



*“Hvordan kan vi få flere til at spise efter
De officielle Kostråd i fremtiden?”*

Barrierer og udfordringer

Lotte Holm, Professor i Fødevarer sociologi
Institut for Fødevarer- og Ressourceøkonomi

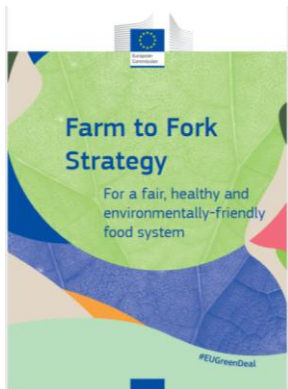
DTU, 24. Februar 2026

KØBENHAVNS UNIVERSITET



Ønsket om at ændre befolkningens kostvaner er ikke nyt på samfundsmæssige dagsordener

- En sundere og mere levedygtig befolkning!
 - Afhjælpe fattigdom
 - Krigsøkonomi - knaphed
 - Lære befolkningen at optimere brug af ressourcer
 - Bekæmpe fedmeepidemi
 - Nu: Modvirke og håndtere klimaforandring og bæredygtighed



"Europæiske fødevarer bør blive den globale standard for bæredygtighed"
"Det er klart, at omstillingen ikke kan ske uden en ændring af folks kostvaner."
"Hvis europæernes kostvaner var i overensstemmelse med kostrådene, ville fødevarerensystemernes miljøaftryk blive reduceret væsentligt"

(Dansk udgave): En jord til bord-strategi , 2020, p 1).

I begyndelsen stor entusiasme!

Reducing meat consumption goes mainstream in Europe.

“I løbet af de sidste få år har der været en **bemærkelsesværdig bølge af begejstring over plante-baserede fødevarer** i Europa som først og fremmest er drevet af forbrugere som **omfavner bæredygtige, etiske, og sundhedsbevidste** kost valg.

(Smart Protein Project 2021)

Mener du at kødforbruget i Danmark bør reduceres?



Grøn: Ja,
Rød: Nej,
Blå: Ved ikke

(Coop analyser 2021)

96,4% af forbrugerne klassificerede sig selv som kød spisere
59,4% heraf var **ikke** villige til at reducere deres kødforbrug.

(Hielkema & Lund 2021)

Hvor mange dage om ugen indgår kød eller fisk I din aftensmad?

	2022	2023	2024
7 dage om uge	36%	36%	39%

(Landbrug & Fødevarer, 2024)

“Kødforbruget .. [I høj-indkomst lande]..er begyndt at stagnere”.

(OECD/FAO Agricultural outlook 2023-32).

Hvad handler det om?

kostvaner, spisevaner, måltidsvaner, fødevarerforbrug

Mad og spisning

- forbundet med dagens mange **aktiviteter og rutiner**, præget af ressourcer – tid, penge, mm.
- indpasses i **rytmer og organiseringer** i menneskers liv
- er rammer for **samvær, sociale relationer**, grupper, fx familier
- styres af sociale **normer og konventioner**, der er afhængige af situationer og varierer mellem befolkningsgrupper.
- bærer fødevarer og måltiders **kulturelle betydninger**, forbinder sig til **identitet**

Forbrugets fundamentale dimensioner (Efter Warde, *J Cons Culture* 2005).

Indkøb, anskaffelse – udbud, priser, markedsføring

Anvendelse i hverdagen – tilpasning til hverdagslivet, mening og betydning.

Vurdering – oplevelse af glæde og tilfredshed, smag, moralske, æstetiske, sociale vurderinger

Nuffield's interventionsstige

Mere indgribende



Regulere valg

Eliminere valg

Begrænse valg

Påvirke valg

Disincitamenter

Incitamenter

Nemmere valg

Information

Ingenting

Forbud

Regulering, rationering,

Beskatning, afgifter

Subsidier, rabatordninger

Mærkning, alternativer, nudging

Oplysning, rådgivning, uddannelse

Overvågning



Mindre indgribende

(Nuffield Council on Bioethics 2007)

"Hvordan kan vi få flere til at spise efter De officielle Kostråd i fremtiden?"

Nogle konklusioner fra samfundsvidenskaberne

Ingen enkelt aktør kan alene opnå forandring
Kollektiv handling blandt aktører på mange niveauer er
nødvendigt

*"Der er endnu ikke tilstrækkelig evidens til at afgøre hvad
der præcis virker i praksis, så de skridt vi tager bør alle
evalueres omhyggeligt"*

(Sapea 2020)



Review Article
A review on policy instruments for sustainable food consumption
Jeanine Ammann ^{a*}, Andrea Arbenz ^a, Gabriele Mack ^a, Thomas Nemecek ^b, Nadja El Benni ^c

*Information, nudging, markeds-
baserede og regulerings instrumenter
bør kombineres for at øge
effektiviteten*

(Ammann et al 2023)

Tag fat i priser, tilgængelighed, fødevarekvalitet,
information – brug skatter, forbud og produktændringer.
Brug blødere indgreb til at påvirke sociale normer

*"I sidste instans er en lovgivningsramme og et
principprogram nødvendig for bæredygtige
fødevarer systemer, som på en sammenhængende og
systematisk måde angiver de bærende principper for
effektive interventioner på flere politiske niveauer.*

(Sapea 2023)



SUSTAINABILITY: SCIENCE, PRACTICE AND POLICY
2025, VOL. 21, NO. 1, 2454060
<https://doi.org/10.1080/15487733.2025.2454060>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS [Check for updates](#)

Toward consumer-focused food policies: a toolbox for encouraging the protein transition

Hans Dagevos ^a and Marleen C. Onwezen ^a

Wageningen Social and Economic Research, Wageningen University & Research, The Netherlands

*Politisk engagement må være modigt, især
ved at støtte mere ambitiøse politiske
indgreb højere oppe ad interventions
stigen*

(Dagevos & Onwezen 2025)

Opbakning?

Politik og interventioner må være legitime:

- Meningsfulde – formål må være vigtige/nødvendige, virkemidler effektive
- Retfærdige - socialt afbalancerede
- Kompetente – konstruktive ift hverdagsliv og madens sociale og kulturelle betydninger

Sund og bæredygtig kost må:

- have attraktiv pris
- være nem at tilberede
- smage godt
- være 'rigtig' mad ift normer og konventioner
- repræsentere gode værdier



Tak for
opmærksomheden