

Operation skolmat, Finlands svenska Marthaförbund

Finlands svenska Marthaförbund startade 2009 projektet som heter ”Operation skolmat”. Målsättningen med projektet omfattar följande punkter:

- Förbättra kostvanorna, öka fiberintaget och reducera sockerkonsumtionen
- Förnya grönsaksrepertoaren, införa en grönsaksbuffé som komplement till varma maten
- Införa Sapere, sensorisk träning, ett pedagogiskt verktyg för att stöda måltiden
- Fortbilda och inspirera måltidspersonal
- Involvera föräldrar, erbjuda familjematlagningskurser
- Involvera beslutsfattare på orten, arrangerat ”kockdueller” mellan olika partier. En lekfull kväll där vi diskuterar måltiden som ofta bortprioriteras i både kommun och stad

Operation skolmat har varit verksam med följande moment:

- Arrangerat fyra veckor grönsaksbuffévecka, på fyra olika orter (projektskolor). 850 personer tagit del av grönsaksbuffé.
- Arrangerat fyra kockduellkvällar (Kokkisota). 40 personer deltog i Kockduellkvällarna.
- Överlämnat fyra budkavlar till politiker och tjänstemän i samband med avslutningen av projektet i skolorna. Där önskar vi att städerna och kommunerna skall satsa på mat och kvalitet samt ta projektets arbete som modell för utveckling. 910 personer deltog i projekt avslutningen med festlunch och överlämning av budkavel.
- Vid sju olika tillfällen har kökspersonal fortbildats. 250 personer har fått fortbildning och inspiration i arbete med offentlig måltid.
- Arrangerat nio matlagningskurser för familjer. 90 personer har deltagit i matlagningskurserna.
- Handledning av personal i undervisningsmetoden Sapere samt undervisat elever i Sapere, i fyra skolor totalt tio lektioner / skola. 200 personer har fått undervisning och handledning i undervisningsmetoden Sapere, dessutom skolades i november 100 personer på Åland i metoden Sapere.
- Den mediala synlighet har varit stor, bara i år tio radiointervjuer samt 12 tidningsintervjuer eller artiklar, därtill inledde projektarbetarna i mars Bloggar med 50-tal inlägg.

Vi har sett märkbara skillnader i grönsakskonsumtionen mellan en ”vanlig skolmats vecka” och Operation skolmats grönsaksbuffévecka. Mellan 5–7 gånger mera grönsaker har barnen och ungdomarna ätit. Vi lyckades öka fiberintaget från 3 g till 8 g (alltså helt enligt rekommendationen).

Genom att erbjuda en lustfylld, vackert serverad grönsaksbuffé med fritt valbara grönsaksalternativ äter barnen bättre, alltså mera. Speciellt i lågstadieskolorna märktes en minskning ibland med hälften av den varma maten (ofta dyr industrimat) då tallrikarna fylldes

med grönsaker och färskt hemgjort bröd. En dag då vi inte bakade bröd, bjöd vi på bredbar färskost (kvark, örter och vitlök) samt en hummus till knäckebrödet. Då steg knäckebrödskonsumtionen (fibreerna) med 5 gånger.

Barnen själv har berättat om hur de var märkbart mättare och kände sig piggare under specialveckan. Flera föräldrar har även de berättat och till och med skrivit tidningsinsändare om hur de märkte hur bra deras barn mådde och hur de inte alls var i desperat behov av mellanmål på eftermiddagen.

Under specialveckorna serverade vi eleverna och personalen på de fyra projektskolorna en grönsaksbuffé. Ett rikt utbud av inhemska främst ekologiska rotfrukter, grönsaker, kål, linser och baljväxter och hemgjort bröd. Det var en positiv stämning, de var förväntansfulla, tacksamma och glada. Till stämningen hörde de dofter vi spred genom att baka och exempelvis rosta rotfrukter i ugnen. Ca 50 elever brukar matskolka i högstadieskolan, alla elever åt i skolan under specialveckan.

Endast Karleby har infört grönsaksbuffé som en gemensam satsning under tre dagar i veckan, övriga orter där vi varit verksamma har inte ännu infört buffén som en ordinarie satsning. Främst handlar det om att personalen inte är motiverad och får stöd av kostchefen eller arbetsledningen. Ett gott råd för att stöda personalen vilket vi framfört på alla orter är att grunda ett kost-team för att tillsammans fatta kloka beslut i frågan samt stöda och inspirera personalen i köket.

Under projektiden har vi introducerat den lustfyllda sensoriska metoden, Sapere, i de fyra projektskolorna. Eleverna har uppfattat det som mycket positivt och de har med iver tagit del i de 10 lektionerna. I Pargas (Väståboland), Malms skola har man på eget initiativ beslutat att införa metoden i sin verksamhet, trots att projektet nu har lämnat skolan.

Personalen på projektets fyra orter har fått fortbildning under själva tiden vi arbetade i köket tillsammans med dem. Vårt arbete var en modell och inspirationsmöjlighet för personalen. För att förstärka deras kunskaper och för att sprida vårt arbete till hela orten erbjöd vi även övrig kostpersonal till en utbildningsdag eller eftermiddag. Vi berättade om Operation skolmat och om våra erfarenheter samt sporrade dem till att se möjligheterna för utvecklingen av deras arbete.

Politikerna fick även de ta del av projektets innehåll och uppmärksammades på betydelsen av att prioritera mat och kvalitet i beslutsprocessen. Vi har under projektets gång märkt hur långt ifrån varandra vi står varandra. Kök, politiker, föräldrar, lärare och elever kunde gott samarbeta för att nå en utveckling och förbättring inom offentlig måltid.

Vi har erbjudit matlagingskurser för föräldrar tillsammans med sitt barn. På så vis vill vi visa hur viktigt det är att samlas kring mat och tillsammans lära sig mera och värdesätta mat och måltid. Under kurserna har vi fokuserat på grönsaker och de inhemska råvarorna. Vi har t.ex. med hjälp av en Sapere-övning undersökt kålroten och dess naturliga sötma i olika steg.

Under kurserna har vi diskuterat skolmåltiden och många föräldrar känner inte till hur skolmåltiden ser ut idag. I vår lilla undersökning framgick det att under en veckas tid hittade vi uppemot 80 olika tillsatser i skolmaten bara i en skola.