

Heilsueflandi framhaldsskóli Næring - vinnustofa

Niðurstöður úr hópavinnu

Skólaping, 2. september 2011



Næring-vinnustofa

- 4 hópar, reynt að blanda vel í hópana.
- Hver hópur fékk tvær spurningar, ein var eins fyrir alla hópana (spurning 2) en hin var mismunandi.

Hópur 1

1. *Ef þið lítið yfir gátlista fyrir næringu, hvað finnst ykkur vera mikilvægustu atriðin í tengslum við mataræði sem framhaldsskólar þyrftu að uppfylla til að geta talist Heilsueflandi framhaldsskóli? Megið nefna 2-3 atriði og útskýra af hverju þessi eru valin?*

Svar

- Að í stefnu skólans sé fjallað um framboð matvöru í skólanum og gæði matarins sem boðið er uppá.
- Að nemendum og starfsmönnum standi til boða að kaupa holla máltíð og/eða holla matvöru í skólanum.
- Vatn sé aðgengilegt.

Hópur 1

2. *Hvernig gengur (eða líst ykkur á, ef ekki byrjuð) að fylgja Handbók um mataræði í framhaldsskólum og að ná markmiðum gátlistans fyrir heilsueflandi framhaldsskóla?*

Eru ykkar skólar byrjaðir / komnir langt í ferlinu?

Eitthvað sem gengur vel / kom á óvart ?

Einhverjar hindranir, hvernig var það leyst?

Eitthvað jákvætt sem þið viljið deila sem getur nýst öðrum?

Svar

- Hindranir: Nemendafélög að safna peningum. Hvernig getum við haldið áfram að hjálpa þeim með fjáröflun?
- Jákvætt: Þátttakandi í stýrihópi talaði um að hún fyndi fyrir auknum þrýstingi frá nemendum og starfsfólki um að þeir sem væru í stýrihópi myndu fylgjast með/passa upp á að það væri hollusta í boði.

Hópur 2

1. *Ef þið leiðið hugann að matnum/hráefnaveali í mötuneytinu/sjoppunni í ykkar skóla, hvað er vel gert og hvað þyrfti helst að bæta?*

Svar

- Skóli X: Allir vilja gera vel, sama mötuneyti og í fyrra. Gott samstarf.
 - Byrjum hægt, vildum sjá meira úrval af grænmetis- og ávaxtadrykkjum.
 - Kostur ef skólinn rekur mötuneytið sjálfur.
- Skóli X: Verkefnið vakið menn til umhugsunar um að gera betur.
 - Mötuneytið var boðið út, sjá sóknarfæri. Gott að byrja með nýjum aðila. Allt lofar góðu.
 - Má ekki vera of strangt, eitthvað smá sætt seinni partinn.
- Skóli X: Mötuneyti rekið 7 daga vikunnar, heimavist. Minni breyting en þeir áttu von á.
 - Mætti vera meiri munur á gátlistanum milli brons og gulls.
 - Sóknarfæri, að sjoppun sem er aðallega opin á kvöldin færi að selja hollustuvörur.
- Skóli X: Kom á óvart hvað þurfti að breyta litlu. Vera opin fyrir nýjungum, hlusta á krakkana.
 - Þarf að skoða hvað er unnin kjötvara.

Hópur 2

2. Hvernig gengur (eða líst ykkur á, ef ekki byrjuð) að fylgja Handbók um mataræði í framhaldsskólum og að ná markmiðum gátlistans fyrir heilsueflandi framhaldsskóla?

Eru ykkar skólar byrjaðir / komnir langt í ferlinu?

Eitthvað sem gengur vel / kom á óvart ?

Einhverjar hindranir, hvernig var það leyst?

Eitthvað jákvætt sem þið viljið deila sem getur nýst öðrum ?

Svar

- Frábær handbók – en sumstaðar villur í uppskriftum.
- Þyrfti að fara betur í uppskriftahlutann.
- Frábært að sjá vakningu hjá matvælaframleiðendum. (Vakning hjá matvælaframleiðendum að koma með hollari vörur).

Hópur 3

1. *Hvernig mætti betur virkja og vekja áhuga nemenda, starfsfólks og foreldra í tengslum við mataræði í framhaldsskólanum?*

Svar

- Ávaxtastundir eins og í grunnskóla fyrir framhaldsskóla t.d. í umsjón eða lífsleikni.
- Eplaskerarar.
- Auka aðgengi að ávöxtum og grænmeti, einnig í nemendasjoppum.
- Mikilvægt að niðurgreiða ávexti t.d. fyrir sjoppur.
- Grænmetisréttir í mötuneytum.
- Alltaf grænmeti með mat.
- “Ávaxtadagur”- skorið í hlaðborð og smakka.
- Ávextir og grænmeti-> fræðsla 5 á dag s.s. sýnikassar, sýnileg hvatning, veggspjöld.
- Safi/boost.
- Fræðsla og sjálfspróf.

Hópur 3

2. *Hvernig gengur (eða líst ykkur á, ef ekki byrjuð) að fylgja Handbók um mataræði í framhaldsskólum og að ná markmiðum gátlistans fyrir heilsueflandi framhaldsskóla?*

Eru ykkar skólar byrjaðir / komnir langt í ferlinu?

Eitthvað sem gengur vel / kom á óvart ?

Einhverjar hindranir, hvernig var það leyst?

Eitthvað jákvætt sem þið viljið deila sem getur nýst öðrum ?

Svar

- Lítil umræða, þar sem í einum skólanum var ekki mötuneyti. Einn kennarinn í hópnum var nýbyrjaður og vissi ekki alveg hvernig staðan væri í skólanum og svo var einn úr hópnum frá fyrirtæki.

Hópur 4

1. *Hvernig mætti betur virkja og vekja áhuga nemenda, starfsfólks og foreldra í tengslum við mataræði í framhaldsskólanum?*

Svar

- Með fræðslu.
- Fá hugmyndir nemenda.
- Nemendur hafi eitthvað um það að segja hvað er í boði.
- Nemendafélagið.
- Frumkvæði nemenda.

Hópur 4

2. Hvernig gengur (eða líst ykkur á, ef ekki byrjuð) að fylgja Handbók um mataræði í framhaldsskólum og að ná markmiðum gátlistans fyrir heilsuefandi framhaldsskóla?

Eru ykkar skólar byrjaðir / komnir langt í ferlinu?

Eitthvað sem gengur vel / kom á óvart ?

Einhverjar hindranir, hvernig var það leyst?

Eitthvað jákvætt sem þið viljið deila sem getur nýst öðrum ?

Svar

- Stífar reglur varðandi innkaup.
- Efasemdir um gull, silfur og brons-> hætta á að blaðran springi.
- Erfitt að halda verði niðri í mötuneyti þegar gerðar eru kröfur varðandi fagmennsku.
- Í hópnum voru tveir skólar þar sem sjoppan hafði verið lögð niður. Upplifa að engin sakni þess að það er ekki lengur sjoppa.
- Búið að dreifa vatnsvélum um skólann.
- Vantar í gátlista að námsefni um næringu sé tekið inn í kennslu.
- Samvinna við grenndarumhverfið.

Punktar frá Bryndísi og Hafdísi frá Flensborgarskólanum í Hafnarfirði

- Keppni í að skræla gulrætur í matsalnum.
- Hafa boðið upp á ávaxtasnakk. Góð leið til að fá þau til að smakka og kynna því sem er í boði.
- Skiptir máli að hafa öflugt foreldrafélag.
- Buðu upp á fræðslufund fyrir starfsfólk og foreldra um ræktun mat- og kryddjurta. Mjög vel sótt og vakti mikla ánægju.
- Byrjuðu á að keyra 6 vikna matseðla en keyra nú 4 vikna matseðla, finnst það virka betur.
- Könnun aftur í vor hvernig nemendum og starfsfólki líkar þróunin.
- Á döfinni er sýnikennsla í matsal fyrir starfsfólk og nemendur.
- Einhverjir höfðu tekið eftir því í heimsókn til Flensborg að það væri seld venjuleg kókómjólk. Seld er venjuleg kókómjólk en ekki venjulegur svali. Aðeins hreinir ávaxtasafar.
- Selt er skyr.is en það er selt dýrara.
- Lítill banani er seldur á 70 kr og stór á 100 kr.
- Spurt hvort þær hafi fundið mun á nemendum, sögðu að það væri erfitt að segja.
- Í Flensborg geta nemendur keypt ½ l flöskur á 50 kr fyrir vatn. Selt nánast á kostnaðarverði.
- Í prófum er hafragrauturinn frír.
 - Í Versló fá nemendur frían hafragraut ef þeir koma með sín eigin ílát. En kostar annars 50 kr.