

Folketingets Sundhedsudvalg

18 APR. 2006

Dato:  
Kontor: Kommunal sundhed  
J.nr.: 2005-10333-204

MODTAGET



18 APR. 2006 13<sup>45</sup>

Den Centrale Indlevering

Sagsbeh.: des  
Fil-navn: spmfraft.spm.289.grønbog

- . / . Vedlagt fremsendes i 5 eksemplarer til besvarelse af spørgsmål nr. 289, (Alm. del), som Folketingets Sundhedsudvalg har stillet til indenrigs- og sundhedsministeren den 13. marts 2006/kopi af de to høringssvar Sundhedsstyrelsen har modtaget.

Med venlig hilsen

  
Lars Løkke Rasmussen /   
Dorthe Eberhardt Søndergaard

# Haven

Det Danske Haveselskab

Jægersborgvej 47  
DK-2800 Kgs. Lyngbytel. +45 4593 6000  
fax +45 4593 6647

cvr-nr. 34486018

[www.haveselskab.dk](http://www.haveselskab.dk)**Sundhedsstyrelsen**Ulla Hølund og Karen Lorenzen  
Center for forebyggelse  
Islands Brygge 67  
2300 København S

Den 8. marts 2006

**Høringssvar vedr. Grønbog**

Det Danske Haveselskab fremsender hermed høringssvar vedr. EU-kommissionens Grønbog "Fremme af sunde kostvaner og fysisk aktivitet – En europæisk dimension i forebyggelsen af overvægt, fedme og kroniske sygdomme".

Det Danske Haveselskab er en interesseorganisation med 52.000, hvor medlemmernes alder klart hælder mod 50 + gruppen.

Kommunikationen til medlemmerne sker primært gennem magasinet HAVEN, der udkommer 11 gange om året og læsertallet er 360.000. Endvidere har haveselskabet en hjemmeside [www.HAVEN.dk](http://www.HAVEN.dk).

**Havearbejde mod overvægt**

Overvægt/fedme blandt midaldrende og ældre danskere er en alvorlig årsag til forringet livskvalitet og sygdomme. For mange er det en stor overvindelse at komme i gang med motion i et motionscenter el.lign., derfor foreslår Det Danske Haveselskab, at der sættes fokus på haven som et sted, hvor man kommer i bevægelse og lægger sin livsstil om på en attraktiv måde. Begrundelsen er:

- at haven ligger lige udenfor døren, så det er let at komme i gang når som helst, det passer den enkelte.
- at det er let at tilpasse aktiviteten til den enkeltes tid og kræfter.
- at aktiviteterne foregår udendørs i lys og frisk luft, der tillige modvirker depression.

- at aktiviteter i haven udover motion giver mange sidegevinster fx glæden ved at dyrke planter måske grønsager, iagttage fugle-, insektliv m.m.
- at målgruppen er stor da mange danskere over 50 år bor i hus med have, så en indsats vil kunne gavne mange.
- at haveoplevelser både kan være for den enkelte og noget man deler med andre.
- at der i 50+ gruppen findes mange haveinteresserede.

Der mangler klar videnskabelig dokumentation for, at havearbejde kan modvirke overvægt, samt målinger af hvor meget energi, der bruges ved forskellige aktiviteter.

Endelig vil der være behov for at kommunikere dette budskab ud og gøre "havemotion" til et spændende nyt felt for 50 + gruppen.

Med venlig hilsen



Else Mikkelsen  
Direktør  
Det Danske Haveselskab



Europa-Kommissionen  
GD f. Sundhed og Forbrugerbeskyttelse  
Kontor C4 – Sundhedsdelegerationer  
L-2920 Luxembourg

via email: [SANCO-C4-NUTRITIONGREENPAPER@cec.eu.int](mailto:SANCO-C4-NUTRITIONGREENPAPER@cec.eu.int)

14. marts 2006  
ref.: ISB

**Vedr. høring EU-Kommissionens grønbog om "Fremme af sunde kostvaner og fysisk aktivitet – En europæisk dimension i forebyggelsen af overvægt, fedme og kroniske sygdomme"**

Friluftsrådet hilser velkommen, at EU-Kommissionen med denne grønbog påtager sig et ansvar for en bred høring med henblik på at samle initiativer samme til fælles indsatser for en bedre sundhed i EU.

**Generelle betragtninger**

Friluftsrådets anledning til at kommentere grønbogen er først og fremmest, at vi er paraplyorganisation for mere end 90 organisationer med interesse i friluftsliv, undervisning, natur og miljø.

Friluftsrådets formål har siden stiftelsen i 1942 bestået af tre led:

- Friluftsrådet skal opmuntre til friluftsliv og styrke gode muligheder for at kunne dyrke friluftsliv.
- Det er samtidig Rådets formål at varetage ikke bare medlemmernes interesser, men også den almene, ikke-organiserede del af befolkningen.
- Og endelig skal vi rådgive myndighederne på sager og emner, der berører os og vore organisationer.

Dette høringssvar er ikke udtryk for alle 93 organisationers holdning, men bygger på erfaringer og viden, indsamlet gennem Rådets mange netværk, tidligere høringssvar i lignende sager m.v.

Grønbogen har senest været behandlet på et møde i Nordisk FriluftslivNetværk<sup>1</sup> den 10. marts 2006.

Det er et klart ønske fra de nordiske friluftslivorganisationer at gøre opmærksom på, at vi findes og gerne vil inddrages i det arbejde, der foregår omkring fysisk aktivitet. Men friluftsliv bliver ikke nævnt, og vi oplever, at vi ikke bliver inddraget.

Friluftsrådet skal opmuntre til friluftsliv. Friluftsliv medfører meget meget ofte en eller anden grad af fysisk aktivitet. Men det befordrer også en psykisk sundhed, som kan have meget stor værdi, selv om den ikke giver sved på panden og får

**<sup>1</sup> Nordisk FriluftslivNetværk:**

*Et nordisk netværk af paraplyorganisationer, der repræsenterer friluftslivet. Netværket består af: Friluftsrådet (DK), Friluftslivets Fællesorganisasjon FRIFO (N), Friluftsrådernes Landsforbund (N), Friluftslivorganisationer i Samværkan, FRISAM (S) og FriluftslivForum Ulkoiluforumu (FI). Nordisk FriluftslivNetværk er stiftet i 1993.*

pulsmåleren op i det røde felt. Psykisk sundhed styrkes bl.a. gennem oplevelsesværdien ved at færdes i naturen, opleve naturen og være i den. Dét er måske det vigtigste element på søndags-gåturen, fisketuren eller cykelturen. Motionen bliver et tillægsprodukt. Den psykiske energi og det velbefindende, friluftsoplevelsen giver, er i sig selv en motivationsfaktor til at røre sig fysisk og se kritisk på sin livsstil, herunder kosten.

Friluftsrådet skal derfor anbefale, at man inddrager friluftsliv som et særskilt element ved siden af fysisk aktivitet og hverdagsmotion, samt at man på nationalt niveau gør aktivt brug af den kompetence og de netværksmuligheder, som friluftslivets organisationer er i besiddelse af.

### Specifikke kommentarer:

#### Ad IV 3 – Sundhed i de forskellige EU-politikker

*? Hvilke konkrete tiltag kan EU-politikområder evt. bidrage med for at fremme sunde kostvaner og fysisk aktivitet og for at skabe miljøer, der gør sunde valg til nemme valg?*

- ! Man kan arbejde på at fjerne de multinationale selskabers dominans og favorisering af bestemte fødevarer/nydelsesmidler på bestemte steder i butikker og supermarkeder.
- ! Man kan med humor støtte og fremme flere holdningskampagner som "6 om dagen", "Fisk – det tager kun 5 minutter" osv.

*? Hvilke slags foranstaltninger på EU-plan eller på nationalt plan kan bidrage til at forbedre udbuddet af og adgangen til frugt og grøntsager og gøre dem billigere og mere attraktive?*

- ! Man kan differentiere mømsen, så økologiske varer fritages. (National politik)
- ! Give børn og unge gratis frugt i skoler og daginstitutioner.
- ! Man kan vende tilskudsordningerne på hovedet, så fx tilskud til skolemælk gives til de fedtfattige og naturlige produkter i stedet for at være en producent-støtteordning, som gør den fedeste mælk billigst.

*? På hvilke områder i forbindelse med ernæring, fysisk aktivitet, udvikling af redskaber til analyse af hermed forbundne lidelser samt forbrugeradfærd er der behov for mere forskning?*

- ! Der er temmelig meget forskning allerede og utallige "trosretninger" inden for fx ernæring. Udbuddet bliver uoverskueligt.
- ! Der mangler forskning<sup>2</sup> omkring friluftslivets betydning for den fysiske og psykiske sundhed.

#### Ad IV.4 - Handlingsprogrammet for Folkesundhed

*? Hvordan kan Kommissionens handlingsprogram for folkesundhed bidrage til at give et øget kendskab til sunde kostvaners og fysisk aktivitets evne til at reducere risikoen for kroniske sygdomme?*

- ! Formidling på mange niveauer. Traditionelle medier, herunder måske især lokale gratis medier suppleret med supermarkedernes tilbudsaviser,

---

<sup>2</sup> Der henvises for en uddybning til FRISAM, Sverige, [www.frisam.org](http://www.frisam.org) og Center for Skov, Landskab og Planlægning under KVL, [www.sl.kvl.dk](http://www.sl.kvl.dk). Sidstnævnte er i færd med en undersøgelse om friluftslivets indflydelse på unge med spiseforstyrrelser.

skolernes eksamensopgaver, radio- og tv-programmer a la "Ring til sundhedsplejerske Sigrid Riise" og "Lægens Bord". Al den viden, de to programmer videreformidler, kan findes mange steder, men får en øget opmærksomhed via mediet og personerne bag.

#### **Ad V.1 – Indsatsområder, Forbrugeroplysning, reklamer og markedsføring**

- ! Med henvisning til producenters moralske og etiske ansvar bør det gøres attraktivt ikke at markedsføre / anprise / reklamere for sukkerholdige produkter i børneprogrammet, på skoler m.v. Dette gælder også "light"produkter, som til gengæld ofte er fyldt med sundhedsskadelige, kunstige sødemidler.

#### **Ad V.2 – Forbrugeruddannelse**

? *Hvordan kan man bedst sætte forbrugere i stand til at foretage kvalificerede valg og handle effektivt?*

- ! EU og de nationale regeringer kan tilstræbe entydige budskaber og information, fx om ernæringsværdi, tilsætningsstoffer m.v. Fremme troen på "sund fornuft".

? *Hvilke centrale budskaber skal forbrugere modtage vedrørende ernæring og fysisk aktivitet, og hvordan skal de formidles, og hvem skal gøre det?*

- ! Kan ikke besvares kort. Al tilgængelig viden findes sikkert. Gør det enkelt og nemt. Skeln mellem raske og syge personer, mellem forebyggelse og helbredelse. Det er en opgave med mange aktører, og det er vigtigt at se holistisk på det, og helt bogstaveligt inddrage den alternative verden. Her er bl.a. Tyskland langt fremme, hvor praktiserende læger også inddrager brug af alternativ medicin, homøopati mv.

#### **Ad V.3 – Fokus på børn og unge**

? *Hvad er god praksis når det drejer sig om regelmæssig fysisk aktivitet på skoleme?*

- ! I Finland er børnene ude i skolefrikvatererne – sammen med lærerne, og der bliver spillet bold, løbet og leget aktivt.
- ! I Danmark er det mange steder tvang, at de yngste klassetrin skal ud og dermed bliver det attraktivt at komme i 4. eller 5. kl., for så må man opholde sig inde og det har absolut ikke status at være ude. Det skal gøres attraktivt at komme ud, gerne med en belønning efterfølgende, f.eks. et stykke frugt eller en grovkiks til dem, der havde løbet forhindringsbanen igennem.
- ! Dvs. skolegårde skal også være attraktive være-steder for børn i forskellige aldre. Og lærerne skal med ud, dels for at undgå mobning / overfald i skolegårdens kroge og hjørner, dels får de også mere overskud til næste time.
- ! Udeundervisning bør fremmes, bl.a. for at stimulere børnene til at være mere fysisk aktive, og fordi det fremmer indlæringen og styrker børnenes kompetencer på en lang række områder.<sup>3</sup>
- ! En undersøgelse<sup>4</sup> foretaget af Syddansk Universitet blandt 9-årige viser, at de, der går eller cykler til skole er mere fysisk aktive resten af dagen sammenholdt med deres jævnaldrende, der bliver kørt i bil til skole.

<sup>3</sup> Der henvises til portalen [www.udeskole.dk](http://www.udeskole.dk) samt til Odense Deklarationen, som er vedhæftet som bilag.

#### **Ad V.5 – Indarbejdelse af forebyggelse og behandling af overvægt og fedme i sundhedsvæsenet.**

? Hvilke foranstaltninger, og på hvilket niveau, er nødvendige for at sikre, at tiltag, der har til formål at fremme sunde kostvaner og fysisk aktivitet, i højere grad bliver en integreret del af sundhedsvæsenet?

- ! Friluftslivets organisationer ønsker at blive inddraget med den viden og kompetence vi har. I Danmark har Friluftsrådet forsøgt at overføre / videreudvikle konceptet "Motion på recept" til "Friluftsliv på recept" ud fra ovenstående tankegang om friluftsliv og udeliv som ramme om den fysiske aktivitet i kontrast til eller supplement til motionslokaler og indendørs aktivitet. Norge har gjort tilsvarende med projektet "Grønn resept"<sup>5</sup>.
- ! Friluftorganisationerne trænger til støtte og opbakning, hvis de skal gøre noget for belastede målgrupper, da organisationerne baserer mange aktiviteter på frivilligt lederskab og udvikling.

#### **Ad V 6 – Innsats mod fedmefremmende miljøer**

? Hvordan kan det offentliges indsats bidrage til at sikre, at fysisk aktivitet "indarbejdes" i den daglige rutine?

- ! I offentlige rum, trafikale knudepunkter m.v. kan det gøres attraktivt at tage trappen frem for elevator, rulletrappe/bånd m.v. Man kan skilte, at elevator er forbeholdt gangbesværede. Opsætte morsomme eller inspirerende tekster på offentlige steder, som tilskynder folk til at bevæge sig og forbrænde energi: "Vidste du at, ..." -typen.
- ! Kunstudsmykning af trapperum og glade møtiverende farver og "overraskelser" vil motivere folk til at tage trappen i stedet for elevator.<sup>6</sup>
- ! I parker, torvepladser og andre byrum kan der etableres inspirerende "legepladser" som både børn og voksne får lyst til at boltre sig på.<sup>7</sup>
- ! Infrastrukturen i byer og bysamfund skal gøre det attraktivt og sikkert for alle aldersgrupper at kunne cykle og gå.

#### **V.11 – Andre emner**

? Er der emner, der ikke berøres i denne grønbog, men som skal tages i betragtning som led i en europæisk dimension i forbindelse med fremme af sunde kostvaner, fysisk aktivitet og sundhed?

- ! Som tidligere nævnt FRILUFTSLIV. Friluftsliv giver sundhed, som ofte også meget aktivitet og befordrer sunde kostvaner. Friluftsliv er med til at give en følelse af samhørighed med naturen og der med vort eget indre, hvorfor vi naturligt inspireres til at foretage sunde(re) valg<sup>8</sup>.

? Hvilke af de emner, der behandles i denne grønbog, bør prioriteres højest, og hvilke kan betragtes som mindre presserende?

---

<sup>4</sup> Artikel i Berlingske Tidende, 11. okt. 2005.

<sup>5</sup> Grønn Resept: se [www.friluft.no](http://www.friluft.no)

<sup>6</sup> Johan Faskunger, Fokhålsainstituttet, Sverige, har forsket i dette.

<sup>7</sup> Karsten B. Hansen, Skov og Landskab, KVL, Danmark har lavet eksempelsamling herom.

<sup>8</sup> Friluftsrådet har udgivet "Friluftsliv gir sundhed" – en tekst- og inspirationssamling om "den tavse viden" – kan downloades fra [www.friluftsradet.dk/1361](http://www.friluftsradet.dk/1361).

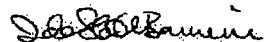
- ! Børn og unge er meget vigtige. De gode vaner de får tidligt vil gavne dem senere. Men fyldes de med dårlige vaner bliver arbejdet uendelig meget sværere, og den økonomiske belastning for samfundet så meget desto større.
- Der er gode traditioner i Norden for børn- og ungeaktiviteter, og det viser sig jo også, at de nordiske lande generelt skiller sig ud på verdensplan i WHO's statistikker. Det er derfor vigtigt at få beskrevet det nordiske særkende og så gøre en massiv indsats for at fastholde og styrke den. Ellers er det særlige nordiske i en sundhedsmæssig henseende måske forsvundet om en 1/2-1 generation.

Afslutningsvis skal Friluftsrådet opfordre til, at EU Kommissionen tilstræber at samordne best practices, målsætninger og erklæringer fra diverse overordnede organer inden for såvel som uden for EU. Eksempelvis WHO's rapporter om sundhed, transport og miljø, Nordisk Ministerråds handlingsplaner for hhv. bæredygtighed og miljø samt den, der er på vej om sundhed og kost.

Med venlig hilsen



Kirsten Nielsen  
Næstformand



Ida Sloth Bonnevie  
Kommunikationskonsulent



## Odense Deklarationen

Nordisk Parkkongres & Bynært friluftsliv i Norden

26. august 2005

Parkforvaltere, friluftorganisationer og forskere i Norden, har i dagene 24.-28. august 2005 holdt konferencer i Odense.

Byens grønne ressourcer har været i fokus: til fryd for øjet, til rekreativ glæde og som resultat af planlægningen er de grønne områder i byen nogle af de værdier, som giver livslyst og glæde i hverdagen.

Med Odense Deklarationen har arrangørerne samt deltagerne på konferencerne ønsket at sende et fælles budskab til politikerne i de nordiske lande.

### Planlægning:

- Den kommunale planlægning bør tilstræbe at der kommer flere og bedre grønne områder i byen, og at eksisterende områder forvaltes med omhu.
- Lokale friluft- og naturorganisationer bør aktivt inddrages i arbejdet med at udvikle offentlige grønne områder.
- Forskningen bør fokusere på hvordan den grønne forvaltning bedre kan integreres i den kommunale planlægning, til gavn for en helhedsorienteret byplanlægning.

### Formidling – sundhed:

- Skoler bør opmuntres til, og støttes i at skabe mulighed for udeundervisning.
- Institutioner for såvel børn som ældre bør inddrage byens grønne områder, herunder fokusere på friluftsliv og naturaktiviteter i deres hverdag, hvilket også omfatter oplevelser både i nærmiljøet, i skove og i større naturområder.
- Forskningen bør fortsat dokumentere og videreudvikle viden om brugen af grønne områders betydning for befolkningens mentale og fysiske sundhed.

### Tilgængelighed:

- Rekreative arealer i og uden for byen bør være let-tilgængelige, og åbne for mange forskellige aktiviteter og målgrupper. Ingen bør have længere end 5 minutters gang til et grønt område.
- Lokale friluft- og naturorganisationer bør aktivt inddrages i arbejdet for, at grønne områder nær boligområderne indbyder til bevægelse, leg, motion og friluftsliv samt har et rigt og varieret naturindhold.
- Forskningen bør fokusere på hvordan byens mange administrative og fysiske barrierer kan brydes, for at skabe sammenhængende og let tilgængelige friarealer.

### Økonomi:

- Det bør være en samfundsopgave at sikre midler til udvikling og forbedring af eksisterende grønne områder og opholdsarealer i byerne.
- Vi ønsker til enhver tid at gå i dialog med beslutningstagerne vedrørende visioner, mål og midler til en sådan udvikling.

På vegne af deltagerne tiltrådt af:

se næste side →

### **Forvaltere:**

**Stads- og Kommunegartnerforeningen, Danmark**  
formand Peter Bjørno Jensen

**Landslaget for Park og Idrett, Norge**  
formand Sissel Lerum

**Föreningen Sveriges Stadsträdgårdsmästare**  
formand Edit Ugrai (ikke bekræftet)

**The Organisation for Municipal Park Commissioners, (S.A.M.G.U.S) (Samtök garðyrkju- og umhverfisstjóra sveitarfélaga)**  
formand Þóroldur Jónsson

**The Finnish Association of Landscape Industries,**  
Pekka Leskinen, (Viherympäristöliitto ry, VYL)

**The Finnish Association of Municipal Supervisors of Parks and Grounds,**  
Viljo Muuronen, (Kaupunginpuutarhujen Seura ry, KPS)

### **Friluftorganisationer:**

**Friluftsrådet, Danmark**  
næstformand Kirsten Nielsen

**FRISAM, Sverige**  
formand Eva Bjemudd

**Friluftslivets Fellesorganisasjon, FRIFO, Norge**  
næstformand Kai Fagermæs

**Friluftsrådernes Landsforbund, FL, Norge**  
sekretariatsleder Morten Dåsnes

**Suomen Latu - Central Association for Recreational Sports and Outdoor Activities**  
generalsekretær Tuomo Jantunen  
afdelingsleder Matti Hirvonen  
friluftsekspert Olli Ojala

**Ulkoilufoorumi - Outdoor Forum of Finland**  
formand Ilkka Vuori  
sekretær Matti Hirvonen

**Landvernd - Icelandic Environmental Association**  
formand Björgólfur Thorsteinsson

### **Forskere:**

Thomas B. Randrup  
Professor in Urban Greening and Park Management  
**Royal Veterinary and Agricultural University, Denmark**

Bengt Persson  
Adjungerad Professor in Park Management  
**Swedish University of Agricultural Sciences**

Kine Halvorsen-Thoren  
Professor in Landscape Architecture  
**Norwegian University of Life Sciences**

Liisa Tyrväinen  
Professor in Forest Recreation and Tourism  
**Finnish Forest Research Institute**