



Vil du være med
i undersøkelsen
av kostholdet
i Norge?

Hva spiser vi i Norge?



UNIVERSITETET
I OSLO

 folkehelseinstituttet



Hva er Norkost 4?

Norkost 4 er den fjerde nasjonale undersøkelsen av kostholdet blant voksne i Norge. Vi vil vite hva vi spiser i Norge!

Hvorfor er Norkost 4 viktig?

Norkost 4 gir oss informasjon om kostholdet og hvordan det forandrer seg over tid. På denne måten kan vi finne ut mer om våre spisevaner og hvor mye vi får i oss av matvarer, næringsstoffer og eventuelle fremmedstoffer. Denne informasjonen kan videre settes i sammenheng med utviklingen i helsen vår. Dataene vil også gi grunnlag for beregning av kostholdets miljøavtrykk.

Hvem står bak Norkost 4?

Norkost 4 gjennomføres og finansieres av Avdeling for ernæringsvitenskap ved Universitetet i Oslo (UiO) og Folkehelseinstituttet (FHI).

Hvorfor spør vi deg om å delta?

Du er en av rundt 6 300 personer mellom 18 og 80 år som er tilfeldig trukket ut fra folkeregisteret til å representere den norske befolkningen i denne undersøkelsen.

For å få et bilde av kostholdet i Norge trenger vi deltagere fra hele landet og i alle aldre. Maten vi spiser varierer fra person til person og fra dag til dag. For oss er derfor hver deltager like viktig, og vi håper at du vil være med!



Hva vil det si å delta?

- Bli intervjuet to ganger på telefon om kostholdet ditt
- Svare på et spørreskjema

Hvert intervju tar rundt 30 minutter og gjøres på tidspunkter som passer for deg. Det vil gå to til fire uker mellom hvert intervju. I tillegg til spørsmål om kosthold har vi noen spørsmål om helse, levevaner, utdanning og arbeid.

Spørreskjemaet svarer du på etter intervjuene. Det inneholder spørsmål om hvor ofte du vanligvis spiser ulike matvarer og tar 20–25 minutter å fylle ut.

Hvordan kan du delta?

Vi vil kontakte deg på telefon i løpet av de nærmeste ukene. Da kan du si fra om du er interessert i å delta eller ikke og få svar på eventuelle spørsmål. Det kreves ingen forberedelser for å delta.

Gi oss gjerne beskjed om du nylig har byttet telefonnummer. Ønsker du å komme i kontakt med FHI angående Norkost 4, kan du henvende deg til UiO, så hjelper vi deg videre. Kontaktinformasjon finner du på baksiden av denne brosjyren.

Dersom du ikke ønsker å delta, og heller ikke vil at vi skal ringe deg, kan du gi oss beskjed. Husk å oppgi deltager nummeret som står nederst på neste side.



Alle som fullfører får et gavekort på 500 kr

Hva får du igjen for å delta?

- Alle deltagere som fullfører undersøkelsen får et universalgavekort på **500 kroner** ([presentkort.no](https://www.presentkort.no)) i posten.
- Hvis du vil, kan du få en kort tilbakemelding på kostholdet ditt når du er ferdig med undersøkelsen.
- Ved å delta, bidrar du til viktig forskning om sammenhengen mellom kosthold og helse.

Om deltagelse

Du kan når som helst protestere mot at du inkluderes i dette forskningsprosjektet, og du trenger ikke å oppgi noen grunn. Det vil ikke ha noen konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Personvern og etikk

Vi behandler opplysninger om deg fordi forskningsprosjektet er vurdert å være i allmennhetens interesse. Navn, fødselsnummer, adresse og fødeland er hentet fra folkeregisteret. Telefonnummer er hentet fra Digitaliseringsdirektoratet. Vi som arbeider med undersøkelsen hos UiO og FHI har taushetsplikt.

Prosjektet er vurdert av Personverntjenester. Personverntjenester kan kontaktes på personverntjenester@sikt.no.

Vi vil ikke offentliggjøre eller videreformidle hva enkelt personer har svart. All informasjon lagres ved hjelp av deltager nummer. Koblingen mellom deltager nummer og ditt fødselsnummer, navn og adresse vil lagres adskilt fra innsamlede data. Alle data lagres på en intern server ved UiO hvor kun personer tilknyttet prosjektet har tilgang. Det praktiske arbeidet avsluttes senest 31.12.2025.

Innsamlede data vil så oppbevares med personidentifikasjon for mulige oppfølgingsstudier frem til forventet prosjektslutt 31.12.2045. Fødselsnummer og kontaktinformasjon til personer som ikke deltar slettes senest 31.10.2023. Anonyme demografiske bakgrunnsdata (alder, landsdel, kjønn og fødeland) om personer som ikke deltar vil oppbevares på ubestemt tid for vurdering av utvalgets representativitet. For å videre kunne undersøke sammenhenger mellom kosthold og helse vil vi for de som samtykker til å delta kunne innhente opplysninger fra enkelte nasjonale registre. Dette gjelder medikamentbruk fra Reseptregisteret; eventuelle diagnoser, henvisninger eller innleggelses fra Norsk pasientregister; bruk av kommunale helse og omsorgstjenester fra Kommunalt pasient og brukerregister (KPR/KUHR); samt demografiske data som for eksempel bosted og utdanningsnivå fra Statistisk sentralbyrå. Slike eventuelle oppfølgingsstudier vil separat bli vurdert av Personvernombudet og Regional etisk komité, med UiO eller FHI som ansvarlig institusjon. Etter prosjektslutt vil ikke den innsamlede informasjonen kunne kobles til deg med mindre vi spør deg om videre lagring, og du samtykker til det. Du vil finne resultater fra undersøkelsen og informasjon om eventuelle oppfølgingsstudier på FHIs nettsider (www.fhi.no).

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til å få innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg og få rettet eller slettet disse.

Du har også rett til å protestere og sende klage til Personvernombudet (personvernombudet@uio.no) eller Data-tilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Ditt deltager nummer:
9999

Bildehefte

Vedlagt dette brevet finner du et bildehefte som vil brukes under begge kostintervjuene.

Bildeheftet finner du også på med.uio.no/norkost.

Kontaktinformasjon

Ta gjerne kontakt med oss hvis du lurer på noe om undersøkelsen!



Kontakt oss

Telefon/SMS
920 84 137

E-post
norkostpost@medisin.uio.no

Nettside
med.uio.no/norkost



Hvem jobber med Norkost 4?

Lene Frost Andersen
prosjektleder
Universitetet i Oslo

Jannicke Borch Myhre
daglig leder
Universitetet i Oslo



Se alle våre prosjektmedarbeidere og intervjuere på med.uio.no/norkost



UNIVERSITETET
I OSLO

 folkehelseinstituttet