

Hållbara måltider i Örebro län 1.0 – ett bra exempel på lärande för hållbar utveckling



Foto: Elsa Fries, Jessie Karlsson & Johanna Björklund

Hållbara måltider
i Örebro län



*Johanna Björklund
Institutionen för natur och teknik
Örebro universitet
Johanna.bjorklund@oru.se*



Innehållsförteckning

Inledning.....	3
Projektorganisation	3
Bakgrund	4
Projektets syfte och innehåll.....	4
Projekt- och effektmål.....	5
Workshop.....	5
Arbete i de egna köken mellan träffarna	5
Kollegialt lärande genom besök i varandras kök.....	6
Skolmåltiden som pedagogiskt redskap	6
Avslutande spridningskonferens	6
Dokumentation	6
Utvärdering	7
Kompetensutveckling genom information, diskussion och inspiration	7
Praktiskt arbete har varvats med teori	7
Kriterier för hållbara måltider	8
Provsbakning och receptbyte viktigt för konkreta förändringar	9
Mätningar av svinn.....	10
Kollegialt lärande av olika form.....	11
Pedagogisk personal och skolmåltiden	12
Deltagarnas egen beskrivning av sitt lärande	13
Behov av fortsatt utbildning	13
Praktiska förändringar i köken.....	13
Stöd för fortsatt förändringsarbete.....	14
Projektmålen – hur har det gått?	14
Visioner om den hållbara offentliga måltiden i framtiden.....	15
Recept för framgång: "Vi kan och vi är duktiga också!"	16
Sammanfattande slutsatser	17
Faktorer som underlättat lärande och praktiska förändringar	17
Konkreta förslag på utvecklingsområden till kommande projekt.....	17
Referenser	18

Inledning

Detta är en utvärdering med syfte att fånga och beskriva erfarenheter, lärande och praktiska förändringar som resultat av projektet Hållbara måltider i Örebro län 1.0. Projektet innehöll två delar; en del med fokus på metoder för en hållbar måltidsplanering och en del, som drevs som ett mindre pilotprojekt, innefattande ett arbete med måltiden som ett pedagogiskt redskap. Projektet finansierades av Regionförbundet i Örebro, Örebro läns landsting, Länsstyrelsen samt de medverkande kommunerna: Hallsberg, Hällefors, Laxå, Lekeberg, Nora och Örebro. Deltagarna i projektet har varit måltidspersonal, måltidsbiträden, kockar, kökschefer och kostchefer från totalt 13 kök. Projektet som helhet startade i december 2013 och avslutades formellt i november 2014. Pilotprojektet kring måltiden som pedagogiskt redskap startade dock i februari 2014 och kommer att avslutas i mars 2015. Denna del kommer därför att utvärderas och rapporteras när den är helt avslutad och beskrivs endast kort i denna rapport.

Utvärderingen har fortlöpt parallellt med projektet genom dokumentation under workshops, enkätuppföljning efter alla träffar utom den andra, samt genom utvärderarens egen observation under workshops och i ett av de deltagande köken. Intervjuer och fokussamtal med deltagare i projektet har också gjorts. På detta sätt har utvärderingen kunnat bidra till att förbättra och anpassa innehållet under projektets gång, för att bättre nå upp till de uppsatta målen.

Utvärderingen har fokus på det innovativa och nyskapande i arbetet. Förhoppningen är att sammanställningen ska bidra med erfarenheter och kunskap till en eventuell fortsättning av projektet samt till andra kommuner och verksamheter som arbetar med måltidsverksamhet och hållbarhetsfrågor.

Projektorganisation

Projektägare:

Regionförbundet Örebro

Styrgrupp:

Peter Åslund, Regionförbundet Örebro
Åsa Ödman, Länsstyrelsen
Sara Richert, Örebro läns landsting

Projektledare:

Elsa Fries

Projektplaneringsgrupp:

Johanna Björklund, Örebro universitet
Sabina Elisson, Nora kommun
Peter Morfeldt, Regionförbundet Örebro
Marie Nybäck, Örebro läns landsting
Lisa Pettersson, Upphandlingskontoret
Åsa Sandholm, Örebro kommun

Bakgrund

Projektet utformades utifrån ett av inriktningsmålen inom Örebro läns energi- och klimatprogram 2013 -2016, ur en idé som uppkom på ett av dialogmötena vid utvecklingen av programmet.

Maten i de offentliga storköken är en viktig resurs i arbetet att minska samhällets miljö och klimatpåverkan, och i stort för arbetet för en hållbar utveckling. Offentlig upphandling till storkök innebär stora kvantiteter mat och har därför potential att vara motor i en förändring av livsmedelsproduktionen. Offentliga kök kan dessutom uppmuntra och inspirera privata hushåll till en nödvändig förändring av konsumtionsmönster. Maten är också, och kan i än större utsträckning bli, ett viktigt verktyg i det pedagogiska arbetet i förskolan och skolan. Genom att arbeta med skolmåltiden kan måluppfyllelsen när det gäller lärande för hållbar utveckling ökas. Skolmåltiden kan underlätta utveckling av en helhetssyn och göra det möjligt att förstå och relatera till komplexa abstrakta frågor, eftersom just mat är något som alla människor har en relation till.

Maten har dessutom en nyckelroll därför att dagens livsmedelsproduktion bidrar kraftfullt till alla de stora globala miljöhoten vi står inför, till exempel till sjunkande grundvattennivåer, till övergödning av sjöar och hav, till jorderosion, till att vi hittar bekämpningsmedelsrester i människor och miljö, till en drastisk utrotning av arter och inte minst till global uppvärmning (Rockström m.fl. 2009). Uppgifter när det gäller utsläpp av växthusgaser varierar mycket, men globalt kan den mat vi äter orsaka nästan hälften av vår klimatpåverkan (Vermeulen m.fl., 2012).

Kommuner och Landsting i Örebro län har sedan länge arbetat med att göra de offentliga måltiderna mer miljövänliga, men arbetet har kommit olika långt i olika delar av länet. Inköp av mer ekologiskt producerad mat är ett område där många ligger långt framme, kanske just för att detta är lätt att mäta och att formulera i politiska inriktningsmål. Till exempel befinner sig Örebro Läns Landsting på åttonde plats i en nationell ranking över svenska kommuners inköp av ekologiska livsmedel (Ekomatsligan, 2014, <http://www.ekomatcentrum.se>). Under 2013 låg dessa inköp på nästan 40 %. Örebro kommun ligger, bland annat genom sitt framgångsrika projekt "Smartare mat", på 24:e plats på rankingen (ibid), och flera kök är uppe i nästan 70 % ekologiska livsmedel. Inom "Smartare mat" har man också arbetat med andra viktiga hållbarhetsfrågor, så som att minska svinnet, att öka andelen vegetarisk mat och att servera säsonganpassade och attraktiva salladsbufféer. Det finns dock kommuner i länet som fortfarande ligger långt under det nationella inriktningsmålet till 2010, omfattande 25 % ekologiska livsmedel i offentlig sektor (Regeringens skrivelse 2005/06).

Projektets syfte och innehåll

Projektets syfte har varit att utveckla, testa, utvärdera och sprida metoder för hållbar måltidsplanering. Att måltider i offentliga kök samtidigt ska vara attraktiva, lustfyllda och goda var också ett viktigt mål.

För att nå dessa målsättningar avsåg man att arbeta med att öka andelen ekologiska, samt andelen säsonganpassade livsmedel, att servera mer vegetarisk mat och mindre andel kött samt att minska matsvinnet.

Ett annat syfte var att utveckla pedagogiska metoder som gjorde det möjligt att använda skolmåltiden som resurs i undervisningen för att nå skolans kunskapsmål samt använda undervisningen som en resurs för att göra den hållbara måltiden mer attraktiv.

Projekt- och effektmål

Det huvudsakliga målet för projektet var att minst 10 kök i länet skulle ha utvecklat metoder för hållbar mat som bidrar till projektets effektmål. Effektmålen var att klimatbelastningen från mat i offentliga kök skulle ha minskat med minst 25%, andelen ekologiska livsmedel ökat till minst 35% och att det totala svinnet från tillagad mat skulle ha minskat till 10 % inom tre år. Dessutom skulle erfarenheterna från projektet spridits till minst 10 skolor som inte deltagit i projektet. Minst två lärarteam skulle också ha genomfört en pilotstudie kring pedagogiska metoder för den hållbara skolmåltiden. En planering för en fortsättning på projektet samt en plan för finansiering skulle också finnas.

Workshop

Arbetet i projektet har utgått från fem kompetensutvecklingsdagar i workshopsformat med olika tema, så som hållbar menyplanering, ökad kunskap om primärproduktionen och mindre matsvinn. Inspirationsföreläsningar om matens klimatpåverkan, hållbart kött, vegetariska rätter, lyckat svinnarbete, schemalagd lunch och praktisk menyplanering varvades med olika typer av grupparbeten. Man har arbetat med att ta fram gemensamma kriterier för hållbara måltider, underlag till en hållbar menyplanering och konkreta åtgärder för att minska svinnet samt utbytt erfarenheter av att besöka varandra i kollegiala lärandeutbyten.



Bild 1. Grupparbeten varvades med föreläsningar under gemensamma workshop. Foto: Jessie Karlsson.

Arbete i de egna köken mellan träffarna

Mellan de gemensamma träffarna har deltagarna fått uppgifter att göra på hemmaplan som man sedan arbetat med under träffarna. Bland annat man har gjort en resursinventering för att uppmärksamma hur man arbetar idag och vad man är extra bra på. Man fick i uppgift att ta reda på hur stor andel ekologiska produkter man köpte in, vilka lokala producenter som fanns och om man handlade av dem, eldsjälar i arbetet, "meny-makeovers" (när man ändrar befintliga recept för att minska mängden kött) som man använder, samt att ta med fem vegetariska recept som man ville dela med gruppen.

Andra hemuppgifter var att reflektera kring hur man kunde använda sina nya erfarenheter och kunskaper vid den menyplanering man gjorde under försommaren inför höstens verksamhet samt att mellan träff fyra och fem göra två veckomätningar av svinn. Utifrån en gemensam mall som lånats från Örebro kommun, vägde man och dokumenterade lagrings-, tillagnings- och tallrikssvin i kök och matsalar.

Kollegialt lärande genom besök i varandras kök

Alla deltagare skulle också under minst en dag under sommaren besöka ett kök i en annan kommun för att få se nya saker och utbyta erfarenheter med kollegor kring frågor om hållbara måltider. Kostcheferna planerade utbytet tillsammans med sin personal så att man fick besöka ett kök efter önskemål. Som underlag för besöket formulerade kostcheferna gemensamt frågeområden, vilka deltagarna hade som hjälp vid observationer och intervjuer under besöken. Man uppmanades att dokumentera dagen för att redovisa och reflektera gruppvis kring vid den avslutande träffen.

Skolmåltiden som pedagogiskt redskap

Pilotprojektet "Skolmåltiden som pedagogiskt redskap" genomförs i ett arbetslag för årskurs 5-6 i Lekebergsskolan i Lekebergs kommun. Arbetet bedrivs i form av en forskningscirkel. Gruppen består av sex lärare, en pedagogisk rådgivare vid skolutvecklingsenheten vid Regionförbundet i Örebro samt en forskare i miljövetenskap vid Örebro universitet.

En forskningscirkel innebär att man använder ett forskningsliknande arbetssätt för att utveckla ny kunskap (Persson, årtal okänt). Tillsammans formulerar man målsättning och frågeställningar utifrån de behov och intressen som finns i arbetslaget, man genomför empiriska undersökningar t.ex. i klasser eller grupper med metoder och verktyg som man tillsammans valt, och analyserar och utvärderar resultaten för att gemensamt dra slutsatser och utveckla arbetssätt. Arbetet ska också resultera i en användbar produkt.

Det övergripande syftet med arbetet är att öka måluppfyllelse inom enskilda ämnen samt specifikt när det gäller lärande om hållbar utveckling. Genom att på olika sätt arbeta med frågor kring maten som serveras i skolan, och att arbeta pedagogiskt i matsalen (under den "pedagogiska lunchen" eller under en "schemalagd lunch") vill man också stimulera barnen att äta bättre i skolmatsalen vilket ökar deras välmående och skolprestationer. Fortbildning i gruppen om miljökonsekvenser av dagens livsmedelssystem och möjligheter till reflektion och utveckling av didaktik kring dessa frågor ökar dessutom forskningsanknytningen i undervisningen.

Avslutande spridningskonferens

Smakprov av arbetet i projekt redovisades under en konferens öppen för måltidspersonal och pedagogisk personal samt skolledare och beslutsfattare i kommuner och landstinget i Örebro län. Syftet var att sprida erfarenheter och kunskap som projektet genererat samt att ge inspiration till andra kök och arbetslag att delta i liknande arbeten eventuellt i form av ett uppföljningsprojekt till detta projekt.

Dokumentation

Föreläsningar samt resultat av grupparbeten under de fem gemensamma träffarna dokumenterades. Vid redovisning och samtal om erfarenheter av det kollegiala utbytet dokumenterades samtalen i varje grupp.

Utvärdering

Kompetensutveckling genom information, diskussion och inspiration

"Ni lagar mat till tusentals personer varje dag, ni har makt att förändra, ni kan göra skillnad". Med dessa ord hälsade Elsa Fries, projektledare, alla deltagare välkomna till den första träffen i projektet. Att bygga på deltagarnas egna erfarenheter och genom föreläsningar och diskussioner inspirera till reflektion och nya idéer har varit en viktig grund för kompetensutvecklingen i projektet.

Praktiskt arbete har varvats med teori

Att varva teori och praktik, samt att ge gott om utrymme till gemensamt arbetet och samtal under träffarna, har uppskattats av projektets deltagare och är en viktig orsak till att man upplevt projektet som lärorikt och givande. De praktiska inslagen i form av till exempel provsmakning av vegetariska röror, gissningstävling på rotfrukter samt fältbesök med ogräsrensning hos ekologisk grönsaksodlare verkar ha varit speciellt viktiga. Dessa inslag lyftes i utvärderingarna genomgående fram som något som man uppskattat och vill ha mer av. Man upplever att man har fått möjlighet att prova på nya saker som underlättat genomförande av förändringar i det egna köket, men också att man har fått möjlighet till samtal och reflektion tillsammans med andra deltagare under de praktiska momenten.



Bild 2. Studiebesök på en ekologisk gård som levererar grönsaker till köken. Foto: Lisa Pettersson.

Föreläsningar om matens klimatpåverkan, om matsvinn och om naturbeteskött gav dock enligt deltagarnas rangordning och kommentarer vid den slutliga utvärderingen allra mest. Klimatfrågan var något som man ansåg att man hade lärt sig om under projektet,

men som man gärna ville lära mer om. Många uppger att de redan arbetar mycket med svinn i sina kök och många hade gjort svinnmätningar redan innan projektet startade, men de anser ändå att de har fått mer kunskap om möjligheter att minska svinn och många säger att man nu vill arbeta mer medvetet med svinn. Vid inledningen av projektet var också svinn ett av tre områden som man själv prioriterade högst för att minska matens miljö- och klimatpåverkan, viktigast ansåg man var att välja ekologiskt producerat och att laga mat från grunden.

Kriterier för hållbara måltider

Trots att många aktörer i Sverige redan har presenterat kriterier för hållbara måltider och att en del verksamheter redan har sådana som man arbetar mot (se t.ex. Livsmedelsverket, 2014 (<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-var-d-skola-omsorg/Skolmaltider/>), Smartare Mat, Örebro kommun, 2014 (<http://www.orebro.se/10233.html>)), valde man att i projektet tillsammans arbeta fram egna kriterier utifrån gruppens kunskaper och erfarenheter. Utifrån frågan " Vad är en hållbar måltid för mig i mitt arbete?" tog deltagarna under den första träffen tillsammans fram och prioriterade de viktigaste aspekterna. Dessa kategoriserades dessa sedan med hjälp av FAMM-modellen (Five Aspect of a Meal Modell; Miljön/måltidsupplevelsen, Rummet, Mötet, Styrning/system/ledning, Maten (Gustafsson m.fl., 2006)) efter förslag som kom upp under den andra träffen då man följde upp och reflekterade kring de kriterier man prioriterat fram. Även under träff fem följde man upp arbetet med kriterierna. Detta resulterade dock inte i att man ändrade, tog bort eller la till några punkter ur den ursprungliga listan som man skapat under den första träffen. Kriterierna har tryckts upp och delats ut till de deltagande köken i form av bordspratartare, affischer samt i elektronisk form.

Här är Örebroregionens kriterier för hållbara måltider:

Miljön/måltidsupplevelsen <ul style="list-style-type: none">- God mat som hamnar i magen = nöjda matgäster	Styrning, system och ledning <ul style="list-style-type: none">- Bra organisation i ledningen = ger bra möjligheter- Energieffektiva kyl- och frysar- Miljövänliga arbetskläder- Effektiv diskhantering och vattenanvändning- Sparsam användning av engångsmaterial- Inget onödigt matsvinn- Klimatsmarta tillagningsmetoder
Rummet <ul style="list-style-type: none">- Trevlig miljö i köket och i matsalen	Maten <ul style="list-style-type: none">- Miljömässigt hållbar produktion av råvaror- Mat lagad från grunden- Minskad köttmängd- Mycket grönt på matsedeln- Säsongsanpassat- Näringsriktigt- Svenskt- Ekologiskt
Mötet <ul style="list-style-type: none">- Bra samarbete med pedagoger, omsorgspersonal och annan personal- Kommunikation och medvetenhet hos gästerna.- Glad personal och mycket humor på jobbet	

www.regionorebro.se/hallbaramaltider

Bild 3: De gemensamt framtagna kriterierna för hållbara måltider.

Under träff fem diskuterade man också användbarheten av kriterierna för den egna verksamheten och förslagen på hur man kunde använda kriterierna var många. Man ville använda dem internt inom kosten för att fortsätta sträva framåt och sätta egna verksamhetsmål. Man ville också använda dessa i kommunikation med pedagoger, rektorer och politiker, för att sätta upp mål och strategier, så som till exempel kostpolitiska program. Landstinget ansåg att de var bra att använda i information till kostombud samt till avdelningarna och i personalmatsalen. Kriterierna kunde också användas för att ta fram nyckeltal och göra jämförelser mellan kommunerna och som underlag för att ta fram material att jobba vidare med, tillsammans med personalen i skolan och inom omsorgen.

Arbetet med kriterierna prioriterades relativt lågt i deltagarnas rangordning vad man tyckte varit mest intressant i projektet. Möjligen hade prioriteringen sett annorlunda ut om frågan ställts annorlunda, till exempel om fokus legat på vad man ansåg var viktigast. Nya vegetariska recept fick också låg prioritet i denna rankning, trots att dessa var bland de saker som man i sina egna kommentarer framhåller som det som gett mest. Detta kan ju också tänkas bero på hur frågan ställts. En av kostcheferna berättar att man redan använt kriterierna i kommunikation med politiker i sin kommun. En utvärdering av hur kriterierna faktiskt har kommit till användning vore värdefull att göra en tid efter att projektet har avslutats.

Provsmakning och receptbyte viktigt för konkreta förändringar

De gemensamma luncherna under träffarna har varit viktiga inslag för lärande som lett till konkreta förändringar i de ingående köken. Träffarna lades medvetet på undervisningsfria dagar för att underlätta för måltidspersonalen att medverka, men också för att man skulle kunna ha träffarna på de deltagande skolorna. Den skola som har varit värd för träffen har också haft ansvar för lunchen, och att utmana sig själv och andra genom att servera en hållbar meny som inspirerar de ätande har resulterat i skolmåltider som imponerat i så väl smak, utseende som variation. Recept från måltiderna efterfrågades av deltagarna och spreds därför till alla efter varje träff. Många deltagare nämner just lunchen vid utvärderingar efter träffarna och skriver vid projektslut att man kommer att göra förändringar i matsedeln utifrån de idéer man fått, till exempel på nya salladsrätter och mer grönsaker i kötträtter. Dessa idéer kommer förmodligen också från workshops, grupparbeten och kollegiala samtal, men deltagarna framhåller luncherna som något av det mest intressanta i projektet.

Överhuvudtaget har byte av recept, framförallt vegetariska recept, men också samtal om säsongsbaserade salladsbufféer och hur man kan blanda in vegetariska alternativ till kött i vanliga kötträtter, varit viktiga för att få idéer till konkreta förändringar på hemmaplan.

Hur man pratar om vegetarisk mat och hur man beskriver rätterna i menyn har också diskuterats. Enigheten har varit stor om att inte prata om "köttfria dagar", att säga att man "berikar" maten med vegetariska proteinalternativ istället för att man ersätter köttet samt att inte skriva "vegetarisk" i menyn utan istället använda lockande benämningar utifrån rätternas innehåll.

Färgrika, smakrika och säsongsbaserade salladsbufféer har blivit något av ett signum för projektet. En av kostcheferna beskrev att man hade som målsättning att ha ett salladsbord så stort att eleverna kunde välja att bara äta från detta och få i sig tillräckligt med energi och näring om man inte tyckte om huvudrätten. Att placera salladsbordet först i matsalen, skriva ut ingredienser och att ha en blandning av skålar med "röror" och skålar med "rena" grönsaker (inte mixade med annat) var också sätt som nämndes för att få fler att äta grönsaker.

Den gemensamma receptsamlingen är ett annat konkret resultat av arbetet i gruppen, och att byta recept med varandra var en viktig del av lärandet och utvecklingen i köken. Man uttryckte dock att receptsamlingen endast innehåller vegetariska varmrätter, och menade att det också hade varit värdefullt med en sammanställning av kökens bästa idéer till salladsbufféerna och av recept som innehåller kött, men kanske i mindre mängd. Detta var viktigt för att man kommit olika långt med det arbetet vid de olika enheterna.



Bild 4. Pedagogiskt exempel på hur man kan åskådliggöra svinn från "Framtidens mat" i Västerås kommun. Foto: Jessie Karlsson.

Mätningar av svinn

Samtliga deltagande enheter mätte svin åtminstone en av veckorna 35 och 42 då man uppmanats att mäta, men många mätte under båda veckorna. Under den första veckan skulle man inte informera om mätningen. Det skulle man däremot göra före den andra.

Under de båda veckorna var det totala matsvinnet i genomsnitt 18 % för alla köken tillsammans. Svinnet var något lägre under den första veckan man mätte än under den andra. Variationen mellan enheterna vara avsevärd. Det högsta uppmätta svinnet under en vecka var 33 % och det lägsta var 6 %. Serveringssvinnet var marginellt högre än tallrikssvinnet. Lagringssvinnet var noll på det flesta enheter, endast två kök inom landstinget hade ett högt lagringssvinn (27-29 %). De två veckomätningarna får ses som två stickprov på svinn hos de deltagande skolorna. Ingen mätning av svinnet gjordes i inledningen av projektet och man hade heller inga speciella aktiviteter kring svinn på de flesta skolorna, vilket gör att man inte skulle kunna förvänta sig någon större skillnad mellan veckorna. Skillnader mellan de olika veckorna på en enhet beror snarare på andra specifika förhållanden under veckorna som antal ätande eller rätter på menyn.

Vid ett grupparbete under träff fyra diskuterade man, och tog fram förslag på, hur man kan minska olika typer av svinn. Några av åtgärder för att minska lagrings- och serveringssvinn som man ansåg effektiva var att laga mat i omgångar och ha koll på åtgång, samt att genom att förvara varor och rester vid korrekt temperatur och ha koll på datum och bra rutiner, göra det möjligt att använda allt som blir över. Det är också bra att använda mindre kärl i serveringslinjerna och att ställ fram mindre kantiner i slutet av serveringen. Bra tips för att minska tallrikssvinnet ansåg man bland annat var att se över måltidsmiljön, ge barnen tid att äta och ta om så att de inte tar för mycket på en gång för säkerhetsskull, lägga fram "smakskedar" vid serveringen, ta bort brickor och minska storleken på glas och tallrikar och ha olika belöningssystem om man tillsammans minskar svinnet. Sist men inte minst är det viktigt att förbättra kommunikationen mellan matpersonal, vårdpersonal, elever och pedagoger, samarbeta helt enkelt, och prata om problemet med svinn och se över metoder, logistik och schemaläggning tillsammans.



Bild 5. En smaksked är ett bra sätt att få eleverna att prova nya rätter och den kan också bidra till att minska svinnet. Foto: Jessie Karlsson.

Kollegialt lärande av olika form

En av de bärande idéerna i projektet har varit att på många olika sätt skapa utrymme för kollegialt lärande. Att genomföra kollegiala utbyten i varandras kök har varit ett sätt, men även genom många grupparbeten, praktiska övningar och långa raster har de

kollegiala samtalen fått ta plats. Samtal i grupparbeten och under raster var trevande i början, eftersom många av deltagarna inte kände varandra eller var ovana vid att prata i större grupper. Under fokussamtal med kostcheferna vid utvärderingen av projektet lyfte dessa fram att man sett att samtalen tog fart efterhand som projektet tog form och man vände sig vid arbetsformen. Samtalet med kollegor under träffarna var dessutom det som, tillsammans med föreläsningarna, var mest givande enligt deltagarnas egen utvärdering.

Det kollegiala lärandeutbytet med besök i varandras kök har varit ett strukturerat sätt att skapa plats för lärande och alla utom sju deltagare uppgav i utvärderingen vid projektslut att de gjort ett sådant besök. Ett fåtal hade gjort två stycken.

Reflektioner och återkopplingar till de personer som arbetade i de kök man besökte vara svåra att följa och förmodligen varierande. Observation vid ett besök, samt intervju av en kökschef kring dennes besök, ger dock vid handen att många små aha-upplevelser och tips noterades och man pratade om dessa tillsammans under besöket. Många frågor t.ex. om varför man gör så eller så, kring vad man köper in för ekologiska varor, hur det ser ut vid serveringslinjen eller vid disken eller tips på nya sallader till buffébordet samtalade man om. Många hade fokus på arbetet i allmänhet, men också på miljö- och hållbarhetsfrågor. Att under besöket framföra synpunkter som innebar någon sorts ifrågasättande eller kritik av ett arbetssätt eller val upplevdes av de intervjuade vara svårare. Detta ville man i så fall framföra till sin kostchef som man menade kunde föra detta vidare.

Man reflekterade också tillsammans i blandade grupper under den sista träffen omkring vad man sett och tänkt vid sitt besök. Samtalen i grupperna kretsade kring hur mycket ekologisk mat de olika köken serverade, hur salladsbufféerna såg, till vilken grad menyerna var säsongsanpassade och hur själva serveringen såg ut. Deltagarna jämförde hur långt de olika köken hade kommit i arbetet i förhållande till i ens eget, vad som skiljde och vad som var lika. Besök som gjorts mellan sjukhuskök och skolkök var speciellt uppskattade, eftersom man innan hade haft liten kunskap om varandras förutsättningar och imponerades ömsesidigt av varandras arbetssätt. Överlag så var det kollegiala lärande utbytet uppskattat och några önskade att man skulle ha haft det under fler dagar och föreslog att man skulle introducera detta i den reguljära verksamheten.

Pedagogisk personal och skolmåltiden

Många påpekade i utvärderingen att det är viktigt att skolledningen och den pedagogiska personalen är med i arbetet. Dessa behöver vara "med på tåget" om man ska arbeta vidare med till exempel mer vegetarisk mat och med svinn. Man uttrycker att man inte kan göra större förändringar i menyerna utan att man på något sätt förbereder barnen och ökar deras smakrepertoar. Lagar man för "konstig" mat så äter inte barnen, och om barnen inte äter har man inte uppfyllt sitt uppdrag. Yrkes stoltheten ligger ju i att laga mat som gästerna uppskattar. *"Om man lagar något riktigt gott och ser att barnen äter så njuter man och känner sig nöjd"*, sammanfattade en av deltagarna.

I en av kommunerna har kostchefen under projekttiden initierat att man har schemalagd lunch, "Måltid på schemat", för att få en lugnare måltidsmiljö, minskat matsvinn och för att stärka den sociala gemenskapen genom att man sitter kvar tillsammans. Man förväntade sig också att fler elever skulle äta, och äta mer, och att

detta förhoppningsvis i förlängningen skulle leda till bättre studieresultat. Försöket startade i en grundskola under hösten 2014 och så här långt är såväl elever som lärare och måltidspersonal nöjda. Eleverna äter mer så det går åt mer mat vilket ju var ett av syftena, men detta blir också en högre kostnad, påpekar kostchefen. En mer utförlig utvärdering ska göras efter att terminen är slut.

Många deltagare tycker att man hade bra samarbete med lärarna. I en del skolor har man gratis pedagogisk lunch vilket underlättar och man får komma in i klasser eller på matråd och informera om det är något speciellt. Men något som man önskade var att lärarna skulle introducera maten innan och man ansåg också att det vore bra om lärarna var mer insatta i frågor kring mat.

Deltagarnas egen beskrivning av sitt lärande

Deltagarna själva uttrycker att man har blivit mer miljömedvetna, att man lärt sig ett nytt sätt att tänka kring hur man kan arbeta med "klimatsmart" och vegetarisk mat. Man har fått mer grundläggande kunskap kring klimatfrågan och vad man behöver minska på eller helt byta ut i köken. Man menar att man lärt hur viktigt är att välja ekologisk och vegetarisk mat, och att handla efter säsong, men också vilket kött man ska välja och hur man ska minska svinnet. Något kök har ersatt nötköttet med mer fläskkött i köttfärsen för att minska klimatpåverkan, andra försöker köpa in lokalproducerat naturbeteskött. Någon skola har prövat att servera höns från svenska äggproducenter, med blandat resultat.

Man säger över lag att man är mer medveten och har fått ökad förståelse för hur viktig maten är när det gäller miljöfrågor. Man har fått en känsla av gemenskap och att alla jobbar åt samma håll men har kommit olika långt.

Behov av fortsatt fortbildning

Fördjupade kunskaper om klimatfrågan och matens betydelse för den och om matens miljöpåverkan vill man lära sig mer om. Hur man kan laga näringsriktig mat som också är mindre klimatpåverkande och vad om är hållbar mat är frågor som man också vill ha mer fokus på. Man skulle vilja veta vad som blir effekter och konsekvenser av de beslut man tar och så vill man att alla kollegor i köket ska få utbildning i hållbara måltider, ekologi och klimatförändringar. Man vill dessutom ha bra information som är paketerad så att den är lättillgänglig och lätt att sprida. Man vill lära mer om FAMM i måltidmiljön och få konkreta exempel på hur man kan arbeta med dessa kriterier för att förbättra måltidsupplevelsen. Bra köttval, förutsättningar för producenterna och plus och minus med centraliserad upphandling vill man också lära mer om och diskutera.

Praktiska förändringar i köken

Under projektet har flera kök gjort förändringar som det är rimligt att anta att det gemensamma arbetet har stimulerat till, även om influenser och drivkrafter till förändringarna säkert kommit från flera håll. Det som de allra flesta pekar på att man har gjort under projekttiden och som man säger att man vill fortsätta med, är ett intensifierat arbete med att minska svinnet. Man vill mäta svinnet oftare, man anser att man har fått en bra gemensam metod för att göra detta i projektet och man vill samarbeta med annan personal på skolan för att göra konkreta förbättringar. Flera av deltagarna säger att de har fått bra idéer till hur man kan öka andelen vegetariska ingredienser i kötträtterna och till nya vegetariska rätter samt till fler hållbara rätter till salladsbufféerna. De praktiska förändringar som man betonar att man vill man arbeta

vidare med i sina kök är utökade, säsonganpassade salladsbufféer och en hållbar menyplanering. Man vill också ge information till och ha dialog med patienterna och avdelningarna på sjukhusen och med pedagogisk personal, elever och föräldrar på skolorna, till exempel för att arbeta med kriterier kring hållbara måltider som kan utmynna i mål för verksamheterna.



Bild 6. Frestande salladsbufféer var en viktig del i arbetet för mer hållbara måltider. Foto: Jessie Karlsson.

Stöd för fortsatt förändringsarbete

Deltagarna lyfter fram att det är viktigt att ha fortsatta kollegiala utbyten med andra kök i länet. Att skapa någon sorts gemensamt nätverk och en hemsida, exempelvis med medlemskap, med information, nyckeltal och recept, samt att ha en återträff efter ett år är andra saker som man efterfrågar. Studier från liknande projekt pekar också på, att för att förändringsarbete ska bli varaktigt, och utvecklingen fortgå även efter projektets slut, behöver man bygga social samhörighet, man behöver känna att man tillhör en grupp där man kan få stöd, inspiration och feedback (Lönngren, 2007). Att rektorer och pedagoger är delaktiga är också avgörande för att man ska kunna ta fler steg. Ett samarbete med HUT (Enheten för hållbar utveckling i Örebro kommun) och en återkommande fortbildning behövs, påpekar deltagarna slutligen.








Projektmålen – hur har det gått?

De projekt mål som sattes upp har huvudsakligen uppfyllts (se tabell 1). Både projektets utformning och innehåll, som beskrivits i denna rapport, har gjort det möjligt. Den enda avvikelser från projektplanens mål var att endast ett lärarlag ingick i pilotstudien om pedagogiska metoder för den hållbara skolmåltiden. Orsaken till detta var tidsbrist och rekryterings svårigheter.

Ett av projekt målen var att "Erfarenheter från projektet ska ha spridits i länet till kökschefer och skolmåltidspersonal och pedagoger i minst 10 andra skolor som inte

deltagit i projektet.” Spridningskonferensen hade 157 anmälda deltagare. Bland besökarna fanns både representanter från skolvärlden, politiker samt personal från offentliga kök både inom och utanför länet. Representanter från 15 olika kök anmälde under denna konferens sitt intresse för att delta i kommande projekt, vilket är en indikation på att detta projektmål med råge uppfyllts.

Tabell 1. Projektmål samt måluppfyllelse

Minst 5 kompetensutvecklingstillfällen ska ha genomförts tillsammans med deltagarna	
Minst 10 kök ska ha utvecklat metoder för smartare mat som bidrar till projektets effektmål	
Minst 10 kök ska ha påbörjat svinmätning samt ha upprättat en handlingsplan samt mål för att minska sitt svinn	
Ett kollegialt utbyte har skett mellan de deltagande köken	
Minst två lärarteam ska ha genomfört pilotstudie i pedagogiska metoder för den hållbara skolmåltiden. <i>(Detta projekt pågår fortfarande och avslutas i mats 2015)</i>	
Erfarenheter från projektet ska ha spridits i länet till kökschefer och skolmåltidspersonal och pedagoger i minst 10 skolor som inte deltagit i projektet	
Projektfas 2 (2015-2016) ska vara planerad i grova drag och ett förslag till finansieringsplan ska finnas	

Visioner om den hållbara offentliga måltiden i framtiden

När deltagarna i projektet fick måla upp en vision kring vad som är hållbara måltider för dem i framtiden fanns följande ingredienser i med i dessa;

Råvarorna skulle vara säsonganpassade, närproducerade, ekologiska, utan tillsatser och de skulle lagas från grunden. Att ha egen grönsaksodling, eget växthus och/eller en bonde som levererar allt, mer vegetariskt och kanske till och med odlat kött eller grönsaker odlade på taken i städerna var idéer som kom upp. Fisk två gånger i veckan nämndes också.

Man ville att **upphandlingen** skulle ge möjlighet även för små leverantörer att vara med och att den skulle ge större möjlighet att välja leverantör och man ville också jobba med lokala producenter och har en nära dialog med dessa.

Man betonade att **matsalsmiljön** skulle vara lugn, trygg och avslappnad, alla skulle få ta sig den tid de behövde, det skulle inte vara någon stress och kännas kul att prata. Men man framhöll också att matsalen behövde vara en "tyst miljö", med tydliga regler så att man fick matro. Man ville ha tid för samtal med sina gäster och ville hinna reflektera och vara lyhörd. Till exempel ville man få eleverna att förstå hur svinn påverkar vår miljö och framtid och varför köttkonsumtionen behöver minska. Man ville helt enkelt ha "nöjda matgäster som föredrar hållbara måltider".

Man tänkte att **matsedeln** skulle kunna vara mer flexibel och kanske mer lokal, så att man kunde vara mer spontan och variera råvaror efter pris. Men man sa också att man skulle vilja planera den tillsammans med de andra köken och att matgästerna skulle vara med och påverka vad som serverades. Alla enheter skulle ha eget kök så att maten inte behövde skickas. Det skulle minska svinnet ansåg man. Man ville kunna ge information om vart maten kom från och vad den innehöll, vilka råvaror som använts och hur man tänkte kring val av råvaror och tillagning.

Många lyfte fram att man ville samverka med **pedagogerna**. Att man behövde ha mer kunskap och förståelse för varandras arbete. Luncherna skulle behöva vara längre och pedagoger behövde medverka och ha förståelse och tid att jobba med måltiden och använda den för att prata om hållbar utveckling, Det skulle vara en tråd genom skolan och där lunchen skulle vara ett ämne. Men eleverna skulle också kunna vara en del av "mathanteringen", man nämner att de till exempel skulle kunna odla fisk och ha möjlighet att göra praktik i köken. Man menade att samarbetet mellan elever och skola och kök är vägen till framgång, men att det också behövs **politiska beslut och lagstiftning**.

Recept för framgång: "Vi kan och vi är duktiga också"!

Det nya miljöarbetet har skapat engagemang och det märks på stämningen hos personalen och deras arbetsglädje, säger kostcheferna. Tydligt är en stor stolthet över det egna köket och det arbete man gör, samt en ökad vilja och samtidigt ökad möjlighet att ta ansvar. En del kök har börjat med mer decentraliserade menyer, man har utökat, och ytterligare varierat, de rätter som serveras vid salladsbuffén, man lagar mer mat från grunden och man har mer kunskap om, och engagemang i, det man köper in. Om man ska komma upp i 70 % ekologiska varor utan att överskrida budgeten, som några av köken i projektet gör, så måste man ha god kunskap om och kontroll på sina inköp. Ökade kunskaper ger större handlingsutrymme. När man gör utvecklingsarbetet tillsammans i köken, samt när även kostchefen är med, kan ansvar decentraliseras. Att få ta eget ansvar och känna stolthet är en viktig del i att vilja engagera sig.

Det är uppenbart att måltidspersonalen som medverkat i projektet är både kunnig och engagerade. Många kom dit med mycket erfarenheter och stort intresse för dessa frågor, för andra har projektet gjort att de blivit nyfikna och fått motivation och kunskaper som krävs för att ta egna steg framåt i köket. Gemensamt är att de har fått en ökad medvetenhet om att de faktiskt har en viktig kompetens och de har fått en ökad självkänsla i och med detta. "Vi kan, och vi är duktiga också", skrev en av deltagarna i den slutliga utvärderingen. Skolledningarna behöver dock förstå att måltidspersonalen i många fall ligger långt före övrig personal när det gäller miljöarbete, hälso- och matfrågor och att de skulle kunna användas som resurs i att intensifiera detta arbete och integrera det i undervisningen. De har i många fall större, och i alla fall en annan viktig kompetens, när det gäller mat, måltid och hållbarhet än pedagogisk personal.

Sammanfattande slutsatser

Faktorer som underlättat lärande och praktiska förändringar

Det kollegiala utbytet var ett enkelt men uppskattat sätt att kompetensutveckla. Det gav möjlighet att få konkreta tips till förändringar i sitt eget kök och att stärka självförtroendet då det nästa alltid var så att man insåg att man redan gjorde bra saker på hemmaplan.

Att använda sig av ett delegerat värdskap för träffarna har varit kostnadseffektivt men samtidigt ett uppskattat tillfälle för respektive kommun att få visa upp sig, bjuda på sig själv och få uppskattning och bekräftelse från de övriga kommunerna. Detta tillsammans med lokala "goda exempel", då deltagarna själva berättar hur de jobbar framgångsrikt med olika delar av projektet, har gett ökad yrkesstolthet, och underlättat nätverkande bland deltagarna, samt på ett prestigelöst sätt triggat igång tävlingsinstinkten hos flera kök.

Ett fokus på "teambuildande" där deltagarna fått diskutera lösningar på gemensamma problem tillsammans med sina kostchefer eller tillsammans med kostpersonal från andra kök, visade på att frågorna inte "ägs" av någon chef, utan av deltagarna själva, och att de är viktiga aktörer i förändringsarbetet. Detta kan vara ett sätt att öka självkänslan hos hela gruppen samt att minska interna hierarkierna inom kostorganisationer. Många av kostcheferna uppskattade också projektet som ett tillfälle att skapa bättre relationer och samarbeten med de övriga kostcheferna i länet. Detta är viktigt om man kommer från mindre kommuner där man driver sina frågor helt ensam.

Den vegetariska receptsamlingen, har varit ett tillfälle för köken att få vara stolta och bjuda på det bästa man har samt att få konkreta tips och inspiration i sitt fortsatta arbete med hållbara måltider. Receptsamlingen har även varit en underlättande faktor i kommunikation och spridning av projektet.

De löpande utvärderingarna, i projektgruppen, och via enkäter till deltagarna efter varje tillfälle, har gett möjlighet att anpassa upplägget efter deltagarnas behov samt gett utrymme till reflexion över vad man lärt sig under projektets gång.

Konkreta förslag på utvecklingsområden till kommande projekt

- En svinmätning vid starten av projektet och med upprepning i slutet för att ge möjlighet att följa förändringar.
- Fler praktiska hemläxor som ger möjlighet till reflexion över egna arbetssätt, prova nya saker och till fördjupat lärande. Ett förslag är att testa någon annans recept "fem bästa recept" och sedan återkoppla och diskutera med varandra.
- Ytterligare ett studiebesök och med praktiska inslag. t.ex. gård i skördesåsong.
- Tydliggöra deltagarnas åtagande att delta i hela projektet. Upplägget i projektet bygger på att samma deltagare deltar under samtliga tillfällen.
- Kommunikationsmaterial under projektets gång för att lättare kunna kommunicera projektet på hemmaplan, både inför politiker, chefer och i det egna köket.
- Tydligare koppling mellan pedagogikprojektet och köksprojektet. Deltagarna är helt överens om att samarbete med pedagogerna är en kritisk punkt i förändringsarbetet, och det behöver skapas forum där de kan mötas.

Sammanfattningsvis kan man se en tydlig skillnad i engagemang, yrkesstolthet och arbetsglädje hos deltagarna. Man är nu sina egna ambassadörer för hållbarhetsfrågorna – och de har fått verktyg att förmedla detta vidare i sina egna organisationer. Positivitet och glädje kring matfrågor, stärkt självkänsla och stolthet samt ökad nyfikenhet om andra kök i länet präglar personalen från deltagande köken. Hållbara måltider har varit ett viktigt projekt som gjort skillnad.

Referenser

- Gustafsson, I.-B., Öström, Å, Johansson, J. Mossberg, L. The Five Aspect Meal Model: A tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservice*, 17:84-93.
- Lönngren, M. 2007. Att påverka och engagera – informationens möjligheter och begränsningar. Mikom.
- Persson, S. Årtal okänt. Forskningscirklar en vägledning. Metodbok. Malmö Stad.
- Regeringens skrivelse 2005/06. Ekologisk konsumtion och produktion – Mål och inriktning till 2010. skrivelse Skr. 2005/06:88.
regeringen.se/content/1/c6/06/04/96/07b5265d.pdf
- Rockström J., Steffen W., Noone K., Chapin III F.S., Lambin E., Lenton T.M., Scheffer M., Folke C., Schellnhuber H.J., Nykvist B., De Wit C.A., Hughes T., Van der Leeuw S., Rodhe H., Sörlin S., Snyder P.K., Costanza R., Svedin U., Falkenmark M., Karlberg L.-, Corell R.W., Fabry V.J., Hansen J., Walker B., Liverman D., Richardson K., Crutzen P. & Foley J. (2009). Planetary Boundaries: Exploring the Safe Operating Space for Humanity. *Ecology and Society*, 14, 32 [online] www.ecologyandsociety.org/vol14/iss2/art32/
- Vermeulen, S. J., Campbell, B. M. & Ingram, J. S. I. 2012. Climate Change and Food Systems. *Annual Review of Environment and Resources*. Vol. 37: 195-222. DOI: 10.1146/annurev-environ-020411-130608