



NordicNutritionCouncil

## Manifest för föreningen Nordic Nutrition Council

Den ideella föreningen Nordic Nutrition Council (NNC) grundades för att värna om den nordiska befolkningens rätt till att fritt välja vägar för sin egen hälsa genom informerade val.

### Bakgrund

Världen står inför stora utmaningar när det gäller tillgången på rent vatten och näringsrik föda. Jordens resurser har minskat kraftigt de senaste hundra åren. Ett ensidigt industriellt jordbruk utarmar den brukbara marken, gifter sprids i luft, vatten och mark, och tillgången till näringsrik, varierad och giftfri föda minskar. Samtidigt ökar antibiotikaresistensen bland elakartade bakterier medan människans mikrobiom och immunförsvar försvagas.

Medvetenheten om miljöförstörelsens effekter har skapat ett stort intresse för en hållbar livsstil och naturlig hälsa. Allt fler väljer att ta ansvar för sin hälsa genom livsstilsförändringar i stället för att bara förlita sig på miljöskadliga läkemedel.

Generellt är dock kunskapen om näring och hälsa låg i samhället; det råder stor förvirring och vi behöver hjälp med objektiv information om hur vi håller oss friska. Med mer kunskap och frihet kan vi med enkla och billiga medel själva investera i hållbar hälsa

En irrationell och märklig aspekt i det här sammanhanget är att våra myndigheter arbetar för att minska individens tillgång till enskilda näringsämnen och andra hälsosamma ämnen i stället för att med alla medel gynna det rådande intresset för hållbar och miljövänlig hälsa.

NNC vill vara en pådrivare av den pågående förändringen, en stark röst som står upp för individens rätt till hälsa baserat på fria val. NNC verkar därför för att sprida saklig och evidensbaserad information om hälsofrämjande kost, näring och livsstil till samhällets alla instanser.

**Föreningen Nordic Nutrition Council har skrivit följande manifest för att visa hur vi vill bidra till ett friskare samhälle med hög individuell livskvalitet.**



## NordicNutritionCouncil

### **1. NNC värnar om rätten till kunskap och fria val av livsstil**

Enligt de allra flesta länders grundlag råder yttrande och tryckfrihet. Det innebär att det även finns en rättighet till information för att bilda sig en egen uppfattning i olika frågor. I de flesta demokratiska länder råder också rätten att göra fria val.

***NNC står för individens rätt till kunskap och fria val när det gäller den personliga hälsan.***

### **2. NNC vill bidra till naturlig hälsa över tid**

Föreningen Nordic Nutrition Council vill bidra till en förändring av den rådande hälso- och sjukvårdssituationen genom att tillhandahålla evidensbaserad information som ger en bättre förståelse för hur kost och näring kan förebygga och även bidra till behandling av ohälsa och sjukdom. Vi anser att det är viktigt för alla som arbetar inom vården att ha tillgång till evidensbaserad kunskap om naturliga läkeprocesser samt om hur kost och livsstil kan förebygga ohälsa och påskynda läkning.

NNC vill bidra till en hälsovård där grundproblemet och inte bara symtomen på kroniska sjukdomar behandlas. En vård med fokus på naturlig hälsa som minskar behovet av långvarig sjukvård.

***NNC bidrar till en positiv förändring av den rådande situationen inom hälso- och sjukvård genom att förmedla information om naturlig läkning och kostens inverkan på hälsa och ohälsa.***

### **3. NNC förmedlar kunskap inom området naturlig hälsa**

I en värld med allt mer information om naturliga och enkla medel för att behålla hälsan finns det också mycket desinformation och missuppfattningar. Här spelar NNC en viktig roll genom att fungera som en guide i mediebruset. Vi söker och förmedlar saklig och korrekt information om hur man med hjälp av kost, näringstillskott och en sund livsstil kan höja sin livskvalitet och dessutom skapa förutsättningar för kommande friska generationer.

***NNC bidrar till den gemensamma kunskapsbasen i Norden genom att sprida information om hälsa och kosthållning som är underbyggd av resultat från relevant och grundligt utvärderad forskning.***

### **4. NNC vill bidra till en sund hantering av skattemedel i hälsofrågor**

Att behålla hälsan över tid blir allt viktigare. I Sverige höjs pensionsåldern kontinuerligt med hänvisning till en allt längre livstid. Eftersom vi förväntas vara yrkesverksamma en längre del av livet är vi ännu mer beroende av god hälsa. I ett samhälle där allt fler är naturligt friska har individen högre livskvalitet medan företag och offentlig sektor har högre produktivitet och staten lägre kostnader för ohälsa på grund av sjukskrivningar och förtidspensionering.

***NNC bidrar till en bättre samhällsekonomi genom att delta i samhällsdebatten och föra fram rationella modeller.***



## Nordic Nutrition Council

### 5. NNC står för fri tillgång till säkra och hälsofrämjande ämnen

Definitionen för ett läkemedel är ”det som förebygger, lindrar, botar eller läker”. Detta är en mycket bred definition som har medfört att svenska myndigheter starkt begränsat den fria tillgången till viktiga näringsämnen och örter.

Allt fler naturliga säkra närings- och växtämnen klassas som läkemedel och blir därmed otillgängliga för oss svenskar. Exempel på sådana läkemedelsklassade ämnen i Sverige är den essentiella (livsviktiga) aminosyran l-tryptofan, den viktiga antioxidanten n-acetylcystein (NAC), glukosamin och örter som mariatistel och munkpeppar. Dessa näringsämnen och örter har i praktiken förbjudits i Sverige för att de är effektiva för hälsan och kan ersätta vissa läkemedel. I övriga Europa hanteras de som kosttillskott.

***NNC förespråkar fri tillgång till näringsämnen, örter och andra hälsofrämjande naturliga ämnen i relevanta doser. Vi informerar myndigheter, politiker och allmänhet om fördelarna med en fri tillgång till hälsofrämjande medel.***

### 6. Nordic Nutrition Council tror på samarbete

NNC vill skapa en gemenskap för alla som använder och arbetar för naturlig hälsa. Vi vill att alla ska ha tillgång till den kunskap och de medel som behövs för att förbättra sitt eget, sina barns och i förlängningen hela vår världs hälsotillstånd. Hur vi väljer att leva våra egna liv påverkar direkt och indirekt alla andras liv i dag och i framtiden.

***NNC står för ökad kunskap och viljan att ta ansvar för sin egen och andras hälsa och ohälsa utan monopol och restriktioner. Vi samverkar med andra föreningar, organisationer, företag, intressegrupper och enskilda medborgare.***