

Statsrådets principbeslut

OM UTVECKLINSLINJERNA
FÖR MOTION OCH KOST
SOM FRÄMJAR HÄLSA



Handlingsplanen för principbeslutet finns på adressen
www.stm.fi/halsaochmotion

Internet: www.stm.fi/publikationer

Beställning av broschyrer:

mari.miettinen@stm.fi, sirpa.sarlio-lahteenkorva@stm.fi

ISSN 1236-2123

ISBN 978-952-00-2641-7 (inh.) (fin), (swe)

ISBN 978-952-00-2642-4 (PDF) (fin)

ISBN 978-952-00-2643-1 (PDF) (swe)



Layout: AT-Julkaisutoimisto Oy

Tryckning: Universitetstryckeriet, Helsingfors 2008

INNEHÅLL

Sammandrag	4
Bakgrund	6
Mål	8
Metoder för påverkan och genomförande	9
I MOTION OCH KOST I OLIKA ÅLDERS- OCH BEFOLKNINGSGRUPPER	11
Barn, unga och familjer.....	11
Personer som studerar eller arbetar.....	12
Äldre	13
II VARDAGSMILJÖ SOM UPPMUNTRAR TILL HÄLSOSAMMA MOTIONSVANOR OCH MATVANOR	15
III HÄLSOFRÄMJANDE MOTION OCH KOST I BESLUTFATTANDET PÅ LOKAL NIVÅ	17
IV MOTION OCH KOST I OLIKA YRKESGRUPPERS UTBILDNING	19
V NATIONELL UPPFÖLJNING AV MOTION OCH KOST OCH UTNYTTJANDE AV FORSKNINGEN	21
VI VERKSTÄLLANDE AV PRINCIPBESLUT, FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR OCH UPPFÖLJNING AV VERKSTÄLLANDE.....	22

SAMMANDRAG

Levnadsvanor såsom näring och motion har en nyckelställning när det gäller främjande av hälsa och förebyggande av kroniska sjukdomar. Genom hälsosam kost och tillräcklig fysisk aktivitet kan man effektivt förebygga många sjukdomar och samtidigt öka funktionsförmågan och den upplevda hälsan. Den centrala betydelsen av kost och fysisk aktivitet är mycket aktuell när det gäller att förebygga fetma och typ 2 diabetes som sprider sig snabbt.

Med framgångsrikt främjande av hälsan och förebyggande av sjukdomar kan man uppnå direkta besparingar och hejda ökningen av hälso- och sjukvårdskostnaderna. De mest betydande ekonomiska effekterna får man dock när tillgången till arbetskraft och prestationsförmågan förbättras till följd av förbättrad hälsa hos befolkningen.

Delegationen för hälsofrämjande motion och statens näringsdelegation har tillsammans med social- och hälsovårdsministeriet berett ett principbeslut och en handlingsplan för den innevarande regeringsperioden. I beredningen har även deltagit folkhälsodelegationen, statens idrottsråd och delegationen för företagshälsovård. Det har varit viktigt med samarbetet mellan olika förvaltningsområden och intressentgrupper.

Statsrådet sätter upp som huvudmål att främja motion och kost som främjar hälsan och förebygger sjukdomar genom att

- 1) antalet personer som ur hälsoperspektiv motionerar tillräckligt ökar och antalet personer som helt avstår från motion minskar
- 2) antalet personer som äter i enlighet med näringsrekommendationerna genom att använda grönsaker, frukt och bär ökar samtidigt som tillgången på mättat fett, salt och socker minskar
- 3) övervikt och fetma samt övriga negativa hälsoeffekter med anknytning till kost och otillräcklig motion minskar
- 4) kost- och motionsvanor som främjar hälsan sprider sig särskilt i befolkningsgrupper med sämre socioekonomisk ställning.

Motion som främjar hälsan samt hälsosam näring främjas genom att

- 1) påverka kultur, livsmiljö, omständigheter, produkter och strukturer
- 2) säkerställa att alla befolkningsgrupper har tillräckligt med information och kunskaper för en livsstil som främjar hälsan
- 3) sporra, stödja och handleda individer och kollektiv, särskilt dem med svagare ställning.

Målen och utvecklingslinjerna för olika ålders- och befolkningsgrupper (barn och unga, personer i studieåldern och arbetsför ålder samt äldre) i beslutsfattande på lokal nivå, övrigt utvecklande av vardagsmiljön, utbildning av olika yrkesgrupper samt uppföljning och forskning har dragits upp i principbeslutet.

Inom olika innehållsområden har man upprättat en konkret handlingsplan för åren 2008–2011, dvs. innevarande regeringsperiod. Verkställandet av principbeslutet koordineras och följs upp av social- och hälsovårdsministeriet, undervisningsministeriet och jord- och skogsbruksministeriet inom deras respektive förvaltningsområden samt av delegationen för hälsofrämjande motion och statens näringsdelegation som rådgivande organ.

Nyckelord: främjande av hälsa, hälsa, motion, näring, främjande av hälsa

BAKGRUND

Inom den finländska folkhälsan har man nått betydande framsteg genom att påverka bland annat levnadsvanor och riskfaktorerna för sjukdomar. Å andra sidan har motions- och matvanorna till alla delar inte utvecklats tillräckligt i önskad riktning. Genom att tillämpa nuvarande forskningsrön framgångsrikt kunde finländarnas hälsa vara betydligt bättre och befolkningsgruppernas hälsoskillnader mindre än i dag.

Världshälsoorganisationens (WHO) och övriga internationella instansers ställningstaganden¹ betonar hur levnadsvanor som kost och motion är i nyckelställning när det gäller främjande av hälsan och förebyggande av kroniska sjukdomar. Med hälsosam kost och tillräcklig fysisk aktivitet kan man effektivt förebygga flera sjukdomar och samtidigt öka funktionsförmåga och förbättra upplevd hälsa.

Möjligheterna att med kost och motion förebygga sjukdomar gäller särskilt hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes, åtskilliga cancersjukdomar, sjukdomar i stöd- och rörelseorganen, tandhälsa och depression. Enligt en utredning² av Folkhälsoinstitutet kan man uppnå direkta besparingar genom att framgångsrikt främja hälsan och förebygga sjukdomar. De mest betydande ekonomiska effekterna nås dock först när tillgången på arbetskraft och arbetskraftens prestationsförmåga till följd av en förbättrad hälsa hos befolkningen förbättras och å andra sidan när man kan hejda ökningen av kostnaderna inom hälso- och sjukvården och övriga följder av hälsoproblem.

Fetma som folkhälsoproblem har ökat snabbt under de senaste decennierna i Finland. Framför allt en minskning av den dagliga motionen har inverkat på detta. Den centrala betydelsen av kost och fysisk aktivitet är mycket aktuell även i Finland vid förebyggande av den allt vanligare typ

1 WHO:s världsomfattande kost-, motions- och hälsostrategi 22.5.2004; WHO:s deklaration för förebyggande av fetma 2006; Nordiska ministerrådets handlingsplan för främjande av hälsosam kost och motion 6.6.2006; EU:s vitbok om främjande av hälsosam kost och förebyggande av fetma 30.5.2007; WHO:s andra handlingsplan för kost 20.9.2007 och utkast till vitbok om motion

2 Folkhälsoinstitutets rapport till ekonomirådet 11.12.2006

2-diabetes. Cirka en halv miljon finländare har redan insjuknat i denna diabetes som med flera allvarliga följder. Enligt WHO:s uppskattning kunde upp emot 90 procent av typ 2-diabetes förebyggas genom tillräcklig fysisk aktivitet och hälsosam kost. Det är särskilt oroande att övervikt och fetma samt ringa fysisk aktivitet med anknytning till diabetes och även flera andra hälsoproblem är vanligt i alla åldersgrupper och ökar särskilt bland barn och unga.

Regeringen betonar med sitt politikprogram för hälsofrämjande som överskrider gränserna mellan förvaltningsområdena att hälsa är både en av människans viktigaste värden och en viktig hörnsten i den ekonomiska, sociala och mänskliga utvecklingen. I programmet sätts en minskning av övervikten upp som ett särskilt mål. Regeringsprogrammet betonar även betydelsen av motion och av hälsosam och säker finländsk mat för människans välbefinnande. Social- och hälsovårdsministeriet ansvarar för politikprogrammet för hälsofrämjande och genomför det i samarbete med andra ministerier. Undervisningsministeriet har ansvaret för politikprogrammet för barns, ungas och familjers välfärd. Även riktlinjerna för det nationella motionsprogrammet har betydelse för motion och de innehåller även förslag till utvecklande av hälsofrämjande motion.

Syftet med idrottslagen (1054/1998) är bland annat att främja befolkningens välbefinnande och hälsa samt att med hjälp av motion stödja barns och ungas uppväxt och utveckling. Undervisningsministeriet svarar för den allmänna ledningen, utvecklingen och samordningen av idrottsväsendet i samarbete med statsrådet. Undervisningsministeriets sakkunnigorgan i uppgifter enligt idrottslagen är statens idrottsråd. Kommunen ska skapa förutsättningar för kommuninvånarnas idrottsutövning genom att utveckla en hälsofrämjande idrott, genom att stödja medborgarverksamhet, tillhandahålla idrottsanläggningar samt ordna idrottsverksamhet med beaktande också av grupper med särskilda behov.

Enligt folkhälsolagen (66/1972) har kommunerna ansvaret för folkhälsoarbetet såsom hälsofrämjande som riktar sig till individer, befolkning och livsmiljö. Kommunen ska bland annat sköta om invånarnas hälsorådgivning och se till att hälsoaspekterna beaktas i kommunens alla funktioner samt bedriva samarbete för att främja hälsan med andra offentliga och privata aktörer i kommunen.

Inom kostbranschen siktar livsmedelslagstiftningen särskilt på att livsmedlen ska vara trygga och att konsumenterna får tillräckligt med adekvat information om dem. För lagstiftningen svarar jord- och skogsbruksministeriet och för övervakningen av denna Livsmedelssäkerhetsverket EVIRA. I första hand har social- och hälsovårdsministeriet ansvaret för hälsosam näring för folket. Ministeriet har till sin hjälp Folkhälsoinstitutet med en bred sakkunskap och forskning mellan kost och hälsa samt uppföljning av finländsk kost och databank för näringsinnehållet i livsmedel.

Hälsofrämjande motion och hälsosam kost samt förhållanden som stöder dessa utvecklas och genomförs inom flera förvaltningsområden och flera aktörer arbetar med detta. Bland annat social- och hälsovårdsministeriet, undervisningsministeriet, jord- och skogsbruksministeriet, handels- och industriministeriet, kommunikationsministeriet, miljöministeriet och andra statliga ämbetsverk har deltagit. Förutom den offentliga sektorn är även organisationer och i tilltagande grad flera parter i näringslivet viktiga aktörer vid utvecklandet av hälsofrämjande motion och kost. Principen om "Hälsa inom alla politikområden" som EU godkänt på initiativ av Finland stöder väl strävan att främja motion och hälsosamma matvanor bland befolkningen i olika samhälleliga beslut och funktioner.

MÅL

Statsrådet sätter upp för det nationella främjandet av hälsofrämjande motion och kost som huvudmål främjande av befolkningens hälsa och förebyggande av sjukdomar så att

- 1) antalet personer som ifråga om sin hälsa rör på sig tillräckligt och antalet personer som fjärrat sig från motion minskar
- 2) antalet personer som äter enligt näringsrekommendationerna ökar genom ökad användning av grönsaker, frukt och bär samtidigt som intaget av mättat fett, salt och socker minskar
- 3) övervikt och fetma samt andra men för hälsan med anknytning till kost och otillräcklig motion minskar
- 4) hälsofrämjande mat- och motionsvanor blir vanligare särskilt inom befolkningsgrupper i sämre socioekonomisk ställning.

Ett fysiskt aktivt levnadssätt och en diet enligt näringsrekommendationerna främjas i alla befolkningsgrupper. Man satsar särskilt på att minska skillnaderna mellan befolkningsgrupperna enligt riktlinjerna i programmet Hälsa 2015 och programmet för minskning av hälsoskillnaderna.

METODER FÖR PÅVERKAN OCH GENOMFÖRANDE

Hälsofrämjande motion och hälsosam kost främjas genom att

- 1) påverka kultur, livsmiljö, förhållanden, produkter och strukturer
- 2) säkerställa att alla befolkningsgrupper har tillräcklig information och kunskaper som underlag för ett hälsofrämjande levnadssätt
- 3) sporra, stödja och handleda individer och kollektiv, särskilt dem i svåra ställning.

Hälsa ska beaktas i allt beslutsfattande och på olika arenor så att livsmiljön blir hälsosammare och att hälsosamma val är möjliga, lätta och lockande. Genomförandet av principbeslutet förutsätter att olika aktörer har ett tydligt samförstånd om rekommendationerna för främjande motion och kost, centrala mål och funktioner.

För utvecklande av hälsofrämjande motion och kost anvisas mer resurser än i dag inom ramen för tips- och penningautomatmedel genom att omallokera nuvarande medel. För att genomföra detta principbeslut ska olika förvaltningsområden allokera nödvändiga anslag. Det är även nödvändigt att öka samarbetet mellan den offentliga och privata sektorn som stöder målen i detta beslut avseende genomförande och finansiering av projekten.

Man ska fortsätta och effektivera det gemensamma arbetet mellan olika förvaltningsområden, komma överens om ansvar och säkerställa att resurserna räcker till och att dessa används ändamålsenligt. Som underlag för åtgärderna behövs forskning av hög kvalitet och täckande uppföljningssystem samt kontinuerligt utnyttjande av den information som fås genom dessa. Förutsättningen för ett lyckat samarbete mellan olika aktörer inom de olika förvaltningsområdena och organisationssektorn är en effektiv växelverkan.

För att uppnå målen måste man vid behov påverka lagstiftningen, även inom den Europeiska unionen, och därtill främja motion och kost vid internationella forum.

I enlighet med principbeslutet bereds och genomförs åtgärder och ministeriernas verksamhet förstärks enligt följande:

I MOTION OCH KOST I OLIKA ÅLDERS- OCH BEFOLKNINGSGRUPPER

BARN, UNGA OCH FAMILJER

MÅL

- 1) För barn, unga och barnfamiljer erbjuds mer information, stöd och möjligheter att tillägna sig ett fysiskt levnadssätt och hälsosamma matvanor.
- 2) Dagvårds- och skolmiljön och deras verksamhetskultur stöder fysiskt aktivt levnadssätt och hälsosamma matvanor.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Rådgivningsbyrån, dagvården och skolmiljön är centrala prioriterade områden för utveckling eftersom de når nästan alla barn, unga och barnfamiljer. Samarbete med tredje sektorn, särskilt med medborgarorganisationer och motions- och idrottsföreningar ska utvecklas. Möjlighet till motion och hälsosam kost tillhör var och en. Särskilt måste man beakta barn och unga i behov av särskilt stöd.

Rådgivningsverksamheten och skolhälsovården ska ha tillräckligt med kunnig personal och verktyg för att utvärdera barnfamiljernas mat- och motionsvanor och observera och handleda problem med anknytning till levnadsvanorna. Dagvården och skolan ska stödja tillägnet av hälsosamma levnadsvanor och dessa ska utgöra miljöer som främjar hälsan. I dagvården måste barnet få tillräckligt med mångsidig motion i form av lek enligt motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten. Andelen fysisk aktivitet ska ökas under skoldagen och betydelsen av hälsosam kost under

skoldagen betonas. Undervisning i motion och kost ska även integreras som en naturlig del av övriga läroämnena. När det gäller att göra skoldagen mer fysisk genomför man riktlinjerna i det nationella motionsprogrammet. Maten som erbjuds i daghem och skolor ska följa kostrekommendationerna, vara välsmakande och för måltiden ska reserveras tillräckligt med tid. Genomförandet av motions- och kostrekommendationerna för förskoleverksamheten samt kvalitetsrekommendationerna inom skolhälsovården, rekommendationerna för skolmåltiderna och motionsrekommendationerna för barn i skolåldern effektiveras med hjälp av samarbete mellan olika aktörer, handledning och övervakning. Hälsöfrämjande motion och kost ska beaktas vid beredning och genomförande av förordningar om rådgivningsverksamhet samt skol- och studerandehälsovård.

Marknadsföring av livsmedel och mat riktade till barn och unga får inte stå i strid med budskap om hälsöfrämjande. Förutom företags självregleringssystem skapar statsmakten vid behov även regleringssystem som begränsar marknadsföring av ohälsosamma livsmedel riktade mot barn och unga och säkerställer en effektiv övervakning av dem.

Riktlinjerna ovan stöder målen i politikprogrammet för barns, ungas och familjs välfärd och det nationella motionsprogrammet och programmet för främjande av finländsk mat.

PERSONER SOM STUDERAR ELLER ARBETAR

MÅL

- 1) Personer som studerar eller arbetar har möjlighet att få stöd och uppmuntran för att ändra på levnadssätt som förbättrar arbets- och funktionsförmåga, ork och viktkontroll.
- 2) Allt fler personer som studerar eller arbetar har möjlighet att inta en lockande måltid enligt näringsrekommendationerna under arbetsdagen.
- 3) Arbetsgivare förfogar över effektiva incitament för att öka mängden motion hos arbetstagare.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

För personer i studie- eller arbetsför ålder måste stöd och incitament utvecklas för levnadsvanor som upprätthåller hälsa och viktkontroll. Ett särskilt utvecklingsobjekt är yrkesläroanstalterna. Genom en förordning om skol- och studerandehälsovård säkerställer man att de unga i fråga om tjänster inom ramen för skol- och studerandehälsovården är i en jämlik ställning oavsett i vilken kommun de bor och vid vilken läroanstalt de studerar. Förutom att utveckla verksamheten vid arbets- och studiegemenskap måste man även stödja och skapa system med vars hjälp man kan nå grupper utanför arbetslivet.

Arbetsgivare måste ha incitament och alternativ för arbetstagare för varierande motionsformer på arbetsplatsen och i samband med arbetsresor. Möjligheterna för att gå eller cykla till arbetet ska förbättras så att det finns ändamålsenliga duschlokaler och cykelställ på arbetsplatserna. Den näringsmässiga kvaliteten i maten under den tid man arbetar eller studerar ska förbättras och maten ska göras mer lockande genom skattemässiga metoder och arbetsavtal. Man ska sörja för en tillräcklig finansiering av den offentliga måltidsservicen. Man ska utveckla stödsystemet för personalmåltider så att det gynnar mer hälsosamma alternativ. Man ska uppmuntra kommuner och övriga aktörer att skapa program och verksamhetsmodeller som stöder hälsosamma levnadsvanor för personer i arbetsför ålder som en del av servicestrukturreformprojektet. Man ska förstärka kunnandet hos personalen inom primärvården i deras arbete med att stödja en förändring av levnadsvanorna och öka den systematiska uppföljningen av viktutveckling och midjemått samt stödjande av viktkontroll. Uppgifter som hänför sig till vikt och levnadsvanor är en viktig del av den elektroniska sjukjournalen.

ÄLDRE

MÅL

- 1) Det erbjuds tillräckligt med högklassiga, lättillgängliga och förmånliga motions- och kosttjänster för äldre personer.
- 2) Uppföljning av äldres näringstillstånd tas med i målen för servicesystemets verksamhet.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Det är viktigt att främja åtgärder som ökar antalet friska och funktionsdugliga år och livskvaliteten för äldre. Möjlighet och förmåga att röra sig och äta mat enligt näringsrekommendationerna varierar hos äldre. De måste ha tillgång till tjänster som planerats efter behov och som kommunens olika sektorer kan utveckla i samarbete med övriga aktörer. När det gäller utbudet av tjänster ska man särskilt beakta de särskilda behoven hos äldre personer som håller på att få försvagad funktionsförmåga och i glesbygdsområden.

Mångsidig motion som upprätthåller muskelstyrkan motverkar en försvagning av funktionsförmågan och förlänger därmed självständigt boende hemma. Äldre personer måste ha möjligheter till daglig motion som stöder muskelstyrka och balans, handledning i rätt träning samt för träning lämpliga förhållanden. Tillgång till och kvalitet i lämplig måltidsservice ska förbättras, likaså uppföljning av näringstillståndet. Omsorg om kost och motion för äldre ska vara en del av god vård och omsorg inom hemvården, på ålderdomshem, inom primärvården och på sjukhusen.

II VARDAGSMILJÖ SOM UPPMUNTRAR TILL HÄLSOSAMMA MOTIONSVANOR OCH MATVANOR

MÅL

- 1) Medborgare har goda möjligheter till vardagsmotion och hälsosamma matval.
- 2) Hinderfria närmotionsplatser är tillgängliga för alla ålders- och befolkningsgrupper.
- 3) Maten som måltidsservicen erbjuder följer näringsrekommendationerna.
- 4) Hälsospekterna har beaktats väl i produktutvecklingen, marknadsföringen och produktinformationen av livsmedel.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Samhällsstruktur, stadsplanering, förhållanden för lätt trafik och motionsplatser ska utvecklas så att de gynnar hälsofrämjande motion. Trygga, hinderfria och trivsamma närmotionsplatser och en miljö som uppmuntrar till motion gör daglig motion möjlig för alla ålders- och befolkningsgrupper.

Betydelsen av näringsmässig kvalitet i matkedjan måste bli starkare och konsumenterna ska ha möjlighet att få tillförlitlig information om kost och livsmedel. Matens näringsmässiga kvalitet och bedömningen av den ska ingå i måltidsservicens verksamhet med början i upphandlingskontrakten. Konsumenternas möjligheter att göra hälsosamma val förbättras genom

att på nationell och internationell nivå inverka på förpackningspåskrifterna för livsmedel. Man stöder genom skattemässiga metoder alternativ enligt näringsrekommendationerna både inom detaljhandeln och måltidsservicen. Begreppet om företagets samhällsansvar ska tolkas så att de konkret visar sitt ansvar som påverkare när det gäller befolkningens hälsa och marknadsföring. Samhällsansvaret syns i vilka produkter de säljer och marknadsför.

Det hälsofrämjande perspektivet inkluderas även i programmet för främjande av finländsk mat som inletts i regeringsprogrammet.

III HÄLSOFRÄMJANDE MOTION OCH KOST I BESLUTFATTANDET PÅ LOKAL NIVÅ

MÅL

- 1) Principen om Hälsa inom alla politikområden beaktas i beslutsfattande och åtgärder och dessa förenas med skyldighet att utvärdera hälsoeffekter.
- 2) Hälsöfrämjande motion och kost är en viktig del av kommunens välfärdspolitik.
- 3) Primärvården har tillräckligt med motions- och kosthandledningstjänster.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Det kommunala beslutsfattandet ska centralt beakta faktorer som påverkar kommuninvånarnas kost och fysiska aktivitet. Vid kommun- och servicestrukturreformen ska man se till att kost och motion är centrala prioriterade områden och de beaktas i strukturerna för främjande av välfärd och hälsa. Beslutens inverkan på kommuninvånarnas hälsa bör bedömas.

Ställningen för den hälsofrämjande motionen i kommunerna ska förstärkas som kommunal primärservice och den ska ingå i kommunens välfärds- och kommunplan. Kommunerna ska i sina välfärdspolitiska planer definiera ansvars- och uppgiftsfördelningen med avseende på hälsofrämjande motion och kost. Olika förvaltningsområden ska öka samarbetet för att främja hälsofrämjande motion och kost i kommunerna. Även samarbetet med med-

borgarorganisationerna ska effektiveras. Man bör sprida fungerande exempel på samarbete på riksnivå.

Kommunerna ska vid förändringar i samband med kommun- och servicestrukturen säkerställa ordnande av måltidsservice som håller hög kvalitet och följer rekommendationerna. Kommunerna ska anvisa den offentliga måltidsservicen tillräckliga resurser som möjliggör ett måltidsutbud enligt näringsrekommendationerna såväl i skolor som i andra inrättningar. Kommunerna ska även aktivt ge anvisningar och övervaka att motionsplatser inom deras område och övriga fritidsmiljöer samt skolornas mellanmålsautomater, kiosker och motsvarande erbjuder livsmedel som i näringsmässigt hänseende är att rekommendera. När behovet av motions- och kosthandledningstjänster fortfarande ökar är det viktigt att man anvisar mer resurser till primärvården. För kommuninvånarna ska man säkerställa en tillräcklig mängd och nivå i professionell handledning, vilket förutsätter att det finns tillgång till tjänster av experter inom kost- och motionsområdet.

IV MOTION OCH KOST I OLIKA YRKESGRUPPERS UTBILDNING

MÅL

- 1) Yrkesgrupper, vars arbete omfattar handledning i och undervisning om hälsosamma levnadsvanor, har tillräckliga färdigheter för att genomföra motions- och kosthandledning.
- 2) De som arbetar inom måltidsservice och livsmedelsproduktion har tillräckliga kunskaper och färdigheter om hälsosam kost.
- 3) A Yrkesgrupper som i sitt arbete har möjlighet att påverka sin mat- och motionsmiljö, har tillräcklig information om betydelsen av hälsofrämjande motion och kost och om förutsättningarna för främjande.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Perspektivet för hälsofrämjande motion och kost ska förstärkas i all handledning om levnadsvanor såväl i hälso- och sjukvårdssystemet som i undervisning och inom förskoleverksamheten. I undervisningen om hälsofrämjande motion och kost ska det finnas ett perspektiv som på bred front främjar välfärd. Förverkligandet av denna förutsätter att utbildningen för yrkesutbildade inom social- och hälsovården och yrkesutbildade inom undervisning och det pedagogiska området innehåller mer grundläggande information än i dag om motionens och kostens betydelse för hälsan och välfärden. Även tillräckliga kunskaper om kost hos personalen inom måltidsservice och upprätthållandet av dessa är viktigt. Förutom de grundläggande uppgifterna är det viktigt att de yrkesutbildade har tillräckliga färdigheter i handledning och beredskap att identifiera problemen. Man ska säkerställa att kun-

skaperna och färdigheterna är tillräckliga och aktuella genom kontinuerlig fortbildning.

Den grundläggande och kompletterande utbildningen för alla yrkesgrupper som deltar i planering och genomförande av samhället och miljön ska innehålla tillräcklig information om motionens betydelse för hälsan och information om hur man beaktar förhållandena för motion vid planering.

V NATIONELL UPPFÖLJNING AV MOTION OCH KOST OCH UTNYTTJANDE AV FORSKNINGEN

MÅL

- 1) Finland har fungerande uppföljnings- och utvärderingssystem för motion och kost som täcker hela befolkningen och centrala befolkningsgrupper.
- 2) Informationen utnyttjas vid informering av aktörer, utarbetande av rekommendationer, utvecklande av åtgärder, utvärdering och beslutsfattande.

TYNGDPUNKTER I UTVECKLINGEN

Uppföljningssystemen för motion, bruk av mat och hälsotillstånd ska utvecklas så att de även täcker barn, unga och pensionärer. Man ska följa upp kvaliteten i motions- och kostservicen. Finland ska ha täckande motions- och näringsrekommendationer som baserar sig på internationella rekommendationer samt konsensus om dessa. Uppföljningssystemen ska utvecklas så att de mäter genomförandet av rekommendationerna. God praxis ska spridas med hjälp av olika nätverk. Dessutom ska växelverkan mellan dem som får nytta av forskningen och informationen ökas.

Offentliga forskningsmedel och övriga resurser riktas till objekt som stöder utvecklande och uppföljning av hälsofrämjande motion och kost. Uppföljningssystemen för information inom servicesystemet såsom rådgivningsbyrån och den öppna hälsovården som del av den elektroniska patientjournalen utvecklas så att de stöder uppföljning och utvärdering av motion och kost i fråga om olika befolkningsgrupper.

VI VERKSTÄLLANDE AV PRINCIPBESLUT, FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR OCH UPPFÖLJNING AV VERKSTÄLLANDE

Statsrådet anser det viktigt att olika myndigheter, organisationer och kommuner genomför förslag så brett som möjligt och medborgarorganisationerna i riktning mot sina egna mål. Resurser riktas inom olika förvaltningsområden till åtgärder som presenterats i detta principbeslut.

För att förverkliga målen i principbeslutet ska olika förvaltningsområden delta i internationella samarbetsnätverk och beslutsfattande och med hjälp av dem inverka på beredningen av förordningar som stöder hälsofrämjande motion och kost, politik, strategier, program och deras genomförande.

Verkställandet av principbeslutet koordineras och följs upp av social- och hälsovårdsministeriet, undervisningsministeriet och jord- och skogsbruksministeriet inom sina respektive verksamhetsområden samt delegationen för hälsofrämjande motion och statens näringsdelegation som rådgivande organ. Åtgärdernas effekter ska följas upp och utvärderas.