

Kokonaisvaltaista ruokakasvatusta varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen

LOPPURAPORTTI 2023

Aija Laitinen, Taru Lindholm, Sanna Talvia, Titta Kettukangas, Kaisa Kähkönen, Leila Karhunen;
Itä-Suomen yliopisto

Silja Varjonen, Aliisa Hyvönen, Saira Paavola, Katri Lyytikäinen; Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry
Taina Sainio, Anne Kuusisto; Suomen Sydänliitto ry



Sisältö

1	Hankkeen kuvaus.....	3
1.1	Hankkeen tavoitteet.....	3
1.2	Aikataulu.....	3
1.3	Toteutuksen organisaatiot ja yhteistyökumppanit	4
1.4	Rahoitus.....	5
2	Hankkeen toimenpiteet ja toteutus	6
2.1	Yhteistyö maakuntien ja hyvinvointialueiden kanssa	6
2.2	Kuntien ruokakasvatuksen mentorointi	7
2.3	Päiväkotien ja koulujen ruokakasvatuksen mentorointi	9
2.4	Ruokakasvatusaineistojen päivittäminen ja tuottaminen.....	15
2.4.1	Maistuva koulu.....	15
2.4.2	Neuvokas perhe ruokakasvatus.....	15
2.4.3	Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arviointi	16
2.4.4	KEHUVA.....	17
2.5	Ruokakasvatuksen täydennyskoulutus.....	17
2.6	Viestintä	19
3	Yhteenveto.....	23
3.1	Jatkotoimenpiteet hankkeen jälkeen.....	24

Liite 1. Mediassa julkaistuja juttuja hankkeesta ja jalkautetuista ruokakasvatusmalleista

1 Hankkeen kuvaus

Itä-Suomen yliopisto, Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry ja Suomen Sydänliitto ry tukivat kuntia, kouluja sekä päiväkoteja ruokailun ja ruokakasvatuksen kehittämisessä Kokonaisvaltaista ruokakasvatusta perusopetukseen ja varhaiskasvatukseen -hankkeessa (KOKOAVA-hanke, [linkki hankkeen nettisivuille](#)). Hankkeessa hyödynnettiin olemassa olevia varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ruokakasvatuksen tueksi kehitettyjä toimintamalleja ja materiaaleja (Nykytila.fi - työkalut, Maistuva koulu, Neuvokas perhe ruokakasvatus, KEHUVA-lähestymistapa ja Luontoaskel hyvinvointiin). Hanke toteutettiin Maa- ja metsätalousministeriön rahoituksella Ruokaviraston Ruokaketjuhankkeena vuosina 2021–2023.

1.1 Hankkeen tavoitteet

Hankkeen tavoitteena oli jalkauttaa jo olemassa olevia ruokakasvatuksen toimintamalleja ja työkaluja varhaiskasvatukseen sekä perusopetukseen. Lisäksi vahvistettiin opetus- ja kasvatushenkilöstön ruokakasvatuksen sisältöosaamista ja pedagogista ammattitaitoa. Jalkautettavia toimintamalleja olivat Maistuva koulu, Neuvokas perhe ruokakasvatus, KEHUVA-lähestymistapa ja Luontoaskel hyvinvointiin ja. Jalkauttamistyötä tehtiin sekä yksikkö- että kuntatasolla ruokakasvatuksen mentorien tukemana. Mentoroitavat yksiköt olivat päiväkoteja ja peruskouluja. Osa toimenpiteistä olivat myös valtakunnallisia ja avoimia kaikille kiinnostuneille (viestintä, toimintamallit, ruokakasvatuksen alueverkosto). Ruokakasvatuksen sisältöosaamista ja pedagogista ammattitaitoa syvennettiin muun muassa koulutuswebinaareissa ja Kasvatuksen ammattilainen ruokakasvattajana -täydennyskoulutuksessa (Itä-Suomen yliopiston Jatkuvan oppimisen keskus).

1.2 Aikataulu

Hanke alkoi joulukuussa 2020 ja päättyi heinäkuussa 2023 (hankeaika 1.12.2020 – 31.7.2023). Yksikkö- ja kuntatason mentoroinnit toteutettiin kahdessa erässä: ensimmäiset mentoroitavat

toiminta-/lukuvuonna 2021–22 ja toiset 2022–23. Täydenniskoulutuskokonaisuus toteutettiin kaksi kertaa (kevätlukukausi 2022 ja 2023).

1.3 Toteutuksen organisaatiot ja yhteistyökumppanit

Hanke toteutettiin useamman organisaation yhteistyönä. Koordinointivastuu oli Itä-Suomen yliopiston Kansanterveystieteen ja kliinisen ravitsemustieteen yksiköllä. Muita hankeosapuolia olivat Itä-Suomen yliopiston Soveltavan kasvatustieteen ja opettajankoulutuksen osasto, Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry ja Suomen Sydänliitto ry:n Neuvokas perhe -tiimi. Yhteisenä työympäristönä käytettiin MS Teamsiin luotua tiimiä. Hanketiimi kokoontui verkkovälitteisesti kumppanipalaverieihin kahden viikon välein pois lukien lomakaudet. Edellä kuvattu toimintatapa koettiin toimivaksi. Kumppanipalavereiden lisäksi hankkeen aikana kokoonnuttiin kasvokkain neljä kertaa suunnittelupäiviin. Hanketoimijoiden yhteistyö oli sujuvaa. KOKOAVA-hanke hyötyi myös yhteistyöstä hanketoimijoiden muiden käynnissä olleiden hankkeiden kanssa, kuten Ruokakunta (STM TE-määräraha), Ruokailoa kaikille (STM TE-määräraha), RuokaTutka (EU:n koulujakelujärjestelmä), Elämänlaatua ruuasta (STM TE-määräraha), Arjen tuki (STEA) ja Eväitä eheään ruokasuhteeseen (OPH). Yhteistyötä tehtiin myös Sanna Marinin hallitusohjelmaan kytkeytyvän Kouluruokaohjelman (MMM) kanssa.

Hankkeelle muodostettiin ohjausryhmä, jossa oli monipuolinen edustus eri alojen asiantuntijoista ja organisaatioista. Ohjausryhmä kokoontui hankkeen aikana viisi kertaa (26.4.2021, 24.11.2021, 24.3.2022, 25.10.2022, 16.5.2023). Ohjausryhmä oli keskusteleva ja tarjosi hyödyllistä ohjausta hankkeelle. Ohjausryhmän kokoonpano oli seuraava:

- Piritta Sokura, ylitarkastaja, Ruokavirasto
- Jenni Anttila, ylitarkastaja, Ruokavirasto
- Auli Väänänen, erityisasiantuntija, maa- ja metsätalousministeriö
- Tarja Kahiluoto, opetusneuvos, opetus- ja kulttuuriministeriö
- Marjaana Manninen, opetusneuvos, Opetushallitus
- Sirpa Sarlio, neuvotteleva virkamies, sosiaali- ja terveysministeriö
- Arja Lyytikäinen, pääsihteeri, Valtion ravitsemusneuvottelukunta

- Maijaliisa Erkkola, yliopistonlehtori, Helsingin yliopisto
- Susanna Raulio, erikoistutkija, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- Sari Jokinen, erityisasiantuntija, Opetusalan ammattijärjestö OAJ
- Riikka Paloniemi, ryhmäpäällikkö, Suomen ympäristökeskus Syke.

Yhteistyökumppaneina hankkeella oli 29 kuntaa, joista yksikötason mentorointiin osallistui yhteensä 52 koulua ja 83 päiväkotia. Yhteistyökunnat olivat: Asikkala, Hartola, Helsinki, Hollola, Iitti, Inari, Juupajoki, Kannonkoski, Karstula, Kihniö, Kitee, Kuopio, Lapinlahti, Lappeenranta, Liminka, Liperi, Mikkeli, Mäntyharju, Paltamo, Parkano, Pielavesi, Pihtipudas, Raahe, Rovaniemi, Ruokolahti, Sastamala, Tampere ja Viitasaari. Kuntien lisäksi yhteistyötä tehtiin eri alueiden yhteistoimijoiden kanssa (kunnista ja hyvinvointialueilta edustettuna mm.

hyvinvointikoordinaattoreita, ravitsemusterapeutteja, ruokapalvelupäälliköitä ja sivistystoimen työntekijöitä). Muutamia yhteistyökumppaneita hyvinvointialueilta jalkauttivat hanketta omalla alueellaan lisäksi talkootyönä: Anna Päätalo (Päijät-Häme), Säde Rytönen/Marika Lähti (Pohjois-Savo), Kari Hyvärinen (Pohjois-Karjala) ja Amma Antikainen (Keski-Suomi).

1.4 Rahoitus

KOKOAVA-hanke sai rahoitusta maa- ja metsätalousministeriön Ruokaketjun toiminnan edistäminen hankehausta Ruokaviraston 27.10.2020 (Dnro 5749/03.02.01.10.01/2020) tekemällä päätöksellä. Hankkeen hyväksytty kokonaisbudjetti oli 534 479 euroa, josta 427 583 euroa ruokaketjun toiminnan edistämisen valtionavustusta ja 106 896 euroa (20 % hankkeen toteutuneista kuluista) hanketoimijoiden omarahoitusta. Hankkeen budjettia ei ylitetty. Hankkeen todelliseksi kustannuksiksi muodostui 530 530 euroa, josta käytetyn avustuksen määrä oli 424 424 euroa ja omarahoitusosuuden määrä oli 106 106 euroa. Omarahoitus koostui hanketoimijoiden omasta rahoituksesta, hankkeelle tekemästä omasta työstä. Lisäksi Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry kerrytti omarahoitusosuutta talkootyöllä, joka koostui alueellisten hankeyhteys henkilöiden sekä hankkeessa toimineiden harjoittelijoiden työpanoksesta hankkeelle. Laskennallista talkootyötä kertyi yhteensä 1208 tuntia, 18 120 euroa.

2 Hankkeen toimenpiteet ja toteutus

Kokonaisvaltaisen ruokakasvatuksen toteutumista varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa tuettiin hankkeessa monella eri tasolla (yksikkö – kunta – alue – valtakunta) ja erityyppisillä keinoilla. Tässä luvussa kuvaamme yksityiskohtaisemmin toteutuneita toimenpiteitä. Hankkeelle ei luotu omaa visuaalista ilmettä, vaan kaikessa toiminnassa hyödynnettiin olemassa olevien toimintamallien tai organisaatioiden tuttua visuaalista ilmettä ja brändiä.

Taulukossa 1 on kuvattu suorien henkilökontaktien määrät hankkeen eri toiminnoissa. Näiden lisäksi hankkeessa tavoitettiin välillisesti päiväkotien ja koulujen henkilöstöä, lapsia, nuoria ja perheitä myös laajemmin. Mentoroitavissa päiväkodeissa oli yhteensä noin 5800 lasta (toimintavuonna 2021–22 lapsia 1747 ja 2022–23 lapsia 4033) ja mentoroitavissa kouluissa yhteensä noin 13 900 oppilasta (toimintavuonna 2021–22 oppilaita 3811 ja 2022–23 oppilaita 10 061). Myös yhteistyökuntien virkamiehiä, päättäjiä ja lapsia kohtaavia muita ammattilaisia, kuten terveydenhoitajia ja sosiaalityöntekijöitä, kontaktoitiin suoraan ja välillisesti.

Taulukko 1. Erilaisissa tilaisuuksissa tavoitetut henkilömäärät hankkeen aikana.

Vuosi	Hankkeen tilaisuudet (hlö)	Puheenvuoro muualla (hlö)	Yhteensä (hlö)
2021	1 041	1 456	2 497
2022	1 776	845	2 600
2023 (tammi-heinäkuu)	1 352	439	1773
Koko hankeaika 2021–2023	4 130	2 740	6 870

2.1 Yhteistyö maakuntien ja hyvinvointialueiden kanssa

Hankkeen ylläpitämä ja laajentama ruokakasvatuksen alueverkosto on vahvistanut yhteistyötä eri alueiden asiantuntijoiden kesken ja toiminut samalla hankkeelle luontevana linkkinä eri kuntiin ja alueille. Ruokakasvatuksen alueverkosto on kokoontunut koko hankkeen ajan kerran kuukaudessa Teams-yhteydellä pois luettuna lomakaudet. Verkosto on valtakunnallinen ja avoin

kohtaamispaikka kunta- ja alueatasolla lasten ja nuorten ravitsemusterveyden edistämistyössä toimiville. Kokoukseen on kutsuttu toimijoita niin hyte- ja sote-aloilta, sivistys- ja ruokapalveluista kuin järjestöistäkin. Verkostoon osallistuvien määrä on kasvanut ajan myötä ja se on edelleen avoin kaikille kiinnostuneille. Kokouskutsu on lähetetty keväällä 2023 reilulle 100 hankkeen ulkopuoliselle henkilölle ja kevään kokouksissa läsnä oli yli 30 hankkeen ulkopuolista henkilöä. Ruokakasvatuksen alueverkoston tapaamisissa on jaettu ajankohtaista tietoa ruokakasvatuksen kentältä. Tapaamisissa on useimmiten ollut alustus jostain teemasta tai jonkin tahon toiminnan esittely. Lisäksi aina on varattu aikaa yhteiselle keskustelulle ja ideoiden jakamiselle. Verkostotoimintaa jatketaan ja edelleen kehitetään seuraavilla hankerahoituksilla Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry:n vetämänä.

Otteita palautteista, joita saatiin alueverkoston kokouksiin osallistuneilta keväällä 2023:

- "Verkoston toiminta on ollut mielenkiintoista ja innostavaa."
- "Jatkumoa tapaamisille. Ajankohtaiset aiheet."
- "Samaan tapaan napakoita ja informatiivisia Teamseja, kiitos niistä!"
- "Samoin kuin tähänkin saakka, aikataulu ja osallistujat. Vaikuttavia toimintamalleja esillä, vuorovaikutusta, benchmarkkausta."

2.2 Kuntien ruokakasvatuksen mentorointi

Hankeyhteistyöhön ja siten kuntamentorointiin osallistui yhteensä 29 kuntaa, joista 15 kuntaa toimintavuonna 2021–2022 ja 14 kuntaa 2022–2023. Osallistuneet kunnat on lueteltu luvussa 1.3. Alueellisesti kunnat jakautuivat 11 eri maakuntaan: Etelä-Karjala, Etelä-Savo, Kainuu, Keski-Suomi, Lappi, Pirkanmaa, Pohjois-Karjala, Pohjois-Pohjanmaa, Pohjois-Savo, Päijät-Häme ja Uusimaa. Kuntayhteistyön mahdollistamiseksi jokaisesta kunnasta nimettiin hankkeelle yhteyshenkilö ja vastaavasti jokainen kunta sai oman mentorin hanketiimistä.

Kuntamentorointiin sisältyi eri ammattilaisia ja toimintasektoreita yhdistäviä tilaisuuksia, joilla nostettiin varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ruokailut ja ruokakasvatus yhteiseen keskusteluun, ja lisättiin kunnan sisäistä sopimista sekä moniammatillista yhteistyötä. Näitä

tilaisuuksia pyrittiin järjestämään joka kunnassa kolme: 1) ruokakasvatuksen aloituspalaveri yhteistyötä edeltävänä keväänä, 2) pyöreän pöydän kohtaamis- ja koulutustilaisuus heti toimintavuoden alussa syksyllä ja 3) pyöreän pöydän tilaisuus toisen kerran keväällä. Tilaisuuksissa käytiin läpi kunnan ruokakasvatuksen tilannetta, esimerkiksi kirjauksia hyte-, vasu- ja ops-asiakirjoissa. Lisäksi pyöreän pöydän tilaisuudessa käytiin yhteistä keskustelua ruokakasvatuksen tavoitteista ja toiveista muun muassa paneelikeskustelun tai työpajatyöskentelyn avulla. Tilaisuudet toteutuivat hankekunnissa hyvin, koska vain neljässä kunnassa 29:stä kolmatta tilaisuutta eli kevään ruokakasvatuksen pyöreää pöytää ei saatu järjestettyä. Pyöreiden pöytien palautekyselyn (vastaajia 105) mukaan osallistujista 84 % koki tilaisuuden lisänneen ruokakasvatuksen osaamista ja 95 % koki tilaisuuden tukevan moniammatillista yhteistyötä. Avoimien palautevastausten perusteella tilaisuus koettiin hyödylliseksi, kuten eräs osallistuja sanoitti: "Oli tärkeää kokoontua yhteen tämän asian äärellä vähän laajemmankin joukon voimin ja eri ikätasoja mieltien, kuin pysyvämmillä ruokakasvatustyöryhmillä. Ajatusten jakaminen on tällä tavoin varsin tehokasta verrattuna perinteiseen kokouskeskusteluun."

Kunnan ruokakasvatustyöryhmän tehtävänä on koordinoita, kehittää ja arvioida ruokakasvatustoimintaa kuntatasoisesti. Yhtenä kuntamentoroinnin tavoitteista oli tällaisen lasten ravitsemusterveyttä ja ruokakasvatusta edistävän työryhmätoiminnan käynnistäminen kunnassa, ellei sellaista kunnassa ollut jo ennestään toiminnassa. Kunnan mentori osallistui työryhmän toimintaan koko hankeyhteistyön ajan myös niissä kunnissa, joissa toiminta oli jo vakiintunutta (8/29) tai toteutui osana hyte-ryhmää (4/29). Hankeyhteistyön lopuksi ruokakasvatustyöryhmä oli noin puolessa hankekunnista (16/29).

Kuntien yhteyshenkilöitä pyydettiin vastaamaan palautekyselyyn hankevuoden päätteeksi. Kevään 2023 kyselyn tulosten perusteella 92 % vastaajista oli sitä mieltä, että hankkeesta oli selvää hyötyä kunnalle. Hankeyhteistyön tärkeimmäksi anniksi kuntien yhteyshenkilöt nimesivät mm. yhteistyön parantumisen erityisesti varhaiskasvatuksen/perusopetuksen ja ruokapalveluiden välillä sekä ruokakasvatuksen tietoisuuden ja osaamisen lisääntymisen. Vastaajat kertoivat, että hankkeen jälkeen ruokakasvatusta kehitetään moniammatillisesti

kunnan omassa ruokakasvatustyöryhmässä, nykytila.fi-arviointeja toistamalla sekä lisäämällä olemassa olevien ruokakasvatuksen materiaalien käyttöä. Ruokakasvatustyöryhmän perustamisen lisäksi kunnissa tapahtuneita konkreettisia muutoksia olivat muun muassa salaattien saaminen tarjolle komponentteina ja ruokakasvatuksen tavoitteiden kirjaaminen varhaiskasvatussuunnitelmaan tai opetussuunnitelmaan. Hankeaikana kuntien opetus- ja varhaiskasvatussuunnitelmia tarkasteltiin ja arvioitiin myös Itä-Suomen yliopistossa opinnäytetöinä tehdyissä kandintutkielmissa:

- [Ruokakasvatuksen rooli kuntien varhaiskasvatussuunnitelmissa](#), Neea Tuominen (2022)
- [Ruokakasvatus kuntien perusopetuksen opetussuunnitelmissa](#), Janina Valkki (2023)

2.3 Päiväkotien ja koulujen ruokakasvatuksen mentorointi

Yhteistyökunnissa osa (pienissä kunnissa jopa kaikki) varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yksiköt saivat yhden toimintavuoden ajaksi oman ruokakasvatuksen mentorin hanketiimistä. Jokaisesta mentoroitavasta yksiköstä nimettiin ruokakasvatuksen vastuuopettaja(t) tai -henkilö(t), jonka kanssa mentori pääsääntöisesti työskenteli. Mentoroinnin toimintatapoja testattiin toimintavuonna 2021–22 ja saatujen kokemusten perusteella niitä edelleen kehitettiin toimintavuotta 2022–23 varten. Ensimmäisen mentorivuoden kokemuksista oppineena toisen mentorointivuoden aluksi syksyllä 2022 ruokakasvatuksen vastuuopettajille järjestettiin yhteinen koulutus etäyhteyksin. Koulutuksessa käytiin läpi ruokakasvatuksen perusteita sekä yleisiä ruokakasvatuksen pulmia ja ratkaisuja niihin. Lisäksi opettajat perehdytettiin yleisellä tasolla Neuvokas perheen ja Maistuva koulun ruokakasvatuksen materiaaleihin sekä ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arviointityökaluun. Koulutuksessa opettajat saivat myös käytännön ohjeita ruokakasvatuksen vastuuopettajana toimimista varten.

Yksikkökohtainen mentorointi alkoi aloitustapaamisilla, joissa käytiin läpi kunkin yksikön ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arvion vastaukset sekä suunniteltiin vastausten perusteella kehittämiskohteita tulevalle toimintavuodelle. Aloitustapaamisiin kutsuttiin yksikön johtaja ja vastuuopettaja(t) sekä mahdollisuuksien mukaan myös ruokapalvelun edustaja. Toisena toimintavuotena uusien yhteistyökuntien kanssa aloitustapaamisen jälkeen tavattiin

vastuuopettajia kuukausittain ns. mentoritapaamisissa. Tapaamiset järjestettiin pääsääntöisesti yhteisenä kunnan kaikille vastuuopettajille, hyödyntäen siten vertaismentorointia. Jokaiselle kerralle oli valittuna ruokakasvatuksen teema, josta mentori piti esityksen. Esityksen yhteyteen oli koottu Maistuvan koulun ja Neuvokas perheen ruokakasvatuksen ideapankeista teemaan liittyviä toimintaideoita. Esityksen jälkeen käytiin keskustelua aiheesta ja vaihdettiin myös yleisesti kuulumisia ruokakasvatukseen liittyen. Säännöllisten tapaamisten lisäksi kaikki yksiköt saivat tukea ruokakasvatukseen sähköpostin välityksellä (ruokakasvatusvinkkejä, uutiskirje, tiedostusta ajankohtaisista asioista).

Mentorit kävivät vierailulla mentoroitavissa yksiköissään vähintään kerran toimintavuoden aikana, tosin toimintavuonna 2021–22 vain COVID19-pandemiatilanteen niin salliessa. Mentorit tarjosivat yksiköille räätälöityä tukea kunkin yksikön toiveiden mukaisesti. Mentori saattoi tarjota yksiköille lisätukea esimerkiksi seuraavin keinoin:

- Puheenvuoro vanhempainillassa
- Vierailu opiskeluhuoltoryhmässä
- Oppitunnin tai toimintatuokion suunnittelu ja vetäminen (etätoteutus tai paikan päällä)
- Palaverin järjestäminen ruokapalveluiden ja opetushenkilöstön kanssa
- Yksikön tarpeiden mukaan valittujen suorien linkkivinkkien lähettäminen sähköpostitse
- 30 minuutin alustus henkilöstökoulutuksessa yhdessä valitusta aiheesta (esim. tietoinen syöminen)
- Osallistuminen keskusteluun yhteisten ruokakasvatuksen toimintatapojen työstämiseksi (ns. meidän talon huoneentaulun työstäminen).

Mentoroitavissa yksiköissä toteutettiin yksi tai kaksi edellä mainituista lisätuen muodoista.

Yleisimmin toteutettiin tiiviitä henkilöstökoulutuksia sekä räätälöityjen linkkivinkkien jakamista.

Mentorointi päättyi lopputapaamiseen, jossa käytiin keskustellen läpi mentoroinnin koettuja hyötyjä, puutteita, yksikön kehitystä ruokakasvatustoiminnassa sekä tulevaisuuden suunnitelmia tällä saralla. Taulukkoon 2 on koottu mentoroinnin lopputapaamisessa esiin tuotuja hankkeesta saatuja hyötyjä päiväkodeissa ja kouluissa.

Taulukko 2. Poimintoja mentoroitavien päiväkotien ja koulujen kokemuksista ja hyödyistä, joita hankkeeseen osallistuminen on tuonut.

Hanke on antanut enemmän, kuin osattiin kuvitellakaan.
Vasu-keskusteluissa tuli perheiltä palautetta, että lapset ovat kotonakin rohkeampia maistamaan ja ruokapuhetta on enemmän.
Yhteistyö ruokapalvelutyöntekijöiden kanssa on käsittämättömän hyvä asia. RP-työntekijä on ollut mukana nykytilan arvioinnissa.
Käytänteitä saatiin paljon joustavimmiksi yhteistyössä keittiöhenkilökunnan kanssa.
Tämä vuosi on nostanut kouluruuan kasvatuksellisen arvon esiin.
Oppilaiden ääni on kuulunut. Toiveruokapäivät oli todella onnistuneita!
Aina kun saman pöydän ääressä yhdessä mietitään, se tuottaa yhteistä hyvää. Kouluruoka-agentit ottivat oman paikkansa.
Hanke on antanut hyvää potkua. Ruokakasvatus meinaa jäädä kaiken muun jalkoihin. Ollaan opittu huomaamaan, mitä kaikkea ruokakasvatus on.
Rauhaa tullut ruokailuihin ja tuputus hävinnyt. Lapsilla on enemmän aikaa ja vapautta sekä mukava tunnelma ruokahetkissä.
Lasten tietoisuus monipuolisesta ruuasta on lisääntynyt. Nyt on helpompi ottaa ruokajutut puheeksi ja perustella, miksi on tärkeää maistella monenlaista. Ruokarohkeus on ollut sanana paljon käytössä.
Ilmapiirin muutos: turhan jonottamisen purku, rauhallisuus, ruokahetken kunnioittaminen/arvostaminen on lisääntynyt.
Kasvisruokaa on maisteltu rohkeammin, koska on nyt samalla linjastolla.
Kontakti ruokapalveluihin on vahvistunut. Vaikuttaminen tapahtuu työryhmän kautta.
Yhteiset pelisäännöt, erikseen opettajille ja oppilaille, ovat toimineet tosi hyvin.
Projektin aikana koko talon henkilöstöllä on vahvistunut ymmärrys ruokakasvatuksesta. Tärkeä ja näkyvä osa arjen toimintoja.
Lasten arvostus on lisääntynyt ja pysähdytään paremmin ruuan äärelle. Ruokapöytäkeskustelut ovat muuttuneet ruokakeskeisemmiksi.
Oma suhtautuminen on muuttunut – alussa tuntui ylimääräiseltä, mutta nyt solahtanut luontevaksi osaksi – tuonut uuden näkökulman moniin tilanteisiin.
Toistuvasti aiheiden pureskelu ja eri näkökulmista oli todella tarpeellista. vs. Että olisi ollut vain yksi koulutus, josta ei sitten olisi arkeen siirtynyt asioita ollenkaan.
Keskusteluyhteys pääkeittiölle nyt parempi.
Ruokatilan viihtyvyyteen on panostettu: liinat, julisteet.

Yksiköitä ohjeistettiin tekemään arvio ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilasta nykytila.fi-työkalulla toimintavuoden aluksi ja lopuksi. Nykytila.fi-arvioinnissa on viisi osa-aluetta eli indikaattoria, joissa kussakin on kuusi väittämää, joiden toteutumista koulussa tai päiväkodissa arvioidaan. Arviointi ohjeistetaan tehtäväksi moniammatillisessa tiimissä. Taulukoihin 3 ja 4 on koottu poimintoja väittämistä, joiden osalta hankevuoden aikana huomattiin erityisen suuri (>20 pistettä) myönteinen muutos.

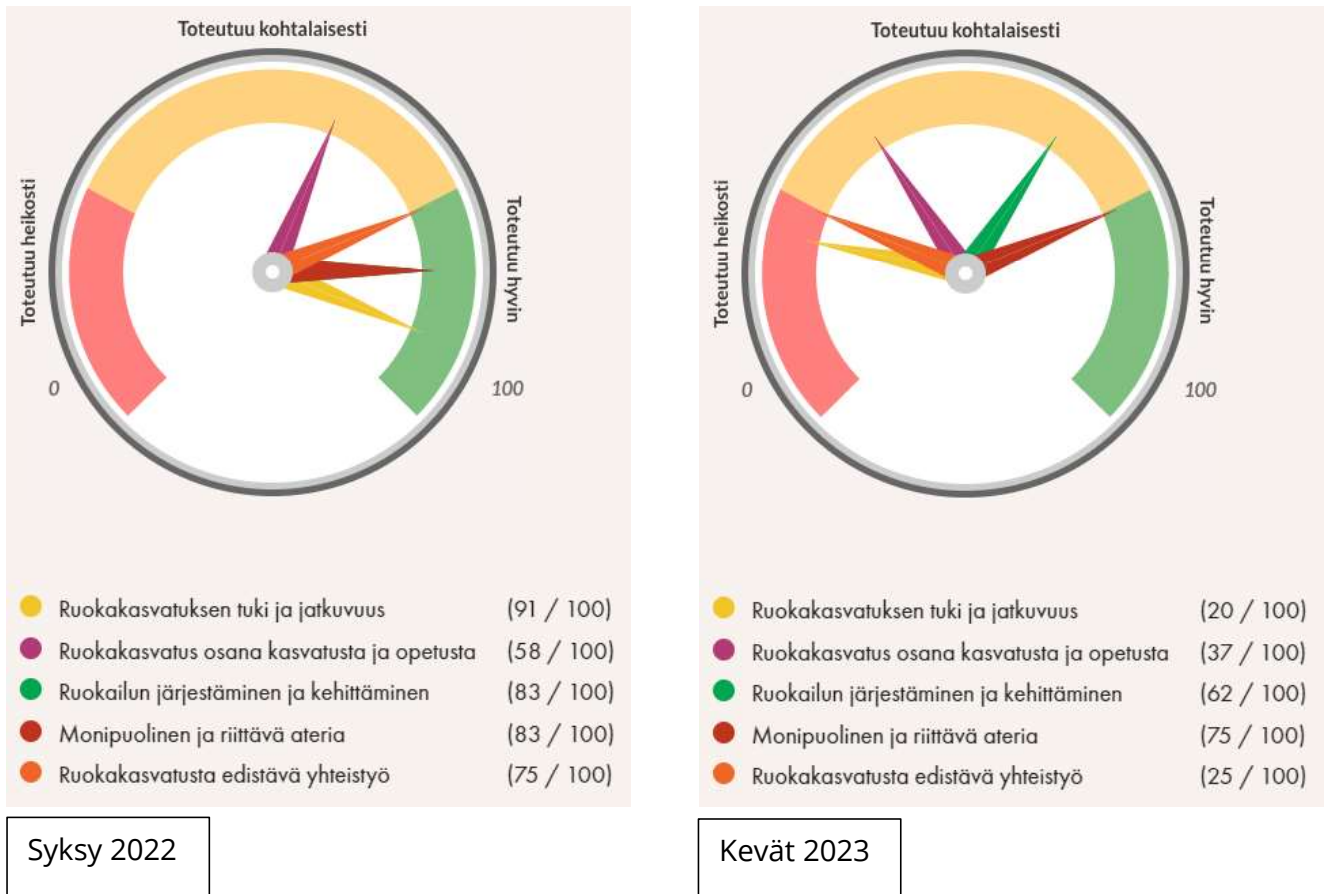
Taulukko 3. Poiminta mentoroitujen päiväkotien ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arvioinnin myönteisistä tuloksista. Arviointiasteikko on 0-100, jossa 0=Ei toteudu lainkaan ja 100=Toteutuu hyvin.

Indikaattori	Väittäjä	Päiväkotien alkupisteet (n=105)	Päiväkotien loppupisteet (n=38)	Muutos pisteissä
Ruokakasvatus osana kasvatusta ja opetusta	Ruokakasvatuksen tavoitteet on kirjattu yksikön vuosisuunnitelmaan, ryhmän varhaiskasvatussuunnitelmaan tai muuhun vastaavaan suunnitelmaan. Ruokakasvatuksen tavoitteet ovat laaja-alaisia/ sisältävät laajoja näkökulmia mm. terveys, kulttuuri, ympäristö, ruoan tuotanto, kestävä kehitys ja media.	45	67	+22
	Kasvatushenkilöstö ja lapset tutustuvat päivittäin yhdessä ruokalistaan. Kuvia käytetään ruokalistan havainnollistamiseen.	48	74	+26
Ruokakasvatusta edistävä yhteistyö	Henkilöstön kokouksissa/palavereissa suunnitellaan yksikön ruokakasvatusta.	43	71	+28
Ruokakasvatuksen tuki ja jatkuvuus	Henkilöstö on saanut viimeisen 5 vuoden aikana koulutusta ruokakasvatukseen.	40	67	+27
	Yksikössä/ryhmässä on ruokakasvatuksesta vastaava henkilö tai tiimi.	65	89	+24

Taulukko 4. Poiminta mentoroitujen koulujen ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arvioinnin myönteisistä tuloksista. Arviointiasteikko on 0-100, jossa 0=Ei toteudu lainkaan ja 100=Toteutuu hyvin.

Indikaattori	Väittäjä	Koulujen alkupisteet (n=64)	Koulujen loppupisteet (n=22)	Muutos pisteissä
Ruokakasvatus osana opetusta	Opettaja ja oppilaat tutustuvat päivittäin yhdessä ruokalistaan. Kuvia voidaan käyttää ruokalistan havainnollistamiseen.	49	74	+25
	Ruokiin, niiden alkuperään, ulkonäköön, koostumukseen ja makuominaisuuksiin tutustutaan eri aistien avulla tutkimalla, keskustelemalla sekä tarinoiden ja laulujen avulla.	34	58	+24
Monipuolinen ja riittävä ateria	Salaatit tarjotaan pääosin yksittäisinä komponentteina.	61	83	+22
Ruokakasvatusta edistävä yhteistyö	Henkilöstön kokouksissa/palavereissa suunnitellaan koulun ruokakasvatusta.	39	63	+23
Ruokakasvatuksen tuki ja jatkuvuus	Henkilöstö on saanut viimeisen 5 vuoden aikana koulutusta ruokakasvatukseen.	17	66	+49
	Koulussa on ruokakasvatuksesta vastaava henkilö tai tiimi.	66	92	+26
	Henkilöstö on tietoinen ruokaan ja ruokakasvatukseen liittyvistä kirjauksista kunnan hyvinvointisuunnitelmassa.	26	50	+24

Mentoroitavien päiväkotien ja koulujen yhteiskeskisarvoja tarkastellessa kaikkien ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arvioinnin väittämien pisteet nousivat toimintavuoden alku- ja loppuarvioinnin välillä (esimerkki Tuppuralan koulu, kuva 1). On merkittävää, että jo yhden toimintavuoden aikana havaittiin muutosta, vaikka ruokakasvatuksen vaikuttava toteutuminen on pitkäjänteistä työtä. Tosin osassa yksiköitä jonkin yksittäisen väittämän pisteet saattoivat myös huonontua, mikä usein johtui siitä, että yksiköissä oli tultu tietoisemmiksi pedagogisesta ruokakasvatuksesta ja siten myös kriittisemmiksi omaa toimintaa kohtaan.



Kuva 1. Nykytila.fi-työkalu luo yksikölle indikaattorikuvaajan, josta näkee yksikön tulokset havainnollisesti. Alla esimerkkinä Mikkelin Tuppuralan koulun kuvaajat syksyiltä 2022 ja keväältä 2023.

Hankkeen tavoitteiden mukaisesti ruokakasvatusta kehitettiin myös hankekuntien ja mentoroitujen yksiköiden ulkopuolella siitäkin huolimatta, että koronatilanne ja päiväkotien osalta vaikea työvoimatilanne haastoivat yksiköitä valtakunnallisesti. Hankkeessa oli asetettu määrällisiksi tavoitteiksi, että 200 päiväkotia ja 200 koulua hankeyhteistyö ulkopuolelta kehittävät ruokakasvatusta täyttämällä nykytilan arvioinnin. Päiväkotien osalta tavoite ylitettiin (233 päiväkotia täytti nykytilan arvion), mutta koulujen osalta ei päästy tavoitteeseen (81 koulua täytti nykytilan arvion). Yksi huomio hankkeesta olikin, että päiväkodeissa ruokakasvatus on asiana keskimäärin tutumpaa, joten sen kehittämiseen on myös luontevampi tarttua. Ruokakasvatuksen kehittämisen jatkuvuuden kannalta on myös merkittävää, että 28

hankekunnasta yhdeksässä säännöllinen nykytilan arvioinnin tekeminen kirjattiin kunnan hyvinvointisuunnitelmaan, paikalliseen opetussuunnitelmaan tai varhaiskasvatussuunnitelmaan.

2.4 Ruokakasvatusaineistojen päivittäminen ja tuottaminen

Olemassa olevien ruokakasvatuksen toimintamallien verkkosivustoja päivitettiin ja myös täydennettiin uusilla sisällöillä. Verkkosivustot olivat [Maistuva koulu](#), [Neuvokas perhe ruokakasvatus](#), [Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arviointi](#) ja [KEHUVA](#).

2.4.1 Maistuva koulu

[Maistuvan koulun verkkokoulutus](#) uudistettiin ja sinne tuotiin lisätietoa ruokatajun käsitteestä. Ruokakasvatuksen ideapankki käytiin kokonaisuudessaan läpi ja ideakortteja päivitettiin tarpeen mukaan. Lisäksi ideapankkiin lisättiin uusia ideakortteja, muun muassa ideat [ruoka-aiheisesta aamunavaussarjasta](#) ja [erityisen tuen tarpeesta kouluruokailussa](#). Kentältä tulevia toiveita kuunneltiin ja niiden perusteella luotiin myös [esikoululaisille esite](#), jossa uutta koululaista vanhempineen muistutetaan ravitsevan aamupalan ja välipalan tärkeydestä sekä muista tärkeistä koulun alkaessa huomioon otettavista asioista. Esite on saatavilla niin suomeksi, ruotsiksi kuin englanniksi. Kodin ja koulun ruokakasvatusyhteistyön tueksi julkaistiin myös [vanhempainiltavideot](#) yhteistyössä Kuopion kaupungin kanssa. [Maistuvan koulun sivustolla](#) on ollut 44 500 kävijää tammikuusta 2021 ja hankkeen loppumisen välisenä aikana.

2.4.2 Neuvokas perhe ruokakasvatus

Sydänliiton hallinnoima Neuvokas perhe ruokakasvatuksen verkkopalvelu ja varhaiskasvatuksen henkilöstölle suunnattu avoin ruokakasvatuksen [verkkokoulutus](#) uudistettiin hankkeen aikana vastaamaan uudistettujen ruokakasvatuksen tietopalvelun ja ideapankin sisältöjä. [Ruokakasvatuksen tietopankkiin](#) lisättiin sisältöjä kestävästä kehityksestä teemoista ja [Luontoaskel hyvinvointiin](#) -toimintamallista. Ruokakasvatuksen ideapankin suodattimia uusittiin ja ideakortteja lisättiin. [Yhteistyöhön perheiden ja huoltajien kanssa](#) luotiin uutta sisältöä ja

perheviestinnän osuutta vahvistettiin. Hankkeen aikana tuotettiin perhekirjeitä, joita mentoroitavat päiväkodit ja koulut pystyivät toimittamaan huoltajille. Lopulta keväällä 2023 lanseerattiin pysyväksi toiminnaksi uusi, avoimesti tilattava [Neuvokas perhe uutiskirje perheille](#) tukemaan kotien ruokakasvatusta ja hyvinvointioppimista. Ammattilaisille luotiin uusia työkaluja ruokakasvatuksen pedagogisen suunnittelun tueksi, mm [Neuvokas perhe ruokakasvatuksen vuosikello](#) ja [Näin kehität ruokakasvatusta omassa työyhteisössäsi](#) -sivusto osaksi ruokakasvatuksen verkkopalvelua. Hankkeen aikana tuotettiin verkkopalveluun myös useita [webinaaritallenteita ammattilaisille](#) ruokakasvatuksen eri teemoista: ”Neuvokas perhe ruokakasvattaja”, ”Eryitystä tukea tarvitsevat lapset ja ruokailu”, ”Kehorauhaa vai kiusaamista varhaiskasvatuksen arjessa”. Ruokakasvatuksen sisältöjen käyttöönottoa edistettiin myös kuukausittaisella kasvatuksen ja opetuksen ammattilaisten uutiskirjeellä. Neuvokas perhe ruokakasvatuksen verkkopalvelun eri sisällöissä (ideakortit/tietopankki/verkkokurssi) on ollut yhteensä 44900 katselukertaa tammikuusta 2021 ja hankkeen loppumisen välisenä aikana.

2.4.3 Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arviointi

Nykytila.fi-verkkopalvelun ilme ja sisältöjä päivitettiin hankkeen aikana. Nyt esimerkiksi [tuloksia](#) voi tarkastella hyvinvointialueittain maakuntien lisäksi ja sivusto tarjoaa ainutlaatuisia tukimateriaalia ruokakasvatuksen huomioimiseksi ja toteuttamiseksi laadukkaasti [koko kunnassa](#). Sisältöjä on jaoteltu ja uudistettu niin, että kunnassa työskentelevien henkilöiden on entistä helpompi löytää oman työnkuvansa kannalta olennainen tieto. Kuntaosiossa on alisivut erikseen koskien [hyvinvointikertomusta](#), [varhaiskasvatussuunnitelmaa](#) ja [opetussuunnitelmaa](#), sekä myös [päättäjille](#) ja [ruokapalveluille](#) on omat välilehtensä. Kuntaosiossa esitellään myös ruokakasvatuksen [moniammatillista yhteistyötä](#) yhdyspintoja havainnollistavan kuvan avulla. Sivustolla nykytila.fi on ollut 7000 kävijää lokakuusta 2021 ja hankkeen loppumisen välisenä aikana. Edellisiä pienempää kävijämäärää selittänee se, että yleensä vain yksi henkilö yksiköstä käy täyttämässä lomakkeen ja tutustuu ohjeisiin tai näitä tarkastellaan kaikki yhdessä isolta näytöltä.

2.4.4 KEHUVA

KEHUVA on lyhenne lähestymistavan nimestä, Kehonkuva hyvinvoinnin perustana. KEHUVA-lähestymistapa on tarkoitettu eri alojen ammattilaisille, jotka käsittelevät työssään ruokaa, syömistä ja kehoa erilaisten asiakasryhmien, esimerkiksi lasten ja nuorten, parissa.

Ruokasuhdetyöskentely on yksi KEHUVA-lähestymistavan osa-alueista, ja sitä voidaan hyödyntää osana perusopetuksen ruokakasvatusta. [KEHUVA-verkkosivusto](#) ja erityisesti siellä oleva kaikille avoin [KEHUVA-verkkokoulutus](#) päivitettiin ja siirrettiin uudelle verkkoalustalle hankkeen aikana. Hankkeessa tuotettiin neljä KEHUVA-podcastia (toinen tuotantokausi), jotka julkaistaan KEHUVA-verkkosivuston [julkaisuissa](#) syksyn 2023 aikana. Podcasteissa esitellään ruokakasvatukseen liittyvää tutkimusta ja suomalaisia tutkijoita tavalla, jolla on annettavaa käytännön ruokakasvatustyötä tekeville. Jaksojen teemoina ovat ruokakasvatus alakoulussa, keholähtöinen syöminen, ruokalukutaito käsitteenä sekä kohtaaminen ja kuuntelu.

2.5 Ruokakasvatuksen täydenniskoulutus

Ruokakasvatuksen täydenniskoulutus, Kasvatuksen ammattilainen ruokakasvattajana 5 op, järjestettiin hankkeen aikana kaksi kertaa eli keväällä 2022 ja 2023. Koulutukseen ilmoittautui yhteensä 72 opiskelijaa, 38 ensimmäisenä ja 34 toisena vuonna. Lopulta koulutuksen suoritti yhteensä 39 opiskelijaa, 21 ensimmäisenä ja 18 toisena vuonna. Opiskelijat olivat pääasiassa varhaiskasvatuksen opettajia ja yläkoulun aineenopettajia. Opintojakso koostui kolmesta osiosta, jotka olivat 1) ruokasuhdetyöskentely, 2) ruokakasvatuksen teemat ja 3) omassa toimintaympäristössä toteutettava kehittämistehtävä. Ruokasuhdetyöskentely käsitti ammattilaisen oman ruokasuhteen tarkastelua ja KEHUVA-lähestymistapaan tutustumista. Ruokakasvatuksen teemoissa opiskelijat perehtyivät muun muassa ruokatajuun sekä kestävään ja aistilähtöiseen ruokakasvatukseen. Omassa toimintaympäristössä toteutettavassa kehittämistehtävässä opiskelijat pääsivät soveltamaan oppimaansa käytännön työelämässä. Koko työyhteisöä osallistavan kehittämistehtävän kautta koulutus tavoitti laajemminkin kasvatusalalan ammattilaisia kuin vain koulutuksen suorittaneet henkilöt.

Täydennyskoulutuskokonaisuuden palautekyselyyn vastanneet opiskelijat kokivat opintojakson erittäin antoisaksi (taulukko 5). Opiskelijoilta pyydettiin palautetta myös numeerisella arviointiasteikolla (asteikolla 1–5, jossa 1=Täysin eri mieltä ja 5=Täysin samaa mieltä) seuraavista teemoista (kahdelle eri toteutukselle annetut keskiarvot suluissa, 2022 / 2023):

- Ymmärrykseni opetettavasta aiheesta lisääntyi (4,54 / 4,56)
- Opiskeluilmapiiri oli kannustava (4,69 / 4,44)
- Koulutuksen sisältö vastasi tavoitteita (4,38 / 4,67)
- Opin paljon ja saavutin hyvin oppimistavoitteeni (4,08 / 4,22)
- Sain riittävästi ohjausta koulutuksen aikana (4,46 / 4,11)
- Sain riittävästi palautetta oppimisesta koulutuksen aikana (3,92 / 3,56)
- Oppimateriaali edisti oppimistani (4,69 / 4,89)
- Käytin riittävästi aikaa opiskeluun (4,08 / 3,67).

Taulukko 5. Täydennyskoulutukseen osallistuneiden opiskelijoiden antamat arviot kurssikokonaisuuden toteutuksesta.

Toteutusvuosi	Odotukset koulutuksen suhteen täyttyivät	Saavutti itselleen asettamansa tavoitteet
2022	92 %	92 %
2023	100 %	89 %

Otteita kurssikokonaisuudelle annetusta avoimesta palautteesta:

- "Pidin projektityöstä, koska se oli oikeasti se mitä tarvitsin työhöni, ei siis jää vain johonkin mappiin muistoksi koulutuksesta."
- "Tehtävät olivat hyviä, aluksi vaikean oloisia ja haastavia. Tehtävissä joutui haastamaan itseään, tutkiskelemaan omaa itseä ja omaa historiaansa."
- "Ruokakasvatusta on kaikkialla, kun avaa silmät!"

2.6 Viestintä

Hankkeen viestinnän tavoitteena oli lisätä eri ammattiryhmien ruokakasvatuksen ymmärrystä ja osaamista sekä kertoa päiväkotien ja koulujen ruokakasvatuksen merkityksestä suurelle yleisölle sekä päättäjille. Viestinnässä hyödynnettiin monikanavaisuutta ja ruokakasvatusmallien ennestään olemassa olevia tuttuja viestintäkanavia. Viestinnän kanavina oli mm. webinaarit, tapahtumat, esitykset muiden tahojen järjestämissä tilaisuuksissa, sosiaalinen media, blogit, uutiskirjeet, mediatiedotteet, juttuvinkit ja podcastit. Liitteessä 1 on kooste hankeaikana mediassa julkaistuista jutuista liittyen suoraan hankkeeseen tai sen jalkauttamiin ruokakasvatuksen toimintamalleihin. [Hankkeen nettisivuilla](#) on listaus hankkeessa julkaistuista tuotoksista ja webinaaritalenteista.

Hankkeen aikana toteutettiin kahdeksan webinaaria, joista kaksi oli näkyvyydeltään laajemmat ruokakasvatuksen teemapäivät. Webinaarien kautta tavoitettiin laajasti eri ammattilaisia kasvatusta-, opetusta-, ruokapalvelu- ja kunta-alalta. Suurimman osallistujamäärän keräsi Ruokakasvatuksen teemapäivä, joka järjestettiin keväällä 2022 (350 osallistujaa) ja 2023 (370 osallistujaa). Taulukossa 6 on esitetty teemapäiviin osallistuneiden antamia arvioita tilaisuuden toteutuksesta. Muut hankkeen toteuttamat webinaarit suunnattiin tiettyjen ammattialojen tai tietyistä aiheista kiinnostuneille osaajille, esimerkiksi ruokapalvelutyöntekijöille ja perusopetuksen sekä varhaiskasvatuksen johtajille. Webinaarien osallistujamäärät vaihtelivat kohderyhmän mukaan 8–91 välillä. Hankkeen päätteeksi keväällä 2023 järjestettiin webinaari teemalla '[Lisää osaamista ja yhteistyötä ruokakasvatukseen](#)', missä kuultiin kuntien onnistumistarinoita hankeajalta ja pohdittiin ruokakasvatuksen toteutumisen tulevaisuutta (176 osallistujaa).

Taulukko 6. Ruokakasvatuksen teemapäiviin 2022 ja 2023 osallistuneiden arvio tilaisuuden toteutuksesta. Vastaukset kerättiin palautekyselyllä.

Arvioitava kohde (arviointiasteikko 1–5)	2022 (annettuja vastauksia 60 kpl)	2023 (annettuja vastauksia 109 kpl)
Kokonaisarvosana	4,23	4,30
Puhujat ja esitykset	4,38	4,36
Tekninen toteutus	4,37	4,58

Muita hankkeen tapahtumia oli osallistuminen ruokakasvatuksen yhteisosastolle Educa-messuilla tammikuussa 2023. Tapahtumassa oli noin 15 000 kävijä, joista tavoitettiin osastolla ja puheenvuoroissa vähintään 1000–2000. Hankkeena osallistuttiin myös SuomiAreena-tapahtumaan heinäkuussa 2021 (etätilaisuus) ja paikan päällä Porissa kesäkuussa 2023. Molemmista kouluruoka-aiheisista keskusteluista tuotettiin tallenteet (kts. liite 1). Lisäksi osallistuttiin alan asiantuntijoita yhteen kokoavan Ruokakasvatusverkoston tilaisuuksiin järjestäjinä (etätoteutus joulukuussa 2021, toukokuussa ja joulukuussa 2022 sekä hybriditilaisuus maaliskuussa 2023).

Sosiaalisen median kanavia (Instagram, Facebook ja Twitter) päivitettiin koko hankkeen ajan aktiivisesti. Maistuvan koulun Instagram ja Facebook-tilillä ilmestyi muun muassa ruokakasvatuksen viikkovinkki -postaussarja, jossa nostettiin esiin eri vuodenaikoihin sopivia Maistuvan koulun ruokakasvatuksen ideapankin ideoita. Postausten tarkoitus oli tarjota opettajille matalan kynnyksen toteutusideoita ruokakasvatukseen. Myös kouluruokailuun ja perheiden ruokakasvatukseen liittyviä teemoja nostettiin esille Instagramissa ja Facebookissa @ruokakasvatus ja viestipalvelu X:ssä @ruukkury. Sosiaalisen median kanavia hyödynnettiin myös hankkeen tapahtumien, esimerkiksi webinaarien ja täydennyskoulutuksen, markkinoinnissa. Hankkeen päättyessä Maistuvan koulun Instagramissa oli 745 seuraajaa ja Facebookissa 543 seuraajaa, @ruokakasvatus-tilillä Instagramissa yli 1800 seuraajaa ja Facebookissa 700 seuraajaa. @ruokakasvatus-tilin Instagram-päivitykset tavoittavat parhaimmillaan tuhansia käyttäjiä. Ruukun X-tilillä seuraajia on 730.

Hankkeen aikana kirjoitettiin uutta sisältöä Ruokakasvatusyhdistys Ruukun ja Maistuvan koulun blogeihin. Blogien tavoitteena on julkaista kirjoituksia ajankohtaisista ja keskustelua herättävistä ruokakasvatuksen aiheista. Tästä esimerkkinä blogikirjoitus Ruukun blogissa otsikolla '[Ateriaetu ja esimerkkiruokailu – Mitä maksaa? Kuka hyötyy?](#)'. Blogikirjoituksia nostettiin esiin somekanavissa ja hankkeen koulutuksellisissa tilaisuuksissa.

Koko hankkeen ajan varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen henkilöstöä kannustettiin tilaamaan ruokakasvatuksen uutiskirjeitä. Maistuva koulu -uutiskirje on suunnattu perusopetukseen, Neuvokas perhe -uutiskirje varhaiskasvatukseen, Neuvokas perhe -perhekirje lasten huoltajille ja Ruukun uutiskirje laajemmin kaikille ruokakasvatuksen ajankohtaisista asioista kiinnostuneille. Uutiskirjeiden välityksellä viestittiin tulevista tapahtumista ja vinkattiin ajankohtaisista tai uusista ruokakasvatuksen materiaaleista. Maistuvan koulun uutiskirjeitä (elokuussa 2023 tilaajia 1039) lähetettiin 6 kpl lukuvuodessa, Neuvokaan perheen uutiskirje varhaiskasvatuksen ammattilaisille kuukausittain (elokuussa 2023 tilaajia 2617) ja Ruokakasvatusyhdistys Ruukun uutiskirje (elokuussa 2023 tilaajia 783) joka toinen kuukausi. Uutiskirje-toiminta jatkuu myös hankkeen päättymisen jälkeen, koska se on hyvä viestintäväylä eri ammattilaisille, asiantuntijoille ja perheille. Ammattilaisten lisäksi perheille suunnattuja uutiskirjeitä toimitettiin mentoroitaville yksiköille yhdessä valmiin Wilma-viestin kanssa 3 kertaa toimintavuodessa. Perhekirjeissä vinkattiin koteihin innostavia ideoita koko perheen ruokailuun ja syömiseen liittyen. Keväällä 2023 tehtiin mahdolliseksi myös se, että perheet voivat itse tilata koteihin suunnatun Neuvokas perhe uutiskirjeen suoraan omaan sähköpostiinsa (elokuussa 2023 tilaajia 2099). Omien uutiskirjeiden lisäksi hyödynnettiin muiden toimijoiden, kuten Ruokaviraston, FEE Suomen sekä Hyte-verkoston, postituskanavia tapahtumista ja ruokakasvatuksen työkaluista viestimiseen.

Hankkeen teemat näkyivät hyvin mediassa erityisesti vuosina 2022–2023 (kts. liite 1).

Mediaviestintää tehtiin tiedotteilla sekä suorilla juttuvinkeillä valtakunnallisiin, maakunnallisiin ja paikallislehtiin sekä tarjoamalla valmiita juttuja ammattilehtiin. Juttuvinkkejä tarjottiin keväällä 2023 osana ”Hyviä uutisia kouluruokailusta” -tempausta, jonka tavoitteena oli saada media kirjoittamaan myönteisemmin kouluruokailusta. Vinkkausten seurauksena julkaistiin muutamia juttuja, mm. Ylen alueuutisissa ja verkkosivuilla, Rantalakeus-lehdessä ja Lapin kansassa. Osa

toimittajista oli kiinnostunut aiheesta, vaikka ei kirjoittanut juttua vielä hankeaikana. Ammattilehdistä juttuvinkit tai valmiit jutut poikivat kirjoitukset Opettaja, Luokanopettaja, Reksi, Neuvola ja kouluterveys, Elintarvike ja terveys ja Terveystieteiden ja -lehtiin. Jutuista on sovittu syksyksi 2023 myös Ympäristökasvatus, Ammattikeittiöosaajien ja Ravitsemusterapeuttien yhdistyksen lehtiin. Toimittajien suorista yhteydenotoista poiki kouluruokailuteemalla Imagen artikkeli sekä haastattelut Ylen 8 minuuttia ohjelmassa, Satakunnan Kansaan ja Ylen verkkosivuille (viitetiedot liitteessä 1).

Lasten ja nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille suunnattu podcast '[Pakko maistaa?](#)' julkaistiin marraskuussa 2022. MMM:n tuella KOKOAVA-hanke tuotti podcastiin kolme uutta jaksoa kesällä 2023. Podcastin jaksoissa syvennytään erilaisiin ruokakasvatuksen teemoihin, esimerkiksi nuoren ruokasuhteen tukemiseen ja ruokapalveluhenkilöstön rooliin ruokakasvatuksessa. Jaksoissa vierailijoina on eri alojen asiantuntijoita ruokakasvatuksen ympäriltä. Podcastissa kuullaan myös eri-ikäisten lasten vastauksia mm. kysymykseen "Onko pakko maistaa?".

Hankkeen aikana tehtiin myös vaikuttamisviestintää, jonka tavoitteena oli varmistaa kouluruokailun riittävät resurssit ja ruokakasvatuksen rahoitus kunnissa ja järjestöille. Helsingin Sanomien mielipidepalstalla julkaistiin kolme kouluruoka-aiheista mielipidettä (HS 28.9.2021, 3.12.2022 ja 26.4.2023), joista jälkimmäinen yhteistyössä MMM:n Kouluruokaohjelman kanssa. Eduskuntavaalien yhteydessä viestittiin ruokakasvatuksen merkityksestä ja rahoituksen tarpeellisuudesta nettisivuilla, somessa ja suoraan puolueiden työryhmille ja ministeriöihin. Keväällä 2023 laadittiin [vetoamus kouluruokailun puolesta](#) yhdessä 11 eri toimijan kanssa. Vetoamus julkaistiin osana SuomiAreenan keskustelua "Kouluruokaa halvalla vai hyvää tehden". SuomiAreenan keskustelua oli kuulemassa useita satoja henkilöitä paikan päällä ja striimin välityksellä.

3 Yhteenveto

Nimensä mukaisesti KOKOAVA-hanke tuki kokonaisvaltaisesti ruokakasvatuksen toteutumista varhaiskasvatuksessa ja peruskoulussa. Toimintaa tapahtui monella eri tasolla ja siten merkittävimpiä tuloksia voidaan tarkastella näiden eri tasojen kautta.

- 1. Perheet ja lapset.** Huoltajille suunnatut videot, vanhempainiltamateriaalit ja perhekirjeet toivat ruokakasvatusasioita perheiden tiedoksi. Useassa kunnassa lasten ja nuorten kasvisten kulutusta haluttiin lisätä ja tässä apuna toimivat erilaiset ruokakasvatukselliset toimet. Useassa mentoroitavassa yksiköissä myös havaittiin silmämääräisesti arvioiden, että lasten kasvisten kulutukseen on mahdollista vaikuttaa ruokakasvatuksella.
- 2. Päiväkodit ja koulut.** Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yksiköissä vahvistui moniammatillinen yhteistyö erityisesti ruokapalveluiden sekä opetus- ja kasvatushenkilöstön välillä. Ruokakasvatukselle luotiin pedagogisia tavoitteita ja ruokailutilanteisiin saatiin tavoitteiden mukaisia muutoksia aikaan. Pedagogisen käytännön muutos ponnisti siitä, että henkilöstön tietoisuus, innostus ja osaaminen lisääntyi ja ymmärrys ruokakasvatuksen merkityksestä vahvistui. Kokonaisuudessaan mentoroitujen varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yksiköiden ruokakasvatustoiminta kehittyi.
- 3. Ammatillaiset.** Täydennyskoulutus osoitti, että kentällä toimii siellä täällä ruokakasvatuksesta innostuneita varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen opettajia. Yksittäiset aktiiviset opettajat saivat työvälineitä, perustietoa, oivalluksia, ja konkreettista apua ruokakasvatustyöhön täydennyskoulutuksen, yksiköiden mentoroinnin sekä koulutustilaisuuksien ja webinaarien kautta.
- 4. Kunnat ja alueet.** Kunnissa onnistuttiin luomaan moniammatillista yhteistyötä ruokakasvatuksen edistämiseksi. Kehittämistyö vaatii pitkäjänteisyyttä, koska muutos on hidasta. Työhön kannustaa kunnista saadut hyvät esimerkit siitä, että muutos on mahdollista ja sitä voidaan mitata konkreettisesti nykytila.fi-työkalun avulla. Yhteistyö kuntien ja alueiden välillä on tehty konkreettiseksi ruokakasvatustyöryhmiä perustamalla. Tätä varten on luotu tukimateriaalia esim. [yhteistyötahoja kuvaava infograafi](#).

- 5. Koko Suomi.** Ruokakasvatuksen tunnettuus ja merkityksen ymmärtäminen kasvoi hankekunnissa ja yleisesti. Aihetta on tehty näkyväksi valtakunnallisesti teemapäivillä, webinaareilla, uutiskirjeillä, mediatiedotteilla ja ruokakasvatuksen alueverkostossa.

3.1 Jatkotoimenpiteet hankkeen jälkeen

Varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa ruokapuheen ja ruokakasvatuksen pedagogiikan edistämiseksi kaivataan pitkäjänteisellä otteella toimivaa promoottoria. Verkkoon rakennetut tai sosiaalisessa mediassa julkaistut sisällöt eivät siirry käyttöön itsestään. Toiminta ruuan ja syömisen ympärillä on niin arkista, että pedagogiset ulottuvuudet löydetään vain ns. hoksauttajan tönäisystä. Jokaisessa päiväkodissa ja koulussa voisi olla nimetty ruokakasvatuksen vastuhenkilö, jolla on aikaa tutustua teemaan ja tukea koko yhteisöä tavoitteellisesti. Tämän lisäksi pedagoginen johtajuus yksikössä on merkittävä vaikutin ja se mahdollistaa yhteisesti sovittujen tavoitteiden laatimisen ja niiden arvioinnin.

Ruokakasvatus tulisi ottaa pakolliseksi sisällöksi erityisesti luokanopettajien koulutukseen. Täydennyskoulutusta olisi hyödyllistä tarjota räätälöitynä eri kunnille osana esimerkiksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimia. Kouluttaminen ei kuitenkaan ole ainut tapa viedä työvälineitä käytäntöön. Koulutuksen lisäksi pedagoginen johtajuus ja ohjaavat asiakirjat velvoittavat ja saavat siksi aikaan käytännön toimia. Ruokakasvatus onkin systeemistä ja sen tulisi näkyä niin valtakunnallisesti osana varhaiskasvatussuunnitelmaa sekä perusopetuksen opetussuunnitelman perusteita kuin kuntien omissa tarkennuksissa hyvin konkreettisina käytäntöä ohjaavina kirjauksina. Toiminnan arvioinnissa voidaan hyödyntää nykytila.fi-työkalua. Ruokakasvatustyöryhmät kunnissa sekä alueilla mahdollistavat moniammatillisen yhteistyön sekä yhteisen sopimisen, ja tätä toimintaa voisi konkretisoida tarkemmin ja osoittaa sille tukea. Kunnissa olisi myös syytä tehdä lapsivaikutusten arviointia uusien yksiköiden suunnittelussa huomioiden ruokakasvatukselliset näkökulmat päiväkotien ja koulujen tiloissa ja ympäristössä.

Liite 1. Mediassa julkaistuja juttuja hankkeesta ja jalkautetuista ruokakasvatustamalleista

Ruokakasvatuksen toimintamalleja jalkautetaan varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen. Itä-Suomen yliopisto 22.4.2021. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ruokakasvatuksen-toimintamalleja-jalkautetaan-varhaiskasvatukseen-ja-perusopetukseen>).

Voiko koulu kasvattaa syömään hyvin? SuomiAreena 13.7.2021. (<https://ruokakasvatus.fi/uutiset/hyva-ruoka-joka-paiva-lasten-ruokakasvatus-rakennetaan-yhteistyolla-ja-esimerkillä/>).

Ruokailoa arjen taidoista. Yhteishyvä 4/2021.

Kuka tukee kuntia ruokakasvatustyössä sote-uudistuksen jälkeen? Itä-Suomen yliopisto 15.12.2021. (<https://blogs.uef.fi/puheenvuoroja/2021/12/15/kuka-tukee-kuntia-ruokakasvatustyossa-sote-uudistuksen-jalkeen/>).

Lasten kestävää tulevaisuutta rakentaa moniammatillinen joukkue. Ruokakasvatustyhdistys Ruukku ry 4.4.2022. (https://ruokakasvatus.fi/maun_jaljilla/lasten-kestavaa-tulevaisuutta-rakentaa-moniammatillinen-joukkue/).

Aamupala maistui Hutsin koulussa. Koti-Karjala 22.4.2022.

Tuore tutkimus paljastaa: Näin lapset saadaan syömään enemmän kasviksia, marjoja ja hedelmiä YLE. 25.4.2022. (<https://yle.fi/a/3-12415058>).

Lapset ja nuoret arvostavat elämyksellisiä ruokahetkiä Koti-Karjala. 29.4.2022.

Ei ole pakko maistaa! – Mustametsän päiväkodissa ruokakasvatusta tukee leikkiminen ja kannustaminen. Aamulehti 22.5.2022. (<https://www.aamulehti.fi/perhe/art-2000008791872.html>).

Yhteistyöllä ruoka maistuu paremmin. Elintarvike ja Terveys 5/2022.

Vellit ja viillokit. Image-lehti 6/2022.

Ruokakasvattaja toivoo, ettei kasvisruokapäivistä enää puhuttaisi. 8 minuuttia -ohjelma. YLE 15.7.2022. (<https://yle.fi/a/3-12538051>)

Kannusta lasta kouluruokailuun. Itä-Suomen yliopisto 11.8.2022. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/kannusta-lasta-kouluruokailuun>).

Olisitko uskonut? Vain joka kymmenes koululainen syö suositusten mukaisesti. Savon Sanomat 11.8.2022. (<https://www.savonsanomat.fi/paikalliset/4779832>).

Opettajat pitävät ruokakasvatusta tärkeänä ja merkityksellisenä – jos sille vain olisi aikaa. Itä-Suomen yliopisto 29.8.2022. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/opettajat-pitavat-ruokakasvatusta-tarkeana-ja-merkityksellisena-jos-sille-vain-olisi-aikaa>).

Ruokakasvatusta käsitellään vaihtelevasti kuntien varhaiskasvatussuunnitelmissa. Itä-Suomen yliopisto 5.9.2022. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ruokakasvatusta-kasitellaan-vaihtelevasti-kuntien-varhaiskasvatussuunnitelmissa>).

Maistuva koulu tukee täysipainoisen koululounaan syömistä ja osallisuuden kokemusta. Itä-Suomen yliopisto 2.1.2023. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/maistuva-koulu-tukee-taysipainoisen-koululounaan-syomista-ja-osallisuuden-kokemusta>).

Ruokakasvatukseen kaivattaisiin konkreettisia esimerkkejä monissa kunnissa. Savon Sanomat 5.9.2022. (<https://www.savonsanomat.fi/paikalliset/4878683#kommentit>).

Kouluruoka maistuu nyt eri tavalla Inarissa uudessa koulukeskuksessa – kiireetön ruokatauko mukavassa ympäristössä auttaa myös parantamaan oppimistuloksia. Lapin Kansa 16.3.2023. (<https://www.lapinkansa.fi/kouluruoka-maistuu-nyt-eri-tavalla-inarissa-uudess/5410624>).

Lasten ruokakasvatuksella rakennamme hyvinvointia ja kestävää tulevaisuutta. Keski-Suomen hyvinvointialue 14.2.2023. (<https://hyvaks.fi/blogikirjoitukset/lasten-ruokakasvatuksella-rakennamme-hyvinvointia-ja-kestavaa-tulevaisuutta>).

Ruokakasvatuksen toimintamalleja varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen. Hyvisforum.fi 23.4.2023. (<https://www.hyvisforum.fi/2021/04/23/ruokakasvatuksen-toimintamalleja-varhaiskasvatukseen-ja-perusopetukseen/?cn-reloaded=1>).

Ruokakasvatus on yksipuolisesti esillä kuntien perusopetuksen opetussuunnitelmassa. Itä-Suomen yliopisto 18.4.2023. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ruokakasvatus-on-yksipuolisesti-esilla-kuntien-perusopetuksen-opetussuunnitelmissa>).

Näissä kouluissa tarjoillaan Suomen parasta kouluruokaa: “On tosi maukasta ja raikasta”. YLE 25.4.2023. (<https://yle.fi/a/74-20028770>).

Kouluruokailu tarvitsee tuekseen vaikuttavaa ruokakasvatusta. Helsingin Sanomat 26.4.2023. (<https://www.hs.fi/mielipide/art-2000009535113.html?share=3e250246871e576818778f7da396364a>).

Limingassa ruokakasvatus on osa kouluarkea – välipala auttaa oppilaita jaksamaan paremmin ja muutti iltapäivän oppitunnit aiempaa rauhallisemmiksi. Rantalakeus 28.4.2023. (<https://www.rantalakeus.fi/limingassa-ruokakasvatus-on-osa-kouluarkea-valipal/5508826>).

Ruokakasvatuksen mentorointi vahvisti yhteistyötä kunnissa. Itä-Suomen yliopisto 12.6.2023. (<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ruokakasvatuksen-mentorointi-vahvisti-yhteistyota-kunnissa>).

Yhdessä kokkaaminen tekee raaka-aineet tutuiksi – lasten ruokaleirillä tutustuttiin koko ketjuun maatilalta keittiöön: "Hyvä me!". YLE 24.6.2023. (<https://yle.fi/a/74-20037872>)

Ihmekauhalla soppaa kouluihin. SuomiAreena-liite. Satakunnan Kansa ma 26.6.2023.

Kouluruokaa halvalla vai hyvää tehden? SuomiAreena 27.6.2023. ([Kouluruokaa halvalla vai hyvää tehden? - Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry](#)).

Ruokakasvatushanke huipentui näyttelyyn Tuomiaron päiväkodilla. Visit Liminka 9.8.2023 (<https://www.liminka.fi/ruokakasvatushanke-huipentui-nayttelyyn-tuomiaron-paivakodilla/>).