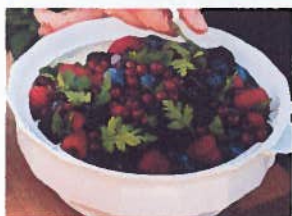


NY NORDISK VARDAGSMAT (NORDIC NEW DIET), STEG 1Pernille Baardseth. pernille.baardseth@nofima.no.250.000 DKK frå NNM II. Webbplats se: www.nynordiskmad.org/

“Samling for Ny Nordisk Mad og Sundhed” skal skabe grobund for et fælles-nordisk sundhedsprojekt med udgangspunkt i nordiske råvarer – og hvori sundhedsmyndighederne i de nordiske lande er engagerede. Formålet er at finde løsninger til, hvordan man forbedrer sundhedstilstanden i de nordiske lande ved at forløse det nordiske køkkens sundheds-fremmende potentiale.

Workshop – Hva er Nordisk Verdagsmat?

Ny Nordisk Mat har følgene generelle råd

1. Mere frugt og grønt hver dag (meget mere: bær, kål, rodfrugter, bælgfrugter, kartofler og krydderurter)
2. Mere fuldkorn – især havre, rug og byg
3. Mere mad fra havet og søerne
4. Kød af højere kvalitet, men mindre af det
5. Mere mad fra de vilde landskaber
6. Undgå tilsætningsstoffer i maden
7. Flere måltider tættere på sæsonen
8. Mere hjemmelavet mad
9. Smid mindre ud
10. Handelshindringer – klimasmart mat

Disse rådene må karakteriseres tydeligere og derfor er formålet med seminaret å oversette de Nordiske ernæringsanbefalninger inn i produkter og menyer ved å bruke Nordiske råvarer. Hvis bær, kål, fisk, vilt, rapsolje og bygg/havre/rug er de Nordiske råvarene så må det samles hva som er dokumentert av innholdsstoffer i disse råvarene, med hvilke kvaliteter, hva skjer med innholdsstoffene under bearbeiding av maten og tilberedning. Hvilke næringsstoffer blir tatt opp i kroppen etter man har spist maten og til slutt om maten har effekt på helsen. Dette vil gi en oversikt over hvem som jobber med prosjekter innen dette feltet og hva som er gjort innen Nordisk råvarer.

Deretter ønsker vi å lage et forum med flere interessenter innen ernæring, teknologi, produktdesign, kokker, myndigheter, industri med flere hvor man i fellesskap skal få fram definerte Nordiske produkter og menyer. Matglede blir også en viktig faktor og at det skal smake godt.

Det inviteres representanter fra Ny Nordisk Mat, OPUS, NoCE programmet (SYSDIET, HELGA, MitoHealth), Nordisk Ministerråd,

Tidspunkt: 16 – 17 januar 2012, Lund Universitet, Sverige

NY NORDISK HVERDAGSMAT (NORDIC NEW DIET), STEG 1

- Seminarium i Lund 16-17 jan

Pernille Baardseth. pernille.baardseth@nofima.no.

250.000 DKK frå NNM II. www.nynordiskmad.org/

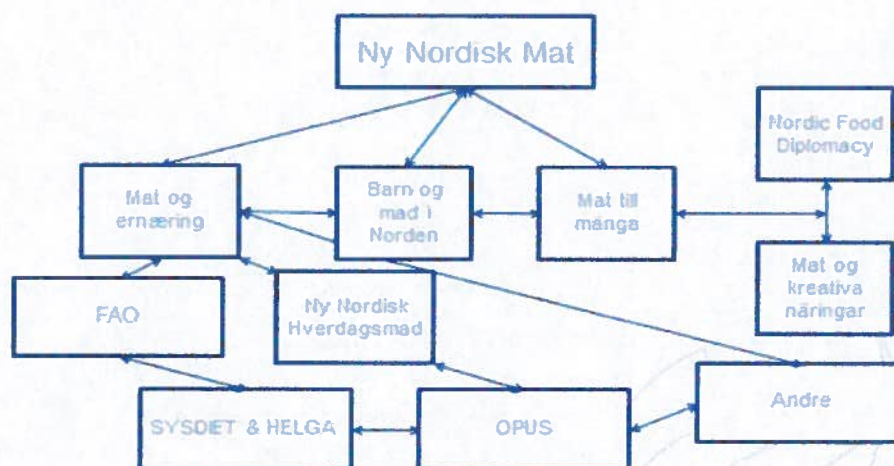


“Workshop – Hva er Ny Nordisk Hverdagsmat” ble avholdt 16. – 17. januar 2012 på Lund Universitet i Sverige med 30 deltagere fra hele Norden. Deltagerne var personlig invitert og representerte Ny Nordisk Mat, NoCE programmet (SYSDIET, HELGA), OPUS, Nordic Nutrition Recommendation, Nordisk Ministerråd, Helsedirektoratet og Livsmiddelverket.

I tillegg var en representant fra FAO invitert for å legge fram omsetningstall av matvarer fra de Nordiske landene sammenlignet med Middelhavslandene fra 1964 til 2009. Omsetningstallene av matvarer for Norden viser en positiv trend sett i forhold til helsetilstanden i de fleste andre i-land.

Seminaret ga følgende anbefaling

- Konsensus om å skrive en vitenskapelig artikkel om de positive mulighetene den nordiske maten har
- For å gjøre dette må vi vite: Hva vet vi og hva mangler vi av informasjon om den Nordiske hverdagsmaten? Hva er det Nordiske perspektivet?
- Dataene (omsetningstallene) fra 1964 til 2009 som FAO har sammenstilt ønskes som egen artikkel
- Innspill til seksjonen “Nordic food and health on 10th Nordic Nutrition Conference, Reykjavik 3 – 5 June 2012”
- Kopling til Ny Nordisk Mat konferanse i november 2012 i Oslo
- Initiere et felles nordisk helseprosjekt med utgangspunkt i de nordiske råvarer hvor man skal oversette kostholdsradene til smakfulle og attraktive måltider av Nordiske råvarer til barnehager, skoler, sykehjem og institusjoner.



Blogg Workshop i Lund

Workshop – Hva er Ny Nordisk Hverdagsmat? 16. – 17. januar 2012, Lund Universitet, Sverige

Bakgrunn: Representanter fra Ny Nordisk Mat, OPUS og Nordisk Ministerråd diskuterte i et møte om å samle ulike aktører for å bli enige om hva er status innen forskningen på Nordisk mat og helse. I referat av 22. august 2011 ble workshopen's formål definert: «Formålet med mødet vil være at diskutere, hvordan der skabes det bedst mulige fundament for en Nordisk Samling, og hvordan det sikres, at samlingen også har en effekt, når vi alle er taget hjem til vores respektive lande og projekter. Yderligere vil det handle om at identificere de aktører, som vil være helt centrale for at afvikle et succesfuldt arrangement og for at skabe en vedvarende nordisk indsats for Ny Nordisk Mad og Sundhed.»

Refleksjoner etter samlingen:

Prosjektleder definerte formålet som "Samling for Ny Nordisk Hverdagsmat og Helse" vil undersøke om det finnes en fellesgrobund for et felles-nordisk helseprosjekt med utgangspunkt i nordiske råvarer – og hvor helsemyndighetene i de nordiske land er engasjert. Formålet er å kartlegge status om hva vi vet om den Nye Nordiske Hverdagsmaten og diskutere de helsemessige perspektiver for å forbedre helsetilstanden i befolkningen i de nordiske landene.

Ekspertene fra alle de nordiske landene innen mat og ernæring var blitt identifisert ved å kartlegge programmer og prosjekter i regi av Nordisk Ministerråd. De representerte Ny Nordisk Mat, NoCE programmet (SYSDIET, HELGA) og Globaliseringsinitiativet – sunhed og velfærd. I Danmark har de i tillegg OPUS programmet (sunder mat, bedre liv, nyt nordisk kjøkken) som inkluderer Ny Nordisk Hverdagsmat. Helsedirektoratet i Norge, Livsmedelverket i Sverige og medlem av det finske ernæringsrådet var også representert.

Josef Schmidhuber fra FAO hadde laget en oversikt over omsetningstall og inntak av matprodukter i de Nordiske land i forhold til Middelhavslandene og sett på utviklingen fra 1964 til 2007. Denne presentasjonen ble lagt fram av Grimur Valdimarsson kollega av Schmidhuber som et bakteppe. Ved å vurdere denne utviklingen i samråd med WHO/FAO ernæringsanbefalingene kan man se at de Nordiske landene har en utvikling som er i tråd med anbefalingene. Gjennom diskusjoner og dialog ble status om hva vi vet om den Nye Nordiske Hverdagsmaten kartlagt hvor også prosessen rundt revisjon av De Nordiske Næringsstoffanbefalinger ble inkludert.

Det ble enighet om å samle denne informasjonen og skrive en vitenskapelig artikkel hvor deltagerne på samlingen skal være medforfattere med unntak av Helsemyndighetene som vil bidra med bakgrunnsstatistikk.

10th Nordic Nutrition Conference 3 – 6 June 2012, Reykjavik**New Nordic Food – collaborative project**

Pernille Baardseth, Nofima - Norwegian Institute of Food, Fisheries and Aquaculture Research PB 210, NO-1431 Ås, Norway & President of Norwegian Nutrition Society adhering body to IUNS and FENS

Aims: Initiate a common Nordic health project utilizing Nordic ingredients and products to translate nutrition recommendation into tasty, convenient and traditional products and meals to all through interdisciplinary cooperation.

Methods: Invited scientific people working with different aspect of Nordic food and health (New Nordic Food, Nordic Centre of Excellence (SYSDIET, HELGA) and Globalisation initiative – welfare and health all supported by Nordic Council of Ministries and OPUS supported by Nordea Denmark) together with governmental people (decision makers) to a workshop to discuss through discussions and dialogue what does we know and where are the gaps about the content and quality of nutrients in the Nordic products and meals and what are the effects on health.

Results & Conclusions: Information about the changing structure of diets from 1964 to 2007 in the Nordic countries presented by FAO showed a positive trend with the Nordic diet compared with the Mediterranean diet. But how are these diets identified and characterised? We need documentation of the nutrient contents and quality in Nordic ingredients, products and meals which are eaten daily. The products and meals must be tasty, traditional and have an effect on health. Strategy to change behaviour and dietary habits which will lead to strategies for appropriate nutrition



nynordiskmat



norden

Nordiska ministerrådet

to all through interdisciplinary cooperation (authorities, food industry, research and consumers) will be developed by writing a consensus article about the positive aspects of the Nordic food using a common language.

Blogg Ernæringskonferansen på Island

Ny Nordisk Hverdagsmat ble presentert på den Nordiske Ernæringskonferansen på Island i juni 2012. Bakgrunn: Workshop som ble arrangert i januar hvor representanter fra ulike prosjekter finansiert av Nordisk Ministerråd var samlet for å kartlegge status på hva vi vet om den Nordisk mat og helse. Denne statusen skulle tilrettelegge for et felles-nordisk helseprosjekt med utgangspunkt i nordiske råvarer – og hvor helsemyndighetene i de nordiske land skal være engasjert.

Refleksjoner etter konferansen:

Det var mye fokus på den Nordiske maten, men det mangler å definere kvaliteten og innholdet av næringsstoffer i Nordiske råvarer, ingredienser, produkter og måltider.

Dette gjelder også de nye nordiske ernæringsstoffanbefalingene som ble lagt fram. Den er basert på systematisk litteratur gjennomgang, men det var lite nytt i forhold til de gamle anbefalingene. Derimot var det mer om anbefalt mat som mye fiberrik plantemat (kål, løk, bønner, erter, rotgrønnsaker, frukt og bær, nøtter, korn), fisk, vegetabiliske oljer og lav fett meieriprodukter. Maten skal også være saltfattig. Produkter som bør unngås er de med lavt innhold av næringsstoffer og høy energi. Bearbeidet og rødt kjøtt (okse, svin og lam) bør også begrenses. Dette er identisk med de kostholdsrådene som er gitt i blant annet Norge, USA og WHO.

Jeg la fram et forslag til et Nordisk helse prosjekt hvor forbrukernes spisevaner må endres for å følge ernæringsanbefalingene og kostrådene. Rådene må oversettes inn i produkter og måltider ved hjelp av næringsmiddelindustrien i dialog med helsemyndighetene. Her blir strategisk kommunikasjon et viktig verktøy. Jeg skal undersøke muligheten til å søke midler innen de nye programområdene til Nordforsk.

Ny Nordisk Mat var på menyen på konferansen

New Nordic Food conference 6 – 7 November 2012, Vulkan, Oslo

Blogg Ny Nordisk mat konferansen i Oslo

Nordisk hverdagsmat er definert som ulike slag fisk, kål (blomkål, rosenkål, brokkoli, grønnkål, hvitkål, rødkål), rotgrønnsak (gulrot), epler og pære, rugbrød og havregrøt i HELGA prosjektet, fisk (sild, laks og makrell), grønnsaker (kål, gulrot, rødbet, poteter, spinat, brune bønner, gule og grønne erter), frukt (epler, pærer, plommer, blåbær og tyttebær), fullkorn (bygg og havre produkter), kjøtt (kylling, kalkun, lam, vilt, rødt kjøtt, pølser) i SYSDIET prosjektet, og mer frukt og grønt hver dag (bær, kål, rotfrukt, belgfrukter, poteter og krydderurter), mer fullkorn (havre, rug og bygg), mer mat fra havet, kjøtt av høyere kvalitet (men mindre av det) i OPUS prosjektet.

Ofte blir Nordiske ernæringsanbefalinger lagt til grunn for å komponere en Nordisk diett. Matkvaliteten er derimot ikke karakterisert, og her er det kunnskapshull på matvarebeskrivelsen og i tolkningen av matvarekvaliteten. Her må det mer forskning til for å øke kunnskapene om matkvalitet før og hva skjer med næringsstoffene etter at maten er spist.

Det er en kompleks sammenheng langs hele verdikjeden fra råvarene, ingrediensene, resepten, bearbeiding, tilberedningen, inntak av maten, fordøyelse til næringsstoffer og deres effekt på helsen. Hva skjer med helsemessig kvalitet langs verdikjeden? Den Nordiske maten må karakteriseres med hensyn til innholdsstoffer og kvaliteter, den skal være velsmakende og ha en effekt på helsen.



Det er gjennomført flere prosjekter for å optimalisere produkter og måltider med hensyn til smak og riktig helsemessig kvalitet hvor det har vært et samarbeide med forskning, næringsliv, kokker og myndigheter. I tillegg er det gjennomført flere prosjekter med Nordisk mat i regi av Nordisk Ministerråd, NordForsk og Nordisk Innovasjon hvor alle de nordiske landene er representert samt samarbeidet mellom forskning (mat og helse), kokker, industri og myndigheter. Informasjon fra alle disse prosjektene skal samles for å få en oversikt om hva som mangler av kunnskap langs verdikjeden. Dette skal koordineres med det danske OPUS programmet som er finansiert av Nordea fondet hvor de jobber med Ny Nordisk Hverdagsmat til barn og overvektige.

Utfordringen ligger i å kommunisere mellom de ulike disipliner hva et sunnere alternativ er. Forstå hvilke produktspesifikke utfordringer enkeltprodukter har og hva kan vi gjøre med enkeltprodukter i konseptet sunnere i et måltidsperspektiv. Utviklingen av måltidsløsninger vil i større grad skje gjennom samarbeid på tvers av bransjer hvor hver enkelt kan bidra med sine produkter som en del av et helhetlig måltid.

Hverdagsmaten er viktig fordi dette utgjør de fleste måltidene vi spiser og det er i disse vi legger grunnlaget for framtidig helse. At kokker, myndigheter, næringsliv og akademia samarbeider om et prosjekt med felles mål og hensikt skaper stort engasjement og misunnelse i mange land.

Med utgangspunkt i de nordiske råvarer skal man oversetter kostrådene til smakfulle og attraktive måltider av Nordiske råvarer til barnehager, skoler, sykehjem, institusjoner og oss vanlige forbrukere. Dette vil gi konkurransefordeler, og å få forbrukerne til å foretrekke den nordiske maten vil gi store samfunnsmessige helsegevinster.

Viktigste samarbeidspartnere

Nettverk samlet i Lund i januar 2012

FAO

Grimur Valdimarsson, (Josef Schmidhuber)

SYSDIET

Lund university Biomedical Nutrition, Pure and Applied Biochemistry, and Department of Clinical Nutrition - Gunilla Önning, Björn Åkesson, Lieselotte Cloetens

Uppsala university Clinical Nutrition and Metabolism Department of Public Health and Caring Sciences - Ulf Risérus

University of Iceland Unit for Nutrition Research - Inga Thorsdottir

HELGA

Danish Cancer Society Research Center - Anne Tjønneland, Anja Olsen, Cecilie Kyrø

OPUS

University of Copenhagen Faculty of Life Sciences - Faculty of Life Sciences - Arne Astrup, Emil Bruun Blauert, Eva Gleje, Charlotte Mithril, Anne Marie Ravn, Inge Tetens

Andre

Skånes Livsmedelsakademi - Jannie Vestergaard

Livsmedelverket - Eva Sundberg

University of Helsinki Department of Food and Environmental Sciences - Mikael Fogelholm

Helsedirektoratet - Lars Johansson, Arnhild Haga Rimestad

Universitetet i Agder - Elling Bere

NNM

Pernille Baardseth, Magnus Grøntoft, Einar Risvik

New Nordic Food conference 2012 November

Livsmedelverket – nutritionist Anna-Karin Quetel, Eva Sundberg og sjef Anette Jansson

Aarhus universitet, Institutt for fødevarer – leder Anette Thybo



nynordiskmat



norden

Nordiska ministerrådet

Universitetet i Agder, Institutt for folkehelse, idrett og ernæring – professor Elling Bere

Universitetet i Helsinki – professor Päivi Palojoki

Íslands universitet – professor Inga Thorsdóttir, Bryndis Eva Birgisdóttir

University of Copenhagen Faculty of Life Sciences - Faculty of Life Sciences - Arne Astrup, Thomas Meinert Larsen, Rikke Petersen, Arun Mikkelsen, Kristian Levring Madsen

Restaurant Fridrik V – Fridrik V Karlsson

Økonomi

250 000 DDK Workshop

70 000 NOK New Nordic Conference

Kommunikasjon

Ny Nordisk mat web, Nofima web, samarbeidspartnerne



nynordiskmat



norden

Nordiska ministerrådet