

## Baggrund

Mange danskere og børnefamilier har et ønske om at leve mere økologisk, sundt og bæredygtigt, men for de fleste er det svært at overskue i en ofte travl hverdag. Der er behov for hjælp til at skabe rammerne for, hvordan det bæredygtige sunde valg kan "oversættes" til praksis og daglige og ugentlige måltider, som hele familien kan samles om, samt dokumentere effekterne af en sådan kost ift. vores egen og klodens sundhed.

## Formål

Visionen er at motivere og hjælpe forbrugere og familier til at spise mere økologisk, bæredygtigt og sundt i fremtiden ved at:

- Udvikle OnePlate-konceptet til gavn for egen og klodens sundhed
- Få indsigt i familiers barrierer, muligheder og motivationsfaktorer for at ændre deres kost mod en mere økologisk, bæredygtig og sund planterig kost
- Dokumentere effekten af at spise efter OnePlate-konceptet ift. indtag af fødevarer og næringsstoffer, bæredygtighed (klima, arealanvendelse og biodiversitet), sundhed, pesticid-eksponering og acceptabilitet



## OnePlate

**Økologisk mad, bæredygtighed og sundhed samlet på én tallerken**

## Projektet trin for trin

- Gennemføre forbruger- og interessantundersøgelser, samt analyser af hotspots ift. klima, arealanvendelse og biodiversitet som udgangspunkt for udvikling af OnePlate-konceptet
- Omsætte konceptet til overordnede principper for menuplanlægning, opskrifter samt værktøjer og aktiviteter målrettet børnefamiliernes hverdag
- Udvikle analyse- og forsøgsmetoder til brug for pilot- og interventionsstudie
- Gennemføre et randomiseret kontrolleret interventionsstudie blandt 75 familier til afprøvning af OnePlate-konceptet sammenlignet med deltagernes sædvanlige kost
- Måle effekten af konceptet ift. ændringer i indtag (brug af økologiske produkter og ernæringsmæssig sammensætning), bæredygtighed (klima, arealanvendelse og biodiversitet), sundhed (risikomarkører for hjertekarsygdomme), pesticid-eksponering samt acceptabilitet vurderet ud fra compliance, spørgeskemaer samt kvalitative interviews
- Udvikle informationsmaterialer og værktøjer, der formidler OnePlate-projektets resultater til brug for forbrugere og økologiske interessenter

## Læs mere om projektet på

<https://icrofs.dk/forskning/organic-rdd-8/one-plate>

## Projektperiode

2023-2026

## Projektleder

Anne Dahl Lassen  
seniorforsker  
DTU Fødevareinstituttet  
[adla@food.dtu.dk](mailto:adla@food.dtu.dk)  
31425789



## Projektdeltagere

Anne Dahl Lassen, Ellen Trolle, Mette Erecius Poulsen, Elena Hakme, Camilla Christensen, Sidse Marie Sidenius Bestle, DTU Fødevareinstituttet

Lisbeth Mogensen, Institut for Agroøkologi, Aarhus Universitet

Mia Rask Vendelbjerg, Lars Schell og Jonas Cold Leisner, Meyers Madhus

Mie Reihs Hegna og Marie Boudigaard Granlie, Økologisk Landsforening

Styregruppe  
Christine Nellemann, DTU Fødevareinstituttet

Anne Grete Kongsted, Institut for Agroøkologi, Aarhus Universitet

Emma Ter-Borch, Meyers Madhus

Mette Villekær, Økologisk Landsforening