det svenska producentledet.....	71
Utmaningar i det globala livsmedelssystemet .....	72
Uppdragets genomförande .....	74
Analys av system, arenor och aktörer .....	74
Dialogmöten .....	74
Vetenskaplig referensgrupp .....	76
Kartläggningar och litteratursammanställningar .....	76
Undersökningar .....	77
Framtagande av mål och delmål .....	78
Framtagande av insatsområden .....	79
Framtagande av indikatorer.....	81
Myndigheternas förslag till fortsatt arbete .....	83
Stärkta förutsättningar för ett hållbart arbete med livsmedelskonsumtion 2024-2027....	83
Utveckling av indikatorer med fokus på barn och unga – fortsatt arbete 2024.....	86
Bilagor.....	101

## Förkortningar

BMI            Body Mass Index

FAO            FNs livsmedels- och jordbruksorganisation, Food and agriculture  
organization

WHO           FNs världshälsoorganisation, World Health Organization

# Ordlista

**Aktör** avser en organisation eller verksamheter som kan påverka livsmedelskonsumtionen – riksdag, regering, statliga myndigheter, regioner, kommuner, näringsliv, civilsamhälle.

**Arena** avser ett avgränsat fysiskt eller digitalt område där människor kan exponeras för mat eller information om och marknadsföring av mat

**BMI** (Body Mass Index) uttrycker förhållandet mellan vikt och längd. Övervikt hos vuxna innebär ett BMI mellan 25 och 29,9 och fetma BMI 30 eller högre.

**Direktkonsumtion** avser de totala leveranserna av livsmedel från producenter till enskilda hushåll och storhushåll samt producenternas hemmaförbrukning.

**Död oavsett orsak** avser alla dödsfall relaterade till konsumtion av olika livsmedel. (All-cause-mortality)

**Ekonomisk tillgänglighet** (affordability) avser människors köpkraft, vilken beror av både hushållets inkomst och livsmedelspriserna. Pris och ekonomisk tillgänglighet är känsliga för variationer i tillgång och tillgänglighet av livsmedel.

**Energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel** avser sådana livsmedel som innehåller relativt lite näringsämnen (vitaminer och mineraler), men mycket energi tack vare en hög andel socker och/eller fett (mättat). Livsmedel som inkluderas i denna beskrivning är här: socker och sirap, godis, bullar, kakor och andra söta bakverk, salta bakverk (till exempel pizza och pirog), efterrätter, glass, sockersötad dryck, alkoholhaltiga drycker och, salta snacks. Sockersötade drycker räknas inte som energitäta livsmedel, endast näringsfattiga därför används benämningen energitäta och/eller näringsfattiga, för att även täcka in dessa.

**Fritt socker** är tillsatt socker samt socker som naturligt förekommer i honung, sirap, fruktjuicer och fruktjuicekoncentrat.

**Funktionsjusterade levnads år** ('disability adjusted life years') är ett mått för att beskriva sjukdomsburden på befolkningsnivå. Måttet anger försvunna friska levnadsår inbegriper både för tidig död (YLL) och funktionsnedsättning (YLD).

**Målnivå** beskriver hur stor förändring i konsumtionen av en livsmedelsgrupp som behövs, till exempel en ökning om 30 procent är en målnivå.

**Detaljhandel** som också säljer livsmedel och måltider avser handel/kedjor som förutom att de säljer andra varor också säljer livsmedel, ofta huvudsakligen godis och läsk.

**Hbtqi-personer** är ett samlingsbegrepp som innefattar homo- och bisexuella, transpersoner, queera personer och personer med intersexvariation.

**Hälsolitteracitet** avser förmåga att läsa och förstå information, förmåga att förhålla sig till och kritiskt värdera information, och förmåga att tillämpa den kunskap och färdighet man har på ett sätt som främjar hälsan.

**Intag** avser förtäring av livsmedel

**Livsmedelskonsumtion:** Den totala mängden livsmedel som anskaffas och förbrukas av ett samhälle, inklusive de livsmedel som äts och de som kasseras eller används på annat sätt.

**Matlitteracitet** är en inriktning av hälsolitteracitet som baseras på fyra grundstenar såsom att planera, välja, tillaga och konsumera och kräver kritiska, funktionella och relationella kompetenser. Att kunna balansera dessa kompetenser ökar chansen för att människor gör bättre val.

**Matrelaterad hälsa** är den del av hälsan som kan påverkas av livsmedelskonsumtionen.

**Matmiljö** (food environment) avser den sociala och fysiska miljö människor bor och verkar i påverkar synen på mat, men också vad som finns tillgängligt och vad människor slutligen konsumerar.

**Multi-buys** avser ett begrepp för aktiviteter för att öka konsumentens inköp, till exempel ”ta 3 betala för 2”.

**Nudging** avser ett begrepp och en metod som innebär att designa och arrangera olika platser och valsituationer för att underlätta för individer att ta hållbara och hälsosamma beslut.

**Sjukdomsbörda** avser sjukdom, funktionsnedsättning/sjukdom och för tidig död.

**Stödstruktur** avser arbetet med samordning, stöd och uppföljning av den nationella folkhälsopolitiken

**Tillgång** (engelska availability) avser att det i en viss miljö finns tillräckliga volymer av olika typer av livsmedel.

**Tillgänglighet** (engelska accessibility) avser hur lätt eller svårt det är för människor att få tillgång till mat, beroende på var de bor, arbetar eller studerar.

**Tillsatt socker** avser sockerarter som tillsätts livsmedel och drycker av tillverkare, kock eller konsument. I livsmedel kan socker tillsättas som ingrediens under flera olika beteckningar som exempelvis sackaros, glukos, fruktos, maltos, dextros, invertsocker, HFCS (high fructose corn syrup) eller isoglukos.

**Totalkonsumtion** anger den totala mängden råvaror som är tillgängliga för humankonsumtion. Detta innebär att totalkonsumtionen innefattar: direktkonsumtionen av olika livsmedel av råvarukaraktär; de råvaror och halvfabrikat som livsmedelsindustrin förbrukar för att tillverka livsmedel av högre förädlingsgrad. Råvaruinnehållet i importerade förädlade livsmedel inkluderas i konsumtionen medan råvaruinnehållet i exporterade förädlade produkter exkluderas.



**Ultraprocessade livsmedel** är, enligt Nova-definitionen, industriellt tillverkad mat som ofta innehåller tillsatt socker, fett och salt och som även innehåller ingredienser som inte används vid matlagning i hemmet samt uppmuntrar ofta till överkonsumtion. Begreppet är mycket svårt att definiera på ett enhetligt vetenskapligt sätt. Generellt inkluderar energitäta, näringsfattiga livsmedel många av de livsmedel som brukas klassas som ultra-processade, men energitäta och/eller näringsfattiga handlar om innehållet, till skillnad från begreppet ultra-processad, som handlar om bearbetningsgrad.

**Överkonsumtion** avser en konsumtion av energi (kalorier, joule) som överskrider kroppens behov av energi. Mäts genom förekomst av övervikt och fetma.

# Sammanfattning

## Dagens livsmedelskonsumtion orsakar ohälsa i befolkningen

Konsumtionen av livsmedel, är en av de största orsakerna till sjukdomsburden i Sverige. De största riskfaktorerna för ohälsa kopplat till våra matvanor i Sverige år 2019 var, förutom överkonsumtion av energi, lågt intag av fullkorn, högt intag av rött kött, lågt intag av baljväxter, högt intag av charkprodukter samt högt intag av salt. Dagens livsmedelskonsumtion ökar risken för icke-smittsamma sjukdomar som fetma, diabetes typ 2, hjärt-kärlsjukdom, stroke, och olika cancerformer, men även demens och depression. Detta innebär negativa konsekvenser både för individen och för samhället. År 2017 beräknades exempelvis samhällskostnaden för fetma till 70 miljarder. Andelen i befolkningen som har fetma har fortsatt öka sedan dess och en inflationsjusterad uppdatering av den tidigare skattade årliga samhällskostnaden för fetma landar på 125 miljarder.

## Livsmedelskonsumtionen är inte hållbar för miljö och klimat

Sveriges livsmedelskonsumtion är inte hållbar för miljön och klimatet. Den behöver förändras så att större hänsyn tas till miljö- och klimatpåverkan, inom och utanför Sveriges gränser, samtidigt som den täcker befolkningens behov av livsmedel. Det är i linje med Sveriges miljömål och generationsmålet, som innebär att vi ska lämna över ett samhälle där de stora miljöproblemen är lösta, utan att ha negativa konsekvenser varken inom eller utanför Sveriges gränser.

Livsmedelskonsumtionen och produktionen påverkar varandra ömsesidigt. För de flesta livsmedel uppstår den största påverkan på miljö och klimat i produktionsprocesserna, men eftersom livsmedelsproduktion och livsmedelskonsumtion påverkar varandra ömsesidigt så bidrar konsumtionen till denna påverkan. Det gäller både negativ påverkan och positiv påverkan.

Livsmedelsproduktionen, och alltså också konsumtionen, kan bidra till att bevara kultur- och odlingslandskap samt ha positiv påverkan på ekosystem och biologisk mångfald.

En livsmedelskonsumtion som är hållbar för miljö och klimat innebär en konsumtion av låg till måttlig mängd kött och animaliska produkter och en större andel växtbaserad mat än dagens kost.

## Livsmedelskonsumtion är inte jämlik

Folkhälsan i Sverige är generellt sett god men hälsan är ojämnt fördelad.

Livsmedelskonsumtionen skiljer sig åt mellan olika grupper i befolkningen, till exempel utifrån socioekonomisk position. En god och jämlik hälsa är viktig för både individ och samhälle och det finns mycket att vinna på att arbeta med de samhälleliga förutsättningar som kan bidra till att utjämna de hälsoskillnader som finns.

## Myndigheternas regeringsuppdrag

Folkhälsomyndigheten och Livsmedelsverket fick i april 2021 i uppdrag av regeringen att ta fram förslag på nationella mål, indikatorer samt relevanta insatsområden för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Att ha fastställda nationella mål för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion med tillhörande insatsområden och indikatorer ska fungera som vägledande för myndigheters, regioners och kommuners folkhälsoarbete på befolkningsnivå liksom för näringslivet och civilsamhället. Detta är en slutredovisning av detta uppdrag.

Myndigheterna fick 2022 ett kompletterande uppdrag med att föreslå nationella mål med indikatorer samt förslag på relevanta insatsområden för att ge en tydlig inriktning för arbetet med att påverka barns och ungas livsmedelskonsumtion. Detta är samtidigt en delredovisning av det uppdraget.

Uppdragen har, bland annat genom dialoger, genomförts i brett samråd med andra myndigheter, livsmedelsbranschen, civilsamhället, kommuner, regioner och andra aktörer.

### Avgränsningar

Matsvinn är en del av livsmedelskonsumtionen och det finns idag ett nationellt etappmål och det pågår ett regeringsuppdrag inom Livsmedelsstrategin avseende matsvinn. Därför inkluderas inte matsvinn i dessa uppdrag om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

En hållbar livsmedelsproduktion är en förutsättning för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, eftersom det behöver finnas hållbart producerade livsmedel och ett utbud som matchar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Detta uppdrag handlar om livsmedelskonsumtion.

Sedan arbetet med uppdraget påbörjades har det förändrade omvärldsläget inneburit ett ökat fokus på att stärka den svenska livsmedelsberedskapen. Enligt Livsmedelsverkets bedömning kommer de föreslagna mål, delmål, indikatorer samt förslag på insatsområden i detta uppdrag inte ha någon väsentlig påverkan på den svenska livsmedelsberedskapen. Delmålen kan innebära en ökad konsumtion av livsmedel som är lagringsbara utan kyla, har lång hållbarhet, är energieffektiva och näringstäta, kräver få insatsvaror att tillverka och kan tillagas med lite eller inget vatten, vilket är positivt för den svenska beredskapen under kris och krig.

## Förslag på samlad struktur för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Utifrån regeringsuppdraget föreslår myndigheterna en samlad struktur med nationella mål, delmål och insatsområden. Strukturen ska bidra till att uppnå det av riksdagen beslutade folkhälsopolitiska målet om en god och jämlik hälsa och att sluta de påverkbara hälsoskillnader som finns till 2048. Arbetet med strukturen bidrar också till Sveriges miljömålssystem och mål.

## Målen tydliggör vad som behöver uppnås

De nationella mål som föreslås tydliggör vad vi behöver uppnå för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, det vill säga varför en förändring i livsmedelskonsumtionen behövs.

**Mål 1:** Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en bättre och mer jämlik hälsa.

**Mål 2:** Livsmedelskonsumtionens negativa påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem har minskat och den positiva påverkan på biologisk mångfald och ekosystem har ökat.



## Delmålen beskriver förändringarna som krävs för att nå målen

För att nå målen, behöver livsmedelskonsumtionen i Sverige förändras.

Delmålen beskriver de förändringar, på befolkningsnivå, i dagens konsumtion som är viktigast för att den ska bli mer hållbar och hälsosam. Även om vissa grupper i befolkningen behöver göra större förändringar än andra så gäller förändringarna såväl barn, unga som vuxna. Det behövs alltså inga särskilda delmål för barn och unga på nationell nivå.

**Delmål 1:** Konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.



**Delmål 2:** Konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent år 2035 jämfört med år 2010.



**Delmål 3:** Konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2019.



**Delmål 4:** Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel har minskat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.



**Delmål 5:** Konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med år 2021.



**Delmål 6:** Konsumtionen av salt har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2018.



## Insatsområden - vägen till att uppnå målen

För att delmål och mål ska nås behöver insatser av olika slag ske. De insatsområden som pekats ut innefattar områden där insatser behövs för att nå en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Insatsområdena kan ses som ett underlag för kommande insatser:

- Insatsområde 1: En marknad som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion
- Insatsområde 2: En offentlig sektor som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion
- Insatsområde 3: Samarbete mellan offentliga och kommersiella aktörer för att främja en hållbar och hälsosam matmiljö
- Insatsområde 4: Öka kompetensen hos viktiga aktörer i livsmedelssystemet
- Insatsområde 5: Det offentliga ska främja kunskapsutveckling och kunskapsspridning

## Indikatorer som följer upp mål och delmål

Att kunna följa utvecklingen av både mål och delmål är centralt. Indikatorerna ska kunna följas återkommande, brytas ned till olika befolkningsgrupper eller geografiska områden och behöver bestå av en bredd av datakällor som inhämtas. Uppföljningen är en viktig grund för prioriteringar och justeringar i arbetet med en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och utfallet kan användas som grund för insatser för att främja mer jämlik och ökad jämlikhet i hälsa. För några av de föreslagna indikatorerna och måtten kommer det att krävas ytterligare utredning eller behöver utvecklas ytterligare.

## Så genomfördes uppdraget

Förslagen bygger på den bästa tillgängliga vetenskapliga evidensen, undersökningar och analyser som myndigheterna genomfört och sammanställt. Vi har också använt vägledande principer som pekats ut i internationella styrdokument och resultat från dialoger med många aktörer som är verksamma inom området.

## Förslag till beslut och behov av utvecklingsarbete 2024-2027

Mål och delmål tillsammans med insatsområdena kommer att ge stöd för ett arbete som bidrar till minskad matrelaterad ohälsa, minskad klimatpåverkan och minskad förlust av biologisk mångfald och ekosystem. Att det finns identifierade insatsområden möjliggör för ett fortsatt arbete med att konkretisera insatser som är kostnadseffektiva och har goda förutsättningar att implementeras på olika arenor och i samhället i stort. Dialogerna som myndigheternas har haft med representanter från hela livsmedelskedjan och civilsamhället har visat på ett stort engagemang i frågan.

Myndigheterna föreslår mot denna bakgrund följande.

### Regeringen antar mål och delmål samt beslutar om uppföljning av målen

Nationellt antagna mål är nödvändiga för ett långsiktigt arbete och en effektiv samverkan mellan olika aktörer, och för att olika åtgärder ska förstärka och komplettera varandra. De ger också incitament för mobilisering och samordning även på regional och lokal nivå.

Ett breddat, nationellt uppföljningsansvar för livsmedelskonsumtion bör konkretiseras i ett riktat uppdrag till Folkhälsomyndigheten med nödvändiga resurser för genomförandet tillföras arbetet. Genom uppdraget ska Folkhälsomyndigheten följa upp målen inklusive delmålen på nationell nivå och rapportera återkommande till regeringen. Det uppföljningsansvar som ges till Folkhälsomyndigheten ska handla om att samla och analysera tillgänglig data och utgöra en komplettering till uppföljningen det av riksdagen beslutade nationella folkhälsomålet med dess målområden. Arbetet behöver ske i nära samverkan med Livsmedelsverket samt andra berörda aktörer.

### Myndigheter får i uppdrag att utveckla en nationell samordningsfunktion

Folkhälsomyndigheten och Livsmedelsverket bör få i uppdrag under 2024 att ta fram förslag på en nationell samordningsfunktion som ger aktörer möjlighet att samlas och fungera som ett stöd i arbetet mot en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Stödstrukturen för det statliga folkhälsoarbetet kan vara vägledande i arbetet. Det är avgörande att den nationella samordningen formaliseras i långsiktiga och hållbara strukturer och tar hänsyn till pågående samordning inom närliggande områden. En sådan samverkansfunktion skulle även förenkla och effektivisera Regeringskansliets arbete med att samordna uppdrag eller särskilda satsningar inom området.

### Föreslå insatser och tillhörande indikatorer med fokus på barn och unga

**Förslag:** Regeringen anger utifrån de föreslagna insatsområden där det är angeläget att föreslå insatser. Folkhälsomyndigheten får i uppdrag att inom dessa insatsområden föreslå specifika insatser och tillhörande indikatorer. Insatserna ska stärka förutsättningarna för barn och unga att växa upp i ett samhälle som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och komplettera pågående regeringsuppdrag *Uppdrag om att förbättra barns och ungas livsmedelskonsumtion med särskilt fokus på socioekonomiska skillnader (S2022/02969 (delvis))*. Förslagen ska utgå från det folkhälsopolitiska ramverket med dess stödstruktur och ska ytterligare konkretisera det folkhälsoarbete som behövs för att bidra till en god och jämlik hälsa och sluta de påverkbara hälsoskillnaderna med fokus på barn och unga. Folkhälsomyndigheten ska också föreslå hur insatserna, på ett systematiskt och jämförbart vis, ska utvärderas och följas upp i ett hälsoekonomiskt perspektiv. Den modell som föreslås ska stödja prioritering av insatser på nationell, regional och kommunal nivå. Uppdraget ska genomföras i nära samverkan med Livsmedelsverket och i samråd med övriga berörda

myndigheter. Därutöver ska uppdraget genomföras i nära dialog med regioner, kommuner, näringsliv och civilsamhället.

# Inledning

## Regeringens uppdrag till myndigheterna

Folkhälsomyndigheten och Livsmedelsverket fick i april 2021 i uppdrag av regeringen att ta fram förslag på nationella mål, indikatorer och relevanta insatsområden för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Syftet var att skapa en struktur och inriktning för arbetet med en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Arbetet har utgått från det av riksdagen 2018 beslutade det folkhälsopolitiska målet om att ”skapa samhällsliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara folkhälsoklyftorna inom en generation”. Arbetet har utgått även från det delmålet som syftar till att stärka det långsiktiga arbetet med matvanor och fysisk aktivitet: Ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet och bra matvanor för alla. Ett särskilt uppdrag har varit att komplettera den stödstruktur för det statliga folkhälsoarbetet som Folkmyndigheten återredovisade i december 2020, som handlar om att samordna, stödja och följa upp det nationella folkhälsoarbetet och det övergripande folkhälsopolitiska målet. Utöver folkhälsopolitiken ska arbetet även ta hänsyn till Sveriges miljömålssystem och mål och uppföljning av Agenda 2030.

Myndigheterna fick 2022 ett kompletterande uppdrag om att föreslå nationella mål med indikatorer och relevanta insatsområden för att ge en tydlig inriktning för arbetet med att påverka barns och ungas livsmedelskonsumtion, och att ha ett särskilt fokus på grupper med sämre socioekonomiska förutsättningar samt den offentliga måltiden och olika matmiljöer. I de båda uppdragen skulle jämställdhetsperspektivet särskilt beaktas.

De båda uppdragen har genomförts i brett samråd genom dialoger med andra myndigheter, livsmedelsbranschen, civilsamhället, kommuner, regioner och andra aktörer.

Uppdragen delredovisades i september 2021 (1) och januari 2023 (2).

## Den statliga stödstrukturen för folkhälsoarbetet

Arbetet med detta uppdrag syftar till att komplettera folkhälsopolitiken och folkhälsoarbetet vad gäller mål, insatsområden och indikatorer. En god folkhälsa innebär att så många som möjligt har en bra psykisk, fysisk och social hälsa och att hälsan är jämnt fördelad mellan olika grupper i samhället. Det folkhälsopolitiska målet tydliggör samhällets ansvar och förutsätter ett gemensamt och tvärsektorielt arbete med fokus på strukturella faktorer på alla samhällsnivåer och inom alla sektorer som har betydelse för folkhälsans utveckling. Detta innebär en bredd av aktörer som bland annat omfattar civilsamhället, näringslivet och arbetsmarknadens parter ingår.

Folkhälsopolitiken har åtta målområden och arbetet med livsmedelskonsumtion knyter an till flera av dem. Därtill finns delmålet om att samhälle ska främja ökad



fysisk aktivitet och bra matvanor för alla. En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion har en särskild hemvist inom målområdet Levnadsvanor. Viktiga fokusområden inom målområdet är:

- begränsad tillgänglighet till hälsoskadliga produkter
- ökad tillgänglighet till hälsofrämjande produkter, miljöer och aktiviteter
- att stärka det hälsofrämjande och förebyggande arbetet med levnadsvanor i välfärdens organisationer

Även inom andra målområden finns det fokusområden som har betydelse för livsmedelskonsumtionen. Som ett led i arbetet mot det övergripande folkhälsopolitiska målet finns sedan 2020 en struktur för att stödja det statliga folkhälsoarbetet, som synliggör andra nationella mål som kan ha betydelse för att bidra till en jämlik hälsa. Det finns även identifierade indikatorer för att följa upp målområdena och en uppsättning relevanta hälsoutfall.

### **Avgränsningar**

De båda myndigheterna har flera andra pågående uppdrag som också har fokus på en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. De redovisas vid separata redovisningstillfällen, men myndigheterna har genomgående i arbetet beaktat eventuella synergier. Nedan tar vi upp några närliggande uppdrag och beskriver de avgränsningar som gjorts mot uppdragen som redovisas i denna rapport.

### **Matsvinn**

Att minska matsvinnet är viktig en del i arbetet mot en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och matsvinnet behöver minska i alla delar av livsmedelskedjan samt för alla kategorier av livsmedel. Matsvinn är en del av livsmedelskonsumtionen och det finns idag ett nationellt etappmål, inom Sveriges miljömål, som innefattar att minska matsvinnet i hushållsledet. Därutöver finns ytterligare ett pågående regeringsuppdrag som Livsmedelsverket har tillsammans med Statens Jordbruksverk och Naturvårdsverket inom livsmedelsstrategin. Därför inkluderas inte matsvinn särskilt i dessa uppdrag om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

### **Livsmedelsproduktion**

En hållbar (social, ekonomisk och ekologisk) livsmedelsproduktion är en förutsättning för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, eftersom det behöver finnas livsmedel och ett utbud som matchar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Att ställa om livsmedelskonsumtionen så att vi når målen både påverkar och påverkas av hur vi ställer om livsmedelsproduktionen i Sverige och vilka importerade livsmedel som finns tillgängliga att konsumera. Eftersom detta uppdrag handlar om livsmedelskonsumtionen begränsas förslagen till konsumtionen.

## Livsmedelskonsumtion och beredskap

Sedan arbetet med uppdraget påbörjades har det förändrade omvärldsläget inneburit ett ökat fokus på att stärka den svenska livsmedelsberedskapen. Livsmedelsverket ansvarar för ett flertal pågående uppdrag med fokus på beredskap.

Bland annat ska det arbetas fram konkreta mål om vilka produkter som ska prioriteras vid olika skeenden av krisen och kriget, något som i slutläget blir en kriskost. De mål som formuleras för livsmedelsberedskapen bör ge en inriktning för mängden kalorier och för vilken näringsmässig sammansättning den mat som ska finnas tillgänglig i de olika faserna. Det bör noteras att beredskap inte är ett mål utan ett medel för framtida konsumtion, och att beredskapspolitiken därför behöver ha möjlighet att ställa om till nya omständigheter. De mål som sätts för en konsumtion som främjar hälsa och miljö kan leda till konsumtionsförändringar, men eftersom förändringarna sker över tid justeras utbudet av livsmedel gradvis i samklang med konsumenternas efterfrågan. Livsmedelsberedskapen behöver förhålla sig till utvecklingen på marknaden. Enligt Livsmedelsverkets bedömning kommer de föreslagna mål, delmål, indikatorer samt förslag på insatsområden i detta uppdrag inte ha någon väsentlig påverkan på den svenska livsmedelsberedskapen. Delmålen kan leda till en ökad konsumtion och svensk produktion av livsmedel som är lagringsbara utan kyla, har lång hållbarhet, är energieffektiva och näringstäta, kräver få insatsvaror att tillverka och kan tillagas med lite eller inget vatten, är det positivt för den svenska beredskapen under kris och krig. Det kan till exempel vara enklare att upprätthålla en leveranskedja av närproducerade torkade baljväxter, som kan lagras och transporteras utan kyla, än att upprätthålla leveranskedjan för färskt kött. Klimatförändringar försämrar resiliensen i såväl ekosystem som jordbruket, och om delmålen leder till minskad klimatpåverkan så kan det leda till att förbättra livsmedelsberedskapen (3). Enligt Försvarsberedningen har folkhälsan också stor betydelse för vårt lands motståndskraft (4).-Att prioritera att äta nyttigt i fredstid bidrar därför också till en god beredskap (5).

## Bakgrund till myndigheternas förslag

Mat är grundläggande för alla och för det fysiska och psykiska välbefinnandet, men har också betydelse för människors sociala välbefinnande. Maten är dessutom särskilt viktig för barns och ungdomars möjligheter till en god tillväxt, utveckling och hälsa. Vidare påverkar den också klimatet och miljön. Över- och undernäring samt klimatförändringar är tre av de allvarligaste hoten mot människors hälsa och överlevnad.

En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion bidrar till hälsosamma liv nu och i framtiden. Enligt Food and Agriculture Organisations of the United Nations (FAO) behöver alla människor ha möjlighet att äta en kost som inte bara tillgodoser energibehovet utan även är varierad och främjar hälsan. På samhällsnivå kan en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion bidra till ökad produktivitet och ökat välbefinnande i befolkningen samtidigt som den bidrar till att skydda de planetära gränserna.

## Vad innebär hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion?

I uppdraget har vi utgått från följande definition:

”En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion tillgodoser hela befolkningens behov av näring och energi, idag och i framtiden på ett jämlikt sätt. Den främjar människors hälsa och livskvalitet och har en minimal miljöbelastning. Den bidrar till en socialt, miljömässig och ekonomiskt hållbar utveckling”(6).

Definitionen bygger på livsmedelssystemets syfte, det vill säga att förse människor med mat och på definitioner av närliggande begrepp.

I de nordiska näringsrekommendationerna (7) rekommenderas en huvudsakligen växtbaserad kost med mycket grönsaker, frukt, bär, baljväxter, potatis, fullkorn, fisk och nötter, måttlig mängd mejeriprodukter med låg fetthalt och begränsat rött kött och charkprodukter, vitt kött, sockersötade drycker, alkoholhaltiga drycker och livsmedel med hög sockerhalt och raffinerade spannmål (7). För att befolkningens livsmedelskonsumtion ska vara hållbar och hälsosam behöver de allra flesta hålla sig nära den rekommenderade kosten.

## Dagens livsmedelskonsumtion leder till ohälsa

Idag är konsumtionen av livsmedel, en av de största orsakerna till sjukdomsburden i Sverige (8). De största riskfaktorerna för ohälsa kopplat till svenskars matvanor 2019 var, förutom överkonsumtion av energi, lågt intag av fullkorn, högt intag av rött kött, lågt intag av baljväxter, högt intag av charkprodukter och högt intag av salt. Dagens livsmedelskonsumtion ökar risken för icke-smittsamma sjukdomar såsom fetma, diabetes typ 2, hjärt- och kärlsjukdom, stroke, och olika cancerformer, men även demens och depression. En fjärdedel av befolkningen riskerar att bli sjuka eller dö i förtid av matrelaterade sjukdomar såsom hjärt- och kärlsjukdom, diabetes och cancer på grund av sina matvanor (8). År 2017 var 22

procent av dödsfallen globalt sett relaterade till matvanor (9) och i Sverige är matvanorna näst efter tobak den största riskfaktorn för ohälsa och förtida död, som står för ca 8 procent av sjukdomsördan (8).

Cirka 17 500 individer i Sverige avled i covid-19 under pandemin (10). Det kan jämföras med att cirka 14 000 dödsfall per år har koppling till vår livsmedelskonsumtion, vilket motsvarar 15 procent av samtliga dödsfall i Sverige. Därutöver är det cirka 9 000 individer varje år som avlider till följd av ett högt energiintag (BMI 25 eller högre) vilket motsvarar cirka 10 procent av dödfallen (11).

### Övervikt och fetma fortsätter att öka

Övervikt och fetma är en riskfaktor i sig för flera sjukdomar, bland annat typ 2-diabetes, cancer och hjärt- och kärlsjukdom, men innebär även ökad risk för social stigmatisering och dess konsekvenser. Barn och unga med övervikt och fetma löper stor risk att ha kvar dessa tillstånd i vuxen ålder, med risk för sämre fysisk och psykisk hälsa.

Andelen vuxna som har övervikt eller fetma motsvarar i dag 51 procent, och förekomsten ökar i nästan alla grupper. Uppskattningsvis 1,5 miljoner vuxna och barn har fetma. Andelen bland vuxna under 40 år ökade nästan fyra gånger mellan 1980 och 2020, och bland dem över 40 års ålder fördubblades förekomsten av fetma (12). Övervikt och fetma är vanligare bland individer med enbart förgymnasial utbildning jämfört med dem som har eftergymnasial utbildning. Det finns även skillnader i förekomsten utifrån kön, ålder, födelseland och eventuell funktionsnedsättning samt utifrån om man tillhör en nationell minoritet eller inte. I nuläget tyder inget på att ökningen av varken övervikt eller fetma i befolkningen håller på att avstanna.

### Barns och ungas livsmedelskonsumtion ökar risken för tidigare insjuknande i icke-smittsamma sjukdomar

Bland 11–15-åringar har fetma ökat fyra gånger sedan slutet av 80-talet (13). Läsåret 2021/2022 hade nästan vart fjärde barn (14) i åldern 6–9 år övervikt eller fetma, och andelen har ökat med cirka en procentenhet per år under de senaste åren. Övervikt och fetma blir vanligare med ökad åldern för både flickor och pojkar och det finns även skillnader mellan regioner (15).

Antalet fall av cancer i unga år har ökat (16) och kostfaktorer samt övervikt och fetma är en trolig orsak (17). En studie, omfattande fler än 2,6 miljoner individer, visade att övervikt och fetma i unga år medförde en ökad risk för 18 olika cancerformer (18). Resultat från den svenska SCAPIS-studien visar också att övervikt och fetma vid 20 års ålder är starkt förknippat med en ökad risk för hjärt- och kärlsjukdom (19). Vidare har förekomsten av diabetes typ 2 hos yngre människor ökat globalt, och fortsätter att öka i många länder. Högt BMI är en av de starkaste riskfaktorerna för detta (17). Förekomsten av typ 2 diabetes har också krupit ner i åldrarna (20). I en svensk studie från 2019 hade en relativt hög andel av 6-åringarna nedsatt insulinkänslighet, något som kan öka risken för hjärt-kärlsjukdom och diabetes typ 2 senare i livet (21).

## Livsmedelskonsumtion är inte jämlik

Folkhälsan i Sverige är generellt sett god men hälsan är ojämlikt fördelad mellan olika grupper i befolkningen, till exempel utifrån socioekonomisk position. Ojämligheten innebär att det finns systematiska skillnader i hälsa mellan samhällsgrupper med olika social position. Med samhällsgrupper avses då socioekonomiska grupperingar som yrkesgrupper, utbildningsgrupper och inkomstskikt. Systematiska skillnader kan också finnas utifrån andra indelningar och förklaringar, såsom diskrimineringsgrunderna kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

En god och jämlik hälsa är viktig för både individ och samhälle och det finns mycket att vinna på att utjämna de hälsoskillnader som finns.

Även livsmedelskonsumtionen skiljer sig åt mellan olika grupper i befolkningen, till exempel utifrån utbildningsnivå och kön. Eftersom en viss livsmedelskonsumtion kan innebära hälsorisker kan detta i förlängningen bidra till en ökad ojämlikhet i hälsa om det finns skillnader i konsumtion mellan olika grupper. Det är därmed viktigt att främja en mer hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och att minska konsumtionen av ohälsosam mat och öka konsumtionen av hälsosam mat. Det gäller både för befolkningen i stort och för de grupper som löper störst risk för att drabbas av ohälsa.

Riksdagen antog 2018 ett övergripande folkhälsopolitiskt mål om att skapa samhällseliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation. Till målet finns åtta målområden vilka sammantaget fångar de samhällseliga förutsättningarna som synliggör det tvärssektoriella arbete som behov för att nå målet. Till varje målområde finns ett antal fokusområden som konkretiserar innehållet och områden som kan ge vägledning om var och hur insatser kan göras för att bidra till att nå det folkhälsopolitiska målet. En hållbar livsmedelskonsumtion och en god, matrelaterad hälsa har en särskild hemvist inom målområdet Levnadsvanor, men det har även koppling till andra målområden såsom Det tidiga livets villkor, Boende och närmiljö och En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård. Viktiga förutsättningar och fokusområden inom målområde levnadsvanor är begränsad tillgänglighet till hälsoskadliga produkter, ökad tillgänglighet till hälsofrämjande produkter, miljöer och aktiviteter och att stärka det hälsofrämjande och förebyggande arbetet med levnadsvanor i välfärdens organisationer. Arbetet med detta uppdrag syftar till att komplettera folkhälsopolitiken och folkhälsoarbetet vad gäller mål, insatsområden och indikatorer.

### Så skiljer sig livsmedelskonsumtionen åt

Livsmedelskonsumtionen skiljer sig åt mellan olika grupper i samhället. Kvinnor äter generellt mer frukt och bär samt grönsaker och rotfrukter än män, men utvecklingen över tid för konsumtionen av grönsaker och rotfrukter, frukt och bär, fisk och skaldjur samt läsk, saft och annan sötad dryck, visar att kvinnors konsumtion försämrades mer

än männens under perioden 2016–2022. Konsumtionen av grönsaker och rotfrukter, frukt och bär samt fisk och skaldjur skiljer sig även åt beroende på utbildning, ålder och ekonomiska förutsättningar.

Personer under 45 år dricker mer läsk, saft och annan sötad dryck än de som är äldre. För perioden 2016–2022 ses den största ökningen av andelen som rapporterar att dricker läsk, saft och annan sötad dryck bland personer som är 16–29 år. Men även här finns det skillnader utifrån utbildningsnivå (22).

Andelen skolelever, 11–15 år, som äter grönsaker dagligen ökade 2001/02–2021/22 medan andelen som äter frukt dagligen minskade i samtliga åldrar under samma period (13). I kostråden rekommenderas 500 gram frukt och grönsaker per dag (23), och färre än en av tio når upp till den mängden bland skolelever. Andelen skolelever som äter godis högst en gång i veckan var oförändrad 2001/02–2021/22, förutom bland 15-åriga flickor, där andelen minskade från 33 till 23 procent (13). Genom undersökningen Riksmaten ungdom (23) kan konsumtionsmönster för ungdomar sättas i ett socioekonomiskt perspektiv. Då framgår att ungdomar med högutbildade föräldrar äter mer grönsaker och fisk än ungdomar med lågutbildade föräldrar.

Några grupper som kan löpa större risk att drabbas av matrelaterad ohälsa är de med vissa funktionsnedsättningar, migranter eller utrikesfödda, nationella minoriteter, hbtqi-personer och personer som står utanför arbetsmarknaden. Det finns dock variationer inom dessa grupper precis som i andra grupper i befolkningen.

Dessa skillnader i livsmedelskonsumtion bidrar till att matrelaterade ohälsa är ojämnt fördelad i samhället. För att minska skillnaderna behöver livsmedelskonsumtionen förändras, framför allt i de grupper vars konsumtion avviker mest från rekommendationerna.

## Samhällsekonomiska konsekvenser av den matrelaterade ohälsan

Förekomsten av fetma innebär att samhället har stora kostnader för hälso- och sjukvård, produktivitetsförluster och förkortad livslängd. I en utredning till Finansdepartementet från 2011 skattades kostnaden till omkring 35 miljarder kronor per år utifrån att en halv miljon individer i Sverige hade fetma (24). Skattningen byggde på en samhällskalkyl och räknade in effekterna för samtliga individer och hushåll, samtliga företag och hela den offentliga sektorn. År 2017 uppdaterade Folkhälsomyndigheten kostnaden till 70 miljarder per år baserat på att drygt en miljon i åldern 16–84 år då hade en vikt som klassas som fetma (25). Antalet har sedan dess ökat till 1,35 miljoner personer 2022, motsvarande cirka 16 procent av befolkningen 16–84 år (26). En inflationsjusterad uppdatering landar därmed på 125 miljarder kronor för 2023 (27). Det motsvarar runt 2 procent av BNP årligen, vilket även ligger i linje med OECD:s estimerade kostnad för fetma i Sverige (28), och andra höginkomstländer (29). Ytterligare kostnadsökningar väntas om utvecklingen inte avstannar och World Obesity Federation räknar med en trefaldig ökning av samhällskostnaderna för fetma i länder såsom Sverige fram till 2060 (30).

Samhällskostnaden för övervikt och fetma hos skolbarn att den livslånga merkostnaden för samhället uppskattas till cirka 7 miljarder per årskull vid en jämförelse mellan normalvikt och övervikt eller fetma för barn som är 15 år gamla (31). Motsvarande kostnad är 4 miljarder kronor per årskull vid en jämförelse mellan normalvikt och övervikt eller fetma vid 6-års ålder. Samhällskostnaden består i huvudsak av olika produktionsförluster på grund av sjukdomsbelastning i vuxen ålder (31). Studien visar också att fetma får större konsekvenser för individen, men att övervikt kostar mer för samhället på grund av den högre förekomsten.

## Dagens livsmedelskonsumtion är inte hållbar för miljö och klimat

Sveriges livsmedelskonsumtion är inte hållbar för miljön och klimatet. Den behöver förändras så att den täcker befolkningens behov av livsmedel samtidigt som hänsyn tas till miljö och klimat, både inom och utanför Sveriges gränser. Det är i linje med Sveriges miljömål och generationsmålet, som innebär att vi ska lämna över ett samhälle där de stora miljöproblemen är lösta, utan att ha negativa konsekvenser varken inom eller utanför Sveriges gränser.

### Miljöpåverkan från livsmedel sker främst i produktionsledet

Ibland lyfts transporten av livsmedel, som en stor påverkansfaktor på miljö och klimat, men för de flesta livsmedel sker den största miljö- och klimatpåverkan i produktionen, medan transporten av livsmedel står för 5-9 procent av växthusgasutsläppen kopplat till livsmedel (32-34). Transportmedel varierar i utsläpp, där fartyg har lägre utsläpp och används ofta för internationell transport (nästan 60 procent av all livsmedelstransport), och har lägre utsläpp jämfört med flyg som dock används i en mycket mindre skala (0.16 procent av livsmedelstransporter). Tåg står för nästan 10 procent av transporten och lastbilar för drygt 30 procent (34).

Livsmedelsproduktionen bidrar till de globala miljöförändringarna (35-37) och kan kopplas till i stort sett alla stora miljöproblem, främst minskande biologisk mångfald, klimatpåverkan, övergödning och gifter i miljön. Globalt sett står livsmedelssystemet för 21-37 procent av klimatutsläppen, varav den största andelen uppstår vid produktionen (38), och det är den största bidragande orsaken till förlust av biologisk mångfald (39). När det gäller biologisk mångfald, markanvändning, vattenanvändning och ekosystem globalt sett, orsakar produktionen av animaliska livsmedel, särskilt nöt- och lammkött generellt större påfrestning än produktionen av vegetabilier (37, 39-44).

Sverige har kommit långt men också den svenska livsmedelsproduktionen har miljöutmaningar. Exempelvis bidrar produktionen till övergödning av hav, sjöar och vattendrag, samt ökat behov av variation i odlingslandskapet i vissa delar av landet (45).

## Livsmedelsproduktionens positiva effekter på miljö och klimat

Produktionen av livsmedel, både animalier och vegetabilier, kan bidra till att bevara kultur- och odlingslandskap samt ha positiv påverkan på ekosystem och biologisk mångfald (46-48). Betande djur bidrar till att hålla naturbetesmarker öppna, vilket i sin tur bidrar till att bevara den biologiska mångfalden i dessa marker. Stallgödsel från djuren som sprids på åkrarna bidrar också till åkermarkens mullhalt och markstruktur (45, 49). Jordbruket kan även fungera som en kolsänka, vilket innebär att koldioxid från atmosfären minskar. En annan positiv effekt är att viss typ av jordbruk, såsom att odla vall eller ha betande djur på naturbetesmarker kan öka kolhalten lokalt i de markerna, men enbart om jorden inte redan är mättad på kol. Effekten är dessutom reversibel (50). Sådan kolinlagring kan minska klimatpåverkan, men inte så mycket att det fullt ut kompenserar förproduktionen av särskilt animalier (50).

## Även i Sverige har livsmedelskonsumtionen stor miljöpåverkan

I en svensk studie skattas livsmedelskonsumtionens påverkan på de planetära gränserna och den visar att miljöpåverkan ligger över gränserna för alla undersökta miljöaspekter, utom vattenanvändning (41). Påverkan på den biologiska mångfalden är sex gånger högre än gränsvärdet. För växthusgasutsläpp, åkermarksanvändning och kväve- och fosfortillförsel är miljöpåverkan två till fyra gånger större än gränsvärdena (41).

I Sverige beräknas konsumtionen av mat stå för cirka 1,5 ton koldioxid-ekvivalenter per person (51), vilket motsvarar ungefär en femtedel av de svenska konsumtionsbaserade växthusgasutsläppen. Sedan 2008 har dock utsläppen per person från livsmedel minskat med cirka 18 procent (52, 53). Största delen släpps ut i andra länder, för livsmedel som transporteras till Sverige (52). Cirka 67 procent av den svenska kostens växthusgasutsläpp kommer från animaliska livsmedel, främst kött och mjölk från idisslare (41, 42). Lägst miljöpåverkan har växtbaserade livsmedel, följt av ägg och mejeriprodukter (54).

Livsmedel som enbart bidrar med energi och ingen näring, till exempel sockersötade drycker, godis och snacks bidrar också i hög grad (12-18 procent) till matens klimatpåverkan (41, 42). Dessutom är matsvinnet stort inom livsmedelssystemet, vilket innebär en negativ effekt på miljön och klimatet (55).

Det går alltså att minska livsmedelssystemets påverkan på miljö och klimat genom att ändra matvanor.

Produktionen behöver också effektiviseras. För den globala animalieproduktionen är det åtgärder såsom ökad produktivitet, bättre djurhälsa och mer effektiv avel som bedöms ha störst effekt (56). För att bromsa klimatförändringarna globalt och i Sverige behövs dock fler åtgärder inklusive en förändrad livsmedelskonsumtion (39, 40, 57).



## Så kan vi äta hållbart för miljön och klimatet

Att äta hälsosamt och hållbart för miljön och klimatet går ofta hand i hand. En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion innebär låg till måttlig mängd kött och animaliska produkter och en större andel växtbaserad mat än dagens kost (34, 39, 40, 54, 58-64). Om man dessutom minskar konsumtionen av näringsfattiga (och eventuellt energitäta) livsmedel och minskar den totala konsumtionen livsmedel kan klimatpåverkan minska med 20–70 procent (41, 42). Dessutom har en förändrad livsmedelskonsumtion visats vara ett av de mest kostnadseffektiva sätten för höginkomstländer att begränsa sina utsläpp (65).

För att minska livsmedelskonsumtionens klimatpåverkan behövs en förändring av vad man konsumerar, och hur mycket, och det inverkar dessutom på var och hur livsmedlen producerats. Svensk livsmedelskonsumtion påverkar miljön både i Sverige och utomlands. Cirka 45 procent av alla livsmedel som konsumeras i Sverige kommer från andra länder och cirka 60 procent av livsmedelskonsumtionens växthusgasutsläpp sker utanför Sverige (39, 66). Många av de livsmedel som importeras kan inte produceras i Sverige, till exempel vissa frukter och grönsaker samt kaffe och te (53). Men importen innefattar även livsmedel som kan produceras i Sverige, trots att svenska livsmedel har mindre klimatpåverkan än importerade (61). Sammantaget är klimatpåverkan lägre för produktionen av många svenska råvaror än i flera andra länder (67).

Ökad konsumtion av till exempel svenskt naturbeteskött kan främja den biologiska mångfalden och till viss del minska klimatpåverkan. Det finns också miljö- och klimatcertifieringar för att det ska vara tydligt att vissa varor har producerats med hänsyn till miljö och/eller klimat. Ekologisk certifiering visar bland annat att maten är producerad utan växtskyddsmedel och mineralgödsel samt att fodret till djuren är ekologiskt producerat och till största delen odlat på den egna gården. Ett av syftena med den ekologiska produktionen är att bidra till biologisk mångfald. I Svenskt Sigill finns det flera olika nivåer och därför också flera märken. Tillvalsmärkena Klimatcertifierad, Naturbeteskött och Arbetsvillkor bygger på Svenskt Sigills certifiering och sedan tillkommer ytterligare regler för varje certifieringsnivå och märke. Svenskt Sigill Klimatcertifierad vilar på den senaste vetenskapen om hur primärproduktionen kan minska sin klimatpåverkan.

## Livsmedelskonsumtionen är en del av livsmedelssystemet

Livsmedelssystemet inkluderar alla aktörer som påverkar och påverkas av systemet på olika sätt. Livsmedelssystemet är komplext, bland annat eftersom det rör sig om många olika aktörer, och det krävs omfattande insatser för att livsmedel ska nå konsumenten. En fungerande livsmedelsförsörjning är ett av samhällets grundläggande uppdrag, även vid samhällsstörningar (4).

Livsmedelssystemet påverkas bland annat av konsumenternas efterfrågan och beteende, producenternas agerande och de lagar och policyer som finns. Dessa påverkas i sin tur av exempelvis av tillgången till kunskap och teknologi, tillgången till och kvaliteten på produktionsfaktorer, samt sociala normer och konsumenternas

inkomstnivåer och smak. Det finns ett ömsesidigt beroende mellan livsmedelssystemets olika delar, till exempel påverkar utbud och efterfrågan varandra.

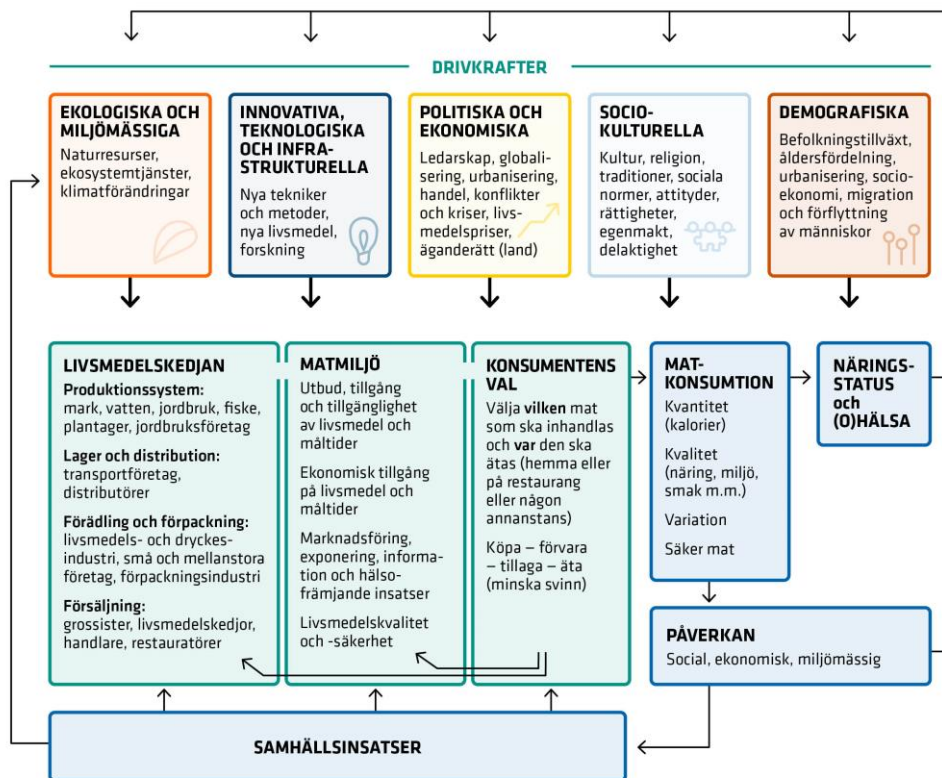
Ett livsmedelssystem utvecklas kontinuerligt och varierar mellan länder på grund av historiska, religiösa, sociala, kulturella och ekonomiska förutsättningar. Alla länder är samtidigt beroende av det globala livsmedelssystemet.

Ur ett systemperspektiv är det tydligt att många faktorer och drivkrafter i matmiljön, påverkar vad vi konsumerar. Exempel på faktorer är utbud, pris, smak, tillgänglighet och exponering. Exempel på drivkrafter är politik, priser, kultur, socio-ekonomiska förhållanden och sociala normer. Matmiljön ser olika ut i olika delar av landet, men områden med olika socioekonomiska resurser kan också ha skillnader i matkulturer och sociala normer samt utbud och marknadsföring (68).

### Faktorer som påverkar livsmedelskonsumtion

Nedan beskrivs de faktorer och samband som påverkar livsmedelskonsumtionen och som utgår från FAO:s systemkarta och bakomliggande rapporter (69), se figur 1. Det innebär att fokus har legat på de faktorer som finns i matmiljön, konsumenters val och drivkrafter som påverkar dessa. Många faktorer och drivkrafter i matmiljön, påverkar vad vi väljer och vad vi konsumerar. Exempel på faktorer är utbud, pris, smak, tillgänglighet och exponering. Exempel på drivkrafter är politik, ekonomi, kultur, socio-ekonomi och sociala normer.

Figur 1 Faktorer och samband som påverkar livsmedelskonsumtionen med utgångspunkt i FAO:s systemkarta, återgiven med tillstånd från FAO (68)



## Utbud och tillgång

Med utbud menas de produkter som sammantaget finns på marknaden. I Sverige finns det inga regelbundna undersökningar av livsmedelsutbudet, men livsmedelsartiklarna på marknaden är fler idag än för 40 år sedan. Under 2000-talet har försäljningen av grönsaker ökat dubbelt så mycket som försäljningen av frukt, medan försäljningen av bakverk har ökat tre gånger så mycket som försäljningen av bröd, och försäljningen av kött har ökat kraftigt medan fiskförsäljningen minskat. Den största ökningen gäller gruppen läsk, mineralvatten samt juice och gruppen socker, sylt, honung, choklad och konfektyr. De har ökat dubbelt så mycket jämfört med exempelvis grönsaker och övriga livsmedel. Även globalt ses liknande ökning, särskilt i låg- och medelinkomstländer. Den höga försäljningsnivån som ses i höginkomst länder tycks bibehållas genom produktutveckling och marknadsföring (70, 71). Utbudet av produkter och måltider med saltinnehåll är stort (72). Förändringarna under 2000-talet hade inte varit möjliga om inte utbudet förändrats under samma period.

För att livsmedelskonsumtionen ska bli hållbar behövs fler produkter med en hög kvalitet i produktionen, sett till bland annat djurvälstånd, användning av antibiotika och kemiska bekämpningsmedel, växthusgasutsläpp, avskogning och påverkan på biologisk mångfald och vatten (35, 37, 41, 73). Dock har svenskt jordbruk på många sätt bättre lagstiftning, reglering och förutsättningar för detta, vilket talar för att välja svenskt producerad mat.

Den samlade bilden av dagens utbud är att det inte stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Det finns visserligen många exempel på bra utbud, men inte tillräckligt många för att helheten ska vara bra.

## Tillgänglighet

Tillgänglighet till livsmedel och måltider har stor betydelse för människors konsumtion. Det gäller både fysisk och digital tillgänglighet. Den fysiska tillgängligheten handlar om hur många försäljningsställen som finns och hur långt det är till dem. I dag säljs dock livsmedel och måltider inte bara i traditionella butiker och restauranger, utan bensinstationer och detaljhandeln har ofta ett stort utbud av energitäta och näringsfattiga livsmedel. Tillgängligheten till olika typer av försäljningsställen kan variera mellan olika socioekonomiska områden. Ett ytterligare tecken på den ökade tillgängligheten är att internetförsäljning och hemtransport har ökat i samhället (74-80).

## Marknadsföring och exponering

I dag exponeras konsumenterna nästan ständigt för livsmedel och måltider genom fysisk och digital reklam och så kallad produktplacering. Forskningen visar också att ökad exponering leder till högre konsumtion. Mycket av marknadsföringen för livsmedel är inriktad på ohälsosamma livsmedel, även den som barn och unga exponeras för. Marknadsföring sker på ett stort antal arenor: på och i anslutning till försäljningsställen, utomhus på till exempel reklamplaceringar, i kollektivtrafik, i reklamutskick, i tv och radio

och i tryckta och sociala medier. En särskild utmaning är produktplacering i sociala medier och spel. Det finns tecken på att marknadsföringen kan variera mellan olika typer av socioekonomiska områden (81-89).

#### Prissättning och ekonomisk tillgänglighet

Livsmedelspriser och konsumenternas ekonomiska möjligheter har stor betydelse för val som görs. Generellt höga prisnivåer på mat, och en lägre köpkraft, riskerar att leda till mer ohälsosamma matvanor, särskilt bland dem med lägre inkomst. Energitäta livsmedel är ofta billigare per kalori än rekommenderade och näringstäta livsmedel. Priset och prisökningstakten på mer hälsosamma livsmedel är också högre än mindre hälsosamma livsmedel. Prisindex ger information om prisutveckling på olika livsmedelsgrupper. Den största ökningen av prisindex mellan 2000 och 2022 hade Frukt (223,9), Fisk (202,9) och Oljor och fetter (193,2). Lägst ökning hade alkoholhaltiga drycker (123,7), Socker, sylt, honung, choklad och konfektyr (132,8) och "Övriga livsmedel" (136,9) (90). Priskampanjer, till exempel "köp tre betala för två", gäller ofta energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel och riskerar därmed att öka konsumtionen av dessa (91-94).

#### Information, märkning och kunskap

Information och märkning på och runt mat och dryck handlar om att skydda människors hälsa och intresse. Enskilda konsumenter, inköpare med flera måste ha en möjlighet att göra medvetna val, både vad det gäller produktens kvalitet och kvalitet i produktionen (djurvälstånd, miljö- och klimatpåverkan) Livsmedelsverket visar i en undersökning att konsumenterna överlag är nöjda med livsmedelsinformationen och att de upplever att de har en god förståelse för livsmedelsinformationen, men tester av den faktiska förståelsen av märkningen visar att kunskapen är relativt låg i flera fall. Det är också viktigt att konsumenter har förtroende för och litar på livsmedelsinformation. Det är en särskild utmaning när det gäller processad mat och den ökande handeln på nätet och via appar. Information om livsmedels och måltiders miljö- och klimatpåverkan är begränsad och det finns idag ingen klimatomärkning (94-108).

En förutsättning för att kunna ta del av och förstå livsmedelsinformation är kunskap. Det handlar inte bara om kunskap hos enskilda konsumenter och inköpare utan också om kunskap hos aktörer i livsmedelssystemet. I grunden måste det finnas och genereras kunskap om faktorer som påverkar livsmedelsval, hälsa, miljö och klimat.

#### Sociala normer och attityder

Det finns normer och attityder som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, men även det motsatta. När människor träffas och umgås kring mat är det ofta energitäta och näringsfattiga mat och dryck som står i centrum. Om viktiga personer i ens närhet äter ohälsosamt ökar risken för att man själv också gör det. Synen på vad som är normalt ändras också. I dag är det till exempel inte normalt med normalviktiga vuxna eftersom mer än halva den svenska vuxna befolkningen har övervikt eller fetma. Detta kan påverka synen på vikt och hälsa.

Låg medvetenheten om miljöpåverkan från olika livsmedel kan vara ett hinder för att välja mer hållbar mat. Ett tydligt exempel är normer om att äta kött som kan vara ett hinder för att välja mer växtbaserad mat. Kvinnor är dock mer engagerade i hållbart ätande än män, och mer benägna att också ändra sitt beteende i den riktningen (94, 101, 109-111).

## Matmiljöns betydelse för livsmedelskonsumtionen

Matmiljö är den del av ett livsmedelssystem där människor interagerar med systemet för att välja, köpa och äta mat. Nya begrepp, definitioner och mätmetoder har kommit på senare år, och i dag handlar matmiljö om alla dimensioner av hållbarhet: social, miljömässig och ekonomisk. Matmiljön kan delas in i samhällelig och personlig. Det är interaktionen mellan dessa som leder till befolkningens och individernas val, alltså de köp och den konsumtion av mat och som påverkar hälsa och miljö, se figur 2.

Figur 2 De samhälleliga och personliga faktorerna i matmiljön som påverkar individens val, köp och konsumtion av mat. Bearbetad av Turner 2018 (1)



De samhälleliga förutsättningarna inkluderar faktorer som påverkar individens val, köp och konsumtion av mat, men som individen inte direkt kan kontrollera eller påverkas av

- tillgång till mat i olika affärer, restauranger eller arenor, såsom på arbetsplatser eller skolor (eng. availability; tillgång)
- kostnaden för livsmedel (eng. price; pris)
- livsmedels innehåll och sammansättning av näringsämnen, men även de typer av försäljningsställen som finns (eng. product and vendor properties; produkt- och säljaregenskaper)
- åtgärder för att påverka försäljning och konsumtion, marknadsföring, information och reglering (eng. marketing and regulation, marknadsföring och reglering).

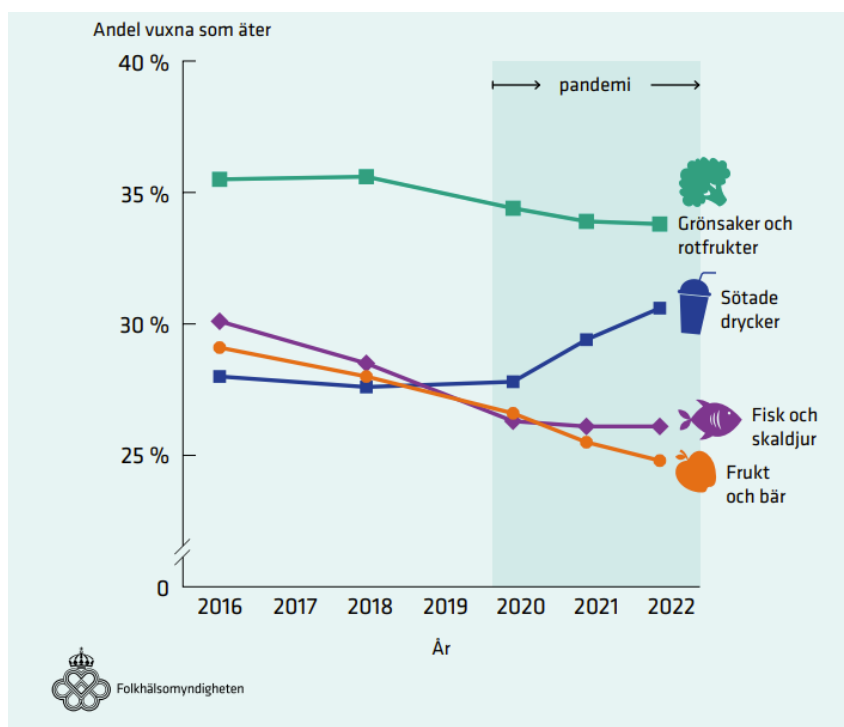
De personliga förutsättningarna inkluderar faktorer som är mer knutna till individens resurser, val eller preferenser:

- möjligheten att fysiskt kunna få tillgång till mat (eng. accessibility; tillgänglighet)
- att ha råd att köpa mat, och inte bara mat som tillgodoser energibehovet utan som också främjar hälsa (eng. affordability; ekonomisk tillgänglighet)
- med vilken enkelhet individer kan välja, köpa, tillaga och konsumera mat (eng. convenience; bekvämlighet)
- individuella preferenser, smak och kunskap (eng. desirability; önskvärdhet, matlitteracitet) (112).

## Dagens livsmedelskonsumtion enligt olika datakällor

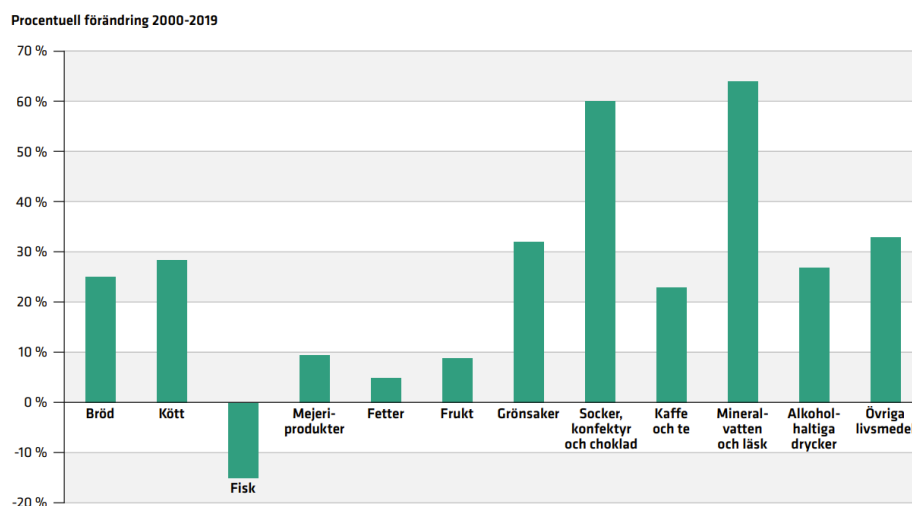
För att få en bild av dagens livsmedelskonsumtion behöver flera källor användas. Det senaste decenniets matvaneundersökningar visar att befolkningen äter för lite grönsaker, frukt, fullkorn, vegetabiliska oljor och fisk och skaldjur jämfört med rekommendationerna i kostråd. Samtidigt är konsumtionen för hög av exempelvis sockersötade drycker, bakverk, feta mejerivaror, salt, rött kött och charkuteriprodukter. Folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor (HLV) mäter utvecklingen av fyra matindikatorer: grönsaker och rotfrukter, frukt och bär, fisk och skaldjur samt sötade drycker, och alla går i en önskad riktning. Mönstret för olika grupper liknar i de flesta fall det för befolkningen i stort, men storleken på förändringen och skillnaden mellan grupper varierar. Enligt HLV 2022 har andelen som äter frukt och bär minst två gånger per dag minskat med tio procentenheter sedan 2004, se figur 3.

Figur 3 Matvanors förändring över tid baserat på fyra frågor om mat, HLV, 2016–2022



Statistik från Statistiska centralbyrån, SCB, (70) över livsmedelsförsäljningen i handeln där fasta priser, enligt SCB, kan motsvara en volymförsäljning, stödjer till viss del den utveckling som vi ser i HLV. Under 2022 minskade per capita-försäljningen i fasta priser av frukt och grönsaker jämfört med 2021, medan försäljningen av godis i fasta priser ökade. Försäljningen av godis var nästan 40 procent högre än den sammanlagda försäljningen av frukt och grönsaker (90). Försäljningen av vissa livsmedelsgrupper, mätt i volym, visar stora förändringar under 2000–2019, se figur 4. Försäljningen av fisk minskade med cirka 15 procent, medan socker, konfektyr och choklad ökade med 60 procent. Cirka 40 procent av försäljningen 2019 utgjordes av energirika och/eller näringsfattiga livsmedel såsom bakverk, chips, socker, konfektyr, glass, kaffe, te, chokladdryck, läskedrycker, mineralvatten och alkoholhaltiga drycker.

Figur 4 Procentuell förändring i volymförsäljningen, fasta priser, 2000–2019 för ett antal livsmedelsgrupper (69)



I en nyligen publicerad rapport beskrivs den regionala livsmedelsförsäljningen i dagligvaruhandel och annan servicehandel (113) och i vissa regioner var försäljningen för ett antal utvalda livsmedelsgrupper högre än förväntat utifrån befolkningens storlek, särskilt för kött- och charkprodukter. Enligt Svensk Handel är försäljningsindex högre än rikssnittet för många kommuner längs den norska gränsen, i huvudsak de som ligger i regionerna Jämtland Härjedalen, Värmland och Västra Götaland, men även Norrbotten (114). Dessa regioner kan därmed möta olika utmaningar i arbetet med att ställa om till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Data indikerar vidare att det finns ett positivt samband mellan den regionala försäljningen av energitäta och näringsfattiga livsmedel och förekomsten av fetma. Begränsningar med analysen är att den bygger på relativa data.

## Slutsatser om bakomliggande faktorer och drivkrafter till dagens livsmedelskonsumtion

Våra förslag på insatsområden bygger på följande sammanfattande slutsatser:

- Dagens konsumtionsmönster och överkonsumtion är resultatet av den fysiska och sociala matmiljö som människor lever i. Den är även en bidragande orsak till den snabba utveckling av övervikt och fetma som nu ses hos barn.
- Inget tyder på att dagens livsmedelskonsumtion på befolkningsnivå skulle förändras på något väsentligt sätt utan insatser. Alla data om utvecklingen av övervikt och fetma visar att överkonsumtionen av energi kommer att fortsätta.
- Barn har rätt att växa upp i ett samhälle som främjar hälsa, vilket innebär att välfärdens organisationer bör främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion via exempelvis undervisning, utbud i förskola och skola och mödra- och barnhälsovårdens stöd till föräldrar. Vidare lever barn inte i en egen bubbla, utan den gemensamma matmiljön måste främja hållbar konsumtion. Därmed behöver utbud, tillgänglighet, marknadsföring med mera förändras. En förutsättning för detta är att det finns styrmedel, kompetens, kunskap och uppföljning. I sammanhanget behövs mer kunskap om hur förutsättningar i samhället påverkar livsmedelskonsumtionen, särskilt barns livsmedelskonsumtion.
- Livsmedelssystemet ska förse medborgarna med mat som ger näring och en god hälsa. Men livsmedelsstrategin och andra initiativ och projekt har framför allt varit inriktade på att göra systemet mer lönsamt. En drivkraft när livsmedelsstrategin utvecklades var att minska handelsunderskottet av livsmedel på cirka 50 miljarder kronor och på så sätt stärka samhällsekonomin. Samhällsekonomi påverkas dock även av de stora kostnaderna för matrelaterad ohälsa; när strategin kom uppskattades till exempel att samhällskostnaden för fetma var 70 miljarder kronor per år. Åtgärder för ökad lönsamhet i livsmedelssektorn får alltså inte försämra förutsättningarna för en god matrelaterad hälsa. Det bästa vore i stället om dessa åtgärder också stärkte förutsättningarna för en hållbar och hälsosam konsumtion.
- Konsumtionen är starkt beroende av den kommersiella marknadens agerande. Det innebär att kommersiella aktörer i livsmedelssystemet kan driva på omställningen till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, och i förlängningen omställningen till ett hållbart samhälle.
- Människors fysiska och sociala miljö och hälsa påverkas av kommersiella aktörers aktiviteter och marknadsföring. Dessa aktiviteter (utbud, exponering, marknadsföring, pris mm) på den samlade marknaden påverkar konsumtionen i en ohållbar riktning och ökar risken för ojämlikheterna i hälsa.
- Dagens livsmedelskonsumtion har negativa effekter på folkhälsa och miljö och klimat som det offentliga samhället får bära kostnaden för i form av hälso- och sjukvårdskostnader, produktionsbortfall, klimatförändring och förlust av biologisk mångfald. Konsumtionen är starkt kopplad till verksamheter på



många olika arenor och aktörer, främst de kommersiella. För att få en förändring måste marknaden fungera bättre och det kommer att behövas nationella, regionala och lokala insatser till exempel bättre utbud, bättre marknadsföring och exponering samt ökad kunskap och kompetens. Detta förändringsarbete måste inkludera alla aktörer i livsmedelssystemet – offentliga och kommersiella samt civilsamhället.

# Förändringsteori för arbetet med hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

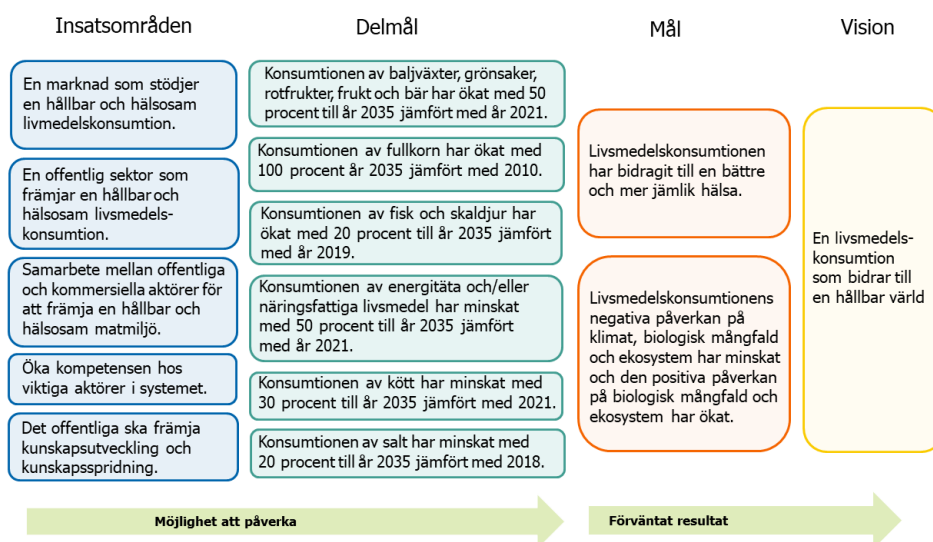
För att ge en tydlig inriktning för arbetet med en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion har vi tagit fram en förändringsteori som beskriver vad som ska uppnås, hur det ska uppnås (mål och delmål) och inom vilka områden det behöver genomföras åtgärder för att mål och delmål ska uppnås (insatsområden), se figur 5.

Visionen är: att livsmedelskonsumtionen ska bidra till en hållbar värld. För att nå dit är det nödvändigt att komma till rätta med dess påverkan på hälsa, miljö och klimat. För detta syfte har vi tagit fram två förslag på övergripande mål:

- Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en bättre och mer jämlik hälsa i befolkningen.
- Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en lägre påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem. Den har samtidigt bidragit positivt till biologisk mångfald och ekosystem.

De övergripande målen kommer att uppnås genom förändrad konsumtion av vissa livsmedel (formulerat som sex delmål, se sida 38).

Figur 5 Sveriges omställning till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion



Som nämnts tidigare i rapporten är livsmedelskonsumtionen komplex, genom att den involverar flera aktörer och påverkas av flera faktorer (regleringar, policyer, innovationer, sociala normer och kommersiella intressen). Dessa aktörer och faktorer har alltså någon inverkan på det som människor väljer att äta. För att konsumtionen ska förändras i önskad riktning behöver förutsättningarna för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion stärkas på ett sätt som inkluderar alla dessa delar, det vill säga alla aspekter som är kopplade till samhällsstruktur, organisationer och verksamheter samt individer.

Samtliga aspekter interagerar med varandra, och konsumtionen av livsmedel påverkas av de förutsättningar som finns för alla dessa olika delar. Därför behöver förändringar som ska stärka Sveriges kapacitet för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion inbegripa samtliga dessa aspekter, inklusive samhällets struktur, organisationer och verksamheter.

Figur 6 Dimensioner för arbetet med en hållbar samhällsförändring



För att påverka livsmedelskonsumtionen (delmål) och de matrelaterade samhällsutmaningarna (övergripande mål) i en önskad riktning, kommer många olika aktiviteter att genomföras, exempelvis strukturellt stöd (lagar, policyer och riktlinjer), samverkan och partnerskap som mer effektivt utnyttjar tillgängliga resurser genom gemensamma insatser, uppföljningar och utvärderingar. Men det behövs även tekniska och finansiella resurser. Inom ramen för det här uppdraget har vi identifierat fem insatsområden, varav tre fokuserar på förändrade förutsättningar medan de övriga två har fokus på kapacitetsutveckling, kunskapsuppbyggnad.

På vilket sätt förutsättningarna ska förändras behöver bestämmas mer specifikt, exempelvis genom att systematiskt kartlägga faktorer som hindrar och främjar individuella, strukturella och kontextuella förutsättningar för beteenden och beslut som rör livsmedelskonsumtionen. Dessa faktorer bidrar med kunskap som kan kallas beteendeinsikter (Tools and Ethics for Applied Behavioral Insights: The Basic Toolkit) (115). Resultatet av denna process behöver därefter integreras i policyplanering, verksamhetsplanering, insatser, hälsofrämjande arbete och kommunikation, för att med hjälp av bästa tillgängliga kunskap främja beteenden som bidrar till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion på ett ändamålsenligt och kostnadseffektivt sätt.

Sammanfattningsvis kan Sverige bidra till en hållbar och hälsosam värld genom att förändra livsmedelskonsumtionen, men det förutsätter att:

- det finns politiskt stöd för att samhällsutmaningarna som lyfts i målen behöver hanteras
- aktörer i livsmedelssystemet arbetar aktivt med stöd och incitament som främjar en positiv förändring i linje med delmålen
- förändringsarbetet inkluderar hela samhället, med offentlig verksamhet, kommersiella aktörer, organisationer, civilsamhälle och individer.

Om detta inte uppnås är det osannolikt att livsmedelskonsumtionen kommer att förändras.

## Nationella mål och delmål

Målen och delmålen baseras på den senaste vetenskapliga forskningen samt rapporter och kunskapsunderlag från myndigheter och organisationer. En referensgrupp med aktiva forskare inom relevanta områden har varit rådgivande för uppdraget. Dessutom har till exempel myndigheter, branschorganisationer inom livsmedelssystemet och civilsamhällsorganisationer gjort väsentliga bidrag i processen genom dialogmöten, andra dialoger och skriftliga kommentarer. I avsnittet om metod kan du läsa mer om denna process.

Målen beskriver de önskade effekterna av en omställning till en mer hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Delmålen beskriver de förändringar, på befolkningsnivå, i dagens konsumtion som är viktigast för att den ska bli mer hållbar och hälsosam och därmed göra att målen kan uppnås. Även om vissa grupper i befolkningen behöver göra större förändringar än andra så gäller förändringarna såväl barn, unga som vuxna. Det behövs alltså inga särskilda delmål för barn och unga på nationell nivå.

Som tidigare nämnts har arbetet utgått från det folkhälsopolitiska målet, och målen som föreslås här ska komplettera stödstrukturen för det statliga folkhälsoarbetet. Den synliggör i sin tur andra nationella mål som har betydelse för att bidra till en jämlik hälsa.

Därutöver ska de föreslagna målen fungera tillsammans med befintliga mål:

- Agenda 2030
- Sveriges miljömål
- Sveriges mål om att vara klimatneutralt 2045
- målet om minskad klimatpåverkan i Paris-avtalet.

### Nationella mål

Målen beskriver de önskade effekterna av en omställning till en mer hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. och de är formulerade på följande sätt:

**Mål 1:** Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en ökad och mer jämlik hälsa i befolkningen.



**Mål 2:** Livsmedelskonsumtionens negativa påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem har minskat och den positiva påverkan på biologisk mångfald och ekosystem har ökat.



För att nå målen behövs bättre samhällsliga förutsättningar för att äta hälsosamt och hållbart och livsmedelskonsumtionen behöver förändras.

## Nationella delmål

Delmålen beskriver de viktigaste förändringarna som behövs i livsmedelskonsumtionen för att nå målen. Alla delmål bidrar till målet om hälsa. Vidare bidrar alla delmål, förutom de om salt och fullkorn, till målet om miljö och klimat. Delmålen ska vara ambitiösa, realistiska och mätbara. De beskriver förändringar på befolkningsnivå, inte på individnivå, avser Sveriges befolkning och ska ge en riktning för samhället. Delmålen ska stämma överens med kostråd och rekommendationer för matvanor och utgår från samma princip som de nordiska näringsrekommendationerna, där hälsoaspekterna är vägledande. Därefter har miljö- och klimataspekter vägts in förutsatt att de inte är i konflikt med hälsoaspekterna.

Totalt sett behöver befolkningens konsumtion minska, så när en livsmedelsgrupp föreslås öka, till exempel grönsaker, behöver konsumtion av något annat minska. Därför är det viktigt att se delmålen som en helhet som visar på de mest väsentliga förändringarna eftersom kostens ska ses som en helhet över tid. Utöver de förändringar som beskrivs i dessa delmål behöver samtidigt matsvinnet minska.

Förslagen på hur delmålen är formulerade bygger på avvikelsen mellan dagens konsumtion och rekommendationerna, och på ambitionen att föreslå en stor förändring som ändå är realistisk att nå till mållåret 2035. Myndigheterna har valt det årtalet utifrån bedömningen att samhället ska hinna agera på förslaget till dess. Basåren är valts för att få aktuella och relevanta data, och är därför olika för delmålen. Förändringarna som föreslås är en bit på väg, men för att nå en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion behöver arbetet fortsätta efter 2035. Delmålen kan behöva uppdateras när stora, relevanta förändringar i världen sker.

I bilaga 1 finns mer information om dagens konsumtion för de olika livsmedelsgrupperna och motivering till målnivåerna.



**Delmål 1: Konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.**

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär öka. Särskilt konsumtionen av baljväxter och grova grönsaker behöver öka. Ökningen behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har lägst konsumtion idag.

En ökad konsumtion av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär främjar folkhälsan

Grönsaker, baljväxter, frukt och bär innehåller många viktiga näringsämnen, inklusive fibrer. Att äta mycket av dessa livsmedel minskar risken för hjärt- och kärlsjukdomar, övervikt och fetma, tjock- och ändtarmscancer, bröstcancer, lungcancer och död (oavsett orsak) (7, 116, 117). En låg konsumtion av baljväxter, frukt och grönsaker är bland de åtta största riskfaktorerna för ohälsa och död i Sverige (45).

Miljöpåverkan för baljväxter, grönsaker, rotfrukter och bär

Grönsaker, rotfrukter, baljväxter, frukt och bär har, tillsammans med andra vegetabilier, generellt liten klimatpåverkan per kilo jämfört med animalier (4, 7, 39, 41, 118). Den miljömässiga hållbarheten varierar dock mycket, både mellan och inom olika produkter. Exempelvis har grova grönsaker såsom kål och rotfrukter lägre klimatpåverkan än salladsgrönsaker (119). Vidare har frukt och grönt som transporterats långa sträckor större klimatpåverkan per kilo än sådana som transporterats kortare sträckor, särskilt om det gäller transport med flyg (120, 121). Grönsaker, frukt och bär bidrar endast med en liten del av ska livsmedelskonsumtionens utsläpp (mindre än 10 procent) (39, 41, 67, 122, 123)

Andra produktionsfaktorer som påverkar miljön är användning av vatten, växtskyddsmedel och gödselmedel. Vid frukt-, bär- och grönsaksodling används relativt mycket växtskyddsmedel, jämfört med vid exempelvis spannmålsodling. Frukt besprutas generellt mer än grönsaker. (41, 118). Den biologiska mångfalden påverkas negativt av omfattande monokulturer på landskapsnivå och liten variation av grödor, när naturmarker konverteras till jordbruksmark och när skörd sker på ett ohållbart sätt (37, 38). Det är alltså viktigt att den ökade konsumtionen gäller miljömässigt hållbart producerade livsmedel.

Idag odlas baljväxter på cirka 2 procent av Sveriges jordbruksmark och 80 procent av skörden går till djurfoder. Det finns alltså potential att öka baljväxtkonsumtionen genom att både odla mer och odla mer till humankonsumtion. Med mer svenskodlade baljväxter kan också klimatpåverkan från transport av importerade baljväxter minska (124).

Svenska produkter har flera mervärden

Grönsaker, baljväxter, frukt och bär som produceras i Sverige har vissa mervärden när det gäller miljö- och klimatpåverkan jämfört med produkter från vissa andra länder (67). Användningen av växtskyddsmedel och belastningen på grundvattnet är relativt låg i svensk produktion (45). Grönsaker, frukt och bär från nordiska länder har låg miljöpåverkan tack vare mindre svinn under transport och förvaring (7). Också när det gäller produktion i växthus ligger klimatpåverkan från inhemsk odling bra till i ett internationellt perspektiv (45). Sett till klimatpåverkan är det alltså bra att öka konsumtionen av grönsaker, baljväxter, frukt och bär som producerats i Sverige eller närliggande länder (45).

## Delmål 2: Konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent år 2035 jämfört med år 2010



För att främja folkhälsan behöver intaget av fullkorn, det vill säga hela kärnan av spannmålet, öka. Den ökade konsumtionen av fullkorn behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har lägst konsumtion idag.

Exempel på spannmål är vete, inklusive dinkel- och durumvete, råg, havre, korn, majs, ris och hirs.

### Ökad konsumtion av fullkorn leder till bättre folkhälsa

Låg konsumtion av fullkorn är den största riskfaktorn för ohälsa och död kopplat till matvanorna i Sverige (125, 126). Högre konsumtion minskar risken för död oavsett orsak, hjärt- och kärlsjukdom, stroke cancer och typ 2-diabetes (7, 127, 128), och risken för sjukdom och död kan minska med 13-34 procent (128). Personer som äter mycket fullkorn har också lägre kroppsvikt, blodtryck och kolesterolvärden än andra (7, 128). Ett högre intag av fullkorn i befolkningen främjar alltså folkhälsan.

Det finns vissa oönskade ämnen och miljöföroreningar i fullkorn och fullkornsprodukter, till exempel kadmium, aflatoxiner och akrylamid (127, 128) varav kadmium bedöms stå för den största risken om intaget ökar (128). Trots det bedöms nyttan av ett ökat fullkornsintag överväga riskerna (128).

### Miljöpåverkan för spannmål

Spannmål utgör en stor del av befolkningens energitillförsel men bidrar relativt lite till svenska kostens negativa klimatpåverkan. Det gäller både i Sverige och globalt (41, 42). Klimatpåverkan från spannmålsprodukter är i nivå med den från grönsaker, frukt och baljväxter, vilket alltså är lågt jämfört med kött och andra animaliska livsmedel (45, 123). Ris är det spannmål som har högst klimatpåverkan vilket beror på metanutsläpp från risfälten (7, 127).

Användning av växtskyddsmedel är lägre vid spannmålsodling än vid odling av frukter och grönsaker (45). Fullkorn och fullkornsprodukter har liknande



miljöpåverkan som raffinerade ”vita” spannmål där man tagit bort de yttre delarna som innehåller kostfiber och värdefull näring. Denna process minskar volymen av mat. Restprodukterna används till djurfoder, eller utanför livsmedelssektorn eller slängs (129, 130). Det som slängs kan ses som onödig miljöpåverkan.

Svenska produkter har flera mervärden

I Sverige äts relativt få sorters spannmål och vete dominerar. Efterfrågan på flera grödor skulle bidra till en mer varierad kost och även till att bevara av sorter med en hög genetisk variation bevaras, så kallade kulturspannmål, detta bidrar i sin tur till att öka den biologiska mångfalden (131). Svensk växtodling har strängare krav för användning av växtskyddsmedel jämfört med både EU-lagstiftningen och många andra länder. Växtodling i Sverige är en förutsättning för att hålla djur i det svenska lantbruket, den både ger foder och utgör spridningsareal för djurens gödsel (67).

**Delmål 3: Konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2019.**

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av fisk och skaldjur öka. En förutsättning för att öka konsumtionen utan ökad klimat- och miljöpåverkan, är att byta från sorter med stor påverkan som till exempel odlad lax och odlade räkor, till sorter med mindre påverkan, som till exempel sill. Andelen av befolkningen som äter enligt kostrådet ska öka och en större andel av den fisk och skaldjur som konsumeras ska vara miljöcertifierad.

Det vetenskapliga underlaget för att sätta ett mål som inkluderar annan sjömat (all typ av mat från hav, sjö och odling, även exempelvis alger) än enbart fisk och skaldjur och koppling till hälsa anses vara för svagt. Därför handlar detta delmål enbart om fisk och skaldjur.



En ökad konsumtion av fisk och skaldjur leder till bättre folkhälsa

Fisk och skaldjur är en viktig källa till flera näringsämnen som många inte får i sig tillräckligt av, såsom vitamin D, selen, jod och essentiella fettsyror. (116). Personer som äter mer fisk och skaldjur har lägre risk att drabbas av exempelvis hjärt- och kärlsjukdomar, fetma och vissa cancerformer (116). Samtidigt finns det risker med att äta för mycket fisk och skaldjur eftersom vissa sorter kommer från områden där vattnet innehåller förhöjda halter av miljögifter (116). Därför är rekommendationen att variera sort och ursprung för att inte få i sig för höga halter (116). Det gäller särskilt för gravida, ammande och barn (132).

Typ av fisk och skaldjur som konsumeras har stor betydelse för miljö och klimatpåverkan

Fisk och skaldjur har mindre klimatpåverkan än rött kött och mjölk, men mer än fågelkött (41, 42). Dessutom varierar det mycket inom denna livsmedelsgrupp (123, 133). Snittet på de sorter av fisk och skaldjur som konsumeras i Sverige är

5,2 kilo koldioxidekvivalenter (CO<sub>2</sub>e) per kilo, vilket är relativt högt då vissa sorter har ett så lågt avtryck som 0,4 kilo CO<sub>2</sub>e per kilo. Det relativt höga genomsnittet kan bero på att typerna av fisk och skaldjur som konsumeras i Sverige har relativt hög klimatpåverkan, exempelvis odlad lax och odlade räkor.

Det finns många utmaningar med produktionen av fisk och skaldjur, men trots stor variation inom gruppen är miljöpåverkan generellt lägre än för produktionen av landdjur (134). Sett till vilka livsmedel i svensk kost som bidrar till miljöpåverkan står fisk och skaldjur för en relativt liten del när det gäller landanvändning, kväve- och fosforanvändning, vattenanvändning och utrotningshastighet jämfört med animalier från landdjur (41, 42). Olika typer av fisk och skaldjur har även olika påverkan på ekosystem och biologisk mångfald, så valet har betydelse för miljöpåverkan.

De vilda bestånden behöver vara hållbara så att man kan upprätthålla eller öka fångsterna av den vilda fisk som konsumeras. Exempelvis bör inte fångsten av ostron och makrill öka (135). Här är tanken att öka konsumtionen av arter med låg miljöpåverkan utan att ökningen kommer från bestånd vars uttag redan är maximerat, för att på så sätt kan miljöpåverkan från konsumtion av fisk och skaldjur minska. Svensk produktion av fisk och skaldjur domineras av vildfångad sill och skarpsill, men mer än hälften av det som tas ur haven går till foder för fisk och andra djur (133). Om Sveriges befolkning åt mer av den sill och skarpsill som idag går till foder, skulle vi få hälsomässiga nyttor samtidigt som det skulle minska klimat- och miljöpåverkan, eftersom ytterligare mängder inte behöver fiskas (133). Konsumtionen av fisk och skaldjur kan även bli mer hållbar genom en större andel certifierade produkter.

För att kunna öka befolkningens konsumtion av fisk och skaldjur utan att öka klimat eller miljöpåverkan behöver en större andel av konsumtion bestå av arter med lägre klimat- och miljöpåverkan, exempelvis odlade musslor, vildfångad skarpsill, strömming (123, 134, 136).

**Delmål 4: Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel har minskat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.**



För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel minska. Till dessa livsmedel räknas här godis, bullar, kakor och andra söta bakverk, salta produkter (till exempel pizza och piroger), efterrätter, glass, sockersötad dryck, alkoholhaltiga drycker, salta snacks, socker och sirap. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå men framför allt i de grupper som har högst konsumtion idag.

Minskad konsumtion av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel leder till bättre folkhälsa

Energitäta, näringsfattiga livsmedel bidrar med mycket energi, socker, fett (särskilt mättat) och salt men lite näring. En hög konsumtion kan därför innebära att

energibehovet täcks utan att man får i sig tillräckligt med fibrer, essentiella fettsyror, vitaminer, mineraler och andra viktiga näringsämnen, om man då äter mindre av hälsosamma livsmedel. Det kan i sin tur ge negativa hälsoeffekter (7). Särskilt personer med relativt lågt energibehov, till exempel äldre, riskerar att inte få tillräckligt med näring om maten till stor del består av energitäta, näringsfattiga livsmedel (7). Att äta för mycket av dessa livsmedel kan också leda till viktökning.

Många av produkterna i denna grupp av livsmedel innehåller socker. De flesta äter för mycket socker idag och ett högt intag ökar risken för ohälsa även om man inte har övervikt. Det ökar också risken för karies, särskilt hos barn, och kroniska metabola sjukdomar såsom fetma, fettlevversjukdom och typ 2 diabetes (7, 137).

Minskad konsumtion av energitäta och eller näringsfattiga livsmedel minskar klimat- och miljöpåverkan

Energitäta, näringsfattiga livsmedel har generellt relativt låga klimatutsläpp per kilo livsmedel jämfört med till exempel rött kött eller ost (123). Ändå står godis, snacks och sockersötade drycker för 10–18 procent av den svenska kostens klimatpåverkan. (41, 42). Den höga andelen beror på den höga konsumtionen, vilket gäller för alla nordiska länder (138).

Störst påverkan på olika miljöparametrar från godis, snacks och drycker (exklusive mjölk) finns på fosfortillförsel, vattenanvändning och biologisk mångfald (41, 42). Kaffe, te och kakao ingår i dessa studier, men inte i detta delmål och bidrar till en stor del av miljöpåverkan. Sötsaker som baseras på rörsocker bidrar till minskad biologisk mångfald genom förändrad markanvändning och intensiva storskaliga odlingssystem med låg mångfald (7). Livsmedel som inte bidrar med viktiga näringsämnen kan betraktas som onödig konsumtion och därmed också en onödig miljöpåverkan. Genom att minska konsumtionen av dessa livsmedel skulle klimat- och miljöpåverkan minska.

**Delmål 5: Konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med år 2021.**

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av charkprodukter och rött kött minska. För att minska klimatpåverkan och minska negativ påverkan på ekosystem och biologisk mångfald behöver den totala konsumtionen av kött minskas. För att bidra positivt till ekosystem och biologisk mångfald bör en större andel av konsumtionen komma från kött som producerats med hänsyn till miljö och klimat. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå och framför allt i de grupper som har högst konsumtion idag.



Minskad konsumtion av chark och rött kött leder till bättre folkhälsa

I detta avsnitt beskrivs endast effekter på hälsan av chark och rött kött, eftersom fågelkött inte har negativa effekter (7). Med rött kött menas här produkter av nötkött, lammkött och griskött. Högt intag av chark och rött kött är några av de

största riskfaktorerna för sjukdom och död i Sverige, när det gäller mat (125). Ökat intag innebär ökad risk för bland annat cancer, hjärt- och kärlsjukdomar och död oavsett orsak, och ökningen är 4–32 procent beroende på hur mycket som konsumerades och vilken sjukdom man tittade på (9, 85, 139, 140).

Incidensen av tjock- och ändtarmscancer är större bland män än hos kvinnor (141). Data visar ingen skillnad mellan socioekonomiska grupper, men incidensen för hjärt- och kärlsjukdomar är högre bland dem med lägre socioekonomisk status (142, 143). Skillnaderna i matrelaterade hälsa skulle sannolikt minska om de som äter mest kött skulle minska sin konsumtion.

Genom att äta en mindre mängd charkprodukter och rött kött är risken lägre för dödsfall oavsett orsak, kroniska sjukdomar, inklusive diabetes, cancer (särskilt tjock- och ändtarmscancer) och hjärt- och kärlsjukdomar (7, 144). Rött kött bidrar också med flera näringsämnen, bland annat järn och zink, vilket kan ha särskild betydelse för ungdomar och kvinnor i fertil ålder.

Minskad köttkonsumtions påverkan på klimat och miljö

Produktionen av animaliska livsmedel, särskilt nötkött, orsakar generellt sett större påverkan på klimat och miljö än vegetabiliska (39, 40). I Sverige står till exempel djurhållning för cirka 50 procent av jordbrukets totala växthusgasutsläpp (145). De svenska hushållens livsmedelskonsumtion orsakar 1,4 ton CO<sub>2</sub>e per person och år, varav 0,9 ton (cirka 65 procent) beror på köttkonsumtionen (146, 147). Även andra studier har visat att konsumtionen av kött (särskilt rött kött) och mjölkprodukter bidrog mest till svenska livsmedelskonsumtionens klimatpåverkan (41, 122).

Köttproduktion kan ha både positiv och negativ miljöpåverkan och riktningen avgörs av djurslag, produktionsmetod och geografisk plats för produktionen. Vad vi konsumerar och var ifrån det kommer kan därför ha betydelse. I globalt perspektiv minskar den biologiska mångfalden på grund av dagens animalieproduktion genom användning av växtskyddsmedel i foderodling, utsläpp av gödande ämnen, vattenanvändning och uppodling av naturmarker (såsom regnskog och savann) för foderodling eller bete (38, 41). Fågelkött har en mindre påverkan än rött kött på de flesta miljöaspekterna men produktionen av kycklingkött har utmaningar kopplade till foderproduktion och gödselhantering (7). Fågel (och även gris) matas ibland med sojafoder från länder var naturmarker skövlats för att producera det, vilket resulterar i förlust av biologisk mångfald (118).

Positiva effekter på miljön från djurhållning

Djurhållning har även positiva effekter; den bidrar till att jordbruksmark och naturbetesmark hålls hävd, och stallgödseln bidrar till kolinlagring och gör att åkermarken får högre mullhalt och bättre markstruktur (148). Idisslare (nötkreatur och får) kan dessutom få sin näring från naturbetesmarker där grödor inte kan odlas, och omvandla den till kött och mjölkprodukter som människor kan äta (148). Ökad efterfrågan på animalier som producerats på detta sätt kan bidra till en positiv utveckling inom jordbruket.

Svenskt kött har flera mervärden

Svenskt kött genererar lägre utsläpp av växthusgaser än det globala genomsnittet och har bland de lägsta klimatutsläppen i Europa (46, 123, 145). Vidare har svenskt kött mindre påverkan på flera miljöaspekter jämfört med kött från andra länder. En av orsakerna är att idisslare kan bidra till att hålla naturbetesmarker öppna, som beskrivet ovan. Ökat bete i Sverige, särskilt på naturbetesmarker skulle öka den positiva påverkan på ekosystem och biologisk mångfald.

Andra mervärden för svensk animalieproduktion är god djurvälstånd och god djurhälsa samt låg antibiotikaanvändning jämfört med många andra länder (46-48), tack vare en långtgående djurskyddslagstiftning. Djuren är också generellt friskare än i andra länder, vilket den låga användningen av antibiotika indikerar (46-48).



### Delmål 6: Konsumtionen av salt har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2018

För att främja folkhälsan behöver saltkonsumtionen minska i befolkningen. Med salt menas alla saltkällor, inklusive färdigrätter och restaurangmat förutom det vi själva saltar i matlagning och på maten när vi äter. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har högst konsumtion idag.

#### Minskad konsumtion av salt leder till bättre folkhälsa

I salt finns natrium som är viktigt för olika funktioner i kroppen, men för mycket natrium är kopplat till högt blodtryck (149). Ett högt blodtryck ökar i sin tur risken för hjärt- och kärlsjukdom och är associerat med förtida död (7). Ett högt intag av salt är den femte största riskfaktorn för ohälsa kopplat till matvanorna i Sverige (125, 150). Det står för 22 procent av hjärtinfarkter och för 10 procent av strokefallen (150).

#### Salt relaterat till miljö- och klimatpåverkan

Saltkonsumtion har troligen liten påverkan på miljö och klimat och det saknas underlag för att bedöma saltproduktionens påverkan. Det är dock endast 11 procent av det salt som produceras som går till humankonsumtion (151).

## Insatsområden

Med insatsområden avses större områden inom vilka förändringar behövs för att åstadkomma en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Inom dessa områden har viktiga aktörer identifierats. Förslag på insatser ges inte, men faktorer och omständigheter som behöver åtgärdas beskrivs. Forskningen är tydlig med att det krävs många olika typer av åtgärder för att minska förekomsten av den matrelaterade ohälsan (152).

Arbetet med insatsområden har utgått från en system- och folkhälsovetenskaplig ansats. Det har inneburit att försöka besvara följande centrala frågor:

- Vilka faktorer påverkar livsmedelskonsumtionen?
- Vilka bakomliggande faktorer påverkar dessa faktorer?
- Vilka drivkrafter och incitament finns i samhället?

Fokus har legat på att undersöka:

- Varför livsmedelskonsumtionen inte är hållbar och hälsosam
- Vilka arenor och aktörer som är viktiga för livsmedelskonsumtionen

Mer information finns i kapitlet ”Uppdragets genomförande”.

Vi har använt FAO:s systemkarta och rapport (69) för att på ett strukturerat sätt identifiera faktorer och samband som har betydelse för livsmedelskonsumtionen. Det innebär att fokus har legat på de faktorer som finns i matmiljön, på konsumenters val och på de drivkrafter som påverkar valen. Mer information finns i avsnittet ”Faktorer som påverkar livsmedelskonsumtion”.

Vi har huvudsakligen haft ett nationellt perspektiv i arbetet med bakomliggande faktorer, och alltså försökt att titta på det totala och samlade utbudet samt den samlade marknadsföringen och exponeringen eller prissättningen generellt. För att utveckla vår förståelse för systemet har vi haft ett pilotprojekt för att, med hjälp av en systemanalytisk ansats, undersöka möjliga orsaker till några avgränsade områden inom livsmedelskonsumtionen (68).

## Fem insatsområden

Fem insatsområden har identifierats, och inom dem ser vi att olika insatser kan bidra till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion som kännetecknas av de föreslagna delmålen. Det innebär att insatsområdena inte är utformade för att enbart specifika delmål ska uppnås. Det går att förändra livsmedelskonsumtionen på olika sätt, och inom förslagen på insatsområden finns det utrymme för att utforma mer konkreta insatser på olika sätt så att de sannolikt får olika konsekvenser. Centrala perspektiv i arbetet med insatsområden har varit barns rätt att växa upp i ett samhälle som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och att alla har möjlighet att äta hållbart och hälsosamt (25, 153-155).

Detta är de fem insatsområdena:

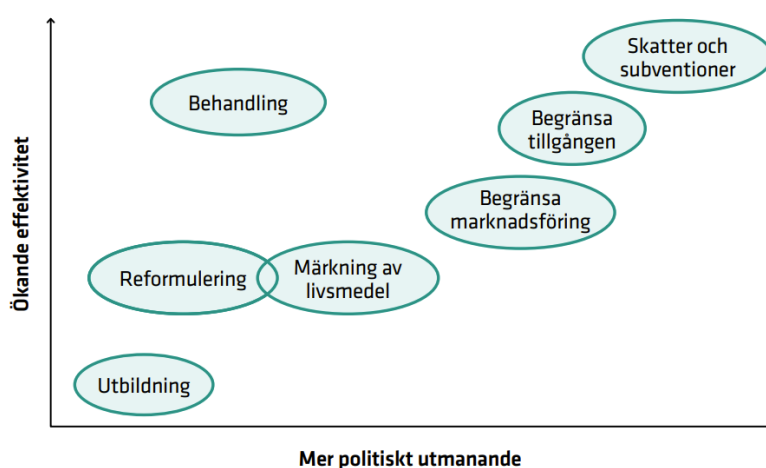
- En marknad som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion
- En offentlig sektor som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion
- Samarbete mellan offentliga och kommersiella aktörer för att främja en hållbar och hälsosam matmiljö
- Öka kompetensen hos viktiga aktörer i livsmedelssystemet
- Det offentliga ska främja kunskapsutveckling och kunskapsspridning

De tre första kan ses som huvudsakliga insatsområden, och de två övriga är nödvändiga för att insatser inom de huvudsakliga insatsområdena ska vara framgångsrika. Det finns en viss överlappning mellan de tre första, men de har olika fokus och förutsättningar.

I texten om insatsområdena beskriver vi olika faktorer och omständigheter som är kraftfulla för att nå en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Erfarenhet från andra områden som rör folkhälsa (till exempel fetma, alkohol, tobak och narkotika) visar att insatser som kan vara politiskt utmanande generellt har störst effekt (156, 157), figur 7. Dagens livsmedelskonsumtion leder till inverkan på hälsa, miljö och klimat och förutsätter handlingskraft och ansvar från beslutsfattare och andra aktörer. WHO betonar detta i sin plan för att bromsa den negativa utvecklingen av fetma (158).

Figur 1 Insatser som kan vara politiskt utmanande generellt har störst effekt. Bearbetning av Bhattacharya et al (156, 157)

### Effekt och politisk utmaning med olika styrmedel



## Insatsområde 1: En marknad som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion



Dagens samlade livsmedelsmarknad, det vill säga alla aktiviteter som rör utbud, marknadsföring, försäljning och efterfrågan, främjar inte en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Syftet med detta insatsområde är att visa vad staten och andra aktörer kan göra för att ändra detta.

Livsmedelsaktörerna verkar på marknaden utifrån hur den är strukturerad och reglerad, men kan ta egna initiativ och exempelvis se över sitt utbud, sin marknadsföring och sättet att exponera maten – antingen enskilt eller samordnat genom frivilliga överenskommelser. En fördel med frivilliga överenskommelser är att branschen själva har ägarskap för utformning och uppföljning av överenskommelsen. Den blir då väl förankrad i branschen och kan enklare justeras vid behov. Svensk dagligvaruhandel har olika branschriktlinjer och branschöverenskommelser som gäller organisationens medlemmar. Övriga försäljare, till exempel detaljhandel, omfattas inte av dessa.

Alla kommersiella aktörer har en affärsidé som de vill genomföra och utveckla, och alla vill ha en lönsam verksamhet. Det är viktigt med rättvisa och väl utvecklade regelverk som stödjer detta och en hållbar utveckling i samhället. Det finns initiativ som verkar i en önskvärd riktning och det finns utbud och en efterfrågan från konsumenten på hälsosamma och hållbart producerat livsmedel. Utöver det, pågår både produktutveckling och andra positiva initiativ från både näringsliv och civilsamhälle. Många aktörer har vidare formulerat mål och policyer för hälsa, miljö och klimat, och utifrån deras perspektiv är en minskad påverkan på klimat och miljö samt friska konsumenter som lever ett långt liv goda incitament för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

En medborgarpanel bestående av 60 deltagare fick svara på frågeställningen ”vad behöver förändras, för att du och alla andra ska kunna äta på ett sätt som är hälsosamt och hållbart för planeten, och som alla har råd med?” Resultatet från dialogen bestod av överlämnandet av 40 rekommendationer till Livsmedelsverket (230).



## Statens roll och ansvar

### Reglering

Ramverk och regler kan bidra till tillgängligheten till hälsosamma livsmedel genom att begränsa och ge incitament för marknadsaktörers agerande. Ramverk och regleringar kan även skapa förutsättningar för jämlika och rättvisa villkor för livsmedelsförsörjningen.

Enligt WHO påverkar kommersiella insatser den fysiska och sociala miljön samt människors hälsa, och i många fall driver dessa insatser på en ojämlik utveckling (159). De påverkar även klimat och miljö. Offentliga styrmedel kan användas för att skapa jämlika och rättvisa förutsättningar och incitament för de kommersiella aktörerna att förändra utbud, exponering, marknadsföring och prissättning av livsmedel i en hållbar riktning (160-162).

Sverige har en väl utvecklad reglering när det gäller livsmedelshygien och säkerhet för att skydda konsumenter mot smittsamma sjukdomar, men en begränsad reglering rörande livsmedel som ökar risken för icke-smittsamma sjukdomar eller miljö- och klimatpåverkan.

### Marknadsföring och exponering

Majoriteten av marknadsföringen av livsmedel i dag avser energitäta eller näringsfattiga livsmedel med högt innehåll av till exempel salt, socker och mättat fett, eller livsmedel som på andra sätt påverkar hälsan, miljön och/eller klimatet negativt (85, 88). En hög konsumtion av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel utgör en hälsorisk. Det finns i dag ett regelverk för alkoholdrycker – ett livsmedel som kan vara hälsoskadligt (163). Enligt regelverket ska marknadsföring av alkohol vara måttfull, vilket innebär att marknadsföringen inte får vara uppsökande, påträngande eller uppmana till bruk. Vissa livsmedel kan liknas vid alkoholhaltiga drycker ur marknadsföringssynpunkt, på så sätt att de kan utgöra en hälsorisk vid för hög konsumtion och att konsumtionen därför behöver vara låg ur ett folkhälsoperspektiv. Begränsningar kring marknadsföring av livsmedel i form av att den inte ska vara uppsökande, påträngande eller uppmana till konsumtion kan bidra till att förutsättningarna för barn och unga att växa upp i ett samhälle som främja hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

I WHO:s handlingsplan för att förebygga och kontrollera icke smittsamma sjukdomar föreslås insatser för att minska alla former av marknadsföring, inklusive digital, av livsmedel med högt innehåll av energi, mättade fetter, transfetter, tillsatt socker och salt (164).

Konsumenter, inklusive barn och ungdomar, möts idag av marknadsföring av livsmedel i en rad olika sammanhang och kanaler (84, 88). Det finns ett behov av att se över om marknadsföring kan begränsas i vissa kanaler, med ett särskilt fokus på barn och ungdom.

Barnkonventionen förtydligar i artikel 3 att barnets bästa ska beaktas i första hand vid beslut som rör barn och enligt artikel 24 ska barn ha rätt till bästa möjliga hälsa. Dessa båda artiklar bör väga tyngre när det gäller marknadsföring i olika kanaler, än vad som är fallet idag.

Marknaden kan bättre bidra till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion om man inför incitament och regelverk för att minska eller begränsa marknadsföringen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel, till fördel för en ökad marknadsföring av vegetabilier och näringsstäta livsmedel. Reglering av marknadsföring och exponering kan ge marknadsaktörer incitament att arbeta med nudging.

Den forskning som finns visar att marknadsföring av mat påverkar barn och ungas matpreferenser och konsumtion. Ett förbud mot marknadsföring kan utformas på flera olika sätt. Förbudet kan riktas brett, mot all typ av marknadsföring till barn och unga, eller vara mer specifikt och förbjuda marknadsföring av utpekade produkter eller på särskilda platser. År 2019 genomförde Statskontoret en juridisk analys som visar att det skulle vara möjligt att införa ett nationellt förbud mot marknadsföring av ohälsosamma livsmedel till barn. Storbritannien planerar att införa en reglering som begränsar priskampanjer och placeringar för produkter som innehåller mycket fett, socker och salt (165). Hälsosamma livsmedel väntas därmed bli mer synliga och tillgängliga, vilket i förlängningen kan stödja befolkningen att leva mer hälsosamt, förutsatt att regleringen efterlevs. Även i Norge har en expertgrupp, på uppdrag av regeringen, lagt fram fem åtgärdsförslag som bedöms kunna påverka konsumenter mot en mer hälsosam livsmedelskonsumtion. De fem förslagen innebär gratis frukt och grönt till barn och unga, skatt på sockerhaltiga drycker, förbud mot marknadsföring av ohälsosam mat och dryck till barn och unga, obligatorisk märkning av livsmedel samt reformulering och portionsstorlekar (166).

#### Ekonomiska styrmedel

Ekonomiska styrmedel kan handla om skatter, subventioner, avgifter eller andra stöd och skattelättnader. I WHO:s handlingsplan för att förebygga och kontrollera icke-smittsamma sjukdomar föreslås en rad olika ekonomiska verktyg (164). Även European Health and Digital Executive Agency (HADEA) har på uppdrag av kommissionen kartlagt ekonomiska styrmedel eller andra policyer som syftar till att minska konsumtionen av alkohol och livsmedel med högt innehåll av salt, fett och socker (167).

När det gäller livsmedelsskatter har flera länder infört olika varianter, till exempel differentierad moms eller punktskatt. Det är främst skatt eller producentavgifter på sockersötad dryck som undersökts vetenskapligt (161, 168). Subventioner av till exempel frukt och grönsaker har undersökts i mindre omfattning (161), men eftersom de fasta kostnaderna för dem är högre än för andra livsmedel drivs ofta priserna upp i områden där efterfrågan är låg, vilket kan tala för att subventioner skulle kunna minska skillnader i konsumtion. Det behövs vidare utredningar av subventioner och stöd, som ges genom hela livsmedelskedjan för att se hur dessa

påverkar tillgången till och konsumtionen av livsmedel som inte främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

#### Märkning och information

Märkning av och information om produkter ska ge konsumenten stöd vid inköp av livsmedel och måltider. Olika konsumentgrupper reagerar olika på positiv kontra negativ märkning (169, 170). Det finns reglerad märkning om närings- och hälsopåståenden, men det finns idag ingen klimatomärkning. Framsidesmärkningars effekter på inköpsbeteende är inte klarlagda. Överlag saknas kunskap om hur stora effekter märkningar har och om den kan förbättra hälsan och matvanorna hos befolkningen överlag.

I Sverige används märkningen Nyckelhålet för att göra det enklare för konsumenter att välja mer hälsosamma livsmedel. Märkningen kan påverka konsumenters köpbeteende och fungerar även som en ledstjärna för livsmedelsindustrins produktutveckling, vilket kan öka utbudet av hälsosamma livsmedel.

#### Kommersiella marknadsaktörer roll och ansvar

Kommersiella aktörer har möjlighet att ta enskilda initiativ eller agera genom branschöverenskommelser om till exempel utbud, exponering och marknadsföring. Svensk dagligvaruhandel har olika branschriktlinjer och branschöverenskommelser som gäller organisationens medlemmar. Övriga försäljare, till exempel detaljhandel, omfattas inte av dessa.

#### Utbud och reformulering

Reformulering, det vill säga att förbättra det näringsmässiga innehållet i produkter, kan bidra till att förbättra individers näringsintag. Studier, framförallt kring salt och transfett, visar att reformulering generellt accepteras av konsumenter, och kan leda till förbättrat näringsintag (171). Branschöverenskommelser för salt respektive sockersänkning håller på att utarbetas i Sverige (172). Livsmedelsverkets kommande slutrapport för regeringsuppdraget, uppdrag att genomföra åtgärder för ett minskat saltintag och ett minskat intag av energitäta näringsfattiga livsmedel, presenterar en modell för branschöverenskommelser (173). Denna modell har tagits fram av företrädare för branschföreningarna för några livsmedelsproducenter.

WHO har tagit fram en näringsprofil för att kategorisera livsmedel utifrån deras möjlighet att främja eller förebygga ohälsa. Näringsprofilering av livsmedel kan användas inom policyarbete för att höja näringskvaliteten i kosten eller vid reglering av marknadsföring. Fokus ligger på innehållet av till exempel socker, salt, fett och energi i olika livsmedel (174).

Det finns många olika metoder för att reglera utbudet av livsmedel, men litteraturen som utvärderar nationella regleringar av utbudet är begränsad. Sätt att justera utbudet kan vara regleringar som syftar till reformulering av livsmedel, att ställa krav på eller förbjuda ohälsosamma livsmedel eller reglera storleken på förpackningar eller portioner.

Inom EU:s uppförandekod om ansvarsfull livsmedelsindustri och marknadsföring finns en målsättning om att livsmedelskonsumtionsmönster ska bli bättre och att matmiljön ska göra det lättare att välja hållbar och hälsosam mat (175). UNESDA (176) soft drink Europa är en medlemsorganisation för producenter av icke-alkoholhaltiga drycker, står bakom koden och vill särskilt sänka sockerhalten i produkter. De har åtagit sig att minska mängden tillsatt socker i läsk med 10 procent under 2019–2025 i EU-27 och Storbritannien. Målet ska uppnås genom receptförändringar, mindre förpackningar och fler sockerfria alternativ. I Sverige har branschen främst satsat på ett ökat utbud och ökad försäljning av sockerfria produkter (177).

#### Utbud av nya produkter

Det behövs innovation och produktutveckling, bland annat av växtbaserade produkter med en näringsprofil som gör att de kan ses som alternativ till animalieprodukter. Behovet av vegetabiliska färdigrätter kommer sannolikt att öka. Det finns också ett stort behov av produktutveckling av baljväxter.

Andelen produkter med hög produktionskvalitet (när det gäller bland annat djurvälstånd, antibiotikaanvändning, användning av bekämpningsmedel och påverkan på övergödning, klimat och biologisk mångfald) behöver öka på marknaden. I många avseenden talar det för svensk produktion.

#### Marknadsföring och exponering

I EU:s barnrättsstrategi lyfts insatser som rör livsmedelskonsumtion, bland annat att ta fram bästa praxis och en frivillig uppförandekod för att minska barninriktad marknadsföring på internet om produkter med högt innehåll av socker, fett och salt (155). Även inom EU:s ”Beating cancer”-plan föreslås uppförandekoder för att minska marknadsföring av ohälsosamma livsmedel till barn.

Marknadens kommersiella aktörer kan påverka konsumtionen av livsmedel och måltider genom exponering, eftersom konsumenters val påverkas av var livsmedel placeras och hur de är lättillgängliga (178, 179). Portionsstorlekar, förpackningar och storlek på tallrikar, bestick och glas påverkar även hur mycket både barn och vuxna äter (179-181). Det finns även ett samband mellan ohälsa och exponering för energität mat (182). Ett stort utbud av frukt och grönsaker har också visat sig öka konsumtionen av frukt och grönsaker (183). En kombination av annonsering och produktexponering på inköpsstället kan leda till ökad försäljning av hälsosamma produkter, och effekten blir ännu större om även priset sänks (183). Placering av maträtter på menyn kan påverka konsumentens val. Genom att göra det hälsosamma alternativet till standardalternativet ökar sannolikheten för att individer väljer det alternativet (184). I en studie placerades en vegetarisk rätt i stället för en köttträtt överst på menyn i en lunchrestaurang, och då minskade de sålda köttträtterna med 11 procent, vilket motsvarade 6 procent minskning i dagligt växtgasutsläpp från försäljningen (185).

Kommersiella aktörer på marknaden kan även förbättra den digitala marknadsföringen. En studie av marknadsföringspolicyer på många av de största sociala medie-plattformarna visade att endast några få hade restriktioner för marknadsföring av ohälsosam mat, trots att de flesta hade restriktioner för marknadsföring av alkohol, tobak, spel och viktminskning (87).

#### Märkning, information och nudging

EU:s uppförandekod betonar betydelsen av att tillhandahålla transparent, frivillig produktinformation till konsumenter, exempelvis digitalt. Enbart information till konsumenter i en livsmedelsbutik verkar inte ha någon effekt på konsumenters köpbeteende av livsmedel eller drycker. Dock har priskampanjer eller olika uppmaningar ("cues") vid köptillfället effekt på köp av olika typer av produkter (186).

Nudging eller information vid själva köpet, mestadels vägledande framsidesmärkning på livsmedlen, kan ha en liten effekt (187) på köpbeteende. Nudging som är baserad på information och märkning, kombinerad med emotionell nudging, kan ge större (107) effekt.

Nudging handlar om att designa en valsituation så det önskvärda beslutet blir det som är lättast att fatta, utan att inskränka konsumenters valmöjligheter. Det har använts inom statligt arbete i några länder, men inte som officiellt styrmedel. Överlag visar slutsatser från flera systematiska litteraturöversikter och rapporter att nudging kan ha effekt på valet och intaget av mat. Det är däremot svårt att avgöra hur stora effekterna är och om de bibehålls över tid.

Få studier har undersökt märkning vid hyllan, men alla visar positiva, men små effekter på köp av livsmedel, antingen genom att köpen av hälsosamma livsmedel ökar eller genom att köpen av ohälsosamma livsmedel minskar. Grafisk märkning i samband med val och köp av livsmedel kan leda till att fler väljer mer hälsosamma livsmedel (188).

Det finns begränsad forskning om effekter av informationskampanjer om att främja en hälsosam livsmedelskonsumtion. Flera av de informationskampanjer som tas upp i litteraturen avser att mer generellt uppmana till beteendeförändringar som kan förbättra hälsan, snarare än att påverka livsmedelskonsumtionen specifikt. Informationskampanjer kan vara viktiga för öka acceptansen för andra styrmedel hos allmänheten. Det kan också vara ett sätt att förändra hur allmänheten, privat sektor, politiker och beslutsfattare ser på ett problem.

#### Pris

Utöver statens insatser som rör prisfrågor, kan kommersiella aktörer på eget initiativ ändra prisbilden på olika livsmedelskategorier så att den främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Människor upplever att frukt och grönsaker är för dyrt i jämförelse med ohälsosam mat. Snabbmat upplevs mindre kostsamt än till exempel hemlagad mat. Priskampanjer i butiken upplevs vara mer fokuserade på ohälsosamma livsmedel (94). I en studie har barn dokumenterat sin matmiljö i

Sverige, och 74 procent av alla specialerbjudanden i butik och försäljningsställen gällde energitäta och näringsfattiga livsmedel (84). Ekologisk mat och hälsosam mat upplevs vara för dyr (94).

Studier visar att sänkt pris på hälsosamma produkter kan vara ett effektivt sätt att öka försäljningen av dessa, särskilt i kombination med information och andra stödjande insatser (187). Multi-buys av godis, läsk och andra energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel främjar inte en hållbar konsumtion. En reglering av mängdrabatt (multibuys) på energitäta och/eller näringsfattiga produkter kan därmed vara en effektiv åtgärd.

## Insatsområde 2: En offentlig sektor som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion



Offentliga sektorn har ett långtgående ansvar för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Många offentliga aktörer har uppdrag som på olika sätt kan påverka eller påverkas av livsmedelskonsumtionen i landet. Beslutade mål och strategier är styrande för relevanta offentliga verksamheter. Dessutom tillhandahåller offentliga verksamheter mat och måltider. Detta insatsområde syftar till att

- måltidsmiljön och utbudet inom offentligt finansierade verksamheter ska främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion
- offentliga organisationer ska främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion inom sitt ordinarie grunduppdrag.

### Måltidsservice och utbud

Livsmedel och måltider, som offentligt finansierade verksamheter tillhandahåller bör främja en hållbar och hälsosam konsumtion. Det kan åstadkommas genom att till exempel ställa krav på att offentliga verksamheter har policyer och upphandlingsriktlinjer som främjar detta.

Måltider som serveras inom förskola, skola och omsorg är exempel på måltidsservice på kommunal nivå. En kostpolicy i skolan kan ha positiv inverkan på barns matvanor, både i skolan och på fritiden. En sådan policy kan till exempel handla om riktlinjer för skolmåltider och att ha ett hälsosamt utbud i skolkafeterian (189). Livsmedelsverkets undersökningar visar en positiv utveckling i stort och att mat och måltider har hamnat högre på kommunernas agendor, men också att det finns utrymme för utveckling och förbättring. Majoriteten av kommunerna har en måltidspolicy eller motsvarande som beskriver riktningen för arbetet med måltiderna i förskola, skola och äldreomsorg (189). Dessa policyer inkluderar nästan alltid en hänvisning till Livsmedelsverkets riktlinjer för måltider i förskola, skola och äldreomsorg (189). Omkring åtta av tio kommuner har också satt mål för sina livsmedelsinköp. Det vanligaste är mål för inköp av ekologiska livsmedel, medan en majoritet av kommunerna helt saknar mål om en hälsosam livsmedelskonsumtion.

Skollagen ställer krav på att skolmåltiderna i grundskolan ska vara kostnadsfria och näringsriktiga, men preciserar inte vilka måltider som omfattas eller hur kraven ska tillämpas och följas upp. SkolMat Sverige (190) har undersökt den miljömässiga hållbarheten inom skolmåltider, och kartläggningen visar att arbetet med miljömässig hållbarhet av skolmåltiderna ökat, men att det fortfarande finns förbättringspotential inom alla undersökta områden. Skolmat Sverige har ett webbaserat verktyg, som hjälper skolor och kommuner att utvärdera och höja skolmåltidens kvalitet. En utvärdering (191) av verktyget visar att det kan leda till högre näringskvalitet i skolluncher.

En viktig åtgärd för att förebygga undernäring hos äldre som bor hemma är att låta måltidslösningarna utgå från individens önskemål och behov. Det är dock bara hälften av kommunerna som erbjuder flera olika typer av måltidsstöd (192). Matlåda är det vanligaste måltidsstödet som erbjuds.

Livsmedel och måltider säljs också på offentligt finansierade arenor, ofta på entreprenad, till exempel sport- och simhallar. Detta utbud kan i större utsträckning främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och kommuner kan stödja och ställa större krav på verksamheter (193, 194).

Regioner bedriver många verksamheter som omfattar måltidsverksamhet: patientmåltider, matsalar, restauranger och kaféer för besökande i offentliga utrymmen. Ibland bedrivs dessa i egen regi, ibland genom upphandling eller avtal med annan utförare. Både utbudet och måltidens inramning inom dessa verksamheter behöver främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Få regioner som har policyer och riktlinjer som omfattar alla dessa verksamhetsområden. Maten på sjukhus är en viktig del av vården och god mat som är baserad på patientens behov och önskemål är grundläggande för att främja hälsa och tillfrisknande samt öka välbefinnandet. För att få en jämlik vård är det viktigt att patientmåltider i hela landet utvecklas i en hållbar och hälsosam riktning. Livsmedelsverkets riktlinjer visar hur arbetet med sjukhusmåltider kan utvecklas i en ändamålsenlig och hållbar riktning med patienten i centrum.

Även staten har flera verksamheter som inkluderar måltidsservice, genom exempelvis Försvarsmakten, Kriminalvården och Statens institutionsstyrelse (80).

### Livsmedelsfrågor finns inom många aktörers ordinarie uppdrag

Alla offentliga verksamheter lyder under regeringsformen, som bland annat framgår av § 2: ”Den enskildes personliga, ekonomiska och kulturella välfärd ska vara grundläggande mål för den offentliga verksamheten. Särskilt ska den allmänna trygga rätten till arbete, bostad och utbildning samt verka för social omsorg och trygghet och för goda förutsättningar för hälsa. Det allmänna ska främja en hållbar utveckling som leder till en god miljö för nuvarande och kommande generationer.”

De flesta politikområden är relevanta för att utveckla livsmedelssystemet och därigenom livsmedelskonsumtionen. En genomgång av regeringens budget för 2020 visade att livsmedelsfrågor nämndes i cirka tio utgiftsområden. Det betyder att livsmedelskonsumtionen är en systemövergripande fråga som kräver samverkan mellan flera politikområden och departement. En kartläggning från Nya Zeeland visar att ett stort antal regeringsorgan har en nyckelroll eller stödjande roll för livsmedelspolitiken (195). Någon liknande kartläggning har inte gjorts i Sverige.

Hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion kan beaktas i olika lagstiftningsfrågor och regelverk. Exempelvis skulle Plan- och bygglagen kunna utvecklas så att den blir ett stöd för att utforma en hållbar och hälsosam matmiljö utanför skolor och förskolor. I ”Jord till bord”-strategin finns en ambition att integrera många hållbarhetsaspekter i livsmedelsområdet. Livsmedelslagstiftningen finns för att konsumenter ska vara trygga med att livsmedel i Sverige är säkra och inte skadliga för hälsan.

I miljömålsrådets programområde ”Styrmedel för hållbar konsumtion” föreslås insatser för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion bland barn och unga. Ett förslag handlar om att bredda skollagens reglering om skolmåltider så att den omfattar både näringsriktighet och hållbarhet och att skollagens reglering av skolmåltiderna ska omfatta samtliga skolformer. Det behöver också tydliggöras om kravet på näringsriktiga och kostnadsfria skolmåltider i skollagen omfattar frukost, mellanmål och kafeterior i svenska skolor, och i så fall på vilket sätt.

Många statliga myndigheter kan beakta frågor om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Ett sätt att hantera detta är att de får instruktioner som tydliggör ansvaret för insatser för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

På regional nivå bör en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion beaktas i regionala utvecklingsstrategier och planer. De flesta regioner har policyer eller strategier för folkhälsa som med fördel skulle kunna integreras i det regionala utvecklingsarbetet. I regionala livsmedelsstrategier bör livsmedelskonsumtion och hälsoaspekter inorporeras.

Den matrelaterade ohälsan är spridd i hela befolkningen, men det finns geografiska och socioekonomiska skillnader. Detta ställer krav på hälso- och sjukvårdens preventiva arbete och på att arbetet är kunskapsbaserat vad gäller hållbar och



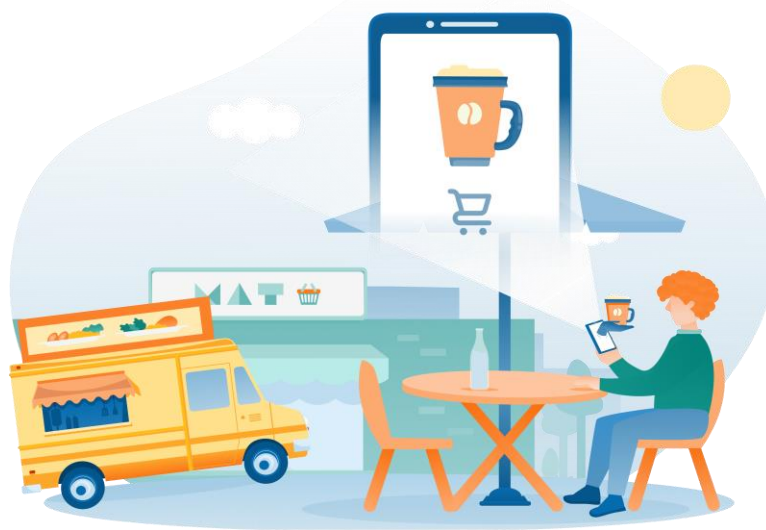
hälsosam mat, metoder och matmiljöns betydelse för patientens livsmedelskonsumtion och beteende. Det är också väsentligt att hälso- och sjukvården kan delta i ett hälsofrämjande arbete och påverka de samhälleliga förutsättningarna för matrelaterad hälsa. Detta är något som bland annat lyfts i den nationella cancerpreventionsplanen för 2024–2030 (196).

På kommunal nivå kan många insatser göras för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, bland annat inom skolan och förskolan. Inom förskola och skola finns möjligheter till multikomponenta insatser som omfattar rutiner, pedagogik och strukturer som kan uppmuntra till hållbara och hälsosamma matvanor. Interventioner med bäst effekt inkluderar policyer för ett mer hälsosamt matutbud, men också undervisning om mat och hälsa i den ordinarie läroplanen, som pågår i minst ett år och som inkluderar föräldrar.

Med tanke på skolans kompensatoriska uppdrag är det hälsofrämjande arbetet särskilt viktigt för de barn vars hemmiljö inte ger tillräckligt stöd. Elevhälsan ska enligt skollagen vara förebyggande och hälsofrämjande och arbetet utgörs av bland annat hälsosamtal med elever där matvanor tas upp.

Det finns ett behov av mer kunskapsbaserat arbete inom socialtjänst och omsorg. Personer med funktionsnedsättning rapporterar genomgående sämre livsvillkor, levnadsvanor och hälsa än andra och många kommuner efterfrågar ett nationellt kunskapsstöd när det gäller hälsofrämjande och förebyggande folkhälsoinsatser som också når personer med funktionsnedsättning (197).

### Insatsområde 3: Samarbete mellan offentliga och kommersiella aktörer för att främja en hållbar och hälsosam matmiljö



I detta insatsområde tydliggörs roller och ansvar för vår gemensamma matmiljö. Vidare beskrivs att insatser behöver göras på flera plan.

Konsumenters val av livsmedel styrs av utbud, fysisk och ekonomisk tillgång, marknadsföring, exponering och information; livsmedelskvalitet (produkt och produktion) och livsmedelssäkerhet. Dessa faktorer samverkar även med personliga faktorer såsom fysisk och ekonomisk tillgänglighet (köpkraft) till livsmedel, sociala normer och individuella preferenser såsom smak och kunskap (önskvärdhet eller matlitteracitet). Dessa faktorer kan påverkas av en rad olika drivkrafter, till exempel sociokulturella, politiska och ekonomiska (69).

Hållbara och hälsosamma matmiljöer innebär att mat och drycker som bidrar till hållbar och hälsosam konsumtion är de mest tillgängliga, ekonomiskt tillgängliga, prisvärda, njutbara och allmänt marknadsförda. I dessa miljöer är det hälsosamma och hållbara valet standard och det mest attraktiva valet, samtidigt som man begränsar tillgången till och marknadsföringen av mat som är förknippad med ohälsosam och ohållbar konsumtion. Detta innebär att politiska beslut kan vara nödvändiga för att påverka faktorer i matmiljön, med insatser på nationell, regional och lokal nivå. Många aktörer behöver bidra för att förbättra matmiljön: politiker, kommersiella aktörer, offentliga aktörer och konsumentorganisationer och andra civilsamhällesorganisationer. Olika policyåtgärder för att påverka matmiljön kan även ha effekt på konsumtionen (198).

Nätverket INFORMAS (International Network for Food and Obesity/Non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support) har utvecklat ett verktyg för att bedöma vilka insatser som ett land, en region eller en kommun har implementerat, för att stödja en hälsosam matmiljö, Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI) (199). Verktyget består av två delar, policyåtgärder och infrastrukturaspekter. En genomgång av europeiska länder som arbetat med Food-EPI publicerades 2022 (200), där bland annat Finland och Norge ingick.

Även verktyget Nourishing benchmarking är framtaget för att jämföra olika länders policyåtgärder för en hälsosam matmiljö. Med verktyget kan tio olika policyområden bedömas. I en rapport från Världscancerfonden och norska Folkhälsoinstitutet jämfördes 30 europeiska länder, inklusive Sverige. Sverige fick som högst omdömet ”moderate”, mitten på en femgradig bedömningskala för kvaliteten och nivån när det gäller att implementera policyåtgärder för det specifika policyområdet (201). Sverige bedömdes sakna policyåtgärder inom två av policyområdena: förbättra nutritionskvaliteten genom hela livsmedelskedjan och sätta upp incitament och regler för en hälsosam matmiljö inom detalj- och dagligvaruhandeln samt restauranghandeln eller matservice (201).

EU:s uppförandekod om ansvarsfull livsmedelsindustri och marknadsföring har en central roll för att öka tillgängligheten och tillgången till hållbar och hälsosam mat för alla. EU-kommissionens genomgång av koden och dess tillämpbarhet visar att den är bred och flexibel. Den är öppen för olika typer av företag och organisationer från alla relevanta sektorer, den inkluderar livsmedelsproduktion, distribution och marknadsföring, och de som ställer sig bakom koden får själva bestämma och designa sitt engagemang så länge de på ett övergripande plan är i linje med någon av kodens sju ambitioner. EU-kommissionen ser detta som både en styrka och en

svaghet. Om koden ska vara relevant bör den inte vara för snäv, men det är också en utmaning att följa upp hur väl olika organisationer uppfyller kodens ambitioner. I kommissionens rapport lämnas förslag på att utreda om, och i så fall hur, man kan sätta mer konkreta mål och indikatorer för vissa områden för att stärka incitamenten för förändring och jämförbar uppföljning, uppmuntra till större ansvarsutkrävande och transparens i arbetet och stärka plattformar för samverkan mellan organisationerna.

Den fysiska matmiljön kan påverkas av beslut och insatser på den nationella nivån, till exempel lagstiftning som rör marknadsföring och åtgärder från nationella livsmedelsaktörer. Den lokala marknadsföringen av livsmedel och måltider är dock mycket omfattande, liksom människors exponering för den, vilket betyder att lokala aktörer har ett stort ansvar för att forma en hållbar och hälsosam matmiljö.

Tillgången till livsmedel och måltider är en mycket viktig faktor, för forskning visar att till exempel antalet försäljningsställen och närheten till dem kan påverka livsmedelskonsumtionen. Förekomsten av övervikt och fetma bland barn har samband med hur nära man har till olika inköpsställen med mestadels energität och relativt näringsfattig mat, ofta snabbmat, och hur många sådana som finns i närheten (33, 202-205). Bland vuxna verkar det finnas ett samband mellan närhet till många snabbmatsrestauranger och högt BMI, högt blodtryck och förekomst av diabetes typ 2, metabolt syndrom och hjärt- och kärlsjukdom (76).

Matmiljön behöver utformas så att den särskilt skyddar sårbara grupper, till exempel barn och ungdomar eller personer med funktionsnedsättning. Hur många försäljningsställen av livsmedel och måltider är det rimligt att ha? Hur många snabbmatställen? Hur kan utbudet och försäljningen av mer hälsofrämjande produkter främjas? Många detaljhandelsbutiker (75) säljer livsmedel, ofta godis och läsk, som ibland är placerade i kundvarv ute i butik, men oftast vid kassorna. Detta är frågor som behöver diskuteras och hanteras i lokalsamhället, men nationella aktörer har också ett stort ansvar, till exempel kedjor med flera försäljningsställen.

Kommuner kan fastställa kostpolicier för att främja hållbart producerade livsmedelsprodukter och måltider samt hållbar och hälsosam matsservering, vilket kan påverka både den egna verksamheten och verksamheter i kommunägda lokaler. Kommuner kan också ta initiativ, genom exempelvis överenskommelser, till samverkan med företrädare för det lokala näringslivet och civilsamhället för att skapa en hållbar och hälsosam matmiljö. I etableringspolicier kan ställningstaganden för en hållbar och hälsosam matmiljö vara ett sätt att få ett balanserat, hållbart och hälsosamt utbud. Tillsammans med nationella aktörer, till exempel kedjor, branscher och eventuellt kommunen, kan det lokala näringslivet utveckla stödprogram riktat till livsmedelshandlare och restaurangägare som visar hur man underlättar för konsumenten att göra hållbara val genom exempelvis placering i butik ("choice architecture"), prissättning, normbildande budskap, kampanjer och menyutformning (206, 207).

Civilsamhället har också en viktig roll i att företräda olika civila intressen, men också för att delar av dessa organisationer tillhandahåller mat. Livsmedel och måltider som till exempel serveras i anslutning till olika sportevenemang kan utvecklas och kompletteras för att i större utsträckning än i dag främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion (208).

Sociala medier har stor betydelse för informationsspridning, och influerare har stor påverkan på sina följare (208). Produktplacering i sociala medier och i spel (209, 210) är en utmaning, inte minst med tanke på inverkan på barn (85).

Produktplaceringar saknar ofta både avsändare och uppmaning till köp, vilket gör att de är svårare att upptäcka. Beslut på nationell nivå, av politiker, medieplattformshållare och andra kommersiella aktörer, kan påverka denna sociala matmiljö.

#### Insatsområde 4: Öka kompetensen hos viktiga aktörer i livsmedelssystemet



Aktörer inom livsmedelssystemet behöver mer kompetens och kunskap om hur de kan arbeta för en mer hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, och genom att höja deras kompetens kan det bidra till en ökad motivation för ett förändringsarbete. Insatsområdet syftar till att öka förutsättningarna och incitamenten för kompetenshöjande insatser.

Livsmedelssystemet inbegriper offentliga och privata aktörer, dessa behöver bättre kompetens om hur livsmedelskonsumtionen kan bli mer hållbar och hälsosam. Även konsumenter kan behöva kompetenshöjande insatser. I flera internationella och europeiska styrdokument på området rekommenderas utbildning av olika professioner för att främja hälsosamma matvanor.

Inom livsmedelssystemet finns det olika grupper som arbetar med frågor som har direkt koppling till måltidsproduktion och försäljning – till exempel personal inom

restaurang och storhushåll samt kostansvariga och kostchefer och personal inom handeln. Dessa behöver i sina grundutbildningar få kunskap och praktiska färdigheter inom hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Möjligheten till fortbildning är också mycket väsentlig. Utbildningsinstitutioner och arbetsgivare har en viktig roll i detta.

En genomgång av svenska grundutbildningar för lärare och sjuksköterskor 2014 pekar på att det saknas kurser och kunskapsmål inom hälsofrämjande och förebyggande arbete med matvanor. I lärarutbildningen för grundskolan ingår inte hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion som ett kunskapsområde eller som en möjlighet till specialisering, förutom i ämnena idrott och hälsa samt hem- och konsumentkunskap. En europeisk kartläggning av läkarutbildningar, i vilken Sverige ingick, konstaterade att undervisning i nutrition endast förekom i begränsad omfattning (106). Det finns ett behov av att stärka skolans undervisning inom mat, miljö och hälsa inom flera ämnen samt tydliggöra kopplingen till primärproduktion, industriledet och (skol)måltider.

Mål 4.7 i de globala hållbarhetsmålen lyfter fram skolans och utbildningens roll för att elever ska ha tillräckliga kunskaper för att främja en hållbar utveckling (211). Grundutbildningen och fortbildningsmöjligheterna inom pedagogiska yrken och hälso- och sjukvårdsyrken behöver stärkas och bidra till ökad kunskap om det förebyggande och hälsofrämjande arbete som är relaterat till hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. En viktig del i ett kunskapsbaserat arbete är att beslutsfattare har goda förutsättningar och tillgång till kunskap, alltså politiker men också om tjänstemän såsom skolledare och verksamhetsansvariga. Det är därför angeläget att undersöka vad som krävs för att huvudmän och andra ansvariga ska kunna verka för ett effektivt kunskapsbaserat förebyggande och främjande arbete på området hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. De behöver ha tillräcklig kompetens, men det behöver också finnas beslutsunderlag som håller hög kvalitet när det gäller konsekvenser för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

Kompetens handlar inte bara om teoretisk kompetens, utan också om hälsolitteracitet – förmåga att läsa och förstå information, förmåga att förhålla sig till och kritiskt värdera information, och förmåga att tillämpa den kunskap och färdighet man har på ett sätt som främjar hälsan (212, 213). Begreppet kan också vidgas till att omfatta andra hållbarhetsaspekter såsom miljö. Matlitteracitet är ett exempel på område som omfattar flera aspekter: alla de färdigheter, kunskaper och aktiviteter som hjälper människor att navigera i matmiljön på ett effektivt, kritiskt och praktiskt sätt så att de kan göra hälsosammare och mer hållbara val, utifrån de resurser som finns tillgängliga för dem (214, 215). Matlitteracitet är en inriktning av hälsolitteracitet som baseras på fyra grundstenar: planera, välja, tillaga och konsumera. Det kräver kritiska, funktionella och relationella kompetenser. Att kunna balansera dessa kompetenser i det dagliga livet ökar chansen för att människor gör bättre val var de än befinner sig i livsmedelssystemet, och det bidrar därmed till ökat välmående hos individen.

Resultat en europeisk kartläggning av hälsolitteracitet (HLS19) med cirka 43 000 personer från 17 länder visade att nästan 50 procent av studiepopulationen hade begränsad hälsolitteracitet (216). Hälsa- och sjukvården och skolan kan bidra till människors hälsolitteracitet. I läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet anges att skolan ska arbeta för att: ”elever fått kunskaper om och förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan, miljön och samhället”. Skolan kan utveckla elevernas hälsolitteracitet, vilket kan ge eleverna goda förutsättningar för att konsumera hållbart och hälsosamt. Det finns forskning om och positiva erfarenheter av att förbättra matlitteracitet i mellanstadieskolor, alltså att öka elevernas kunskap om vad som kännetecknar hälsosam mat och kunskap om matens näringsinnehåll (217, 218).

En hälsolitterat organisation underlättar för människor att navigera i, förstå och använda information och tjänster för att kunna ta hand om sin hälsa. Inom hälso- och sjukvården finns tio kännetecken på en hälsolitterat hälso- och sjukvårdsorganisation (219). En hälsolitterat hälso- och sjukvård är viktig för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion hos befolkningen. Nätverket Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård har samlat en verktygslåda för hälsolitterata organisationer

## Insatsområde 5: Det offentliga ska främja kunskapsutveckling och kunskapsspridning



Insatsområdet ska leda till ökad kunskap i samhället om konsekvenser, om vilka faktorer i livsmedelssystemet som har betydelse för livsmedelskonsumtionen och om hur livsmedelskonsumtionen kan förändras. Det behövs olika typer av kunskap i det här fallet (220):

- samband mellan livsmedelskonsumtion, hälsa och miljö och klimat, om faktorer som påverkar konsumtion;
- metoder, strategier och policy;

- implementering av metoder och strategier
- kontextuell kunskap om Sverige eller om lokalsamhället eller sociala mediemiljön.

## Forskning

Forskning om livsmedelskonsumtion bör ha ett systemperspektiv, det vill säga undersöka vilka faktorer som påverkar livsmedelskonsumtionen och vilka faktorer som i sin tur påverkar dessa faktorer, samt hur olika delar i livsmedelssystemet interagerar. FAO:s ramverk för livsmedelssystemet kan utgöra en grund för sådan forskning. Konceptuella och metodologiska ramverk för forskning om matmiljö har föreslagits tidigare (112).

Svensk forskning om matmiljön visar att många dimensioner har studerats för lite eller inte alls, liksom att det finns begränsat med studier om matmiljön på vissa arenor (103). Det finns heller ingen vetenskapligt publicerad forskning om effekter av införda policyer i Sverige på området.

Det är önskvärt att forskningsinstitutioner och finansiärer prioriterar forskning om livsmedelssystemets betydelse för livsmedelskonsumtionen, med särskilt fokus på faktorer i matmiljön och drivkrafter som påverkar dessa. Implementeringsforskning och forskning om systemförändring är också mycket viktig. Av all forskningsfinansiering om livsmedelssystemet under 2011–2016 gick 57 procent till forskning om livsmedelsproduktion, 14 procent till livsmedelsförädling och 12 procent till forskning om livsmedelssäkerhet. Matsvinn tilldelades 3 procent, livsmedelskonsumtion 12 procent, och 2 procent av finansieringen gick till forskning om livsmedelsdistribution. Uppgifter om forskningsanslag inom ämnet matmiljö specificerades inte i rapporten.

Stiftelsen för miljöstrategisk forskning (3) stödjer forskning av strategisk betydelse för en god livsmiljö och hållbar samhällsutveckling. Stiftelsen driver två större program som har relevans för livsmedelskonsumtionen, Mistra Food futures (2020–2024) och Mistra sustainable consumption (2017–2025). Inom den senare är mat ett av de prioriterade områdena för fördjupad kunskap. Utfallen från dessa program, och eventuella förlängningar av dem, är av stort intresse för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Forte har i uppdrag av regeringen att initiera en satsning på prevention och folkhälsa. Forte har uppmärksammat olika kunskapsluckor och forskningsbehov inom folkhälsoarbetet generellt; till exempel behövs mer kunskap om hur styrning, lagstiftning, samordning och policyutveckling kan genomföras och utvecklas för att skapa bättre förutsättningar för folkhälsan och det preventiva och hälsofrämjande arbetet. Totalt avsätts 230 miljoner kronor för perioden 2023–2029. De hittills beviljade forskningsanslagen berör inte faktorer som har betydelse för livsmedelskonsumtion.

Vinnova har finansierat flera innovationsprojekt under de senaste åren. Ett handlar om prevention av barnfetma, med en vision om noll barnfetma vid skolstart. Ambitionen var att anta en systemansats och ett samhällsperspektiv på frågan.

Projektet bedrevs 2019–2022, men fick avslutas på grund av bristande finansiering. Vinnova stöder vidare projektet ”Ett nytt recept för skolmältider”, vars syfte är att använda skolmältider för att påverka systemförändring. Vinnova gör nu också en femårig satsning på att bygga upp innovationsplattformar för ett hållbart matsystem. Stort fokus ligger på behoven hos offentlig sektor, handel och konsumenter samt på policyutveckling. Alla dessa, pågående forsknings- och utvecklingsinsatser, kommer att ge värdefull information om livsmedelskonsumtion, men det behövs fler, särskilt med fokus på matmiljö, barn och ett jämlikhetsperspektiv.

EU-kommissionen har lanserat ett forsknings- och innovationsinitiativ för att utveckla partnerskap för ett hållbart livsmedelssystem. En kunskapslucka som uppmärksammats är matmiljön och dess betydelse för människors konsumtion. Formas och Vinnova har skickat in en ansökan om att delta i partnerskapet. Formas har också tagit fram en strategisk forskningsagenda för det nationella forskningsprogrammet för livsmedel som gäller från 2019 och tio år framåt. Matmiljöns betydelse för livsmedelskonsumtionen lyfts, men bedömningen är att större fokus ligger på produktionsaspekter (221).

Det tar tid att implementera resultat från pågående forskning i verksamheter. Därför behöver man redan i dag testa att införa olika program och åtgärder, för att noggrant och fortlöpande utvärdera dem (så kallad följeforskning). Det finns tillräckligt med kunskap och erfarenhet om policyåtgärder från andra länder som skulle kunna införas och följas upp. Myndigheter kan också i större utsträckning verka för att utvärdera befintliga eller pågående program och initiativ som implementerats i Sverige.

### Spridning och användning av kunskap

Kunskap som sammanställs, analyseras och sprids är till nytta för samhället, men spridningen behöver göras så att målgrupperna kan använda kunskapen.

Statliga myndigheter behöver i större utsträckning sammanställa kunskap inom matmiljö och hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, men även förbättra sina kunskapssammanställningar, kunskapsstöd och vägledningar för att möjliggöra och underlätta kunskapsbaserat arbete inom offentlig och privat sektor, samt på regional och lokal nivå. Detta kräver resurser, kunskap och rutiner för hur dessa dokument tas fram.

I den nationella cancerpreventionsplanen 2024–2030 från Regionala cancercentrum i samverkan framgår att man avser att arbeta med kunskapsspridning inom hälso- och sjukvården och samhället i övrigt om bland annat matvanor (196).



# Indikatorer för en utvecklad och samordnad uppföljning

Det är viktigt att det finns ett robust system för att följa upp mål, delmål och insatser, så att det är möjligt att följa utvecklingen av en hållbar och hälsosam och hälsosam livsmedelskonsumtion. Ett sådant system ska bidra till att utvärdera effekten av insatser, men även bidra med underlag för att utveckla framtida åtgärder.

Uppföljningen av livsmedelskonsumtionen och dess förutsättningar är i dag fragmentiserad och underutvecklad. Det behövs både tillgång på bättre statistikunderlag, som försäljningsstatistik (113) på regional och lokal nivå, och mer frekventa matvaneundersökningar på nationell nivå i olika befolkningsgrupper.

För att följa upp det folkhälsopolitiska delmålet ”Ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet och bra matvanor för alla” måste systemet inkludera indikatorer som belyser samhällsliga förutsättningar såsom livsmedelsförsäljning på olika arenor, livsmedels produkttegenskaper, ekonomisk tillgänglighet till hållbara livsmedel, säljstrategier och marknadsföring eller olika organisationers policyarbete. Systemet behöver inkludera indikatorer för att följa livsmedelskonsumtionens påverkan på hälsa, miljö och klimat. Om möjligt bör samhällsekonomiska analyser av utvecklingen göras med viss regelbundenhet.

## Indikatorer för mål och delmål samt insatsområden

I uppdraget har det ingått att föreslå indikatorer för uppföljning av målen och delmålen, och att beakta samhällsliga förutsättningar för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion vid utformningen av dem. Nedan presenterar vi de indikatorer eller andra mått som bör ingå i ett uppföljningssystem i ett första skede. Vissa av de föreslagna indikatorerna och måtten kommer att kräva utredning eller behöver utvecklas ytterligare för att kunna följas, eller så behöver det klargöras om de kan ingå i uppföljningssystemet. För mer detaljerad information om indikatorerna, se bilaga 2.

Det finns i dag väldigt få indikatorer som kan användas för att följa förutsättningar, insatser eller policyåtgärder för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Det kommer därför att krävas ett utvecklingsarbete för att ta fram så kallade struktur- och processindikatorer på området.

### Indikatorer för mål

Här listas de indikatorer och mått som föreslås för de nationella målen.

Indikatorer – livsmedelskonsumtionen har bidragit till en bättre och mer jämlik hälsa i befolkningen

I förslaget finns indikatorer som kan visa både kortsiktiga och långsiktiga livsmedelsrelaterade hälsoutfall. För att följa ojämlikhet i hälsa som är relaterad till livsmedelskonsumtion presenteras indikatorerna, där så är möjligt, utifrån kön, ålder, utbildning eller annat socioekonomiskt mått, geografisk områdesindelning och eventuell annan relevant indelningsgrund.

- Förslaget omfattar följande indikatorer:
- Anemi hos fertila kvinnor
- Diabetes typ 2 hos barn och vuxna
- Förstoppning hos barn
- Hjärtinfarkt hos vuxna
- Högt blodtryck hos vuxna
- Högt kolesterol hos vuxna
- Tandhälsa hos barn och vuxna
- Tjock- och ändtarmscancer hos vuxna
- Undernäring hos äldre
- Välbefinnande hos barn och vuxna
- Övervikt och fetma hos barn och vuxna

Indikatorer – Livsmedelskonsumtionens negativa påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem har minskat och den positiva påverkan på biologisk mångfald och ekosystem har ökat.

Indikatorer miljö

För miljö föreslås några indikatorer på produktionspåverkan istället för konsumtion. De föreslagna indikatorerna ger värdefull kompletterande information där tillgänglig officiell statistik finns, främst för svenska förhållanden. Det pågår ett utvecklingsarbete för att möjliggöra specifik uppföljning från den offentliga sektorn.

Förslaget omfattar följande indikatorer:

- Livsmedelsförluster
- Matsvinn i mängd livsmedelsavfall
- Tillgänglig energi för befolkningen
- Andelen mat som produceras (och förädlas) i Sverige
- Resthalter av växtskyddsmedel i livsmedel
- Konsumtions fotavtryck av växtskyddsmedel
- Andelen miljöcertifierade livsmedel

- Andelen miljömärkta livsmedel (egenmärkning)
- Andel miljökriterier i offentlig upphandling av livsmedel
- Markanvändning som ger förlust av biologisk mångfald
- Areal betesmark

#### Indikatorer klimat

Generellt finns det ett utvecklingsbehov av indikatorer för att kunna följa klimat. Det pågår ett utvecklingsarbete för att möjliggöra uppföljning från den offentliga sektorn.

- Konsumtionsbaserade växthusgasutsläpp av alla livsmedel
- Andelen klimatcertifierade livsmedel (tredjepart)
- Andelen klimatmärkta livsmedel (egenmärkning)
- Växthusgasutsläpp från livsmedelskategorier
- Växthusgasutsläpp från offentliga livsmedelsinköp

#### Indikatorer för delmål

För samtliga delmål har vi föreslagit indikatorer som följer utvecklingen av konsumtionen för hela Sverige (total- eller direktkonsumtion), samt för vuxna och barn. För varje delmål ingår indikatorer som är enkla att mäta och ger kontinuerlig information, till exempel frågor i enkäter som är möjliga att följa i olika samhällsgrupper. Varje delmål har även indikatorer som är baserade på resultat från matvaneundersökningar, och de kan ge den mest detaljerade informationen om livsmedelskonsumtion. Det är därför viktigt att matvaneundersökningar kan genomföras tillräckligt ofta, så att konsumtionen går att följa.

För att följa ojämlikhet i hälsa som är relaterad till livsmedelskonsumtion presenteras indikatorerna, där det är möjligt, utifrån kön, ålder, utbildning eller annat socioekonomiskt mått, geografisk områdesindelning och eventuell annan relevant indelningsgrund.

Här föreslår vi indikatorer som kan visa på såväl totalkonsumtionen av baljväxter, grönsaker och frukt men även indikatorer för att följa till exempel hur stor andel av vuxna och barn som inte äter baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär varje dag. För att kunna ytterligare utvärdera konsumtionens påverkan på olika miljöfaktorer, föreslår vi indikatorer som följer andelen av den totala konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter och bär som är svenskproducerade.

Förslaget omfattar följande indikatorer, fördelat på delmål:

Indikatorer – konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med 2021

- Totalkonsumtionen av baljväxter
- Totalkonsumtion av grönsaker och frukt

- Direktkonsumtionen av grova grönsaker
- Äter inte grönsaker, baljväxter och rotfrukter varje dag, vuxna
- Äter inte frukt och bär varje dag, vuxna
- Andel vuxna som äter lite grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag,
- Äter inte grönsaker dagligen, barn
- Äter inte frukt dagligen, barn
- Andel barn som äter lite grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag,
- Andelen grönsaker, rotfrukter, frukter och bär som är svenska
- Andelen baljväxter som är svenska

Indikatorer - konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent, jämfört med 2010/2017 till 2035. Konsumtion av spannmål har inte förändrats.

Här föreslår vi indikatorer som visar på såväl totalkonsumtionen av spannmål och ris samt andelen nyckelhålmärkta bröd och flingor, men vi föreslår även att följa till exempel intaget av fullkornsprodukter. För att kunna ytterligare utvärdera konsumtionens påverkan på olika miljöfaktorer föreslår vi att följa konsumtionen av andelen svenska spannmålsprodukter.

- Totalkonsumtionen av spannmål
- Totalkonsumtionen av ris
- Försäljningsandelen bröd och frukostflingor som är nyckelhålmärkta
- Fullkornsinnhållet i utvalda nyckellivsmedel representerande bröd och frukostflingor
- Konsumtion av fullkornsprodukter, vuxna
- Intag av fullkorn, vuxna
- Intag av fullkorn, barn
- Andel spannmålsprodukter som är svenska

Indikatorer – konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med 2019.

Här föreslår vi indikatorer som följer såväl totalkonsumtionen av fisk och skaldjur men även indikatorer som följer till exempel hur ofta vuxna och barn äter fisk och skaldjur. För att kunna ytterligare utvärdera konsumtionens påverkan på olika miljöfaktorer föreslår vi indikatorer som andel av konsumtionen som består av miljöcertifierad fisk och skaldjur, och hur stor del av den totala konsumtionen av fisk och skaldjur som består av arter vars produktion har mindre klimat- och miljöpåverkan.

- Direktkonsumtion av fisk, totalbefolkningen
- Äter fisk mindre än en gång per vecka, vuxna

- Fiskkonsumtion, vuxna
- Äter fisk mindre än två gånger per vecka, barn
- Fiskkonsumtion, barn
- Andelen fisk och skaldjur som konsumeras som är certifierad, totalbefolkningen

Indikatorer – konsumtionen av energitäta och näringsfattiga livsmedel har minskat med 40 procent till år 2035 jämfört med 2021.

- Direktkonsumtion av energitäta och näringsfattiga livsmedel
- Direktkonsumtion av choklad och konfektyrvaror
- Direktkonsumtion av läskedrycker, cider med mera
- Försäljning av godis, socker- och sötningsmedelssötad dryck samt salta snacks
- Andelen läsk som är sockersötad
- Dricker sötad dryck flera gånger i veckan, vuxna
- Alkoholkonsumtion per capita under ett kalenderår i liter ren alkohol, vuxna
- Konsumtion av söta livsmedel och salta snacks, vuxna
- Konsumtion av sockersötad dryck, vuxna
- Dricker läsk flera gånger i veckan, barn
- Äter godis flera gånger i veckan, barn
- Konsumtion av söta livsmedel och salta snacks, barn
- Konsumtion av sockersötad dryck, barn

Indikatorer – konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med 2021.

Vi föreslår att mäta konsumtionen av kött genom att följa upp bland annat totalkonsumtionen av kött och totalkonsumtionen uppdelat på köttslag. För att få en bredare bild av konsumtionen föreslår vi också att följa upp konsumtionen av processat kött och hur stor andel av befolkningen som äter mer än rekommenderat, eftersom det har betydelse för hälsan. För att kunna ytterligare utvärdera konsumtionens påverkan på olika miljöfaktorer, föreslår vi indikatorer som exempelvis andelen svenskt kött och andelen miljöcertifierat kött av allt kött som konsumeras i Sverige.

- Totalkonsumtion av kött, totalt och uppdelat på köttslag
- Direktkonsumtion av processat kött
- Konsumtion av kött, totalt och uppdelat på köttslag och chark
- Konsumtion av allt kött, vuxna
- Konsumtion av rött kött och chark, vuxna

- Andel av befolkningen som äter mer rött kött och chark än rekommenderat
- Andelen kött som är svenskt
- Andelen miljöcertifierat kött som konsumeras i Sverige

Indikatorer – konsumtionen av salt har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med 2018

- Salthalt i utvalda nyckellivsmedel representerande bröd, färdigmat och charkvaror
- Saltintag, vuxna
- Natrium-koncentration i urin, vuxna
- Saltintag, barn
- Natrium-koncentration i urin, barn

### Indikatorer för insatsområden

I nuläget finns det få indikatorer som gör det möjligt att följa aktiviteter inom de föreslagna insatsområdena eller aspekter av det som tas upp i dem. Pris på olika typer av livsmedel följs i dag, men datainsamlingen skulle behöva utvecklas när det gäller kategorisering av livsmedel och möjligheten till regional och lokal uppföljning. Insatser som ska bidra till en förändring av livsmedelssystemet och livsmedelskonsumtionen kommer troligtvis inte visa någon effekt förrän långt senare. Det är därför viktigt att följa och registrera de insatser som kan påverka utfallen, exempelvis förändringar av styrning, ledning, reglering, policyutveckling, matmiljö och andra drivkrafter inom livsmedelssystemet. För att förstå vad som påverkar livsmedelskonsumtionen, och vilka insatser och initiativ som har effekt, är det nödvändigt att ta fram så kallade struktur- och processindikatorer.

En genomgång av den vetenskapliga litteraturen och olika organisationers förslag på indikatorer visar att området är under utveckling internationellt (93, 222-228). INFORMAS (229) har tagit fram flera protokoll för att följa upp åtgärder som ska påverka förutsättningarna för livsmedelskonsumtionen. Protokollen kan användas som stöd för att jämföra olika länders eller regioners åtgärder, med fokus på styrning, reglering och uppmuntra till mer hälsofrämjande matmiljöer – som i sin tur kan påverka människors livsmedelskonsumtion, näringsstatus och matrelaterade sjukdomar och andra utfall.

Utifrån ovan redogörelse ger vi därför inga förslag på specifika indikatorer som bör följas. I bilaga 3 finns dock en lista med områden, mått och indikatorer som kan vara relevanta att utveckla i en svensk kontext, utifrån de föreslagna insatsområdena. Ännu vet vi inte vilka insatser som beslutsfattare och andra aktörer kommer att ta initiativ till, så i nuläget är det svårt att precisera på vilket sätt insatsområdena bör följas upp. Vidare kommer det att vara angeläget att följa vissa områden och samhällseliga förutsättningar för livsmedelskonsumtionen oavsett vilka insatser eller åtgärder beslutsfattare väljer att gå vidare med.

## Samhällsekonomiska perspektiv

En samhällsekonomisk konsekvensanalys väger den samhällsekonomiska kostnaden av en insats mot nyttan av den samma (42). Så långt det är möjligt ska alla konsekvenser för aktörer i samhället inkluderas, även hälso- och miljökonsekvenser, och det ekonomiska värdet av dem ska beskrivas. Som vi tidigare nämnt finns en del strukturella problem bland orsakerna till dagens matrelaterade ohälsa, och det kommer att krävas strukturella, och ofta politiska insatser, för att styra om mot en mer hållbar och hälsosam utveckling (230). Detta är emellertid inget enkelt uppdrag och det finns i dagsläget inga bra exempel på länder som lyckats vända trenden med en ökande andel individer med övervikt och fetma i befolkningen (231).

I rapporten presenteras inga specifika insatser, utan endast breda insatsområden, och därmed inte heller någon analys av specifika insatsers effekter. I det här kapitlet diskuterar vi hur svensk livsmedelsproduktion skulle kunna påverkas av en förändrad livsmedelskonsumtion, i linje med de föreslagna målen. Konsekvenserna är dock beroende av hur faktiska insatser utformas, och den uppgiften ligger utanför syftet med denna rapport. Vidare beskrivs hur livsmedelsindustrin på global nivå driver utvecklingen av produkter som påverkar folkhälsa och miljö.

### Potentiell påverkan på det svenska producentledet

En typ av tänkbara insatser går ut på att ändra de strukturella förutsättningarna för livsmedelskonsumtion och/eller -produktion. Utan strukturella politiska insatser (lagstiftning, reglering, förordningar, policy) är incitamenten svaga för producenterna att ändra till en produktion med minskad miljöpåverkan. Detta eftersom det inte finns några reella skäl för de ökade kostnader som tillkommer vid en förändring i produktionen. Och i nuläget behöver producenterna inte betala för de negativa effekter på hälsa och miljö som deras produktion genererar, vilket ger svaga incitament för frivilliga lösningar från marknadsaktörer. I sammanhanget är det dock viktigt att nämna att det redan i nuläget finns producenter som erbjuder hälsosamma och miljömässigt mer hållbara alternativ.

Insatser för att påverka konsumtionen kan i princip riktas direkt mot konsumtionen eller mot produktionen. Dessa påverkar dock varandra vilket innebär att både konsumtion och produktion kan påverkas oavsett insatsens inriktning. Om konsumtionen av en viss typ av livsmedel minskar på grund av insatser som riktas mot svensk konsumtion, snarare än mot svensk produktion, blir följden en lägre svensk efterfrågan på denna typ av livsmedel. Det innebär potentiellt negativa konsekvenser för aktörer i den produktionskedjan, som dock kan mildras genom att aktörerna väljer att anpassa sig efter de nya förutsättningarna. Om insatserna riktats mot konsumtionen kan minskad efterfrågan exempelvis kompenseras med ökad export, ändrad produktionsmetod (reformulering etcetera) eller ändrad produktionsinriktning. Möjligheterna till dessa anpassningar varierar dock beroende på producenters förutsättningar för förändring. En omställning i

produktionen kan gynnas och underlättas av ökad efterfrågan på andra livsmedel. Men när det gäller produktionen inom jordbruket, som är beroende av platsgivna produktionsresurser, finns det naturligtvis en risk för att de producenter och företag som drar nytta av en ändrad konsumtionsinriktning inte är samma som de som påverkas av den minskade konsumtionen.

Ur ett samhällsekonomiskt perspektiv är det svårt att motivera konsumtion som leder till ohälsa. Minskad produktion av ohälsosamma livsmedel kan därmed vara motiverad även om det skulle innebära lägre inkomster för vissa producenter, eftersom den främjar folkhälsan och är samhällsekonomiskt motiverad. Om framtida insatser innebär risk för inkomstfall för producenter finns det möjlighet att kompensera dem med andra former av kompletterande insatser.

Om produktionen har positiva bieffekter, såsom att viss köttproduktion gynnar biologisk mångfald, kan minskad efterfrågan på dessa produkter få samhällsekonomiskt negativa effekter. Beroende på vilka insatser som används för att minska konsumtionen kan det vara motiverat med kompletterande insatser som gynnar exempelvis biologisk mångfald. Sådana insatser kan utformas så att de också främjar producenter som missgynnas av minskad konsumtion, oavsett vad den beror på.

Om målen om ökad konsumtion av en viss typ av livsmedel uppfylls kommer efterfrågan och försäljningen att öka för de produktions- och distributionskedjor som förser konsumenterna med dessa livsmedel. Hur effekterna från den ökade konsumtionen sprider sig i produktionsledet beror delvis på produktionsförutsättningarna, bland annat för svensk produktion jämfört med import. Svenska producenters förmåga att tillvarata ökade möjligheter beror delvis på vilka insatser som används för att bidra till att konsumtionsmålen uppfylls. I grunden bör insatser för bättre folkhälsa och/eller miljö ge incitament till en samhällsekonomiskt kostnadseffektiv utveckling av produktion som främjar de bakomliggande samhällsmålen, och en övergång till sådan produktion.

## Utmaningar i det globala livsmedelssystemet

Matmiljön påverkas i hög grad av en global industri (232), och under de senaste decennierna har det kommit allt fler produkter som stimulerar till överkonsumtion, samtidigt som denna typ av produkter har blivit billigare och mer tillgängliga för konsumenter. Det gäller produkter som till stor del består av fett, salt, socker och kolhydrater, och vars struktur och sammansättning stimulerar till överätande (233). En utmaning med dagens globala livsmedelssystem är att hållbara och hälsosamma livsmedel överlag är mindre tillgängliga än icke hållbara och ohälsosamma produkter, och dessutom kostar mer. Livsmedelsreklam domineras av produkter med högt energiinnehåll och lågt näringsvärde eftersom de innebär störst vinstmarginal för producenterna (83). Stora vinstmarginaler behöver dock inte innebära stor samhällsnytta med tanke på att kostnader för hälsa och miljö överlag inte bärs av producenterna (234). Ur ett samhällsekonomiskt perspektiv leder detta till en överproduktion och överkonsumtion av dessa varor. Exempelvis beräknas



dessa produkter stå för upp till en tredjedel av de matrelaterade växthusgasutsläppen, runt två femtedelar av den matrelaterade biodiversitetsförlusten, och upp till en fjärdedel av den matrelaterade vattenförbrukningen (235).

FAO (236) har nyligen uppskattat det globala livsmedelssystemets dolda kostnader, det vill säga de kostnader som inte bärs direkt av producenterna. Man kom fram till att mer än 70 procent av dessa kostnader utgörs av effekterna av ohälsosamma matvanor, medan miljömässiga externa effekter står för 20 procent och sociala kostnaderna som är kopplade till fattigdom och undernäring för cirka 4 procent. De dolda kostnaderna bedöms överlag motsvara 27 procent av BNP i låginkomstländer, 11 procent av BNP i medelinkomstländer och 8 procent i höginkomstländer. Sociala kostnader dominerar i låginkomstländer medan ohälsosamma matvanor är största posten i övre medel- och höginkomstländer.

Om dessa kostnader skulle reflekteras i priset skulle prissättningen också ta hänsyn till exempelvis det nutritionella värdet av en produkt, och dess produktions- och konsumtionsassocierade externa kostnader. Att det inte ser ut så idag beror delvis på fördelningen av subsidier i livsmedelssystemet. Dessa skulle kunna balanseras om med en styrning som motverkar överproduktion av ohälsosamma insatsvaror och produkter och för näringsrika och hälsofrämjande råvaror och livsmedel, genom globala regelverk och genom politiska initiativ som främjar hälsosamma dieter och ett hållbart livsmedelssystem (237).

# Uppdragets genomförande

Nedan beskrivs de aktiviteter som legat till grund för våra förslag på mål, delmål, insatsområden och indikatorer.

## Analys av system, arenor och aktörer

Utifrån livsmedelssystemets ramverk har vi gått igenom och analyserat arenor och aktörer. Vid sidan om detta har vi haft ett pilotprojekt med en systemanalytisk ansats för att undersöka möjliga orsaker bakom tre delproblem inom livsmedelskonsumtionen.

### Systemanalyser

För att bättre förstå livsmedelssystemet har vi i ett pilotprojekt undersökt möjliga orsaker bakom tre delproblem inom livsmedelskonsumtionen: för lågt intag av frukt, grönsaker och baljväxter; för högt intag av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel; för högt intag av kött och charkprodukter. För varje delproblem prioriterade vi en arena som kan ha stor inverkan på delproblemet. I arbetet använde vi en systemanalytisk ansats som på ett greppbart sätt kan illustrera hur olika orsaker samverkar och hur denna komplexa samverkan bidrar till problemet eller utfallet. Arbetet och resultatet har publicerats i rapporten *Systemanalytisk metod tillämpad på området livsmedelskonsumtion* (68).

Syftet med systemanalysen har varit att

- få en inblick i och beskriva livsmedelssystemets komplexitet
- synliggöra relationer genom att koppla ihop flera orsaker och orsakskedjor
- identifiera underliggande orsaker
- stödja utvecklingen av policyer, insatser och utvärderingar
- få ett underlag för framtida datadrivna och evidensbaserade simuleringar inom området och utveckla indikatorer

## Dialogmöten

### Aktörer i livsmedelssystemet

Våren 2022 genomfördes de första dialogmötena med aktörer från organisationer inom civilsamhället, offentliga sektorn och livsmedelsbranschen, inklusive primärproduktionen. Ytterligare dialog genomfördes sedan hösten 2023, se bilaga 4. Under de första dialogerna fick deltagarna både formulera framtidsvisioner och föreslå mål och delmål.

Det primära syftet med dialogmötena var att:

- få underlag (inklusive perspektiv, hinder, möjligheter och erfarenheter från aktörerna) för det fortsatta arbetet

- förankra arbetet genom att skapa samsyn om vilka stora, viktiga förändringar i konsumtionen som krävs och hur man ska åstadkomma dessa
- förstå hur de föreslagna målen, indikatorerna och insatsområdena kan bli användbara för aktörerna
- inspirera aktörerna till att ta ansvar och agera

#### Ungdomsdialoger

Tre dialoger har genomförts med sammanlagt 57 ungdomar i åldern 14–24 år för att ta del av deras åsikter och tankar om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, och även specifikt om sockerkonsumtion. Sammantaget visade dialogerna att barn och unga har stort intresse för livsmedelskonsumtion och många kom med tankar och idéer om hur samhället skulle kunna se ut för att främja hållbar livsmedelskonsumtion i framtiden. Majoriteten tyckte att det är individens ansvar att söka kunskap om vilken mat som är hållbar och hälsosam och sedan agera utifrån den informationen. I stället för förbud eller andra typer av restriktioner ville de flesta se kampanjer för hållbar och hälsosam mat i butikerna.

#### Övriga dialoger

Vi har genomfört separata dialoger med ett antal representanter för olika samhällssektorer:

- Cancerfonden och Hjärt- och lungfonden utifrån initiativet Folkhälsa för alla
- Göteborgs stad, Sveriges Kommuner och Regioner, Vinnova, tre forskare och en expertorganisation om erfarenheterna av medborgardialoger
- representanter för Food SHIFT framework, ett ramverk om omställning till jämlik hälsa och nutrition genom att förändra matmiljön
- projektet Hållbara och hälsosamma livsmedelssystem hos Nordiska ministerrådet
- Nationella samordnaren för Agenda 2030
- bilaterala möten med branschorganisationer inom livsmedelsbranschen
- Fossilfritt Sverige

#### Medborgarpanel

För att engagera och involvera medborgare i frågan om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion ordnade vi en medborgarpanel med 60 personer – den första nationella medborgarpanelen i Sverige. Efter att ha fått kunskap om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion kom panelen med 40 rekommendationer för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Medborgarpanelen genomfördes med ekonomiskt stöd från Vinnova (238).

## Vetenskaplig referensgrupp

En vetenskaplig referensgrupp tillsattes i februari 2022. Deltagarna nominerades av Formas fyra centrumbildningar för hållbarhet och konkurrenskraft i livsmedelssystemet, Mistra Food Futures och Sustainable consumption, samt två projekt som är finansierade av Vinnova: Prevention barnfetma och Ett nytt recept för skolmåltider. Urvalet byggde på nomineringarna och deltagarnas kompetenser inom jämlikhet i hälsa, hållbar livsmedelskonsumtion, systemtransformation och beteendevetenskap samt kompetens inom barnperspektiv och indikatorer eller uppföljning. Vi eftersträvade en jämn fördelning mellan kön, lärosäten och de nämnda kompetenserna. Referensgruppen hade en rådgivande roll och bidrog med förslag och synpunkter, men hade ingen formell beslutsrätt.

Vi genomförde fem möten, med fokus på bland annat en definition av hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, drivkrafter och motkrafter i livsmedelssystemet, utmaningar i att anta målen och utformning av mål, insatsområden och indikatorer. Referensgruppen bidrog även i arbetet med systemanalyser och lämnade synpunkter på det utkast som de fick ta del av i en aktörsdialog i september 2023.

## Kartläggningar och litteratursammanställningar

### Kartläggande litteraturoversikt om Matmiljö i Sverige

Vi bedömde att vi inom ramen för uppdraget behövde utforska kunskapen om hur livsmedel exponeras för konsumenter och förutsättningarna för livsmedelskonsumtionen i Sverige. Vi genomförde därför en kartläggande litteraturoversikt av svensk forskning om matmiljö i Sverige (103). Rapporten visar att kunskapsläget är oklart när det gäller matmiljöns påverkan på livsmedelskonsumtionen i Sverige, på grund av få studier och brister i metodik. Det saknas även kunskap om vilka policyåtgärder som kan påverka matmiljön. Dessutom finns ett stort behov av forskning om jämlikhetsaspekter i relation till matmiljön.

### Kartläggning av mål- och strategidokument

Sammanställningen innehåller kortfattade beskrivningar av olika mål- och strategidokument som har relevans för livsmedelskonsumtion (bilaga 5). Dokumenten är uppdelade efter vad de gäller för: Sverige, Norden, EU och FN eller WHO. En del av de nationella är helt eller delvis beslutade av riksdag eller regering. Vissa av de internationella är helt eller delvis antagna av Sverige. Syftet med sammanställningen var att ge en överblick över de strategier och mål som finns utarbetade, och synliggöra dem som Sverige har ställt sig bakom, vilket kan ge en indikation om vad Sverige bör arbeta med inom hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

## Undersökningar

### Studie om livsmedelsförsäljning i specialiserad detaljhandel

*Detaljhandelns utbud av livsmedel påverkar hälsa och hållbarhet.* I detta faktablad sammanfattar vi resultaten från en kvalitativ undersökning om livsmedelsförsäljning i detaljhandeln (75). Undersökningen genomfördes på uppdrag av Hjärt-Lungfonden i samråd med Folkhälsomyndigheten. Resultaten bygger på djupintervjuer med konsumenter samt representanter för och leverantörer till olika butikskedjor, och fokus har varit att fånga deras uppfattningar om livsmedelsförsäljningen. I faktabladet presenterar vi även data från SCB om försäljning av livsmedel i olika typer av detaljhandel. Livsmedels andel av den totala omsättningen var störst för butikstypen ”fritid och hushåll”, i vilken cirka 16 procent av omsättningen utgjordes av livsmedel

### Statistik om livsmedelsförsäljning på regional nivå

Det är viktigt att följa livsmedelskonsumtionen i landet över tid, och ett sätt är att följa och analysera försäljningen av livsmedel. Till exempel har SCB i uppgift att följa den nationella försäljningsstatistiken från de stora livsmedelskedjorna inom dagligvaruhandeln. Statistiken finns dock inte tillgänglig utifrån någon geografisk områdesindelning och kan därmed inte ligga till grund för policyåtgärder på till exempel regional nivå.

I rapporten *Livsmedelsförsäljningsstatistik behöver göras mer tillgänglig* använde vi data som bygger på livsmedelsförsäljning i dagligvaruhandel och annan servicehandel (113). Statistiken hämtades från statistik- och kunddataföretaget Nielsen IQ. Resultatet indikerar att det finns regionala skillnader i livsmedelsförsäljning för ett antal utvalda livsmedelsgrupper. Data visade varje regions andel av den totala försäljningen av olika livsmedelsgrupper i volym eller värde. För att uppskatta om försäljningen kan anses vara förväntad eller inte jämfördes försäljningsandelen med befolkningsandelen i regionen. En begränsning med analysen är att det inte funnits data för att analysera den absoluta försäljningen av olika livsmedelsgrupper.

### Enkät till nordiska länderna om mål, strategidokument och kunskapsstöd

Vi skickade en enkät till motsvarande nordiska myndigheter inom området folkhälsa eller livsmedel och frågade om de:

- tagit fram nationella mål eller en strategi eller handlingsplan för hållbar livsmedelskonsumtion
- utvecklat indikatorer för att följa upp livsmedelskonsumtionen eller insatser för hållbar livsmedelskonsumtion
- tagit fram kunskapsunderlag och vägledning om matmiljöer, offentliga måltider eller styrmedel för hållbar livsmedelskonsumtion.

Svaren visar att flera av de nordiska länderna har beslutade mål och strategier eller håller på att ta fram sådana. Målen och strategierna berör främst miljöfrågor. Många strategidokument rör livsmedelssystemet i stort men inkluderar även konsumtionsmål och kostrekommendationer. Flera har infört styrmedel, exempelvis åtgärder för offentliga måltider, främst inom. Läs mer i Bilaga 6.

## Framtagande av mål och delmål

De mål och delmål som vi föreslår baseras på vetenskap, kunskapsunderlag och inspel från aktörer i livsmedelssystemet, se bilaga 7. Vidare har vi under arbetets gång stämt av med den vetenskapliga referensgruppen.

Förslagen bygger på ett antal principer.

Målen ska

- fokusera på det mest väsentliga
- vara tydligt formulerade
- inte vara oförenliga med varandra eller andra målstrukturer
- inte vara för många
- handla om förändringar på samhällsnivå, inte på individnivå
- följas upp med indikatorer
- följa en effektlogik, där stegen i en effektkedja inte blandas på olika målnivåer

Delmålen ska

- vara formulerade så att aktörerna förstår vilka förändringar i konsumtionen som behöver prioriteras
- vara Specifika, Mätbara, Accepterade, Realistiska och Tidsatta (SMARTa)
- gälla hela Sveriges befolknings livsmedelskonsumtion, inte enskilda individers

De föreslagna delmålen ska ses som en helhet, och man behöver arbeta parallellt med samtliga för att nå målen.

Aktörsdialogerna under våren 2022 (239) låg till grund för en bruttolista med mål och delmål. Tillsammans med den senaste vetenskapliga forskningen har dessa sedan prioriterats utifrån:

Mål:

- Hur stor är samhällsutmaningen?
- Hur mycket påverkas utmaningen av livsmedelskonsumtionen?
- Hur stora är möjligheterna att minska negativ påverkan på samhällsutmaningen genom att förändra livsmedelskonsumtionen?

Delmål:

- Hur stor påverkan på olika samhällsutmaningar (hälsa, jämlik hälsa, klimat, ekosystem och biologisk mångfald, arbetsvillkor, djurvälstånd, antibiotikaresistens och skolresultat) skulle en förändring inom denna livsmedelsgrupp ha?
- Hur är konsumtionen av denna livsmedelsgrupp idag?

Efter det tog vi fram ett första förslag på mål och delmål, baserat på den bästa tillgängliga vetenskapliga evidensen. Förslaget diskuterades på ett ytterligare dialogmöte med aktörer i livsmedelssystemet och den vetenskapliga referensgruppen hösten 2023. Parallellt med detta fanns möjlighet att inkomma med skriftliga kommentarer till detta underlag.

I nästa steg gick vi igenom ytterligare vetenskaplig litteratur och övriga kunskapsunderlag som resulterade i det slutliga förslaget på mål och delmål.

Delmålens ”mål nivå” utgår från samma princip som de nordiska näringsrekommendationerna; först har en förändring identifierats och definierats utifrån hälsoaspekter, och sedan har miljö- och klimataspekter vägts in förutsatt att de inte är i konflikt med hälsoaspekterna. Sedan har vi också bedömt hur realistisk en förändring är inom den satta tidsfristen. När det gäller hälsa är målet (det önskvärda tillståndet) att en stor del av befolkningen äter enligt aktuella kostråd eller enligt nordiska näringsrekommendationerna.

## Framtagande av insatsområden

Arbetet med insatsområden har utgått från en systemansats och en folkhälsovetenskaplig ansats. Det har inneburit att försöka besvara följande centrala frågor:

- Vilka faktorer påverkar livsmedelskonsumtionen?
- Vilka faktorer påverkar dessa faktorer?
- Vilka drivkrafter och incitament finns i samhället

Fokus har legat på att undersöka:

- Varför har vi inte en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion idag?
- Vilka arenor och aktörer är viktiga?

Figur 2 Bilden sammanfattar arbetet med att identifiera och utforma insatsområden.



För att identifiera vad som skulle främja en mer hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion har vi analyserat dagens konsumtion och de faktorer som påverkar den. Det ingår inte i uppdraget att ge förslag på insatser, men för att kunna föreslå insatsområden har det varit nödvändigt att identifiera möjliga insatser som kan bidra till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

Arbetet med att identifiera och utforma insatsområden har baserats på följande underlag:

- FAO:s ramverk för livsmedelssystemet. Det tydliggör vilka faktorer i matmiljön som är viktiga för livsmedelskonsumtionen och vilka andra faktorer och drivkrafter som påverkar dessa. Det gäller bland andra politiska, ekonomiska, sociokulturella och demografiska drivkrafter. Systematiseringen i ramverket har använts för att på ett strukturerat sätt få kunskap om hur olika faktorer i dagens samhälle påverkar livsmedelskonsumtionen.
- Statistik över försäljning och konsumtion av livsmedel på nationell nivå. SCB:s årliga statistik över livsmedelsförsäljning inom handeln (dagligvaruhandel och övrig detaljhandel) har använts för att analysera den nuvarande försäljningen, men också utvecklingen över tid. Försäljningen redovisas i fasta priser, vilket indirekt ger en uppfattning om volymer. Direktkonsumtionsstatistik från Jordbruksverket har använts för att analysera nuläget och utvecklingen över tid. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till enskilda hushåll och storhushåll samt producenternas hemmaförbrukning.
- Statistik över livsmedelsförsäljning på regional nivå. I rapporten Livsmedelsförsäljningsstatistik behöver göras mer tillgänglig används data om livsmedelsförsäljning i dagligvaruhandel och annan servicehandel. Resultatet indikerar att det finns regionala skillnader i livsmedelsförsäljning för ett antal utvalda livsmedelsgrupper.
- Folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor och enkäten Skolbarns hälsovanor. Resultat har använts för att få en uppfattning om utvecklingen av matvanor, men också för att identifiera skillnader mellan grupper.



- Sammanställning av nationella och internationella styrdokument med relevans för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Syftet var att få en överblick över de strategier och mål som finns och synliggöra dem som Sverige har ställt sig bakom, vilket kan ge en indikation om vad Sverige bör arbeta med inom hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.
- Enkät till de andra nordiska länderna om deras arbete med hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Resultatet fungerade som en omvärldsbevakning i arbetet med insatsområden.
- Systemanalytisk metod tillämpad på livsmedelskonsumtionsområdet, se beskrivning ovan.
- Matmiljö i Sverige. Resultaten från rapporten visar att det saknas kunskap om matmiljöns påverkan på livsmedelskonsumtionen i Sverige, och om vilka policyåtgärder som kan påverka matmiljön. Resultaten har använts som underlag till insatsområdet som rör kunskap. Det finns även ett stort behov av forskning om jämlikhetsaspekter i relation till matmiljön.
- Bevakning av vetenskaplig litteratur. Vi har använt vetenskaplig och så kallad grå internationell och nationell litteratur om livsmedelskonsumtion och matmiljö samt faktorer som påverkar dessa, för att identifiera och analysera varför dagens livsmedelskonsumtion ser ut som den gör och för att identifiera kunskapsbaserade insatser.
- Faktabladet Detaljhandelns utbud av livsmedel påverkar hälsa och hållbarhet. Det ger värdefull information om livsmedelsförsäljning utanför dagligvaruhandeln och om hur konsumenter och aktörer inom detaljhandeln ser på denna livsmedelsförsäljning, vilket har varit ett värdefullt bidrag i utvecklingen av insatsområden.
- Dialoger med aktörer i livsmedelssystemet. Kommentarer från fysiska dialogmöten har beaktats när vi utvecklat insatsområden. Även digitala inspel har beaktats.
- Möten med vetenskaplig referensgrupp. Underlag, analyser och förslag till insatsområden har presenterats och diskuterats med den vetenskapliga referensgruppen.

## Framtagande av indikatorer

Arbetet med att föreslå indikatorer omfattade en genomgång av datakällor, pågående uppföljningar och indikatorer inom området. Som stöd i arbetet användes underlag från dialoger med olika myndigheter, aktörer och organisationer, kunskapsunderlag som tagits fram inom uppdraget, vår kartläggning av internationella och nationella strategier och handlingsplaner, enkäten till de nordiska länderna, inspel från referensgruppen, befintliga och föreslagna indikatorer inom det folkhälsopolitiska ramverket, miljömålen och Agenda 2030, samt underlag från den vetenskapliga litteraturen. Vi identifierade ett stort antal indikatorer och andra mått som bedömdes vara relevanta för att följa området.

Utifrån dessa genomgångar skapade vi bruttolistor av indikatorer och mått för målen, delmålen och insatsområdena. I nästa steg prioriterade vi indikatorerna utifrån Socialstyrelsens kriterier. De anger att indikatorn ska:

- ange en riktning, alltså att höga eller låga värden är uttryck för bra eller dålig kvalitet och/eller effektivitet
- vara relevant och belysa ett område som är viktigt att förbättra eller följa utvecklingen för, och som speglar någon dimension av kvalitet och/eller effektivitet i utfallet
- vara valid, vilket innebär att den mäter det som den avser att belysa och att den mäts på ett tillförlitligt sätt i ett system som samlar in data på ett likartat sätt år efter år
- vara vedertagen och bygga på kunskap, till exempel nationella riktlinjer, vetenskap, laglig grund, beprövad erfarenhet, konsensus eller kunskap som är inhämtad från den det berör
- vara påverkbar så att en aktör, huvudman eller utförare har möjlighet att påverka indikatorns utfall
- vara mätbar och kunna mätas med nationellt tillgängliga och kontinuerligt insamlade data.

I bedömningen tog vi även hänsyn till om indikatorn gick att bryta ned på olika befolkningsgrupper eller geografiska områden. För befintliga indikatorer kunde bedömningen därför vara mer eller mindre omfattande beroende på indikatorns nuvarande status eller användning.

För insatsområden och samhällliga förutsättningar tog vi endast fram en bruttolista med indikatorer, mått eller områden att följa upp. Dessa identifierade vi från både nationella och internationella organisationer och olika kunskapsunderlag.

När vi prioriterat indikatorerna för mål och delmål samt tagit fram en bruttolista med indikatorer för samhällliga förutsättningar och insatsområden skickade vi ut förslaget till de aktörer som deltagit i tidigare dialoger inom uppdraget. Under ett webinarium hade de möjlighet att lämna synpunkter direkt, men det var även möjligt skicka in skriftliga kommentarer. Dessa synpunkter beaktade vi sedan i det slutliga förslaget på indikatorer.

# Myndigheternas förslag till fortsatt arbete

## Stärkta förutsättningar för ett hållbart arbete med livsmedelskonsumtion 2024-2027

Genom regeringsuppdraget har vi formulerat vision, mål, delmål, indikatorer och insatsområden för att ge en inriktning på arbetet med en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Förslaget på struktur för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion har potential att bidra till ett mer systematiskt, samordnat och effektivt arbete samt öka samverkan på området.

I Sverige finns inga antagna mål om en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion sett till hälsa, miljö och klimat. Att ha fastställda nationella mål och indikatorer kommer att vara vägledande för regionernas och kommunernas folkhälsoarbete på befolkningsnivå liksom för näringslivet och civilsamhället. Dialogerna som myndigheterna har haft med representanter från hela livsmedelskedjan och civilsamhället har visat på ett stort engagemang i frågan.

För att nå dit behöver alla aktörer i livsmedelssystemet, inklusive kommuner och regioner, arbeta gemensamt och samordnat för att bidra till en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

Målen och delmålen ska tillsammans med insatsområdena ge stöd för ett arbete som bidrar till minskad matrelaterad ohälsa och minskad miljö- och klimatpåverkan. Dessutom ska de bidra till en mer jämlik hälsa i befolkningen. Indikatorerna skapar förutsättningar för att följa och följa upp utvecklingen.

Nedan presenteras förslag på utformning av arbetet med att säkerställa fortsatt utveckling inom hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion.

### Regeringen antar mål och delmål samt beslutar om uppföljning av målen

Nationellt antagna mål är nödvändiga för ett långsiktigt arbete och en effektiv samverkan mellan olika aktörer, och för att olika åtgärder ska förstärka och komplettera varandra. De ger också incitament för mobilisering och samordning även på regional och lokal nivå. Nationella mål för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion kan bli en utgångspunkt för handlingsplaner på nationell, regional och lokal nivå med överensstämmande prioriteringar, vilket i sin tur möjliggör ett mer effektivare och mer samordnat arbete.

Det är viktigt med en mer enhetlig och samordnad uppföljning av utvecklingen inom området som harmonierar med uppsatta mål. En samordnad uppföljning förutsätter en nära samverkan med de aktörer som har ansvar för de olika verksamhetsområden som berörs av en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Det är viktigt att uppföljningen baseras på målstyrning och framtida beslutade nationella mål. Det ger en bättre mer långsiktighet och samordning i arbetet, och ett bättre stöd för prioriteringar på såväl nationell, som regional och lokal nivå.

Ett uppföljnings- och rapporteringssystem behöver därför utvecklas och ansvariga och samordnande aktörer utses. Med viss regelbundenhet bör data om utvecklingen samlas in, analyseras och rapporteras. Det finns föreslagna ramverk för uppföljning av livsmedelssystemet, vilket kan vara till hjälp vid förandet av uppföljningen (222, 224) och förutsätter en bred samverkan med olika aktörer på flera nivåer.

De nu förslagna indikatorerna möjliggör förutsättningar för utvecklingen av en nationellt samlad uppföljning. De förslag på indikatorer som vi ger i åiterrapporteringen av regeringsuppdraget, ingår i flera fall redan i stödstrukturen för folkhälsoarbetet. Det kommer att ta tid innan förändring i livsmedelskonsumtion och utfall relaterade till konsumtionen syns genom förändringar i indikatorerna. Därför är det viktigt att även utforma processindikatorer, det vill säga mått som kan indikera att det sker aktiviteter inom de olika insatsområdena som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Vilka indikatorer som behöver utvecklas kommer bland annat att vara avhängigt av vilka insatser som kommer att implementeras.

Det handlar sammantaget om att återkommande kunna belysa utvecklingen på området och även att identifiera behov av åtgärder och insatser, likväl utvärdering av befintliga. Det är också av stor betydelse att aktörer på olika nivåer bidrar till detta och att uppföljningen också blir användbar för andra aktörer på alla nivåer.

**Förslag:** Regeringen föreslås anta nationella mål och delmål för att ge mandat och långsiktiga förutsättningar för genomförande. Ett breddat, nationellt uppföljningsansvar för livsmedelskonsumtion bör konkretiseras i ett riktat uppdrag och nödvändiga resurser för genomförandet möjliggöras. Regeringen ger Folkhälsomyndigheten i uppdrag att följa upp målen inklusive delmålen på nationell nivå och återkommande rapportera till regeringen, inom ramen för sitt sektorsövergripande uppföljningsansvar inom folkhälsoarbete. Detta uppföljningsansvar handlar om att samla och analysera data från berörda aktörer som kan användas som en fördjupning och konkretisering av folkhälsopolitiken och hur en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion bidrar till att uppnå en god och jämlik hälsa och sluta de påverkbara hälsoskillnader som finns i befolkningen. Arbetet behöver utföras i nära samverkan med Livsmedelsverket.

### Utvecklad samordning på nationell nivå

Det krävs koordinering och samverkan mellan olika samhällssektorer och olika nivåer av styrning för att uppnå effektiva insatser. Mer nationell samordning behövs framför allt för att stärka kunskapsstyrningen och uppföljningen inom området. Flera myndigheter och aktörer har uppdrag som bidrar till livsmedelskonsumtion, men i dag saknas en bred samordning med utgångspunkt i en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. En väl fungerande samordning minskar risken för otydlighet, ineffektivitet och dubbelarbete.

För att få till stånd ett samordnat och hållbart arbete utifrån strukturen som vi föreslår behövs en nationell samordningsfunktion som förvaltas och drivs av en nationell aktör, i nära samverkan med de berörda nationella aktörerna.

Samordningsfunktionen ska ansvara för att utveckla och tillhandahålla en plattform för samverkan och samarbete med aktörerna på den nationella arenan.

En nationell samordningsfunktion bör även omfatta en intressentgrupp för att samla perspektiv från bland annat civilsamhällesorganisationer, professionsföreningar, forskningslärosäten, näringslivet och arbetsmarknaden. Gruppen ska underlätta en dialog med en bred grupp aktörer, för att identifiera behov av insatser och diskutera förslag på sådana.

**Förslag:** Folkhälsomyndigheten och Livsmedelsverket får i uppdrag att under 2024–2025 ta fram förslag på en formaliserad samordningsfunktion. Arbetet ska ta hänsyn till befintliga samarbeten mellan den nationella och den regionala nivån, och komplettera dessa utifrån identifierade behov. En sådan samverkansfunktion skulle även förenkla och effektivisera Regeringskansliets arbete med att samordna uppdrag eller särskilda satsningar inom området.

### Identifiera och föreslå insatser och tillhörande indikatorer med fokus på barn och unga

Insatsområdena som vi föreslår ska bidra till att åtgärda orsakerna till dagens livsmedelskonsumtion, men de tydliggör även olika aktörers roller och var förändringar behövs för att främja en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Vidare visar insatsområdena vilka typer av insatser som har potential att vara verkningsfulla och inom vilka områden det är mest strategiskt att sätta in insatser för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Nästa steg är att konkretisera insatser som har god kostnadseffektivitet och goda förutsättningar att implementeras på olika arenor och i samhället i stort. Ett särskilt fokus i detta arbete bör vara insatser som främjar barn och ungas förutsättningar till hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Genom att konkretisera insatser kan vi även rikta arbetet mot de grupper i samhället som behöver mest stöd, till exempel barn och unga eller andra sårbara grupper. Samtidigt behövs det många olika åtgärder för att livsmedelskonsumtionen ska bidra till att vi når det folkhälsopolitiska målet att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation.

**Förslag:** Regeringen anger utifrån de föreslagna insatsområden där det är angeläget att föreslå insatser. Folkhälsomyndigheten får i uppdrag att inom dessa insatsområden föreslå specifika insatser och tillhörande indikatorer. Insatserna ska stärka förutsättningarna för barn och unga att växa upp i ett samhälle som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion och komplettera pågående regeringsuppdrag *Uppdrag om att förbättra barns och ungas livsmedelskonsumtion med särskilt fokus på socioekonomiska skillnader* (S2022/02969 (delvis)). Förslagen ska utgå från det folkhälsopolitiska ramverket med dess stödstruktur och ska ytterligare konkretisera det folkhälsoarbete som behövs för att bidra till en god och jämlik hälsa och sluta de påverkbara hälsoskillnaderna med fokus på barn och unga. Folkhälsomyndigheten ska också föreslå hur insatserna, på ett systematiskt och jämförbart vis, ska utvärderas och följas upp i ett hälsoekonomiskt perspektiv.

Den modell som föreslås ska stödja prioritering av insatser på nationell, regional och kommunal nivå. Uppdraget ska genomföras i nära samverkan med Livsmedelsverket och i samråd med övriga berörda myndigheter. Därutöver ska uppdraget genomföras i nära dialog med regioner, kommuner, näringsliv och civilsamhället.

## Utveckling av indikatorer med fokus på barn och unga – fortsatt arbete 2024

Myndigheterna fick 2022 ett kompletterande uppdrag om att föreslå nationella mål med indikatorer och relevanta insatsområden för att arbetet med att påverka barns och ungas livsmedelskonsumtion ska få en tydlig riktning. Inom ramen för detta kompletterande uppdrag fortsätter myndigheterna under 2024 arbetet med att utveckla indikatorer med fokus på barn och unga. Vissa av de indikatorer som föreslås i denna redovisning behöver utredas mer eller utvecklas ytterligare. Vi kan även konstatera att det i dag finns få indikatorer som kan användas för att följa förutsättningarna, insatserna och policyåtgärderna för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Det innebär att det kommer att krävas ett utvecklingsarbete för att ta fram så kallade struktur- och processindikatorer på området. I nästa steg behöver vi därför vidareutveckla de indikatorer som vi identifierat.

Myndigheterna kommer under året ha ett särskilt fokus på att öka kunskapen om barns och ungas matmiljöer och förutsättningar för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion i socioekonomiskt utsatta områden. Arbetet kommer bland annat att genomföras i samarbete med civilsamhället. Detta återredovisas i januari 2025 inom ramen för det större uppdraget.

# Referenser

1. Folkhälsomyndigheten. Uppdrag om insatser för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion – Delredovisning 1. 2021. Hämtad från: <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/u/uppdrag-om-insatser-for-hallbar-och-halsosam-livsmedelskonsumtion--delredovisning-1>.
2. Livsmedelsverket. Uppdrag om insatser för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. 2023. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/om-oss/regeringsuppdrag/s-2023-nr-02-uppdrag-om-insatser-for-hallbar-och-halsosam-livsmedelskonsumtion-delredovisning-2.pdf>.
3. Mistra Food Future. Förbättrad livsmedelsberedskap genom resiliens. 2023.
4. Regeringskansliet. Kraftsamling. Inriktningen av totalförsvaret och utformningen av det civila försvaret. Ds 2023:34. 2023. Hämtad från: <https://www.regeringen.se/contentassets/0decd61162c24c73a9ca443328ccd9dd/kraftsamling-ds-202334.pdf>.
5. 2024:8. BaUoenIS. Livsmedelsberedskap för en ny tid. Stockholm; 2024.
6. Livsmedelsverket. Livsmedelsverkets definition av hållbar livsmedelskonsumtion. 2024.
7. Blomhoff R, Andersen R, Arnesen EK, Christensen JJ, Eneroth H, Erkkola M, et al. Nordic Nutrition Recommendations 2023. Köpenhamn: Nordiska Ministerrådet; 2023.
8. Murray CJL, Aravkin AY, Zheng P, Abbafati C, Abbas KM, Abbasi-Kangevari M, et al. Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*. 2020;396(10258):1223–49. DOI:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30752-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30752-2).
9. Afshin A, Sur PJ, Fay KA, Cornaby L, Ferrara G, Salama JS, et al. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*. 2019;393(10184):1958–72. DOI:10.1016/S0140-6736(19)30041-8.
10. Socialstyrelsen. Jämförelse av Socialstyrelsen och Folkhälsomyndighetens statistik över avlidna i covid-19. 2022.
11. IHME. Global Burden of Disease Study 2019 (GBD 2019) Data Resources. Washington, 2023. Hämtad från: <https://ghdx.healthdata.org/gbd-2019>.
12. Folkhälsomyndigheten. Negativ utveckling i över 40 år av övervikt och fetma. 2023 [uppdaterad 29 maj 2023; citerad 10 december]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/statistik-om-overvikt-och-fetma/negativ-utveckling-i-over-40-ar-av-overvikt-och-fetma/>.
13. Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2021/2022 – Nationella resultat 2023.
14. Sörme L, Stålhandske S, Bhasin A, Nellström M, Eriksson M. Livsmedelsavfall 2020. Data för olika led - Jämförelse med andra nordiska länder - Uppföljning av etappmål matavfall. 2021. Hämtad från: <http://naturvardsverket.diva-portal.org/smash/get/diva2:1662354/FULLTEXT01>.
15. Folkhälsomyndigheten. Statistik om övervikt och fetma hos barn 6–10 år. 2023 [uppdaterad 2023; citerad januari 2024]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/statistik-om-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma-hos-barn-6-10-ar/>.
16. Ugai T, Sasamoto N, Lee H-Y, Ando M, Song M, Tamimi RM, et al. Is early-onset cancer an emerging global epidemic? Current evidence and future implications. *Nature Reviews Clinical Oncology*. 2022;19(10):656–73.
17. Zhao J, Liying X, Jing S, Mingyang S, Lijuan W, Shuai Y, et al. Global trends in incidence, death, burden and risk factors of early-onset cancer from 1990 to 2019. *BMJ Oncology*. 2023;2(1):e000049. DOI:10.1136/bmjonc-2023-000049.
18. Recalde M, Pistillo A, Davila-Batista V, Leitzmann M, Romieu I, Viallon V, et al. Longitudinal body mass index and cancer risk: a cohort study of 2.6 million Catalan adults. *Nature Communications*. 2023;14(1):3816.

19. Bergström G, Rosengren A, Bacsovcics Brolin E, Brandberg J, Cederlund K, Engström G, et al. Body weight at age 20 and in midlife is more important than weight gain for coronary atherosclerosis: Results from SCAPIS. *Atherosclerosis*. 2023;373:46-54. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.atherosclerosis.2023.01.024>.
20. Diabetesförbundet S. Typ 2 diabetes för barn och unga. 2022 [citerad 6 juni]. Hämtad från: <https://www.diabetes.se/ungdiabetes/diabetes/typ-2-diabetes-hos-barn-och-unga/>.
21. Kjellberg E, Roswall J, Bergman S, Almqvist-Tangen G, Alm B, Dahlgren J. Longitudinal birth cohort study found that a significant proportion of children had abnormal metabolic profiles and insulin resistance at 6 years of age. *Acta Paediatrica*. 2019;108(3):486-92. DOI:<https://doi.org/10.1111/apa.14599>.
22. Folkhälsomyndigheten. Statistik om vuxnas matvanor. 2023 [citerad 13 oktober]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/mat/statistik-om-mat/statistik-om-vuxnas-matvanor/>.
23. Livsmedelsverket. Riksmaten ungdom 2016-17: DEL 1 Livsmedelskonsumtion. Så äter ungdomar i Sverige. Uppsala; 2018. Hämtad från: [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2018/2018-nr-14-riksmateningdom-huvudrapport\\_del-1-livsmedelskonsumtion.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2018/2018-nr-14-riksmateningdom-huvudrapport_del-1-livsmedelskonsumtion.pdf).
24. Andersson E, Welin K-O, Steen Carlsson K. Kostnader för fetma i Sverige idag och år 2030. Lund: IHE; 2018:3. Hämtad från: [https://ihe.se/app/uploads/2018/06/IHE-Rapport-2018\\_3\\_.pdf](https://ihe.se/app/uploads/2018/06/IHE-Rapport-2018_3_.pdf).
25. Folkhälsomyndigheten. Förslag till åtgärder för ett stärkt, långsiktigt arbete för att främja hälsa relaterad till matvanor och fysisk aktivitet. 2017. Hämtad från: [https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/5514b381077f4175b13fca5fe1089abe/fo\\_rslag-till-atgarder-matvanor-fysiskaktivitet.pdf](https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/5514b381077f4175b13fca5fe1089abe/fo_rslag-till-atgarder-matvanor-fysiskaktivitet.pdf).
26. Folkhälsomyndigheten. Statistik om övervikt och fetma hos vuxna. 2023 [uppdaterad 2023; citerad januari 2024]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/statistik-om-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma-hos-vuxna/>.
27. SCB. Prismräknaren. 2023. Hämtad från: <https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/prismraknaren/>.
28. OECD. The heavy burden of obesity : the economics of prevention. Paris: OECD; 2019. 9789264330047.
29. Adeyemi O, Rachel N, Garrison S, Johanna R, John W. Economic impacts of overweight and obesity: current and future estimates for eight countries. *BMJ Global Health*. 2021;6(10):e006351. DOI:10.1136/bmjgh-2021-006351.
30. World Obesity Federation. The Economic Impact of Overweight & Obesity in 2020 and 2060. . 2022. Hämtad från: <https://data.worldobesity.org/publications/WOF-Economic-Impacts-2-V2.pdf>.
31. Nilsson K FF, Wahlberg K, Carlsson KS,. The economic burden of overweight and obesity in children - alifetime perspective. IHE; 2022. 22. Hämtad från: [https://ihe.se/app/uploads/2023/01/IHE-Report-2022\\_12\\_.pdf](https://ihe.se/app/uploads/2023/01/IHE-Report-2022_12_.pdf).
32. Crippa M, Solazzo E, Guizzardi D, Monforti-Ferrario F, Tubiello FN, Leip A. Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions. *Nature Food*. 2021;2(3):198-209.
33. Li Y, Luo M, Wu X, Xiao Q, Luo J, Jia P. Grocery store access and childhood obesity: a systematic review and meta-analysis. *Obesity reviews*. 2021;22:e12945.
34. Poore J, Nemecek T. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*. 2018;360(6392):987-92. DOI:doi:10.1126/science.aag0216.
35. Programme UNE. Facts about the nature crisis. 2023 [citerad 22 oktober]. Hämtad från: [https://www.unep.org/facts-about-nature-crisis?qclid=FAIaIQobChMIpgzN65OD\\_gIVI7PVCh2r\\_q3tEAAYAAAEqICh\\_D\\_BwE](https://www.unep.org/facts-about-nature-crisis?qclid=FAIaIQobChMIpgzN65OD_gIVI7PVCh2r_q3tEAAYAAAEqICh_D_BwE).



36. IPBES. Summary for policymakers of the global assessment report on biodiversity and ecosystem services of the Intergovernmental Science-Policy Platform on Biodiversity and Ecosystem Services. Bonn, Germany: IPBES secretariat; 2019.
37. Benton TG, Bieg C, Harwatt H, Pudasaini R, Wellesley L. Food system impacts on biodiversity loss: Three levers for food system transformation in support of nature. Energy, Environment and Resources Programme; 2021. Hämtad från: <https://www.chathamhouse.org/2021/02/food-system-impacts-biodiversity-loss>.
38. Mbow C, Rosenzweig C, Barioni L, Benton T, Herrero M, Krishnapillai M, et al. 2019: Food Security. In: Climate Change and Land: an IPCC special report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems. 2019. Hämtad från: <https://www.ipcc.ch/srccl/chapter/chapter-5/>.
39. Willett W, Rockström J, Loken B, Springmann M, Lang T, Vermeulen S, et al. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. The lancet. 2019;393(10170):447-92.
40. Wood A, Gordon L, Röö E, Karlsson J, Häyhä T, Bignet V, et al. Nordic food systems for improved health and sustainability: Baseline assessment to inform transformation. Stockholm: Stockholm Resilience Centre; 2019.
41. Moberg E, Karlsson Potter H, Wood A, Hansson P-A, Röö E. Benchmarking the Swedish diet relative to global and national environmental targets—identification of indicator limitations and data gaps. Sustainability. 2020;12(4):1407.
42. Hallström E, Davis J, Håkansson N, Ahlgren S, Åkesson A, Wolk A, et al. Dietary environmental impacts relative to planetary boundaries for six environmental indicators – A population-based study. Journal of Cleaner Production. 2022;373:133949. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2022.133949>.
43. Harris F, Moss C, Joy EJM, Quinn R, Scheelbeek PFD, Dangour AD, et al. The Water Footprint of Diets: A Global Systematic Review and Meta-analysis. Advances in Nutrition. 2020;11(2):375-86. DOI:<https://doi.org/10.1093/advances/nmz091>.
44. Mekonnen MM, Gerbens-Leenes W. The Water Footprint of Global Food Production. Water. 2020;12(10):2696. <https://www.mdpi.com/2073-4441/12/10/2696>.
45. Livsmedelsverket. L – 2021 nr 17: Kunskapsunderlag med förslag på mål och indikatorer som styr mot miljömässigt-, socialt- och ekonomiskt hållbar livsmedelskonsumtion. Uppsala; 2021. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2021/l-2021-nr-17-kunskapsunderlag-av-mal-och-indikatorer.pdf>.
46. Jordbruksverket. Mervärden inom svensk nötköttsproduktion. 2023. Hämtad från: <https://www2.jordbruksverket.se/download/18.14ddf3b9187da393c80dadb4/1683529215981/ovr653.pdf>.
47. Jordbruksverket. Mervärden inom svensk grisproduktion. 2023. Hämtad från: <https://www2.jordbruksverket.se/download/18.14ddf3b9187da393c80dab0a/1683528753589/ovr649.pdf>.
48. Jordbruksverket. Mervärden inom svensk kycklingproduktion. 2023. Hämtad från: <https://www2.jordbruksverket.se/download/18.14ddf3b9187da393c80dad56/1683528998360/ovr651.pdf>.
49. Sveriges lantbruksuniversitet. Eriksson J. Tillståndet i svensk åkermark och gröda – Data från 2011-2017. 2021. 168. Hämtad från: [https://pub.epsilon.slu.se/23486/1/eriksson\\_j\\_210514.pdf](https://pub.epsilon.slu.se/23486/1/eriksson_j_210514.pdf).
50. Garnett T, Godde C, Muller A, Röö E, Smith P, de Boer I, et al. Grazed and confused? Ruminating on cattle, grazing systems, methane, nitrous oxide, the soil carbon sequestration question. Food Climate Research Network, University of Oxford; 2017. Hämtad från: [www.fcrn.org.uk](http://www.fcrn.org.uk).
51. Sveriges lantbruksuniversitet. Vad vi äter påverkar klimatet. 2023 [uppdaterad 6 december 2023; citerad 8 december]. Hämtad från: <https://www.slu.se/centrumbildningar-och->

[projekt/epok-centrum-for-ekologisk-produktion-och-konsumtion/vad-sager-forskningen/klimat/vad-vi-ater-paverkar-klimatet/](https://seilive.wpengine.com/wp-content/uploads/2021/09/FINAL-REPORT-978-91-620-6842-4-webb3-1.pdf).

52. Naturvårdsverket., Steinbach N, Palm V, Cederberg C, Finnveden G, Persson L, et al. Miljöpåverkan från svensk konsumtion - nya indikatorer för uppföljning: Rapport 6842, Slutrapport för forskningsprojektet PRINCE. Bromma; 2018. Hämtad från: <https://seilive.wpengine.com/wp-content/uploads/2021/09/FINAL-REPORT-978-91-620-6842-4-webb3-1.pdf>.
53. Naturvårdsverket. Miljöpåverkan från svensk konsumtion – nya indikatorer för uppföljning [Elektronisk resurs] Slutrapport för forskningsprojektet PRINCE. Stockholm: Naturvårdsverket; 2018. Hämtad från: <http://naturvardsverket.diva-portal.org/smash/get/diva2:1647008/FULLTEXT01>
54. Clark M, Tilman D. Comparative analysis of environmental impacts of agricultural production systems, agricultural input efficiency, and food choice. *Environmental research letters*. 2017;12(6):64016. DOI:10.1088/1748-9326/aa6cd5.
55. Naturvårdsverket. Livsmedelsavfall i Sverige 2020. MAJ 2022. 8891. Hämtad från: <https://www.naturvardsverket.se/publikationer/8800/978-91-620-8891-0/>.
56. FAO. Pathways towards lower emissions – A global assessment of the greenhouse gas emissions and mitigation options from livestock agrifood systems. Rom; 2023.
57. IPCC. Climate Change 2023: Synthesis Report. Contribution of Working Groups I, II and III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. Geneva, Switzerland: IPCC; 2023. Hämtad från: [https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/downloads/report/IPCC\\_AR6\\_SYR\\_LongerReport.pdf](https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/downloads/report/IPCC_AR6_SYR_LongerReport.pdf).
58. Chai BC, van der Voort JR, Grofelnik K, Eliasdottir HG, Klöss I, Perez-Cueto FJA. Which Diet Has the Least Environmental Impact on Our Planet? A Systematic Review of Vegan, Vegetarian and Omnivorous Diets. *Sustainability*. 2019;11(15):4110. <https://www.mdpi.com/2071-1050/11/15/4110>.
59. Springmann M, Clark M, Mason-D’Croz D, Wiebe K, Bodirsky BL, Lassaletta L, et al. Options for keeping the food system within environmental limits. *Nature*. 2018;562(7728):519-25. DOI:10.1038/s41586-018-0594-0.
60. Hallström E, Carlsson-Kanyama A, Börjesson P. Environmental impact of dietary change: a systematic review. *Journal of Cleaner Production*. 2015;91:1-11. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2014.12.008>.
61. Martin M, Brandão M. Evaluating the Environmental Consequences of Swedish Food Consumption and Dietary Choices. *Sustainability*. 2017;9(12):2227. <https://www.mdpi.com/2071-1050/9/12/2227>.
62. World Resources Institute. 10 Big Findings from the 2023 IPCC Report on Climate Change. 2023 [citerad 27 oktober 2023]. Hämtad från: <https://www.wri.org/insights/2023-ipcc-ar6-synthesis-report-climate-change-findings>.
63. Rööf E, Carlsson G, Ferawati F, Hefni M, Stephan A, Tidåker P, et al. Less meat, more legumes: prospects and challenges in the transition toward sustainable diets in Sweden. *Renewable Agriculture and Food Systems*. 2020;35(2):192-205. DOI:10.1017/S1742170518000443.
64. Patterson E, Eustachio Colombo P, Milner J, Green R, Elinder LS. Potential health impact of increasing adoption of sustainable dietary practices in Sweden. *BMC Public Health*. 2021;21(1):1332. DOI:10.1186/s12889-021-11256-z.
65. Jones CM, Kammen DM. Quantifying Carbon Footprint Reduction Opportunities for U.S. Households and Communities. *Environmental Science & Technology*. 2011;45(9):4088-95. DOI:10.1021/es102221h.
66. Naturvårdsverket., Steinbach N, Palm V, Cederberg C, Finnveden G, Persson L, et al. Miljöpåverkan från svensk konsumtion - nya indikatorer för uppföljning: Rapport 6842, Slutrapport för forskningsprojektet PRINCE. Bromma; 2018. Hämtad från:

<https://seilive.wpengine.com/wp-content/uploads/2021/09/FINAL-REPORT-978-91-620-6842-4-webb3-1.pdf>.

67. Jordbruksverket. Mervärden hos svensk mat. 2022. Hämtad från: <https://jordbruksverket.se/mat-och-drycker/hallbar-produktion-och-konsumtion-av-mat/mervarden-hos-svensk-mat>.
68. Folkhälsomyndigheten. Systemanalytisk metod tillämpad på området livsmedelskonsumtion 2023.
69. Pingault N, Caron P, Kalafatic C, Allahoury A, Fresco LO, Kennedy E, et al. Nutrition and food systems. A report by the High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition of the Committee on World Food Security. 2017.
70. Statistikdatabasen S. Försäljning (inkl moms) av livsmedel och drycker, mnkr efter varugrupp, tabellinnehåll och år. Statistiska centralbyrån; 2020 [uppdaterad 5 december 2023]. Hämtad från: <https://www.statistikdatabasen.scb.se/>.
71. Moodie R, Bennett E, Kwong E, Santos TM, Pratiwi L, Williams J, et al. Ultra-processed profits: the political economy of countering the global spread of ultra-processed foods—a synthesis review on the market and political practices of transnational food corporations and strategic public health responses. *Int J Health Policy Manag.* 2021;10(12):968-82. DOI:[https://www.ijhpm.com/article\\_4050\\_d6b6752c599e659d1b02adf051fa729e.pdf](https://www.ijhpm.com/article_4050_d6b6752c599e659d1b02adf051fa729e.pdf).
72. Julin B. Så mycket salt innehåller lunchen. Salt och jod i lunchrätter från livsmedelsbutiker, lunch- och snabbmatsrestauranger. Uppsala; 2022. L 2022 nr 17.
73. Naturvårdsverket. Konsumtionsbaserade växthusgasutsläpp per person och år. 2023 [uppdaterad 17 oktober 2023; citerad 27 oktober]. Hämtad från: <https://www.naturvardsverket.se/data-och-statistik/konsumtion/vaxthusgaser-konsumtionsbaserade-utslapp-per-person/>.
74. Elbel B, Tamura K, McDermott ZT, Wu E, Schwartz AE. Childhood obesity and the food environment: A population-based sample of public school children in New York City. *Obesity.* 2020;28(1):65-72.
75. Folkhälsomyndigheten. Detaljhandelns utbud av livsmedel påverkar hälsa och hållbarhet 2023.
76. Malambo P, Kengne AP, De Villiers A, Lambert EV, Puoane T. Built environment, selected risk factors and major cardiovascular disease outcomes: a systematic review. *PLoS one.* 2016;11(11):e0166846.
77. Turbutt C, Richardson J, Pettinger C. The impact of hot food takeaways near schools in the UK on childhood obesity: a systematic review of the evidence. *Journal of Public Health.* 2019;41(2):231-9.
78. Goncalves VS, Figueiredo AC, Silva SA, Silva SU, Ronca DB, Dutra ES, et al. The food environment in schools and their immediate vicinities associated with excess weight in adolescence: A systematic review and meta-analysis. *Health & Place.* 2021;71:102664.
79. Daniels KM, Schinasi LH, Auchincloss AH, Forrest CB, Roux AVD. The built and social neighborhood environment and child obesity: A systematic review of longitudinal studies. *Preventive Medicine.* 2021;153:106790.
80. Bivoltis A, Trapp G, Knuiman M, Hooper P, Ambrosini GL. Do changes in the local food environment within new residential developments influence the diets of residents? Longitudinal results from RESIDE. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2020;17(18):6778.
81. Backholer K, Gupta A, Zorbas C, Bennett R, Huse O, Chung A, et al. Differential exposure to, and potential impact of, unhealthy advertising to children by socio-economic and ethnic groups: A systematic review of the evidence. *Obesity Reviews.* 2021;22(3):e13144.
82. Boyland E, McGale L, Maden M, Hounsome J, Boland A, Angus K, et al. Association of food and nonalcoholic beverage marketing with children and adolescents' eating behaviors and health: a systematic review and meta-analysis. *JAMA pediatrics.* 2022:e221037-e.

83. Fagerberg P, Langlet B, Oravsky A, Sandborg J, Löf M, Ioakimidis I. Ultra-processed food advertisements dominate the food advertising landscape in two Stockholm areas with low vs high socioeconomic status. Is it time for regulatory action? *BMC Public Health*. 2019;19(1):1-10.
84. Hjärt-Lungfonden KI, Unicef. In your face – om barns matmiljö och exponering för matreklam. 2022. Hämtad från: [https://assets.ctfassets.net/e8gvzq1fwq00/huh3QVVOemshF5JiJQCZy/9e11fcb3c0e658a9bf9560b7af3174fa/RAPPORT\\_Barns\\_matmilj\\_sv.pdf](https://assets.ctfassets.net/e8gvzq1fwq00/huh3QVVOemshF5JiJQCZy/9e11fcb3c0e658a9bf9560b7af3174fa/RAPPORT_Barns_matmilj_sv.pdf).
85. World Health Organization. Food marketing exposure and power and their associations with food-related attitudes, beliefs and behaviours: a narrative review. 2022. 9240041788.
86. Villegas-Navas V, Montero-Simo M-J, Araque-Padilla RA. The effects of foods embedded in entertainment media on children's food choices and food intake: A systematic review and meta-analyses. *Nutrients*. 2020;12(4):964.
87. Sacks G, Looi ESY. The advertising policies of major social media platforms overlook the imperative to restrict the exposure of children and adolescents to the promotion of unhealthy foods and beverages. *International journal of environmental research and public health*. 2020;17(11):4172.
88. Kelly B, Vandevijvere S, Ng S, Adams J, Allemandi L, Bahena-Espina L, et al. Global benchmarking of children's exposure to television advertising of unhealthy foods and beverages across 22 countries. *Obesity Reviews*. 2019;20:116-28.
89. Nordicom SM. Marknadsmässig kurragömmalek?: Barn, unga och dold reklam. Nordiska Ministerrådet NIFM-oKN, redaktör. Borås: Nordicom, Göteborgs universitet; 2017.
90. SCB. Livsmedelsförsäljningsstatistik 2022. 2022 [citerad sept]. Hämtad från: [www.scb.se](http://www.scb.se).
91. Darmon N, Drewnowski A. Contribution of food prices and diet cost to socioeconomic disparities in diet quality and health: a systematic review and analysis. *Nutrition reviews*. 2015;73(10):643-60.
92. FAO. Food Outlook-Biannual Report on Global Food Markets. Rom: FOOD & AGRICULTURE ORG; 2019. 978-92-5-131932-1. Hämtad från: <https://www.fao.org/3/ca6911en/ca6911en.pdf>.
93. Uldahl M, Bere E. Lavinntektsfamilier i Norge må bruke en større andel av inntekten sin for å spise i tråd med kostrådene. *Norsk tidsskrift for ernæring*. 2023;21(1):23-32.
94. Zorbas C, Palermo C, Chung A, Iguacel I, Peeters A, Bennett R, et al. Factors perceived to influence healthy eating: a systematic review and meta-ethnographic synthesis of the literature. *Nutrition reviews*. 2018;76(12):861-74.
95. Livsmedelsverket US, Ullman A. Märkvärdigt - En undersökning om konsumenternas förståelse av livsmedelsinformation. 2023. L 2023 nr 02.
96. Song J, Brown MK, Tan M, MacGregor GA, Webster J, Campbell NR, et al. Impact of color-coded and warning nutrition labelling schemes: A systematic review and network meta-analysis. *PLoS medicine*. 2021;18(10):e1003765.
97. World Health Organization. Slide to order: a food systems approach to meals delivery apps: WHO European Office for the Prevention and Control of Noncommunicable diseases. World Health Organization. Regional Office for Europe; 2021.
98. Moreira MJ, García-Díez J, de Almeida JM, Saraiva C. Consumer knowledge about food labeling and fraud. *Foods*. 2021;10(5):1095.
99. Lagerlund M, Hvidberg L, Hajdarevic S, Fischer Pedersen A, Runesdotter S, Vedsted P, et al. Awareness of risk factors for cancer: a comparative study of Sweden and Denmark. *BMC Public Health*. 2015;15(1):1-9.
100. Kraemer MV, Fernandes AC, Chaddad MCC, Uggioni PL, Bernardo GL, Proença RP. Is the List of Ingredients a Source of Nutrition and Health Information in Food Labeling? A Scoping Review. *Nutrients*. 2023;15(21):4513.
101. Kenny TA, Woodside JV, Perry IJ, Harrington JM. Consumer attitudes and behaviors toward more sustainable diets: a scoping review. *Nutrition Reviews*. 2023:nuad033.

102. Josefsson B. Delikata UTMANINGAR – Kartläggning av mat- och måltidsfokus inom vård-, omsorgs- och lärarutbildningarna. 2014.
103. Folkhälsomyndigheten. Matmiljö i Sverige – En kartläggande litteraturöversikt 2023.
104. Elshahat S, Moffat T. Dietary practices among Arabic-speaking immigrants and refugees in Western societies: A scoping review. *Appetite*. 2020;154:104753.
105. Cook B, Costa Leite J, Rayner M, Stoffel S, van Rijn E, Wollgast J. Consumer Interaction with Sustainability Labelling on Food Products: A Narrative Literature Review. *Nutrients*. 2023;15(17):3837.
106. Chung M, Van Buul V, Wilms E, Nellessen N, Brouns F. Nutrition education in European medical schools: results of an international survey. *European journal of clinical nutrition*. 2014;68(7):844-6.
107. Cadario R, Chandon P. Which healthy eating nudges work best? A meta-analysis of field experiments. *Marketing Science*. 2020;39(3):465-86.
108. Andersson M, Ekelund L. Konsumenter om märken på mat. Information eller förvirring. 2012.
109. Neufeld LM, Andrade EB, Suleiman AB, Barker M, Beal T, Blum LS, et al. Food choice in transition: adolescent autonomy, agency, and the food environment. *The lancet*. 2022;399(10320):185-97.
110. Konsumentverket. Normers betydelse för hållbar konsumtion. En kunskapsöversikt. Karlstad; 2020. 2020:1.
111. Munt A, Partridge S, Allman-Farinelli M. The barriers and enablers of healthy eating among young adults: A missing piece of the obesity puzzle: A scoping review. *Obesity reviews*. 2017;18(1):1-17.
112. Turner C, Aggarwal A, Walls H, Herforth A, Drewnowski A, Coates J, et al. Concepts and critical perspectives for food environment research: A global framework with implications for action in low- and middle-income countries. *Global Food Security*. 2018;18:93-101. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.gfs.2018.08.003>.
113. Folkhälsomyndigheten. Livsmedelsförsäljningsstatistik behöver göras mer tillgänglig. Viktigt underlag för att utforma policyåtgärder.; 2023. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/livsmedelsforsaljningsstatistik-behoover-qoras-mer-tillganqliq/>.
114. Svensk handel. Framtidens gränshandel. Business as usual?; 2018.
115. OECD. Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit. Paris; 2019.
116. Brugård Konde Å, Bjerselius R, Haglund L, Jansson A, Pearson M, Sanner Färnstrand J, et al. Råd om bra matvanor- risk- och nyttohanteringsrapport. Livsmedelsverket; 2015. nr 5/2015. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2015/rapp-5-hanteringsrapport-slutversion.pdf>.
117. World Cancer Research Fund. Diet, Nutrition, Physical Activity and Cancer: a Global Perspective. 2018. Hämtad från: <https://www.wcrf.org/wp-content/uploads/2021/02/Summary-of-Third-Expert-Report-2018.pdf>.
118. Livsmedelsverket. L – 2021 nr 17: Kunskapsunderlag med förslag på mål och indikatorer som styr mot miljömässigt-, socialt- och ekonomiskt hållbar livsmedelskonsumtion. Uppsala; 2021. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2021/l-2021-nr-17-kunskapsunderlag-av-mal-och-indikatorer.pdf>.
119. Mat-klimat-listan Version 1.1 [Internet]. Institutionen för energi och teknik, Sveriges lantbruksuniversitet. 2014 [citerad 2023-11-20]. Hämtad från: [https://pub.epsilon.slu.se/11671/7/roos\\_e\\_141125.pdf](https://pub.epsilon.slu.se/11671/7/roos_e_141125.pdf).
120. Karlsson Potter H, Lundmark L, Röös E. Environmental impact of plant-based foods -data collection for the development of a consumer guide for plant-based foods. Sveriges Lantbruksuniversitet; 2020. Rapport 112.

121. Lagerberg Fogelberg C. På väg mot miljöanpassade kostråd. Vetenskapligt underlag inför miljökonsekvensanalysen av Livsmedelsverkets kostråd. 2008. nr 9.
122. Hallström E, Bajzelj B, Håkansson N, Sjons J, Åkesson A, Wolk A, et al. Dietary climate impact: Contribution of foods and dietary patterns by gender and age in a Swedish population. *Journal of Cleaner Production*. 2021;306:127189. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2021.127189>.
123. RISE. Öppna listan – ett utdrag från RISE klimatdatabas för livsmedel v 2.1. 2022. Hämtad från: <https://www.ri.se/sites/default/files/2022-12/RISE%20%C3%96ppna%20listan%202.1%202022.pdf>.
124. Sveriges lantbruksuniversitet. Rööf E. Baljväxter på tallriken i en krissituation? 2018 [citerad 10 december]. Hämtad från: <https://blogg.slu.se/new-legume-foods/2018/08/16/baljvaxter-pa-tallriken-i-en-krissituation/>.
125. Livsmedelsverket. Matvanor och tobak fortfarande största riskfaktorerna för ohälsa i Sverige. 2021 [citerad maj]. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/mat-och-naring/matvanor-och-tobak-fortfarande-storsta-riskfaktorerna-for-ohalsa-i-sverige>.
126. GBD 2017 Diet Collaborators. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet*. 2019;393(10184):1958-72. DOI:10.1016/s0140-6736(19)30041-8.
127. WholeGrain project. Whole grain: definition, evidence base review, sustainability aspects and considerations for a dietary guideline.; 2021.
128. Livsmedelsverket. L – 2022 nr 11: Risk and benefit assessment of whole grain intake in the Swedish adult population. Uppsala; 2022. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2022/l-2022-nr-11-risk-and-benefit-assessment-of-whole-grain-intake-in-the-swedish-adult-population.pdf>.
129. Poutanen KS, Kårlund AO, Gómez-Gallego C, Johansson DP, Scheers NM, Marklinder IM, et al. Grains - a major source of sustainable protein for health. *Nutr Rev*. 2022;80(6):1648-63. DOI:10.1093/nutrit/nuab084.
130. Whole Grains Council. Reducing food waste with whole grains. 2019 [uppdaterad 2019-11-20; citerad 20 november]. Hämtad från: <https://wholegrainscouncil.org/blog/2019/11/reducing-food-waste-whole-grains>.
131. Sveriges lantbruksuniversitet. Vad är kulturspannmål? 2023 [uppdaterad 2023-06-05; citerad 20 november]. Hämtad från: <https://www.slu.se/centrumbildningar-och-projekt/centrum-for-biologisk-mangfald-cbm/forskning/forskningsprojekt/forskningsprojekt-vid-cbm/historiska-sadesslag/vad-ar-kulturspannmal/>.
132. Livsmedelsverket. Fisk och skaldjur -råd. 2023 [uppdaterad 2023-12-07; citerad 12 december]. Hämtad från: [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se).
133. Ziegler F, Axelsson A, Sanders C, Hornborg S. Sverige och sjömaten – idag och imorgon. Kan vi samtidigt öka produktion, konsumtion och hållbarhet?: RISE Research Institutes of Sweden, Jordbruk och Livsmedel; 2023. Report #17. Hämtad från: <https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/08/17-rapport-sverige-och-sjomaten.pdf>.
134. Gephart JA, Henriksson PJG, Parker RWR, Shepon A, Gorospe KD, Bergman K, et al. Environmental performance of blue foods. *Nature*. 2021;597(7876):360-5. DOI:10.1038/s41586-021-03889-2.
135. Havs- och vattenmyndigheten. Fisk- och skaldjursbestånd i hav och sötvatten 2021. Havs- och vattenmyndigheten; 2021. Rapport 2022:2.
136. SeaWin Sustainable Seafood. Hållbar sjömat: Vilken sjömat ska man välja? Seawin Policy brief. 2021. nr 1. [citerad 2023-05-30]. Hämtad från: <https://www.ri.se/sites/default/files/2021-11/H%C3%A5llbar%20sj%C3%B6mat.pdf>.
137. Efsa Panel on Nutrition NF, Food A, Turck D, Bohn T, Castenmiller J, de Henauw S, et al. Tolerable upper intake level for dietary sugars. *EFSA Journal*. 2022;20(2):e07074. DOI:<https://doi.org/10.2903/j.efsa.2022.7074>.

138. Trolle E, Meinilä J, Eneroth H, al. e. Integrating environmental sustainability into Food-Based Dietary Guidelines in the Nordic Countries. Nordic Nutrition Recommendations 2023. 2023.
139. Wang X, Lin X, Ouyang YY, Liu J, Zhao G, Pan A, et al. Red and processed meat consumption and mortality: dose–response meta-analysis of prospective cohort studies. Public health nutrition. 2016;19(5):893-905.
140. Wolk A. Potential health hazards of eating red meat. J Intern Med. 2017;281(2):106-22. DOI:10.1111/joim.12543.
141. Socialstyrelsen. Folkhälsorapporten. 2023 [citerad 3 november]. Hämtad från: <https://www.folkhalsorapportstockholm.se/rapporten2/sjukdomar-och-skador/hjartinfarkt-och-stroke/>.
142. Socialstyrelsen. Cancer i Sverige Insjuknande och överlevnad utifrån regional och socioekonomisk indelning. 2011. Hämtad från: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2011-3-26.pdf>.
143. Malki N. Epidemiological studies on socioeconomic inequalities and cardiovascular disease: prevention, progression and prognosis. Stockholm, Sweden: Karolinska Institutet; 2020 [https://openarchive.ki.se/xmlui/bitstream/handle/10616/47008/Thesis\\_Ninoa\\_Malki.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://openarchive.ki.se/xmlui/bitstream/handle/10616/47008/Thesis_Ninoa_Malki.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
144. Livsmedelsverket. Konsumtion av rött kött och charkuteriprodukter och samband med tjock- och ändtarmscancer - risk- och nyttohanteringsrapport. Uppsala; 2014. Rapport 20 - 2014. Hämtad från: [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2014/2014\\_livsmedelsverket\\_20\\_konsumtion\\_rott\\_kott\\_och\\_charkprodukter\\_kolorektalcancer\\_riskhanteringsrapport1.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2014/2014_livsmedelsverket_20_konsumtion_rott_kott_och_charkprodukter_kolorektalcancer_riskhanteringsrapport1.pdf).
145. Naturvårdsverket. Jordbruk, utsläpp av växthusgaser. 2023 [citerad 2 november]. Hämtad från: <https://www.naturvardsverket.se/data-och-statistik/klimat/vaxthusgaser-utslapp-fran-jordbruk/>.
146. Naturvårdsverket. Klimatet och konsumtionen. 2023 [citerad 26 June]. Hämtad från: <https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/klimatomstallningen/omraden/klimatet-och-konsumtionen/#:~:text=Sveriges%20konsumtionsbaserade%20utsl%C3%A4pp,av%20dessa%20utsl%C3%A4pp%20uppst%C3%A5r%20utomlands.>
147. Naturvårdsverket. Hur kan jag minska min klimatpåverkan? 2022 [citerad 15 november]. Hämtad från: <https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/klimatomstallningen/omraden/klimatet-och-konsumtionen/hur-kan-jag-minska-min-klimatpaverkan/>.
148. Jordbruksverket. Konsumtion av kött. 2023 [citerad 24 mars]. Hämtad från: <https://jordbruksverket.se/mat-och-drycker/hallbar-produktion-och-konsumtion-av-mat/konsumtion-av-kott#:~:text=Totalkonsumtionen%20av%20k%C3%B6tt%20har%20minskat,%20ren%20h%C3%A4st%20samt%20in%C3%A4lvor.>
149. Efsa Panel on Nutrition Novel Foods and Food Allergens. Dietary reference values for sodium. EFSA Journal. 2019;17(9):e05778. DOI:<https://doi.org/10.2903/j.efsa.2019.5778>.
150. Brådvik G, Andersson E, Ramdén V, Lindgren P, Steen Carlsson K. Kopplingen mellan levnadsvanor och hjärt-kärlsjukdom i Sverige. Lund: IHE; 2021. 5. Hämtad från: [https://ihe.se/app/uploads/2021/10/IHE-Rapport-2021\\_5\\_.pdf](https://ihe.se/app/uploads/2021/10/IHE-Rapport-2021_5_.pdf).
151. S&P Global Sodium Chloride. 2023 [citerad 20 november]. Hämtad från: <https://www.spglobal.com/commodityinsights/en/ci/products/sodium-chloride-chemical-economics-handbook.html>.
152. Skogström LoH, F. 2023. L 2023 nr 05. En nationalekonomisk analys av ett urval av styrmedel för en hälsosam livsmedelskonsumtion. Uppsala; 2023.
153. Lundberg O, Albin M, Bergmark Å, Hartman L, Kristenson M, Nilsson P, et al. Nästa steg på vägen mot en mer jämlik hälsa–Förslag för ett långsiktigt arbete för en god och jämlik hälsa. Stockholm: SOU. 2017.

154. Sand J. Klimat, kön och konsumtion: En forskningsöversikt med genusperspektiv på hållbara livsstilar. 2022. 9289373997.
155. Europeiska Kommissionen. EU:s strategi för barnets rättigheter. 2021. Hämtad från: [https://eur-lex.europa.eu/resource.html?uri=cellar:e769a102-8d88-11eb-b85c-01aa75ed71a1.0019.02/DOC\\_1&format=PDF](https://eur-lex.europa.eu/resource.html?uri=cellar:e769a102-8d88-11eb-b85c-01aa75ed71a1.0019.02/DOC_1&format=PDF).
156. Bhattacharya A, Chami K. A bitter taste? Exploring the political constraints on public health policies. 2023. Hämtad från: <https://www.smf.co.uk/wp-content/uploads/2023/08/A-bitter-taste-August-2023-1.pdf>.
157. Bhattacharya A. Carrots and Sticks: Can Governments Do without Public Health Regulation? Social Market Foundation. 2023;27.
158. World Health Organization. WHO acceleration plan to stop obesity. 2023.
159. World Health Organization. Commercial determinants of health. 2023 [citerad Maj]. Hämtad från: [https://www.who.int/health-topics/commercial-determinants-of-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/commercial-determinants-of-health#tab=tab_1).
160. En analys av några offentliga styrmedel för bättre matvanor 2019:10. Stockholm; 2019. Contract No.: S2018/04692/FS.
161. Livsmedelsverket. Styrmedel för en hälsosam livsmedelskonsumtion. En kartläggande litteraturgenomgång. 2022. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2022/l-2022-nr-19---styrmedel-for-en-halsosam-livsmedelskonsumtion.pdf>.
162. Organization WH. Action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases in the WHO European Region. 2016. Hämtad från: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/341522>.
163. Konsumentverket. KOVFS 2016:1 Konsumentverkets allmänna råd om marknadsföring av alkoholdryck till konsumenter Karlstad: Konsumentverket; 2016. Hämtad från: <https://lagen.nu/kovfs/2016:1>.
164. World health Organisation. Action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases in the WHO European Region. 2016. WHO/EURO:2016-2582-42338-58618  
Hämtad från: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/341522/WHO-EURO-2016-2582-42338-58618-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
165. Department of Health and Social Care. Guidance. Restricting promotions of products high in fat, sugar or salt by location and by volume price: implementation guidance. 2023 [citerad januari 2024].
166. Expertgrupp. Effektive kosthaldstiltak. 2023.
167. European Union. Mapping of pricing policies and fiscal measures applied to food, non-alcoholic and alcoholic beverages
2022. SC 2097106. Hämtad från: <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/e9ec2659-063e-11ed-acce-01aa75ed71a1>.
168. Statskontoret. En analys av några offentliga styrmedel för bättre matvanor. Stockholm: Statskontoret; 2019. 9789188865144.
169. Nohlen H, Bakogianni I, Grammatikaki E, Ciriolo E, Pantazi M, Dias J, et al. Front-of-pack nutrition labelling schemes: an update of the evidence. Publications Office of the European Union: Luxembourg. 2022.
170. Grankvist G, Dahlstrand U, Biel A. The impact of environmental labelling on consumer preference: Negative vs. positive labels. Journal of Consumer Policy. 2004;27(2):213-30.
171. Gressier M, Swinburn B, Frost G, Segal AB, Sassi F. What is the impact of food reformulation on individuals' behaviour, nutrient intakes and health status? A systematic review of empirical evidence. Obesity Reviews. 2021;22(2):e13139.
172. Livsmedelsverket. Delrapport 3: Regeringsuppdrag att genomföra åtgärder för ett minskat saltintag och ett minskat intag av energitäta näringsfattiga livsmedel. Uppsala; 2023.
173. Livsmedelsverket. Regeringsuppdrag att genomföra åtgärder för ett minskat saltintag och ett minskat intag av energitäta näringsfattiga livsmedel. . Uppsala; 2024. [citerad 2024-02-16].



174. World Health Organisation. WHO Regional Office for Europe nutrient profile model: second edition. Copenhagen; 2023. Hämtad från: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/366328/WHO-EURO-2023-6894-46660-68492-eng.pdf?sequence=1>.
175. Union E. EU Code of Conduct on Responsible food business and marketing practices. A common aspirational path towards sustainable food systems. 2021. Hämtad från: [https://food.ec.europa.eu/system/files/2021-06/f2f\\_sfpd\\_coc\\_final\\_en.pdf](https://food.ec.europa.eu/system/files/2021-06/f2f_sfpd_coc_final_en.pdf).
176. UNESIDA. Progress report 2022. Commitments to the EU Code of Conduct on responsible food business and marketing practices. 2023. Hämtad från: [https://www.unesda.eu/wp-content/uploads/2023/05/UNESDA\\_2nd-Progress-Report\\_Commitments-to-the-EU-Code-of-Conduct-on-Responsible-Food-Business-and-Marketing-Practices\\_2023.pdf](https://www.unesda.eu/wp-content/uploads/2023/05/UNESDA_2nd-Progress-Report_Commitments-to-the-EU-Code-of-Conduct-on-Responsible-Food-Business-and-Marketing-Practices_2023.pdf).
177. Sveriges Bryggerier. Bryggeristatistik. Stockholm2023.
178. Bucher T, Collins C, Rollo ME, McCaffrey TA, De Vlieger N, Van der Bend D, et al. Nudging consumers towards healthier choices: a systematic review of positional influences on food choice. *British Journal of Nutrition*. 2016;115(12):2252-63.
179. Roy R, Kelly B, Rangan A, Allman-Farinelli M. Food environment interventions to improve the dietary behavior of young adults in tertiary education settings: a systematic literature review. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*. 2015;115(10):1647-81. e1.
180. Hollands GJ, Shemilt I, Marteau TM, Jebb SA, Lewis HB, Wei Y, et al. Portion, package or tableware size for changing selection and consumption of food, alcohol and tobacco. *Cochrane database of systematic reviews*. 2015(9).
181. Small L, Lane H, Vaughan L, Melnyk B, McBurnett D. A systematic review of the evidence: the effects of portion size manipulation with children and portion education/training interventions on dietary intake with adults. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*. 2013;10(2):69-81.
182. Elizabeth L, Machado P, Zinöcker M, Baker P, Lawrence M. Ultra-processed foods and health outcomes: a narrative review. *Nutrients*. 2020;12(7):1955.
183. Pérez-Ferrer C, Auchincloss AH, de Menezes MC, Kroker-Lobos MF, de Oliveira Cardoso L, Barrientos-Gutierrez T. The food environment in Latin America: a systematic review with a focus on environments relevant to obesity and related chronic diseases. *Public health nutrition*. 2019;22(18):3447-64.
184. Gynell I, Kemps E, Prichard I. The effectiveness of implicit interventions in food menus to promote healthier eating behaviours: A systematic review. *Appetite*. 2022;173:105997.
185. Andersson O, Nelander L. Nudge the lunch: A field experiment testing menu-primacy effects on lunch choices. *Games*. 2021;12(1):2.
186. Golding SE, Bondaronek P, Bunten AK, Porter L, Maynard V, Rennie D, et al. Interventions to change purchasing behaviour in supermarkets: a systematic review and intervention content analysis. *Health psychology review*. 2022;16(2):305-45.
187. Slapø H, Schjøll A, Strømgren B, Sandaker I, Lekhal S. Efficiency of in-store interventions to impact customers to purchase healthier food and beverage products in real-life grocery stores: a systematic review and meta-analysis. *Foods*. 2021;10(5):922.
188. Werle C, Nohlen HU, Pantazi M. Literature review on means of food information provision other than packaging labels. Publications Office of the European Union; 2022. 9276566090.
189. Livsmedelsverket. Kartläggning av måltider i kommunalt drivna förskolor, skolor och omsorgsverksamheter 2021. Fakta om offentliga måltider. 2022. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2022/l-2022-nr-01-kartlaggning-av-maltider-i-kommunalt-drivna-forskolor-skolor-och-omsorgsverksamheter-2021.pdf>.
190. Skolmat Sverige. Hur miljömässigt hållbara är svenska skolmåltider? . Centrum för epidemiology och samhällsmedicin, Region Stockholm; 2023.
191. Patterson E, Andersson F, Elinder LS. What works to improve school lunch nutritional quality—legislation or self-audit? *Public Health Nutrition*. 2022;25(7):1735-44.

192. MaTanken. Sammanställning av måltidspolicyer. 2024 [uppdaterad 2024-01-12]. Hämtad från:  
<https://www.landsbygdsnatverket.se/mattanken/laravandra/samladkunskapochmaterial/material/sammanstallningavmaltidspolicyer.5.237fd4c5161a8ddd58df227.html>.
193. World Health Organisation. Launch of the action guide: Healthier food and healthier food environments at sports events. Webinar. 2023 [citerad Aug]. Hämtad från:  
<https://www.who.int/news-room/events/detail/2023/08/24/default-calendar/launch-of-the-action-guide--healthier-food-and-healthier-food-environments-at-sports-events>.
194. Livsmedelsverket. Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Ordinära och särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden. 2023. Hämtad från:  
[https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrrer-foldrar/riktlinjer\\_for\\_maltider\\_aldreomsorgen.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrrer-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf).
195. Auckland TUo. Food policy sector map. Auckland2020 [citerad 29 januari 2024]. Hämtad från:  
[https://auckland.figshare.com/articles/figure/Food\\_policy\\_sector\\_map/12504137](https://auckland.figshare.com/articles/figure/Food_policy_sector_map/12504137).
196. Regionala Cancer Centrum i Samverkan. RCC presenterar en ny cancerpreventionsplan för 2024-2030. 2023 [citerad nov]. Hämtad från: <https://cancercentrum.se/samverkan/om-oss/nyheter/2023/november/rcc-presenterar-en-ny-cancerpreventionsplan-for-2024-2030/>.
197. Folkhälsomyndigheten. Slutrapportering av regeringsuppdrag inom ramen för "En strategi för genomförande av funktionshinderspolitiken 2011–2016" 2016.
198. Hansen KL, Golubovic S, Eriksen CU, Jørgensen T, Toft U. Effectiveness of food environment policies in improving population diets: a review of systematic reviews. *European Journal of Clinical Nutrition*. 2022;76(5):637-46.
199. Swinburn BA, Kraak VI, Allender S, Atkins VJ, Baker PI, Bogard JR, et al. The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change: the Lancet Commission report. *The lancet*. 2019;393(10173):791-846.
200. Pineda E, Poelman MP, Aaspöllu A, Bica M, Bouzas C, Carrano E, et al. Policy implementation and priorities to create healthy food environments using the Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): A pooled level analysis across eleven European countries. *The Lancet Regional Health–Europe*. 2022;23.
201. World Cancer Research Fund. NOURISHING policy index. Nutrition policy status in 30 European countries. 2023. Hämtad från: <https://www.wcrf.org/wp-content/uploads/2023/05/NOURISHING-Policy-Brief-May-2023.pdf>.
202. da Costa Peres CM, Gardone DS, Costa BVdL, Duarte CK, Pessoa MC, Mendes LL. Retail food environment around schools and overweight: a systematic review. *Nutrition Reviews*. 2020;78(10):841-56.
203. Matsuzaki M, Sánchez BN, Acosta ME, Botkin J, Sanchez-Vaznaugh EV. Food environment near schools and body weight—A systematic review of associations by race/ethnicity, gender, grade, and socio-economic factors. *Obesity Reviews*. 2020;21(4):e12997.
204. Xin J, Zhao L, Wu T, Zhang L, Li Y, Xue H, et al. Association between access to convenience stores and childhood obesity: a systematic review. *Obesity reviews*. 2021;22:e12908.
205. Zhou Q, Zhao L, Zhang L, Xiao Q, Wu T, Visscher T, et al. Neighborhood supermarket access and childhood obesity: a systematic review. *Obesity reviews*. 2021;22:e12937.
206. Gupta A, Alston L, Needham C, Robinson E, Marshall J, Boelsen-Robinson T, et al. Factors influencing implementation, sustainability and scalability of healthy food retail interventions: a systematic review of reviews. *Nutrients*. 2022;14(2):294.
207. Huse O, Schultz S, Boelsen-Robinson T, Ananthapavan J, Peeters A, Sacks G, et al. The implementation and effectiveness of outlet-level healthy food and beverage accreditation schemes: A systematic review. *Obesity Reviews*. 2023;24(4):e13556.
208. The European Consumer Organization. From influence to responsibility. Time to regulate influencer marketing. 2023. Hämtad från:  
[https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/BEUC-X-2023-093\\_From\\_influence\\_to\\_responsibility\\_Time\\_to\\_regulate\\_influencer-marketing.pdf](https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/BEUC-X-2023-093_From_influence_to_responsibility_Time_to_regulate_influencer-marketing.pdf).

209. Kucharczuk AJ, Oliver TL, Dowdell EB. Social media's influence on adolescents' food choices: a mixed studies systematic literature review. *Appetite*. 2022;168:105765.
210. Mc Carthy CM, de Vries R, Mackenbach JD. The influence of unhealthy food and beverage marketing through social media and advergames on diet-related outcomes in children—A systematic review. *Obesity Reviews*. 2022;23(6):e13441.
211. Regeringskansliet. Att förändra vår värld. Agenda 2030 för hållbar utveckling. Stockholm: Regeringskansliet; 2016. Hämtad från: [http://www.unesco.se/wp-content/uploads/2016/03/Att-foeraendra-v--r-vaerld\\_-Agenda-2030-foer-h--llbar-utveckling.pdf](http://www.unesco.se/wp-content/uploads/2016/03/Att-foeraendra-v--r-vaerld_-Agenda-2030-foer-h--llbar-utveckling.pdf).
212. Berkman ND, Davis TC, McCormack L. Health literacy: what is it? *Journal of health communication*. 2010;15(S2):9-19.
213. Sørensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, et al. Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC public health*. 2012;12:1-13.
214. Krause C, Sommerhalder K, Beer-Borst S, Abel T. Just a subtle difference? Findings from a systematic review on definitions of nutrition literacy and food literacy. *Health promotion international*. 2018;33(3):378-89.
215. Luque B, Villaécija J, Ramallo A, de Matos MG, Castillo-Mayén R, Cuadrado E, et al. Spanish Validation of the Self-Perceived Food Literacy Scale: A Five-Factor Model Proposition. *Nutrients*. 2022;14(14):2902.
216. Bøggild H. International Report on the Methodology, Results, and Recommendations of the European Health Literacy Population Survey 2019-2021 (HLS19) of M-POHL. 2021.
217. Bailey CJ, Drummond MJ, Ward PR. Food literacy programmes in secondary schools: A systematic literature review and narrative synthesis of quantitative and qualitative evidence. *Public Health Nutrition*. 2019;22(15):2891-913.
218. Carroll N, Perreault M, Ma DW, Haines J. Assessing food and nutrition literacy in children and adolescents: a systematic review of existing tools. *Public health nutrition*. 2022;25(4):850-65.
219. Brach C, Keller D, Hernandez LM, Baur C, Parker R, Dreyer B, et al. Ten attributes of health literate health care organizations. *NAM perspectives*. 2012.
220. M Leijon AA, S Bernhardsson, D Ekholm, L Ersberg, M J-son Höök, C Klüft, U Müssener, E Skoog Garås and P Nilsen. Generation Pep -Study protocol for an intersectoral community-wide physical activity and healthy eating habits initiative for children and young people in Sweden. *Frontiers in Public Health*. 2024.
221. Formas. Vägen till ett hållbart och konkurrenskraftigt livsmedelssystem. 2019. Hämtad från: <http://www.formas.se>.
222. Fanzo J, Haddad L, Schneider KR, Béné C, Covic NM, Guarín A, et al. Rigorous monitoring is necessary to guide food system transformation in the countdown to the 2030 global goals. *Food Policy*. 2021;104:102163.
223. Garnica Rosas L, Mensink GB, Finger JD, Schienkiewitz A, Do S, Wolters M, et al. Selection of key indicators for European policy monitoring and surveillance for dietary behaviour, physical activity and sedentary behaviour. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2021;18:1-18.
224. Hansson H, Säll S, Abouhatab A, Rööf E, Tidåker P, Berggren Å, et al. A framework for measuring sustainability in the Swedish food system. *Mistra Food Futures Report*. 2023(14).
225. Harrison MR, Palma G, Buendia T, Bueno-Tarodo M, Quell D, Hachem F. A scoping review of indicators for sustainable healthy diets. *Frontiers in Sustainable Food Systems*. 2022;5:822263.
226. Ólafsdóttir S, Marniemi A, Andersen MC, Berg C, Prell H, Gísladóttir E, et al. Monitoring food marketing to children. *Nordiska ministerrådet*; 2020. 9789289353694.
227. World Health Organization. Using third-party food sales and composition databases to monitor nutrition policies. World Health Organization. Regional Office for Europe; 2021.

228. Djojoseparto S, Kamphuis C, Vandevijvere S, Harrington J, Poelman M. The Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): European Union.: An assessment of EU-level policies influencing food environments and priority actions to create healthy food environments in the EU. 2021. 9039373620.
229. INFORMAS. International Network for Food and Obesity/NCDs Research, Monitoring and Action Support. Auckland2023 [citerad januari]. Hämtad från: <https://www.informas.org/about-informas/>.
230. Béné C. Why the Great Food Transformation may not happen – A deep-dive into our food systems’ political economy, controversies and politics of evidence. *World Development*. 2022;154:105881. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2022.105881>.
231. Roberto CA, Swinburn B, Hawkes C, Huang TT, Costa SA, Ashe M, et al. Patchy progress on obesity prevention: emerging examples, entrenched barriers, and new thinking. *The Lancet*. 2015;385(9985):2400-9.
232. Wood B, Williams O, Nagarajan V, Sacks G. Market strategies used by processed food manufacturers to increase and consolidate their power: a systematic review and document analysis. *Globalization and health*. 2021;17(1):1-23.
233. Hall KD, Ayuketah A, Brychta R, Cai H, Cassimatis T, Chen KY, et al. Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake. *Cell Metab*. 2019;30(1):67-77 e3. DOI:10.1016/j.cmet.2019.05.008.
234. Kennedy ET, Torero MA, Mozaffarian D, Masters WA, Steiner RA, Hendriks SL, et al. Beyond the food systems summit: Linking recommendations to action—the true cost of food. *Current Developments in Nutrition*. 2023;7(5):100028.
235. Anastasiou K, Baker P, Hadjidakou M, Hendrie G, Lawrence M. A conceptual framework for understanding the environmental impacts of ultra-processed foods and implications for sustainable food systems. *Journal of Cleaner Production*. 2022:133155.
236. FAO. The State of Food and Agriculture 2023. Revealing the true cost of food to transform agrifood systems. Rome, Italy; 2023.
237. Herrero M, Hugas M, Lele U, Wirakartakusumah A, Torero M. A Shift to Healthy and Sustainable Consumption Patterns. *Science and Innovations for Food Systems Transformation*. 2023:59.
238. Blom I, Quetel, A-K. Medborgarpanel om hållbar livsmedelskonsumtion. Livsmedelsverkets rapportserie. Uppsala; 2024. L 2024 nr 01.
239. Livsmedelsverket. Sammanfattning av dialogmöten. Regeringsuppdrag om insatser för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. 2022. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/om-oss/regeringsuppdrag/sammanfattning-fran-dialogmoten-med-organisationer-inom-ru-insatser-for-hallbar-och-halsosam-livsmedelskonsumtion.pdf>.

# Bilagor

Bilaga 1: Livsmedelskonsumtionen idag och hur mycket den behöver förändras

Bilaga 2: Indikatorer för mål och delmål

Bilaga 3: Bruttolista indikatorer för samhällliga förutsättningar och insatsområden

Bilaga 4: Deltagare dialogmöten våren 2022 och hösten 2023

Bilaga 5: Mål- och strategidokument av relevans för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Bilaga 6: Enkät till nordiska länder om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Bilaga 7: Hantering av inspel på mål och delmål

# Bilaga 1. Livsmedelskonsumtionen idag och hur mycket den behöver förändras – bakgrund till delmålens målnivåer

Den här bilagan tillhör rapporten *En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Återredovisning av regeringsuppdrag*, artikelnummer 24004.

## Inledning

I denna bilaga beskrivs vilken statistik och annan information som använts som underlag för förslagen till delmål. Här finns en fördjupad beskrivning av hur vi kommit fram till de föreslagna delmålen. Förslagen utgår ifrån en uppskattning av medelkonsumtionen av de livsmedelsgrupper som delmålen berör. Detta behövs för att kunna sätta delmål som beskriver hur livsmedelskonsumtionen bör förändras för att bli hälsosam och hållbar. Vi strävar efter att målnivån ska vara ambitiös men samtidigt realistisk, det vill säga uppfattas som möjliga att uppnås till 2035. Med konsumtion menas här den mat som äts, inte det som slängs och blir matsvinn.

Bakgrunden till varför just dessa livsmedelsgrupper prioriterats finns i rapporten under rubriken **Nationella delmål**.

## Om statistiken i uppdraget och hur den används

För att ge en bild av hur den svenska konsumtionen av de livsmedelsgrupper som delmålen berör och hur den utvecklats de senaste decennierna har flera källor använts. Källorna, som beskrivs nedan har alla styrkor och svagheter. Konsumtionsstatistiken från Jordbruksverket ger tack vare sin detaljnivå möjlighet att gruppera livsmedlen i lämpliga livsmedelsgrupper, följs upp årligen och ger en sammansatt bild av befolkningens konsumtion, men den säger inget om hur konsumtionen ser ut i olika grupper i befolkningen eller den mängd av det som konsumeras som faktiskt äts. I undersökningar som till exempel matvaneundersökningar och enkäter med självrapporterade data tenderar deltagarna å andra sidan underrapportera vissa livsmedel. Fördelen är att det som rapporteras är vad som äts, inte vad som slängs eller används på annat sätt. Matvaneundersökningar som ger en någorlunda heltäckande bild över olika gruppers kost är dock resurskrävande att genomföra och görs därför sällan. De olika källorna kompletterar varandra.

## Nationell statistik från Jordbruksverket

Nationell statistik över livsmedelskonsumtionen från Jordbruksverket ger en bild av konsumtionen av livsmedel på nationell nivå samt hur konsumtionen förändrats över tid. Statistiken rapporteras som:

- Totalkonsumtion, som avser den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion i Sverige. För kött innebär det exempelvis slaktad vikt, alltså inklusive ben (1).
- Direktkonsumtion, som avser de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök. För kött innebär det: rent kött (kyllt och fryst), charkuterivaror och konserver och frysta produkter som innehåller kött (1).

Varken totalkonsumtionen eller direktkonsumtionen speglar vad som äts av befolkningen, och ibland inte heller köps av konsumenten, som till exempel ben. För kött görs i beräkningarna av direktkonsumtionen ett avdrag för ben och ett schablonmässigt avdrag för matsvinn (men inte för hushållens matsvinn). Direktkonsumtion och totalkonsumtion av olika livsmedelsgrupper som redovisas denna rapport är den totala konsumtionen i Sverige jämnt fördelat i befolkningen, uttryckt som viktenhet per person.

#### Nationell försäljningsstatistik från Statistiska Centralbyrån

Försäljningsstatistik för livsmedel från Statistiska Centralbyrån, SCB, visar hur mycket livsmedel och drycker som säljs inom den svenska handeln totalt och uppdelat på produktgrupper. Uppgifterna publiceras både i löpande och fasta priser och genom att använda fasta priser kan man följa volymutvecklingen över tid. Försäljningsstatistik kan således fungera som kompletterande information till Jordbruksverkets statistik för att följa förändringar över tid.

#### Nationella matvaneundersökningar från Livsmedelsverket

Nationella matvaneundersökningar från Livsmedelsverket beskriver ett tvärsnitt över befolkningens livsmedelskonsumtion, näringsintag och matvanor och ger även information om hur konsumtionen skiljer sig mellan olika befolkningsgrupper (2-5). Medelkonsumtionen av en livsmedelsgrupp baseras på den åldersgrupp och det urval av befolkningen som ingått i undersökningarna. Matvaneundersökningar publiceras ungefär var sjätte år. Eftersom data behövs från flera olika åldersgrupper dröjer det länge innan samma åldersgrupp undersöks på nytt. När det gäller den vuxna befolkningen publicerades den senaste rapporten 2012 och nästa datainsamling beräknas starta 2026. Riksmaten barn publicerades 2003 och Riksmaten ungdom 2018.

#### Nationella enkätundersökningar från Folkhälsomyndigheten

Nationella folkhälsoenkäten (Hälsa på lika villkor, HLV) och Skolbarns hälsovanor ger information hur ofta vissa livsmedel äts i olika befolkningsgrupper, för att ge en indikation på hur mycket som äts och hur detta förändrats över tid (6, 7). HLV-enkäten inkluderar följande fyra indikatorer för matvanor: konsumtion av grönsaker och rotfrukter, konsumtion av frukt och bär, konsumtion av fisk och skaldjur samt konsumtion av sötade drycker. Skolbarns hälsovanor inkluderar följande fyra indikatorer för matvanor: konsumtion av grönsaker, konsumtion av

frukt, konsumtion av sötsaker samt konsumtion av läsk med socker. HLV genomförs vartannat år och enkäten om skolbarns hälsovanor genomförs bland 11-, 13- och 15-åringar vart fjärde år.

### **Annan statistik**

Utöver dessa källor har vid behov andra källor från forskning eller myndigheter eller dylikt använts. Se tabell 1 för mer information om vilka källor som använts. Utifrån denna information kan vi göra en uppskattning hur konsumtionen ser ut på befolkningsnivå i Sverige, till viss del hur livsmedelskonsumtionen skiljer sig mellan befolkningsgrupper samt hur den förändrats de senaste åren. Beroende på vilka livsmedel delmålet gäller har för dessa relevanta källor använts. Den uppskattade medelkonsumtionen baserar sig på matvaneundersökningar och nationell statistik över livsmedelskonsumtionen. För att kunna se hur livsmedelskonsumtionen förändrats över tid har nationell statistik över livsmedelskonsumtionen, försäljningsstatistik och information från folkhälsoenkäterna använts. För att ge en bild av hur livsmedelskonsumtionen skiljer sig inom befolkningen har matvaneundersökningar och folkhälsoenkäterna använts.

### **Uppskattad medelkonsumtion som grund för målnivåerna**

Den uppskattade medelkonsumtionen har använts som utgångspunkt för konsumtionen av de livsmedelsgrupper som delmålen berör. Målnivåerna i delmålen baseras på skillnaden mellan den uppskattade medelkonsumtionen och en önskvärd nivå av konsumtion, i första hand ur ett folkhälsoperspektiv, men även ur klimat- och miljöperspektiv. För att bestämma vad som är en önskvärd nivå har de nordiska näringsrekommendationerna, de svenska kostråden och vetenskapliga underlag använts. Målnivån ska vara både ambitiös och realistisk, vilket innebär att den ska sikta högt men ändå vara möjlig att nå innan 2035. Förändringarna som föreslås är således en bit på väg, men för att nå en hälsosam och hållbar livsmedelskonsumtion behöver arbetet fortsätta efter 2035.

### **Uppskattad medelkonsumtion**

Den uppskattade medelkonsumtionen är framtagen med hjälp av nationell statistik över livsmedelskonsumtionen och matvaneundersökningar samt genom att beakta förändringar i livsmedelskonsumtionen sedan matvaneundersökningarna genomfördes. Tabell 1 visar hur konsumtionen av de livsmedelsgrupper som delmålen berör ser ut, enligt på de olika källorna samt den uppskattade medelkonsumtionen för varje livsmedelsgrupp. Vilka livsmedel från varje källa som inkluderats i livsmedelsgrupperna redovisas i efter tabellen. I nästa avsnitt beskrivs mer i detalj varje delmåls uppskattade medelkonsumtion och den målnivå som valts för delmålet.

Tabell 1. Konsumtion av delmålets livsmedelsgrupper redovisat per källa samt uppskattad medelkonsumtion. Alla mängder och procenttal är avrundade till närmaste heltal.



Mängderna anges i gram per dag eller gram per vecka. Mängderna anges per person. Den uppskattade medelkonsumtionen anges som ungefärliga mängder.

Livsmedel	Riksmaten, vuxna, 2010–11 (a)	Riksmaten, ungdom, 2016–17 (a)	Riksmaten, barn, 2003 (a)	Totalkonsumtion, 2022 (b)	Direktkonsumtion, 2022 (b)	Annan	Uppskattad medelkonsumtion
Grönsaker, baljväxter, frukt och bär	300 g/d	230 g/d	200 g/d	458 g/d	432 g/d	-	420 g/d
Fullkorn	42 g/d	33 g/d	-	-	-	48 (c)	40 g/d
Fisk och skaldjur	273 g/v	140 g/v	126 g/v	-	-	230 g/v (d)	230 g/v
Energitäta och näringsfattiga livsmedel	2 800 g/v, 15 E%	2 700 g/v, 17–33 E%	2 660 g/v, 25 E%	-	4 625 g/v	-	4 600 g/v, 20 E%
Rött kött och chark	609 g/v	672 g/v	-	1 066 g/v	1 003 g/v	530 g/v (e)	530 g/v
Fågelkött	140 g/v	261 g/v	-	442 g/v	414 g/v	-	440 g/v
Kött, totalt	749 g/v	933 g/v	896 g/v	1 509 g/v	1 417 g/v	-	1 500 g/v
Salt	8 g/d	7 g/d	6 g/d	-	-	8–11 g/d (f)	9 g/d

g/d = gram per dag (per person), g/v = gram per vecka (per person), E% = andel av energiintaget, (a) Livsmedelsverket, (b) Jordbruksverket, (c) Whole grain intake across European countries (8, 9), (d) Svensk konsumtion av sjömat (10), (e) Konsumtion av kött 2023 (11), (f) Hur mycket salt äter vi i Sverige? (12)

## Livsmedel som ingår i de olika livsmedelsgrupperna och utifrån källa

Livsmedlen redovisas som de står i respektive källa. Livsmedel som de delats upp i källorna särskiljs med semikolon.

Grönsaker, baljväxter, frukt och bär

### Riksmaten vuxna

Grönsaker, baljväxter och rotfrukter; frukt och bär

### Riksmaten ungdom

Grönsaker; baljväxter; rotfrukter; svamp; frukt; bär

### Riksmaten barn

Frukt och bär; grönsaker; rotfrukter; juice och nektar; baljväxter

### Hälsa på lika villkor

Konsumtion av grönsaker och rotfrukter; konsumtion av frukt och bär

### Skolbarns hälsovanor

Konsumtion av grönsaker; konsumtion av frukt

### **Totalkonsumtion**

Köksväxter, färska och frysta; köksväxter, beredda

### **Direktkonsumtion**

Morötter; gurkor; lök; purjolök; blomkål; vitkål, rödkål, brysselkål, broccoli och salladskål; sallad; tomater; övriga köksväxter, färska; rotfrukter och övriga köksväxter, frysta eller torkade; köksväxter, inlagda i ättika; köksväxter, beredda eller konserverade på annat sätt än genom inläggning i ättika

### **Försäljningsstatistik (SCB)**

Morötter; övriga rotfrukter; isbergssallad; övriga bladväxter; vitkål; salladskål; blomkål; annan kål; stjälvväxter; slanggurka; tomat; paprika; övr. grönsaker; oliver; lök; purjolök; annan lök; svamp; övriga färska grönsaker; färska kryddor; djupfrysta grönsaker; torkade köksväxter; konserverade köksväxter; färdigmat av köksväxter; apelsiner; citroner; grapefrukt; småcitrus; övriga citrusfrukter; äpplen; päron; meloner; bananer; stenfrukter; vindruvor; exotiska frukter; bär, färska; frukt- och bärprodukter; djupfrysta bär och frukter; ärtor och bönor, torkade; baljväxter

Fullkorn

### **Riksmaten vuxna**

Fullkorn

### **Riksmaten ungdom**

Fullkorn

Fisk och skaldjur

### **Riksmaten vuxna**

Fisk och skaldjur

### **Riksmaten ungdom**

Fisk; skaldjur

### **Riksmaten barn**

Fisk och skaldjur

### **Hälsa på lika villkor**

Konsumtion av fisk och skaldjur

Energitäta och näringsfattiga livsmedel

### **Riksmaten vuxna**

Läsk, saft, sport- och energidrycker; öl, vin, sprit; sylt, marmelad, mos; nötter och snacks; glass; godis; bullar, kakor och tårtor; söta soppor och efterrätter; socker, sirap, honung och sötningsmedel; pizza, paj och pirog; pannkakor, våfflor och crêpes

### **Riksmaten ungdom**

Läsk, saft och energidryck; alkoholhaltiga drycker; söta soppor, mos, sylt, marmelad, socker, sirap och sötningsmedel; snacks; bakverk; godis; glass; pizza, paj, pirog och färdiga smörgåsar

### **Riksmaten barn**

Saft och läsk (inkl. light); sylt, marmelad, mos; nötter, frön, snacks; isglass; glass; sötsaker; bullar, kakor, kex och skorpor; söta soppor, krämer och efterrätter; socker; pizza, paj, pirog; pannkakor, plättar, våfflor, crêpes

### **Hälsa på lika villkor**

Konsumtion av sötade drycker

### **Skolbarns hälsovanor**

Konsumtion av läsk med socker; konsumtion av sötsaker

### **Direktkonsumtion**

Bitsocker; strö-, farin-, flor-, och pärlsocker; sirap; sylter, marmelader, fruktmos och geléer beredda genom kokning; choklad och konfektyrvaror; bullar, vetelängder, wienerbröd, annat mjukt kaffebröd, bakelser, tårtor, sockerkakor och övriga bakverk (inkl. crepes, pizzor, piroger); glass (med och utan fett); andra beredda potatisprodukter (chips); majsflingor; läskedrycker, cider, m.m.; öl (alla typer); vin; spritdrycker

### **Försäljningsstatistik (SCB)**

Honung; sylt och marmelad; socker och sirap; konfektyrvaror; bakverk; småkakor; glass; potatischips; kex; snacks; fryst pizza; färsk pizza; saft; cider i dagligvaruhandeln; läskedrycker; vin i dagligvaruhandeln; vin; öl; spritdrycker och likör

Rött kött och chark

### **Riksmaten vuxna**

Kött (från nöt, gris, lamm, vilt och häst samt inälvsmat och blodmat)

### **Riksmaten ungdom**

Rött kött; processat kött; blodprodukter, inälvsmat

### **Totalkonsumtion**

Nötkött, inkl. kalvkött, vara med ben; fårkött, vara med ben; griskött, vara med ben

### **Direktkonsumtion**

Nötkött, inkl. kalv, färsk och fryst; fårkött, färskt och fryst; griskött, färskt och fryst; Skinka, kassler och andra oblandade charkuterivaror; Korv, pastejer och andra blandade charkuterivaror; Hemslakt av kalv, gris och får; Köttkonserver (exl. Soppor); Frysta köttprodukter och fryst färdiglagad mat innehållande kött; Lever, njure och tunga

Fågelkött

### **Riksmaten vuxna**

Fågel

### **Riksmaten ungdom**

Fågel

### **Totalkonsumtion**

Fjäderfäkött, urtagen vara

### **Direktkonsumtion**

Fjäderfäkött, färskt och fryst

Kött, totalt

### **Riksmaten vuxna**

Summan av variablerna inkluderade i rött kött och chark respektive fågelkött.

### **Riksmaten ungdom**

Summan av variablerna inkluderade i rött kött och chark respektive fågelkött.

### **Riksmaten barn**

Kött och fågel; korv; blod och inälvsmat.

### **Totalkonsumtion**

Summan av variablerna inkluderade i rött kött och chark respektive fågelkött

### **Direktkonsumtion**

Summan av variablerna inkluderade i rött kött och chark respektive fågelkött

### **Försäljningsstatistik (SCB)**

Fjäderfä; nöt; kalv; får och lamm; gris; oblandad chark; blandade charkuterievaror; djupfrysta köttprodukter; köttkonserver; färdiglagad mat innehållande kött

Salt

### **Riksmaten vuxna**

Natrium eller salt

### **Riksmaten ungdom**

Natrium eller salt

### **Riksmaten barn**

Natrium eller salt

## Uppskattad medelkonsumtion samt målnivåer

**Delmål 1:** Konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär öka. Särskilt konsumtionen av baljväxter och grova grönsaker behöver öka. Ökningen behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har lägst konsumtion idag.

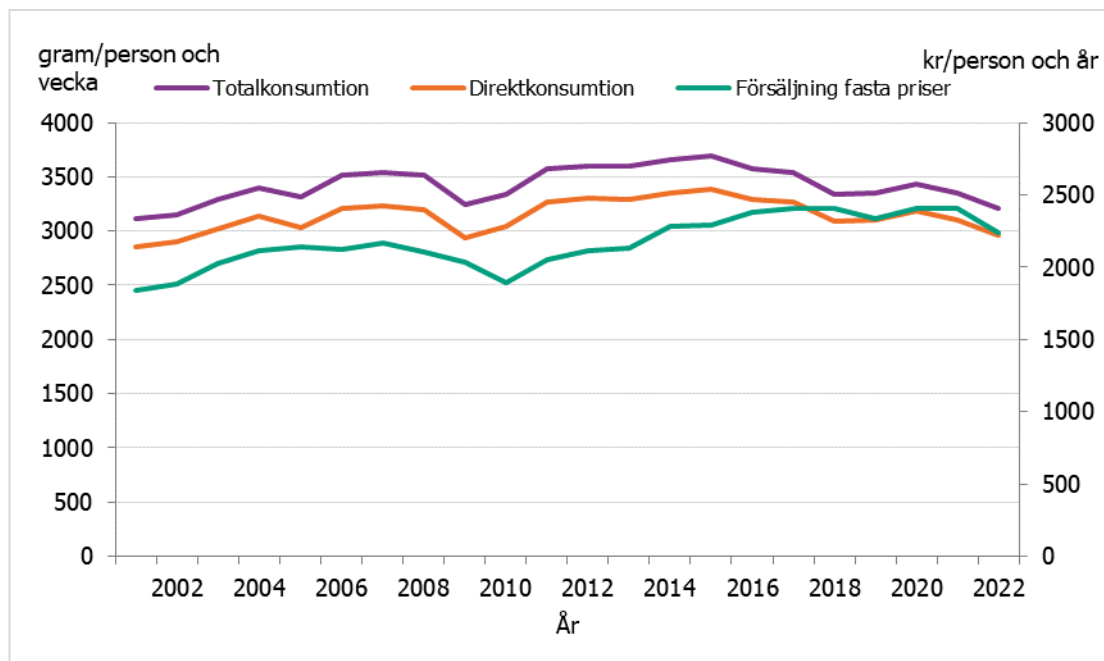
Uppskattad medelkonsumtion av grönsaker, baljväxter frukt och bär

Totalkonsumtionen av grönsaker har sedan 1980-talet fördubblats från 40 till 80 kg per person och år och även konsumtionen av frukt och bär har ökat sedan 1980-talet (1). Sedan början av 2000-talet har dock konsumtionen hållits relativt stabil, med en liten minskning under de senaste åren (figur 1). Enligt Jordbruksverkets statistik (direkt- respektive totalkonsumtion) var konsumtionen av grönsaker och frukt 420–460 gram per person och dag år 2022 (egna beräkningar utifrån Jordbruksverkets statistik för summan av direktkonsumtionen 2022 av varor som inkluderats i livsmedelsgruppen grönsaker, baljväxter, frukt och bär). Enligt de senaste matvaneundersökningarna åt vuxna, ungdomar och barn 300, 230 respektive 200 gram per person och dag (2-4). Direktkonsumtionen inkluderar inte hushållens matsvinn, där frukt och grönsaker utgör cirka 5 kilo (36 procent) av de 15 kilo mat som slängs per person och år (13). Per dag motsvarar det 15 gram per person. Även 2012, när matvaneundersökningen om vuxna gjordes, var direktkonsumtionen 470 gram per person och dag (egna beräkningar utifrån Jordbruksverkets statistik för summan av direktkonsumtionen 2012 av varor som inkluderats i livsmedelsgruppen grönsaker, baljväxter, frukt och bär rapporterat per capita), det vill säga högre än de rapporterade mängderna i matvaneundersökningarna. I och med att matsvinnet kan utgöra en väsentlig del i denna livsmedelsgrupp kan det till viss del förklara varför konsumtionen enligt matvaneundersökningen är lägre än konsumtionen enligt direktkonsumtionen. Medelkonsumtionen av grönsaker, frukt och bär uppskattas vara 420 gram per person och dag, baserat på direktkonsumtionen 2022, men mindre än detta förmodas ätas upp.

Direktkonsumtionen inkluderar inte baljväxter, men enligt SCB:s försäljningsstatistik utgör ärtor och bönor enbart cirka 1 procent av den totala

försäljningen. Även i matvaneundersökningarna framgår att konsumtionen av baljväxter är låg (2, 3). Därför antas konsumtionen av baljväxter vara låg.

Figur 1. Diagram som visar konsumtionen av grönsaker, baljväxter, frukt och bär mellan 2001 och 2022. Diagrammet visar totalkonsumtion i gram/person och vecka, direktkonsumtion i gram/person och vecka och konsumtionen som försäljning i fasta priser i kr/person och år. Vänster y-axel är gram/person och vecka medan höger y-axel är kr/person och år.



Konsumtionen är inte jämlik

Konsumtionen av grönsaker, frukt och bär skiljer sig mellan könen, olika åldersgrupper och grupper med olika socioekonomisk status. Andelen som äter dessa livsmedel minst två gånger per dag är större bland kvinnor, äldre åldersgrupper, personer med högre utbildningsnivå och personer utan ekonomiska problem än bland män, yngre åldersgrupper, personer med lägre utbildningsnivå och personer med ekonomiska problem (14). Bland skolbarn är andelen som anger att de äter grönsaker och frukt varje dag högre bland flickor än bland pojkar och högre bland yngre barn än äldre (6).

Målnivå för delmål 1

Det nuvarande kostrådet för grönsaker, frukter, bär och baljväxter är att äta minst 500 gram per dag för alla över 10 år samt minst 400 gram per dag för barn mellan 4 och 10 år (15, 16). Rekommendationen från nordiska näringsrekommendationerna är 500-800 gram grönsaker, frukt och bär per dag för vuxna och att utöver det inkludera baljväxter som en väsentlig del av kostmönstret (17). World Cancer Research Funds (WCRFs) rekommendation är 400 gram grönsaker och frukt per dag och som folkhälsomål rekommenderas 600 gram per person och dag (18).

För att uppskatta vad en önskvärd medelkonsumtion i befolkningen innebär kan man börja med att räkna ut vilken miniminivå av konsumtion som behöver ske för att alla i befolkningen teoretiskt ska kunna äta enligt rekommendationerna. Om man utgår från att alla i befolkningen äter exakt enligt kostråden eller rekommendationerna (200 g för barn 1–3 år, 400 g för barn 4–9 år och alla över 10 år 500–800 g) skulle medelkonsumtionen på befolkningsnivå bli ca 480–740 gram per person och dag. Eftersom kostråden och rekommendationerna anger miniminivåer och konsumtionen får överskrida dessa kan den önskvärda medelkonsumtionen för befolkningen sättas i det övre spannet. En önskvärd medelkonsumtion uppskattas därmed vara 700 gram per person och dag. Detta är mellan nordiska näringsrekommendationernas övre räckvidd och WCRFs folkhälsomål. Eftersom WCRFs folkhälsomål baserar sig på en rekommendation på 400 gram jämfört med kostrådet på 500 gram och nordiska näringsrekommendationen på 500–800 gram är det rimligt att den önskvärda medelkonsumtionen är högre än WCRFs folkhälsomål, det vill säga cirka 700g (17, 18).

#### Summering

Målet är att konsumtionen ska öka med 50 procent till 2035. För att nå den önskvärda medelkonsumtionen på 700 gram per person och dag behöver konsumtionen dock öka med nästan 70 procent. I och med att konsumtionen av grönsaker, baljväxter, frukt och bär inte har ökat under de senaste åren och trenden möjligtvis är nedåtgående kan det ta tid att åstadkomma en ökning, en ökning på 70 procent är därför inte realistisk. Målnivån sätts därför till 50 procent till målar 2035. Därefter behöver konsumtionen öka ytterligare för att bidra till att en hälsosam och hållbar livsmedelskonsumtion.

#### Delmål 2: Konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent år 2035 jämfört med år 2010

För att främja folkhälsan behöver intaget av fullkorn, det vill säga hela kärnan av spannmålet öka. Den ökade konsumtionen av fullkorn behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har lägst konsumtion idag.

#### Uppskattad medelkonsumtion av fullkorn

Det är inte möjligt att med hjälp av den nationella statistiken följa konsumtionen av fullkorn eftersom den visar produktkategorier som mjöl, gryn eller pasta, men inte livsmedlens fullkornsinnehåll. Med den nationella statistiken kan däremot konsumtionen av spannmålsprodukter följas. För att följa konsumtionen av fullkorn behöver vi därför använda oss av matvaneundersökningar där det går att urskilja vilka livsmedel som rapporteras och därmed uppskatta fullkornsintaget. Enligt de senaste matvaneundersökningarna var intaget av fullkorn i medel 42 gram per dag för vuxna och 33 gram för ungdomar (2, 3). Det finns dock osäkerhet kring dessa siffror då det finns osäkerheter kring mängden fullkorn i de rapporterade produkterna (19).

Fullkornsprodukter (engelska wholegrain foods) är spannmålsprodukter som innehåller en viss mängd fullkorn. I detta fall definierades en fullkornsprodukt som en produkt som innehöll 1 g eller mer fullkorn per 10 g kolhydrater (8). Enligt data från Europeiska kommissionen var intaget av fullkornsprodukter i Sverige bland de högsta i Europa (78,5 gram per dag för män och 80 gram per dag för kvinnor) (8). Ett intag på 90 gram fullkornsprodukter per dag motsvarar 48 gram fullkorn som ingrediens (9). Denna siffra stödjer i stora drag resultaten från matvaneundersökningarna. Medelintaget av fullkorn uppskattas således vara runt 40 gram per person och dag utifrån senaste matvaneundersökning om vuxnas matvanor.

Konsumtionen av fullkorn är inte jämlik

Även om Sveriges befolkning jämfört med andra EU länder har ett högt intag av fullkorn är konsumtion av fullkorn generellt låg i befolkningen (20). Runt 90 procent av både vuxna och ungdomar hade för lågt intag av fullkorn enligt de senaste matvaneundersökningarna (2, 3). Konsumtionen skiljer sig åt mellan åldersgrupper och grupper med olika socioekonomisk status. Yngre och personer med lägre utbildningsnivå har lägre intag än äldre och personer med högre utbildningsnivå (2, 20).

Målnivå för delmål 2

Det nuvarande kostrådet är att äta fullkornsprodukter av pasta, bröd, gryn och ris i stället för raffinerade. Kostrådet gäller alla, både barn och vuxna (16). Enligt nordiska näringsrekommendationerna rekommenderas ett intag av minst 90 gram per person och dag (17). Även en liten ökning minskar risken för sjukdom, men vid ett intag av 90 gram per dag ses den största minskningen av risk. Samtidigt finns en ökad skyddande effekt för ett högre intag, så högt som 104–120 gram per person per dag (9, 17).

Om medelkonsumtionen i befolkningen skulle vara 90 gram per person och dag skulle detta innebära att mängden fullkorn som konsumeras av befolkningen teoretiskt sett kunde ha ett intag av fullkorn som motsvarar de nordiska näringsrekommendationerna om alla åt lika mycket fullkorn. Den önskvärda medelkonsumtionen skulle således vara högre än 90 gram för att öka sannolikheten att alla har ett intag på 90 gram per dag eller mer. Eftersom medelkonsumtionen idag är så långt från denna önskvärda medelkonsumtion utgår vi här från en önskvärd medelkonsumtion på 90 gram per person och dag som ett första steg.

För att nå denna önskvärda medelkonsumtion på 90 gram per person och dag, med utgångspunkten dagens medelkonsumtion på ungefär 40 gram per person och dag behöver således konsumtionen öka med runt 135 procent. Utan information om hur intaget av fullkorn sett ut över tid i befolkningen är det svårt att uppskatta vad som är en realistisk målnivå men ändå föreslås en ökning på 100 procent till år 2035. Därefter behövs ytterligare ökat intag för att nå den önskvärda medelkonsumtionen.



## Summering

Målet är att öka konsumtionen med 100 procent till 2035. Den uppskattade medelkonsumtionen är ungefär 40 gram fullkorn per person och dag. För att nå den önskvärda medelkonsumtionen i befolkningen på 90 gram per person och dag behöver konsumtionen dock öka med ungefär 135 procent. Men en ökning på 100 procent anses vara mer realistisk till mållåret 2035.

**Delmål 3: Konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2019.**

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av fisk och skaldjur öka. En förutsättning för att öka konsumtionen utan ökad klimat- och miljöpåverkan, är att byta från sorter med stor påverkan som till exempel odlad lax och odlade räkor, till sorter med mindre påverkan, som till exempel sill. Andelen av befolkningen som äter enligt kostrådet ska öka och en större andel av den fisk och skaldjur som konsumeras ska vara miljöcertifierad.

## Uppskattad konsumtion av fisk och skaldjur

Det finns inte fullständig, officiell statistik för konsumtion av fisk och skaldjur sedan millennieskiftet, men två forskningsprojekt har gjort uppskattningar under senaste åren. Enligt dessa konsumerades år 2015 och 2019 i Sverige 212 respektive 230 gram fisk och skaldjur per person och vecka (10, 21). Enligt Riksmaten var det totala rapporterade intaget av fisk och skaldjur i genomsnitt 273 gram per vecka för vuxna och 155 gram per vecka för ungdomar (2, 3). Mellan 2016 och 2022 har andelen personer som rapporterar att de äter fisk eller skaldjur minst två gånger per vecka minskat lite, från 31 procent år 2016 till 27 procent år 2022 (14). I och med att medelkonsumtionen enligt matvaneundersökningen 2012 och konsumtionen per person enligt studierna var liknande antas inga stora förändringar i konsumtion ha skett. Medelkonsumtionen uppskattas således vara ungefär 230 gram per vecka.

I Sverige konsumeras ett fåtal arter av fisk och skaldjur. De tio vanligaste arterna eller artgrupperna står för 75 procent av den svenska konsumtionen (10). Främst konsumeras odlad lax, räkor, torsk och sill/strömming (10, 22). Ungefär 75 procent av den sjömat som konsumeras i Sverige importeras, bland annat odlad lax från Norge (10, 22).

## Konsumtionen är inte jämlik

Konsumtionen av fisk och skaldjur är inte jämlik i befolkningen. Endast runt 30 procent av Sveriges vuxna befolkning äter dessa produkter minst två gånger per vecka (2, 14, 23). Barn och ungdomar åt i genomsnitt fisk 1,5 gånger per vecka (3, 4). Det finns även skillnader mellan olika ålders- och inkomstgrupper angående hur ofta eller hur mycket fisk och skaldjur som konsumeras (2, 23).

### Målnivå för delmål 3

Kostrådet är ”Ät fisk ofta – gärna 2–3 gånger i veckan” gäller för både vuxna, barn och ungdomar (15, 16, 24). Med en portionsstorlek på 125 gram betyder det 250–375 gram per person och vecka, eller runt 300 gram. I nordiska näringsrekommendationerna är rekommendationen att äta 300-450 gram fisk och skaldjur per vecka, varav minst 200 gram fet fisk (17). Kostrådet handlar om att äta tillräckligt med fisk och skaldjur för att främja hälsan. En högre konsumtion än så behöver begränsas av miljö- och klimatskäl, men även på grund av att dessa livsmedel kan innehålla skadliga ämnen som miljögifter. Därför är det önskvärt att många äter enligt kostrådet, men inte mer än så.

Om medelkonsumtionen i befolkningen skulle vara 300 gram per person och vecka skulle detta innebära att mängden fisk och skaldjur som konsumeras av befolkningen teoretiskt sett skulle räcka för att alla skulle äta enligt kostrådet om alla åt exakt 300 gram per vecka. Att det är önskvärt att många äter enligt kostrådet eller rekommendationerna, men inte mer än så, samt att de flesta i befolkningen idag äter mindre än kostrådet/rekommendationen tas i beaktande i den önskvärda medelkonsumtionen. Denna sätts därför till runt 300 gram per person och vecka, vilket är i det lägre spannet av nordiska näringsrekommendationen men en medelkonsumtion som teoretiskt sett tillåter att alla äter enligt kostrådet/rekommendationen.

För att nå denna önskvärda medelkonsumtion med utgångspunkten dagens medelkonsumtion på 230 gram per person och vecka behöver således konsumtionen öka med ungefär 30 procent. I och med att konsumtionen verkar ha antingen hållits på samma nivå länge eller möjligen håller på att minska för kan en ökning således ta tid. Till målåret 2035 anses därför en ökning på 30 procent inte realistisk och målnivån sätts därför till 20 procent. Denna nivå tar även hänsyn till att produktionen av fisk och skaldjur behöver relativt stor omställning för att bli hållbar för miljö och klimat.

### Summering

Målet är att konsumtionen ska öka med 20 procent. Den uppskattade medelkonsumtionen är ungefär 230 gram fisk och skaldjur per person och vecka. För att nå den önskvärda medelkonsumtionen i befolkningen på 300 gram per person och vecka behöver konsumtionen dock öka med ungefär 30 procent. Eftersom konsumtionen verkar ha hållits antingen på samma nivå länge eller möjligen håller på att minska kan en ökning ta tid, en realistisk målnivå är därför en ökning på 20 procent till målar 2035. Därefter kan konsumtionen öka ytterligare för att bidra till att nå en hälsosam och hållbar livsmedelskonsumtion, förutsatt att det finns tillräckligt med hållbart producerad fisk och skaldjur.

**Delmål 4: Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel har minskat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.**

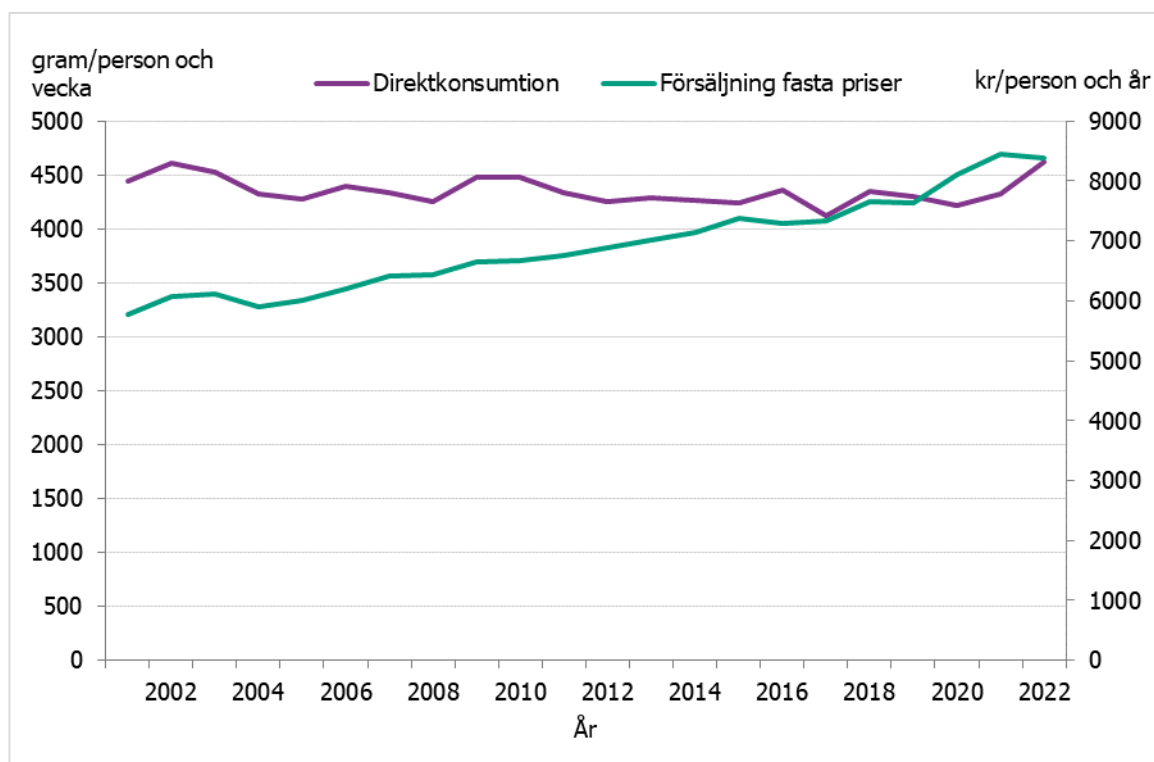
För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel minska. Till dessa livsmedel räknas här godis, bullar, kakor och andra söta bakverk, salta produkter (till exempel pizza och piroger), efterrätter, glass, sockersötad dryck, alkoholhaltiga drycker, salta snacks, socker och sirap. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå men framför allt i de grupper som har högst konsumtion idag.

Uppskattad medelkonsumtion av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel

Enligt Jordbruksverkets statistik är direktkonsumtionen av energitäta och näringsfattiga livsmedel ungefär fyra och ett halvt kilo per person och vecka. Enligt matvaneundersökningarna för vuxna och ungdomar var konsumtionen runt 3 kilo per vecka (2, 3). Direktkonsumtionen inkluderar inte hushållens matsvinn, vilket innebär att direktkonsumtionen är något större än vad som egentligen äts. I matvaneundersökningarna finns en viss underrapportering eftersom mat som uppfattas som onyttig, till exempel godis, underrapporteras i större utsträckning än till exempel grönsaker som uppfattas som nyttigt. I stora drag har konsumtionen av dessa produkter inte ändrats särskilt mycket under de senaste decennierna, direktkonsumtionen har varit över 4 kilo per person och vecka sedan 2001 (figur 2). Dock var direktkonsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel lägre 2012 när matvaneundersökningen för vuxna gjordes jämfört med 2022 (egna beräkningar utifrån Jordbruksverkets statistik för summan av direktkonsumtionen 2022 av varor som inkluderats i livsmedelsgruppen energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel).

Enligt försäljningsstatistiken (baserat på fastpris) från SCB har konsumtionen dock ökat kontinuerligt sedan 2004 (egna beräkningar utifrån statistik från SCB för summan av försäljningen av varor som inkluderats i livsmedelsgruppen energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel fördelat på den genomsnittliga befolkningmängden i Sverige aktuellt år, för att få statistik över försäljningen av varor hämtades data från SCB, för att få fram genomsnittlig befolkningmängd hämtas data från SCB:s befolkningsstatistik, medelvärde för befolkningstal 1 januari respektive 31 december används) (figur 2). Eftersom direktkonsumtionen är lite högre idag än när matvaneundersökningen gjordes, samt att respondenter tenderar att underrapportera dessa livsmedel utgår vi från direktkonsumtionen för att uppskatta dagens livsmedelskonsumtion av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel. Den uppskattade medelkonsumtionen är således 4,6 kilo per person och vecka.

Figur 2. Diagram som visar konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel mellan 2001 och 2022. Diagrammet visar direktkonsumtion i gram/person och vecka och konsumtionen som försäljning i fasta priser i kr/person och år. Vänster y-axel är gram/person och vecka. Höger y-axel är kr/person och år.



Av de livsmedel som inkluderas i denna grupp bidrar vissa mer än andra till den totala mängden. Sötade drycker och alkoholhaltiga drycker utgör en betydande andel av konsumtionen av energitäta, näringsfattiga livsmedel.

Direktkonsumtionen av kategorin läskedrycker, cider, med mera har nästan fördubblats mellan 1990 och 2001, från 50 liter per person och år till runt 90 liter (varav ca hälften var läsk som var sötad med sötningsmedel), och konsumtionen har fortsatt ligga på den nivån sedan dess (25, 26). För hälsans skull har det betydelse om drycken är sötad med socker eller med sötningsmedel, men detta särskiljs inte i statistiken för direktkonsumtion. Andelen läsk sötad med sötningsmedel har enligt branschorganisationen Sveriges bryggerier ökat mycket, från 20 procent 2012 till 50 procent 2021. För ungdomar i Sverige utgjorde sockersötade drycker nästan halva intaget sett till vikt av energitäta näringsfattiga livsmedel (27). För vuxna utgjorde alkoholhaltiga drycker nästan hälften av vikten energitäta, näringsfattiga livsmedel (2).

År 2021 utgjorde energitäta och näringsfattiga livsmedel ca 18 procent av det totala energiintaget (28). Liknande resultat ses även i matvaneundersökningarna där det för vuxna är 15 procent och för ungdomar 17–36 procent. Det stora spannet mellan 17–36 procent berodde på om pizza, piroger och liknanden inkluderats. För barn var siffran 25 procent (2-4, 27). Sett till alla åldersgrupper i befolkningen utgörs cirka 20 procent av livsmedel som är energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel. Enligt matvaneundersökningen för vuxna utgjorde ungefär 10 procent av energiintaget av tillsatt socker (2).

Oberoende om man tittar på andel av energiintaget eller konsumtionsmängd behöver medelkonsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel

minska avsevärt (mer än 75–90 procent) för att konsumtionen på befolkningsnivå skulle vara på en önskvärd nivå.

Konsumtionen är inte jämlik

Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel varierar mellan olika samhällsgrupper. De som äter en mer hälsosam kost (i linje med kostråden) har ett lägre intag av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel (27, 29). Kvinnor äter generellt mer hälsosamt än män, och skillnaderna ses redan i tonåren (19). Intaget av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel är även högre bland ungdomar med föräldrar med kortare utbildning och något lägre bland ungdomar med en utländsk bakgrund (3). Den årliga Folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor visar att män, yngre åldersgrupper och personer med lägre utbildningsnivå dricker sött dryck oftare än kvinnor, äldre åldersgrupper och personer med högre utbildningsnivå (14). Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel skiljer sig således åt mellan könen, åldersgrupper och socioekonomisk status.

Målnivå för delmål 4

Det finns inget kostråd för hur mycket energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel som är en önskvärd mängd, men i Centrum för epidemiologi och samhällsmedicins exempel är en lämplig mängd för vuxna runt 400–700 gram av till exempel lösgodis, läsk och bakelser per person och vecka (30). För att exempelvis komma ner till 550 gram per vecka (mellan 400 och 700 gram) behöver medelkonsumtionen minska med nästan 90 procent. Dessa beräkningar måste tolkas med försiktighet eftersom olika livsmedel kan ha inkluderats i de olika exemplen eller förslagen. Dessutom grundar sig medelkonsumtionen på direktkonsumtion som inkluderar matsvinn, medan den mängd från Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin utgår ifrån att allt äts upp. Siffrorna ger dock en indikation på minskningen av dessa livsmedel behöver vara stor.

Den totala mängden energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel uppskattas utgöra ungefär 20 procent av det totala energiintaget. Även om det inte finns något kostråd om detta, har en konsumtion på 4–6 procent av energiintaget föreslagits för 4–75-åringar för den danska befolkningen (31). För att minska andelen från 20 procent till exempelvis 5 procent skulle konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel behöva minska med 75 procent.

Socker

Många av livsmedlen som räknas som energitäta och/eller näringsfattiga innehåller mycket socker. För socker finns följande kostråd: ”begränsad konsumtion av socker, särskilt från söta drycker”. Om detta kostråd följs förväntas det leda till en minskad konsumtion energitäta och näringsfattiga livsmedel som exempelvis glass, bakverk, godis, med mera (15). Kostrådet innefattar ingen siffersatt gräns, men enligt nordiska näringsrekommendationerna och WHO:s rekommendation ska det dagliga intaget av fritt socker (tillsatt socker plus socker som förekommer naturligt i fruktjuice, honung och sirap) vara mindre än 10 procent av det totala

energiintaget, och helst betydligt mindre än detta (17, 32). Vidare sätter EAT-Lancet kommissionen en övre gräns på 5 procent energi från socker (33). Konsumtionen av tillsatt socker bland vuxna utgör ungefär 10 procent av det totala energiintaget, här inkluderas emellertid inte socker från fruktjuice, honung och sirap (Riksmaten vuxna) varför man kan anta att fritt socker ligger lite över 10 procent. Intaget av socker behöver alltså minska lite för att komma under rekommendationerna.

Det finns en ökad risk för ohälsa vid alla nivåer av intag av socker vilket innebär att det inte finns en 'säker gräns' (34). Därför bör konsumtionen av socker vara så låg som möjligt. Ett högt intag av sockersötade drycker är den 13:e största riskfaktorn för ohälsa i Sverige kopplat till matvanor (kvinnor: 65 DALYs per 100 000; män: 90 DALYs per 100 000) (35).

#### Summering

Målet är att minska konsumtionen med 50 procent till år 2035. Den uppskattade medelkonsumtionen är ungefär 4,6 kilo energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel per person och vecka. Konsumtionen av dessa utgör ungefär 20 procent av det totala energiintaget. För att nå den önskvärda medelkonsumtionen i befolkningen på runt 550 gram per person och vecka, alternativt 5 procent av energiintaget, behöver konsumtionen dock minska med runt 75–90 procent. Eftersom konsumtionen verkar ha hållits oförändrad över längre tid, med en eventuell ökning under de senaste åren, kan en minskning ta tid, en realistisk målnivå är därför en minskning på 50 procent till målar 2035. Därefter behöver konsumtionen minska ytterligare för att bidra till att nå en hälsosam och hållbar livsmedelskonsumtion.

#### Delmål 5: Konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med år 2021.

För att främja folkhälsan behöver konsumtionen av charkprodukter och rött kött minska. För att minska klimatpåverkan och minska negativ påverkan på ekosystem och biologisk mångfald behöver den totala konsumtionen av kött minska. För att bidra positivt till ekosystem och biologisk mångfald bör en större andel av konsumtionen komma från kött som producerats med hänsyn till miljö och klimat. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå och framför allt i de grupper som har högst konsumtion idag.

#### Uppskattad medelkonsumtion av kött

Totalkonsumtionen av kött, inklusive renkött och vilt (slaktad vikt) i Sverige har under perioden 1980–2021 ökat med 25 procent till runt 80 kilo per person och år. Det är konsumtion av fågel som ökat mest (36). Totalkonsumtionen exklusive renkött och vilt var 2022 runt 1,5 kilo per person och vecka eller ca 77 kilo per person och år (egna beräkningar utifrån Jordbruksverkets statistik för summan av direktkonsumtionen 2022 av varor som inkluderats i livsmedelsgruppen kött). I

figur 3 presenteras totalkonsumtion, direktkonsumtion och konsumtionen som försäljning i fasta priser.

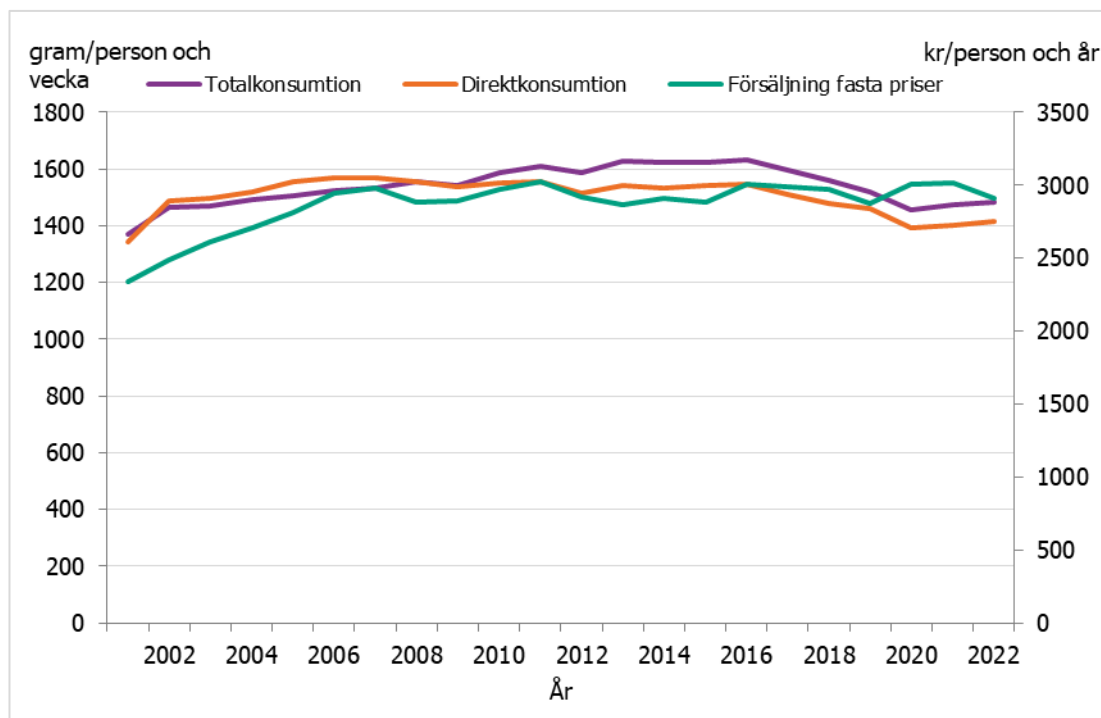
#### Rött kött och chark

Enligt de senaste matvaneundersökningarna var medelkonsumtionen av rött kött och charkvaror 609 g per vecka för vuxna och 672 g för ungdomar (2, 3). Eftersom totalkonsumtionen har minskat sedan matvaneundersökningarna genomfördes är det möjligt att medelkonsumtionen också har minskat något. År 2010 var totalkonsumtionen av gris 37 kg och av nötkött 26 kg per person och år. Motsvarande siffror för år 2021 var 29 respektive 23 kg per person och år (36). Jordbruksverket har utifrån totalkonsumtionen för rött kött uppskattat att Sveriges befolkning konsumerar ca 530 gram per vecka ”på gaffeln” år 2022 (36). Den uppskattade medelkonsumtionen av rött kött uppskattas således vara runt 530 gram per person och vecka.

#### Fågelkött

Enligt senaste matvaneundersökning med vuxna och ungdomar var medelkonsumtionen av fågel 157 respektive 261 g per person och vecka (2). Till skillnad från nöt- och griskött har dock totalkonsumtionen av matfågel ökat från 18 kg per person och år 2010 till 23 kg per person och år 2022 (36), vilket är en ökning på cirka 30 procent. Detta motsvarar ca 440 gram per person och vecka. Den uppskattade medelkonsumtionen av fågelkött uppskattas således vara ungefär 440 gram per person och vecka.

Figur 3. Diagram som visar konsumtionen av kött mellan 2001 och 2022. Diagrammet visar totalkonsumtion i gram/person och vecka, direktkonsumtion i gram/person och vecka och konsumtionen som försäljning i fasta priser i kr/person och år. Vänster y-axel är i gram/person och vecka. Höger y-axel är i kr/person och år.



#### Andel svenskt

Av det kött vi äter i Sverige var 2022 drygt 70 procent av grisköttet, nästan hälften av nötköttet och drygt hälften av kycklingköttet producerat i Sverige.

Marknadsandelen, även kallad självförsörjningsgrad, anger hur stor del av konsumtionen som rent statistiskt skulle kunna täckas av svensk produktion ett givet år, om ingenting hade exporterats. Eftersom en del av den svenska produktionen exporteras är de svenska marknadsandelarna något större än ovan angivna procentsatserna. Marknadsandelarna var år 2022 drygt 80 procent för griskött, knappt 60 procent för nötkött och drygt 70 procent för kyckling. Detta statistiska mått på självförsörjningsgrad säger dock inte någonting om vare sig möjligheter till ökad produktion eller riskerna för minskad produktion exempelvis i en situation där möjligheterna till utlandshandel försämrats.

#### Konsumtionen är inte jämlik

Konsumtionen av rött kött och chark är inte jämlik. Mäns medelkonsumtion av rött kött är större än kvinnors och fler män (72 procent) översteg kostrådet än kvinnor (42 procent) (2). Konsumtionen ser också olika ut bland olika åldersgrupper.

Pojkar i årskurs två på gymnasiet åt i genomsnitt dubbelt så mycket rött kött och chark som flickor och spridningen är stor från ingen konsumtion alls till 1,5 kg (egna beräkningar utifrån data från Riksmaten ungdom, 2018) per vecka för killar på gymnasiet, som äter mest (3). Till skillnad från till exempel grönsaker så har man sett ett högre intag av kött bland höginkomsttagare (29). Köttkonsumtionen skiljer sig således i befolkningen, mellan ålders- och könsgupper, samt mellan grupper med olika socioekonomiskt status.



### Målnivå för delmål 5

Det nuvarande kostrådet för rött kött och chark är maximalt 500 gram per person och vecka (37). Kostrådet för rött kött och chark handlar om att individer ska äta maximalt 500 gram per person och vecka. Eftersom delar av befolkningen inte äter något kött alls eller mindre än 500 behöver således den önskade medelkonsumtionen vara lägre än 500 gram per vecka. Det är alltså önskvärt att ingen äter över 500 gram per person och vecka. För att alla i befolkningen teoretiskt sett ska kunna äta enligt kostrådet och om man beaktar att en del av befolkningen äter mindre än kostrådets maxgräns behöver således den önskvärda medelkonsumtionen vara lägre än 500 gram per person och vecka. World Cancer Research Fund (WCRF) räknar exempelvis att 300 gram per person och vecka är ett rimligt folkhälsomål om rekommendationen på individnivå är 500 gram per person och vecka (18). Här utgår vi således ifrån en önskvärd medelkonsumtion av rött kött och chark per person och vecka på 300 gram.

Nordiska näringsrekommendationen för intag av rött kött och chark är maximalt 350 gram per person och vecka för hälsans skull (17). Denna maxgräns baseras på att sjukdomsriskerna börjar öka redan vid ett intag på 50 gram per dag vilket motsvarar 350 gram per vecka. Eftersom detta ligger långt ifrån dagens genomsnittliga konsumtion i Sverige (530 gram) föreslås som ett första steg att utgå från den önskvärda medelkonsumtionen som skulle innebära att många sannolikt äter enligt det aktuella kostrådet 500 gram per person och vecka, motsvarande en önskvärd medelkonsumtion i befolkningen på 300 gram rött och chark per person och vecka.

För att nå denna önskvärda medelkonsumtion på 300 gram rött kött och chark per person och vecka, en medelkonsumtion som sannolikt skulle innebära att de flesta äter under 500 gram, skulle en minskning på runt 40 procent jämfört med dagens medelkonsumtion på 530 gram per person och vecka behöva ske. För hälsan finns det inga risker med hög konsumtion av fågelkött. Av den anledningen finns det inget kostråd om fågelkött, eftersom de kostråden baseras på hälsa. För miljön ska konsumtionen av fågelkött inte öka (gärna minska) vilket framgår av de nordiska näringsrekommendationerna. Totalkonsumtionen av matfågel har ökat med runt 30 procent sedan 2010. Det är alltså viktigt för miljön att minskningen av rött kött och charkprodukter inte ersätts av fågelkött.

Att minska köttkonsumtionen med 40 procent till måläret 2035 anses inte realistiskt eftersom köttkonsumtionen under de senaste decennierna ökat. En realistisk målnivå är därför en minskning med 30 procent till målar 2035.

### Summering

Målet är att minska konsumtionen med 30 procent till år 2035. Den uppskattade medelkonsumtionen är ungefär 530 gram rött kött och charkprodukter per person och vecka. För att nå den önskvärda medelkonsumtionen av rött kött och charkprodukter i befolkningen på runt 300 gram per person och vecka behöver konsumtionen minska med drygt 40 procent. Eftersom köttkonsumtionen har ökat

de senaste decennierna kan en minskning ta tid. En realistisk målnivå är därför en minskning med 30 procent till målår 2035. Därefter behöver konsumtionen minska ytterligare för att bidra till att nå en hälsosam och hållbar livsmedelskonsumtion.

#### Delmål 6: Konsumtion av salt i Sverige har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med 2018

För att främja folkhälsan behöver saltkonsumtionen minska i befolkningen. Med salt menas alla saltkällor, inklusive färdigrätter och restaurangmat samt det vi själva saltar i matlagning och på när vi äter. Minskningen behöver ske på befolkningsnivå men särskilt i de grupper som har högst konsumtion idag.

##### Uppskattad medelkonsumtion av salt

Det genomsnittliga saltintaget ligger på 8–11 gram salt per dag för vuxna och ungdomar i Sverige (12). Medelintaget för barn (4 år till femte klass) var 6 gram salt per dag (12). Per person och dag uppskattas medelintaget vara runt 9 gram per person och dag.

Kött, charkprodukter, fiskprodukter, färdigrätter, ost, bröd och restaurangmat är de produkter som bidrar mest till konsumtionen av salt (12). För ungdomar är även pastarätter en betydande källa till salt (12).

##### Konsumtion är inte jämlik

De flesta i befolkningen äter för mycket salt, men intaget skiljer sig mellan könen. Män och pojkar har ett högre medelintag än kvinnor och flickor i Sverige (12).

##### Målnivå för delmål 6

Det nuvarande kostrådet är att äta produkter med lägre salthalt, till exempel Nyckelhålsmärka produkter, att äta mindre salt men att välja joderat salt (15). Ett tillräckligt och säkert intag av natrium är 1,5 gram natrium per dag, vilket motsvarar 3,75 gram salt (15). Enligt Nordiska näringsrekommendationerna bör saltintaget begränsas till 5,75 gram salt per person och dag (15). Barn under två år bör inte äta mer än 2 gram salt per dag, och barn mellan två och fem år bör inte äta mer än 3 gram per dag (38). För barn mellan sex och nio är befolkningsmålet 3–4 gram och barn äldre än så har samma högsta intag på gruppnivå som vuxna (39). Detta innebär att den totala konsumtionen av salt bör vara maximalt ungefär 5,4 gram per person och dag för att alla ska komma under de rekommenderade mängderna.

Med dagens uppskattade medelintag på ungefär 9 gram salt per person och dag skulle intaget behöva minska med ungefär 30–40 procent för att komma ner till 5,4–6 gram per person och dag. Det är viktigt att få i sig tillräckligt mycket salt, men inte för mycket, vilket innebär ett spann på 3,75–5,75 gram salt per person och dag enligt Nordiska näringsrekommendationerna 2023 (17). Saltintaget är högt i de flesta befolkningsgrupper, och en snabb minskning på befolkningsnivå bedöms som svår. Gradvisa sänkningar rekommenderas generellt för att konsumenterna

smakmässigt ska vänja sig vid en lägre nivå av sälta (40). Många andra länder har frivilliga mål med syfte att minska saltintaget. Norges mål var till exempel att minska saltintaget i befolkningen med 30 procent mellan 2014 och 2025 och senare tillkom även etappmål. Det är ännu inte klart om denna strategi har lyckats. I Finland har saltintaget sänkts i en geografisk grupp med 29 procent under 23 års tid. Därför är en realistisk målnivå en minskning på 20 procent till målar 2035.

### Summering

Målet är att minska konsumtionen med 20 procent till 2035. Det uppskattade medelintaget är runt 9 gram per person per dag. För att nå det önskvärda medelintaget av salt i befolkningen på runt 5–6 gram per person per dag behöver konsumtionen minska med 30–40 procent. Eftersom en snabb minskning anses svår och en gradvis sänkning rekommenderas bedöms inte en minskning på 30–40 procent realistisk. Därför är en realistisk målnivå en minskning på 20 procent till målar 2035. Därefter bör intaget minska ytterligare för att bidra till att nå en hälsosam livsmedelskonsumtion.

## Referenser

1. Jordbruksverket. Livsmedelskonsumtion och näringsinnehåll. Uppgifter till och med 2022. 2024. Hämtad från: <https://jordbruksverket.se/om-jordbruksverket/jordbruksverkets-officiella-statistik/jordbruksverkets-statistikrapporter/statistik/2023-12-08-livsmedelskonsumtion-och-naringsinnehall.--uppgifter-till-och-med-2022#h-Kortomstatistiken>.
2. Livsmedelsverket. Riksmaten – vuxna 2010–11 Livsmedels- och näringsintag bland vuxna i Sverige. Uppsala; 2012. Hämtad från: [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2011/riksmaten\\_2010\\_20111.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2011/riksmaten_2010_20111.pdf).
3. Livsmedelsverket. Riksmaten ungdom 2016-17: DEL 1 Livsmedelskonsumtion. Så äter ungdomar i Sverige. Uppsala; 2018. Hämtad från: [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2018/2018-nr-14-riksmatenungdom-huvudrapport\\_del-1-livsmedelskonsumtion.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2018/2018-nr-14-riksmatenungdom-huvudrapport_del-1-livsmedelskonsumtion.pdf).
4. Livsmedelsverket. Riksmaten – barn 2003. Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige. Livsmedelsverket; 2003.
5. Livsmedelsverket. Matvanor - undersökningar. 2023 [uppdaterad 2023-02-27; citerad 17 januari]. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/matvanor---undersokningar>.
6. Folkhälsomyndigheten. Statistik om barns matvanor. 2023 [uppdaterad 2023-07-04; citerad 20 november]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/mat/statistik-om-mat/statistik-om-barns-matvanor/>.
7. Folkhälsomyndigheten. Nationella folkhälsoenkäten – Hälsa på lika villkor. 2023 [uppdaterad 2023-12-11; citerad 5 januari]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/om-vara-datainsamlingar/nationella-folkhalsoenkaten/>.
8. European Commission. Whole grain intake across European countries. 2021.
9. WholeGrain project. Whole grain: definition, evidence base review, sustainability aspects and considerations for a dietary guideline.; 2021.
10. Hornborg S, Bergman K, Ziegler F. Svensk konsumtion av sjömat. Göteborg: RISE; 2021.

11. Jordbruksverket. Konsumtion av kött 2023. 2023. Hämtad från: <https://jordbruksverket.se/mat-och-drycker/hallbar-produktion-och-konsumtion-av-mat/konsumtion-av-kott#:~:text=Totalkonsumtionen%20av%20k%C3%B6tt%20har%20minskat,%2C%20ren%2C%20h%C3%A4st%20samt%20in%C3%A4lvor.>
12. Livsmedelsverket. Hur mycket salt äter vi i Sverige? En uppskattning av befolkningens saltintag från befintliga data. Uppsala: Livsmedelsverket; 2023. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/pm/2023/pm-2023-hur-mycket-salt-ater-vi-i-sverige.pdf>.
13. Livsmedelsverket. L 2023 nr 13: Vilken mat slängs i hushållen? Förfinade plockanalyser av utsorterat matavfall och restavfall i villor och lägenheter Livsmedelsverket; 2023. nr 13. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2023/l-2023-nr-13-vilken-mat-slangas-i-hushallen.pdf>.
14. Folkhälsomyndigheten. Statistik om vuxnas matvanor. 2023 [citerad 13 oktober]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/mat/statistik-om-mat/statistik-om-vuxnas-matvanor/>.
15. Livsmedelsverket., Brugård Konde Å, Bjerselius R, Haglund L, Jansson A, Pearson M, et al. Råd om bra matvanor- risk- och nyttohanteringsrapport. Livsmedelsverket; 2015. nr 5/2015. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2015/rapp-5-hanteringsrapport-slutversion.pdf>.
16. Livsmedelsverket. Barn och ungdomar 2-17 år. 2023 [uppdaterad 2023-04-04; citerad 20 november]. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-2-17-ar>.
17. Blomhoff R, Andersen R, Arnesen EK, Christensen JJ, Eneroth H, Erkkola M, et al. Nordic Nutrition Recommendations 2023. Köpenhamn: Nordiska Ministerrådet; 2023.
18. World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective. 2007.
19. Livsmedelsverket. L – 2021 nr 17: Kunskapsunderlag med förslag på mål och indikatorer som styr mot miljömässigt-, socialt- och ekonomiskt hållbar livsmedelskonsumtion. Uppsala; 2021. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2021/l-2021-nr-17-kunskapsunderlag-av-mal-och-indikatorer.pdf>.
20. Moraeus L, Lindroos AK, Warensjö Lemming E, Mattisson I. Diet diversity score and healthy eating index in relation to diet quality and socio-demographic factors: results from a cross-sectional national dietary survey of Swedish adolescents. Public Health Nutr. 2020;23(10):1754-65. DOI:10.1017/s1368980019004671.
21. Ziegler F, Bergman K. Svensk konsumtion av sjömat -en växande mångfald. RISE; 2017. SP Rapport 2017:07. Hämtad från: <http://www.seawin.earth/wp-content/uploads/2017/05/Rapport-kart%C3%A4ggning-sj%C3%B6mat.pdf>.
22. Ziegler F, Axelsson A, Sanders Cph, Hornborg S. Sverige och sjömaten – idag och imorgon. Kan vi samtidigt öka produktion, konsumtion och hållbarhet? . RISE Research Institutes of Sweden, Jordbruk och Livsmedel,; 2023. Report #17. Hämtad från: <https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/08/17-rapport-sverige-och-sjomaten.pdf>.
23. Norges Sjömatråd. Sjömat i Sverige 2019: En rapport om sjömatkonsumtion – matvanor, köpbeteenden och attityder. 2019. Hämtad från: <https://www.gu.se/sites/default/files/2020-05/Sj%C3%B6mat%20mat-i-sverige-2019.pdf>.
24. Livsmedelsverket. Barn 1-2 år. 2023 [citerad 20 november]. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-1-2-ar#:~:text=Fisk%20och%20skaldjur&text=Fet%20fisk%2C%20som%20lax%2C%20sill,b%C3%A5de%20h%C3%A4lsans%20och%20milj%C3%B6ns%20skull.>
25. Jordbruksverkets statistikdatabas. Direktkonsumtion efter Variabel, Vara och År. In: Jordbruksverket, editor. (u.å.).

26. Sveriges Bryggerier. Bryggeristatistik. 2020 [citerad 10 september]. Hämtad från: <https://sverigesbryggerier.se>
27. Lindroos AK, Moraes L, Sipinen JP, Lemming EW, Patterson E. The Contribution of Foods and Beverages of Low Nutritional Value to the Diets of Swedish Adolescents, by Food Group, Time and Place. A Nationally Representative Study. *Nutrients*. 2021;13(7). DOI:10.3390/nu13072450.
28. Jordbruksverkets statistikdatabas. Energitillförsel efter Vara, Variabel och År: 1960-2021. (u.å.).
29. Livsmedelsverket. Socioekonomiska skillnader i matvanor i Sverige Rapport 9 -2016. 2016. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/rapport-9-omslag--inlaga--bilaga.pdf>.
30. Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin. "Det lilla extra" – Hur mycket kan du äta under en vecka? In: Stockholm. R, editor.: Region Stockholm; u.å.
31. Biloft-Jensen A, Matthiessen J, Hess Ygil K, Christensen T. Defining Energy-Dense, Nutrient-Poor Food and Drinks and Estimating the Amount of Discretionary Energy. *Nutrients*. 2022;14(7). DOI:10.3390/nu14071477.
32. World Health Organisation. Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva, Switzerland: World Health Organisation; 2015. Hämtad från: [https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/149782/9789241549028\\_eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/149782/9789241549028_eng.pdf?sequence=1).
33. Willett W, Rockström J, Loken B, Springmann M, Lang T, Vermeulen S, et al. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The lancet*. 2019;393(10170):447-92.
34. Efsa Panel on Nutrition NF, Food A, Turck D, Bohn T, Castenmiller J, de Henauw S, et al. Tolerable upper intake level for dietary sugars. *EFSA Journal*. 2022;20(2):e07074. DOI:<https://doi.org/10.2903/j.efsa.2022.7074>.
35. GBD 2017 Diet Collaborators. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet*. 2019;393(10184):1958-72. DOI:10.1016/s0140-6736(19)30041-8.
36. Jordbruksverket. Livsmedelskonsumtion och näringsinnehåll. Uppgifter till och med 2021. In: Jordbruksverket, editor. 2022.
37. Livsmedelsverket., Bjerselius R, Brugård Konde Å, Sanner Färnstrand J. Konsumtion av rött kött och charkuteriprodukter och samband med tjock- och ändtarmscancer - risk- och nyttohanteringsrapport. Uppsala; 2014. Rapport 20 - 2014. Hämtad från: [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2014/2014\\_livsmedelverket\\_20\\_konsumtion\\_rott\\_kott\\_och\\_charkprodukter\\_kolorektalcancer\\_riskhanteringsrapport1.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2014/2014_livsmedelverket_20_konsumtion_rott_kott_och_charkprodukter_kolorektalcancer_riskhanteringsrapport1.pdf).
38. Livsmedelsverket. Bra mat för barn 0-5 år - handledning för barnhälsovård. 2020. Version december 2020. Hämtad från: <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/handbocker-verktyg/bra-mat-for-barn-0-5-ar---handledning-for-barnhalsovard.pdf>.
39. Livsmedelsverket., Eneroth H, Björck L. Bra livsmedelsval för barn 2-17 år - baserat på nordiska näringsrekommendationer 2012. 2015. Rapport 11 - 2015.
40. Livsmedelsverket. Skånberg EoÖ, V. L 2022 Andra länders insatser för att minska befolkningens intag av salt. Kartläggning av andra länders erfarenheter. . . Uppsala; 2022.

## Bilaga 2. Indikatorer för mål och delmål

I uppdraget har det ingått att föreslå indikatorer för uppföljning av målen och delmålen, och att beakta samhälleliga förutsättningar för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion vid utformningen av dem.

De nationella mål som föreslås tydliggör vad vi behöver uppnå för en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion, det vill säga varför en förändring i livsmedelskonsumtionen behövs.

Mål 1: Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en bättre och mer jämlik hälsa. För identifierade indikatorer att följa upp detta mål, se tabell 1-19.

Mål 2: Livsmedelskonsumtionens negativa påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem har minskat och den positiva påverkan på biologisk mångfald och ekosystem har ökat. För identifierade indikatorer att följa upp detta mål, se tabell 20-35.

Delmålen beskriver de förändringar, på befolkningsnivå, i dagens konsumtion som är viktigast för att den ska bli mer hållbar och hälsosam. Även om vissa grupper i befolkningen behöver göra större förändringar än andra så gäller förändringarna såväl barn, unga som vuxna.

Delmål 1: Konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 36-46.

Delmål 2: Konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent år 2035 jämfört med år 2010. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 47-54.

Delmål 3: Konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2019. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 55-63.

Delmål 4: Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel har minskat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 64-76.

Delmål 5: Konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med år 2021. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 77-84.

Delmål 6: Konsumtionen av salt har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2018. För identifierade indikatorer att följa upp detta delmål, se tabell 85-89.

## Indikatorer för att följa målet - Livsmedelskonsumtionen har bidragit till en bättre och mer jämlik hälsa i befolkningen

Tabell 1. Beskrivning av indikator diabetes typ 2 hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen med självrapporterade besvär av diabetes typ 2
Riktning	Minska
Källa	Hälsa på lika villkor och frågan om individen upplever besvär från diabetes, samt diabetestyp, 16 år och äldre.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikator. Oklart om den i dagsläget går att bryta ned på kommunal nivå.
Motivering	Generellt hälsosamt kostmönster (högt intag av kost med högt innehåll av mikronäringsämnen, omättat fett och fiber samt lågt intag av mättat fett, tillsatt socker och salt) minskar risken.

Tabell 2: Beskrivning av indikator tjock- och ändtarmscancer hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Antal insjuknande per 100 000 invånare 30 år och äldre
Riktning	Minska
Källa	Patientregistret
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Fullkorn minskar risken. Frukt, grönsaker och baljväxter minskar risken. Rött kött och processat kött ökar risken. Alkohol ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. För cancer sammantaget är risken för insjuknande ungefär lika stor i olika socioekonomiska grupper, men bland personer födda i Sverige och övriga Norden är risken större än bland personer födda utanför Europa.

Tabell 3: Beskrivning av indikator hjärtinfarkt hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Antal insjuknande (första gången efter sju infarktfria år) per 100 000 invånare 15 år och äldre
Riktning	Minska

Källa	Patientregistret
Status	Folkhälsopolitiska målet S3.3
Motivering	Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Fullkorn minskar risken. Frukt och grönsaker minskar risken. Nötter och frön minskar risken. Fisk minskar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Risken att insjukna i hjärtinfarkt är större bland män än bland kvinnor. Risken är något större bland kortutbildade än bland de med lång utbildning, även med hänsyn taget till den olika åldersfördelningen i grupperna.

Tabell 4: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen med självrapporterad BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre
Riktning	Minska
Källa	I undersökningen Hälsa på lika villkor ställs frågan till individen om deras längd och vikt, 16 år och äldre.
Status	Officiell statistik. Agenda 2030 SDG 2.2.3(N). Folkhälsopolitiska målet S9.1
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken, Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Övervikt och fetma ökar risken för bl a typ 2-diabetes, högt blodtryck, hjärt-kärlsjukdom, samt flera cancerformer. Fetma är vanligare bland personer med låg socioekonomisk position än bland personer med hög socioekonomisk position.

Tabell 5: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos gravida

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen med BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre vid inskrivningen i mödrahälsovården
Riktning	Minska
Källa	Medicinska födelseregistret
Status	Utvecklingsindikator. Bortfallet varierar mellan regioner, men har minskat över tid.



Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Övervikt och fetma under graviditeten innebär förutom en risk för den egna hälsan, även en ökad risk för graviditets- och förlossningskomplikationer och påverkan på barnets viktutveckling. Se även övervikt och fetma hos vuxna.
------------	---

Tabell 6: Beskrivning av indikator högt blodtryck hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen med självrapporterade besvär av högt blodtryck
Riktning	Minska
Källa	I Hälsa på lika villkor och frågan om individen upplever besvär från högt blodtryck. 16 år och äldre.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikator. EU kommer att utreda frågan. Oklart i dagsläget om den går att bryta ned på kommunal nivå. Folkhälsopolitiska målet S9.3UI
Motivering	Hög konsumtion av salt ökar risken. Övervikt och fetma ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Högt blodtryck ökar risken för hjärt-kärlsjukdom.

Tabell 7: Beskrivning av indikator högt kolesterol hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen vuxna med uttag av kolesterolsänkande läkemedel
Riktning	Minska
Källa	Socialstyrelsen, läkemedelsregistret
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Omättat fett och lösliga fiber minskar risken medan transfett och mättat fett ökar risken. Det är LDL-kolesterol som kan öka risken för hjärt-kärlsjukdom.

Tabell 8: Beskrivning av indikator tandhälsa hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen kariesfria vuxna 24 år och äldre
Riktning	Öka

Källa	Socialstyrelsens tandhälsoregister
Status	Indikator (O16). Förekomst av kariessjukdom hos personer 24 år och äldre. Nationella riktlinjer för tandvård. Socialstyrelsen. Oklart i dagsläget om den går att bryta ned på kommunal nivå. Folkhälsopolitiska målet S8.3
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Munhälsa eller oral hälsa speglar ofta det allmänna hälsotillståndet. Dålig tandhälsa har även kopplats till olika sjukdomar, däribland diabetes och hjärt-kärlsjukdom. Personer med högre socioekonomiska status uppger oftare att de har bättre tandhälsa än personer med låg socioekonomisk status och personer med kort utbildning avstår i högre grad tandvård av ekonomiska skäl trots behov än personer med lång utbildning.

Tabell 9: Beskrivning av indikator psykiskt välbefinnande hos vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen personer som uppger gott eller mycket gott psykiskt välbefinnande.
Riktning	Öka
Källa	Hälsa på lika villkor och sju frågor om hur man upplevt sin situation under de senaste två veckorna (Instrumentet Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing scale, SWEMWBS), 16-år och äldre.
Status	Folkhälsopolitiska målet S2.1
Motivering	Generellt hälsosamt kostmönster ökar chansen. Fukt, grönsaker och fisk ökar chansen. Högt intag av sockersötad dryck minskar chansen. Psykiskt välbefinnande är en resurs för att ha goda sociala relationer, utveckla sin inre potential och kunna bemästra livets olika svårigheter. Bland personer med kort utbildning ses en lägre andel med psykiskt välbefinnande än bland personer med lång utbildning.

Tabell 10: Beskrivning av indikator undernäring hos äldre

Område	Beskrivningar
Definition	-
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator. Agenda 2030 2.2.7 (N). Platshållare för nationell indikator. Ansvarig: Folkhälsomyndigheten

Motivering	Enligt kvalitetsregistret Senior alert är cirka 60 procent av äldre med vård- och omsorgsbehov i risk för undernäring. Undernäring ökar risken för försämrad sårhäkning och infektioner. Undernäring kan också ge en minskad muskelmassa vilket ökar risken för fallskador och funktionsnedsättningar. Även kognitioner och den psykiska hälsan kan försämrast.
------------	---

Tabell 11: Beskrivning av indikator anemi hos fertila kvinnor

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen kvinnor 15–49 år med anemi efter graviditetsstatus
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator. Agenda 2030 2.2.3. Ansvarig: Socialstyrelsen
Motivering	Animaliska produkter är rika på järn och en övergång till mer växtbaserad mat kan påverka blodvärdet/järnstatus särskilt hos unga kvinnor och gravida.

Tabell 12: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos förskolebarn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn 1,5 och 4 år med BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre
Riktning	Minska
Källa	Längd och vikt mäts i Barnhälsovården
Status	Utvecklingsindikator. Agenda 2030 2.2.5(N) Platshållare för nationell indikator om övervikt eller fetma hos barn och äldre. Ansvarig: Socialstyrelsen
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Barnfetma ökar till exempel risken för andningssvårigheter, insulinresistens, högt blodtryck, frakturer, social stigmatisering och nedsatt livskvalitet.

Tabell 13: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos yngre skolbarn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn 6–9 år med BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre

Riktning	Minska
Källa	Childhood obesity surveillance initiative, COSI, samlas data in från Elevhälsans mätningar av längd och vikt var 3:e år.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikatorer inom Nationellt hälsoprogram för barn och unga. Uppgifter på utbildningsnivå hos föräldrar finns inte tillgängligt. Agenda 2030 2.2.5(N). Platshållare för nationell indikator om övervikt eller fetma hos barn och äldre. Ansvarig: Folkhälsomyndigheten
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Barnfetma ökar till exempel risken för andningssvårigheter, insulinresistens, högt blodtryck, frakturer, social stigmatisering och nedsatt livskvalitet

Tabell 14: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos äldre skolbarn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn 11, 13 och 15 år med självrapporterad BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre
Riktning	Minska
Källa	Skolbarns hälsovanor, HBSC ställs frågor om längd och vikt var 4:e år.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikatorer inom Nationellt hälsoprogram för barn och unga. Uppgifter på kommunal- och utbildningsnivå hos föräldrar finns inte tillgängligt. Barnen anger föräldrarnas socioekonomi utifrån family affluence scale. Folkhälsopolitiska målet S9.2. Agenda 2030 2.2.5(N). Platshållare för nationell indikator om övervikt eller fetma hos barn och äldre. Ansvarig: Folkhälsomyndigheten
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Barnfetma ökar till exempel risken för andningssvårigheter, insulinresistens, högt blodtryck, frakturer, social stigmatisering och nedsatt livskvalitet

Tabell 15: Beskrivning av indikator övervikt och fetma hos unga

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen unga 16–20 år med BMI 25 eller högre och BMI 30 eller högre
Riktning	Minska
Källa	-

Status	Utvecklingsindikator. Agenda 2030 2.2.5(N). Platshållare för nationell indikator om övervikt eller fetma hos barn och äldre. Ansvarig: Folkhälsomyndigheten
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken. Generellt hälsosamt kostmönster minskar risken. Se även övervikt och fetma hos vuxna.

Tabell 16: Beskrivning av indikator diabetes typ 2 hos barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn som insjuknar i diabetes typ 2
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Generellt hälsosamt kostmönster (högt intag av kost med högt innehåll av mikronäringsämnen, omättat fett och fiber samt lågt intag av mättat fett, tillsatt socker och salt) minskar risken.

Tabell 17: Beskrivning av indikator tandhälsa hos barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen kariesfria barn och unga
Riktning	Öka
Källa	Socialstyrelsen skickar enkät till huvudmannaområden för tandvård. Data samlas in för åldersgruppen 3, 6, 12, 19 och 23 år från tandvårdens dokumentation.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikatorer inom Nationellt hälsoprogram för barn och unga. Indikator (O15). Förekomst av kariessjukdom hos barn och unga vuxna. Nationella riktlinjer för tandvård. Socialstyrelsen. Går inte att bryta ned på utbildnings- eller kommunal nivå. Folkhälsopolitiska målet S8.1, S8.2
Motivering	Högt intag av sockersötad dryck ökar risken. Sötsaker och livsmedel med högt innehåll av socker ökar risken.

Tabell 18: Beskrivning av indikator livstillfredsställelse hos barn

Område	Beskrivningar
--------	---------------

Definition	Andelen barn 11, 13 och 15 år som rapporterar hög tillfredsställelse
Riktning	Öka
Källa	Skolbarns hälsovanor, HBSC ställs frågan: Om du tänker på ditt liv just nu, var tycker du att du står? Svaren kodas så att 0-5 är låg tillfredsställelse och 6-10 är hög tillfredsställelse utifrån Cantrills stege.
Status	Interimistiskt utfall i avvaktan på utveckling av indikatorer inom Nationellt hälsoprogram för barn och unga. Data finns inte på kommunal nivå eller för föräldrars utbildningsnivå. Barnen anger föräldrarnas socioekonomi utifrån family affluence scale. Folkhälsopolitiska målet S2.2
Motivering	Frukt och grönsaker verkar öka chansen. Sockersötad dryck minskar chansen. Varierad och hälsosamt kostmönster verkar öka chansen.

Tabell 19: Beskrivning av indikator förstoppning hos barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn med uttag av läkemedel mot förstoppning
Riktning	Minska
Källa	Socialstyrelsen, läkemedelsregistret
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Förstoppning hos barn uppstår ofta på grund av deras rutiner och matvanor. Fibrer och fullkorn och tillräckligt med vatten minskar risken.

Indikatorer för att följa målet - Livsmedelskonsumtionens negativa påverkan på klimat, biologisk mångfald och ekosystem har minskat och den positiva påverkan på biologisk mångfald och ekosystem har ökat.

Tabell 20: Beskrivning av indikator livsmedelsförluster

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen av livsmedelsproduktionen som når butik och konsument
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverket
Status	Uppföljningen startades 2021, men resultat har ej kommit ännu. Etappmål till 2025 – En ökad andel av livsmedelsproduktionen ska nå butik och konsument år 2025
Motivering	Minskad miljöpåverkan genom resurseffektivitet

Tabell 21: Beskrivning av indikator matsvinn i mängd livsmedelsavfall

Område	Beskrivningar
Definition	Det sammantagna livsmedelsavfallet i viktprocent per capita.
Riktning	Minska
Källa	Naturvårdsverket
Status	Vart annat år. Officiell statistik Etappmål till 2025 – Matsvinnet ska minska så att det sammantagna livsmedelsavfallet minskar med minst 20 viktprocent per capita från 2020 till 2025
Motivering	Minskad miljöpåverkan genom resurseffektivitet.

Tabell 22: Beskrivning av indikator tillgänglig energi för befolkningen

Område	Beskrivningar
Definition	Tillgänglig energi för befolkningen, per capita. Baseras på Jordbruksverkets direktkonsumtion, producerad mat justerad för import och export
Riktning	Minska

Källa	Jordbruksverket. Livsmedelsverket gör vissa beräkningar
Status	Informationen tas fram årligen med 1-2 års eftersläpning
Motivering	Mängden mat mätt i energi är betydligt högre än vad befolkningen behöver. Leder till övervikt och fetma samt att mat inte tas tillvara utan slängs. Överkonsumtion medför en onödig miljöpåverkan.

Tabell 23: Beskrivning av indikator andelen mat som produceras och förädlas i Sverige

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen av totalkonsumtionen som produceras i Sverige.
Riktning	Öka
Källa	Jordbruksverket
Status	Officiell statistik. Årligen Kan ev. behöva förfinas
Motivering	Svensk matproduktion ligger bra till jämfört med snittet utifrån flera parametrar. Svensk produktion gynnar även ett rikt odlingslandskap och ett rikt växt- och djurliv i Sverige. Kopplar till generationsmålet och målet om rikt odlingslandskap.

Tabell 24: Beskrivning av indikator resthalter av växtskyddsmedel i livsmedel

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen prov som överskrider EU:s gränsvärden för växtskyddsmedel i livsmedel
Riktning	Minska
Källa	Livsmedelsverket
Status	Årligen officiell statistik
Motivering	Kontroll av resthalter av växtskyddsmedel i livsmedel sker årligen och visar på hur stor andel av prov som överskrider gränsvärden det ger en indirekt koppling till användningen av växtskyddsmedel

Tabell 25: Beskrivning av indikator konsumtionens fotavtryck av växtskyddsmedel

Område	Beskrivningar
Definition	Riskindex per livsmedelskategori per svensk konsumtion
Riktning	Minska



Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Behov av att kunna mäta olika livsmedelskategoriers fotavtryck av växtskyddsmedel, även om livsmedlet inte innehåller resthalter som överskrider gränsvärdena så kan användningen och miljöpåverkan av växtskyddsmedel för dessa livsmedel vara stor.

Tabell 26: Beskrivning av indikator andelen miljömärkta livsmedel (egenmärkning)

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen miljömärkta livsmedel som är egenmärkta av totala livsmedelsmängden som säljs
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Samma argument som för tredjepartscertifiering, men med skillnaden att företag och branscher också har egna märkningar där ingen tredje part är involverad. En tredjepart är oberoende från den som säljer eller tillverkar varan, men innebär ofta en ökad kostnad för producenten. Egna märkningar kan också uppfylla krav på ett visst antal åtgärder i produktionen för minskad miljöpåverkan.

Tabell 27: Beskrivning av indikator andelen miljöcertifierade livsmedel (tredjepart)

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen miljöcertifierade livsmedel (tredjepartscertifiering) av total mängd försålda livsmedel fördelat på svenska och importerade livsmedel
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Det finns certifieringar som ger lägre miljöpåverkan för en eller flera olika parametrar. Ett sätt att följa miljöpåverkan, och som följer kvalitet inom en livsmedelskategori, är att följa konsumtionen av dessa certifierade livsmedel. En tredjeparts certifiering är oberoende från den som säljer eller tillverkar varan. Statistik för detta skulle behöva tas fram. Metod och omfattning behöver utvecklas.

Tabell 28: Beskrivning av indikator andelen miljökriterier i offentlig upphandling av livsmedel

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen offentliga livsmedelsinköp av totala livsmedelsinköpen som följer Upphandlingsmyndighetens miljökriterier
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Visar på utveckling för både målet och insatsområde. Större möjlighet för styrning än inom privat sektor. Kriterierna finns hos UHM, men det saknas sammanställningar av hur de används. För att den offentliga sektorn ska kunna gå före behövs statistik och uppföljning.

Tabell 29: Beskrivning av indikator markanvändning som ger förlust av biologisk mångfald

Område	Beskrivningar
Definition	-
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Stor miljöpåverkan globalt från produktion av specifika livsmedel, såsom palmolja, soja, visst kött, tigerräkor. Att mäta den biologiska mångfalden är svårt och det finns olika försök att ta fram indikatorer, men inget som är färdigt för användning utan vidareutveckling.

Tabell 30: Beskrivning av indikator areal betesmark

Område	Beskrivningar
Definition	Totala arealen betesmark där bl.a. följande ingår: betesmark, slåtteräng, skopgsbete, fäbodbete, albvarbete, mosaikbetesmark.
Riktning	Öka
Källa	Jordbruksverket
Status	Officiell statistik
Motivering	Areal betesmark ger en tydlig koppling till biologisk mångfald och betande djur vilket är en viktig faktor för att nå målet ett rikt odlingslandskap och ökad biologisk mångfald. Begränsad till svensk areal.

Tabell 31: Beskrivning av indikator konsumtionsbaserade växthusgasutsläpp av alla livsmedel

Område	Beskrivningar
Definition	Konsumtionsbaserade utsläpp av växthusgaser i Sverige och andra länder, alla livsmedel (miljoner ton CO <sub>2</sub> -ekvivalenter per år). Tredjeparts-certifiering
Riktning	Minska
Källa	Naturvårdsverket
Status	Årligen, Officiel statistik
Motivering	Befintlig statistik som visar utveckling för de samlade utsläppen av växthusgaser från svensk livsmedelskonsumtion, samt fördelning inhemskt vs import. Visar även utsläpp från livsmedelskonsumtion i relation till andra konsumtionsområden såsom transporter, boende och investeringar.

Tabell 32: Beskrivning av indikator andelen klimatcertifierade livsmedel (tredjepart)

Område	Beskrivningar
Definition	Tredjeparts-certifiering. Andelen klimatcertifierade livsmedel av total mängd som säljs. Privat- respektive offentlig konsumtion.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Det finns certifieringar som ger lägre klimatpåverkan. Ett sätt att följa klimatpåverkan, och som följer kvalitet inom en livsmedelskategori, är att följa konsumtionen av dessa certifierade livsmedel. En tredjepart är oberoende från den som säljer eller tillverkar varan. Statistik för detta skulle behöva tas fram. Metod och omfattning behöver utvecklas.

Tabell 33: Beskrivning av indikator andelen klimatmärkta livsmedel (egenmärkning)

Område	Beskrivningar
Definition	Egen märkning. Andelen klimatmärkta livsmedel av total mängd som säljs
Riktning	Öka
Källa	-

Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Samma argument som för andelen klimatcertifierade livsmedel från tredjepart, men med skillnaden att företag och branscher också har egna märkningar där ingen tredje part är involverad. En tredjeparts certifiering är oberoende från den som säljer eller tillverkar varan, men innebär ofta en ökad kostnad för producenten. Egna märkningar kan också uppfylla krav på ett visst antal åtgärder i produktionen för minskad klimatpåverkan.

Tabell 34: Beskrivning av indikator växthusgasutsläpp från olika livsmedelskategorier

Område	Beskrivningar
Definition	Växthusgasutsläpp från livsmedel, totalt och fördelat på livsmedelskategorier (ton CO <sub>2</sub> -ekvivalenter per år)
Riktning	Minska
Källa	RISE
Status	Oregelbunden. Ej officiell statistik
Motivering	Kopplar direkt till målet. Viktigt att få statistik över utvecklingen för olika livsmedelskategorier. Idag finns endast officiell statistik över den totala mängden. Ger också större möjlighet att följa upp olika insatser.

Tabell 35: Beskrivning av indikator växthusgasutsläpp från offentliga livsmedelsinköp

Område	Beskrivningar
Definition	Växthusgasutsläpp från offentliga livsmedelsinköp, fördelat mellan kommuner, regioner, statliga myndigheter och kommunala bolag (ton CO <sub>2</sub> -ekvivalenter per år)
Riktning	Minska
Källa	Upphandlingsmyndigheten och/eller MATtanken
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Visar på utveckling för både målet och insatsområde. Större möjlighet för styrning än inom privat sektor.

## Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av baljväxter, grönsaker, rotfrukter, frukt och bär har ökat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021

Tabell 36. Beskrivning av indikator totalkonsumtion av baljväxter

Område	Beskrivningar
Definition	Den totala åtgången av baljväxter för humankonsumtion, kilo per person och år.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Konsumtion av baljväxter är inte inkluderad i Jordbruksverkets nationella statistik. Delmålet handlar delvis om att särskilt öka konsumtionen av baljväxter.

Tabell 37. Beskrivning av indikator totalkonsumtion av grönsaker och frukt

Område	Beskrivningar
Definition	Summan av Köksväxter, färska och frysta, Köksväxter beredda, Frukter och bär, färska och frysta, Frukter och bär, beredda (ej potatis), kilo per person och år.
Riktning	Öka
Källa	Jordbruksverkets officiella statistik. Med totalkonsumtion avses den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion. (kilo per person och år).
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtionen av grönsaker, rotfrukter, frukt och bär följs upp på nationell nivå för att följa framfarten mot målet. Denna indikator ger en indikation på om befolkningens totala konsumtion av dessa livsmedel förändras enligt delmålet, men ger ingen information om hur konsumtionen är fördelad i befolkningen.

Tabell 38. Beskrivning av indikator direktkonsumtion av grova grönsaker

Område	Beskrivningar
Definition	Summan av Morötter; Övriga rotfrukter; Lök; Purjolök; Blomkål; Vitkål, rödkål, brysselkål, grönkål, broccoli och salladskål (ej potatis), kilo per person och år

Riktning	Öka
Källa	Jordbruksverkets officiella statistik. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Delmålet handlar delvis om att särskilt öka konsumtionen av grova grönsaker (grönsaker med högre fiberinnehåll och lägre vattenhalt än salladsgrönsaker) som rotfrukter, kål och lök eftersom detta är önskvärt ur hälso- och miljösynpunkt.

Tabell 39. Beskrivning av indikator äter inte grönsaker, baljväxter och rotfrukter varje dag, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andel (procent) som inte äter Grönsaker, baljväxter och rotfrukter varje dag enligt svar på en frekvensfråga.
Riktning	Minska
Källa	Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten
Status	Vart annat år
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta grönsaker, baljväxter och rotfrukter konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion.

Tabell 40. Beskrivning av indikator äter inte frukt och bär varje dag, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andel (procent) som inte äter frukt och bär varje dag enligt svar på en frekvensfråga.
Riktning	Minska
Källa	Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten
Status	Vart annat år
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta frukt och bär konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion.

Tabell 41. Beskrivning av indikator andel vuxna som äter lite grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andel av vuxna som äter mindre än 250 g respektive 500 g grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd grönsaker, rotfrukter, baljväxter, frukt och bär som konsumeras uppdelat på olika grupper i den vuxna befolkningen, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen och huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej.

Tabell 42. Beskrivning av indikator äter inte grönsaker dagligen, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) skolbarn som inte äter grönsaker varje dag enligt frekvensfråga
Riktning	Minska
Källa	Skolbarns hälsovanor (HBSC, WHO)
Status	Vart fjärde år
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta grönsaker konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion.

Tabell 43. Beskrivning av indikator äter inte frukt dagligen, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) skolbarn som inte äter frukt varje dag enligt frekvensfråga
Riktning	Minska
Källa	Skolbarns hälsovanor (HBSC, WHO)
Status	Vart fjärde år
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta frukt konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion.

Tabell 44. Beskrivning av indikator andel barn som äter lite grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andel barn som äter mindre än 250 g respektive mindre än 500 g grönsaker, baljväxter, frukt och bär per dag
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för ungdomar från 2016–17, barn 2003.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd grönsaker, rotfrukter, baljväxter, frukt och bär som konsumeras uppdelat på olika grupper i den vuxna befolkningen, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen och huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej.

Tabell 45. Beskrivning av indikator andelen grönsaker, rotfrukter, frukter och bär som är svenska

Område	Beskrivningar
Definition	Andel (procent) av totalkonsumtionen av grönsaker, frukt och bär som producerats i Sverige.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Delmålet handlar delvis om att öka andelen svenska grönsaker, rotfrukter, frukter och bär eftersom de ofta är mer hållbart producerade än produkter från vissa andra länder och för andra positiva effekter som att bidra till svensk företagsstruktur och robust livsmedelsförsörjning.

Tabell 46. Beskrivning av indikator andelen baljväxter som är svenska

Område	Beskrivningar
Definition	Andel (procent) av totalkonsumtionen av baljväxter som producerats i Sverige.
Riktning	Öka
Källa	-



Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Delmålet handlar delvis om att öka andelen svenska baljväxter eftersom de ofta är mer hållbart producerade än produkter från vissa andra länder och för andra positiva effekter som att bidra till svensk företagsstruktur och robust livsmedelsförsörjning.

## Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av fullkorn har ökat med 100 procent år 2035 jämfört med år 2010

Tabell 47. Beskrivning av indikator totalkonsumtion av spannmål

Område	Beskrivningar
Definition	Mängden mjöl och gryn, kilo per person och år.
Riktning	Oförändrad
Källa	Jordbruksverkets officiella statistik. Med totalkonsumtion avses den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion. (kilo per person och år).
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Delmålet handlar delvis om en bibehållen konsumtion av spannmål.

Tabell 48. Beskrivning av indikator totalkonsumtion av ris

Område	Beskrivningar
Definition	Mängden gryn och mjöl av ris, kilo per person och år.
Riktning	Oförändrad/minska
Källa	Jordbruksverkets officiella statistik. Med totalkonsumtion avses den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion. (kilo per person och år).
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtionen av spannmål ska bibehållas, men all livsmedelskonsumtion behöver bli mer hållbar. Ris påverkar klimatet mer än andra spannmål och därför följs konsumtionen av ris upp enskilt.

Tabell 49. Beskrivning av indikator försäljningsandelen bröd och frukostflingor som är nyckelhålsmärkta

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) nyckelhålsmärkta bröd och frukostflingor av den totala mängden sålda produkter, i kg
Riktning	Öka

Källa	Nielsen
Status	Ej öppen statistik men finns att köpa
Motivering	Försäljningen av nyckelhålmärkta bröd och frukostflingor är ett mått på konsumtionen av fullkornsprodukter i hushållen.

Tabell 50. Beskrivning av indikator fullkornsinnhållet i utvalda nyckellivsmedel representerande bröd och frukostflingor

Område	Beskrivningar
Definition	Hur de olika livsmedlen ska väljas behöver utredas. Till exempel de 10 mest sålda varje år.
Riktning	0
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	0

Tabell 51. Beskrivning av indikator konsumtion av fullkornsprodukter, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Självrapporterad enkätfråga. Andel som äter minst
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	En indikator för hur ofta eller hur mycket fullkornsprodukter som konsumeras som samlas in oftare än matvaneundersökningarna skulle möjliggöra att mer regelbundet följa upp konsumtionen i olika grupper och se om förändringar leder till mer jämlik konsumtion.

Tabell 52. Beskrivning av indikator intag av fullkorn, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Mängden fullkorn i livsmedelskonsumtionen (g/10 MJ) enligt matvaneundersökning

Riktning	Öka
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om fullkornsintaget uppdelat på olika grupper bland vuxna, vilket möjliggör att identifiera vilka som behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen och huruvida intaget av fullkorn blir mer jämlik eller ej.

Tabell 53. Beskrivning av indikator intag av fullkorn, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Mängden fullkorn i livsmedelskonsumtionen (g/10 MJ) enligt matvaneundersökning
Riktning	Öka
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för ungdomar från 2016–17, barn 2003.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om fullkornsintaget uppdelat på olika grupper bland barn, vilket möjliggör att identifiera vilka som behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen och huruvida intaget av fullkorn blir mer jämlik eller ej.

Tabell 54. Beskrivning av indikator andel spannmålsprodukter som är svenska

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) av direktkonsumtionen av spannmålsprodukter som är producerade i Sverige
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Delmålet handlar delvis om att öka andelen svenskproducerade livsmedel på grund av att produktionen av dessa görs under strängare krav än enligt EU-lagstiftningen då det kommer till växtskyddsmedel och belastning på grundvattnet.

Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av fisk och skaldjur har ökat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2019.

Tabell 55. Beskrivning av indikator direktkonsumtion av fisk, totalbefolkningen

Område	Beskrivningar
Definition	Kilo per person och år
Riktning	Öka
Källa	Jordbruksverkets officiella statistik. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Uppgift finns idag bara för fryst fisk.

Tabell 56. Beskrivning av indikator andelen fisk och skaldjur som konsumeras som är certifierad, totalbefolkningen

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen fisk och skaldjur som har en tredjepartscertifiering för mer hållbar produktion utifrån miljö- och/eller klimatsynpunkt
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Det finns flera miljöutmaningar med produktion av fisk och skaldjur så en ökad konsumtion behöver ske från hållbart fiskade eller odlade produkter.

Tabell 57. Beskrivning av indikator äter fisk mindre än en gång per vecka, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) av befolkningen som äter fisk mindre än 1 gång per vecka enligt frekvensfråga
Riktning	Minska
Källa	Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten

Status	Redovisas vart annat år med 6 månaders eftersläpning
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta fisk och skaldjur konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion.

Tabell 58. Beskrivning av indikator fiskkonsumtion, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen bland vuxna som äter mer än 100, 200 respektive 300 gram per vecka
Riktning	Öka
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Många i befolkningen idag äter mindre än det aktuella kostrådet på ca 300 gram per person per vecka. Denna indikator följer upp andelen bland den vuxna befolkningen som konsumerar enligt kostrådet och bidrar således till att följa upp om livsmedelskonsumtionen blir mer jämlik.

Tabell 59. Beskrivning av indikator äter fisk mindre än två gånger per vecka, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen barn som äter fisk mindre än 2 gånger per vecka enligt frekvensfråga.
Riktning	Minska
Källa	Generation PEP och SOM-institutet, Göteborgs universitet
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta fisk och skaldjur konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion. Den bidrar även till att följa trender i konsumtion över tid.

Tabell 60. Beskrivning av indikator fiskkonsumtion, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen bland barn som äter mer än 100, 200 respektive 300 gram per vecka
Riktning	Öka

Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för ungdomar från 2016–17, barn 2003.
Motivering	Många i befolkningen idag äter mindre än det aktuella kostrådet på ca 300 gram per person per vecka. Denna indikator följer upp andelen bland barn som konsumerar enligt kostrådet och bidrar således till att följa upp om livsmedelskonsumtionen blir mer jämlik

Tabell 61. Beskrivning av indikator försäljning av certifierad fisk, totalbefolkningen

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen (procent) i kronor av fisk som säljs som är certifierad. Fastpris beräkning
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Det finns flera miljöutmaningar med produktion av fisk och skaldjur så en ökad konsumtion behöver ske från hållbart fiskade eller odlade produkter.

Tabell 62. Beskrivning av indikator andelen konsumerad mängd fisk och skaldjur som består av arter vars produktion har mindre klimat- och miljöpåverkan

Område	Beskrivningar
Definition	Av den totala mängden fisk och skaldjur som konsumeras, hur stor andel som kommer från arter av fisk och skaldjur som har mindre klimat- och miljöpåverkan, t.ex. makrill, sill och musslor.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Delmålet handlar delvis om att skifta från en konsumtion som idag till stor del består av arter vars produktion har stor påverkan på klimatet och miljön till arter som har mindre påverkan.

Tabell 63. Beskrivning av indikator andelen fisk och skaldjur som går direkt till humankonsumtion

Namn indikator	Andelen fisk och skaldjur som går direkt till humankonsumtion
----------------	---

Definition	Av den totala mängden fisk och skaldjur som produceras i Sverige, hur stor andel som går till humankonsumtion istället för till foder.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Delmålet handlar delvis om att öka konsumtionen av fisk och skaldjur genom att mer av produktionen ska gå till humankonsumtion istället för till foder för miljöns och klimatets skull



## Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel har minskat med 50 procent till år 2035 jämfört med år 2021.

Tabell 64: Beskrivning av indikator direktkonsumtion av energitäta och näringsfattiga livsmedel

Område	Beskrivningar
Definition	Summan av livsmedelsgrupperna Kex, råa och torra småkakor, Bullar, vetelängder, wienerbröd, annat mjukt kaffebröd, bakelser, tårter, sockerkakor och övriga bakverk (inkl. crêpes, pizzor, piroger), Bitsocker, Strö-, farin-, flor- och pärlsocker, Sirap, Choklad och konfektyrvaror, Summa glass (liter), Andra beredda potatisprodukter (chips), Majsflingor, rostat ris, ostbågar, pop corn, Läskedrycker cider m.m. (liter), Summa maltdrycker (liter), Starköl (liter), Vin (liter), Spritdrycker (liter), kilo eller liter per person och år
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverkets direktkonsumtion. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Redovisas årligen med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtionen av energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel behöver följas upp på nationell nivå för att följa framfarten mot målet. Denna indikator ger en indikation på om befolkningens totala konsumtion av dessa livsmedel förändras enligt delmålet, men ger ingen information om hur konsumtionen är fördelad i befolkningen.

Tabell 65: Beskrivning av indikator direktkonsumtion av choklad och konfektyrvaror

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd av livsmedelsgruppen som finns tillgänglig för konsumtion, kg per capita och år.
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverkets direktkonsumtion. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Redovisas årligen med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Indikator för hur mycket färdigproducerade sötsaker som konsumeras i Sverige. Denna konsumtion bidrar till mycket energi men begränsat med näring.

Tabell 66: Beskrivning av indikator direktkonsumtion av läskedrycker, cider med mera

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd av livsmedelsgruppen som finns tillgänglig för konsumtion, kg per capita och år.
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverkets direktkonsumtion. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Redovisas årligen med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtionen av läskedrycker utgör en stor andel av mängden energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel som konsumeras. Konsumtion av sockersötad dryck är också kopplade till negativa hälsoeffekter. Konsumtion av sockersötad dryck är också ett mått på ett ohälsosamt kostmönster. Av dessa orsaker följs konsumtionen av läskedrycker upp skilt, även om den också ingår i den sammansatta indikatorn.

Tabell 67: Beskrivning av indikator försäljning av godis, socker- och sötningsmedelssötad dryck samt salta snacks

Område	Beskrivningar
Definition	Försäljningen av livsmedelsgrupperna baserat på kassaregisterdata. Redovisas i löpande och fasta priser.
Riktning	Minska
Källa	SCB
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Ger information om hushållens inköp och skulle komplettera Jordbruksverket direktkonsumtion om det går att bryta ned på regional nivå.

Tabell 68: Beskrivning av indikator andelen läsk som är sockersötad

Område	Beskrivningar
Definition	Ger information om andelen läsk som är sockersötad i relation till all läsk som konsumeras i Sverige.
Riktning	Minska
Källa	Sveriges bryggerier

Status	Årligen
Motivering	I Jordbruksverkets direktkonsumtion delas inte statistiken upp mellan sockersötad och sötningssötad läsk och eftersom hälsoeffekterna från dessa skiljer sig åt följs andelen läsk som är sockersötad upp.

Tabell 69: Beskrivning av indikator dricker sötad dryck flera gånger i veckan, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Andel som dricker sötad dryck 2 gånger per vecka eller oftare enligt frekvensfråga.
Riktning	Minska
Källa	Hälsa på lika villkor, Folkhälsomyndigheten.
Status	Vart annat år.
Motivering	Det finns ett samband mellan för stor konsumtion av sockersötad dryck och negativa hälsoeffekter. Denna indikator möjliggör att följa skillnader i hur ofta sötad dryck konsumeras mellan olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion. Den bidrar även till att följa trender i konsumtion över tid. Indikatoren skiljer inte på olika typer av sötade drycker, utan fungerar i sig som en indikator för sockersötad dryck och ohälsosamt kostmönster. Indikator i Folkhälsopolitiska målet MO6.13

Tabell 70: Beskrivning av indikator alkoholkonsumtion per capita (15 år och äldre) under ett kalenderår i liter ren alkohol, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Data sammanställd av CAN med data från följande källor: CAN:s Monitormätningar (surveyundersökning, telefonintervjuer), Systembolagets försäljningsstatistik, försäljning på restauranger (från Folkhälsomyndigheten), försäljning av folköl från företaget Delfi på uppdrag av Sveriges Bryggerier
Riktning	Minska
Källa	CAN
Status	Varje år.

Motivering	Alkoholhaltiga drycker utgör en stor andel av mängden energitäta och/eller näringsfattiga livsmedel som konsumeras bland vuxna och därför följs denna livsmedelsgrupp upp skilt. Eftersom källan är annan än Jordbruksverkets nationella statistik kompletterar dessa varandra. Indikatorn i Agenda 2030.
------------	---

Tabell 71: Beskrivning av indikator konsumtion av söta livsmedel och salta snacks, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd godis, bakverk, glass och salta snacks i gram per dag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd sötsaker och snacks som konsumeras uppdelat på olika grupper i den vuxna befolkningen, vilket möjliggör att identifiera vilka som behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen men även huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej.

Tabell 72: Beskrivning av indikator konsumtion av sockersötad dryck, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd läsk och saft sötad med socker i gram per dag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd sockersötad dryck som konsumeras uppdelat på olika grupper i den vuxna befolkningen, vilket möjliggör att identifiera vilka som behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen men även huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej.

Tabell 73: Beskrivning av indikator dricker läsk flera gånger i veckan, barn

Område	Beskrivningar
--------	---------------

Definition	Andel skolbarn som dricker coca-cola eller andra läskedrycker som innehåller socker oftare än en gång per vecka enligt frekvensfråga
Riktning	Minska
Källa	Skolbarns hälsovanor (HBSC, WHO), Folkhälsomyndigheten.
Status	Vart fjärde år.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om hur ofta sockersötad dryck konsumeras uppdelat på olika grupper bland barn, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn bidrar till att följa upp huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej. Indikator för Folkhälsopolitiska målet MO6.14

Tabell 74: Beskrivning av indikator äter godis flera gånger i veckan, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Andel skolbarn som äter sötsaker (godis eller choklad) oftare än en gång per vecka enligt frekvensfråga
Riktning	Minska
Källa	Skolbarns hälsovanor (HBSC, WHO), Folkhälsomyndigheten.
Status	Vart fjärde år.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om hur ofta sockersötad dryck konsumeras uppdelat på olika grupper bland barn, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn bidrar till att följa upp huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej

Tabell 75: Beskrivning av indikator konsumtion av söta livsmedel och salta snacks, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd godis, bakverk, glass och salta snacks i gram per dag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för ungdomar år 2016–17.

Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd söta livsmedel och salta snacks som konsumeras uppdelat på olika grupper bland barn, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen men även huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej
------------	---

Tabell 76: Beskrivning av indikator konsumtion av sockersötad dryck, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Mängd läsk och saft sötad med socker i gram per dag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för ungdomar år 2016–17.
Motivering	Denna indikator ger detaljer om mängd sockersötad dryck som konsumeras uppdelat på olika grupper bland barn, vilket möjliggör att identifiera vilka behöver förändra sin konsumtion mest. Indikatorn kan både bidra till att följa upp medelkonsumtionen i hela befolkningen men även huruvida konsumtionen av dessa livsmedel blir mer jämlik eller ej.

## Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av kött har minskat med 30 procent till år 2035 jämfört med år 2021.

Tabell 77: Beskrivning av indikator totalkonsumtion av kött, totalt och uppdelat på köttslag

Område	Beskrivningar
Definition	Totalkonsumtionen av kött i Sverige, totalt och uppdelat på köttslag (nöt, gris, fjäderfä). Statistik över totalkonsumtionen av kött i slaktad vikt baseras på produktion i Sverige samt import och export, kilo per person och år.
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverkets totalkonsumtion. Med totalkonsumtion avses den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion. (kilo per person och år).
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtionen av kött, både totala och uppdelat per köttslag, behöver följas upp på nationell nivå för att följa framfarten mot målet. Denna indikator ger en indikation på om befolkningens totala konsumtion av dessa livsmedel förändras enligt delmålet, men ger ingen information om hur konsumtionen är fördelad i befolkningen.

Tabell 78: Beskrivning av indikator direktkonsumtion av processat kött, totalbefolkningen

Område	Beskrivningar
Definition	Mängden av livsmedelsgruppen Summa charkuterier och konserver som finns tillgänglig för konsumtion, kilo per person och år.
Riktning	Minska
Källa	Jordbruksverkets direktkonsumtion. Med direktkonsumtion avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till privathushåll och storkök samt producenternas hemmaförbrukning
Status	Redovisas varje år med 1–2 års eftersläpning.
Motivering	Konsumtion av processat kött leder till negativa hälsoeffekter och därför måste särskilt denna typ av köttkonsumtion minska.

Tabell 79: Beskrivning av indikator konsumtionen av kött, totalt och uppdelat på köttslag och chark

Område	Beskrivningar
--------	---------------

Definition	Mängd kött totalt och uppdelat på köttslag och chark, gram per dag
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	För stor konsumtion (över 350 gram per person per vecka) av rött kött och chark leder till negativa hälsoeffekter. Många i befolkningen idag äter mer än det aktuella kostrådet på 500 gram per person per vecka.

Tabell 80: Beskrivning av indikator konsumtion av allt kött, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Självrapporterad enkätfråga. Andel som äter mest.
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Denna indikator möjliggör att ofta följa skillnader i hur ofta kött konsumeras i olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion. Den bidrar även till att följa trender i konsumtion över tid.

Tabell 81: Beskrivning av indikator konsumtion av rött kött och chark, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Självrapporterad enkätfråga. Andel som äter mest.
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Denna indikator möjliggör att ofta följa skillnader i hur ofta kött konsumeras i olika samhällsgrupper och att följa de som äter sämst och därmed har störst vinst av att öka sin konsumtion. Den bidrar även till att följa trender i konsumtion över tid.

Tabell 82: Beskrivning av indikator andel av befolkningen som äter mer rött kött och chark än rekommenderat



Område	Beskrivningar
Definition	Andelen av befolkningen som äter mer än 500 g, respektive mer än 350 g rött kött och chark, per dag.
Riktning	Öka
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	För stor konsumtion (över 350 gram per person per vecka) av rött kött och chark leder till negativa hälsoeffekter. Många i befolkningen idag äter mer än det aktuella kostrådet på 500 gram per person per vecka. Denna indikator följer upp andelen i befolkningen som konsumerar en för hälsan säkrare/säker mängd rött kött och chark och bidrar således till att följa upp om livsmedelskonsumtionen blir mer jämlik.

Tabell 83: Beskrivning av indikator andelen kött som är svenskt

Område	Beskrivningar
Definition	Andelen av totalkonsumtionen i Sverige som är svenskt kött.
Riktning	Öka
Källa	Marknadsbalansen baseras på officiell statistik för svensk produktion (Jordbruksverket) och handeln med andra länder (SCB)
Status	Redovisas årligen.
Motivering	Eftersom svenskt kött ofta är mer hållbart producerat än kött från vissa andra länder handlar delmålet delvis om att öka andelen kött som konsumeras som är av svenskt ursprung.

Tabell 84: Beskrivning av indikator andelen miljöcertifierat kött som konsumeras i Sverige

Område	Beskrivningar
Definition	Indikatorn samlar ihop olika klimat och miljöcertifieringar.
Riktning	Öka
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator

Motivering

Kött kan produceras på mer eller mindre hållbart sätt. Delmålet handlar delvis om att öka andelen klimat- och/eller miljöcertifierat kött som konsumeras.

## Indikatorer för att följa delmålet - Konsumtionen av salt har minskat med 20 procent till år 2035 jämfört med år 2018

Tabell 85. Beskrivning av indikator salthalt i utvalda nyckellivsmedel representerande bröd, färdigmat och charkvaror

Område	Beskrivningar
Definition	Saltinnehåll i respektive livsmedelsgrupp. Hur de olika grupperna ska väljas behöver utredas
Riktning	Minska
Källa	-
Status	Utvecklingsindikator
Motivering	Att följa saltinnehållet i vissa nyckellivsmedel skulle kunna ge en bild av om salthalten i produkterna minskar och om man till exempel följer de 10 mest sålda produkterna per år, så skulle det också indikera en förändring i saltintaget.

Tabell 86. Beskrivning av indikator saltintag, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Gram Na och salt från rapporterat intag per dag. Informationen kan delas upp på ålder, kön och utbildningsnivå.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns för vuxna från 2010–11.
Motivering	Ger information om den vuxna befolkningens saltintag, totalt och uppdelat i olika grupper. Viss underskattning av saltintaget då extra salt på maten in kommer med. Kan på så sätt följa hur jämlikheten i matvanor förändras.

Tabell 87. Beskrivning av indikator Na-koncentrationen i urin, vuxna

Område	Beskrivningar
Definition	Saltintaget kan estimeras med hjälp av ekvationer från natriumkoncentrationen i ett urinprov.

Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns från vuxna 2010–11.
Motivering	Ger objektiv information om den vuxna befolkningens saltintag, totalt och uppdelat i olika grupper.

Tabell 88. Beskrivning av indikator saltintag, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Gram natrium och salt från rapporterat dagsintag.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns från ungdomar 2016–17.
Motivering	Ger information om ungdomars saltintag, totalt och uppdelat i olika grupper. Viss underskattning av saltintaget då extra salt på maten in kommer med. Kan på så sätt följa hur jämlikheten i matvanor förändras.

Tabell 89. Beskrivning av indikator Na-koncentrationen i urin, barn

Område	Beskrivningar
Definition	Saltintaget kan estimeras med hjälp av ekvationer från natriumkoncentrationen i ett urinprov.
Riktning	Minska
Källa	Matvaneundersökningar Riksmaten, Livsmedelsverket
Status	Finns från ungdomar 2016–17.
Motivering	Ger objektiv information om den vuxna befolkningens saltintag, totalt och uppdelat i olika grupper.

## Bilaga 3. Bruttolista indikatorer för samhällliga förutsättningar och insatsområden

Tabell 1. Insatsområdet En marknad som stödjer en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Område	Indikatorer eller mått	Källa
Pris	Marknadsinflytande eller konkurrens som påverkar priset till konsumenter	<a href="https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf">https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf</a>
Pris	Andelen av växthusgasutsläppet från livsmedelskonsumtionen som inkluderas i prisbaserade policys	<a href="https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf">https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf</a>
Pris	Andelen av sockerkonsumtionen som inkluderas i prisbaserade policys	<a href="https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf">https://mistrafoodfutures.se/content/uploads/2023/04/14-mistra-food-futures-report-a-framework-for-measuring-sustainability-in-the-swedish-food-system.pdf</a>
Pris	Svängningar i livsmedelspriser	Agenda 2030. 2.c.1 Ansvarig: Jordbruksverket
Pris	Staten har infört skatter eller avgifter på ohälsosamma livsmedel och drycker (t.ex. sötade drycker, eller livsmedel med hög nivå av socker, salt eller fett) och som ökar priset på dessa livsmedel för att minska efterfrågan på dessa på olika arenor.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Pris	Staten har minimerat skatter eller avgifter på hälsosamma livsmedel för att uppmuntra till hälsosamma val (t.ex. låg eller ingen skatt, avgift eller mervärdesskatt eller importavgifter på frukt och grönsaker alternativt subventioner).	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Ledarskap och styrning	Antalet länder som utvecklar, anpassar eller genomför policyinstrument som syftar till att stödja omställning till hållbar konsumtion och produktion	Agenda 2030. 12.1.1. Ansvarig: Naturvårdsverket.
Ledarskap och styrning	Statliga anslag inom klimatområdet som andel av totala budgeten	Agenda 2030. 13.2.3(N). Ansvarig: SCB. Utredda hur indikatorn (eller en snarlik) kan tas fram löpande.
Ledarskap och styrning	Det finns transparenta och robusta processer för kommersiella aktörers påverkan på politik som är relaterad till matmiljö och livsmedelskonsumtion.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Det finns formella plattformar för samarbete, fördefinierade mandat, roller och strukturer för regelbunden samverkan mellan myndigheter och	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>

Område	Indikatorer eller mått	Källa
	livsmedelsbranschen när det gäller att implementera insatser inom folkhälso-, miljö- och näringslivspolitik och andra strategier för att förbättra livsmedelskonsumtionen i befolkningen.	<a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Det finns formella plattformar för samarbete, fördefinierade mandat, roller och strukturer för regelbunden samverkan mellan myndigheter och civilsamhällsorganisationer när det gäller att implementera insatser inom folkhälso-, miljö- och näringslivspolitik och andra strategier för att förbättra livsmedelskonsumtionen i befolkningen.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Staten eller myndigheter arbetar med ett systembaserat angreppssätt med lokala och nationella aktörer för att främja mer hälsosamma matmiljöer.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Åtgärder och procedurer är implementerade som säkerställer öppenhet i utvecklingen av politik inom mat- och livsmedelspolitik.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Det finns robusta samverkansmekanismer mellan departement och myndigheter för att samordna hälsofrämjande och förebyggande arbete inom livsmedelskonsumtion, övervikt och fetma och icke-smittsamma sjukdomar.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Processer har utvecklats som säkrar att all politik som är relaterad till livsmedelskonsumtion tar hänsyn till och prioriterar hälsa i befolkningen och som minskar social ojämlikhet samt tar hänsyn till sårbara grupper.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Processer har utvecklats för att värdera påverkan på matrelaterad hälsa i utvecklingen av annan politik som inte direkt är relaterad till livsmedelskonsumtionen och näringsstatus i befolkningen.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Statens budget som går till insatser för att främja hållbar livsmedelskonsumtion (värderat som andelen av den totala hälsobudgeten eller till sjukdomsbördan från matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar) är tillräcklig för att minska matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Grad av införande av politik och handlingsplaner för en hållbar offentlig upphandling	Agenda 2030. 12.7.1. Ansvarig: Finansdepartementet. Överväg en nationell indikator i samarbete med Upphandlingsmyndigheten.
Ledarskap och styrning	Grad av införande av politik och handlingsplaner för mer hälsofrämjande matmiljöer.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>

Område	Indikatorer eller mått	Källa
		<a href="https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf">https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI-Evidence-Norway-2020.pdf</a>
Ledarskap och styrning	Staten eller myndigheter har etablerat ett uppföljningssystem som regelbundet följer matmiljö, hur marknaden för livsmedel fungerar, mål om livsmedelskonsumtionen, samt regelverk som påverkar matmiljö och livsmedelskonsumtion.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Staten eller myndigheter ser till att det finns återkommande övervakning av barn och vuxnas näringsstatus och livsmedelskonsumtion i förhållande till mål för konsumtionen.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Staten eller myndigheter ser till att övervikt och fetma bland barn och vuxna kontinuerligt följs upp.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Staten ser till att följa biologiska riskfaktorer för icke-smittsamma sjukdomar relaterade till livsmedelskonsumtion, samt förekomst, incidens och dödlighet av de viktigaste matrelaterade icke-smittsamma sjukdomarna.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Utvärdering av större planer och program utvärderas regelbundet för att värdera deras effekt eller hur de bidrar till uppsatta mål.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Utvecklingen av social ojämlikhet och påverkan på hälsa i olika grupper, samt sociala, kommersiella, och ekonomiska bestämningsfaktorer för hälsa relaterad till livsmedelskonsumtion följs regelbundet upp.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Marknadsföring	Staten har implementerat policys för att begränsa kommersiell marknadsföring, inkluderat sponsring, promotion och reklam) av ohälsosamma livsmedel till barn och ungdomar på arenor och sammanhang där barn samlas (förskola, skola, idrottsföreningar, idrottsarenor, kulturella evenemang, sociala medier eller online).	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Marknadsföring	Hur mycket pengar företag lägger på marknadsföring (till stor del på nätet) på ohälsosam/hälsosam och ohållbara/hållbara livsmedel.	Aktörsdialoger
Marknadsföring	När det gäller indikatorer rörande marknadsföring och exponering av energitäta och näringsfattiga livsmedel ser vi att det skulle vara bättre ur ett konkurrensrättsligt perspektiv att reglera hela marknaden inklusive sällanköpshandel och producenter. En sådan reglering får dock snarare effekt på försäljningen, än på hälsan.	Aktörsdialoger

Område	Indikatorer eller mått	Källa
Reformulering	Staten har infört standarder, restriktioner eller obligatoriska nivåer för olika livsmedels innehåll av t.ex. transfett, fritt socker, mättat fett, fiber, fullkorn och salt, särskilt i industriellt processade livsmedel eller på restaurang och även ett monitoreringssystem har satts upp.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Märkning	Staten använder ett evidensbaserat system för framsidesmärkning som ger näringsinformation och tolkningsbar hjälp (t.ex. nyckelhålet) som snabbt gör det lätt för konsumenten att värdera hur hälsosam eller ohälsosam produkten är. Det finns även policys för att se till systemet används av många olika aktörer.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Offentlig verksamhet	Staten ser till att det finns tydliga och konsistenta policys för att erbjuda och främja hälsosamma val som kan implementeras i skolor och förskola.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>

Tabell 2. Insatsområdet En offentlig sektor som främjar en hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Område	Indikatorer	Källa
Offentliga institutioner	Andelen skolor (eller andra offentliga institutioner) som a) känner till, b) har implementerat, c) efterlever riktlinjer eller rekommendationer	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a> <a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Offentliga institutioner	Andelen skolor (eller andra offentliga institutioner) som uppfyller näringskrav eller rekommendationer för sina inköp	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Offentliga institutioner	Skolmåltidens kvalitet utifrån till exempel näringsriktighet, miljöpåverkan, konsumtion och svinn	<a href="https://www.skolmatsverige.se/">https://www.skolmatsverige.se/</a>
Offentliga institutioner	Service och pedagogik samt organisation och styrning av skolmåltider	<a href="https://www.skolmatsverige.se/">https://www.skolmatsverige.se/</a>
Offentliga institutioner	Andelen ekologiska livsmedel i offentliga måltider följs upp av Ekomatcentrum årligen	Aktörsdialoger
Offentliga institutioner	Sjukhuskost med avseende på energi- och näringsinnehåll.	Aktörsdialoger
Skolbarn	Måltidspolicy i förskola, skola och inom äldreomsorgen	Folkhälsopolitiska målet MO6.25UO. Utvecklingsindikator
Skolbarn	Hälsosamtal om matvanor i skolan, fokus levnadsvanor	Folkhälsopolitiska målet MO6.24UO. Utvecklingsindikator.
Skolbarn	Hälsosamtal på ungdomsmottagningar eller studenthälsan, fokus levnadsvanor	Utvecklingsindikator
Skolbarn	Rådgivning om matvanor i tandvården	Nationella riktlinjer, Socialstyrelsen
Skolbarn	Barn och vuxna som upplever sig ha fått tillräcklig information för att själva kunna förebygga munsjukdomar	Utvecklingsindikator, Socialstyrelsen



Område	Indikatorer	Källa
Skolbarn	Andelen barn i förskole- och skolåldern som äter frukost (hemma eller i verksamheten)	Aktörsdialoger
Äldre	Måltider, särskilt boende för äldre	Socialstyrelsen, enkät till kommunerna
Äldre	Maten, särskilt boende för äldre	Socialstyrelsen, enkät till kommunerna
Äldre	Måltidspolicy i förskola, skola och inom äldreomsorgen	Folkhälsopolitiska målet MO6.25UO. Utvecklingsindikator
Äldre	Rådgivning om matvanor i tandvården	Nationella riktlinjer, Socialstyrelsen
Äldre	Barn och vuxna som upplever sig ha fått tillräcklig information för att själva kunna förebygga munsjukdomar	Utvecklingsindikator, Socialstyrelsen
Gravida	Hälsosamtal om matvanor på mödrahälsovården	Utvecklingsindikator
Förskolebarn	Hälsosamtal om matvanor på barnhälsovården	Utvecklingsindikator
Förskolebarn	Måltidspolicy i förskola, skola och inom äldreomsorgen	Folkhälsopolitiska målet MO6.25UO. Utvecklingsindikator
Förskolebarn	Rådgivning om matvanor i tandvården	Nationella riktlinjer, Socialstyrelsen
Förskolebarn	Systematisk samverkan mellan tandvård och barnhälsovård för barn i områden med hög risk för dålig munhälsa	Indikator (T3) i Nationella riktlinjer för tandvård. Socialstyrelsen.
Förskolebarn	Andelen barn i förskole- och skolåldern som äter frukost (hemma eller i verksamheten)	Aktörsdialoger
Unga och unga vuxna	Måltidspolicy i gymnasium eller annan skolform som erbjuder måltider	Folkhälsopolitiska målet MO6.25UO. Utvecklingsindikator
Unga och unga vuxna	Hälsosamtal på ungdomsmottagningar eller studenthälsan, fokus levnadsvanor	Nationella riktlinjer, Socialstyrelsen
Unga och unga vuxna	Rådgivning om matvanor i tandvården	Nationella riktlinjer, Socialstyrelsen
Unga och unga vuxna	Barn och vuxna som upplever sig ha fått tillräcklig information för att själva kunna förebygga munsjukdomar	Utvecklingsindikator, Socialstyrelsen
Vuxna	Patienter som diskuterat levnadsvanor med primärvården	Folkhälsopolitiska målet MO8.9. Utvecklingsindikator
Vuxna	Prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor i specialiserad öppenvård och primärvård	Folkhälsopolitiska målet MO8.11UO. Utvecklingsindikator
Vuxna	Riktade hälsoundersökningar	Folkhälsopolitiska målet MO8.12UO. Utvecklingsindikator
Vuxna	Kvalificerat rådgivande samtal för vuxna med ohälsosamma matvanor	Indikator (T1) i Nationella riktlinjer för tandvård. Socialstyrelsen
Vuxna	Vuxna som fått kvalificerat rådgivande samtal vid munsjukdom eller besvär	Utvecklingsindikator, Socialstyrelsen.
Vuxna	Barn och vuxna som upplever sig ha fått tillräcklig information för att själva kunna förebygga munsjukdomar	Utvecklingsindikator, Socialstyrelsen

Område	Indikatorer	Källa
LSS-boende	Under offentlig verksamhet saknar vi inkludering av LSS som primär målgrupp.	Aktörsdialoger
Föräldrar	Föräldrastöd och föräldrautbildning om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion	Aktörsdialoger
Föräldrar	Andelen barn i förskole- och skolåldern som äter frukost (hemma eller i verksamheten)	Aktörsdialoger

Tabell 3. Insatsområdet Samarbete mellan offentliga och kommersiella aktörer för att främja en hållbar och hälsosam matmiljö

Område	Indikatorer	Källa
Marknadsföring	Marknadsföring av energitäta och näringsfattiga livsmedel. Hur mycket och vilken digital marknadsföring av livsmedel riktar sig till barn och exponeras barn för? Hur mycket och vilken marknadsföring av livsmedel riktar sig till barn och exponeras barn för i butiker? Hur mycket och vilken marknadsföring av livsmedel riktar sig till barn och exponeras barn för runt skolor och på idrottsarenor?	Digitala kanaler: <a href="https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/6510">https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/6510</a> <a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a> Butiker: Universitetet i Oslo. (2015). Protokoll for sweeps i butikk - Et verktøy for å overvåke markedsføring av mat og drikke til barn i butikk. I. Skola och idrottsarena: <a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Exponering för marknadsföring av ohälsosamma livsmedel i alla media och marknadsföringskanaler	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Marknadsföring	Marknadsföring eller budskap om mat i TV och streaming TV	<a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Marknadsföring eller budskap om mat utomhus	<a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Marknadsföring eller budskap om av mat hos influencers på sociala mediaplattformar	<a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Marknadsföring av mat på t.ex. bio, spel och tidningar som är populära hos barn	<a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Marknadsföring av mat i handeln	<a href="https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf">https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1183357/FULLTEXT02.pdf</a>
Marknadsföring	Marknadsföring eller kampanjer för ekologiska livsmedel i butik.	Aktörsdialoger
Marknadsföring	Andelen varor i dagligvaruhandels kampanjer som är hälsosamma och hållbara.	Aktörsdialoger
Tillgång	Tillgänglighet och marknadsföring av ohälsosam mat i dagligvaruhandeln.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>

Område	Indikatorer	Källa
	Hyllplats för hälsosamma och mindre hälsosamma livsmedel i butiker Placering och promotions (inkluderar priskampanjer) av sunda och mindre sunda livsmedel Tillgänglighet av sunda och mindre sunda livsmedel	<a href="http://nems-upenn.org/wpcontent/uploads/2018/10/NEMS-S-Protocol-06-21-11.pdf">http://nems-upenn.org/wpcontent/uploads/2018/10/NEMS-S-Protocol-06-21-11.pdf</a> Universitetet i Oslo. (2015). Protokoll for sweeps i butikk - Et verktøy for å overvåke markedsføring av mat og drikke til barn i butikk. I.
Tillgång	Tillgång till ekologiska livsmedel i butik.	Aktörsdialoger
Tillgång	Försäljningsstatistik för olika livsmedelsgrupper	<a href="https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/handel-med-varor-och-tjanster/inrikeshandel/livsmedelsforsaljning-fordelad-pa-varugrupper/pong/publikationer/livsmedelsforsaljningsstatistik-2022/">https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/handel-med-varor-och-tjanster/inrikeshandel/livsmedelsforsaljning-fordelad-pa-varugrupper/pong/publikationer/livsmedelsforsaljningsstatistik-2022/</a>
Tillgång	Mat i handeln, utbud i kassan både bemannad och självutcheck.	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Tillgång	Mat i handeln, kampanjer och kunderbjudanden	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Tillgång	Mat i handeln, placering, reklam och kampanjer i butik	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Tillgång	Mat och marknadsføring i de mest använda apparna för nätbeställning av mat för takeaway eller hembeställning	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Tillgång	Tillgång till livsmedelsbutiker eller restauranger med ett hälsosamt utbud	Aktörsdialoger
Tillgång	Tillgång till samhällsservice	Folkhälsopolitiska målet MO5.9UO. Utvecklingsindikator
Tillgång	School food environment	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Tillgång	Heltäckande statistik på försäljningen av utrymmesmat finns hos företagen som säljer produkterna. De har statistik på allt som säljs i Sverige och kan dessutom bryta ner det på dagligvaruhandel, servicehandel, sällanköpshandel och restaurang. Svensk Dagligvaruhandel kan bistå med lista på de stora leverantörerna inom respektive kategori	Aktörsdialoger
Produktegenska per	Pris och näringsinnehåll i populära takeaway måltider i motsvarighet till hemlagade måltider och halvfabrikat	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matomgivelser/</a>
Produktegenska per	Portionsstorlekar från tillverkare och olika typer av matställen på olika arenor.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Produktegenska per	Salthalt i bröd	Aktörsdialoger
Produktegenska per	Salthalt i färdigmat	Aktörsdialoger
Produktegenska per	Salthalt i restaurangmat	Aktörsdialoger
Produktegenska per	Sockethalt i sockersötad dryck och energidrycker	Aktörsdialoger

Område	Indikatorer	Källa
Produktegenska per	Sockethalt i mejeriprodukter	Aktörsdialoger
Tillgänglighet	Antal försäljningsställen med hälsosamt respektive ohälsosamt utbud i ett geografiskt område	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Tillgänglighet	Densiteten av snabbmatsställen i olika geografiska områden	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Tillgänglighet	Boendemiljöer med en sund variation av näringsidkare som erbjuder hälsosamma livsmedel	Aktörsdialoger
Tillgänglighet	Skärpt reglering eller branschöverenskommelser av karaktären "inget godis vid kassorna"	Aktörsdialoger
Ekonomisk tillgänglighet	Kostnaden för en hälsosam matvarukorg i jämförelse med en mindre hälsosam matvarukorg	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ekonomisk tillgänglighet	Andelen av median hushållsinkomsten som går åt till att köpa en hälsosam/hållbar eller ohälsosam/ohållbar matvarukorg, uppdelat på olika inkomstgrupper och hushåll. (Köpkraft)  Särskilt sårbara grupper som t.ex. asylsökande, studenter, pensionärer, sjukpensionärer, ensamstående med barn	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ekonomisk tillgänglighet	Förekomst av måttlig eller svår livsmedelsosäkerhet i befolkningen, baserat på Food Insecurity Experience Scale (FIES)	Agenda 2030. 2.1.2. Utvecklingsindikator. Ansvarig: Livsmedelsverket.
Ekonomisk tillgänglighet	Antal som söker stöd hos frivillig org för att få mat	Aktörsdialoger
Ekonomisk tillgänglighet	Ekonomisk tillgänglighet till ekologiska produkter, svenskt naturbetescertifierat kött och varor som på annat sätt har mindre skadlig påverkan på biologisk mångfald, tex genom mindre användning av bekämpningsmedel tas med.	Aktörsdialoger
Pris	Pris på ett antal varor och deras sundare alternativ	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matogmgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matogmgivelser/</a> <a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full</a>
Pris	Pris på ett antal hälsosamma och ohälsosamma livsmedel.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a> <a href="http://nems-upenn.org/wpcontent/uploads/2018/10/NEMS-S-Protocol-06-21-11.pdf">http://nems-upenn.org/wpcontent/uploads/2018/10/NEMS-S-Protocol-06-21-11.pdf</a> <a href="https://foodfoundation.org.uk/news/food-prices-tracker-september-2023">https://foodfoundation.org.uk/news/food-prices-tracker-september-2023</a>
Pris	Pris och näringsinnehåll i populära takeaway måltider i motsvarighet till hemlagade måltider och halvfabrikat	<a href="https://www.fhi.no/publ/2023/matogmgivelser/">https://www.fhi.no/publ/2023/matogmgivelser/</a>

Område	Indikatorer	Källa
Pris	Relativ och absolut pris på hälsosamma och ohälsosamma livsmedel	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a> <a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full</a>
Pris	Matpriskollen som kan ge utförlig statistik om försäljning och priser fördelat på varuslag, certifiering (t ex ekologiskt) med mera.	Aktörsdialoger
Märkning	Andelen bröd och frukostflingor som är nyckelhålsmärkta	Aktörsdialoger
Information	Företagshälsovård som ger stöd kring hälsosamma matvanor	Aktörsdialoger
Nudging	Nudging av ekologiska livsmedel i butik	Aktörsdialoger
Bekvämlighet	Frequency of consumption of ready-made products	<a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full</a>
Sociala normer	Cultural acceptability (as measured by a departure from current diet)	<a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full</a>
Sociala normer	Social and cultural acceptability of diets	<a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsufs.2021.822263/full</a>
Policys	Måltidspolicy på arbetsplats	Folkhälsopolitiska målet MO6.25UO. Utvecklingsindikator

Tabell 4. Insatsområdet Öka kompetensen hos viktiga aktörer i livsmedelssystemet

Område	Indikatorer	Källa
Skola	Undervisning i frågor som kan påverka hälsan	Folkhälsopolitiska målet MO2.18UO. Utvecklingsindikator
Hälsa- och matlitteracitet	Hälsolitteracitet eller matlitteracitet i befolkningen	Aktörsdialoger
Hälsa- och matlitteracitet	Hälsolitteracitet eller matlitteracitet hos olika aktörer i livsmedelssystemet och särskilt de som kan påverka matmiljö eller offentlig sektor	Aktörsdialoger
Hälsa- och matlitteracitet	Matlitteracitet på hushållsnivå (composite score)	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Utbildning	Till vilken grad utbildning för (i) globalt medborgarskap och (ii) hållbar utveckling ingår på alla nivåer i (a) utbildningspolitik, (b) läroplaner, (c) lärarutbildning och (d) elevbedömning	Agenda 2030 12.8.1 och 13.3.1. Ansvarig: SCB
Utbildning	Undervisning om hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion i relevanta grundutbildningar	Aktörsdialoger
Utbildning	Läroplaner måste inkludera mål om kunskap och färdigheter för utbildning inom nutrition för grundskoleelever.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>
Utbildning	Läroplanen för hälsopersonal inkluderar minst en nutritionsmodul av fem EU-credits.	<a href="https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2">https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01111-0/tables/2</a>

Område	Indikatorer	Källa
Utbildning	Samverkan för långsiktig och kontinuerlig utbildning av vård- och omsorgspersonal i munvård	Indikator (T5) i Nationella riktlinjer tandvård. Socialstyrelsen

Tabell 5. Insatsområdet Det offentliga ska främja kunskapsutveckling och kunskapsspridning

Område	Indikatorer	Källa
Finansiering	Statliga anslag till forskning om matmiljö och livsmedelskonsumtion av den totala budgeten för statliga anslag till forskning.	Aktörsdialoger
Finansiering	Staten finansiera forskning som är inriktad på att förbättra matmiljön och förekomsten av övervikt och fetma samt icke-smittsamma sjukdomar och sociala ojämlikheter i livsmedelskonsumtion.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>
Ledarskap och styrning	Åtgärder och procedurer är implementerade som säkerställer att utvecklingen av mat- och livsmedelspolitik är kunskapsbaserad.	<a href="https://www.informas.org/modules/public-sector/">https://www.informas.org/modules/public-sector/</a>

## Bilaga 4. Deltagare dialogmöten våren 2022 och hösten 2023

Följande aktörer deltog vid dialogmöten under våren 2022 och hösten 2023.

- Axfood
- Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES)
- Convenience Stores Sweden
- Dietisternas Riksförbund
- Generation Pep
- Hjärt- Lungfonden
- ICA
- Jordbruksverket
- Klimatkommunerna
- Konsumentföreningen Stockholm
- KRAV
- LIDL
- Livsmedelsföretagen
- LRF
- Matmissionen
- Naturskyddsföreningen
- Naturvårdsverket
- Organic Sweden
- Orkla
- Reformaten
- Räddningsmissionen
- SKR
- Svensk Dagligvaruhandel
- Sveriges elevkårer
- Sveriges Konsumenter
- Vi konsumenter
- WWF

# Bilaga 5. Mål- och strategidokument av relevans för hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion

Den här bilagan tillhör rapporten *En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Återredovisning av regeringsuppdrag*, artikelnummer 24004.

## Inledning

Dokumentet innehåller kortfattade beskrivningar av olika strategier som har bäring på livsmedelskonsumtion. Strategierna är uppdelade efter nationella, nordiska, inom EU samt inom FN/WHO-systemet. Av de nationella är en del av dem helt eller delvis beslutade av riksdag eller regering. Av de internationella är vissa av dem helt eller delvis upptagna/antagna av Sverige.

Syftet med dokumentet är att ge en överblick över de befintliga strategier och mål som finns utarbetade och synliggöra de som Sverige har ställt sig bakom, vilket kan ge en indikation om vad Sverige bör arbeta med inom hållbar livsmedelskonsumtion.

## Översikt

I tabell 1 listas de nationella mål- och strategidokument som har relevans för livsmedelskonsumtionen. Vi har identifierat vilka delar som dokumenten innehåller, som till exempel mål, delmål, indikatorer, och om de ger förslag på åtgärder eller insatser. Vi undersökte även om dokumenten hade fokus på jämlikhet i hälsa och miljömässig, social eller ekonomisk hållbarhet, samt vilken målgrupp som dokumentet riktade sig till, samt om det fanns någon tidplan eller tidsatta mål, delmål eller etappmål. I tabell 2 listas nordiska mål- och strategidokument följt av tabell 3 som listar dokument framtagna inom EU och FN/WHO dokument presenteras i tabell 4.

Tabell 1. Nationella mål- eller strategidokument med relevans för livsmedelskonsumtion och deras innehåll och fokus samt tidplan.

Strategier och mål	Mål	Indikator	Insatser/åtgärder	Jämlikhet	Målgrupp	Hållbarhet	Tidplan
Folkhälsopolitiska mål	x (a)	x	-	x	Alla	x (b) (d)	2048
Livsmedelsstrategin	-	-	x	-	Alla	x (b) (c) (d)	2030
Strategi för hållbar konsumtion	x	-	x	-	Alla/Barn	x (b) (c) (d)	-
Sveriges miljömål	x	x	-	-	Alla/Barn	x (b) (c) (d)	2030



Strategier och mål	Mål	Indikator	Insatser/ åtgärder	Jämlikhet	Målgrupp	Hållbarhet	Tidplan
En färdväg för hållbara livsmedelssystem	-	-	x	x	Alla/Barn	x (b) (c)	-
Nationell handlingsplan för EUs barnrättsstrategi	-	-	x	x	Barn	x (b) (d)	2030

X betyder att strategi- eller måldokumentet inkluderar det i tabellrubriken uppgivna innehållet. (a) har även formulerat delmål. (b) social hållbarhet. (c) miljömässig hållbarhet. (d) ekonomisk hållbarhet.

Tabell 2. Nordiska mål- eller strategidokument med relevans för livsmedelskonsumtion och deras innehåll och fokus samt tidplan.

Strategier och mål	Mål	Indikator	Insatser/ åtgärder	Jämlikhet	Målgrupp	Hållbarhet	Tidplan
Vår vision 2030	x (a)	-	-	x	Alla	x (b) (c) (d)	2030

X betyder att strategi- eller måldokumentet inkluderar det i tabellrubriken uppgivna innehållet. I bilaga 6 *Enkät till nordiska länder om hållbar livsmedelskonsumtion* redovisas de mål- och strategidokument som tagits fram i de nordiska länderna. (a) har även formulerat delmål. (b) social hållbarhet. (c) miljömässig hållbarhet. (d) ekonomisk hållbarhet.

Tabell 3. EU mål- eller strategidokument med relevans för livsmedelskonsumtion och deras innehåll och fokus samt tidplan.

Strategier och mål	Mål	Indikator	Insatser/ åtgärder	Jämlikhet	Målgrupp	Hållbarhet	Tidplan
EUs barnrättstrategi	-	-	x	x	Barn	x (b) (c) (d)	2027
EUs barngaranti	-	-	x	x	Barn	x (b) (d)	-
EUs handlingsplan för barnfetma	x	-	x	x	Barn	x (b)	2020
EUs Beating cancer plan	-	-	x	x	Alla/Barn	x (b) (d)	2024–2030
EU NCD initiative Healthier Together	-	-	x	x	Alla	x (b) (c) (d)	2022–2027
EUs Farm to Fork	x	-	x	x	Alla	x (b) (c) (d)	-
EUs uppförandekod om ansvarsfull livsmedelsindustri och marknadsföring	x (a)	-	x	x	Företag	x (b) (c) (d)	2030
EUs handlingsplan för cirkulär ekonomi	-	x	x	-	Aktörer	x (d)	-

X betyder att strategi- eller måldokumentet inkluderar det i tabellrubriken uppgivna innehållet. (a) har även formulerat delmål. (b) social hållbarhet. (c) miljömässig hållbarhet. (d) ekonomisk hållbarhet.

Tabell 4. FN- eller WHO-mål- eller strategidokument med relevans för livsmedelskonsumtion och deras innehåll och fokus samt tidplan.

Strategier och mål	Mål	Indikator	Insatser/ åtgärder	Jämlikhet	Målgrupp	Hållbarhet	Tidplan
Agenda 2030	x (a)	x	-	x	Alla	x (b) (c) (d)	2030
UN Food Systems Summit Coalitions	x	-	x	x	Alla/Barn	x (b) (c) (d)	2030
FAO Strategic Framework	x (a)	-	x	x	Alla	x (b) (c) (d)	2022–2031
Global Nutrition Targets	X	-	-	x	Kvinnor/ Barn	x (b) (d)	2012–2025
WHO European Food and Nutrition Action Plan	x (a)	-	x	x	Alla	x (b) (d)	2015–2020
UNICEF Nutrition for every child 2020-2030	x (a)	-	x	x	Kvinnor/ Barn	x (b) (c) (d)	2020–2030
WHO Action Plan for the Prevention and Control of Non-communicable Diseases in the WHO European Region	-	-	x	x	Alla	x (b) (c) (d)	2016–2025
Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs	x (a)	x	-	x	Alla	x (b) (c) (d)	2013–2030
WHO recommendations for the prevention and management of obesity over the life course	x (a)	x	x	x	Alla/Barn	x (b) (c) (d)	2023–2030
UN Madrid International Plan of Action on Ageing	x	-	x	x	Alla/Äldre	x (b) (d)	2002–
UN Decade of Healthy Ageing	-	-	x	x	Äldre	x (b) (d)	2021–2030
WHO Global strategy oral health	-	-	x	x	Alla	x (b) (d)	2023–2030

X betyder att strategi- eller måldokumentet inkluderar det i tabellrubriken uppgivna innehållet. (a) har även formulerat delmål. (b) social hållbarhet. (c) miljömässig hållbarhet. (d) ekonomisk hållbarhet.

## Nationella strategier och mål

### Folkhälsopolitiska mål

Det folkhälsopolitiska ramverket består av ett övergripande, nationellt folkhälsopolitiskt mål och åtta målområden. Det övergripande målet för folkhälsopolitiken är att skapa samhällliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en

generation, det vill säga detta ska vara uppnått 2048. Det finns även ett delmål, Ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet och bra matvanor för alla.

Målområdena återspeglar hälsans bestämningsfaktorer, det vill säga faktorer som påverkar hälsotillståndet. Det är flera faktorer som samverkar på olika nivåer i samhället, exempelvis var och hur vi bor, vilken miljö vi lever i, barndomen och uppväxttiden, vår utbildning och vårt arbete. Bestämningsfaktorer kan både öka och minska risken för ohälsa. Flera av målområdena inom folkhälsopolitiken har betydelse för livsmedelskonsumtionen, och livsmedelskonsumtionen i sin tur påverkar hälsoutfallet inom flera områden. Målområde 6 Levnadsvanor har tre fokusområden:

- Begränsad tillgänglighet till hälsoskadliga produkter.
- Ökad tillgänglighet till hälsofrämjande produkter, miljöer och aktiviteter.
- Stärka det hälsofrämjande och förebyggande arbetet med levnadsvanor i välfärdens organisationer.

Folkhälsomyndigheten har tagit fram en stödstruktur för det generella folkhälsoarbetet som ska bidra till och möjliggöra systematiska och samordnade insatser mellan myndigheter och till ett ökat kunskapsutbyte med lokala och regionala aktörer för att nå det övergripande folkhälsomålet. Stödstrukturen utgår från det folkhälsopolitiska ramverket med det övergripande målet och de åtta målområdena.

För att följa utvecklingen och för att veta om vi är på väg mot att uppfylla det övergripande målet för folkhälsopolitiken har ett antal indikatorer tagits fram. Några är mer generella medan andra är mer specifika och avser att bland annat följa upp utvecklingen inom de olika målområdena med tillhörande fokusområden. För att följa utvecklingen inom målområde 6 Levnadsvanor och fokusområdet om ökad tillgänglighet till hälsofrämjande produkter, miljöer och aktiviteter finns indikatorn Grönsak- och rotfruktsintag, dagligt (16-84 år). Ytterligare indikatorer finns föreslagna att följa som är relaterad till livsmedelskonsumtion eller utfall av livsmedelskonsumtion, som t.ex. övervikt och fetma eller tandhälsa.

Information om folkhälsopolitiken:

[Vad styr folkhälsopolitiken? — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/vad-styr-folkhalsopolitiken/)

Information om stödstrukturen:

[Samordningen av folkhälsopolitiken — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/samordningen-av-folkhalsopolitiken/)

## Livsmedelsstrategin

Strategin är en grund för en hållbar livsmedelspolitik fram till 2030. Bakom Sveriges livsmedelsstrategi ligger visionen om att Sverige 2030 har en globalt konkurrenskraftig, innovativ, hållbar och attraktiv livsmedelskedja att verka i. Den inhemska livsmedelsproduktionen ska öka samtidigt som de nationella miljömålen

uppfylls. Syftet är att skapa tillväxt, fler jobb och en ökad självförsörjningsgrad av livsmedel.

Det övergripande målet för livsmedelsstrategin är en konkurrenskraftig livsmedelskedja där den totala livsmedelsproduktionen ökar, samtidigt som relevanta nationella miljömål nås, i syfte att skapa tillväxt och sysselsättning och bidra till hållbar utveckling i hela landet. Hälsa är ingår inte uttalat i målen men indirekt via uppfyllelse av nationella miljömål. Långsiktiga åtgärder ska ske inom tre områden:

- Regler och villkor.
- Konsument och marknad.
- Kunskap och innovation.

Information om Livsmedelsstrategin:

[En livsmedelsstrategi för Sverige – fler jobb och hållbar tillväxt i hela landet \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/press/2016/05/en-livsmedelsstrategi-for-sverige-fler-jobb-och-hallbar-tillvaxt-i-hela-landet/)

### Strategi för hållbar konsumtion

Under 2016 antog regeringen en strategi för hållbar konsumtion. Strategin tar sikte på vad staten kan göra tillsammans med kommuner, näringsliv och det civila samhället för att underlätta för konsumenter att agera hållbart. Målet är att strategin ska bidra till en miljömässigt, socialt och ekonomiskt hållbar konsumtion.

Strategin har sju fokusområden:

- Öka kunskapen och fördjupa samarbetet
- Stimulera hållbara sätt att konsumera
- Effektivisera resursanvändningen
- Förbättra företagens information om hållbarhetsarbete
- Fasa ut skadliga kemikalier
- Öka tryggheten för alla konsumenter
- Fokusera på livsmedel, transporter och boende

Det sista fokusområdet anses som extra viktigt – vilka livsmedel vi konsumerar, vilka transportsätt vi väljer och hur vi bor. Dessa områden orsakar tillsammans de största utsläppen från privat konsumtion. Genom att förändra beteenden mot ett mer hållbart förhållningssätt inom dessa områden gynnas såväl miljö och hälsa som hushållens ekonomi. Skolan pekas ut som en viktig arena för öka kunskaperna om konsumtion och miljö hos barn och unga.

I strategin lyfts att regeringen arbetar med perspektiven i livsmedelsstrategin, se sid 6, samt att de även vill se en ursprungsmärkning på kött i restauranger och storkök.

Information om strategin för hållbar konsumtion:

### [Strategi för hållbar konsumtion \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/strategi-for-hallbar-konsumtion)

I december 2020 fattade regeringen beslut om ett nytt direktiv till Miljömålsberedningen. Syftet med Miljömålsberedningen ska, enligt direktivet, fortsatt vara att nå en bred politisk samsyn inom prioriterade områden inom miljöpolitiken. Enligt det tilläggsdirektiv som regeringen beslutade den 22 oktober 2020 ska Miljömålsberedningen föreslå en samlad strategi för att minska klimatpåverkan från konsumtion i syfte att nå en klimatomfattigt hållbar konsumtion på ett kostnadseffektivt och samhällsekonomiskt effektivt sätt. Den 7 april 2022 lämnade miljömålsberedningen in sitt förslag.

Information om delbetänkandet från Miljömålsberedningen:

### [Sveriges globala klimatavtryck, SOU 2022:15 \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/2022/04/07/sveriges-globala-klimatavtryck-sou-2022-15)

## Sveriges miljömål

Sveriges miljömål fungerar som riktmärken för miljöarbetet i Sverige. Ett generationsmål anger inriktningen för den samhällsomställning som behöver ske inom en generation för att nå miljö kvalitetsmålen. Det övergripande målet är att till nästa generation lämna över ett samhälle där de stora miljöproblemen är lösta, utan att orsaka ökade miljö- och hälsoproblem utanför Sveriges gränser. Produktion, hantering och konsumtion av livsmedel påverkar mer eller mindre alla 16 miljö kvalitetsmål, med undantag för Säker strålmiljö. Några av målen kan inte uppnås utan insatser i livsmedelssektorn. Tydligast bäring finns inom följande:

- Begränsad klimatpåverkan – Klimatpåverkande utsläpp, samt konsumtionsbaserade utsläpp i Sverige och i andra länder.
- Giftfri miljö – Allergiframkallande kemiska produkter, farliga ämnen i slam, förorenade områden, miljögifter i modersmjölk och blod, samt växtskyddsmedel i ytvatten.
- Ingen övergödning – Kväve- och fosforbelastning på havet, miljöstatus för övergödning enligt havsmiljöförordningen, nedfall av kväve till barrskog, status för näringsämnen enligt vattenförvaltningsförordningen, samt syrefattiga och syrefria bottenar.
- Levande sjöar och vattendrag – God status för vatten, skydd av limniska områden, samt åtgärdade fysiska hinder.
- Hav i balans samt levande kust och skärgård – Ekologisk och kemisk status för kustvatten, hållbart nyttjade fisk- och skaldjursbestånd i kust och hav, marint skräp på stränder, samt miljögifter i sill och surströmming.
- Ett rikt odlingslandskap – Betesmarker och slåtterängar, ekologisk produktion i slättbygd, jordbrukets utveckling, samt skördenivåer.
- Ett rikt växt- och djurliv – Bevarandestatus för naturtyper, rödlistade arter, samt skyddad produktiv skog.

Etappmålen ska göra det lättare att nå generationsmålet och miljökvalitetsmålen och identifierar en önskad omställning av samhället. Tre av etappmålen rör minskat matsvinn:

- Senast år 2023 ska minst 75 procent av matavfallet från hushåll, storkök, butiker och restauranger sorteras ut och behandlas biologiskt så att växtnäring och biogas tas tillvara.
- En ökad andel av livsmedelsproduktionen ska nå butik och konsument år 2025.
- Matsvinnet ska minska så att det sammantagna livsmedelsavfallet minskar med minst 20 viktprocent per capita från 2020 till 2025.

Information om Sveriges miljömål:

[Sveriges miljömål \(sverigesmiljomal.se\)](https://sverigesmiljomal.se)

Syntesarbete för ett hållbart livsmedelssystem

Miljömålsrådet har inom programområdet tagit fram myndighetsgemensamma målbilder för arbetet med ett hållbart livsmedelssystem. Utifrån de tre dimensionerna av hållbarhet har myndigheterna utvecklat och beslutat om tio gemensamma målbilder som kommer att vägleda arbetet framåt. Målbilderna är:

- Alla kan äta hållbart.
- God kunskap om värdet av hållbar mat hos samhällets alla aktörer.
- Livsmedlen och livsmedelsproduktionen främjar människors, djurs och växters hälsa.
- Livsmedelssystemet skapar sysselsättning och hållbar utveckling i hela Sverige.
- Livsmedelsproduktionen bevarar och stärker ekosystemen och gynnar biologisk mångfald.
- Hållbart nyttjande av naturresurser och ökad cirkularitet.
- Livsmedelssystemet bidrar till minskad klimatpåverkan i alla led.
- Lönsamt att producera, distribuera och sälja hållbar mat och dryck.
- Robust och uthållig livsmedelsförsörjning.
- Attraktiv, jämlik, jämställd och innovativ livsmedelsbransch med god tillgång till arbetskraft med rätt kompetens.

Information om syntesarbetet och målbilderna:

[Målbilder för ett hållbart livsmedelssystem \(livsmedelsverket.se\)](https://livsmedelsverket.se)

## Styrmedel för hållbar konsumtion

Miljömålsrådet har inom programområdet Styrmedel för hållbar konsumtion lämnat tre förslag varav två förslag med syfte att främja en hållbar livsmedelskonsumtion bland barn och unga.

- Förslag 1: Mer hållbara måltider i skolan. Förslaget syftar till en minskad miljöpåverkan från livsmedelskonsumtionen i skolan, samt att måltider som serveras i skolans lokaler är mer hälsomässigt hållbara. Förslaget handlar dels om att bredda skollagens reglering om skolmåltider till att även omfatta hållbarhet, utöver näringsriktighet, och dels om att föreslå att skollagens reglering av skolmåltiderna ska omfatta samtliga skolformer.
- Förslag 2: Riktlinjer för mer hållbar mat i skattefinansierade miljöer för barn och ungdomar. Förslaget syftar till en minskad miljöpåverkan av livsmedelskonsumtion. Förslaget handlar om att utfärda nationella riktlinjer och kriterier samt en nationell uppföljningsplan för maten som serveras i sådana skattefinansierade verksamheter som vänder sig till barn och unga såsom idrottshallar, simhallar, fritidsgårdar och kulturhus.

Information om miljömålsrådets årsrapport 2022 som inkluderar programområdenas förslag till regeringen:

[Miljömålsrådets årsrapport 2022 \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/press/2022/04/miljomalsradets-arsrapport-2022)

## En färdväg för hållbara livsmedelssystem

Sverige arrangerade under vintern och våren 2021 sju dialoger som en del av förberedelserna inför FN:s toppmöte om livsmedelssystem i september 2021. Dialogerna har resulterat i ett omfattande material och ligger till grund för den svenska färdvägen. I färdvägen har regeringen haft som ambition att gruppera och presentera de områden som varit mest återkommande i dialogerna, som kan spela en strategisk roll och som kan ge vidare effekter.

Sverige har gått med i tre av de koalitioner som har skapats genom toppmötet. Dessutom har Sverige beslutat gå med i ett USA-lett klimatinitiativ som inte är knutet till toppmötet men som är av relevans för arbetet med livsmedelssystem:

- Koalition om skolmat med målet att varje barn till 2030 har möjlighet att få tillgång till ett hälsosamt mål mat varje dag i skolan.
- Koalition om hälsosamma och hållbara dieter: fokus på konsumtionssidan och de utmaningar som finns kopplat till vad vi äter – undernäring, övervikt, brist på/begränsad tillgång till näringsriktig mat.
- Koalition om livsmedelsförluster och matsvinn (FLW): syftar till att genom ökad kunskap om FLW och dess orsaker ska leda till lämpliga insatser så att mer av livsmedelsproduktionen tillvaratas.
- Medverkan i Agriculture Innovation Mission for Climate (AIM for Climate) som syftar till att öka innovation och samarbete för ett klimatpositivt livsmedelssystem.

Information om färdvägen för hållbara livsmedelssystem:

[En färdväg för hållbara livsmedelssystem \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/press/nyheter/2021/05/en-fardvag-for-hallbara-livsmedelssystem)

## Nationell handlingsplan för att implementera den europeiska barngarantin

Den europeiska barngarantin (se sid 13) syftar till att förebygga och bekämpa social utestängning. Syftet med den nationella handlingsplanen är att implementera Barngarantin, så att alla behövande barn i Sverige får tillgång till de grundläggande samhällstjänster som barngarantin omfattar.

Två områden inom handlingsplanen har tydlig koppling till livsmedelskonsumtion:

Område 7: Förskola och barnomsorg, utbildning och skolbaserade aktiviteter, ett mål hälsosam mat per skoldag. Medlemsstaterna uppmanas att vidta följande åtgärder:

- Säkerställa minst ett mål hälsosam mat per skoldag.

Område 9: I syfte att garantera behövande barn faktisk tillgång till hälsosam mat, inbegripet genom EU:s skolprogram för frukt, grönsaker och mjölk, uppmanas medlemsstaterna att vidta följande åtgärder:

- Stödja tillgång till hälsosamma måltider även utanför skoldagarna, inbegripet genom icke-finansiellt bidrag eller ekonomiskt stöd.
- Säkerställa att näringsnormerna för förskoleverksamhet och barnomsorg och andra skolinrättningar uppfyller specifika näringsbehov.
- Begränsa reklamen för och tillgången på livsmedel med höga halter av fett, salt och socker i förskola och barnomsorg och andra skolinrättningar.
- Ge lämplig information till barn och familjer om hälsosam mat för barn.

Enligt barngarantin ska medlemsstaterna sätta upp kvalitativa och kvantitativa mål som ska ha uppnåtts till 2030. Om möjligt ska även delmål som ska ha nåtts till 2025 sättas upp. Rapportering sker till EU vartannat år.

Information om Sveriges handlingsplan för barngarantin:

[Nationell handlingsplan Barngarantin \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/press/nyheter/2021/05/nationell-handlingsplan-barngarantin)

## Nordiska strategier och mål

### Vår vision 2030

Nordiska ministerrådets vision: Norden ska vara världens mest hållbara och integrerade region 2030. Samarbetet i Nordiska ministerrådet ska bidra till att nå målet och till hjälp finns en handlingsplan som är godkänd av de nordiska samarbetsministrarna och gäller för perioden 2021-24. Handlingsplanen beskriver arbetet för att uppnå visionens mål genom en rad initiativ, som anknyter till visionens tre strategiska prioriteringar.



- Ett socialt hållbart Norden. Tillsammans ska vi främja en inkluderande, jämställd och sammanhängande region med gemensamma värderingar och stärkt kulturutbyte och välfärd.
- Ett grönt Norden. Tillsammans ska vi främja en grön omställning av våra samhällen och arbeta för koldioxidneutralitet och en hållbar cirkulär och biobaserad ekonomi.
- Ett konkurrenskraftigt Norden. Tillsammans ska vi främja grön tillväxt i Norden baserad på kunskap, innovation, mobilitet och digital integration.

Nordiska ministerrådet har 12 mål varav särskilt mål 3, 4, 9 och 10 har bäring på livsmedelskonsumtion.

Mål 3: Nordiska ministerrådet ska främja cirkulär och biobaserad ekonomi, hållbar och konkurrenskraftig produktion, hållbara livsmedelssystem samt resurseffektiva och giftfria kretslopp i Norden.

- Bidra till att underlätta och snabba på normaliseringen av hållbara livsstilar i Norden. Detta genomförs genom ett tvärgående initiativ kring hållbar livsstil med fokus på kunskapsunderlag, policyutveckling samt kommunikation kring beteende- och kulturförändring.
- Ta fram metoder för att utvärdera konsumtionens miljö- och klimateffekter. Detta ska stödja det nordiska arbetet med att ta fram bättre lösningar för att minska konsumtionsbaserad miljö- och klimatpåverkan.
- Utveckla den nordiska miljömärkningen Svanen. Genom denna satsning ska nordiska invånare lättare kunna välja miljö och klimatvänliga alternativ.
- Genomföra en satsning på utbildning om hållbar utveckling på alla utbildningsnivåer. Satsningen ska stärka lärarnas roll i samhället samt främja kunskap och färdigheter som bidrar till att barn och ungdomar är rustade för att skapa morgondagens hållbarare samhälle.
- Främja hälsosam och hållbar matkonsumtion, och innovation inom den nordiska livsmedelssektorn. Det innebär bland annat fortsatt arbete med initiativet Ny nordisk mat och att utveckla de nordiska näringsrekommendationerna. Arbetet ska även bidra till att minska avfall genom en effektiv och enhetlig datummärkning i hela Norden och genom att utveckla de nordiska näringsrekommendationerna.
- Bidra till debatter om hållbar utveckling och konsumentbeteenden i Norden och globalt.

Mål 4: Nordiska ministerrådet ska göra det mycket enklare och mer attraktivt för nordiska konsumenter att prioritera hälsosamma och miljö- och klimatvänliga val med en gemensam satsning på hållbar konsumtion.

Mål 9: Nordiska ministerrådet ska bidra till en god, jämställd och trygg hälsa och välfärd för alla.

Mål 10: Nordiska ministerrådet ska arbeta för att få med alla nordiska invånare i den gröna omställningen och den digitala utvecklingen, utnyttja potentialen i omställningen samt motverka att klyftorna i samhället ökar på grund av omställningen.

- Arbeta för en socialt hållbar grön omställning som inte ökar ojämlikheterna i det nordiska samhället. Arbetet syftar till att motverka socioekonomiska, kulturella och geografiska utmaningar kopplade till den gröna omställningen.
- Med hjälp av erfarenhetsutbyte och utveckling av nya metoder skapa verktyg för att nå majoriteten av de nordiska konsumenterna och göra hälsosamma och klimatvänliga matalternativ attraktiva för alla.

Information om handlingsplanen:

[Norden som världens mest hållbara och integrerade region. \(norden.org\)](http://norden.org)

## Strategier och mål inom EU

### EUs barnrättsstrategi

Den övergripande ambitionen med EUs barnrättsstrategi är att skapa bästa möjliga liv för barn inom Europeiska unionen och i resten av världen. Strategin syftar till att fullgöra det gemensamma ansvaret att förena krafterna för att respektera, skydda och uppfylla varje barns rättigheter och att tillsammans med barn bygga upp hälsosammare, motståndskraftiga, rättvisare och jämlika samhällen för alla. Det handlar om att säkerställa att barn kan förverkliga sin potential och spela en ledande roll i samhället – oavsett om det gäller att kämpa för rättvisa och jämlikhet, stärka demokratin eller driva på de gröna och digitala omställningarna.

Strategin har tagits fram för barn och tillsammans med barn. Över 10 000 barns åsikter och förslag har tagits i beaktande när strategin utarbetades. Inom ramen för strategin föreslås en rad riktade åtgärder inom sex tematiska områden som vart och ett definierar prioriteringarna för EU:s åtgärder de kommande åren. Detta kommer att stödjas med hjälp av en stärkt integrering av barns rättigheter i all relevant EU-politik.

I den andra riktade åtgärden Socioekonomisk inkludering, hälso- och sjukvård och utbildning: En union som bekämpar barnfattigdom och främjar inkluderande samhällen, hälso- och sjukvårdssystem och utbildningssystem som tar hänsyn till barnens behov ligger ett avsnitt benämnt: **Sunda matvanor, i kombination med regelbunden fysisk aktivitet, är avgörande för barns fullständiga fysiska och psykiska utveckling.** Nyckelåtgärder från Europeiska kommissionens sida inom detta område är:

- Se över regelverket för EU:s skolprogram i syfte att ändra inriktning mot hälsosamma och hållbart producerade livsmedel.
- Ta fram bästa praxis och en frivillig uppförandekod för att minska marknadsföringen på internet riktad mot barn om produkter med högt innehåll

av socker, fett och salt inom ramen för den gemensamma åtgärden om genomförande av validerad bästa praxis inom nutrition.

Kommissionen kommer att övervaka genomförandet av strategin på EU-nivå och på nationell nivå samt rapportera om framstegen vid det årliga europeiska forumet om barnets rättigheter. Barn kommer att ingå i övervakningen och utvärderingen, i synnerhet genom den framtida plattformen för barns deltagande. Strategins åtgärder kommer att anpassas vid behov.

Information om EUs barnrättsstrategi:

[EUs strategi för barnets rättigheter \(europa.eu\)](http://europa.eu)

### EUs barngaranti

Den europeiska barngarantin kompletterar EUs barnrättsstrategi (se sid 12) och kräver specifika åtgärder när det gäller barn som riskerar att drabbas av fattigdom eller social exkludering. Målet är att förebygga och bekämpa social utestängning. Detta ska ske genom att stödja medlemsstater i deras ansträngningar att garantera tillgång till grundläggande tjänster av hög kvalitet för behövande barn. De centrala tjänsterna inkluderar: förskoleverksamhet och barnomsorg, utbildning (inbegripet skolbaserade verksamheter), hälso- och sjukvård, mat och boende. Med behövande barn menas enligt rekommendationen personer under 18 år som riskerar fattigdom eller social exkludering. Det finns ett starkt samband mellan social exkludering av barn och bristande tillgång till grundläggande samhällstjänster. Sverige har tagit fram en nationell handlingsplan för att implementera den europeiska barngarantin, se sid 10.

Information om EUs barngaranti:

[EUs barngaranti \(europa.eu\)](http://europa.eu)

### EUs handlingsplan för barnfetma

Europeiska kommissionen beslutade 2014 om en handlingsplan mot barnfetma, med målet att stoppa ökningen av övervikt och fetma hos barn och ungdomar till 2020. Handlingsplanen har involverat flera aktörer, inklusive alla 28 medlemsstater, Europeiska kommissionen och det aktiva engagemanget från internationella organisationer som WHO. Handlingsplanen har baserats på åtta nyckelområden för åtgärder:

- Stödja en hälsosam start i livet
- Främja hälsosamma livsmiljöer – särskilt förskola och skola
- Hälsosamma val ska vara enkla val
- Begränsa marknadsföring och reklam riktad till barn
- Informera och stärka familjer
- Uppmuntra till fysisk aktivitet

- Kartlägga och utvärdera
- Öka forskningen på området

Handlingsplanen kommer nu att utvärderas inom ramen för EUs Beating cancer plan, se nedan.

Information om handlingsplanen för barnfetma:

[EUs handlingsplan för barnfetma 2014–2020 \(europa.eu\)](#)

[Europarådets slutsatser för att bromsa ökningen av antalet fall av övervikt och fetma hos barn \(europa.eu\)](#)

### EUs plan mot cancer

Målet med EUs plan mot cancer är att angripa sjukdomen i alla stadier. Planen är strukturerad runt fyra centrala åtgärdsområden: (1) förebyggande insatser, (2) tidig upptäckt, (3) diagnos och behandling, samt (4) livskvalitet hos patienter och de som överlevt sin cancer. Genomförandet av planen kommer att övervakas med hjälp av en färdplan och utvecklingsindikatorer. EU handlingsplan mot cancer kommer att utvärderas i slutet på 2024. Den ska även utvärdera och följa upp EUs handlingsplan för barnfetma, som löpte ut 2020, se ovan.

Hälsofrämjande livsmedelskonsumtion berörs främst inom Mål 3 Rädda liv genom bättre cancerprevention med delmålet 3.4 Bättre hälsofrämjande åtgärder genom tillgång till hälsosamma matvanor och fysisk aktivitet. Åtgärder under 3.4 är:

- Granskning av EU:s program för frukt, grönsaker och mjölk i skolan.
- Förslag om obligatorisk märkning av näringsinnehåll på framsidan av förpackningar.
- Kommissionens rapport om genomförandet av bestämmelserna i direktivet om audiovisuella medietjänster däribland sådana som innehåller kommersiella meddelanden om ohälsosamma livsmedel.
- Utveckla och genomföra vägledning om uppförandekoder för att minska marknadsföring av ohälsosamma livsmedel till barn, inklusive marknadsföring online genom bestämmelserna i direktivet om audiovisuella medietjänster och den gemensamma åtgärden om god praxis inom livsmedel (Best ReMap).
- Publicering av en studie som kartlägger skatteåtgärder och prisåtgärder mot socker, läskedrycker och alkoholhaltiga drycker.

Andra åtgärder som listas av relevans för livsmedelskonsumtion är:

- Ytterligare minskning av förekomsten av cancerframkallande främmande ämnen i livsmedel genom att fastställa maximihalter för fler av dessa främmande ämnen, 2021–2025.
- Stöd genom En hälsosam livsstil för alla för att främja en hälsosam livsstil för alla generationer, 2021–2023.

- Upprätta ett register över cancerrelaterad ojämlikhet med syftet att kartlägga trender inom cancerrelaterade nyckeldata som påvisar ojämlikhet mellan medlemsstater och regioner, 2021–2022.

Information om cancerplanen:

[EUs cancerplan \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&code=sdg-3-6-10)

### EU NCD initiative Healthier Together

Europeiska kommissionen har lanserat initiativet för att stödja EU-länder med att identifiera och genomföra effektiv politik och åtgärder för att minska bördan av icke-smittsamma sjukdomar (NCD). Initiativet ska ses som ett bredare komplement till EUs cancerplan (se sid 14). Initiativet utgörs av en verktygslåda med exempel på stödjande åtgärder såsom policyer och bästa praxis som valts ut av medlemsstaterna och intressenter. Verktygslådan innehåller även en kartläggning av juridiska och finansiella verktyg som kan användas för att genomföra dessa åtgärder.

Initiativet pågår under 2022-2027 och innehåller 5 fokusområden:

- Hälsans bestämningsfaktorer
- Diabetes
- Hjärtkärlsjukdom
- Kronisk luftvägssjukdom
- Psykisk hälsa och neurologiska sjukdomar

Initiativet främjar en holistisk och samordnad strategi för förebyggande och vård. Fokus är på hälsofrämjande och förebyggande av sjukdomar, och det finns två utpekade områden som rör livsmedelskonsumtion:

- Hälsosfaktorer område 5: Minska ohälsosamma matvanor, fysisk inaktivitet, övervikt och fetma i den allmänna befolkningen
- Hälsosfaktorer område 6: Minska ohälsosamma matvanor, fysisk inaktivitet, övervikt och fetma bland barn och ungdomar

Information om initiativet:

[EUs initiativ för att minska icke-smittsamma sjukdomar \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&code=sdg-3-6-10)

### EU Farm to Fork (Från jord till bord)

Målet med strategin, som också är en del av Europas gröna given, är att: Minska livsmedelssystemets miljö- och klimatpåverkan och stärka dess motståndskraft, trygga livsmedelsförsörjningen mot bakgrund av klimatförändringen och förlusten av biologisk mångfald, leda en global omställning till konkurrenskraftig hållbarhet från jord till bord samt utnyttja nya möjligheter.

I strategin uppmanas livsmedelsindustrin och detaljhandeln att göra hälsosamma och hållbart producerade livsmedel mer tillgängliga och överkomliga. I detta sammanhang kommer kommissionen revidera FIC-förordningen och föreslå en harmoniserad och obligatorisk näringsvärdesmärkning på förpackningar. Kommissionen kommer även att fastställa näringsprofiler som begränsar säljfrämjande åtgärder (genom närings- eller hälsopåståenden) för livsmedel med högt innehåll av fett, socker och salt. Syftet är att underlätta för konsumenten att göra välgrundade val av hälsosamma livsmedel. Förslagen väntas 4:e kvartalet 2024.

Kommissionen kommer att överväga alternativ för djurskyddsmärkning för att bättre överföra värde genom livsmedelskedjan. För detta ändamål kommer kommissionen att genomföra en extern studie som beräknas inledas första halvåret 2021.

Kommissionen kommer även utöka obligatorisk ursprungs- eller härkomstinformation för vissa produkter samt revidera reglerna för datummärkning ("använd senast" och "bäst före-datum")

- Säkerställa att livsmedelskedjan (inklusive livsmedelsproduktion, transport, distribution, saluföring och konsumtion) har en neutral eller positiv miljöpåverkan.
- Säkerställa en tryggad livsmedelsförsörjning, nutrition och folkhälsa genom att se till att alla har tillgång till tillräckligt med näringsrika och hållbart producerade livsmedel som uppfyller höga krav på säkerhet, kvalitet, växthälsa, djurhälsa och djurskydd, samtidigt som näringsbehov och livsmedelspreferenser tillgodoses.
- Se till att livsmedel fortsätter att vara överkomliga och samtidigt skapa rättvisare ekonomisk avkastning i leveranskedjan så att i slutändan de mest hållbart producerade livsmedlen också blir de mest överkomliga, främja konkurrenskraften bland EU:s leverantörer, främja rättvis handel och skapa nya affärsmöjligheter samt säkerställa den inre marknadens integritet och hälsa och säkerhet på arbetsplatsen.

Information om strategin Jord till bord:

[Farm to Fork Strategy \(europa.eu\)](https://european-council.europa.eu/media/eu-external-communication/en/press-summaries/Pages/2021-04-22-1.aspx)

EUs uppförandekod om ansvarsfull livsmedelsindustri och marknadsföring

Syftet med denna kod är att förena sig bakom en gemensam strävan mot hållbar mat genom att bjuda in företag av alla storlekar som är verksamma inom produktion, handel, bearbetning, marknadsföring, distribution och servering av mat, såväl som alla andra intressenter inom livsmedelssystemet, för att anpassa sig till denna gemensamma agenda och att bidra med konkreta åtgärder för att bidra till att uppnå de uppsatta målen. Koden ämnar förbättra hållbarheten i tre nivåer och med sju visioner med tillhörande mål och åtgärder inom områden som konsumtion,

livsmedelssvinn, klimatneutral och cirkulär livsmedelskedja, hållbar och inkluderande tillväxt samt hållbart nyttjande av resurser.

Den första visionen är att uppnå hälsosamma, balanserade och hållbara matvanor för alla europeiska konsumenter, och bidrar därigenom till att vända felnäring och matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar (NCD) i EU samt att minska det miljömässiga avtrycket av livsmedelskonsumtion till 2030. För den första visionen har följande två mål satts med tillhörande åtgärder.

Målsättning a) Förbättrade livsmedelskonsumtionsmönster i EU. Ska nås genom följande insatser:

- Uppmuntra ökad konsumtion av frukt och grönsaker, fullkornsflingor, fibrer, nötter och baljväxter, inklusive lokalt producerade sorter (t.ex. genom att öka tillgängligheten och/eller tillgången till dem).
- Tillhandahålla/främja mer hållbart producerade livsmedelsprodukter/måltider (t.ex. hållbart producerad ekologisk mat; högre djurskyddsstandarder; hållbart fiske, vattenbruk och algprodukter).
- Förbättra, där det är möjligt, näringsammansättningen och miljöavtrycket för livsmedelsprodukter/måltider, t.ex. genom produktreformulering och ny produktutveckling/innovation.
- Granska och/eller erbjuda ett urval av lämpliga portions- och förpackningsstorlekar som syftar till hållbar livsmedelskonsumtion.
- Främja konsumenternas medvetenhet om hälsosamma, balanserade och hållbara matvanor, inklusive hållbar livsmedelskonsumtion, som en del av en hälsosam och hållbar livsstil.

Målsättning b) En matmiljö som gör det lättare att välja hälsosam och hållbar mat. Ska nås genom följande insatser:

- Tillhandahålla transparent, frivillig produktinformation till konsumenter, t.ex. genom digitala medel.
- Tillämpa ansvarsfull matmarknadsföring och reklampraxis, t.ex. genom att följa själv- och samreglerande initiativ och standarder.
- Främja hälsosam och hållbar matsservering.
- Integrera hållbara metoder och hälsa på arbetsplatsen.
- Stöd lokala åtgärder för att förbättra tillgängligheten till/tillgången till hälsosam och hållbara mat för alla.

Information om handlingsplanen:

[EUs uppförandekod om ansvarsfull livsmedelsindustri och marknadsföring \(europa.eu\)](https://europa.eu/europa/en/food)

## EUs handlingsplan för den cirkulära ekonomin

Denna handlingsplan för den cirkulära ekonomin innehåller en framtidsinriktad agenda för att skapa ett renare och mer konkurrenskraftigt Europa i samarbete med de ekonomiska aktörerna, konsumenterna, allmänheten och det civila samhällets organisationer. Syftet är att påskynda de förändringar som krävs enligt den europeiska gröna given, genom att bygga vidare på de åtgärder för den cirkulära ekonomin som har vidtagits sedan 2015. I planen presenteras en rad initiativ som syftar till att skapa en stark och samstämmig ram för produktpolitiken där hållbara produkter, tjänster och affärsmodeller är normen och konsumtionsmönstren omvandlas så att det inte genereras något avfall. Handlingsplanen har identifierat sju viktiga produktvärdekedjor där Livsmedel, vatten och näringsämnen är en av dem.

Den cirkulära ekonomin kan avsevärt minska resursutvinningens och resursanvändningens negativa miljöpåverkan och bidra till att återställa biologisk mångfald och naturkapital i Europa. Följande åtgärder ska genomföras av kommissionen inom livsmedelsvärdekedjan:

- Sträva efter att säkerställa hållbarheten hos förnybara biobaserade material, bland annat genom åtgärder som följer av strategin och handlingsplanen för bioekonomi.
- I linje med målen för hållbar utveckling och inom ramen för den översyn av direktiv 2008/98/EG38 att föreslå ett mål för minskat livsmedelsavfall, som en central åtgärd inom EU:s kommande strategi ”från jord till bord”, där livsmedelsvärdekedjan kommer att ges stort utrymme.
- Överväga specifika åtgärder för en mer hållbar distribution och konsumtion av livsmedel.
- Främja vattenåteranvändning och vatteneffektivitet, även inom industriprocesser.
- Utarbeta en integrerad plan för hantering av näringsämnen,

Kommissionen kommer också att uppdatera uppföljningen av den cirkulära ekonomin. Nya indikatorer, som i så stor utsträckning som möjligt bygger på europeisk statistik, kommer att inriktas på fokusområdena i denna handlingsplan samt de inbördes kopplingarna mellan cirkularitet, klimatneutralitet och nollutsläppsmålet. Samtidigt kommer projekt inom ramen för Horisont Europa och Copernicusdata att förbättra metoderna för att mäta cirkularitet på flera nivåer som ännu inte mäts i den officiella statistiken. Indikatorer för resursanvändning, även konsumtion och materialavtryck för att ta hänsyn till materialkonsumtion och miljöpåverkan i samband med våra produktions- och konsumtionsmönster, kommer att utvecklas ytterligare.

Information om handlingsplanen:

[EUs handlingsplan för cirkulär ekonomi \(europa.eu\)](https://europa.eu/european-council/en/eu-action-plan-circular-economy)



## Strategier och mål inom FN och WHO

### Agenda 2030

Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling. Globala målen är integrerade och odelbara och balanserar de tre dimensionerna av hållbar utveckling: den ekonomiska, den sociala och den miljömässiga. I princip samtliga mål inom Agenda 2030 har bäring på livsmedelskonsumtion, eller där livsmedelskonsumtion har bäring på måluppfyllnad och utfall. Mål och delmål med direkt koppling till hållbar livsmedelskonsumtion listas nedan.

### Mål 2. Ingen hunger

Avskaffa hunger, uppnå tryggad livsmedelsförsörjning, uppnå en bättre kosthållning och främja ett hållbart jordbruk.

- Delmål 2.1 Tillgång till säker och näringsriktig mat för alla. Senast 2030 avskaffa hunger och garantera alla människor, i synnerhet de fattiga och människor i utsatta situationer, inklusive små barn, tillgång till tillräckligt med säker och näringsrik mat året om.
- Delmål 2.2 Utrota alla former av felnäring. Senast 2030 avskaffa alla former av felnäring, bland annat genom att senast 2025 nå de internationellt överenskomna målen i fråga om tillväxthämning och undervikt bland barn under fem år, samt tillgodose tonårsflickors, gravida och ammande kvinnors samt äldre personers näringsbehov.
- Delmål 2.4 Hållbar livsmedelsproduktion och motståndskraftiga jordbruksmetoder. Senast 2030 uppnå hållbara system för livsmedelsproduktion samt införa motståndskraftiga jordbruksmetoder som ökar produktiviteten och produktionen, som bidrar till att upprätthålla ekosystemen, som stärker förmågan till anpassning till klimatförändringar och andra katastrofer.

### Mål 3. God hälsa och välbefinnande

Säkerställ att alla kan leva ett hälsosamt liv och verka för alla människors välbefinnande i alla åldrar. Särskilt delmål 3.4 Minska antalet dödsfall till följd av icke-smittsamma sjukdomar och främja psykisk hälsa och välbefinnande. Till 2030 genom förebyggande insatser och behandling minska det antal människor som dör i förtid av icke-smittsamma sjukdomar med en tredjedel samt främja psykisk hälsa och välbefinnande.

### Mål 4. God utbildning för alla

Utbildning är en grundläggande mänsklig rättighet. Forskning visar att inkluderande utbildning av god kvalitet för alla är en av de viktigaste grunderna för välbefinnande, hälsa och jämställdhet i varje samhälle. Särskilt delmål 4.7 har koppling till livsmedelskonsumtion då det handlar om att senast 2030 säkerställa att alla studerande får de kunskaper och färdigheter som behövs för att främja en hållbar

utveckling, bland annat genom utbildning för hållbar utveckling och hållbara livsstilar.

#### Mål 12. Hållbar konsumtion och produktion

Omställning till en hållbar konsumtion och produktion av varor och tjänster är en nödvändighet för att minska negativ påverkan på klimat och miljö samt människors hälsa. En hållbar konsumtion och produktion innebär en effektiv användning av resurser, hänsyn till ekosystemtjänster som är nödvändiga för försörjningen samt minskad påverkan från farliga kemikalier. Detta innebär inte bara miljöfördelar utan även sociala och ekonomiska fördelar såsom ökad konkurrenskraft, näringslivsutveckling på en global marknad, ökad sysselsättning och förbättrad hälsa och därmed minskad fattigdom. Hållbara konsumtions- och produktionsmönster är därför även en förutsättning för att ställa om till en grön ekonomi och för en hållbar utveckling.

Hållbar konsumtion och produktion är en tvärgående fråga som kompletterar andra mål. För att ställa om till hållbara konsumtions- och produktionsmönster behövs en rad verktyg och åtgärder, på olika nivåer och genomförda av olika aktörer.

Utbildning är en viktig hörnsten. Genom utbildning kan människor förvärva värderingar, kunskaper och färdigheter som möjliggör för dem att bidra till en hållbar utveckling. En annan hörnsten är information. Tydlig och lättillgänglig information i form av bland annat miljömärkning, konsumentupplysningstjänster, produktinformation i butiker samt webbaserad information etc. möjliggör för konsumenterna och andra aktörer att göra ansvarsfulla och hållbara val av produkter och tjänster och att ställa om till mer hållbara livsstilar.

- Delmål 12.1 Implementera det tioåriga ramverket för hållbara konsumtions- och produktionsmönster.
- Delmål 12.3 Halvera matsvinnet i världen. Till 2030, halvera det globala matsvinnet per person i butik- och konsumentledet, och minska matsvinnet längs hela livsmedelskedjan, även förlusterna efter skörd.
- Delmål 12.7 Främja hållbara metoder för offentlig upphandling. Främja hållbara offentliga upphandlingsmetoder, i enlighet med nationell politik och nationella prioriteringar.
- Delmål 12.8 Öka allmänhetens kunskap om hållbara livsstilar. Senast 2030 säkerställa att människor överallt har den information och medvetenhet som behövs för en hållbar utveckling och livsstilar i harmoni med naturen.

Information om Agenda 2030:

[Globala målen – För hållbar utveckling \(globalamalen.se\)](https://www.globalsamalen.se/)

#### Sveriges genomförande av Agenda 2030

I propositionen 2019/20:188 presenterar regeringen inriktningen för arbetet med att genomföra Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling. Som ett led i arbetet föreslår regeringen ett övergripande mål som förankrar och tydliggör

Sveriges åtagande att genomföra Agenda 2030 för en hållbar utveckling i dess tre dimensioner genom att föra en samstämmig politik nationellt och internationellt. Genomförandet ska präglas av agendans princip att ingen ska lämnas utanför

Propositionen understryker att agendan ska integreras i ordinarie processer. Arbetet med att genomföra redan beslutade riksdagsbundna mål är avgörande för genomförandet av agendan.

Information om propositionen:

[Sveriges genomförande av Agenda 2030 \(regeringen.se\)](https://www.regeringen.se/press/2021/09/sveriges-genomforande-av-agenda-2030/)

### UN Food Systems Summit koalitioner

Som en följd av de nationella Food System Summit dialogerna 2021 har initiativ, allianser och koalitioner formats för att stödja arbetet med att främja visionen om mer inkluderande, motståndskraftiga, rättvisa och hållbara livsmedelssystem till 2030. Initiativen är utformade för att hjälpa till med övergången till framtida livsmedelssystem genom att underlätta tillgången till nätverk av erfarenhet och expertis, från lokalt till globalt, genom att:

- Uppmuntra anpassning och koherens.
- Samordna investeringar och kollektiva åtgärder.
- Mobilisera resurser, energi och politisk vilja.
- Ge stöd till lärande genom utbyte av kunskap, lektioner, bästa praxis och kapacitet.

Några exempel på relevanta koalitioner ur ett svenskt perspektiv listas nedan.

Information om samtliga koalitioner:

[Livsmedelssystem koalitioner \(unfoodsystemshub.org\)](https://unfoodsystemshub.org/)

School Meals Coalition: Nutrition, Health and Education for Every Child

Fokuserar på att förbättra kvaliteten och utöka omfattningen av skolmatsprogram globalt som en plattform för att nå samhällen. Koalitionen syftar till att koppla samman skolmåltider med hälsosam mat producerad av lokala bönder och ser skolmåltider som en del av sociala trygghetssystem. Vidare ser man att skolmaten kan ha en positiv effekt på att öka skolinskrivning och närvaro. Koalitionen lyfter även att många nationella skolmåltidsprogram försvann under covid19-pandemin och att de därför har som mål att återskapa dessa.

Information om koalitionen för skolmåltider:

[School Meals Coalition - A healthy meal every day for every child](https://www.schoolmealscoalition.org/)

## The Coalition of Action for Healthy Diets from Sustainable Food Systems for Children & All

Koalitionens vision är en värld där alla människor äter hälsosamt från hållbara livsmedelssystem. Arbetet utgår från att skapa förutsättningar för att hälsosam mat är tillgänglig, prisvärd och tillgänglig för alla, särskilt de som är mest utsatta för felnäring och de som lever under utsatta omständigheter. Det mätbara målet är att halvera andelen som inte har råd med en hälsosam kost samtidigt som maten produceras hållbart. Fokus ligger främst inom tre områden: felnäring i alla dess former, matosäkerhet, samt miljöpåverkan från livsmedelsproduktion.

För att uppnå detta avser koalitionen att inspirera, anpassa, mobilisera och stödja åtgärder på nationell och global nivå. Koalitionen föreslår en bredd av områden där åtgärder kan vidtas:

- Matförsörjningen. Åtgärder som ökar utbudet av livsmedel som behövs för att stödja hälsosamma matvanor från hållbara livsmedelssystem.
- Matmiljöer. Åtgärder för att stödja hälsosamma matvanor från hållbara livsmedelssystem genom att förbättra de institutionella, fysiska, pris- och informationsmiljöer där människor skaffar sin mat och den policy som formar dem.
- Värdera mat. Åtgärder för att motivera, stärka och göra det möjligt för alla, överallt, att kunna införskaffa, förbereda och äta hälsosam mat som produceras med miljömässigt hållbara metoder.

Information om koalitionen för hälsosam livsmedelskonsumtion från hållbara livsmedelssystem:

[The Coalition of Action on Healthy Diets from Sustainable Food Systems for Children and All \(HDSFS\) \(who.int\)](#)

## The True Value of Food Initiative

Huvudsyftet med True Value of Food-initiativet är att visa det sanna värdet av mat för beslutsfattare på alla nivåer samt för konsumenter genom att utveckla den ekonomiska grunden för beslutsfattande. Initiativet ämnar att:

- Skapa medvetenhet, förståelse och bygga kapacitet bland beslutsfattare på alla nivåer samt hos konsumenter om matens sanna värde och hur det kan användas för att förverkliga hållbara livsmedelssystem.
- Etablera ett gemensamt språk och harmoniserade vetenskapsbaserade metoder för matens verkliga värde.
- Identifiera lösningar som visar det sanna värdet och som fungerar i praktiken genom pilotprojekt och insatser tillsammans med investerare, regeringar och företag på global, regional och nationell nivå.
- Fortsätta att bygga metoder och genomföra analyser för att bedöma effekterna av förändringar i livsmedelssystemet och belysa avvägningar av olika alternativ.

Information om koalitionen:

[True Value of Food \(truevalueoffood.org\)](http://truevalueoffood.org)

### FAO Strategic Framework 2022–31

Det strategiska ramverket styrs av FAO:s vision och medlemmarnas tre globala mål. FAO:s vision är: *en värld fri från hunger och undernäring, där mat och jordbruk bidrar till att förbättra levnadsstandarden för alla, särskilt de fattigaste, på ett ekonomiskt, socialt och miljömässigt hållbart sätt.* Medlemmarnas tre globala mål är:

- Utrota hunger, osäkerhet i livsmedel och undernäring, successivt säkerställa en värld där människor hela tiden har tillräckligt med säker och näringsrik mat som motsvarar deras kostbehov och matpreferenser för ett aktivt och hälsosamt liv.
- Avskaffande av fattigdom och driva framåt ekonomiska och sociala framsteg för alla, med ökad livsmedelsproduktion, förbättrad landsbygdsutveckling och hållbara försörjningsmöjligheter.
- Hållbar förvaltning och användning av naturresurser, inklusive mark, vatten, luft, klimat och genetiska resurser till nytta för nuvarande och framtida generationer.

Det strategiska ramverket är i linje med Agenda 2030 och främjar omställning till mer effektiva, inkluderande, motståndskraftiga och hållbara jordbruks- livsmedelssystem inom fyra nivåer: bättre produktion, bättre näring, en bättre miljö och ett bättre liv. De fyra bättre (FAOs uttryck **The four betters**) återspeglar de sammanlänkade ekonomiska, sociala och miljömässiga dimensionerna av jordbruks- och livsmedelssystem och uppmuntrar ett strategiskt och systemorienterat tillvägagångssätt inom alla FAO-insatser.

**Bättre produktion:** Säkra hållbara konsumtions- och produktionsmönster, genom effektiva och inkluderande livsmedels- och jordbruksförsörjningskedjor på lokal, regional och global nivå, vilket säkerställer motståndskraftiga och hållbara jordbruk och livsmedelssystem i ett föränderligt klimat och miljö.

**Bättre näring:** Stoppa hungern, uppnå livsmedelssäkerhet och förbättrad näring i alla dess former, inklusive främjande av näringsrik mat och ökad tillgång till hälsosam kost.

**Bättre miljö:** Skydda, återställa och främja hållbar användning av terrestra och marina ekosystem och bekämpa klimatförändringar genom effektivare, inkluderande, motståndskraftiga och hållbara jordbruk och livsmedelssystem.

**Bättre liv:** Främja ekonomisk tillväxt för alla genom att minska ojämlikheter (stadsområden/landsbygdsområden, rika/fattiga länder, män/kvinnor)

För varje ”bättre” har FAO tagit fram prioriterade områden, för bättre näring inkluderar det:

- Hälsosam kost för alla
- Näring för de mest utsatta
- Säker mat för alla
- Minska matförluster och matsvinn
- Transparenta marknader och handel

Information om FAOs strategiska ramverk:

[Strategic Framework 2022-31 \(fao.org\)](https://www.fao.org/3/a/16202e.pdf)

### WHO global nutrition targets 2025

För att få till snabbare globala åtgärder behövs godkände Världshälsoförsamlingen en resolution 2012 en omfattande implementeringsplan för mödrars, spädbarns och småbarns näring, som specificerade sex globala näringsmål som senast 2025 syftar till att:

- Uppnå en 40 procents minskning av antalet barn under 5 år som drabbas av tillväxthämning.
- Uppnå en 50 procents minskning av anemi hos kvinnor i reproduktiv ålder.
- Uppnå en 30 procents minskning av låg födelsevikt.
- Se till att det inte sker någon ökning av övervikt i barndomen.
- Öka andelen exklusiv amning under de första 6 månaderna upp till minst 50 procent.
- Minska och bibehålla undernäring hos barn till mindre än 5 procent.

Åtgärder som ska vidtas för att öka en effektiv prioritering av interventioner bör omfatta både närings specifika och näringskänsliga investeringar i politiken, hälsosystem och samhällsnivåer, och genom en sektorsövergripande strategi för att uppnå målen. Länder ska utforma nationella mål som bidrar till uppnå de globala målen. För att bistå dem och för att kartlägga deras framsteg har WHO utvecklat ett webbaserat uppföljningsverktyg. Verktöget tillåter beslutsfattare och andra användare att utforska olika scenarier i samband med de framsteg som krävs för att möta de sex målen till 2025.

Information om de globala målen för nutrition:

[WHO global nutrition targets \(who.int\)](https://www.who.int/nutrition/global-targets)

### WHO European Food and Nutrition Action Plan 2015–2020

Avsikten med handlingsplanen var att minska bördan och att förebygga matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar, fetma och alla andra former av felnäring i WHO:s europeiska region. Dess prioriterade åtgärder syftade till att bidra till att förbättra förvaltningen av livsmedelssystemet och den övergripande

kvaliteten på våra matvanor och näringsstatus inom Europa regionens medlemsstater.

Vision: De negativa effekterna av förebyggbara matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar och felnäring i alla dess former – inklusive övervikt och fetma – har minskat och alla äter hälsosammare under hela livet.

Uppdrag: Att uppnå universell tillgång till överkomlig, balanserad, och hälsosam mat för alla medborgare i WHO:s europeiska region, samt jämlikhet och jämställdhet i våra matvanor genom en tvärspektoriell politik i linje med Hälsa2020.

Vägledande principer:

- Minska ojämlikheter i tillgång till hälsosam mat, enligt Hälsa2020.
- Säkerställa mänskliga rättigheter och rätten till mat.
- Stärka individer och samhällen genom hälsofrämjande miljöer.
- Främja en livsloppsstrategi.
- Använda evidensbaserade strategier.

Strategiskt mål: Att undvika förtida död och minska bördan av förebyggbara matrelaterade icke-smittsamma sjukdomar, fetma och alla andra former av felnäring som fortfarande är vanliga i WHO:s europeiska region, som är starkt påverkade av sociala bestämningsfaktorer för hälsa och har en djupgående negativ inverkan på välmående och livskvalitet.

Mål för handlingsplanen:

- Skapa hälsosamma mat- och dryckesmiljöer.
- Främja vinsterna med hälsosamma matvanor under hela livet, särskilt för de mest utsatta grupperna.
- Förstärk hälsosystemen för att främja hälsosamma matvanor.
- Stödja övervakning, utvärdering och forskning.
- Stärka styrning, allianser och nätverk för att säkerställa inställningen hälsa-i-alla-politikområden.

Information om handlingsplanen:

[European Food and Nutrition Action Plan 2015–2020 \(who.int\)](https://www.who.int/dietary-guidance/european-food-and-nutrition-action-plan-2015-2020)

### UNICEF Nutrition for every child 2020-2030

Vision: En värld där alla barn, ungdomar och kvinnor inser sin rätt till näring. Denna vision vägleds av konventionen om barnets rättigheter, som erkänner varje barns rätt till adekvat näring.

Mål för strategin är att skydda och främja matvanor, samt tjänster och metoder som stöder optimal näring, tillväxt och utveckling för alla barn, ungdomar och kvinnor.

Arbetet avser bidra till Agenda 2030 och särskilt för att säkerställa barns tillgång till näringsrik kost och att få slut på barns felnäring i alla dess former.

Strategin har identifierat behovet av ett systemtänk för att förbättra barns, ungdomars och kvinnors näringsstatus. Strategin bygger på att aktivera de fem systemen – mat, hälsa, vatten och sanitet, utbildning och socialt skydd – för att leverera näringsrik kost, grundläggande service och tjänster inom nutrition och insatser som främjar god näringsstatus till barn, ungdomar och kvinnor. Genom att synliggöra synergier mellan dessa fem system är målet att undvika stuprörstänk som att undernäring har enkla bestämningsfaktorer som verkar linjärt.

Mål för barn, ungdomar och kvinnor i såväl utvecklings- som humanitära sammanhang.

- Mål 1: Att förebygga felnäring, d.v.s. brist på mikronäringsämnen och övervikt i tidig barndom (d.v.s. de första fem år av livet).
- Mål 2: Att förebygga felnäring, brist på mikronäringsämnen och övervikt i medelbarnsåldern och tonåren (dvs. 5–19 år).
- Mål 3: Att förebygga felnäring, brist på mikronäringsämnen och övervikt hos kvinnor – särskilt under graviditet och amning – och för att förhindra låg födelsevikt hos nyfödda.
- Mål 4: Att säkerställa tidig upptäckt och behandling av tillväxthämning och andra former av livshotande akut undernäring i tidig barndom.

Information om UNICEFs strategi:

[UNICEF Nutrition Strategy 2020-2030.pdf](#)

### WHO Action Plan for the Prevention and Control of Non-communicable Diseases in the WHO European Region

WHOs handlingsplan löper under perioden 2016–2025 och bygger vidare på den tidigare strategin för förebyggande och kontroll av icke-smittsamma sjukdomar 2012–2016. Det övergripande målet för handlingsplanen är att undvika förtida död och minska sjukdomsburden från icke-smittsamma sjukdomar genom att vidta integrerade åtgärder, förbättra livskvaliteten och sträva efter att livslängden blir mer jämlik inom och mellan medlemsstaterna. Syftet är att vidta integrerade åtgärder för riskfaktorer och deras underliggande bestämningsfaktorer över flera sektorer, samt att stärka hälsosystemen för bättre förebyggande arbete och kontroll av NCDs.

Handlingsplanen har ett övergripande tillvägagångssätt som systematiskt integrerar politik och åtgärder för att minska ojämlikhet i hälsa och tackla NCD genom att:

- (1) Främja hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande program på befolkningsnivå; (2) aktivt rikta in sig på grupper och individer med hög risk; och (3) maximera befolkningstäckningen med effektiv behandling och vård.



Målsättningen är att uppnå 25 procents relativ minskning i förtida död från hjärt-kärlsjukdom, cancer, diabetes och konisk lungsjukdom mellan 2010 och 2025. Prioriterade insatser är framtagna för tre nivåer där de prioriterade insatserna på befolkningsnivå är:

- Främja hälsosam konsumtion genom skatte- och marknadsföringspolicier: tobak, alkohol och mat.
- Produktomformulering och förbättring: salt, fetter och sockerarter.
- Saltreduktion.
- Främja ett aktivt boende och rörlighet.
- Främja ren luft.

Information om handlingsplanen:

[Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases in the WHO European Region \(who.int\)](#)

#### WHO Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2013–2020

Målet med handlingsplanen är att minska den förebyggbara och undvikbara bördan av sjuklighet, dödlighet och funktionshinder på grund av icke-smittsamma sjukdomar genom multisektoriellt samarbete och samarbete på nationella, regionala och globala nivåer, så att befolkningen når de högsta möjliga standarderna för hälsa och produktivitet i varje ålder och att dessa sjukdomar inte längre är ett hinder för välbefinnande eller socioekonomisk utveckling.

Handlingsplanen ger medlemsstaterna, internationella parter och WHO en färdplan och förslag på policyalternativ som, när de genomförs mellan 2013 och 2020, kommer att bidra till framsteg mot nio globala NCD-mål som ska uppnås i 2025, inklusive en 25 procent relativ minskning av för tidig dödlighet från NCD till 2025. De nio målen är:

- En relativ minskning av risken för förtidig död med 25 procent av hjärt-kärlsjukdomar, cancer, diabetes eller kroniska andningssjukdomar.
- Minst 10 procent relativ minskning av den skadliga användningen av alkohol, i det nationella sammanhanget.
- En 10 procent relativ minskning av prevalensen av otillräcklig fysisk aktivitet.
- En 30 procent relativ minskning av det genomsnittliga befolkningsintaget av salt/natrium.
- En relativ minskning av prevalensen av nuvarande tobaksanvändning med 30 procent hos personer över 15 år.
- En 25 procent relativ minskning av förekomsten av förhöjt blodtryck eller att bromsa förekomsten av förhöjt blodtryck, enligt nationella förhållanden.
- Stoppa ökningen av diabetes och fetma.

- Minst 50 procent av berättigade personer får läkemedelsbehandling och rådgivning för att förhindra hjärtinfarkt och stroke.
- En 80 procent tillgänglighet av prisvärda bastekniker och väsentliga läkemedel, som krävs för att behandla större icke-smittsamma sjukdomar i både offentlig och privat vård.

WHO:s globala ramverk för övervakning (se nedan) kommer att följa genomförandet av den globala handlingsplanen genom övervakning och rapportering om uppfyllelse av de nio globala målen mot en baslinje från 2010.

Information om handlingsplanen och dess förlängning:

[Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases.pdf \(who.int\)](#)

[Diskussionsunderlag för handlingsplanens förlängning till 2030 \(who.int\)](#)

WHO Global monitoring framework

Ramverket består av nio globala mål för icke-smittsamma sjukdomar och 25 indikatorer och har antagits av medlemsstaterna under Världshälsoförsamlingen 2013, se ovan. Medlemsstaterna uppmuntrades att utveckla nationella mål och indikatorer som bygger på det globala ramverket.

Målen syftar till att bekämpa global dödlighet från de fyra huvudsakliga icke-smittsamma sjukdomarna, påskynda insatserna mot de ledande riskfaktorerna för dessa och stärka de nationella hälsosystemens insatser. Dödlighetsmålet – en 25 procent minskning av för tidig död i icke-smittsamma sjukdomar till 2025 – antogs redan av Världshälsoförsamlingen 2012.

Ramverket förväntas driva framsteg inom förebyggande och kontroll samt bidra med grund för opinionsbildning, öka medvetenheten, stärka politiskt engagemang och främja globala åtgärder. Ramverket kommer också att hjälpa till att forma en ny utvecklingsagenda som främjar de tre dimensionerna av hållbar utveckling: ekonomisk utveckling, miljömässig hållbarhet och social integration.

Information om ramverket för uppföljning:

[Global ncd surveillance monitoring framework \(who.int\)](#)

WHO recommendations for the prevention and management of obesity over the life course

Mål: Bromsa ökningen av fetma hos barn under 5 år, ungdomar och vuxna till år 2025 (mot en 2010 års baslinje). Motverka alla former av felnäring till år 2030 (mot en 2015 års baslinje). Uppnå tre procent eller lägre prevalens av övervikt hos barn under fem år till år 2030.

Delmål: Hos både vuxna och barn rekommenderar WHO att man minskar intaget av socker till mindre än tio procent av det totala energiintaget till 2030. Detta mål utgår från WHO:s riktlinjer för sockerintag hos vuxna och barn publicerad 2015.

Processmål om livsmedel att nå till 2030:

- Öka täckningen av primärvårdstjänster som inkluderar åtgärder som fokuserar på att förebygga, diagnostisera och behandla fetma hos barn och ungdomar
- Öka densiteten av professioner med kompetens inom nutrition och matvanor till en miniminivå på 10 stycken per 100 000 invånare (indikator i Global Nutrition Monitoring Framework och rapporteras i Nutrition Landscape Information System; baslinje 2016–2017: 2,2/100 000)
- Öka antalet länder som reglerar marknadsföring av livsmedel och alkoholfria drycker till barn (indikator i Global Nutrition Policy Review och NCD Country Capacity Survey; baslinje: 47 länder (Global databas om genomförandet av Nutrition Action))

Det föreslås även riktade åtgärder mot beslutsfattare på alla nivåer, mot andra samhällsaktörer inom olika sektorer, samt för WHO. Bland annat betydelsen av att ha ett livsloppsperspektiv och att hela samhället behöver bidra i arbetet. Man lyfter särskilt betydelsen av att öka tillgängligheten inkluderat den ekonomiska tillgängligheten till hälsosamma livsmedel, genom viktiga insatser och styrmedel som att främja hälsosamma matmiljöer, reglera marknadsföring av ohälsosamma livsmedel, utveckla märkning av livsmedel, reformulering av livsmedel, använda skatter och subventioner samt upphandling.

Information om målen och rekommendationerna:

[WHO acceleration plan to stop obesity \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight)

[Beslut om planen i Världshälsoförsamlingen 2022 \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight)

### UN Madrid International Plan of Action on Ageing

Madrids internationella handlingsplan för åldrande antogs i april 2002 och visionen är att bygga ett samhälle för alla åldrar. Ett av målen (*Issue 1: Goal 3*) handlar om livsmedelskonsumtion och om tillgång till mat och adekvat näring. Åtgärder inkluderar:

- Främja livslång hälsosam och adekvat näring från spädbarnsåldern, med särskild uppmärksamhet på att se till att specifika näringsbehov hos män och kvinnor under hela livet tillgodoses.
- Uppmuntra en balanserad kost för att ge tillräcklig energi och förebygga brist på makro- och mikronäringsämnen, helst baserad på lokala livsmedel genom att bland annat utveckla nationella mål kopplade till mat.

Information om handlingsplanen:

[Madrid Plan of Action and its Implementation \(un.org\)](https://www.un.org/development/desa/pa/2015/04/madrid-plan-of-action-on-ageing/)

## UN Decade of Healthy Ageing 2021-2030

Detta är den andra handlingsplanen baserad på den globala strategin för åldrande och hälsa (2016–2030) och bygger på United Nations Madrid International Plan of Action on Ageing (se ovan) samt är i linje med Agenda 2030 målen. Initiativet syftar till att möjliggöra lämpliga anpassningar och investeringar för att främja ett hälsosamt åldrande, inklusive integrerad vård- och omsorg och åldersvänliga miljöer. Detta inkluderar bättre hälsa och matvanor, färdigheter och kunskaper, social anslutning, personlig och ekonomisk säkerhet samt värdighet.

Åtgärder inkluderar att stärka program och tjänster för att förbättra hälsokompetens och förvaltning, samt öka möjligheterna till fysisk aktivitet, bra matvanor och munhälsa.

Information om initiativet:

[WHO's work on the UN Decade of Healthy Ageing \(2021-2030\)](#)

### WHO Global strategy oral health

Målet med strategin är att vägleda medlemsstaterna att utveckla nationella åtgärder för att främja munhälsa och stärka insatserna för orala sjukdomar samt understödja framtagandet av nationella mål och indikatorer för munhälsa. Senast 2023 kommer WHO att skapa en handlingsplan utifrån strategin inklusive struktur för övervakning/uppföljning med mätbara mål som ska uppnås till 2030. WHO avser att senast 2024 inkludera kostnadseffektiva, evidensbaserade interventioner.

Strategin lyfter fram att initiativ som berör bestämningsfaktorer uppströms kan vara kostnadseffektiva och ha en hög befolkningsräckvidd och stor effekt. Strategier för att minska intaget av fritt socker och användningen av tobak och alkohol inkluderar policyer, skatter och/eller reglering av pris, försäljning och reklam för ohälsosamma produkter. Politiska insatser inkluderar att skapa mer stödjande förutsättningar i nyckelmiljöer, såsom utbildningsmiljöer, skolor, arbetsplatser och vårdhem.

Information om strategin och planen för tandhälsa:

[Beslut om planen i Världshälsoförsamlingen 2022 \(who.int\)](#)



Folkhälsomyndigheten

# Bilaga 6. Enkät till nordiska länder om hållbar livsmedelskonsumtion

Den här bilagan tillhör rapporten *En hållbar och hälsosam livsmedelskonsumtion. Återredovisning av regeringsuppdrag*, artikelnummer 24004.

## Metod

Under våren 2022 tog Folkhälsomyndigheten i samverkan med Livsmedelsverket fram en enkät till nordiska myndigheter inom området folkhälsa eller livsmedel, som inkluderade frågor om hållbar livsmedelskonsumtion. Formuleringen av frågorna stämde av med enkätspecialist på Folkhälsomyndigheten. Totalt innehåller enkäten ett 30-tal frågor med möjlighet att lämna fritextsvar (se rubriken **Enkätfrågor**). Inbjudan med missiv (se rubriken **Missivbrevet**) och länk till webbenkäten skickades ut via epost till 12 kontaktpersoner på nio olika myndigheter i Finland, Norge, Island, Danmark samt på Färöarna (se tabell 1). Det var 11 som öppnade enkäten, men endast fem fullföljde samtliga frågor, två svarade delvis på enkäten och fem svarade inte på någon av frågorna. En av dem som inte fullföljde kompletterade sedan med underlag till Folkhälsomyndigheten via epost. Nedan följer en sammanställning av de inkomna svaren.

Tabell 1. Sammanställning av enkätsvaren.

Organisation	Land	Besvarat enkät	Har nationella mål	Har nationell strategi
Fødevarestyrelsen (FVST) (a)	Danmark	Ja	Ja	Ja, delvis
Heilsufrøðiliga starvsstovan (HFS)	Färöarna (DK)	Delvis	Nej	Nej
Matvælastofnun (MAST)	Island	Nej	-	-
Embætti landlæknis	Island	Ja	På gång	Ja
Mattilsynet	Norge	Delvis	Nej	På gång
Helsedirektoratet (b)	Norge	Ja	På gång	Nej
Folkehelseinstituttet (FHI)	Norge	Nej	-	-
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)	Finland	Ja	Ja	Ja
Ruokavirasto	Finland	Ja	På gång	På gång

(a) Förfrågan skickades till tre kontaktpersoner, (b) Förfrågan skickades till två kontaktpersoner

## Nationella mål, strategi eller handlingsplan för en hållbar livsmedelskonsumtion

Av de som svarade uppger två att de har nationella mål för hållbar livsmedelskonsumtion, det gäller Danmark och Finland (THL). Island, Norge samt Finland (Ruokavirasto) uppger att de arbetar med att ta fram mål.

Av de som svarade uppger två länder att de har en nationell strategi eller handlingsplan för hållbar livsmedelskonsumtion, det gäller Island och Finland

(THL). Danmark svarade att de delvis har det, då det under 2023 ska lanseras en handlingsplan för växtbaserade livsmedel som en del av regeringens arbete för att främja en grön omställning. Norges livsmedelverk (Mattilsynet) och Finlands livsmedelsverk (Ruokavirasto) uppger att de har en strategi på gång.

## Danmark

Danmark uppger att deras mål, som angivits i De officielle Kostråd (1), främst rör de hälso- och miljömässiga dimensionerna av hållbarhet. Kostråden är utvecklade av FVST och lanserades under 2021. Utvecklingsprocessen av kostråden inleddes 2020 och arbetet baserades på en evidensrapport (2). Dessutom ingick även evidensrapporten bakom deras tidigare kostråd (3), liksom de nordiska näringsrekommendationerna (4). Kostråden hjälper till att sätta riktningen för hälsosamma och mer hållbara matvanor i den danska befolkningen

Utvecklingsprocessen innefattade workshops och dialog med ett brett spektrum av intressenter, inklusive det danska ministeriet för livsmedel, jordbruk och fiske, och ministeriet för klimat, energi och försörjning, Sundhedsstyrelsen (den danska hälsomyndigheten), DTU Fødevareinstituttet (vid Danmarks tekniska universitet), konsumentorganisationer, icke-statliga organisationer samt livsmedels- och detaljhandeln.

Danmarks officiella kostråd:

- Ät växtrikt, varierat och inte för mycket.
- Ät mer grönsaker och frukt
- Ät mindre kött – välj baljväxter och fisk
- Ät mat med fullkorn
- Välj vegetabiliska oljor och magra mejeriprodukter
- Ät mindre söt, salt och fet mat
- Släck din törst med vatten

Förutom att främja de officiella kostråden fokuserar Danmark även på att främja ekologiskt jordbruk och livsmedelsproduktion samt ekologisk matkonsumtion, som tar särskild hänsyn till miljö, natur och djurskydd.

## Norge

Norge uppger att det inte finns tydliga nationella mål för hållbar livsmedelskonsumtion, förutom ett nationellt mål om att minska matsvinnet med 50 procent till 2030. Det finns ett kostråd om att begränsa intaget av rött och bearbetat kött och ha en huvudsakligen växtbaserad kost men detta är för närvarande endast utifrån hälsoaspekterna. Baserat på NNR 2022 förväntas det att de reviderade kostråden även i Norge kommer att vara mer baserade på hållbarhetsaspekter. I rapporten Klimakur från Miljødirektoratet nämns förändringar i livsmedelsproduktion och konsumtion och i synnerhet minskat intag

av kött och minskat matsvinn som viktiga åtgärds punkter för att minska utsläppen av växthusgaser (5).

Norge (Mattilsynet) uppger även att de inväntar NNR2022 för att utforma en egen nationell strategi.

## Island

Island uppger att de inte har mål och att kommer revidera sina kostråd när de nordiska näringsrekommendationerna uppdaterats.

I december 2020 presenterade Islands regering sin första omfattande livsmedelsstrategi (6, 7). Strategin syftar till att säkerställa livsmedelsförsörjning, hållbarhet och effektivitet, och sträcker sig till år 2030. Den innehåller åtgärder för att förbättra nationell livsmedelssäkerhet, konsumentskydd, marknadsföringsregler etc. Strategin fokuserar på fem specifika områden: värdeskapande, konsumenter, matsäkerhet, miljö och klimat, samt folkhälsa. Strategin implementeras av berörda departement och många aktörer är också involverade såsom den isländska livsmedels- och veterinärmyndigheten (MAST), Hälsodirektoratet (Embætti landlæknis), Islands universitet och olika livsmedelsproducenter. Island uppger att deras strategi inte är finansierad ännu.

Island har utvecklat indikatorer för att följa strategin så som övervakning av kostvanor, t.ex. olika typer av växtbaserade produkter och konsumtion av rött kött.

## Finland

Finland uppger att deras mål berör samtliga hållbarhetsdimensioner, att de är i linje med målen inom Agenda 2030 och att de har antagits av beslutsfattare. Finlands kommission för hållbar utveckling överlämnade till regeringen i februari 2022 en nationell färdplan för Agenda 2030 arbetet. Samtidigt förnyades den nationella strategin för hållbar utveckling så att den är i linje med färdplanen. Den nya strategin **Ett välmående Finland som tar globalt ansvar och tryggar naturens bärkraft** godkändes vid kommissionens möte den 10 mars 2022 (8). Denna strategi ersätter **Det samhälleliga åtagandet för hållbar utveckling** (se nedan) som har fungerat som nationell strategi för hållbar utveckling 2013–2022 (9).

Strategin utgörs av sex förändringsområden med visioner, förändringsmål samt en beskrivning av centrala åtgärder som gäller olika sektorer av samhället och som har en nyckelposition i genomförandet av förändringen. Områdena är:

- Trivselfrämjande ekonomi och arbete och hållbar konsumtion
- Kultur, kunnande och hållbara livsstilar
- Välbefinnande, hälsa och social delaktighet
- Hållbart energisystem
- Ett livsmedelssystem som främjar välbefinnande

- Användning av skog, vatten och mark som stärker mångfald och koldioxidneutralitet

Inom området **Ett livsmedelssystem som främjar välbefinnandet** fastställdes fem mål:

- Livsmedelssystemets negativa klimat- och miljöpåverkan har minskat och resurseffektiviteten ökat. Matsvinnet har halverats före 2030 (jmf år 2020).
- Livsmedelssystemet är lönsamt och konkurrenskraftigt. Stöd- och skattesystemet samt de offentliga upphandlingarna främjar en övergripande hållbarhet.
- Näringsrekommendationerna (10) följs och är i linje med hållbarhetsmålen. Matmiljön och speciellt offentliga måltider bidrar till att människor har en hållbar och hälsosam kost. Alla har möjlighet att äta bra med tanke på hälsan och miljön.
- Livsmedelssäkerhet och livsmedelstrygghet bygger på inhemsk produktion och inhemska resurser, såsom råvaror och energi. Livsmedelssystemet nyttjar produktions- och verksamhetsmiljö, inklusive vattenresurser på ett hållbart sätt.
- Forskning om och innovationer för ett hållbart livsmedelssystem stöds, och med hjälp av dessa förbättras också den globala livsmedelstryggheten.

När det gäller hållbar konsumtion är ett av målen att matkonsumtionen och konsumtionsvanorna blir mer hållbara, detta ska uppnås genom:

- Uppdatera näringsrekommendationerna med siktet inställt på en planetär kost, t.ex. mer konsumtion av grönsaker och mindre konsumtion av kött. De offentliga upphandlingarna har en betydande roll i genomförandet av näringsrekommendationerna. Vid upphandling bör lokala livsmedelssystem beaktas.
- Hållbarhetsmål och kriterier för offentliga måltidstjänster och upphandlingar av måltidstjänster uppdateras och bör användas i stor utsträckning. Även privata aktörer (bland annat restauranger) har en viktig roll när det gäller att främja hållbara måltider.
- Färdplanen för matsvinn genomförs och bidrar till att det svinn som konsumenterna åstadkommer minskar.
- Konsumenterna uppmuntras att bli aktiva aktörer. För att detta ska bli verklighet främjas undervisningen i huslig ekonomi, skolbespisningen samt konsument- och matundervisningen för barn och vuxna som en del av lärmiljöernas verksamhetskultur och rådgivning.
- Genom beskattning och prissättning kan konsumtionen styras i riktning mot hållbara val, som också är hälsosamma. Alla bör ha råd att äta hälsosam och hållbart producerad mat. Även hela matmiljön bör stödja hållbara och hälsosamma matvanor, t.ex. reklam för ohälsosamma livsmedel riktad till barn och placeringen av ohälsosamma produkter i butikerna bör uppmärksammas.



Strategin innehåller också fem genomgående principer: säkerställande av rättvisa, likabehandling och jämställdhet mellan könen, hela samhällets delaktighet och deltagande, beaktande av de som har det sämst ställt (Leave no one behind), säkerställande av långsiktighet och politisk konsekvens, samt bärande av globalt ansvar.

Strategin fungerar som en långsiktig målbild och som ett verktyg för politisk konsekvens i det strategi- och programarbete som olika förvaltningsområden och samhällsaktörer utför.

### Samhälleligt åtagande för hållbar utveckling

I stället för en traditionell strategi beslutade Finlands kommission för hållbar utveckling att 2013 utarbeta ett samhälleligt åtagande för hållbar utveckling, **En målbild för Finland 2050** (9). Genom åtagandet förbinder sig den offentliga förvaltningen tillsammans med andra aktörer att i allt sitt arbete och all sin verksamhet främja en hållbar utveckling. Åtagandet är ett viktigt verktyg för att genomföra FN:s Agenda 2030 och till grund för åtagandet ligger ett samförstånd om att en förändring är nödvändig.

Åtagandet innefattar överenskommelser om handlingsätt och mål som möjliggör ett gott liv både nu och för kommande generationer. För att de gemensamma målen ska nås kan företag, sammanslutningar, läroanstalter, förvaltningen, partier, städer och andra aktörer ingå egna åtgärdsåtaganden. Även privatpersoner kan ingå åtgärdsåtaganden. Åtgärdsåtagandena är inriktade på konkreta åtgärder, förändringar i verksamhetssätten och nyskapande försök som genomförs inom 5–10 år och som främjar de gemensamt överenskomna målen. Genom åtagandena kan man bidra till alla eller bara till en del av de gemensamma målen, både i Finland och internationellt. Genom att ingå ett åtgärdsåtagande deltar man samtidigt i det nationella genomförandet av Agenda 2030 för hållbar utveckling.

Situmus2050 är webbplatsen där organisationer, företag och privatpersoner kan synliggöra sina åtaganden för hållbar utveckling (11). Kommittén för hållbar utveckling och generalsekretariatet övervakar åtagandena och deras framsteg. Hittills har det ingåtts över 2 900 åtaganden på alla håll i det finska samhället. Tjänsten ska nu utvecklas och även användas vid genomförande av den nya hållbarhetsstrategin.

### Finlands nutritionsåtaganden

Ett av insatsområdena är inom nutrition och syftet är att hjälpa och uppmuntra livsmedelsföretagare och intressenter att förbättra den näringsmässiga kvaliteten på den finska kosten och att uppmuntra näringsmässigt ansvarsfulla metoder (12). Verktöget är målinriktat med mätbart engagemang för aktörer och företag att förbättra sitt eget näringsansvar. Visionen är att alla i Finland kan äta en kost som är i enlighet med de livsmedelsbaserade kostråden. Genom att göra åtaganden bidrar livsmedelsindustrins aktörer till att förverkliga de näringsrekommendationer som ställts av den offentliga förvaltningen.

Det övergripande målet för verktyget är att:

- Uppmuntra så många verksamhetsutövare som möjligt att agera och att göra nutrition till en central del av sitt arbete för att främja ansvarstagande och hållbar utveckling.
- Säkerställa att verksamhetsutövarna har ett verktyg för att planera och följa upp konkreta och mätbara aktiviteter som förbättrar kostens näringskvalitet och/eller främjar genomförandet av näringsrekommendationerna.
- Offentligt presentera näringsåtaganden där aktörernas näringsansvar synliggörs, fungera som exempel och motivera aktörer att införa förbättringar och skapa nya innovationer samt hjälpa grupper av konsumenter att göra kostval som är i enlighet med näringsrekommendationerna.

Ett nutritionsåtagande kan göras inom åtta olika innehållsområden där betydande förändringar bör uppnås enligt näringsrekommendationerna. Områdena kräver ett stort omställnings- och utvecklingsarbete för att förbättra befolkningens kostvanor. Åtaganden kan göras inom följande innehållsområden: Salt, kvaliteten på fetter, socker, grönsaker, bär och frukter, produkter för barn, portions- och förpackningsstorlekar, lunch (måltider och mellanmål), samt recept.

## Indikatorer för uppföljning av livsmedelskonsumtion

Av de som svarade på frågan om hur de mäter och följer upp livsmedelskonsumtionen idag så var det ingen som rapporterade att de har en indikator för direktkonsumtion. För uppföljning av de övriga indikatorerna, se tabell 2.

Tabell 2. Befintliga indikatorer för att följa livsmedelskonsumtion.

Organisation	Totalkonsumtion (a)	Livsmedelsförsäljning (b)	Konsumtion i grupper (c)	Insatser (d)	Matmiljö (e)	Andra (f)
Fødevarestyrelsen (FVST)	Nej	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Heilsufrøðiliga starvsstovan (HFS)	Ja	Nej	Ja	Nej	Nej	Ja
Embætti landlæknis	Nej	Ja	Ja	Ja	Nej	Nej
Helsedirektoratet	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja

(a) Den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion, (b) Livsmedel och drycker som säljs inom handeln totalt och uppdelat på produkter, (c) Underlag från kostundersökningar, enkäter eller undersökningar, (d) Insatser som har till syfte att påverka livsmedelskonsumtion, (e) Matmiljön som en bestämningsfaktor för livsmedelskonsumtion, (f) Andra bestämningsfaktorer för livsmedelskonsumtion.

Island rapporterade att i hälsofrämjande projekt, i samhällen, på arbetsplatser och i skolor, finns det checklistor för olika områden som behöver fyllas i (näring, fysisk aktivitet, psykisk hälsa, alkohol- och tobaksanvändning etc.).

Norge rapporterade att livsmedelskonsumtionen bedöms på olika nivåer med en mängd olika metoder och presenteras i årsredovisningen Utvikling i norsk kosthold (13).

Finland rapporterar att de även följer näringskvalitetsindikatorer (salt, socker, totalt och mättat fett, kostfiber). De uppger att även barns och ungdomars matkonsumtion bör studeras och följas. Utöver detta har Finlands regering tagit fram indikatorer för alla hållbarhetsmål inom Agenda 2030 och de rapporteras vartannat år sedan 2019.

Danmark rapporterar att de kontinuerligt initierar olika övervakningsprojekt av större och mindre skala. Projekten varierar från år till år beroende på vilka möjligheter och behov de har för uppföljning.

## Indikatorer för insatser för en hållbar livsmedelskonsumtion

På frågan om de hade utvecklat någon indikator för att följa upp insatser för en hållbar livsmedelskonsumtion var det endast Island som svarade att de har det med nationell kostundersökning, uppföljning och checklistor.

I Danmark, Norge och Finland är det ett arbete som pågår. Norge hänvisade till två pågående projekt, det ena är ett verktyg för att beräkna sitt klimatavtryck från livsmedelskonsumtion (14). Det andra är ett stöd till kommuner som vill minska sitt utsläpp av klimatgaser och bidra till omställningen, där mat är ett fokusområde som de kan få bidrag för (15).

## Kunskapsunderlag och vägledning om matmiljöer eller offentliga måltider

När det gäller nyligen framtagna kunskapsunderlag är det endast Danmark som svarade att de har det. Det är det danska Livsmedelsinstitutet (DTU) som har tagit fram en kunskapsbas för riktlinjer för måltider på förskolor, skolor och arbetsplatser (16).

Finland (THL) och Norge uppger att det är ett arbete som pågår, där Norge specificerade att de även arbetar med att ta fram indikatorer för att bedöma aspekter av matmiljön.

När det gäller vägledning är det Danmark och Norge som tagit fram vägledning. Danmark lanserade i januari 2022 nya kostråd för måltider som serveras på förskolor, skolor och arbetsplatser (både i offentliga och privata institutioner) (17). Finland (THL) uppger att det är ett arbete som pågår och att utöver gratis skolmåltider utvecklar de nu även ett system för hälsosam frukost och mellanmål i skolorna.

## Kunskapsunderlag om styrmedel för hållbar livsmedelskonsumtion

På frågan om de nyligen tagit fram kunskapsunderlag om styrmedel är det endast Danmark som har gjort det. Underlaget innehåller förslag på minimikriterier för grön offentlig livsmedelsupphandling (18, 19).

Finland (THL) uppger att det är ett arbete som pågår.

## Styrmedel eller åtgärder som styr mot en hållbar livsmedelskonsumtion

När det gäller matmiljö uppger Danmark, Island och Norge att de infört styrmedel eller åtgärder. Island uppger att de tagit fram riktlinjer för skolmatsalar angående tillgång på matvaror och matsvinn. Det finns också en handlingsplan som föreslår lägre priser för hälsosamma produkter som frukt och grönsaker som ännu inte har implementerats.

När det gäller offentliga måltider är det endast Norge och Danmark som uppger att de infört styrmedel eller åtgärder. Norge uppger att regeringen arbetar med att utveckla ett gratis skolmatsprogram. För närvarande subventionerar Norge skolfrukt, grönsaker samt skolmjölk. Danmark är med i EU:s skolfruktsprogram och arbetar för att främja hälsosam och klimatvänlig mat i till exempel förskolor, skolor och statliga arbetsplatsmatsalar. I Danmark arbetar de även för att främja ekologi i professionella kök, inklusive i statliga organisationer. Hälsosam och klimatvänlig mat, inklusive fokus på ekologi, är centralt i Danmarks arbete för att främja hälsosam och hållbar matkonsumtion. De hänvisar till att forskning visar att ekologisk omstrukturering av professionella kök ofta skapar en hälsosammare och mer klimatvänlig meny med mer grönsaker, mindre kött och mindre matsvinn.

På frågan om de har planer på, alt. utreder möjligheten, att införa styrmedel eller åtgärder som styr mot en hållbar livsmedelskonsumtion svarar Danmark, Norge och Finland att de gör det, både i relation till matmiljöer och offentliga måltider. Danmark har till exempel tagit fram rekommendationer för minimikriterier för hållbar upphandling av livsmedel i offentlig sektor samt alternativ för att erbjuda växtbaserade måltider i offentliga kök.

THL rapporterar även att Finland implementerar Health In All Policies som en del av WHO:s handlingsplaner och att det pågår mycket forskning där olika sektorer samarbetar. I Finland är kommunerna viktiga intressenter för att främja hållbar hälsa och finansieringen kommer från kommunala skatter. Finland deltar även aktivt i FN:s Food System Summit-koalitioner, särskilt när det gäller åtgärder inom One Health, skolmåltider och hållbar mark.

## Referenser

41. Fødevarestyrelsen. De officielle Kostråd - godt for sundhed og klima. 2021 [citerad 8 november 2022]. Hämtad från: <https://altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/de-officielle-kostraad/>.
42. DTU Fødevareinstituttet. Råd om bæredygtig sund kost. Fagligt grundlag for et supplement til De officielle Kostråd. 2020. Hämtad från: <https://www.food.dtu.dk/english/-/media/Institutter/Foedevareinstituttet/Publikationer/Pub-2020/Rapport-Raad-om-baeredygtig-kost.ashx?la=da&hash=E3D5BD3F878A3C25C3DB48FD914A0AF7A55E8239>.
43. Tetens I, Andersen LB, Astrup A, Gondolf UH, Hermansen K, Uhre Jakobsen M, et al. Evidensgrundlaget for danske råd om kost og fysisk aktivitet. DTU Fødevareinstituttet; 2013. Hämtad från: <https://orbit.dtu.dk/en/publications/evidensgrundlaget-for-danske-r%C3%A5d-om-kost-og-fysisk-aktivitet>.
44. Nordic Council of Ministers. Nordic Nutrition Recommendations 2012. Integrating nutrition and physical activity. 2014. Contract No.: 2014:002. Hämtad från: <http://dx.doi.org/10.6027/Nord2014-002>.
45. Miljødirektoratet, Statens vegvesen, Kystverket, Landbruksdirektoratet, Norges vassdrags- og energidirektorat, Enova. Klimakur 2030. Tilltag och virkemidler. 2020. Contract No.: M-1625 | 2020. Hämtad från: <https://www.miljodirektoratet.no/klimakur>.
46. Selten M. Iceland Launches its First Comprehensive Food Policy. 2021. IC2021-0002. Hämtad från: [https://apps.fas.usda.gov/newgainapi/api/Report/DownloadReportByFileName?fileName=Iceland%20Launches%20its%20First%20Comprehensive%20Food%20Policy%20The%20Hague\\_Iceland\\_01-23-2021](https://apps.fas.usda.gov/newgainapi/api/Report/DownloadReportByFileName?fileName=Iceland%20Launches%20its%20First%20Comprehensive%20Food%20Policy%20The%20Hague_Iceland_01-23-2021).
47. Stjórnarráð Íslands. Matarauðlindin Ísland. Matvælastefna Íslands til ársins 2030. 2020. Hämtad från: [https://www.stjornarradid.is/library/01--Frettatengt---myndir-og-skrar/ANR/KThJ/Matv%c3%a6lastefna\\_v17.pdf](https://www.stjornarradid.is/library/01--Frettatengt---myndir-og-skrar/ANR/KThJ/Matv%c3%a6lastefna_v17.pdf).
48. Finlands kommission för hållbar utveckling. Strategi för 2022–2030 utarbetad av kommissionen för hållbar utveckling. Ett välmående Finland som tar globalt ansvar och tryggar naturens bärkraft. 2022. 2022:11. Hämtad från: [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164156/VNK\\_2022\\_11.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164156/VNK_2022_11.pdf?sequence=4&isAllowed=y).
49. Finlands kommission för hållbar utveckling. En målbild för Finland 2050 – Samhälleligt åtagande för hållbar utveckling 2016. Hämtad från: <https://kestavakehitys.fi/sv/samhalleligt-atagande>.
50. Ruokavirasto. Hållbar mat på tallriken. 2019 [citerad 20 december 2022]. Hämtad från: <https://www.ruokavirasto.fi/sv/livsmedel3/halsoframjande-kost/hallbar-mat-pa-tallriken/>.

51. Finlands kommission för hållbar utveckling. Sitoumus 2050. [citerad 15 november 2022]. Hämtad från: [https://sitoumus2050.fi/sv/koti#/.](https://sitoumus2050.fi/sv/koti#/)
52. Ruokavirasto. Nutrition commitment. [citerad 6 oktober 2022]. Hämtad från: [https://www.ruokavirasto.fi/en/foodstuffs/healthy-diet/nutrition-commitment/.](https://www.ruokavirasto.fi/en/foodstuffs/healthy-diet/nutrition-commitment/)
53. Helsedirektoratet. Utviklingen i norsk kosthold. Matforsyningsstatistikk. 2022. IS-3061. Hämtad från: [https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold.](https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold)
54. DFØ. Klimakalkulator for matanskaffelser. [citerad 6 oktober 2022]. Hämtad från: [https://anskaffelser.no/verktoy/analyseverktoy/klimakalkulator-matanskaffelser.](https://anskaffelser.no/verktoy/analyseverktoy/klimakalkulator-matanskaffelser)
55. Miljødirektoratet. Klimasats – støtte til klimatiltak. [citerad 6 oktober 2022].
56. DTU Fødevareinstituttet. NOTAT - Fagligt grundlag for kostråd til måltider – i daginstitutioner, skoler, uddannelsesinstitutioner og arbejdspladser. 2023. Hämtad från: <https://www.food.dtu.dk/-/media/institutter/foedevareinstituttet/publikationer/pub-2022/notat-om-fagligt-grundlag-for-kostraad-til-professionelle-koekkener.pdf>
57. Fødevarestyrelsen. Kostråd til Måltider. 2022 [citerad 6 oktober 2022].
58. DTU Fødevareinstituttet. Fagligt grundlag for bæredygtige offentlige fødevarerindkøb. 2022 [citerad 6 oktober 2022]. Hämtad från: [https://www.food.dtu.dk/nyheder/nyhed?id=30a2e5aa-1fde-4a09-afbb-d155bf0776c8.](https://www.food.dtu.dk/nyheder/nyhed?id=30a2e5aa-1fde-4a09-afbb-d155bf0776c8)
59. DTU Fødevareinstituttet. Bæredygtige offentlige fødevarerindkøb - status og perspektiver. 2022. Hämtad från: [https://www.food.dtu.dk/-/media/institutter/foedevareinstituttet/publikationer/pub-2022/2022\\_rapport\\_baeredygtige\\_offentlige\\_indkoeb.pdf?la=da&hash=4C8F1A0C5F7CCD6DB8AEC7367A8C3377B0C196.](https://www.food.dtu.dk/-/media/institutter/foedevareinstituttet/publikationer/pub-2022/2022_rapport_baeredygtige_offentlige_indkoeb.pdf?la=da&hash=4C8F1A0C5F7CCD6DB8AEC7367A8C3377B0C196)

## Missivbrevet

Dear [contact]

Hereby we invite you to participate in a web survey about governmental steering to reach sustainable food consumption. The Swedish Food Agency and the Public Health Agency of Sweden have a joint governmental assignment to develop national goals for sustainable and healthy food consumption, and to give suggestions of action areas for implementation, as well as indicators for monitoring and follow-up.

We are therefore interested in knowing more about how you, fellow Nordic countries, work with these issues and of your experience.

The survey involves questions about whether you have national goals and/or strategies regarding sustainable food consumption. It also includes questions about monitoring the work or outcomes, as well as ongoing knowledge compilation within the area of sustainable food consumption. We are especially interested in planned or implemented actions regarding the food environment, tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes meals and monitoring of the same.

Your contribution will be part of a larger knowledge acquisition to form our final suggestions to the Swedish government in 2024.

You may need to collect information from colleagues, other experts or actors, therefore it is difficult to estimate the time needed for completing the survey.

We kindly ask to have your answers by the 26th of August at the latest.

Click here to answer the survey.

Link to survey:

<https://reply.surveymethods.com/go.aspx?u=47603iKjUdYWDF4ZPB6He1>

If you have questions about the survey contact My Almqvist rumi@fohm.se or +46 10-205 22 91

Thank you for your contribution and co-operation.

Lena Hansson project manager Public Health Agency of Sweden

Karin Fritz project manager Swedish Food Agency

## Enkätfrågor

### Fråga 1.

Do you have national goals for sustainable food consumption?

- Yes
- No
- Work in progress

### Fråga 2.

Please describe the goals

### Fråga 3.

Describe the content of the work in progress

### Fråga 4.

What dimensions of sustainability are included in the goals?

- Environmental
- Economic
- Social (including health)

### Fråga 5.

Have the goals been adopted by policymakers?

- Yes, all of them
- Yes, some of them
- None of them

### Fråga 6.

Feel free to leave comments and further descriptions concerning national goals for sustainable food consumption. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

### Fråga 7.

Do you have a national strategy or action plan for sustainable food consumption?

- Yes, on population level
- Yes, for specific groups in the population
- No
- Work in progress

### Fråga 8.

Describe which groups



**Fråga 9.**

Describe the work in progress

**Fråga 10.**

How is the work with the strategy or action plan financed?

**Fråga 11.**

How is the strategy or action plan implemented in society and by which stakeholders? (For example a public health strategist in the municipality...)

**Fråga 12.**

How do the stakeholders finance the implementation of the strategy or action plan?

**Fråga 13.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning the work with a national strategy or action plan for sustainable food consumption. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 14.**

Have you developed indicators in order to follow up the goals or the strategy?

- Yes
- No
- Work in progress

**Fråga 15.**

Please state which indicators are used or selected

**Fråga 16.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning indicators in order to follow the goals or the strategy. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 17.**

Do you use any of the following indicators to follow up food consumption today:

a) Total consumption (the total consumption of different raw products for human consumption)

- Yes
- No

b) Direct consumption (the total delivery of food from producers to private households, commercial kitchens, and expenditures)

- Yes

- No

c) Food sales (food and beverages sold in trade in total and broken down by products)

- Yes
- No

d) Food consumption in different population groups (dietary surveys)

- Yes
- No

**Fråga 18.**

Do you assess or have indicators for the following:

a) Actions aimed at influencing food consumption

- Yes
- No

b) The food environment as a determinant of food consumption

- Yes
- No

c) Other determinants of food consumption

- Yes
- No

**Fråga 19.**

Do you assess any other indicators or outcomes?

**Fråga 20.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning indicators to follow up food consumption. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se.

**Fråga 21.**

Have you developed indicators in order to follow up actions for sustainable food consumption?

- Yes
- No
- Work in progress

**Fråga 22.**

Please state which indicators are used or selected for actions regarding sustainable food consumption

**Fråga 23.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning indicators in order to follow up actions for sustainable food consumption. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 24.**

Have you recently developed a knowledge base for food environments or tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes?

- Yes
- No
- Work in progress

**Fråga 25.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning a knowledge base for food environments or tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 26.**

Have you recently developed guidance about food environments or tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes?

- Yes
- No
- Work in progress

**Fråga 27.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning guidance about food environments or tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 28.**

Have you recently developed a knowledge base for policy instruments for sustainable food consumption?

- Yes
- No
- Work in progress

**Fråga 29.**

Feel free to leave comments and further descriptions a knowledge base for policy instruments for sustainable food consumption. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 30.**

Have you introduced policy instruments or other measures relating to:

a) Food environments

- Yes
- No

b) Tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes

- Yes
- No

c) Other areas towards a sustainable food consumption

- Yes
- No

**Fråga 31.**

Please indicate which instruments and measures you have introduced

**Fråga 32.**

Feel free to leave comments and further descriptions concerning policy instruments or other measures. Please link to documents or send them separately to rumi@fohm.se

**Fråga 33.**

Are there any plans to introduce, or are you investigating the possibility of introducing, policy instruments or other measures in relation to:

a) Food environments

- Yes
- No

b) Tax-financed meals in school, hospitals and nursing homes

- Yes
- No

c) Other areas towards a sustainable food consumption

- Yes
- No

**Fråga 34.**

If yes on "Other areas...", please describe

**Fråga 35.**

Feel free to state which policy instruments you are investigating or planning to introduce

**Fråga 36.**

Feel free to leave comments and further descriptions. Please link to documents or send them separately to [rumi@fohm.se](mailto:rumi@fohm.se)



Folkhälsomyndigheten

## Bilaga 7. Hantering av inspel på mål och delmål

Om du önskar ta del av bilagan kan du skicka e-post till [registrator@slv.se](mailto:registrator@slv.se).

Uppge att du önskar ta del av ”Sammanställning av inspel till mål och delmål samt hantering ” med ärendenummer 2021/01867-30.

