



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

2018



TERVEYTTÄ  
JA ILOA  
RUOASTA

SYÖDÄÄN  
JA OPITAAN  
YHDESSÄ

RUOKAILUSUOSITUKSET  
KÄYTTÖÖN



viestintä  
valkea



Maa- ja metsätalousministeriö



## Suosituks<sup>et</sup> käyttöön

Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ry

Loppuraportti

13.12.2018

## Yhteenveto

Suosituksien käyttöön -projekti on toteutunut ajalla 27.8.2018 - 12.12.2018 tarjouksen mukaisesti. Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ry (ostopalveluna asiantuntijatyötä maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksilta (juridisesti ProAgria Keskuksia) ja Ruukku ry:ltä) on suunnitellut ja koordinoitunut valtakunnallista asiantuntijatyötä, toteuttanut viestintätoimenpiteitä, osallistunut Vantaalla toteutettuun keskustelutilaisuuteen, osallistunut viestintämateriaalin (mm. Terveyttä ja iloa -video) suunnitteluun sekä toteuttanut road show -tilaisuuksia sopimuksessa (tarjous, lisäksi tarkennettu sähköpostitse) määritellyillä alueilla.

## Road show -tilaisuudet

Road show -tilaisuuksia on toteutettu yhteensä 27 kpl. Toteutetuilla kokous- ja koulutustilaisuuksilla on tavoitettu tarjouspyynnön mukaisia relevantteja toimijoita kuten toimijoita ravitsemuksen, ruokakasvatuksen ja ruokapalvelujen parissa, varhaiskasvatuksen järjestäjätahoja, varhaiskasvatuksen johtajia, rehtoreita ja elintarvikkeiden hankinnoista vastaavia.

Tilaisuudet toteutettiin seuraavissa kunnissa

Etelä-Pohjanmaa: Kauhajoki, Ähtäri, Kurikka ja Alajärvi

Etelä-Savo: Mikkeli, Savonlinna, Juva ja Pieksämäki

Häme: Hämeenlinna, Janakkala, Loppi ja Riihimäki

Kymenlaakso ja Päijät-Häme: Lahti, Orimattila, Iitti, Pyhtää ja Kouvola

Satakunta: Kankaanpää, Eurajoki, Karvia, Nakkila ja Rauma

Etelä-Lappi: Simo, Tornio, Keminmaa ja Kemi

Tilaisuuksien toteutus ja käytettävät aineistot käytiin läpi yhteistyökokouksessa 30.8., lisäksi kokemuksia jaettiin, aineistotilannetta päivitettiin ja työtä ohjattiin eteenpäin kokouksessa 1.11.

Toteutuneiden tilaisuuksien paikat, päivämäärät ja toteutustapa sekä osallistujat on esitetty taulukossa 1.

TAULUKKO 1. Road show -tilaisuudet

Kunta	Päivämäärä	Lyhyt kuvaus
<b>Kankaanpää</b>	25.9.2018	Paikalla koulujen rehtorit, varhaiskasvatuspäällikkö, sivistysjohtaja ja ravitsemusjohtajat eri keittiöiltä. Esitys ja keskustelua.
<b>Pieksämäki</b>	25.9.2018	Läsnä varhaiskasvatuspäällikkö, päiväkotien johtajat, päivähoidon ohjaajat sekä ruokapalvelupäällikkö. Suositusten esittely, keskustelua ja kommentointia.
<b>Mikkeli</b>	16.10.2018	Paikalla kaupungin varhaiskasvatuksen johto, päiväkotien johtajat, ruokapalvelupäällikkö sekä yksityisten päiväkotien johtajat. Esitys suosituksista, keskustelua ja kommentointia.
<b>Janakkala</b>	24.10.2018	Janakkalan kunnan ruokapalveluiden henkilökunnan kanssa Janakkalan kunnantalolla. Paikalla mm. ruokahuollon palvelupäällikkö sekä keittiöhenkilökuntaa sekä kouluista että päiväkodeista.
<b>Hämeenlinna</b>	25.10.2018	LAPE -hankkeen ohjausryhmän kokous Hämeenlinnassa. LAPE -ohjausryhmään kuuluu jäseniä koko Kanta-Hämeen alueelta.
<b>Rauma</b>	30.10.2018	Esitys ja keskustelua, paikalla ruokapalvelujohtaja, tuotantopäällikkö ja kaksi ruokapalveluesimiestä.
<b>Iitti</b>	31.10.2018	Kunnan sivistystoimenjohtajan koolle kutsuma tilaisuus, paikalla viisi rehtoria, kaksi varhaiskasvatustaloutta, hyvinvointikoordinaattori ja kirjastonhoitaja. Tilaisuudessa esiteltiin molemmat suositukset sekä koulujakejärjestelmä. Runsaasti keskustelua.

<b>Juva</b>	5.11.2018	Esittely- ja koulutustilaisuus Juvan kunnan perhepäivähoitajille, ryhmäperhepäiväkodeille ja päiväkodeille (päiväkodeista 1-2 lastenhoitajaa paikalla). Tilaisuus oli perhepäivähoitajille ja ryhmäperhepäiväkotien hoitajille pakollinen koulutus, johon oli varattu kaksi tuntia.
<b>Keminmaa</b>	5.11.2018	Esitys Keminmaan kunnan varhaiskasvatushenkilöstölle. Paikalla varhaiskasvatusjohtajat sekä vastaavat lastentarhaopettajat kahdeksasta päiväkodista. Lisäksi paikalla jokaisen päiväkodin ruokahuollosta henkilö.
<b>Nakkila</b>	7.11.2018	Paikalla ruokahuoltopäällikkö, sivistysjohtaja ja päiväkodin johtaja. Esittely ja keskustelua.
<b>Savonlinna</b>	7.11.2018	Esitys Savonlinnan peruskoulujen rehtorikokouksessa, sivistysjohtaja ja ruokapalvelupäällikkö myös paikalla.
<b>Lahti</b>	8.11.2018	Esitys Lahden kaupungin osallisuuden ja hyvinvoinnin palvelujen ohjausryhmän kokouksessa, paikalla mm. osallisuuden ja hyvinvointipalvelujen erityisasiantuntija, sivistystoimenjohtaja, varhaiskasvatusjohtaja, hyvinvointijohtaja, LAMK:n rehtori ja sosiaali- ja terveystoimen yksikön johtaja, nuorisopalvelujen ja liikuntapalvelujen palvelu/aluepäälliköitä.
<b>Simo</b>	8.11.2018	Esitys Simon kunnan varhaiskasvatushenkilöstölle
<b>Loppi</b>	13.11.2018	Palvelukeskus Eedilä, läsnä kunnan ruokapalveluesimies, yhden päiväkodin johtaja sekä ruokahuollon henkilökuntaa.
<b>Riihimäki</b>	14.11.2018	Esitys ja keskustelua, erityisenä kiinnostuksen kohteena varhaiskasvatuksen ruokakasvatus. Paikalla varhaiskasvatuksen esimiehet ja varhaiskasvatuspäällikkö.
<b>Tornio</b>	14.11.2018	Esitys Tornion kunnan varhaiskasvatuksen jorylle sekä ruokapalvelupäällikölle.
<b>Kemi</b>	14.11.2018	Esitys Kemin kunnan palaverissa, paikalla esimiestasoa varhaiskasvatuksen puolelta, alakoulusta, lukiosta sekä ruokapalvelusta.
<b>Savonlinna</b>	20.11.2018	Varhaiskasvatuksen ruokailusuositusten esittely Savonlinnan varhaiskasvatuksen palaverissa, paikalla päiväkotien johtajat, varhaiskasvatuspäällikkö, ruokapalvelupäällikkö ja -ohjaaja.
<b>Pyhtää</b>	20.11.2018	Esitys Pyhtään kunnan terveyden edistämisen työryhmän kokouksessa, paikalla mm. Pyhtään kunnan sosiaali- ja terveysjohtaja, varhaiskasvatuspäällikkö, Attendon johtava hoitaja, liikunnanohjaaja ja kunnanhallituksen jäsen.
<b>Karvia</b>	21.11.2018	Esitys ja keskustelua, paikalla rehtorin kokoama porukka, johon kuului koulutoimenjohtaja, tiedottaja /vapaa-aikasihteeri, päiväkodinjohtaja, opettajia esi-, ala- ja yläkoulusta, sekä keittiön henkilökuntaa.
<b>Kouvola</b>	21.11.2018	Esitys ja keskustelua Elimäen yhteiskoulun terveyden edistämisen työryhmän kokouksessa, paikalla mm. koulun rehtori, terveydenhoitaja, kuraattori, psykiatrinen sairaanhoitaja ja alakoulun apulaisrehtori.
<b>Alajärvi</b>	27.11.2018	Varhaiskasvatuspäällikön koollekutsumana alue-esimiehiä, erityislastentarhanopettaja sekä parilta päiväkodilta henkilökuntaa. Esitys ja keskustelua.
<b>Eurajoki</b>	28.11.2018	Lyhyt esitys, keskustelua. Varhaiskasvatuksen palaverissa paikalla varhaiskasvatuksen esimiehiä, ruokapalveluesimies ja työntekijöitä, ap-/ip-toiminnasta vastaava, toimistohenkilöitä ja opiskelija.
<b>Kurikka</b>	29.11.2018	Paikalla kasvatus- ja opetuspäällikkö, varhaiskasvatuspäällikkö, sivistysjohtaja, ruokapalvelupäällikkö ja varhaiskasvatuksen työntekijöitä sekä Kurikasta että Jalasjärveltä. Esitys, keskustelua.

<b>Kauhajoki</b>	29.11.2018	Läsnä varhaiskasvatusjohtaja, varhaiskasvatuksen aluejohtajia, ravitsemustyönjohtaja sekä keittiötyöntekijä. Esitys suosituksista, keskustelua ja kommentointia.
<b>Ähtäri</b>	30.11.2018	Tapaaminen varhaiskasvatuspäällikön, palveluohjaajan sekä erityislastentarhanopettajan kanssa, lisäksi seurakunnan lastenohjaajia tapaamassa. Sairastumisten vuoksi tapaaminen jäi hieman tyngäksi. Sovittu infosta perhepäivähoitajille ja ravitsemistyöntekijöille.
<b>Orimattila</b>	5.12.2018	Paikalla varhaiskasvatusjohtaja, päiväkodin johtajat ja ruokapalvelun esimies sekä työntekijöitä.

Toteutettujen tilaisuuksien lisäksi on oltu yhteydessä Seinäjoen ja Jokioisten kuntiin, joissa yhteyshenkilöt kertoivat, että ruokakasvatus on otettu erittäin mukaan toimintaan. Ruokailusuositukset koettiin näissä kunnissa tutuksi ja hyvin toteutuvaksi, joten tarvetta esittelylle ei nähty eikä sellaista tällöin näissä kunnissa järjestetty.

Kaikkiaan tilaisuudet koettiin erittäin hyödyllisiksi. Esimerkiksi Etelä-Savon alueella yhteydenotot johtivat pikaisesti toimenpiteisiin, ja tapaamiset sovittiin ennätysnopeasti. Tilaisuuksille ja suosituksista annettavalle informaatiolle oli todella suuri kysyntä.

Valtakunnallisesti tiedossa on myös lukuisia jatkotoimenpiteitä, joihin kunnissa on käynnin jälkeen ryhdytty. Eräässä kunnassa varhaiskasvatuksen ruokailusuositusten käyttöönotto otettiin työn alle heti tapaamisen jälkeen ja ensimmäisenä toimenpiteenä luovuttiin makeistarjoiluista lasten syntymä- ja nimipäivinä ja siitä tiedotettiin vanhemmille. Muissa kunnissa tietoon on saatu myös esimerkiksi malliannosten käyttöönotto ja palautekäytäntöjen kohentaminen. Maa- ja kotitalousnaisten ruoka-asiantuntijoilta on lisäksi pyydetty mukaan erilaisiin tapahtumiin, koulutuksiin ja Sapere-ruokakasvatustapahtumia toteuttamaan.

Yhteenvetona road show -tilaisuudet toteuttaneiden ruoka-asiantuntijoiden palautteista voidaan todeta, että ruokapalvelun toimijat tuntevat suositukset melko hyvin ja ruokakasvatus kiinnostaa. Opetus- ja varhaiskasvatushenkilöstön puolella suositukset ja ruokakasvatuksen käsite, tavoitteet ja toteutustavat ovat yleisesti huonommin tunnettuja. Sapere-menetelmä tunnettiin paikoin ja se herätti kiinnostusta lähes poikkeuksetta.

Kouluhedelmätuki on edelleen niukalti käytössä. Sen hakeminen koetaan monin paikoin edelleen työläänä ja byrokraattisena, mutta toisaalta siitä kuultiin myös ainakin yksi hyvä kokemus. Yhden kunnan tilaisuudessa kävi ilmi, että kouluhedelmätuki koettiin helpoksi hallinnoida ja rahaa oli saatukin hyvin.

Kehitettävää löytyi erityisesti ruokakasvatuspuolella sekä yhteistyöstä ruokapalvelun ja kasvattajien kesken. Yhteistyön haasteina koetaan esimerkiksi tiukka hierarkia. Varhaiskasvatuksen puolella lasten osallisuudessa, esimerkiksi itseotossa riittää kehitettävää. Kommenttien mukaan jopa 6-vuotiaille annostellaan ruoka sen sijaan että ottaisivat itse. Syynä mainitaan esimerkiksi sotkun välttäminen ja ajan säästö sekä se, että ruoka pysyy lämpimänä koko jaon ajan. Syynä kerrottiin myös, että pöytä tai kärry on liian korkea.

Kasvatus- ja ruokapalveluhenkilöstö saa osin jopa ristiriitaisia viestejä esimerkiksi muilta kunnan toimihenkilöiltä ja vanhemmilta suhteessa suosituksiin. Palaute kertoo, että esimerkiksi eräässä kunnassa hygieniahoitaja oli kommentoinut itseottoa ja omatoimista ruokailua ja toisessa vanhemmat ovat kysyneet, saako omaa maitoa ja voita viedä päiväkotiin, koska rasvaton maito on "myrkkyä"

Tarvitaan edelleen runsaasti suositusten tunnetuksi tekemistä, keskustelua, yhteistyötä ja ruokakasvatusmotivaation herättämistä erityisesti muiden asianosaisten kuin ruokapalveluhenkilöstön keskuudessa. Esimerkiksi se, että opettajat tai varhaiskasvatushenkilökunta eivät itse arvosta ruokaa tai syövät omia eväitä, heijastuu väistämättä ruokakasvatuksen tavoitteiden toteutumiseen.

Tilaisuuksissa keskusteluun nousi myös yllättäviä seikkoja. Esimerkiksi rasvattoman maidon käyttö keskusteluttaa. Maakunnissa ei niinkään pohdita kasvipohjaisten juomien käyttöä, vaan maidon rasvapitoisuutta. Suosituksista huolimatta toiminnan linjaukset näyttäytyvät ovat varsin kirjavina. Rasvattoman maidon tarjoaminen ei ole selviö.

Palautetta tilaisuuksista:

Suurin osa varhaiskasvatusväestä oli tutustunut suosituksiin, myös ruokapalvelupäällikkö. Esityksen aikana keskusteluun nousi erityisesti kasvatushenkilökunnan ruokailu, tuli kärkeviäkin kommentteja siitä, että osa henkilökunnasta ei syö samaa ruokaa lasten kanssa ja omat eväät ovat kaikkea muuta kuin suositusten mukaisia. Yksi paikalla ollut lastentarhanopettaja sanoi, ettei pysty syömään päiväkodin ruokaa, koska saa siitä vatsan kipeäksi; samoin kertoi käyvän joillekin muillekin. Ruokapalvelupäällikkö oli tästä kovin hämmästynyt, koska ei ollut kuullut aiemmin ko. palautetta. Palautetta ruuasta on kerätty päiväkodeilta ja palaute ollut pääsääntöisesti positiivista. Palautteen keräämiseen tullaan jatkossa kiinnittämään enemmän huomiota, lupasi ruokapalvelupäällikkö. Pedagoginen ruokalista tuntui herättävän paljon kiinnostusta, toivottavasti niin paljon, että sitä myös ainakin kokeiltaisiin käytännössä.

Juuri kohteissa vierailut hygieniahoitaja oli kommentoinut itseottoa ja omatoimista ruokailua.

Suosituksiin oli osassa päiväkoteja tutustuttu ja joissakin kaupungin päiväkodeissa oli jo toteutettu yhteisiä kasvistapahtumia yhteistyössä ruokapalveluhenkilökunnan kanssa. Vastaavista tapahtumista ja/tai ideoista toivottiin jatkossa kokemuksia ja tietoa jaettavan muillekin päiväkodeille. Osa osallistujista ei ollut vielä ehtinyt tutustua suosituksiin tarkemmin. Pedagoginen ruokalista herätti kiinnostusta ja keskustelua, ruokapalvelupäällikkö oli myös aidosti kiinnostunut listasta ja kertoi tulevansa mielellään yhteisiin palavereihin esim. päiväkodin johtajien kanssa. Yksityisten päiväkotien tilanne suositusten käyttöönotosta ei tullut ilmi, mutta joistakin kommentteista jäi käsitys, että yksityisissä hoitopaikoissa voidaan toimia joustavammin, koska yksiköt yleensä pienempiä ja ruoka tehdään yksikössä, jolloin yhteistyö koko päiväkodin henkilökunnan kesken on jatkuvaa ja luontevaa. Ylipäätään infosta jäi tunne, että kunnassa on halua tavoitteellisen ruokakasvatuksen kehittämiseen sekä kaupungin että yksityisissä varhaiskasvatusyksiköissä, ja ruokakasvatus koetaan hyvin tärkeäksi osaksi varhaiskasvatusta. Jaossa ollut materiaali teki hyvin kauppansa, toivottavasti poikii jatkossa yhteistyötä.

Keskustelussa kävi ilmi, että haasteita on erityisesti ruokakasvatuksen puolella. Ruokapalvelun väki on ammattitaitoista, ruoka suositusten mukaista, mutta ruokakasvattajan rooli ei ole selvä kaikilla opettajilla kouluissa ja päiväkodeissa. Henkilökunta saattaa esim. syödä omaa ruokaansa, joka tietysti herättää hämmennystä lapsissa. Sapere-menetelmä oli vieras. Keskusteluissa kävi ilmi, että esim. joissakin päiväkodeissa on tiukka hierarkia, jonka vaikeuttaa yhteistyötä. Mietimme myös sitä, miten suositukset saataisiin käytäntöön. Tiedotteita kyllä tulee ruokahuollon esimiehille, mutta miten jalkautetaan käytäntöön kouluihin ja päiväkoteihin. Kunnan valtuuston pj kuuluu LAPE-ohjausryhmään. Hän on tarttunut kouluhedelmätuki asiaan. Toivottavasti asia etenee ja samalla ruokakasvatus. Kunnalla on kehityspäälliköt sekä koulun että varhaiskasvatuksen puolella. Olisiko oikea taho edistämään suositusten jalkauttamista?

Raha on aina haasteellinen, joten VRN:n video koettiin hyväksi. Kouluhedelmätuesta oli tehty laskelmia, mutta hyötyä ei nähty tarpeeksi suurena... Pyysin aiheesta palautetta.

Etukäteen oli tiedossa, että kunnassa on erimielisyyksiä varhaiskasvatuksessa tarjottavan sokerin määräästä sekä lukiossa vegaaniruuan tarjoamisen lopettamisesta resurssipulaan vedoten. Kunnan ruokapalvelupäällikön ja hänen esimiehensä talousjohtajan mielestä tarjottava sokerimäärä on hyvä näin. Valittavasti he eivät osallistuneet kokoukseen kutsusta huolimatta ja siltä osin keskustelu jäi syntymättä ja heidän näkökulma saamatta. Varhaiskasvatusjohtajat olivat huolissaan välipalojen laadusta ja liiasta sokerimäärästä ja ilmeisesti myös joiltain vanhemmilta oli huoli kummunnut. Ilmeisesti ruuista ei tehdä ravintoarvolaskelmia. Välipalaksi tarjotaan usein pitsaa, pullaa ja sokeroituja jukurttuja. Myös einesten suuri määrä puhututti ja tuoreen kalan puute. Sekä koulu- että varhaiskasvatuspuolelta nousi huoli "epämääräisten" kuorutettujen aineskalojen tarjoamisesta. Sivistystoimenjohtajalta nousi kysymys, että mitä suosituksia hyvinvointikuntayhtymä käyttää ja eikö kunnassa tulisi noudattaa samoja suosituksia, kun kuulutaan samaan yhtymään. Vegaaniruuan tarjoamisen resurssipulasta kysyttäessä kävi ilmi, että rahan takia sitä ei enää ole tarjolla. Osaamista ilmeisesti on, koska sitä aiemmin on ollut tarjolla. Keskusteltiin kuitenkin, että tulevaisuudessa erilaiset kasvisruokavaliot tulevat todennäköisesti lisääntymään, joten satsaus niihin voisi olla kannattavaa jo nyt ja se voisi olla myös kunnan lukiolle imagokysymys ja voisi houkuttaa opiskelijoita muualtakin. Koulujakelujärjestelmä kiinnosti myös ja 150 g kasviksia/oppi-las/päivä pidettiin runsaana. Tämä ei ollut aiemmin tuttu. Maitotuki ilmeisesti on jo käytössä. Rehtorin mukaan "on niitä lappuja välillä näkyneet". Haasteeksi koettiin riittävä aika ruokailuun, koska 1,5 tunnin aikana syö 350 hlöä. Varhaiskasvatuksessa jotkut vanhemmat ovat kysyneet, saako omia maito ja voita viedä, koska rasvaton maito on "myrkyä." Koulu-ruokailuvideota pidettiin hyvänä ja osallistujat halusivat sitä jakaa omissa ryhmissään esim. opettajille. Keskustelua myös heräsi, että voisiko päättäjät syödä koululounaan. Keskustelu oli siis vilkasta ja moni asia tuntuisi kaipaavan enemmän yhteistyötä. Esitinkin toiveen, että keskustelu tärkeän aiheen ympärillä jatkuisi myös tulevaisuudessa ja yhteistyötä lisättäisiin.

*Keskusteittien ruokaan päiväkodeissa ei oltu monelta osin tyytyväisiä. Esimerkiksi kasvisten/marjojen/hedelmiä määrää ei ole aterioissa ja aamu- ja välipaloissa riittävä eikä siis ravitsemussuositusten mukainen. Joitakin ruokia tulee suuret määrät ja toisia ei riittävästi, palautetta ei ole kerätty. Harmillista, että ruokapalvelun päällikkö eikä varhaiskasvatusjohtaja olleet paikalla kuulemassa, mutta ehkä heidän läsnä ollessaan ei olisi uskallettu suoraa palautetta antaa. Lupasin kertoa varhaiskasvatusjohtajalle illan keskustelun aiheet ja palautteet sekä toiveet neuvotteluista ruokapalveluiden kanssa.*

*Yhteen ryhmikseen tulee ruoka kahvila-leipomolta, ruoka on pääsääntöisesti hyvää, mutta milloinkaan ei tiedetä, mitä saadaan eli ryhmis ei saa ruokalista. Perhepäivähoitajat kysyivät mm. miten toimia, kun ruokaa jää yli ja saako siitä valmistaa seuraavana päivänä.*

*Keskustelua herätti rasvaton maito, haluaisivat käyttää päiväkodeissa sitä, mutta sen kanssa ongelmia, kun muissa ateriapalvelun yksiköissä käytetään kevytmaitoa. Välipaloille haluttaisiin enemmän hedelmiä. Ruokakasvatusta on jonkin verran, kuten viljelylaarit ulkona. Johtaja kiitti osallistamis-näkökulmasta, hänen mukaansa 6-vuotiaillekin vielä annostellaan ruoka, sen sijaan että ottaisivat itse. Ajatellaan että sotkee ja menee aikaa, jos lapset ottavat itse ruoan.*

*Suosituksiin eivät rehtorit olleet perehtyneet, kiinnostuksen perehtyä aistin ainakin joidenkin rehtoreiden osalta heränneen. Muutamia kysymyksiä esitettiin suoraan ruokapalvelupäällikölle. Käytännöt eri kouluissa vaihtelivat jonkin verran (kyläkoulut vs. kaupungin koulut) ja pienemmissä kouluissa ruokakasvatusta toteutuu paremmin ja oppilaslähtöisemmin. Palautekäytäntöihin tullee jonkinlaista muutosta.*

*Keskustelua herätti rasvaton maito, ymmärsin että ainakin osalla päiväkoteja ei kiinnostusta käyttää sitä. Kuulemma prosessoitua, onko vitamiinit tallella, kuinka d-vitamiini imeytyy, jos on rasvaton maitotuote kyseessä. Ruokakasvatusta ilmeisesti osin uutta asiaa, yksityisessä päiväkodissa on oma keittäjä ja lapset saavat leipoa yms. Mutta ei esim. viljelylaareja tai yrttien viljelyä. Lapsille annostellaan itse ruoat, suurin syy että ruoka pysyy lämpimänä koko ajan ajan tai turvallisuus: pöytä tai kärry on liian korkea. Perhepäivähoitajille taas hoidettavat niin pieniä, etteivät voi ottaa itse. Keskusteluyhteys on ruokapalveluun, mutta käsitin että vaihteleva. Sanoivat että salaattit tulevat suoraan ruokapalvelulta sekoitettuna, kysyin että voisiko heiltä kysyä saisiko komponenteiksi, niin sanoivat että niin no joo, voisihan sitä kysyä.*

*Ruokailusuositukseen oli ruokapalvelussa tutustuttu ja yhteistyötä päiväkotien kanssa on käynnistetty ja se on hyvällä mallilla. Totesimme, että ruokakasvatusta ei ole mitenkään huomioitu kunnan omissa ope- tussuunnitelmissa, ei kouluissa eikä varhaiskasvatuksen puolella. Tässä olisi selvä parantamisen paikka. Kouluruokadiplomin hakemista on suunniteltu, mutta kaikki sen vaatimukset eivät vielä täyty. Kouluruokailuun osallistumisprosentti on korkea, noin 85 -95 %. Ruoka maistuu hyvin ja sitä syödään paljon. Kasvisruokaa on kiertävällä ruokalistalla, mutta ei ihan joka viikko. Kasvisruoan suhteen on selvästi vallalla "asennevamma". Päiväkodin johtajan mukaan päiväkodissa kasvisruoka menee hyvin, mutta kun lapset siirtyvät koulun puolelle, kasvikset eivät enää maita. Kasvisruoat halutaan kuitenkin sitkeästi pitää listoilla, jotta niihin totutaan. Esimerkkinä mainittiin vanhempi, joka oli pyytännyt poistamaan tomaatin tarjoamisen, koska lapsi ei siitä pidä...Koulumaitotuki on käytössä, mutta kouluhedelmätuki ei. On laskettu, että siitä saatava taloudellinen hyöty on noin 40 €. Hyvin työläs järjestelmä matalan organisaation kunnassa.*

*Suosituksia eivät ole olleet käytössä. Saper ei ollut ainakaan paikalla olijoille tuttu eikä kouluhedelmätuki ole käytössä. Siitä kuitenkin kiinnostuttiin. Videot, erityisesti kouluruokavideo, aiheutti keskustelua ja paikalla tuli heti ajatuksia, että voitaisiinko kunnassa järjestää esim. jonkinlainen yhteisruokailu koululla tai avoin aamupala tms. Päiväkodilla kutsutaan vanhempia välillä syömään, esim. viimeksi isänpäiväaamiainen. Erityisiä ongelmia ei tuntunut ruokailujen suhteen olevan, mutta varhaiskasvatuksella tuli ilmi huoli jo päivähoitossa olevien lasten syömisongelmista. Jotkut lapset eivät syö päivähoitajan aikana mitään koko päivänä ja syitä tähän ei ihan tarkkaan ottaen tiedetä. Asia on toki vanhempien tiedossa ja siitä on keskusteltu. Kunnalla on ollut erilaisia tapahtumia koko perheelle ja nyt heräsi keskustelua myös kouluruokailun liittämisestä näihin.*

*Rehtori kertoi, että muutamassa koulussa aloitetaan kokeilu, jossa tarjotaan toisena vaihtoehtona kasvisruokaa. Kaupungilla on myös ruokaraati-työryhmä, jossa on mukana myös ruokapalvelun edustajia ja oppilaita eri puolilta kaupunkia. Oppilaat otetaan hyvin mukaan suunnitteluun ja heidän ääntä kuunnellaan. Tuli kuvitelma, että kouluruokaan panostetaan, mutta silti ongelma tuntui olevan yläkouluissa, että ruokailuun ei osallistuta. Vertaisryhmän paine jättää kouluruoka syömättä koettiin tässä vahvaksi. Kouluruokailusuositus ei ollut paikalla olijoille tuttu eikä kouluhedelmätuki, mutta ne kiinnostivat.*

*Kouluhedelmätuki koettiin helpoksi hallinnoida ja rahaa oli saatukin hyvin. Päittäjien haluttaisiin vieraillevan ruokapöydissä. Uusin päiväkotito on moderni ja siellä lapset osallistuvat ruoanvalmistukseen ja leipovat tai Viskarit valmistavat itse ruokaa viskarileirillä. Kunnassa on vielä pikkukouluja sekä päiväkoiteja ja kaikissa on valmistuskeittiöt.*

*Suosituksuet tuttuja samoin maito ja kouluhedelmätuet. Molemmat myös käytössä. Yhteistyö koko henkilökunnan kanssa joustavaa. Esim. lasten teemapäivän kauhukeittiöön ravitsemistyöntekijät heittäytyivät siistijöiden kanssa täysillä mukaan. Sapere jatkuvassa käytössä ja juuri nyt suunniteltiin pedagogisen ruokalistan kokeilua. Ruokakasvatusta toteutetaan läpäisyperiaatteella jokaisessa mahdollisessa tilanteessa.*

*Ruokapalvelupäällikön kanssa keskustelimme ennen tilaisuutta kahdestaan ja hän välitti terveisiä kouluhedelmätuen byrokraatiaan liittyen, haluaisivat kyllä hyödyntää mutta työläs. Keskustelua täälläkin herätti rasvaton maito. Ruokakasvatus osin tuttua, mutta ei laajemmin käytössä. Lapsille annostellaan täälläkin itse pääasiassa ruoat. Keskusteluyhteys on ruokapalveluun. Pyysivät nyt tilaisuuden yhteydessä saada jokaiseen päiväkoitiin malliaterian kuvan, kuulemma ei kaikissa yksiköissä ole ja ruokapalvelusta luvattiin sellainen toimittaa.*

*Esitys kunnan palaverissa, paikalla esimiestasoa varhaiskasvatuksen puolelta, alakoulusta, lukiosta sekä ruokapalvelusta. Asiakaskunnista, joissa kävin viime viikolla, sanottiin että halutaan käyttää rasvatonta maitoa, mutta että tämän kunnan hallinnoimasta ruokapalvelusta rasvattoman maidon saanti on hankalaa ja että he käyttävät pelkästään kevytmaidota. Nyt taas ruokapalveluhenkilöstö sanoi topakasti, että he käyttävät/käyttäisivät pelkästään rasvatonta maitoa, mutta on tullut päiväkodeista ja kouluista) palautetta, että lapset eivät suostu juomaan rasvatonta maitoa. Eli yhdessä paikassa sanottiin toista ja toisessa toista. Lukiossa oltiin huolestuneita siitä, että nuoret eivät syö, käyvät muualla lounaalla. (pikaruokapaikat lähellä). Eräs opettaja ehdotti, että eikö koulussa voi tarjota sitä pizzaa, kun menevät sitä syömään muualla. Tai että pitäisi olla ilmisen kouluruoan lisäksi maksullinen, "parempi" vaihtoehto. Lukion opettaja oli miettinyt, että venyttäisi/siirtäisi osan oppituntiaan osaksi ruokailua, että mentäisiin yhdessä syömään pitkään pöytään ja keskusteltaisiin oppituntin aiheesta vielä ruokailussa yhdessä --> minusta hieno idea! Ruokapalvelu on kuulemma kokeillut vaikka mitä ideoita, mutta hankala saada isommat lapset ja nuoret syömään.*

## Yhteistyö ja viestintä

Yhteistyökumppanina on toiminut Viestintävalkea ja Ruokakulttuurikeskus Ruukku ry. Yhteistyö on ollut hedelmällistä ja toimivaa ja lisännyt sekä toiminnan että viestinnän vaikuttavuutta. Yhteistyö on parantanut tiedonkulkua toimijoiden ja alan sisällä sekä mahdollistaa myös tässä hankkeessa ilmenneiden lisätoimenpiteiden muissa hankkeissa.

Viestintävalkean Virpi Kulomaa on tuottanut mm. viestintämateriaalia, projektin valtakunnallisen loppukyselyn ja toteuttanut tilaisuuksia omilla alueillaan. Viestintävalkean tuottamia Terveyttä ja iloa ruoasta ja Syödään ja opitaan yhdessä -esitteitä painatettiin ja toimitettiin myös Maa- ja kotitalousnaisten ruoka-asiantuntijoiden käyttöön. Kaikki Viestintävalkean tuottamat aineistot havaittiin erinomaisiksi ja erityisesti videot saivat hyvää palautetta road show -tilaisuuksien yhteydessä. Viestintävalkea raportoi omasta työstään erillisellä raportilla.

Ruokakulttuurikeskus Ruukku ry:n tuki Suositukset käyttöön -projektin suunnittelua ja viestintää. Toiminnanjohtaja Silja Varjonen osallistui suunnittelupalaveriin yhdessä MMM:n kanssa sekä hankkeen kokouksiin. Näissä kokouksissa esiteltiin muita koulumaailmaan sijoittuvia hankkeita (Maistuva koulu ja Ruokatutka). Suositukset käyttöön -projektista on kerrottu myös näiden hankkeiden tiimeissä.

Ruukku valmisteli koulutusaineistoon diat, joissa kuvattiin kouluruokailua ja ruokakasvatusta kunnan hyte-työn näkökulmasta sekä dioja, joissa kerrottiin hyvistä ruokakasvatuksen materiaaleista ja menetelmistä ja meneillään olevista hankkeista. Tilaisuuksien toteuttajat perehdyttiin näiden aineistojen käyttöön yhteisissä kokouksissa. Ruukku ry on lisäksi yhteydessä kevään 2019 aikana kuntiin, joissa on havaittu kehitettävää koulujen ruokakasvatuksessa. Heille tarjotaan mahdollisuutta kokeilla Maistuva koulu -toimintamallia, ruokakasvatuksen aineistoja ja verkkokoulutusta

Projektista on viestitty maajakotitalousnaiset.fi/ruokailusuosituksetkäyttöön -verkkosivulla. Sekä Maa- ja kotitalousnaisten Keskukseen että piirikeskusten ja/tai asiantuntijoiden sosiaalisen median kanavissa Twitterissä, Facebookissa ja Instagramissa sekä LinkedInissä on tehty julkaisuja projektista ja tilaisuuksista. Myös Ruukku viesti projektista omilla some-kanavillaan Facebookissa ja Twitterissä.

Esimerkkejä viestinnästä sosiaalisen median kanavissa:

**Ruokakulttuurikeskus Ruukku ry** jakoi julkaisun. 19. syyskuuta · 🌐

Hei rehtorit, opettajat, ruokapalvelutyöntekijät, kunnan opetus- ja sivistystyöstä, sote-palveluista ja hyte-työstä vastaavat! Tänä syksynä on mahdollisuus tulla kuulemaan uusista kouluruokailun ja varhaiskasvatuksen ruokailusuosituksista. Tilaisuuksista saat ideoita ruokailun ja ruokakasvatuksen järjestämiseen kunnassa. Tilaisuudet järjestää Maa- ja kotitalousnaiset sekä Viestintävalkea. Ruukku on projektin taustajoukoissa. Kurkkkaa nettisivuilta, löytyykö kuntasi listasta: <http://www.viestintavalkea.fi/ruokailusuositukset-kayttoon/>



**Viestintävalkea** 17. syyskuuta · 🌐

Ruokailusuositukset käyttöön - tiedotusprojekti jalkauttaa kuntiin syys - marraskuun ajan uusia upeita kouluun ja varhaiskasvatukseen laadittuja Syydään ja opta...  
Näytä lisää

👍 Solli Sotsalo, Katja Pethman ja 6 muuta 3 jakoa

👍 Tykkää    💬 Kommentoi    ➦ Jaa

**Katja Pethman** @KatjaPethman · 7. marrask.


**#ruokailusuosituksetkäyttöön** -projekti vie viestiä #kouruokailu ja #varhaiskasvatus toimijoille. Nyt saatiin työn tueksi hieno video, kiitos @virpikulomaa ja koko tiimi. Loistavaa, Silva-päiväkoti! #terveyttäjailoaruosta @maajakotitalous @VRN\_FI @mmm\_fi

**Terveyttä ja iloa ruosta -video**  
Varhaiskasvatuksen ruokailusta on julkaistu uusi video Maa- ja metsätalousministeriön ja Valtion ravitsemusneuvottelukunnan käynnistämässä Ruokailu...  
viestintavalkea.fi

🗨️ 1    🔄 2    ❤️ 8    ✉️

**Anna Kari** 22. marraskuuta kello 7.44 · 🌐

Karvian #suosituksetkäyttöön tapaamisen kokoonpano ja pari kuvaa rauhallisesta ruokasalista. Seinän akustiikkakalvy on turpeesta valmistettu (Konto).



Hannele Vetsäl, Maija Wilman ja 13 muuta

👍 Tykkää    💬 Kommentoi

**Etela-Savon MKN Maa- ja kotitalousnaiset** 21. marraskuuta kello 15.48 · 🌐

Savonlinnan kaupungin varhaiskasvatuspäällikkö, päiväkotien johtajat perehtyivät yhdessä ruokapalvelupäällikön ja -ohjaajan kanssa Varhaiskasvatuksen ruokailusuosituksiin; uusia, hienoja yhteisiä ideoita ja tavoitteita nousi esille! #suosituksetkäyttöön #terveyttäjailoaruosta #maajakotitalousnaiset #mknruokaneuvot #ruokailo



👍 Tykkää sivusta