

Kære kollega

Her får du kampagnematerialet til Fødevestyrelsens kampagne "Sukkerspionen". Kampagnen henvender sig til børn, unge og deres forældre og sætter fokus på, hvor meget sukker mellemmåltider kan indeholde. Det er Fødevestyrelsen, der har udarbejdet kampagnematerialet. De Offentlige Tandlæger er inviteret med i samarbejdet så sent i forløbet, at det kun var muligt at få meget lidt indflydelse på materialet.

Vores primære bekymring er, at det kun er det tilsatte sukker, der er illustreret med sukkerknalder.

Tørret frugt, som jo indeholder meget sukker, kommer på denne måde til at fremstå mere sundt, end det er. Da vi dog er enige med Fødevestyrelsen i kampagnens overordnede budskab, har vi valgt at gå ind i samarbejdet.

Fødevestyrelsen har i sin kampagne valgt at sætte fokus på sukker i mellemmåltider. Der er udarbejdet to plakater med billeder af forskellige søde mellemmåltider, og ved hver enhed er der en angivelse af, hvor meget tilsat sukker, der er i enheden.

Den ene plakat hedder "Sukkerspionen" og henvender sig til børn. Her skal børn følge en streg fra det søde mellemmåltid til stakken af sukkerknalder i bunden og på den måde få en oplevelse af, hvor meget sukker, der er i mellemmåltidet.

Plakaten "Hvad snack'er du?" henvender sig til unge og forældre til mindre børn. Plakaten er bygget op i tre niveauer med det sødeste og dermed mest usunde nederst på plakaten og med de lidt sundere alternativer, jo længere man vandrer op på plakaten.

De to plakater kan bruges som baggrund for en snak om barnets mellemmåltider. De er tænkt som dialogplakater og en øjenåbner for både børn og forældre. Plakaterne kan dog ikke stå alene, vurderer vi.

Det er Fødevestyrelsens hensigt at møde folk, hvor de er - og ikke virke frelst. Der er satset på "de små skridts" forbedringer. Derfor har man valgt at vise alternativer til de mest usunde og søde mellemmåltider, der er bare lidt sundere. Formålet med at lave en plakat, der henvender sig til småbørnsforældre, er, at forældrene er rollemødel og deres indkøb af sukkerholdige fødevarer har stor indvirkning på børns sundhed.

### **Input til dialog:**

- Det handler overordnet set om, at sukker ikke gør noget godt for os, og især ikke for børn. Sukker kan give overvægt og huller i tænderne, og de tomme kalorier stjæler pladsen fra mad med vitaminer, mineraler og andre energigivende



næringsstoffer (protein, fedt og kulhydrat), som barnet skal bruge for at opbygge og vedligeholde kroppen.

- Det handler om det gode, lange træk, hvor man i familien skal se på de daglige usunde vaner og forsøge at indføre sunde alternativer til de søde mellemmåltider.
- De Offentlige Tandlæger anbefaler, at børn kun spiser sukker i weekenden og til fest og kun i begrænset mængde. Hverdagen holdes sukkerfri.

### **Konklusion:**

Som udgangspunkt ved forældre godt, hvad der er sundt og usundt. Ingen far og mor ønsker bevidst at være dårlige forældre - alle vil deres børn det bedste. Det kan dog være rigtig svært i en travl hverdag. Når Fødevarestyrelsen har valgt ikke at løfte pegefingre i deres kampagne, synes vi, at de har taget et klogt valg. Det er her, vi i tandplejen har vores force. Vi kan i samarbejde og i dialog med forældrene finde den individuelle løsning, der passer den enkelte familie bedst, så børnenes samlede sukkerindtag kan minimeres.

På [www.deoffentligetandlaeger.dk](http://www.deoffentligetandlaeger.dk) finder du en liste over sunde snack-mellemmåltider. Print den gerne ud og brug den som inspiration i snakken med børn og forældre om sukker.

Klik på "**Viden der virker**", se under "**Sukkerkampagnen**".

Mange hilsener

Kirsa Jespersen og Pia Wehner Hein.

Hovedbestyrelsen, De Offentlige Tandlæger.

