

Skolmåltidens möjligheter och potential

reflektioner ur ett internationellt och nationellt perspektiv

Christel Larsson
Institutionen för kost- och idrottsvetenskap
Göteborgs universitet



Skolmåltiden i Sverige

- 1946 infördes statliga bidrag till kommuner som erbjöd kostnadsfria skolmåltider
- 1997 lagstiftades om alla elevers rätt till kostnadsfria skolmåltider
- 2011 lagstiftades om måltidernas näringsrikthet

Varm måltid

Näringsrik

Kostnadsfri för alla



Inte god

Lågt grönsaksintag

Stort matsvinn

Den unika måltiden som alltför ofta tas för given!



MAN UPPSKATTAR
SÄLLAN DET MAN
HAR, FÖRRÄN MAN
FÖRLORAT DET.





REFLEKTION

LIKETER

OLIKETER

PERSPEKTIV

INSIKT

School lunchbox



NOBEL PRIZE MUSEUM

Forskarhjälpfen 2019

I Forskarhjälpfen sammanför Nobel Prize
Museum lärare, elever och forskare.

Vlog

Familjens ansvar!

Mycket förpackningar av
chips, kakor och godis

School lunchbox

Stor variation i familjens
engageman och kompetens

Kvar i lådan eller matsvinn

Prioriterar godsakerna

Hinner inte att äta!!!

Frånvaro av vuxen!

Sittande på marken!

Svårt med variation = enformigt
Ingen tillgång till kyl eller mikro

Jämförelse = ojämlikhet

Otillåten byteshandel

Studie om skolmåltidsmiljön i den Australiensiska grundskola

Syfte: att undersöka skolmatsmiljön, tid för lunch och policy ur både ett lärar perspektiv och föräldraperspektiv.

Metod: Online enkätundersökning 2019/2020.

Deltagare: Totalt 123 grundskollärare och 402 föräldrar.



Tid för lunch i Australiesisk grundskola



64% av både föräldrar och lärare rapporterade att skollunchen intogs under 10 min eller mindre tid.

54% av föräldrarna och 30% av lärarna ansåg att detta var otillräckligt ($p < 0.001$).

Lunchens varaktighet visade sig ha ett positivt samband med hur ofta barn åt upp sin medhavda lunch (förälder rapportering)

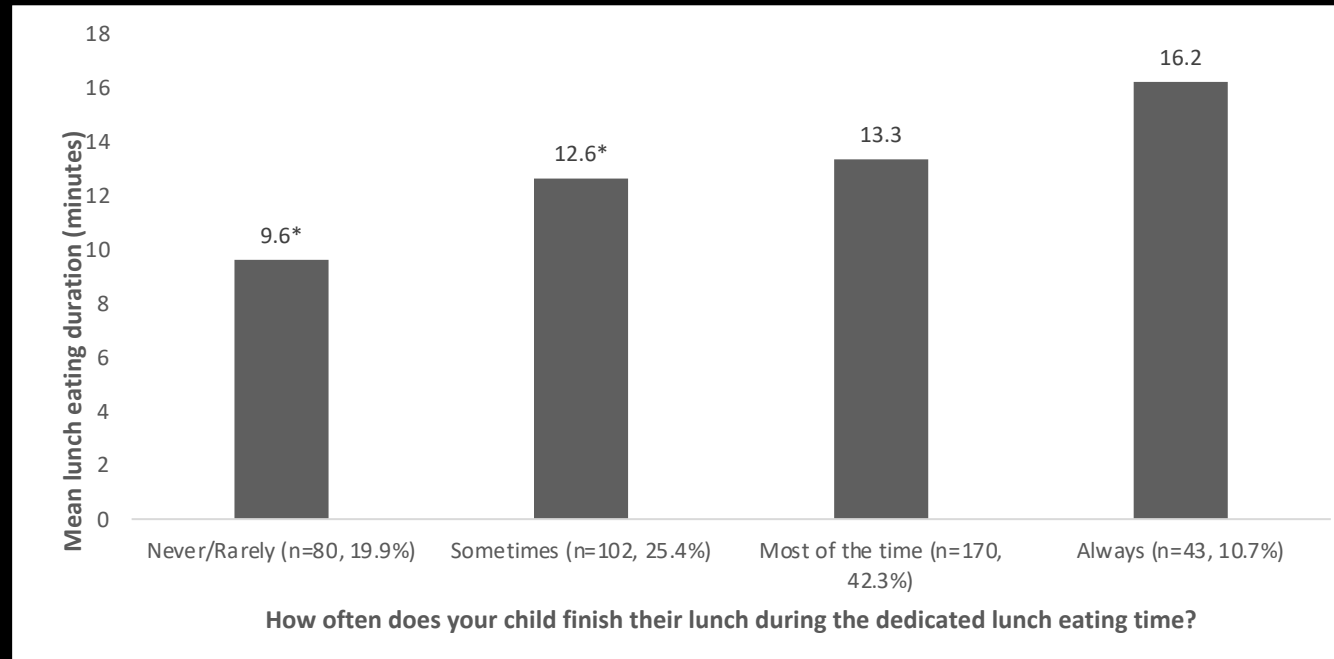


Figure 1. Association between lunch eating duration and how often children finish their lunch according to the parents (n = 354).

45% av föräldrarna rapporterade att deras barn åt upp sin lunch "ibland" eller "sällan/aldrig".

"Jag har börjat ge min son 'Up&Go'-drinkar till lunch eftersom det är det viktigaste han kommer att ha. Han vill inte att mat ska korta ner hans speltid – han går hellre utan"
(Förälder 1)



Den vanligaste platsen eleverna intar sin lunch på

- I en angiven utomhusmiljö (51% av föräldrarna och 45% av lärarna).
- I klassrummet (49% av föräldrarna och 56% av lärarna, $p < 0.001$)

“Jag tycker inte att de ska behöva sitta på den kalla asfalten i köer för att äta, hur är det ens en sällskaplig sak” (Förälder 3).

71% av lärarna rapporterade att de **inte** åt sin egen lunch tillsammans med eleverna.

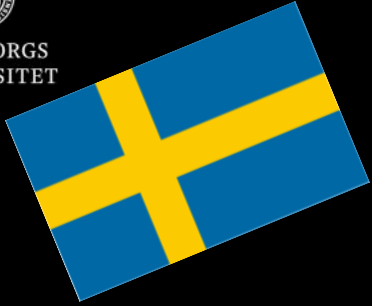


Vad kan göras för att förbättra matmiljön?

- Att öka tiden för barn att äta sin lunch enligt de flesta föräldrar. Detta nämndes endast av två av lärarna.
- MEN föräldrar ville inte att längre tid för måltiden skulle leda till att mängden tid för lekar minskar.
- De flesta föräldrar (64 %) och lärare (75 %) ansåg att barn borde bli vägleda när de äter lunch.

Vissa tyckte att måltidsstunden var en fantastisk möjlighet för någon lärare-ledd diskussion om mat och näring och för att främja hälsosamma matvanor.
- Majoriteten av föräldrarna till skillnad från lärare instämde eller var mycket överens om att lärare ska äta sin lunch med eleverna (44 % respektive 23 %; $p < 0,001$).





Vad kan göras för att förbättra skolmåltiden i Sverige?

Schemaläggning

Alla elever kan äta i lugn och ro i åtminstone **20 minuter**

Luncherna ligger mellan klockan **11 och 13**

Varje klass äter ungefär **samma tid** varje dag

Luncherna är **schemalagda**, skilda från rasten

Måltidspersonalen kan påverka schemaläggningen av lunchen

Måltidsmiljö

Måltidsmiljön är sådan att eleverna verkligen **trivs** – helst utformad i samarbete med eleverna själva

Bemötandet i skolrestaurangen är positivt och respektfullt

För skolrestaurangen finns tydliga **trivselregler** – gärna utarbetade tillsammans med eleverna, som också följs

Ljudnivån hålls låg med hjälp av ljuddämpande åtgärder, rumsindelare och hög vuxennärvaro

Logistiken och tagordningen ger ett effektivt flöde med minimala köer och en lugn miljö för de som äter



Pedagogiska måltider

Vuxna som äter **pedagogiska måltider** tillsammans med elever i alla åldrar

Samsyn kring vad en **pedagogisk måltid** innebär och vilka arbetsuppgifter som ingår (exempelvis tillsyn, undervisning, relationsbyggande)

Måltiden används som pedagogiskt verktyg

Samverkan och kommunikation

Måltidspersonalen involveras i skolans dagliga verksamhet, exempelvis genom att delta i arbetsgrupper, på planeringsdagar och vid föräldramöten

Eleverna medverkar i måltidsverksamheten, exempelvis genom elevråd, matråd, praktik och elevenkäter

Föräldrar informeras om skolmåltiden som resurs och de bidrar genom att uppmuntra eleverna att äta skollunch

Ställ krav och följ upp

Måltidspersonalen har **kompetens** och engagemang

Måltiderna håller hög kvalitet, dvs är **goda, näringsriktiga, säkra, trivsamma, integrerade och miljömässigt hållbara**

Elever med **allergi och överkänslighet** har samma möjligheter till positiva måltidsupplevelser som alla andra

Elevenkäter och konsumtionsmätningar görs regelbundet

Måltidernas **kvalitet** utvärderas regelbundet, exempelvis med verktyget www.skolmatsverket.se och tas med i kvalitetsuppföljningen





Lärdomar & inspiration

- Kitchen-garden programs
- Areas of activities
- Incursions
- Family engagement



- I Sverige serveras nästan 1,4 miljoner skolmåltider en vanlig skoldag
- Den årliga kostnaden för skolmåltider i grundskolan uppgår till drygt 5 miljarder kronor (inklusive mat, personal och transporter). Det motsvarar cirka sex procent av skolans totala kostnader och mer än vad som läggs på läromedel och skolbibliotek.

Utmaningar

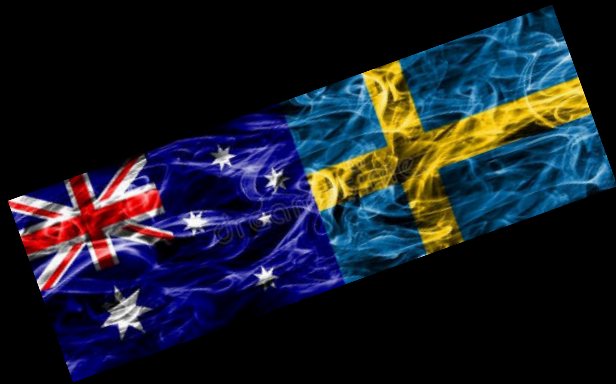
- Elever äter inte tillräckligt mycket frukt & grönt.
- Elevers förståelse och kunskap om kost är begränsad.
- Ytters lite tid ägnas åt att främja kunskap om kost och hälsosamma matvanor trots att matvanor etableras i unga år och trots kostens betydelse för hälsa, lärande och hållbarhet.

Skolmåltiden - en outnyttjad pedagogisk resurs!



Ämnesintegrerad kostundervising





Möjlighet att medverka i en ny enkätstudie!

- Kan du tänka dig sprida information om studien?
- Är du intresserad av att medverka?

Maila christel.larsson@gu.se



LÅG- OCH
MELLANSTADIE-
LÄRARE
SÖKES!

”Dela med dig av dina erfarenheter
av undervisning om mat och
näring (även om du inte
undervisar om det just nu)!
Fyll i en enkät under 15 minuter
och få chans att vinna ett av fem
presentkort på 350 kr

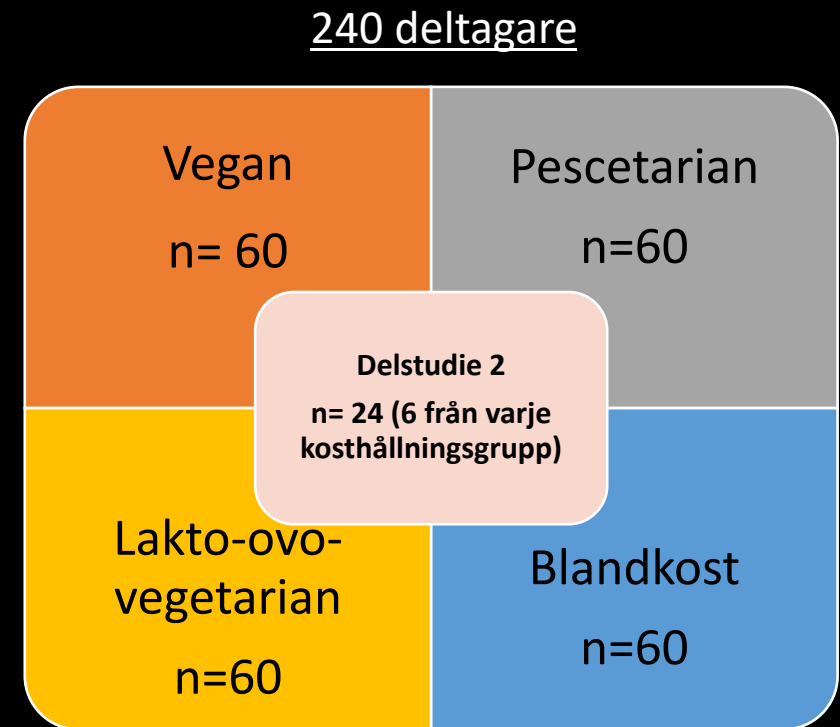


Vegetarisk kost och dess konsekvenser för unga personers kostintag och näringsstatus (VeggiSkills-Sweden)

Möjlighet att delta om du är:

- 16-24 år
 - Äter en typ av vegetarisk kost (vegan, lakto-ovo-vegetarian, pescetarian) eller blandkost
 - Bor i, eller nära Göteborgs kommun
-
- Kan du tänka dig sprida information om studien?
 - Är du intresserad av att medverka?

Maila christel.larsson@gu.se



The Food Literacy International
Partnership (FLIP)
is a global collaboration to
support educators and
researchers in their work,
understanding the world
through food.



FOOD
LITERACY
INTERNATIONAL PARTNERSHIP

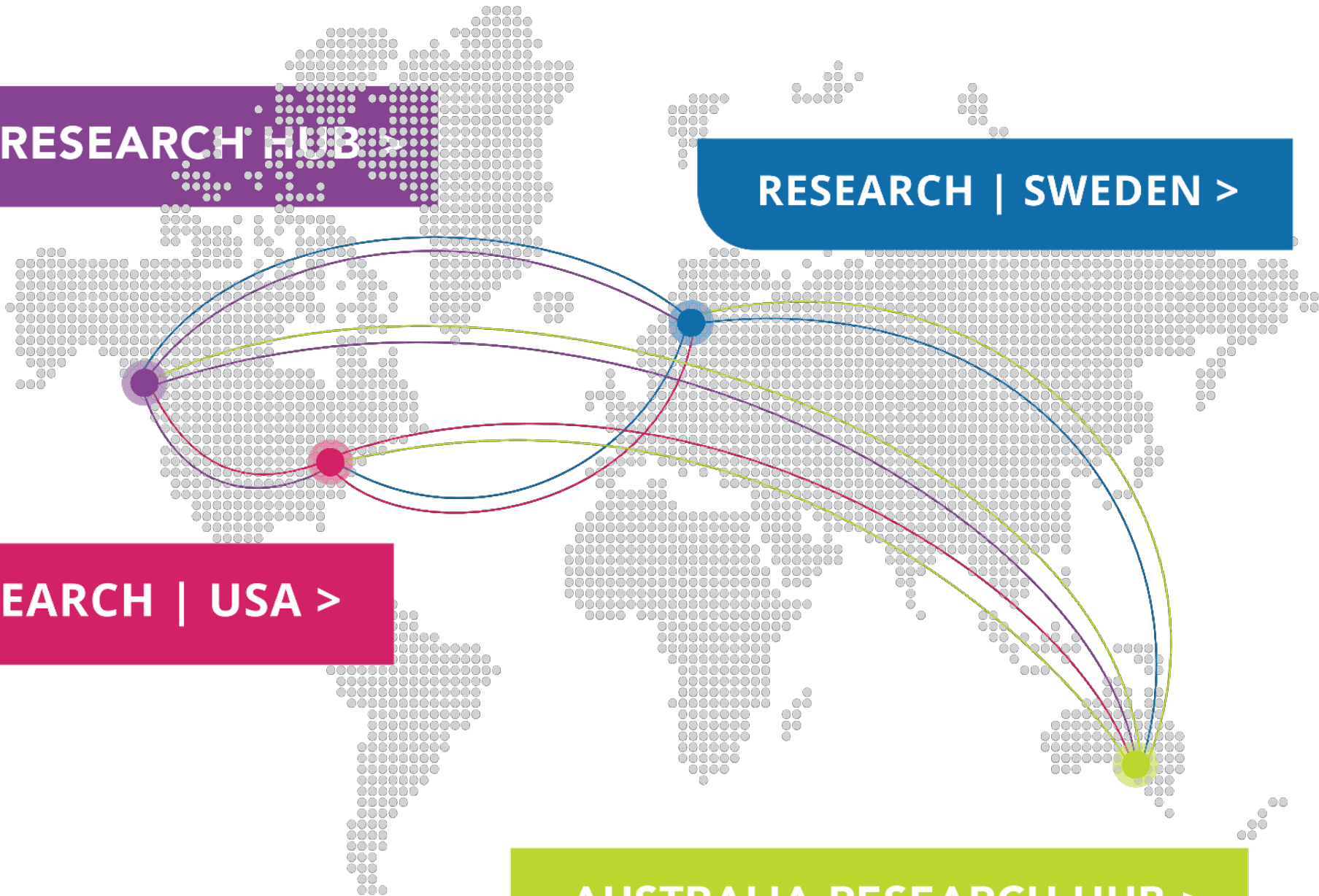
food-literacy-research.ca

CANADA RESEARCH HUB >

RESEARCH | SWEDEN >

RESEARCH | USA >

AUSTRALIA RESEARCH HUB >





Tillsammans kan vi främja
unika, hälsosamma och lärorika skolmåltider!