

Suomen Sydänliitto ry

## Tiivistelmä

### Maistuvaa ja terveellistä ruokaa koululaisille

Hankkeen tavoitteena oli lisätä kouluruoan ja sen valmistamisen arvostusta 1) tarjoamalla ruokapalveluiden ammattilaisille keinoja valmistaa maukasta ja terveellistä ruokaa ja viestittää siitä ruokailijoille ja 2) puhuttelemalla suoraan lapsia ja nuoria hyvän ravitsemuksen merkityksestä osana jaksamista, tervettä kasvua ja hyvää oloa. Lisäksi tavoitteena oli pitää yllä keskustelua kouluruoan arvostuksesta päättäjäviestinnän keinoin yhteistyössä Kouluruokavaali-toimijoiden kanssa.

Ruokapalveluiden ammattilaisille tuotettiin yhteistyössä Kotimaiset Kasvikset ry:n kanssa yli 70 ruokaohjetta, jotka täyttävät ravitsemussuositukset ja Sydänmerkki-aterian kriteerit. Reseptejä kehoitettiin hyödyntämään Hyvän kouluruoan viikolla, johon tuotettiin aineistopaketti (julisteita ja kaitaliinoja) kouluravintolan somistamista varten. Pääasiassa kunnallisten ruokapalveluiden toimijat tilasivat (200 eri tilaajaa) yhteensä 2800 aineistopakettia, yhteensä 200 eri paikasta. Ruokaohjeisto sisällytettiin osaksi Sydänmerkki-aterian ruokaohjeistoa ([www.sydanmerkki.fi](http://www.sydanmerkki.fi)) niin, että se on edelleen kaikkien kouluravintoloiden ja muita ruokapalveluita tarjoavien käytössä.

Hyvän kouluruoan viikolla koululaiset saivat tietoa kouluruoan merkityksestä kouluravintolan somistusmateriaalin kautta. Kouluruosta tehtiin sisältöä myös [www.hyvavalipala.fi](http://www.hyvavalipala.fi)- sivuille. Lisäksi opettajia kannustettiin käsittelemään kouluruokailua ja sen merkityksestä. Myös vanhemmille tuotettiin tietoa kouluruokailusta ja sen merkityksestä em verkkosivulle.

Keväällä 2010 avattiin sekä koululaisille että vanhemmille suunnattu kouluruokaaäänestykseen [www.hyvavalipala.fi](http://www.hyvavalipala.fi)- ja [www.jarkipalaa.fi](http://www.jarkipalaa.fi) -sivuilla. Touko-syyskuun aikana kilpailuun oli tullut noin 2000 vastausta, joiden perusteella laadittiin lehdistötiedote (26.10.2010). Vuoden loppuun asti kestäneeseen äänestykseen saatiin yli 3800 vastausta.

Viikolla 16 järjestettiin Kuopiossa ja Oulussa kuntapäättäjille sekä median ja vanhempien edustajille tilaisuudet, joissa oli mahdollisuus maistaa kouluruokaa ja kokea kouluruokailun arki keskellä koulupäivää. Tilaisuuksiin osallistui myös opettajia ja muita koulutoimen edustajia, ruokapalveluiden edustajia sekä oppilaita. Oulun tilaisuudessa oli noin 50 osallistujaa, joista 10 oli päättäjiä. Kuopiossa oppilaiden lisäksi tilaisuuteen osallistui 20 aikuista. Tilaisuuksien tavoitteena oli osoittaa, että kouluruoka on arvostuksensa ansainnut, mutta sen toteuttaminen STM:n toimenpidesuosituksen mukaisesti vaatii riittävät resurssit. Tilaisuudet osoittivat, että tarvitaan yhteisiä foorumeita, joissa kunnan luottamus- ja virkahenkilöstö sekä ruokapalveluiden ammattilaiset voivat kohdata. Keskeinen keskustelunaihe ja kehittämisen teema on myös kouluruoan merkitys koulun toimintakulttuurissa.

Päättäjäviestinnän tueksi sekä kouluruokakeskustelun käynnistämisen ja ylläpitämisen tukiaineistoiksi tuotettiin lyhyitä videoita. Ensimmäisessä videotuokiossa eri-ikäiset koululaiset kertoivat kouluruoasta ja ruokatuntien merkityksestä. Vastaavanlaiset videot tuotettiin myös vanhempien, opettajien, ruokapalvelun ammattilaisten ja kuntapäättäjien näkökulmasta. Käsiteltäviä teemoja olivat mm. lasten ohjaaminen ja kouluruoan puheeksi ottaminen, ruokailijoiden toiveiden huomioiminen, ruokailutilanteen kokeminen, ravitsemuslaadun varmistaminen ja kouluruokailun resurssikysymykset. Videot on nähtävissä [www.jarkipalaa.fi](http://www.jarkipalaa.fi)- ja osa myös [www.pomminpurkajat.fi](http://www.pomminpurkajat.fi)- sivuston kautta.