

Aistien avulla ruokamaailmaan – Sapere-menetelmän levittäminen varhaiskasvatukseen, Keski-Suomen sairaanhoitopiiri

Keski-Suomen sairaanhoitopiirin hanke Aistien avulla ruokamaailmaan – Sapere-menetelmän levittäminen varhaiskasvatukseen käynnisti Sapere-menetelmän valtakunnallisen levittämisen. Sapere on kaikkia aisteja aktivoiva ruoka- ja ravitsemuskasvatusmenetelmä, joka antaa lapsille mahdollisuuden iloiseen, kokeelliseen ja omaehtoiseen kokemukseen ruokamaailmasta. Menetelmä otettiin käyttöön osana lasten perushoitoa, kasvatusta ja opetusta yhteistyössä ruokapalveluhenkilöstön kanssa hankealueilla: seitsemässä Keski-Suomen kunnassa ja Turun kaupungissa.

Hankkeessa luotiin kanava, opetussisällöt ja alueelliset toimintatavat Sapere-menetelmäkoulutuksille ja lasten ruokakasvatukseen liittyvän tietotaidon levittämiseksi. Lisäksi tuotettiin toimintamalli lasten päivähoitoruokailun toteuttamiseen niin, että mahdollistettiin Sapere-menetelmään liittyvä lasten osallistuminen ruokatehtäviin ja aistiharjoitteisiin. Aineiston levittämiskanavaksi tuotettiin uudet verkkosivut sekä valtakunnallisiin että hankekuntien omiin tarpeisiin (www.sapere.fi/www.makukoulu.fi ja www.peda.net/veraja/projekti/saperemenetelma).

Hankkeeseen mukaan tulleiden päiväkotien lukumäärä oli yli kaksinkertainen asetettuun tavoitteeseen nähden. Hankekunnissa Sapere-menetelmän perehdytyskoulutuksia järjestettiin yhteensä 23 ja syventäviä koulutuksia tiimivastaaville kolme. Valtakunnallisia koulutuksia järjestettiin kaksi. Tuotetun koulutusmateriaalin, saadun kokemuksen ja palautteiden perusteella Sapere-menetelmän ammatillisen täydennyskoulutuksen sisällöstä on valmistumassa opetussuunnitelmarunko, ja luentomateriaali on taltioitu hankkeen verkkosivuille jatkokäyttöä varten.

Hankkeen tuloksena lasten ruokakasvatus on nousemassa hankekuntien varhaiskasvatuksessa näkyväksi toiminnaksi: perehdytyskoulutukseen osallistui 836 varhaiskasvatuksen ammattilaista, ja 72 työntekijää sai syventävän menetelmäkoulutuksen. Sapere-menetelmän käyttäjiä on 43:ssa päivähoiton yksikössä, ja se on todettu ammattilaisten keskuudessa toimivaksi ruokakasvatuksen käytännöksi.

Hanke toi uusia, hyviä ruokakasvatuskäytäntöjä kasvatuskumppanuuteen. Esimerkiksi lähes 1000 lasta ja vanhempaa tavoittanut kokemuksellinen aistirata -toimintamalli antaa lapsille ja perheille aitoja ruokaelämyksiä kaikilla aisteilla. Myös päivähoiton kasvatushenkilöstön ja ruokapalvelun välinen yhteistyö on tiivistynyt hankekunnissa positiivisella tavalla.

Osahankkeena kehitettiin, testattiin ja tuotettiin uusi realistinen malli lasten ruokapalveluihin. Lapsilähtöinen, ruokakasvatuksen tavoitteita ja toteutusta tukeva pedagoginen ruokalista on käytössä 14 päiväkodissa.

Lasten ruokakasvatusasiat ovat hankkeen aikana saaneet runsaasti valtakunnallista ja paikallista myönteistä julkisuutta. Sapere-menetelmä on antanut lapsille ruokailon kokemuksia, ja he ovat oppineet syömään entistä paremmin ja monipuolisemmin etenkin kasviksia, hedelmiä, marjoja, viljaa ja kalaa.

Hanke on dokumentoitu huolella ja siitä on valmistunut tai valmistumassa useita opinnäytetöitä. Hanketta on esitelty kansainvälisesti Hollannissa EUPHA:n konferenssissa ja Sapere-foorumilla sekä pohjoismaisissa Ny Nordisk Mat -yhteistyötapaamisissa Tanskassa ja

Ruotsissa. Suomen Lihavuustutkijat ry myönsi Aistien avulla ruokamaailmaan -hankkeelle vuoden 2010 painonhallintapalkinnon työstä lasten ylipainon ehkäisemiseksi.

Hankkeelle on haettu jatkorahoitusta STM:n terveydenedistämisen määrärahasta. Jatkohankkeeseen on tulossa mukaan noin 100 päivähoiton yksikköä 23:sta kunnasta. Lisäksi toiminta on leviämässä varhaiskasvatukseen pilotteina Oulussa, Espoossa ja Helsingissä.