



Europa-  
Kommissionen

# DEN DANSKE INDKØBSKURV

## KØBENHAVN

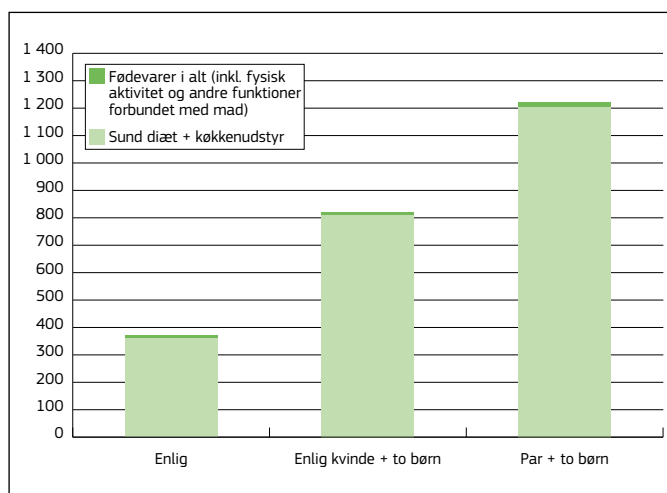
→ Det europæiske netværk for referencebudgetter er et projekt, der er finansieret af Europa-Kommissionen, og som har til formål at udvikle sammenlignelige referencebudgetter på tværs af landene i alle EU's medlemsstater. Referencebudgetter er kurve af varer og tjenesteydelser, der anses som nødvendige for de enkelte husholdninger for at opnå en acceptabel levestandard i et bestemt land, en bestemt region eller by. Udarbejdelse af referencebudgetter ved hjælp af en fælles metode kan hjælpe EU's medlemsstater med at udvikle effektive og passende foranstaltninger til indkomststøtte og opfordre til gensidig læring samt udveksling af bedste praksis. Der er flere oplysninger om projektet og komplette landerapporter på Europa-Kommissionens websted: <http://europa.eu/!CC79TD>

Den danske indkøbskurv angiver det månedlige budget, som tre referencehusholdninger kræver for at opnå et passende næringsoptag (husholdninger består af børn og mennesker i den erhvervsaktive alder med godt helbred, uden handicap, og som bor i hovedstaden). Kurven omfatter et budget til fødevarer og til det køkkenudstyr, der er nødvendigt for at tilberede, servere, indtage og opbevare fødevarerne. Det tager desuden højde for det budget, der kræves til

fysisk aktivitet og andre funktioner forbundet med mad, såsom for eksempel den sociale funktion. Indkøbskurven er udviklet i henhold til anbefalinger fra ernæringseksperter og nationale retningslinjer om diæt og tager højde for de specifikke kulturelle forhold vedrørende de danske spisevaner. Ved hjælp af fokusgruppediskussioner med borgere med forskellige socioøkonomiske baggrunde har man bekræftet, at kurven er realistisk og passende.

## 1. De vigtigste resultater

Det danske fødevarerbudget: månedlige beløb i euro <sup>(1)</sup>, København, marts 2015



Det månedlige budget, der kræves til en sund diæt (+ køkkenudstyr) i Danmark er på **370 EUR for en enlig** og **1211 EUR for en familie på to voksne og to børn**. Hvis der tages højde for det budget, der

kræves til andre aktiviteter forbundet med mad (spise ude, ferier osv.) og fysisk aktivitet, så er det **samlede månedlige budget til mad på 372 EUR for en enlig** og **1219 EUR for en familie på to voksne og to børn**.

## 2. Nationale karakteristika

Ved udarbejdelse af tværnationale, sammenlignelige europæiske referencebudgetter er der behov for, at forskellene mellem medlemsstaternes respektive budgetter bliver forklaret i henhold til den institutionelle, kulturelle, klimatologiske og økonomiske kontekst for det pågældende land. Den danske indkøbskurv tager højde for følgende forhold:

### → Kostvaner

Spisevanerne for en betydelig del af den danske befolkning respekterer ikke de ernæringsmæssige retningslinjer. En undersøgelse fra 2014 baseret på data fra den nationale danske undersøgelse om ernæring og fysisk aktivitet afslørede, at en stor del af befolkningen får for lidt fibre og fisk, samtidig med at forbruget af tilsat sukker

<sup>(1)</sup> 1 EUR = 7,46 DKK.

var for højt blandt 25% af befolkningen. Det ser ud til, at kvinder spiser mere frugt end mænd, men det gennemsnitlige indtag af frugt og grøntsager når ikke op på det anbefalede niveau i nogen af befolkningsgrupperne. Danmark oplever desuden en stigning i udbredelsen af overvægt og fedme.

### ➔ Nationale ernæringsmæssige retningslinjer

Den præcise sammensætning af den sunde indkøbskurv blev udviklet i henhold til de nationale ernæringsmæssige retningslinjer. De officielle danske anbefalinger består af syv retningslinjer, der for eksempel foreslår, at man spiser rigeligt af brød og korn, spiser frugt og grønt hver dag og vælger mælkeprodukter og ost med et lavt fedtindhold. Indkøbskurven er også udarbejdet på baggrund af de nordiske ernæringsmæssige retningslinjer. De sigter mod at anbefale et næringsindtag for forskellige grupper, der er optimalt ud fra et fysiologisk perspektiv og reducerer risiciene for kostrelaterede sygdomme. De nordiske anbefalinger bruges også til at fastsætte alkoholforbruget, der ikke bør overstige 5% af det samlede energiindtag for voksne.

### ➔ Prisfastsættelsen af kurven

Priserne blev indsamlet i en enkelt discountbutik i en af de største supermarkeds kæder i Danmark. Denne fødevarerbutik anses for

at være den billigste i Danmark, og den findes overalt i landet. Beregningen af referencebudgettet tager også højde for eventuelle prisnedsættelser på grund af mængderabat for husholdninger med flere personer, der kan købe stort ind.

### ➔ Fysisk aktivitet

Udover behovet for en sund diæt, indeholder indkøbskurven også et minimumsbudget til fysisk aktivitet, fordi det i de nationale retningslinjer er præsenteret som et generelt krav til en sund levestil. Der er dog ikke føjet ekstra udgifter til den danske indkøbskurv, fordi gratis aktiviteter som gåture, jogging og cykling fuldt ud giver mulighed for at føre en sund livsstil.

### ➔ Andre funktioner forbundet med mad

Indkøbskurven tager også højde for følelsesmæssige, sociale og kulturelle funktioner forbundet med mad. Disse funktioner har deltagere i fokusgrupper udpeget som nødvendige for en passende deltagelse i det danske samfund. Deltagere i danske fokusgrupper fremhævede vigtigheden af madens sociale funktion. Mad betragtes som en måde at samle familien på, uddanne børn og vise din gæstfrihed, eller at du er parat til at deltage i en social gruppe eller aktivitet.