




Introduktion till Handbok för schemalagda måltider



Stort tack till pilotskolor, modellskolor, skolförvaltningar och måltidsorganisationer i kommunerna Göteborg, Skövde, Trollhättan, Munkedal och Lidköping samt följeforskare vid Örebro universitet som alla har varit med och bidragit till handboken.

Handboken i sin helhet går att ladda ner från:

www.skolmatskademien.se samt
www.maltidverige.se

Projektledare

Lina Andersson Fasth

Skribenter:

Michaela Holmberg och Lina Andersson Fasth

Bakgrund

Den svenska välfärdsmodellens grundidé är att bidra till ett jämlikt samhälle. Där är Sveriges kostnadsfria skolmåltider en viktig grundbult. Skolmåltider som verkligen hamnar i magen bidrar till en jämlik skolgång. Pedagogiska och integrerade skolmåltider ger i sin tur förutsättningar för trygga och goda uppväxtvillkor i skolmiljön och goda levnadsvanor genom bättre matvanor. Att våga höja ambitionerna inom detta område kan, enligt både Skolverket och Livsmedelsverket (2021), leda till att eleverna presterar bättre.

I pilotprojektet har vi arbetat med skolledare, schemaläggare, lärare, måltidspersonal och utvecklare på flera skolor. Vi har samlat erfarenheter, testat och utarbetat en modell för hur skolan kan leva upp till de goda intentioner som pedagogiska och integrerade måltider ska bidra till, nämligen studiero och lärande i en trygg miljö. Modellen för schemalagda måltider kommer med ett styrsystem och stöd vilka bidrar till den samverkan som krävs för att goda uppväxtvillkor och goda levnadsvanor genom bättre matvanor ska bli möjligt.

Samverkan

Målet med handboken och schemalagda måltider är att stärka samarbetet och rutinerna vid måltiden så att lunchen används som pedagogisk resurs där eleverna kan ladda näringsrik energi bland vuxna förebilder i en trygg lärandemiljö. Handboken inleds därför med en bakgrund som beskriver skolans komplexa organisation som med sina olika arbets- och kompetensområden kan behöva stöd för att bli en enhet där alla arbetar utifrån en gemensam kunskapsbas. En sådan bas ger skolpersonalen rätt förutsättningar och kan bidra till en främjande skolmiljö där måltiden är relationsskapande och bidrar till ökad trygghet och lärande för eleven.

Skolans hälsoarbete

Sverige har idag lagstadgade krav på kostnadsfria och näringsriktiga skolmåltider till alla elever, oavsett föräldrarnas inkomst. Tack vare det kan skolmåltiden vara både ett verktyg och en arena för skolans hälsoarbete. För det finns ett ömsesidigt samband mellan skolprestationer och hälsa, därför har skolmåltiden en stor potential att bidra till elevens skolprestation. Skolmåltider är därmed ett viktigt verktyg för att främja hälsa och utjämna socioekonomiska skillnader, om vi tar vara på den.

Folkhälsomyndigheten beskriver sambandet mellan utbildning och hälsa och hur det finns indikationer på att antalet utbildningsår är den viktigaste faktorn för en god hälsa. Sambandet är också omvänt, att bättre hälsa skapar förutsättningar för bättre skolresultat. Offentliga skolmåltider är en viktig arena i vårt samhälle för hälsofrämjande arbete, där man kan utjämna och bidra till en mer jämlik hälsa för de barn som inte får möjlighet till bra måltider i sitt hem.

Handboken är för alla er som arbetar på skolan och därför har ett gemensamt och viktigt uppdrag att utbilda våra elever till en hälsosam och hållbar livsstil. Du hittar den på skolmatsakademin.se

Positiva aspekter med schemalagda måltider

Beskrivningen av vinsterna med schemalagda måltider tar avstamp i hållbarhetsaspekterna, sociala, ekologiska, ekonomiska & -hälsomässiga utifrån de olika grupper som berörs av skolmåltiden. Att arbeta med modellen schemalagda måltider är ett nytt grepp och ett hållbarhetsarbete på lång sikt som ska bidra till en hållbar utveckling. Utvecklingsarbetet påverkar således inte enbart elever som går i skolan nu, utan även samhället i stort och på sikt.

Samhällsvinst

I skolan har vi en möjlighet att lära oss att äta hälsosamt, kunskap som kan påverka oss resten av livet. Betydelsen av att forma hälsosamma matvanor i tidig ålder, erbjuda näringsriktiga måltider och mer grönt på tallriken, för att öka chansen till hälsosamma matvanor i vuxen ålder är av stor vikt. På samhällsnivå handlar det om att skolmåltiden kan bidra till färre välfärdssjukdomar och minska kostnaderna för dessa. Ett kostmönster som är positivt för hälsan är dessutom ofta också bra ur ett miljöperspektiv.

Skola och rektor

Modellen schemalagda måltider ger förutsättningar för ett gränsöverskridande samarbete. Att arbeta fram nya arbetsätt, modeller som omfamnar hela skolans verksamhet är viktigt för att minska arbete i stuprör på skolan och mellan förvaltningar. Utvecklandet av ett styrsystem som schemalagda måltider, med samverkansprinciper för skolmåltider, innebär att skolans kvalitetsarbete sker på enhetsnivå och genomförs tillsammans med lärare, övrig personal och elever. Skollagen innehåller ett tydligt krav på systematiskt kvalitetsarbete och vi har inte råd att utelämnas någon stund under skoldagen. Skolmåltiden är en viktig stund under skoldagen som påverkar både anställdas och elevers välmående och arbetsmiljö.

Lärare

Modellen för schemalagda måltider innebär en mer organiserad stund i matsalen vilket ger läraren möjlighet att skapa goda relationer med sina elever. Lärarens relation till sina elever är avgörande för hur läraren lyckas med undervisningen i klassrummet. Med en organiserad måltid får läraren tid i matsalen och en sittplats tillsammans med elever där hen kan bygga relationer

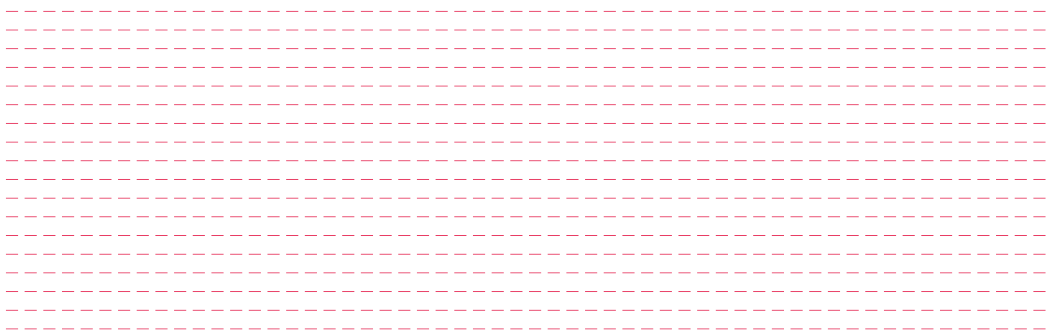
som gynnar elevens lärande under lektionstid. Det ger även läraren en möjlighet att fånga upp de elever som behöver en pratstund eller lite extra stöd. Måltidssituationen skvallrar om elevernas mående och är därför ett tillfälle att upptäcka om allt inte står rätt till.

Måltidspersonal

Modellen för schemalagda måltider lyfter upp måltidspersonalens kompetens, synliggör den som en kunskapskälla för både elever och lärare. En utmaning för måltidspersonalen är att ensamma hålla ordning i matsalen. Därför behövs fler närvarande vuxna men framför allt möjligheten att skolan tillsammans med måltidspersonalen utarbetar rutiner, ansvarsområden och förhållningssätt att samverka kring. Modellen schemalagda måltider bäddar för dialog och samarbete mellan viktiga vuxna med hjälp av bland annat gemensamma stöddokumentet "Samverkansprinciper för pedagogiska måltider", möten och workshops.

“Vår uppgift är inte enbart att servera mat utan även att stötta upp socialt utsatta och lära barn att äta varierat. Det är en god investering i barns långsiktiga hälsa. Det läggs ner mer pengar på skolmaten än på läromedel och skolbibliotek tillsammans. Att då inte ta hand om den resursen vore rent slöseri”

Måltidsutvecklare Skövde

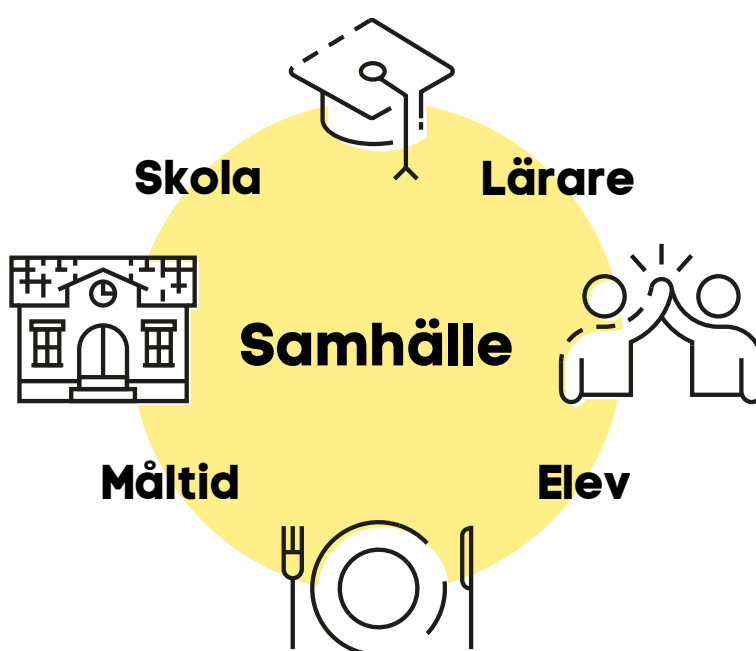


Elever

Måltiden har en mycket viktig betydelse för att eleverna ska interagera med kamrater och lärare, där man förutom att diskutera maten även förhandlar gränser och bildar identitet. När man ändrar schemalagningen kring skollunchen, från att ligga i anslutning till rast till att vara insprängd mellan lektioner, har fler ro att äta klart och ta en portion till. Det eleven lär sig i skolan påverkar hur hen gör sina val senare i livet. Det betyder att en integrerad måltid kan visa effekt långt senare i livet, vid viktiga val för den egna hälsan och för vår miljöns skull. Modellen schemalagda måltider är ett styrsystem med rutiner vars syfte är att samla eleverna till en gemensam måltid. Närvarande elever är en förutsättning för att god och näringsriktig mat ska hamna i magen, vilken ger eleverna ork att vara en god kamrat och kraft att ta del av skolans undervisning.

Vad kan försvåra en implementering av schemalagda måltider?

Förutom vinsterna berättar handboken om erfarna hinder som kan vara bra att känna till i arbetet med schemalagda måltider. Det kan vara hinder som skolans planlösning, skolrestaurangernas storlek och för lite tid. Handboken ger delvis förslag på hur skolan kan komma runt dessa. Omfamna därför modellen och se i stället till att utöka handlingsplanen med hjälp av detta verktyg och använd er av alla steg i modellen för att verkligen ta tillvara potentialen som vår svenska satsning på fria, pedagogiska elevmåltider erbjuder oss.



Modell för schemalagda måltider

Modellen för att implementera schemalagda måltider har sju steg. Dessa steg har tagits fram utifrån gjorda erfarenheter tillsammans med skolorna inom pilotprojektet "Väl godkänt för skolmåltiden". Modellen är ett verktyg för ökad samverkan mellan skolans personal och en metod att utveckla skolans pedagogiska måltider med.



MODELLENS SJU STEG

1 Behovsanalys

En behovsanalys handlar om att skolan upptäckt ett behov att förbättra skolans pedagogiska måltider – känslan av trygghet och studiero: innan, under eller efter skolmåltiden. Behovet kan komma från den pedagogiska verksamheten eller från måltidsverksamheten.

Eftersom skollunchen sker på en arena där två organisationer ofta möts och delar ansvaret behöver skolledare, skolutvecklare, måltidsansvarig samt måltidsutvecklare tillsammans komma överens om att det finns ett gemensamt intresse för ökad samverkan.

När ett sådant beslut är taget är nästa steg att samtliga tar del av den här handboken för att sedan gå vidare och genomföra en observationsstudie.

2 Observationsstudie

En observation av måltiden ger er en bra bild av huruvida måltidsmiljö, kulturen, möten, utbud och logistik är hälsofrämjande

och bidrar till trygghet och studiero. Med hjälp av observationsrapporten får skolan ett underlag som visar vilka utvecklingsområden som behöver adresseras samt ett underlag med vilket skolan kan beskriva situationen för verksamhetschefer, övrig skolpersonal samt elever och vårdnadshavare.

3 Uppstartsmöte 1: Förankring och samsyn

Under detta första uppstartsmöte är syftet att förankra idén om schemalagda måltider hos fler i organisationen och målet är att hitta en samsyn som kan driva och etablera arbetet. Att sätta ihop ett team med nyckelpersoner är viktigt för att initialt undersöka möjligheterna att finna en samsyn vilken ska genomsyra förändringsarbetet. Inom detta team kan skolan senare hjälpas åt att värna om den uthållighet förändringsprocessen kräver.

4 Schemaplanering

Att få till ett bra schema gällande skolmåltiderna är sällan något som prioriteras med resultatet att många elever lämnar skolan eller står hungriga och stressade i kö allt för stor del av sin lunchtid. Ett bra lunchschema ger varje elev en möjlighet att sitta ner och äta i lugn och ro tillsammans med sina klasskamrater och lärare utan att behöva utstå den stressfyllda situationen som hungrigt köande och ovisshet om vart hen kan sitta ofta utgör.

5 Uppstartsmöte 2: Samverkan och workshops

Syftet och målet med ett gemensamt uppstartsmöte är att fylla fickorna i den professionella yrkesrocken med nödvändig kunskap, styrdokument och erfarenheter hos samtliga på skolan. En gemensam kunskapsbas är, som bakgrunden i handboken utvecklat, en given faktor för fungerade: samverkan, kommunikation samt förståelse. Därför finns, som ett viktigt steg, i modellen en hel eller två halvdagar för skolan att samla all skolans personal. Att sedan fortsättningsvis ta upp måltiden som en punkt på dagordningen är viktigt för att förvalta de relationer och den process som satts i gång.

6 Elevsamverkan och delaktighet

Syftet att göra eleverna delaktiga finner vi på flera ställen i läroplanen och i uppdraget att fostra demokratiska medborgare. Skolmatsakademins erfarenhet är att de förändringar kring skolmåltiden som eleverna informerats om och varit delaktiga i respekteras och bibehålls i högre grad. Att involvera eleverna handlar om att låta eleverna vara en del av en demokratisk process. Här kan eleverna få vara med från ord till handling och lära genom alla steg på vägen fram till ett gemensamt beslut. För att avslutningsvis få verkställa beslutet i praktiken med en handling som tillfredsställer långt fler än bara den enskilda eleven. Detta är ett exempel på vad måltiden som arena kan erbjuda när skolan börjar samverka runt måltiden.

Nästa steg. Skolans fortsatta arbete med pedagogiska måltider

De pedagogiska måltiderna behöver bli en del av skolans kontinuerliga utvecklingsarbete och integreras för att de ska fungera, bidra och inte ta för mycket tid i anspråk. Modellen för schemalagda måltider har sju steg som alla utvecklar skolans pedagogiska måltider med schemalagda måltider som styrsystem. Efter steg sju

7 Måltidsmiljö

Handboken utgår från Famm-modellen när det kommer till måltidsmiljön vilken belyser de fem aspekterna rummet, mötet, maten, styrsystemet och stämningen som tillsammans kan förklara kvalitet och upplevelse. Många skolmatsalar ingår inte i skolans systematiska kvalitetsarbete och många skolrestauranger har inte rustats upp på många år. Skolmåltidens inramning och inredning behöver likt alla skolmiljöer få eleven och övriga att känna sig trygga, ge en känsla av sammanhang, och uttala skolans normer och värderingar. Att den därtill skänker mysig känsla och inbjuder till möten och samtal ligger på elevernas önskelista enligt undersökningar. Matsalen bör utöver det vara aptitlig och ha en tydlig grafisk profil.

"...det har blivit mycket fräschare och finare i matsalen, köerna har blivit kortare och flödet fungerade betydligt bättre"
(Elevrådsrepresentanter högstadiet, Trollhättan)

Om skolan tar tillvara på sin måltidsmiljö är den en möjliggörare när det kommer till lärande genom måltiden. Här kan flera delar av skolans kursplaner kopplas samman med skolmåltiden så att eleven medvetandegörs, utmanas och får testa sina förmågor. I steg 7. finns därför olika förslag på teman, lektionsinslag samt ett årshjul beskrivet att ta efter och inspireras av.

"Skolmåltiden är ett guldägg"

Ann-Christine Pinola, högstadierektor.

har skola och personal en bra grund att påbörja det långsiktiga arbetet med en trygg och hälsofrämjande måltidsmiljö som bidrar till elevernas prestation. Ett fortsatt och kontinuerligt arbetet medför att skolmåltidens potential tillvaratas och bidra till elevernas skoldag. Skolan får det att hända genom att lärare, pedagoger

och måltidspersonal tillsammans kollaborera vidare kring måltidssituationen och lärandet för hållbar utveckling år efter år allteftersom elevgrupperna och lärarlagerna och måltidspersonalen förändras.

Samverkansprinciper för pedagogiska måltider

Måltidssituationen är en komplex situation under skoldagen. Här förenas olika verksamheter för att samarbeta under en kort och begränsad tid med många individer att ta hänsyn till. Det är stunden under skoldagen som är både fysiskt och psykiskt utmanande för var och en. Många färdigheter ställs på prov och elevens sociala och lärarens pedagogiska förmågor blottas.

Om man låter lärare och pedagogerna agera förebilder, så kan måltiden vara en plats för lärande där eleverna får lära sig om mat, hälsa, miljö och hållbarhetsfrågor. Handbokens *Samverkansprinciper* med sina grundprinciper, förslag på gemensamt förhållningssätt och *Uppdragsbeskrivning* är alla stöddokument för att utveckla skolans pedagogiska måltider. Syftet med stöddokumenterna är att utveckla skolans måltids-situation så att den bidrar till skolans hälsofrämjande arbete, hållbarhetsuppdrag, måluppfyllelse och värdegrund. Underlaget vilar på vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet. Till grund för Samverkansprinciperna är Skolverkets hela skolan perspektiv – om alla vuxnas ansvar för elevens hälsa och välbefinnande samt Livsmedelsverkets måltidsmodell.

Meningen är att varje skola utifrån dessa skapar sina egna lokala samverkansprinciper och uppdragsbeskrivning.

Det är viktigt att ha förståelse för lärares och pedagogers oro över deras begränsade tid. Man behöver därför förtydliga definitionen av den pedagogiska måltiden och det högre värde schemalagda måltider bidrar med på ett sådant sätt att lärarna förstår att de inte ska hålla strukturerad undervisning under måltiden. Lärare och pedagogers syfte är att finnas som förebilder i matsalen. Med uppdraget att medvetandegöra eleven samt att stärka hen att göra genomtänkta val och kritiskt kunna diskutera ämnen som är kopplade till måltiden inom lärandet för hållbar utveckling.

Förberedande workshops

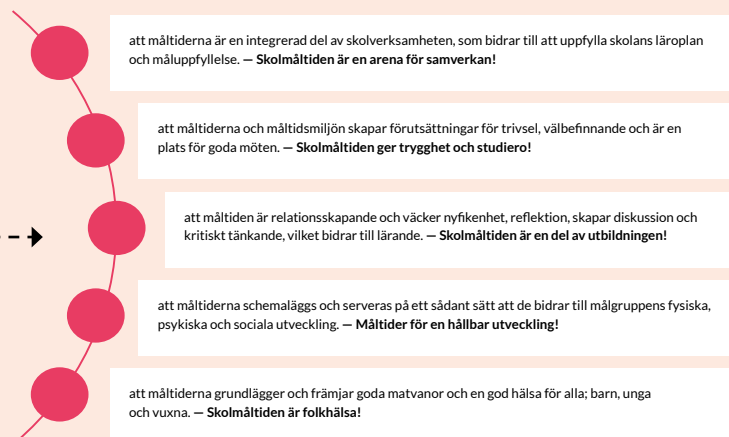
I slutet av handboken finns två bilagor. Dessa är till stöd för att stärka skolans samverkan samt att stimulera skolans personal i sin roll som förebilder vid måltiden.

Bilaga ett är en checklista till Gästens väg som behövs för att genomföra observationsstudien i modellens steg två. Checklistan medvetandegör skolan om hur matsalsflöde, schemaplanering, grafisk profil, ljudvolym, lärande, bemötande, matsalens olika delar så som serveringen med mera faktiskt fungerar.

Bilaga två är underlag för *Tillsammanslunch*, en praktisk workshop, vars syfte är att lära känna varandra mellan de olika yrkesgrupperna och att bekanta sig med olika livsmedel. Målet här är att diskutera det gemensamma uppdraget, en pedagogisk måltid utifrån frågeställningen - vilka är skolans utmaningar och möjligheter?

GRUNDPRINCIPER

Hälsa	Hållbarhet	Trivsel	Lärande	Samverkan
Vi uppmuntrar att smaka det som serveras. Vi värnar om en allsidig kost och förespråkar livsmedelsverkets näringsrekommendationer.	Vi är rädda om maten och våra gemensamma resurser. Här serveras mat efter säsong och vi tar hänsyn till klimat och miljö.	Vi möter varandra med omtanke och hänsyn. Här gäller skolans trivselregler och vi värnar om skolans normer och värderingar.	Vi pratar lustfyllt och intresserat om maten. Vi värnar om måltiderna som en del av skolans utbildning.	Här arbetar vi tillsammans: elever, pedagoger och måltidspersonal, för en lugn och trygg skoldag. Vi värnar om skolans hälsofrämjande uppdrag.



VÅRT GEMENSAMMA FÖRHÅLLNINGSSÄTT INNEBÄR ATT VI ARBETAR FÖR: