



# KUNNAN TÄRKEIN PÖYTÄ ON LASTEN RUOKAPÖYTÄ.

## Työkalut & toimintamallit -julkaisusarja

13 kuntaa Keski-Suomesta, Pohjois-Savosta ja Päijät-Hämeestä osallistui työkalujen ja toimintamallien yhteiskehittämiseen.

Ruokakunnan työkalut & toimintamallit  
-julkaisusarjan löydät täältä:

[www.nykytila.fi/kunnat](http://www.nykytila.fi/kunnat)

### Työkalut & toimintamallit -julkaisusarja

Tämä julkaisusarja tarjoaa kunnille ideoita, oivalluksia ja käytännön esimerkkejä lasten ruokakasvatuksen moniammatillisen suunnittelun, toteuttamisen, kehittämisen, seurannan ja arvioinnin tueksi. Julkaisusarja on tarkoitettu kaikille kunnassa lasten ruokailun ja ruokakasvatuksen parissa toimiville ja siitä päättävillä ammattilaisille.

### Kunnan tärkein pöytä on lasten ruokapöytä

Ruokakasvatus on tärkeä osa kunnan hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä sekä taloudellisesti, sosiaalisesti ja ravitsemuksellisesti kestävä tulevaisuuden rakentamista. Ruokakasvatus on myös osa varhaiskasvatussuunnitelman ja esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisen pedagogiikan toteuttamista.

### Ruokakasvatus on enemmän kuin ruokailua

Ruokakasvatuksella vahvistetaan ruokaan ja syömiseen liittyviä tietoja ja taitoja ja sen avulla vaikutetaan lasten arvoihin ja asenteisiin. Ruokakasvatus tuottaa oivalluksia mm. omista aisteista ja kehon viesteistä, lisää ruokailoa ja ruokarohkeutta ja kannustaa hyviin valintoihin sekä vahvistaa myönteistä suhdetta omaan kehoon ja ruokaan.

Ruokakasvatusta tehdään ruokailutilanteissa, toimintatuokioissa, leikeissä ja oppitunneilla. Vain suunnitelmallisella ruokakasvatuksella voidaan saavuttaa sille asetetut tavoitteet.

*Ruokakunnan työkalujen ja toimintamallien avulla kunnan tärkeimmän pöydän ympärillä rakennetaan iloisempaa, maukkaampaa ja terveempää huomista, kun:*

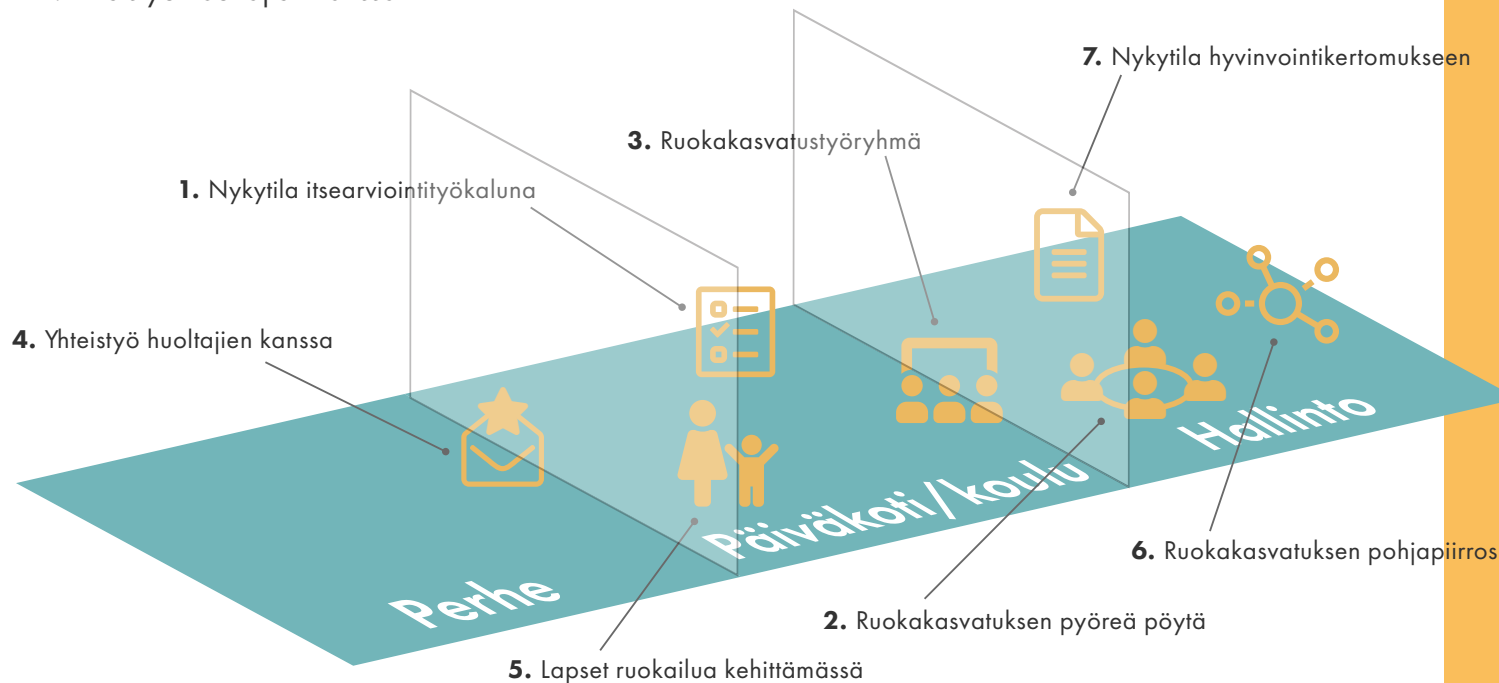
- Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen rooli lasten terveyden edistämistyössä tunnustetaan ja tunnustetaan aiempaa paremmin kunnassa.
- Toimijoilla on jaettu yhteinen käsitys siitä, mitä lasten ruokakasvatuksella tarkoitetaan ja mitkä ovat sen tavoitteet.
- Ruokakasvatuksen vaikuttavat menettelmät otetaan käyttöön ja kirjataan kunnan käytännöiksi – näin niitä myös seurataan ja arvioidaan säännöllisesti.
- Toimijat tuntevat toisensa ja toistensa toimintatavat paremmin – aito yhteistyö ruokakasvatuksen ympärillä vahvistuu.
- Ruokakasvatuksen toimintatavat yhtenäistyvät – työtä tehdään yhdessä samaan suuntaan.

*Ruokakunnan työkalut & toimintamallit -julkaisusarja koostuu seitsemästä (7) työkalusta ja toimintamallista, joiden avulla saadaan:*

- Lisää tietoa ja ymmärrystä ruokakasvatuksesta kunnan päätöksentekoon
- Ruokakasvatuksen toimijat näkyviin ja samaan pöytään
- Lasten kokemus ruokailusta keskiöön
- Lisää ruokakasvatustyöyhteistyötä huoltajien kanssa.

## Julkaisusarja sisältää seuraavat työkalut & toimintamallit:

1. Nykytila itsearviointityökaluna
2. Ruokakasvatuksen pyöreä pöytä
3. Ruokakasvatustyöryhmä
4. Yhteistyö huoltajien kanssa
5. Lapset ruokailua kehittämässä
6. Ruokakasvatuksen pohjapiirros
7. Nykytila hyvinvointikertomukseen



Ruokakunnan 7 työkalua ja toimintamallia auttavat vahvistamaan ruokakasvatusta perheen ja päiväkodin/koulun välillä, varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yksiköissä sekä koko kunnan tasolla.

Työkalut ja toimintamallit toimivat itsenäisinä kehittämisen välineinä, mutta parhaan hyödyn saa käyttämällä useampaa. Yhdistelkää vapaasti omiin tarpeisiinne sopivat.

### Lähteet:

- <sup>1</sup> Terveyttä ja iloa ruoasta - varhaiskasvatuksen ruokailusuositus. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2018.
- <sup>2</sup> Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Opetushallitus. 2018.
- <sup>3</sup> Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus 2016.

- <sup>4</sup> Syödään ja opitaan yhdessä - kouluruokailusuositus. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2017.
- <sup>5</sup> Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus. 2014



Muista myös nämä – lasten ruokakasvatuksen tueksi ideapankit ja koulutukset:

- Neuvokas perhe ruokakasvatus -kokonaisuus
- Maistuva koulu -toimintamalli alakouluun
- KEHUVA-työote ruokakasvatukseen

Ruokakasvatusta varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa ohjaavat valtakunnallisesti:

- Varhaiskasvatuksen ruokailusuositus<sup>1</sup> ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (VASU)<sup>2</sup>
- Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet (EOPS)<sup>3</sup>
- Kouluruokailusuositus<sup>4</sup> ja valtakunnallisen perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (OPS)<sup>5</sup>

Kunnassa käytännön työtä linjaavat:

- Paikalliset kasvatus- ja opetussuunnitelmat
- Kunnan hyvinvointikertomus ja -suunnitelma
- Ruokapalvelun palvelusopimus
- Kunnan strategiaohjelmat

