



# Lempäälän kunnan ruokapalvelun hyvinvointimatriisi

Liisa Ceylan

OPINNÄYTETYÖ  
Toukokuu 2019

Ylempi ammattikorkeakoulu  
Palveluliiketoiminnan johtaminen

## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Restonomi YAMK  
Palveluliiketoiminnan johtaminen

Ceylan Liisa  
Lempäälän kunnan ruokapalvelun hyvinvointimatriisi  
Opinnäytetyö 101 sivua, joista liitteitä 7 sivua  
Toukokuu 2019

---

Tässä opinnäytetyössä valmistuu Lempäälän kunnan ruokapalveluun hyvinvointimatriisi. Työn lähtökohta on Lempäälän kunnan kuntastrategia sekä valtakunnallinen kouluruokakysely 2017, Lempäälän opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin tutkimustulokset, toiminnallinen ruokakasvatus varhaiskasvatukseen sekä asiakastytytyväisyyskyselyt.

Opinnäytetyö sisältää teoriaosuuden, jonka viitekehystenä on hyvinvointi, hyvinvointipolitiikka sekä alueellinen ja kuntatasoinen hyvinvointityö sekä Lempäälän kunnan strategia. Tämän lisäksi teoriaosuudessa kuvataan Lempäälän ruokapalvelun toimintaa.

Tutkimusmenetelmäksi valittiin laadullinen kysely eli kvalitatiivinen tutkimus, joka toteutettiin Lempäälän koulujen 4.-5. ja 8.-9. luokkalaisille oppilaille. Toinen tutkimusmenetelmä kyselyn lisäksi oli haastattelu. Haastattelu toteutettiin Tampereen kaupungin työntekijöille, jotka toimivat alueellisessa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen verkostossa Tampereen kaupunkiseudulla. Kolmas tutkimusmenetelmä oli osallisuusfoorumi, mikä toteutettiin Lempäälän koululaistenhuoltajille. Varhaiskasvatukseen järjestettiin toiminnallinen ruokakasvatus, jossa osallistettiin lapset ruokakasvatukseen eri aisteja hyödyntäen ja kerättiin asiakaspalautetta lapsilta. Tutkimuksista saatujen vastausten perusteella löydettiin ruokapalvelun kriittiset tekijät, joihin tulee kiinnittää huomiota hyvinvoinnin - ja terveyden edistämisen kannalta. Esiin nousseiden kriittisten tekijöiden kautta laadittiin hyvinvointimatriisi, joka on raportoinnin työväline toiminatasuunnitelman tavoitteiden edistymisestä.

Työssä on esitetty kehittämissuhteita matriisiin sekä toiminnan parantamiseksi sekä haluttu kiinnittää huomiota strategiseen hyvinvoinnin johtamiseen.

## **ABSTRACT**

Tampere University of Applied Sciences  
Master`s Degree Programme in Hospitality Management

Ceylan Liisa  
Wellbeing Matrix of Food Services in Lempäälä municipality

Bachelor's thesis 101 pages, appendices 7 pages  
Maj 2019

---

In this thesis, the wellbeing matrix is created for the food services of Lempäälä municipality. The starting points for this thesis are: the Lempäälä municipality strategy, national school nutrition questionnaire conducted in 2017, research outcome of the wellbeing profile at Lempäälä education services, functional food education as part of early education, and customer satisfaction surveys.

This thesis will include a theoretical part, which has a frame of reference from wellbeing, wellbeing policy, regional and municipal level wellbeing work and municipal strategy of Lempäälä municipality. In addition to this, the function of the Lempäälä food services will be described in the theoretical part.

Qualitative research was selected as the research method. It was executed on students on 4. - 5. and 8.- 9. class students at Lempäälä schools. Interviewing was another method used. Conduct interview with employees on city of Tampere, who work on a regional network to improve wellbeing and health in the Tampere city area. The third research method used was inclusion forum, which was held for the guardians of the Lempäälä elementary students. A functional food education was arranged for the early education. In this education children were given the opportunity to participate in the food education by utilizing different senses and customer feedback was collected from them. Based on the outcome of the research, critical factors for the food services were found. These factors will need to be focused on for the improvement of wellbeing and health. A wellbeing matrix was created based on the critical factors. This matrix is a reporting tool for tracking the progress of the action plan.

In this thesis, suggestions for improvement of the matrix and the business are made. In addition, focus on the strategic leadership of wellbeing is brought out.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	7
2	LEMPÄÄLÄN KUNTA .....	9
	2.1 Lempäälän ruokapalvelun hyvinvointimatriisin taustatekijät .	9
	2.2 Kunta, joka sanoo kyllä .....	11
	2.3 Lempäälän kunnan ruokapalvelu .....	16
3	HYVINVOINTI .....	18
	3.1 Hyvinvoinnin määritelmiä .....	18
	3.1.1 Hyvinvointipolitiikka .....	20
	3.1.2 Hyvinvoinninmittarit .....	21
	3.1.3 Indikaattorit ja niiden valinta .....	22
	3.1.4 Hyvinvointi-arjen eri toimijat.....	23
	3.2 Suomalaisen hyvinvointi.....	24
4	KUNNAN HYVINVOINTITYÖ.....	25
	4.1 Terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen perusta kunnille.....	25
	4.1.1 Alueellinen hyvinvointityö .....	27
	4.1.2 Lempäälän kunnan terveyden- ja hyvinvointityö .....	28
	4.1.3 Hyvinvointikertomus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä .....	30
	4.2 Osallisuus osana hyvinvointia .....	31
	4.2.1 Lempäälän kunnan hyvinvointimatriisi osana terveyden edistämistä.....	33
	4.2.2 Ruokapalvelun tuottaminen varhaiskasvatuksen yksiköissä osallistaen - kohti varhaista ruokakasvatusta.....	34
	4.2.3 Ruokapalvelun tuottaminen osallistaen opetuspalveluissa .	35
5	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET .....	36
	5.1 Valtakunnallisen Kouluterveyskyselyjen tulokset Tampereen kaupunkiseudulla .....	36
	5.2 Lempäälän kunnan opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin keskeisimmät tutkimustulokset.....	40
	5.3 Ruokapalvelu asiakastyytyväisyyskyselyn tulokset .....	41
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	44
	6.1 Toiminnallinen ruokakasvatus .....	45
	6.2 Laadullinen kysely opetuspalveluihin .....	46
	6.3 Osallisuusfoorumi opetuspalveluihin .....	48
7	TUTKIMUSTULOKSET.....	50

7.1	Varhaiskasvatuksen tutkimustulokset .....	50
7.2	Koulujen tutkimustulokset - alakoulu .....	52
7.3	Koulujen tutkimustulokset- yläkoulu .....	58
7.4	Osallisuusfoorumin tutkimustulokset .....	65
7.5	Haastattelu - alueellinen hyvinvointityö ja johtaminen .....	66
8	TULOSTEN TARKASTELU .....	68
8.1	Varhaiskasvatus 9kk- 5.v .....	68
8.2	Opetuspalvelut 4.-5. luokat.....	69
8.3	Opetuspalvelut 8.-9. luokat.....	72
8.4	Osallisuusfoorumi .....	74
9	HYVINVOINTIMATRIISIN TAUSTATEKIJÄT .....	76
9.1	Indikaattori ja hyvinvointimatriisin rakenne .....	76
10	POHDINTA .....	<b>Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</b>
10.1	Tutkimustyön tarkastelua .....	81
10.2	Jatkokehittämistoimenpiteet.....	83
	LÄHTEET .....	90
	LIITTEET .....	94
	Liite 1. Toiminnallinen ruokakasvatus toteutussuunnitelma .....	94
	Liite 2. Osallisuusfoorumi/ kouluruokaillan toteutussuunnitelma .....	96
	Liite 3. Kouluruokakysely hyvinvointimatriisiin.....	97
	Liite 4. Haastattelukysymykset.....	98
	Liite 5. Haastattelukysymykset.....	100
	Liite 6. Ruokapalvelun hyvinvointimatriisi.....	100
	Liite 7. Kiitokset.....	102

**ERITYISSANASTO tai LYHENTEET JA TERMIT (valitse jompikumpi)**

TED	Terveyden edistäminen
TEAViisari	Terveydenedistämisasiivisuusviisari (verkkopalvelu)
THL	Terveyden ja hyvinvointilaitos
STM	Suomen Maa- ja Metsätalous ministeriö
KUHA Oy	Kuntienhankintapalvelut Oy
HYTE	Hyvinvointityöryhmä
TEDBMkysely	Terveyden ja Hyvinvointilaitoksen Kouluterveyskysely
KASTE	Kansallinen sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämissoh- jelma

## 1 JOHDANTO

Julkisten ruokapalveluiden velvollisuus on tuottaa lakisääteisiä ruokapalveluja kuntalaisille vauvasta vaariin. Ruokapalveluiden toimintaa ohjaavat kouluruokasuositukset (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017). Tämän lisäksi toimintaa ohjaavat varhaiskasvatuksen ruokailusuositukset (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018). Ruokapalvelujen tuottamisessa huomioidaan eri asiakasryhmien ravitsemukselliset tarpeet. Nämä toimivat toiminnan ohjaavana tekijänä koko palveluketjussa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia, mitkä ovat ruokapalvelun toiminnassa ravitsemuksen kriittiset tekijät ja tehdä Lempäälän kunnan ruokapalvelulle hyvinvointimatriisi tukemaan terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyötä kunnassa. Matriisin tarkoituksena on olla raportoinnin työväline. Matriisin avulla voidaan seurata hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen parissa tehtyjen strategisten valintojen vaikutusta kuntalaisten hyvinvointiin huomioiden kuntalaisten osallisuus.

Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus rajataan painottumaan koululaisiin ja varhaiskasvatuksen piirissä oleviin asiakkaisiin, sillä kyseiset asiakasryhmät ovat volyymiltaan suurimmat Lempäälän kunnassa. Tällä hetkellä varhaiskasvatuksessa on 1020 asiakasta ja opetuspalvelussa 3770 asiakasta. Kokonaismäärällisesti ruokapalveluita tuotetaan lounaiden osalta 5700 annosta.

Kuntastrategia on keskeisenä asiana myös teorianpohjan viitekehyksessä. Teoriaosuudessa perehdyttiin hyvinvointipolitiikan kautta alueelliseen ja kuntatasoiseen hyvinvoinnin ja terveydenedistämistyöhön, jota ohjataan strategisesti lakisäätöjen kautta terveyden ja hyvinvointilaitoksen toimesta. Teoriaosuudessa esiin nousi ruokailun monet merkitykset ja osallisuuden tärkeys strategisessa hyvinvoinnin kehittämistyössä.

Opinnäytetyössä tutkimuksen taustamateriaalina käytetään Lempäälän hyvinvointityöryhmän hyvinvointikertomuksesta (Hyvinvointikertomus 2019) nousseita painopistealueita paremman ravitsemustason saavuttamiseksi, valtakunnallisen

kouluterveyskyselyn tuloksia vuodelta 2017, Lempäälän opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin tuloksia sekä ruokapalvelun omia asiakastyytyväisyyskyselyitä huomioiden toiminnallinen ruokakasvatus varhaiskasvatuksessa.

Yhtenä Tutkimusmenetelmänä tehtiin kohdennettu kysely alakoulun 4.-5. luokille sekä yläkoulun 8.-9. luokille. Tarkoituksenmukaisesti kysely rajattiin koskemaan 4.-5. ja 8.-9. luokkalaisia oppilaita, koska otos on vastaava kuin valtakunnallista kouluterveyskyselyn otanta, jolloin vertailtavuus säilyy opinnäytetyön tutkimuksessa.

Toisena tutkimusmenetelmänä järjestettiin osallisuusfoorumi kuntalaisille. Tilaisuudessa kerrottiin ruokapalvelun toiminnasta, laatukriteereistä, terveellisestä kouluruoasta ja kyseltiin kuntalaisten mielipiteitä hyvinvoinnista huomioiden ruokailun monet merkitykset sekä minkälaista on tulevaisuuden kouluruoka.

Tutkimustyönä järjestettiin varhaiskasvatukseen toiminnallista ruokakasvatusta, jonka kautta kerättiin varhaiskasvatuksen asiakkailta tietoa heidän asiakastyytyväisyydestään. Opinnäytetyötä täydennettiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen parissa työskentelevien henkilöiden haastattelulla, jotka ovat pitkäjänteisesti kehittäneet alueellista hyvinvointityötä Pirkanmaalla.



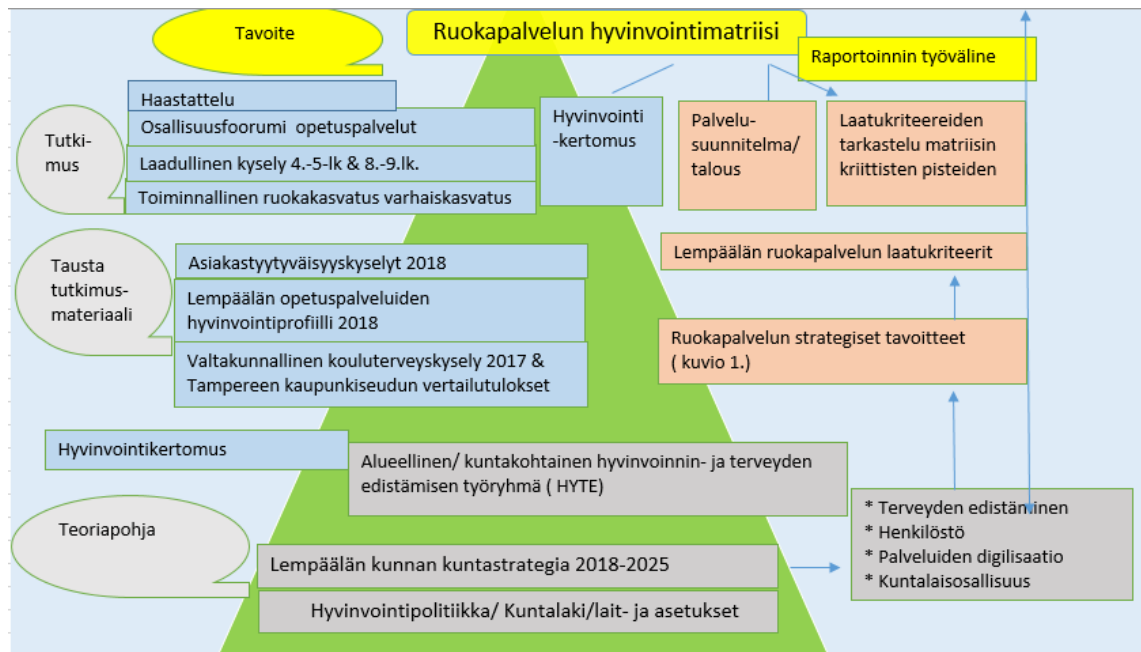
## 2 LEMPÄÄLÄN KUNTA

### 2.1 Lempäälän ruokapalvelun hyvinvointimatriisin taustatekijät

Olen työskennellyt Lempäälän kunnassa julkisen ruokapalvelun parissa 17 vuotta ja tämän työuran aikana nähnyt, miten ruokailutottumukset, odotukset ja vaatimukset ovat muuttuneet näinä vuosina kuntalaisilla. Tänä päivänä syömisellä on monia eri merkityksiä ihmisille sekä uskomuksia, mikä on terveellistä ja heidän hyvinvointiaan tukevaa. Ruokailu ja terveydestä puhuminen ovat hyvin ajankohtaista. Jokaisella on oma käsitys hyvästä ravitsemuksesta, johon vaikuttaa valtakunnan media uutisoinnillaan nostoen eri aihealueita ravitsemuksesta esiin. Tietoa tänä päivänä on paljon saatavilla hyvästä ja huonoista ravitsemuksesta ja jopa voidaan puhua ravitsemuksen ismeistä. Ruokailuun liittyvät trendit haastavat julkista ruokapalvelun johtamista niiden asetusten kautta, mitä tulee julkisessa ruokapalvelussa noudattaa.

Lempäälän kunnan ruokapalvelun hyvinvointimatriisin laadinnan taustatekijänä on muutamia seikkoja, jotka vaikuttivat aiheen valintaan. Kesällä 2018 Lempäälän kunnan ruokapalveluun palkattiin ravitsemusterapeutti, joka tekee poikkihallinnollista yhteistyötä kunnan eri toimijoiden kanssa. Tämän myötä ruokapalvelupäällikön työnvaativuus muuttui ohjata ja johtaa ravitsemusterapeutin työtä terveyden edistämisen parissa sekä Lempäälän kunnan hyvinvointityöryhmän jäsenenä edesauttaa strategista hyvinvointityötä. Hyvinvointityöhön perehtyminen ja ruokapalvelun toiminnan kehittäminen terveyden edistämisen parissa auttaa johtamaan ruokapalveluita strategisesti huomioiden laajempi vaikutus kuntalaisiin.

Kunnan johto on esittänyt pyyntönä toimialoille ja prosesseille luoda tai käyttää tarkempia raportoinnin työvälineitä, jotka edesauttavat toiminnan mitattavuutta sekä strategian täytäntöönpanon seurantaa. Hyvinvointimatriisi on osa palvelusuunnitelmaa, joka on luvattu myös toteutettavaksi valtuustolle tämän vuoden aikana. Palvelusuunnitelma on osa määrärahojen myöntämisperusteita toimintakaudelle.



Kuvio 1. Tutkimusasetelma.

Kuviossa 1 on esitetty opinnäytetyön tutkimusasetelma. Tutkimusasetelma kuvaa opinnäytetyössä käytettyä teorian viitekehystä, taustatutkimusmateriaalia ja toteutettua tutkimustyötä sekä matriisin kautta tehtäviä toimenpiteitä Lempäälän kunnassa.

Hyvinvointimatriisi ja toiminnansuunnitelma ovat osa ruokapalvelun raportoinnin työvälineitä. Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä hyvinvointimatriisi. Toimintasuunnitelma tehdään hyvinvointimatriisin kautta nousseiden kriittisten painopisteiden pohjalta, joiden avulla kiinnitetään huomiota kehityskohteisiin sekä konkreettisiin toimenpiteisiin hyvinvoinnin edistämisen parissa sekä tarkastellaan ruokapalvelun laatuksiteereiden ajanmukaisuutta ja miten niihin voidaan vaikuttaa ruokapalvelun toteuttamisella ja johtamisella.

Ruokapalvelun laatuksiteerit valmistuivat vuonna 2018 palvelusuunnittelija Minna Haapamäen Restonomi opinnoissa (Haapamäki 2018). Laatuksiteerityö perustui muun muassa Lempäälän kuntastrategiaan (Lempäälän kuntastrategia 2017). Lempäälän kunnan ruokapalvelun omalle toiminnalle asetetut laatuksiteerit ovat seuraavat:

- Asiakasymmärrys
  - Ruokalistan ja aterioiden laatu
  - ammattitaitoinen ja hyvinvoiva henkilöstö
  - Ruokapalvelun imago
  - Kustannustehokkuus
- ( Haapamäki 2018, 50).

Toimintasuunnitelma tehdään omana työnä hyvinvointimatriisin valmistumisen jälkeen huomioiden myös taloudelliset resurssit toiminnan kehittämisessä. Toimintasuunnitelmaa tehtäessä on erityisen tärkeää osallistaa ruokapalvelun palvelusuunnittelijat sekä ravitsemusterapeutti toimenpiteiden laadintaan, jotta he voivat jatkossa työssään systemaattisesti huomioida tarvittavat kehittämistoimet.

Hyvinvointimatriisin laadinnassa hyödynnetään aikaisempia tutkimuksia, jotka ovat valtakunnalliset kouluruokakyselyt vuodelta 2017. Kouluruokakyselyihin vastaa joka toinen vuosi 4.-5. ja 8.-9. vuosiluokkien oppilaat. Tämän lisäksi aiemmin toteutettu Lempäälän kunnan opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin tutkimusta vuodelta 2018 tullaan peilaamaan taustamateriaalina opinnäytetyössä ja näiden tutkimusten lisäksi ruokapalvelun asiakastyytyväisyyskyselyä hyödynnetään vuodelta 2018 työssä.

## **2.2 Kunta, joka sanoo kyllä**

Lempäälä on noin 23.000 asukkaan kunta, joka sijainniltaan on hyvien liikenneyhteyksien varrella. Lempäälä on vahvasti kasvava sekä kehittyvä kunta, joka tuo kuntaan lisää lapsiperheitä ja työssäkäyviä uusia kuntalaisia noin kahden prosentin (2 %) vuosikasvulla. Kuntastrategian tavoitteena on palvella paremmin, kuunnella ja ratkaista haasteita yhdessä, koska visiomme on ”*Lempäälä on kunta, joka sanoo kyllä*”. (Lempäälän kuntastrategia 2017, 37.)

Lempäälän kuntastrategia on laadittu vuosille 2018–2025 yhteistyössä ja keskustelemalla kuntalaisten kanssa. Tällä tavoin kaikilla on ollut mahdollisuus vaikuttaa. Kuntastrategian keskiössä on kuntalainen, asiakas, jota palvellaan entistä paremmin. Tästä on syntynyt kunnan uusi motto ”*lupa palvella*”. Kunnan

jokaiselle toimijalle on asetettu tavoitteet, joilla pyritään strategian mukaisiin tavoitteisiin. Kuntastrategia on tärkeä johtamisen työkalu, joka kertoo miten johdetaan, jotta saavutetaan tavoitteet. (Lempäälän kuntastrategia 2017, 3-6.)

Strategian toteutumista seurataan säännöllisesti ja strategian tavoitteita päivitetään tarvittaessa. Strategiatyö näkyy jokapäiväisessä työssä, palveluasenteessa ja palveluiden tuottamisessa sekä viestinnässä. Strategian tavoitteita on seurattava säännöllisesti, jotta voidaan huomioida myös haasteet strategiakautena, jotka nousevat muuttovoittoisuudesta, palveluiden järjestämisessä sekä sote- maakuntauudistuksen jälkitoimenpiteiden vaikutuksesta Lempäälään kuntaan. (Lempäälän kuntastrategia 2017, 9, 35.)

Lempäälän kunnan strategiset painopisteet on määritelty seuraavasti, jotka kuvataan taulukossa 1. Painopisteinä ovat yhdessä, elämykset ja edelläkävijä

.

Taulukko 1. Lempäälän strategiset painopisteet (Lempäälän kuntastrategia 2017, 32–34.)

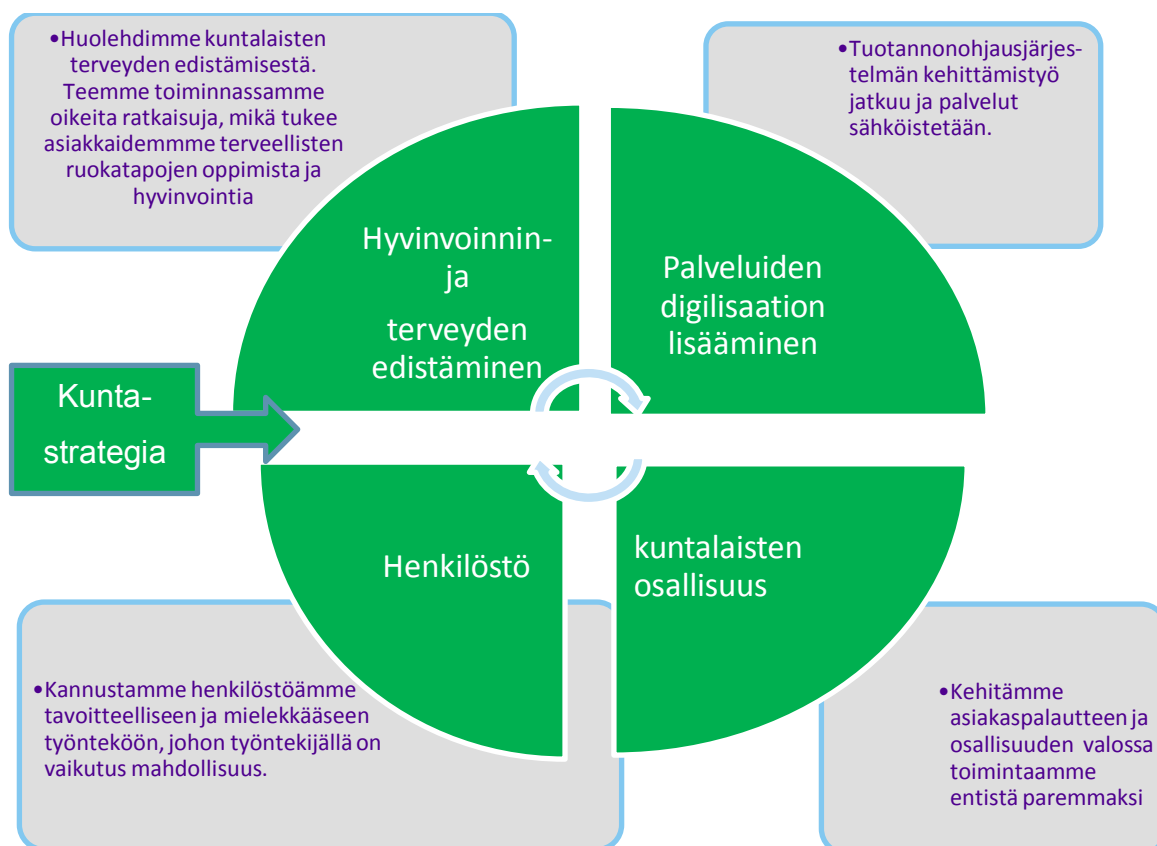
Yhdessä	Kunta on meidän ja me olemme kunta. Lempäälässä jokainen on tärkeä osa yhteisöä. Meidät tunnetaan tyytyväisestä vireestä ja tekemisen meininigistä. Pääsemme toteuttamaan itsellemme merkityksellisiä asioita ja pidämme toisistamme huolta.
Elämykset	Lempäälä sykkii elämyksiä ja Ideaparkin vetovoimaa. Olemme nykyaikaisen oppimisen, asumisen ja liikkumisen mallikunta, johon tullaan tutustumaan ympäri Suomen. Parhaat koulut ja varhaiskasvatuksen yksiköt, viihtyisät asuinalueet, upea vesistö ja hyvät liikenneyhteydet tekevät meistä huippupaikan asua, matkustaa ja yrittää. Sivistys asuu jokaisen lempääläisen sydämessä.
Edelläkävijyys	Kun muut vasta puhuvat, meillä jo tehdään. Lempäälä tunnetaan aloitteellisesta asenteestaan ja ketterästä keuilukulttuurista. Pienennämme hiilijalanjälkeä sekä tähtäämme edelläkävijöinä kohti uusiutuvaa ja yhä omavaraisempaa energiatuotantoa.

Taulukossa 1 näkyvät keskeisimmät painopisteet, jotka ohjaavat jokapäiväistä tekemistä kunnassa. Tapa toimia strategisesti on jalkautettu jokaiselle työntekijätasolle, joka luo mahdollisuuden tukea strategian täytäntöönpanoa arjessa. Painopisteiden kautta mahdollistetaan parempi palvelu kuntalaisille, joka edesauttaa vetovoimaisuuden säilymistä, asiakaslähtöisen palvelun ja positiivisen viireen tekemiseen yhdessä kuntalaisten kanssa.

Taulukko 2. kuvataan kuntastrategian mittarit ja tavoitteet kiteytetysti (Lempäälän kunnan kuntastrategia 2017, 38–40.)

Strategian mittarit	Tavoitteet
Väenkasvu ja kehitys	Strategikauden 2018–2025 kasvatavoite 2 %
Talous ja työllisyys	Palvelumaksut seudun keskiarvossa Ei oteta enempää asukaskohtaista lainaa. Nuoriso- ja pitkäaikaistyöttömyyttä pyritään vähentämään.
Terveyden edistäminen ja hyvinvointi	Matalan kynnyksen palveluja lisätään lasten, nuorten ja perheiden kasvu- ja elinympäristöön. Huolehditaan, että kouluissa ja päiväkodeissa pystytään huomioimaan yksilöllisesti tuen tarpeet ja haasteet. Huolehdimme ulkoilureiteistä ja liikuntapaikoista kaikille.
Palveluiden digilisaatio	Tavoitteena 2025 suurin osa kunnasta hyödyntää sähköisiä palveluita.
Elinkeinot, kaavoitus, liikenne ja ympäristö	Kunta ostaa ja kaavoittaa uutta maata yrityskäyttöön, sekä uusiksi asuinalueiksi. Huomioida tekemisessä kasvihuonekaasupäästöjä väheneminen.
Omistajaohjaus	Kunnan omistajan yhtiöiden toiminta on kannattavaa ja tarkoituksenmukaista.
Henkilöstö	Tavoitteelliseen ja mielekkääseen työntekoon kannustetaan ja annetaan vaikutusmahdollisuuksia omaan työhön. Henkilöstön työhyvinvoinnista, työssä jaksamisesta ja työkyvystä huolehditaan.
Kuntalaisten osallisuus	Lähidemokratiaa ja kuntalaisvaikuttamista lisätään.

Taulukosta 2 kuntastrategian tavoitemittareista on johdettu kuviossa 2 esiintyvät ruokapalvelun keskeiset strategiset tavoitteet omaan ruokapalvelun strategiaan johtamiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen strategiahengen mukaisesti.



KUVIO 2. Ruokapalvelun strategiset tavoitteet. Johdettu kuntastrategiasta.

Opinnäytetyön aiheena oleva hyvinvointimatriisi tukee strategisia tavoitteita hyvinvoinnin edistämisen parissa keskeisesti. Ruokapalvelun toiminnassa on tärkeää löytää keinot, jolla pyritään vaikuttamaan, tiedottamaan, ohjaamaan sekä osallistamaan asiakkaat terveellisiin ruokavalintoihin, jotka tukevat terveyserojen kaventumista pidemmällä aikavälillä. Hyvinvoinnin lisääntyminen ja terveyserojen kaventuminen auttaa myös talouden hallintaan kuntatasolla, jolloin esimerkiksi erikoissairaanhoidon maksut eivät kasva entisestään. Hyvällä ravitsemuksella on isot vaikutukset kuntalaisten terveyteen ja pidemmällä tähtäimellä osana kuntatalouteen.

Hyvinvoiva henkilöstö mahdollistaa hyvien palveluiden järjestämisen sekä toiminnan kehittämisen yhteistyössä asiakkaat osallistamalla ja niin, että työ on heille mielekästä ja motivoivaa. Hyvinvoiva henkilöstö voi tuottaa hyvinvointia kuntalaisille ja tällöin mahdollistuu moni strateginen tavoite.

Palveluiden digilisaatio luo puitteet toiminnan kehittämiseksi sekä tiedolla johtamiseen. Digilisaation avulla säästämme työaikaa henkilöstön johtamiseen, asiakaspalveluun sekä tarkempaan talouden pitämiseen sekä tarkempien ravintotietojen saamiseen toiminnan kehittämisen tueksi.

### **2.3 Lempäälän kunnan ruokapalvelu**

Lempäälän kunnan ruokapalvelu valmistaa lakisääteistä ruokapalvelua kuntalaisille vauvasta vaariin. Ruokatuotanto tapahtuu keskistetysti kolmesta valmistuskeittiöstä, joissa aterioida valmistetaan yhteensä noin 5700 lounasannosta.

Tällä hetkellä ruokapalvelussa työskentelee noin 43 henkilöä valmistus-, palvelu- ja jakelukeittiössä sekä kuljetuksessa että hallinnossa. Vuonna 2018 Lempäälän kunnan ruokapalvelu palkkasi oman ravitsemusterapeutin, jonka palveluita hyödynnetään kautta organisaation.

Ruokapalvelu vastaa koko ruokapalveluiden palveluketjusta Lempäälän kunnassa. Toiminta on hyvin ohjattua Jamix- tuotannonohjausjärjestelmän avulla. Toiminta perustuu 12. viikon tuotteistettuun kiertävään ruokalistaan. Palvelutarjoamisessa huomioidaan eri asiakasryhmien eri ravitsemussuosituksia sekä juhlapyhät.

Jamix- tuotannonohjausjärjestelmä on ammattikeittiöiden käyttöön tarkoitettu ohjausjärjestelmä, joka pitää sisällään keittiöiden käyttöön monenlaisia ominaisuuksia ruoka-ohjeiden ylläpitämisestä tilauksiin. Tuotannonohjausjärjestelmä ohjaa ostamaan kilpailutettuja sopimustuotteita, joka taas turvaa sopimusten noudattamisen, mutta auttaa myös ateriakustannusten laskentaan ja talouden hallintaa.

Lempäälän kunta kilpailuttaa yhdessä Tampereen kehyskuntien (Nokia, Ylöjärvi, Pirkkala, Kangasala, Vesilahti, Orivesi, Lempäälä) kanssa Kuntienhankintapalvelu Oy:n (KUHA OY) avustuksella muun muassa elintarvikkeet, ammattikeittiön koneet- ja laitteet, vuokratyönvoiman ja paljon muuta. Kuha Oy:n toiminta-ajatuksena on tuottaa omistajilleen/asiakkailleen näiden tarvitsemat koko-



naisvaltaiset hankintapalvelut ammattitaitoisesti, osaavasti, kustannustehokkaasti ja asiakaslähtöisesti. Kuha Oy toimii kilpailutuksen juridisena asiantuntijana ja kuntien ruokapalvelupäälliköt substanssiasiantuntijoina kuntien tarpeista esimerkiksi elintarvikkeiden osalta sekä kunnan poliittisten linjausten viemisestä kilpailutuksen valmisteluvaiheeseen, jotta linjaukset saataisiin näkyväksi myös hankinnoissa.

Lempäälän kunnan ruokapalvelu kehittää aktiivisesti toimintaansa huomioiden kuntastrategiasta nousevat tarpeet, mutta erityisesti kiinnittäen huomiota asiakkaiden hyvinvointiin ravitsemuksellisesti.

### 3 HYVINVOINTI

#### 3.1 Hyvinvoinnin määritelmiä

Suomalaisen yhteiskuntapolitiikan tavoitteena on edistää Suomen varallisuutta, joka voi ilmentyä ihmisten hyvinvointina kansakunnassamme. Hyvinvointi on laajakäsitemäinen kuin vain pelkästään taloudellinen tai eliniän pidentyminen, jotka liitetään yleensä erilaisiin inhimillistä tai sosiaalista kehitystä kuvaaviin tunnusluokuihin. Hyvinvointi on yleisesti ymmärretty moniulotteisena ilmiönä, jotka täydentävät toisiaan. Hyvinvoinnin määrittely luuo erimielisyyttä eri tieteenalojen välillä, sillä jokainen tieteenala katsoo määrittelyä oman historian ja politiikan kautta. Näiden vaikutusten myötä on erilaisia näkemyksiä, mitkä tekijät tulevat ottaa huomioon arvioidessa hyvinvointia ja miten niitä painotetaan sekä miten ne saadaan yhteismitallisiksi. Yhdeksi haasteeksi on nostettu myös eri ulottuvuuksista havaittava hajonta eri väestöryhmien välillä, kuka ja ketkä määrittelevät hyvinvoinnin kannalta keskeiset tekijät. (Saari 2011, 9.)

Hyvinvointi käsitteen alla tehdään paljon hyvinvointitutkimusta, johon liittyy poliittinen aspekti vahvasti, minkä vuoksi hyvinvointitutkimuksessa on keskeistä ytimen määrittely sekä paikallistaminen. Jokainen tieteenala määrittelee hyvinvointitutkimuksessa oman ytimen ja avainkäsitteinä ovat muun muassa resurssit, elintaso, hyvinvointi, elämään tyytyväisyys ja elämäntapa. (Saari 2011, 10.)

Hyvinvoinnintutkimuksessa pyritään löytämään kattavaa järkipärisiä yhteisymmärrystä hyvinvoinnista laajalla alueella. Yhteisymmärrys luuo mahdollisuuden vapaiden näkemysten vertailun ja arvioinnin merkitystä, jossa tieteellinen vertaisarviointi on avainasemassa. Hyvinvoinnin laajan tutkimuskentän sisällä tutkimustyö on pitkäjänteistä ja edistyminen tapahtuu hitaasti. Tutkimuksen edistymisen ja luotettavuuden kannalta on tärkeää, että tutkimus toistetaan samalla asetelmalla ja tehdään riittävän usein hyödyntäen samoja menetelmiä ja aineistoa. (Saari 2011, 12.)

Hyvinvointitutkimuksessa pyritään yleensä nimeämään erilaisia poikkeavuuksia esimerkiksi hyvinvoinnista, elintasosta ja toimintakyvystä. Arvojen mukaan poikkeavuudet luokitellaan eri tavoin. (Saari 2011, 112–114.) Tutkimuksen pohjalla on tilastotietoihin perustuvia jakoja, niin kuin tässäkin opinnäyttyössä koululaiset ja varhaiskasvatuksen asiakkaat, jonka jälkeen vertaillaan eri ryhmien hyvinvoinnissa olevia eroja. Hyvänä esimerkkinä tästä on opinnäytetyössä hyödynnettävät Terveystiedon edistämisen aktiivisuusviisari (TEAviisari) -verkkopalvelu, jossa kyselyn tuloksia voi tarkastella maakunta-, kunta ja koulutasolla.

Suomalaisen yhteiskunnan perusta kirjassa Saari (2011) nostaa esiin viisi erityistä luonnehtivaa piirrettä hyvinvointitutkimukselle, jotka ovat seuraavat: hyvinvointi jaetaan osatekijöihin, se määritellään resurssien ja toimintakenttien perusteella ja sitä pyritään mittaamaan mittareilla sekä tutkimuksella on läheinen konteksti hyvinvointi- ja toimintapolitiikkaan. Tutkimuksessa kiinnitetään erityisesti huomioita huonoon kuin hyvään elämään. (Saari 2011, 112–114.)

Hyvinvoinnin jakaminen osatekijöihin on antanut ymmärryksen, että jokaiselle eri osa-alueelle on rakennettava omat mittarit. Resurssit ja toimintakentät nähdään perusteltuna hyvinvoinnin määrittelyssä, sillä resurssit vaikuttavat yhteiskuntapolitiittisesti resurssien kohdentamiseen. Samoin resurssilähtöinen näkökulma nähdään hyvinvointiin liittyvästi varallisuuden kautta, psyykkisen ja fyysisen energisyyteen, sosiaalisiin suhteisiin ja turvallisuuteen. Resurssilähtöinen ajattelu jättää myös tilan yksilön tarpeille ja haluille. Resurssi ja toimintakenttä ovat tärkeät tekijät yhdessä, sillä resurssin merkitys on sidoksissa toimintakenttään, missä sitä käytetään, minkälainen ympäristö on rakennettu yksilöiden käyttöön. (Saari 2011, 112–114.)

Mittarointi on nostettu yhdeksi viidestä osa-tekijöistä, joilla pyritään objektiiviseen mittaamiseen, mutta tämä on hieman harhaanjohtavaa, sillä mitattava asia voi olla myös subjektiivinen kokemus. Hyvinvoinnin ja sen tutkimisen pohjalla vaikuttaa hyvinvointi- ja toimintapolitiikka, joka pyrkii ohjaamaan resurssien käyttöä sekä mittarointia paremmaksi ja antamaan kehityssuuntaa paremmalle hyvinvoinnille esiin nousseiden haasteiden kautta. (Saari 2011, 112–114.)

### 3.1.1 Hyvinvointipolitiikka

Hyvinvointipolitiikalla tarkoitetaan yhteiskunnan toimintaa, joka tähtää kansalaisten hyvinvointiin sitä ylläpitäen ja parantaen huomioiden tarjottavat palvelut. Hyvinvointipolitiikalla säädellään ja ohjataan kuntien palvelujen järjestelmää (Niemelä 2010, 16.)

Hyvinvoinnin käsite on keskiössä ihmis- ja yhteiskuntatieteissä, mutta jo Aristoteleen ja Sokrateen ajatukset olivat hyvinvoinnin ytimessä, joiden pohdinnat pureutuivat subjektiiviseen kokemukseen onnellisuudesta ja koettuun hyvinvointiin. On kuitenkin olennaista huomioida, että hyvinvoinnista puhuttaessa se pureutuu yhteiskunnan rakenteisiin ja itse ihmisen toimintaan siinä ympäristössä. (Niemelä 2010, 16.)

Hyvinvointiteorioiden kautta hyvinvointiin vaikuttaa monenlaiset eri tekijät, mutta hyvinvointipolitiikan kautta katsottuna hyvinvoinnin ulottuvuudet jakaantuvat seuraavan taulukon mukaisesti.

Taulukko 3. Hyvinvointipolitiikan jäsentäminen hyvinvoinnin osa-alueista (Niemelä 2010)

Hyvinvoinnin osatekijät	Hyvinvoinnin ulottuvuudet		
	Aineellinen	Sosiaalinen	Henkinen
Resurssi luokittelu	tulot	poliittinen vaikutusvalta	sivistys kulttuuri
Osallisuus luokittelu	työyhteisöllisyys	kansalais-toiminta	opiskelu koulutus
Tarpeen tyydytyksen luokittelu	ravitsemus vaatetus terveys	rakkaus ystävyyden onnellisuus	kasvu kasvatus

Taulukon 3 mukaan voidaan määritellä hyvinvointi eri tasoilla aineellinen, sosiaalinen ja henkinen, jotka kuvaavat erilaista hyvää oloa, toimintaa ja menestymistä. Tällöin tarkastelussa voidaan huomioida myös subjektiivinen kokemus hyvinvoinnista. Tarkasteltaessa taas resurssi tai tarveperusteisesti on tärkeää tarkastella ne erillisinä osa-alueina, koska ne kuvaavat eri asioita hyvinvoin-

nista. Kokonaiskuvan säilyttämiseksi ihmisen hyvinvoinnista tulee eri tekijät mitaroida ja mitata oikein ja siihen päästään ainoastaan niin, että mitataan kutakin ominaislaatua erikseen. Nämä hyvinvointipolitiikan osa-alueet pyrkivät turvaamaan elämään hyviä asioita. Hyvinvointia tarkasteltaessa ei voi kuitenkaan unohtaa ympäristön vaikutusta hyvinvointiin. Ympäristön tulee olla terve, jossa palvelut ja asuminen kulttuurillisine tekijöineen on kompakti. (Niemelä 2010, 25–35.)

Hyvinvointipolitiikan ja hyvinvoinnin mittaamisessa huomioidaan kuinka hyvin on onnistuttu poliittisissa valinnoissa. Poliitiikan kannalta tärkeitä mittareita on tarkastelu taloudellisesta viitekehystä, mutta tämä ei anna riittävää tietoa hyvinvoinnista tai tieto on liian yksipuolista. Täten hyvinvointia on mitattu ja kehitetty, niin että subjektiivinen perspektiivi tulee näkyviin mittauksissa. Mittareita on tehty eri ryhmien ja aihealuein piirissä, mutta monesti tieto on hyvin monisyistä, joten on hyvin tärkeää löytää mitattavan asian punainen lanka ja kohdistaa kyselyt oikealle kohderyhmälle. (Niemelä 2010, 36.)

### **3.1.2 Hyvinvoinninmittarit**

Hyvinvoinnin ja onnellisuuden mittaaminen on erittäin haasteellista, sillä kyseessä on laaja-alainen ilmiö. Nykypäivänä on kuitenkin ensiarvoisen tärkeää mittareiden luonti ja niiden kehittäminen, sillä ne ovat keskeisessä roolissa yhteiskuntapolitiikan tavoitteena. Jonkin aikaa on ollut keskeisinä strategisina tavoitteina ihmisten hyvinvoinnin lisääminen, joihin pyritään myös erilaisten ohjelmien avulla. Nämä tavoitteet kompastuvat usein siihen, että ei ole riittäviä seurantavälineitä tai tarvittavilta osin ei ole tietoa. (Saari 2011, 219.)

Hyvinvointimittarit ovat tärkeä raportoinnin väline, jolla kiinnitetään huomiota keskusteluun ja päätöksentekoon tärkeillä alueilla, niin yhteiskunnallisesti kuin suunnata asiantuntijoiden huomioi uusille alueille, missä voi edistää kehitystä ja hyvinvointia. Muuten tavoitteellinen toiminta jää saavuttamatta eikä yhteiskunnassa tai alueellisesti resursoida oikein. (Saari 2011, 236–239.)

### 3.1.3 Indikaattorit ja niiden valinta

Indikaattorit ovat keskeisessä asemassa, jolla pystytään johtamaan päätöksentekoa kunnissa. Hyvinvointikertomuksessa käytetään monia eri indikaattoreita, joita terveyden ja Hyvinvointilaitos ylläpitää. Näistä esimerkkinä TEAviisari, josta kerrottiin jo luvussa 3.1. (THL 2018a).

Indikaattorilla kuvataan useimmiten muutoksia. Indikaattorilla voidaan kuvata tämän hetkistä tilaa ja tavoitteiden laadinnan kautta tavoitteiden saavuttamista. Yleisesti indikaattoria tietoja täydennetään vielä tulkinnalla, joka antaa lisätietoja toiminnasta jokaisen asiantuntijan substanssin kautta. (THL 2018a.)

Julkaisussa (USAID 1996) on luotu kriteerejä hyvällä indikaattorille, jotka seitsemän indikaattoria ovat esitelty taulukossa 4.

Taulukko 4. Indikaattorin kriteerit. Muokattu. USAID 1996, Number 6.

1.	<b>Suora</b>	Mittaa sitä tietoa mitä halutaan Esimerkiksi syö aamupalaa joka aamu, mutta ei kerro aamupalan laadullisia tekijöitä
2.	<b>objektiivinen</b>	indikaattori on yksiselitteinen ja kertoo tuloksen mitataan yhtä asiaa. esimerkiksi ruokaileeko joka päivä koulussa
3.	<b>Riittävä</b>	Vaatii useamman indikaattorin, joka on huomattavasti enemmän aikaa vievä
4.	<b>Kvantitatiivinen</b>	indikaattorit ova numeraalisia, ja tulosten analysointi helpompi analysoida
5.	<b>Eritelty</b>	Indikaattorissa voidaan käyttää jaottelua, kun halutaan tietoa esimerkiksi sukupuolen ravitsemuksellisista eroista. esim. syö salaattia, tytöt/pojat.
6.	<b>Käytännöllinen</b>	Indikaattorissa hyödynnettävä tieto on saatavilla riittävän usein ja se on helposti saatavilla
7.	<b>Luotettava</b>	ei noudata kaikkia standardeja, mutta tärkeä saada päätökselle luotettavia tuloksia tuloksia tämä indikaattori voi mahdollistaa edullisen kyselyn päätöksen pohjaksi.

### 3.1.4 Hyvinvointi-arjen eri toimijat

Yhteiskunnassa toimii eri sektoreita, joita kutsutaan julkiseksisektoriksi. Julkisen sektorin lisäksi toimii yksityinensektori sekä kotitaloussektori. Julkinen sektori toimii vuorovaikutuksessa kotitalouksien kanssa. Tämän vuorovaikutteisuuden onnistumiseksi jokaisen on tiedettävä eri sektorien vastuut ja asema. Sektoreiden välillä liikkuu rahaa, hyödykkeitä ja työtä. Kotitalouksien toimintaan ja hyvinvointiin vaikuttaa paljon myös kulttuurilliset, sosiaaliset ja poliittiset rakenteet sekä ympäristö. Nämä elinolosuhteen ympärillä tarjoavat mahdollisuuden elämään arjessa, mutta ei määrittele millaiseksi arki muodostuu, hyväksi vai huonoksi. Kotitalouksien resurssit vaikuttavat, miten elinympäristön puitteita hyödynnetään, mutta eivät anna vastausta, miten ihmiset kokevat hyvinvoinnin arjessa. Arjen hyvinvoinnin käsittely on laaja, joten on tärkeää rajata tarkastelua keskeisiin tai tutkittaviin toimintoihin. Valittuja toimintoja voi olla esimerkiksi ruokailun vaikutus ihmisen hyvinvointiin, joka on olennaista tarpeiden tyydyttämisessä. (Saari 2011, 260 -261.) Opinnäytetyössä ruokailun vaikutus toiminto on keskeinen tarkasteltava asia.

Arjen hyvinvointi rakentuu pitkälti kokemuksesta ja voidaan esittää arviota ja oletuksia elinolojen vaikutuksesta hyvinvointiin. Joidenkin resurssien koetaan luovan hyvinvointia ja näitä ovat esimerkiksi materiaaliset resurssit. Ne koetaan olevan väistämätön hyvinvoinnin lisääntymisen kokemuksessa, mutta mikään resurssi ei yksinään riitä. (Saari 2011, 262.)

Ihmisen tyytymättömyys arkeen ja hyvinvointiinsa voi olla seurausta monista eri tekijöistä ja ajoittain ihmisen on vaikea hahmottaa tarvehierarkisesti, mitä toimintaa tarvitaan paremman hyvinvoinnin saavuttamiseksi. Tyytymättömyyttä voi ilmaantua myös toiminnan tavoitteiden ja todellisuuden välisten ristiriitojen vuoksi. Kotitaloudet voivat tähdätä hyvinvointiin, mutta yllättäviä tekijöitä ympäristössä saattaa hidastaa tai ehkäistä hyvinvoinnin toteutumista. (Saari 2011, 262–263.)

Osaltaan hyvinvoinnin merkitys ja näkemykset voivat erota kotitalouksissa, jotka aiheuttavat ristiriitaisia oletuksia tai näkemyseroja erityisesti julkisia palveluja

kohtaan. Tämä ilmiö on havaittavissa kuntakentällä, sillä hyvinvointi mielletään hyväksi silloin, kun se toteutuu heidän arvojen mukaisesti. Ymmärrettävää on, että kotitaloudet seuraavat omia arvojaan, mutta julkisia palveluja tuottaessa tulee löytää keskiarvo palveluiden tuottamiseen kuntasektorilla.

Esimerkiksi ravitsemuksessa nojaututaan valtakunnallisiin ravitsemussuosituksiin, jotka ohjaavat kuntien ruokapalveluiden tuottamista huomioiden eri asiakassegmentit, jotka ovat katsottu olevan kansalaisen hyvinvointia tukevaa palvelun järjestämistä.

Ruokapalvelun toteuttaminen ja siihen liittyvä ravitsemus on pitkälti yksilön valinnoista riippuvaa, mutta valtion toimilla pystytään vaikuttamaan toimintaympäristöön ja ohjata kansalaisten ravitsemuksellisia valintoja kohti parempaa hyvinvointia. Julkisten ruokapalveluiden osa kansanravitsemuksellisesti on merkittävä, joten on ensiarvoisen tärkeätä tuottaa palveluita, jotka edistävät kansalaisten terveyttä ja hyvinvointia. ( Maa- ja metsätalousministeriö 2013, 46.)

### **3.2 Suomalaisen hyvinvointi**

Suomalaisten hyvinvointia mitatessa käytetään usein Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen, myöhemmin käytetään lyhennettä THL luomia hyvinvointi-indikaattoreita. Näillä indikaattoreilla mitataan, mitkä tekijät vaikuttavat kansalaisten hyvinvointiin ja miten se ilmenee. Nämä Terveiden ja hyvinvointilaitoksen indikaattorit ilmaisevat kansalaisten subjektiivisia kokemuksia, mutta myös objektiivisesti itse asiaa esimerkiksi painoindeksi. (Saari 2011, 276.)

Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) on asettanut konkreettisia tavoitteita, joilla pyritään edesauttamaan kansalaisten hyvinvointia esimerkiksi terveellisen ruokavalion suhteen, mutta ei tule unohtaa yksilön vastuuta hyvinvoinnin edistäjänä. Sosiaali - ja terveysministeriö (STM) on pyrkinyt tavoitteeseen antamalla tietoa kansalaisille terveyden edistämisestä, joita taas eri tahot hyödyntävät hyvinvoinnin edistämisessä ja ohjaamisessa. (Saari 2011, 280–281.) Näistä esimerkkienä ravitsemussuositukset



## 4 KUNNAN HYVINVOINTITYÖ

### 4.1 Terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen perusta kunnille

Kunnilla on kokonaisuusvastuu terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä, joka koskettaa kaikkia kunnan palvelualueita hyvinvoinnin edistämässä. Tämä on säädetty kuntalaissa ja terveydenhuoltolaissa. (Terveydenhuoltolaki 1326/2010.) Terveyden- ja hyvinvoinnin edistämistyötä on edesautettu valtakunnallisilla hankkeilla, ohjelmilla ja suosituksilla jo 2000- luvulta lähtien terveydenhuoltoalakiin perustuen. (Ståhl, Wiss, Hakamäki & Saaristo 2015).

Jo vuonna 2001 valtioneuvosto teki periaatepäätöksen Terveys- 2015 kansanterveysohjelmasta, jossa linjattiin keskeisimmät terveystavoitteet. Tämä kansanterveysohjelma toimii viitekehyksenä kehitettävälle terveyden edistämälle. Tärkeimpänä suuntana oli terveiden ihmisten elinvuosien pidentäminen ja terveyserojen kaventaminen. ( Sosiaali- ja Terveysministeriö 2016).

Terveys 2015 kansanterveysohjelmassa kaksi konkreettista isoa tavoitetta on:

- 1) Hyvinvointi- ja terveyserot kaventuvat ja
  - 2) Sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteet ja palvelut on järjestetty asiakaslähtöisesti, joista osatavoitteita tarkennetusti on seuraavat esiin nousseet asiat:
    - I Riskiryhmien mahdollisuutta osallisuuteen, hyvinvointiin ja terveyteen parannetaan
    - II Lasten, nuorten ja lapsiperheiden palveluja uudistetaan
    - III Ikäihmisten palveluiden rakennetta ja sisältöä uudistetaan
    - IV Palvelurakennetta ja peruspalveluja uudistetaan
    - V Tieto ja tietojärjestelmät saatetaan asiakkaiden ja ammattilaisten tueksi
    - VI Johtamisella tuetaan palvelurakenteen uudistamista ja työhyvinvointia.
- ( Sosiaali- ja Terveysministeriö 2016).

Tämän lisäksi terveyden edistämistyön ohjaavana tekijänä ovat terveyden edistämisen laatusuositukset (STM 2006). Laatusuosituksen tavoitteena on hyvinvoinnin edistämisen nostaminen kuntien yhdeksi strategiseksi painopisteeksi.

Tämä on vaatinut kunnilta rakenteiden arvioimista, johtamisen kehittämistä, yhteistyötä eri alojen kanssa, resurssinen suuntaamista ennaltaehkäisevään työhön, osaamisen vahvistamista hyvinvoinnin parissa sekä arviointia. Tämä laatusuositus on tehty tukemaan ja ohjaamaan päätöksentekoa kunnissa. Laatusuositusten lisäksi on laadittu kansallisten terveyserojen kaventamisohjelma 2008–2011. (STM 2008:16.) Tässä ohjelmassa on esitetty kolme pääsuuntaa terveyserojen kaventumisen saralla, jotka ovat kuntien vastuulla. Ne ovat seuraavat:

- 1) vaikuttaa koulutukseen, köyhyyteen, työllisyyteen ja asumiseen.
- 2) tukea terveellisiä elintapoja, erityisesti siinä väestön osassa, joista erityistarpeita
- 3) parantaa sosiaali- ja terveyspalveluita ja niiden saatavuutta.  
( STM 2008:16.)

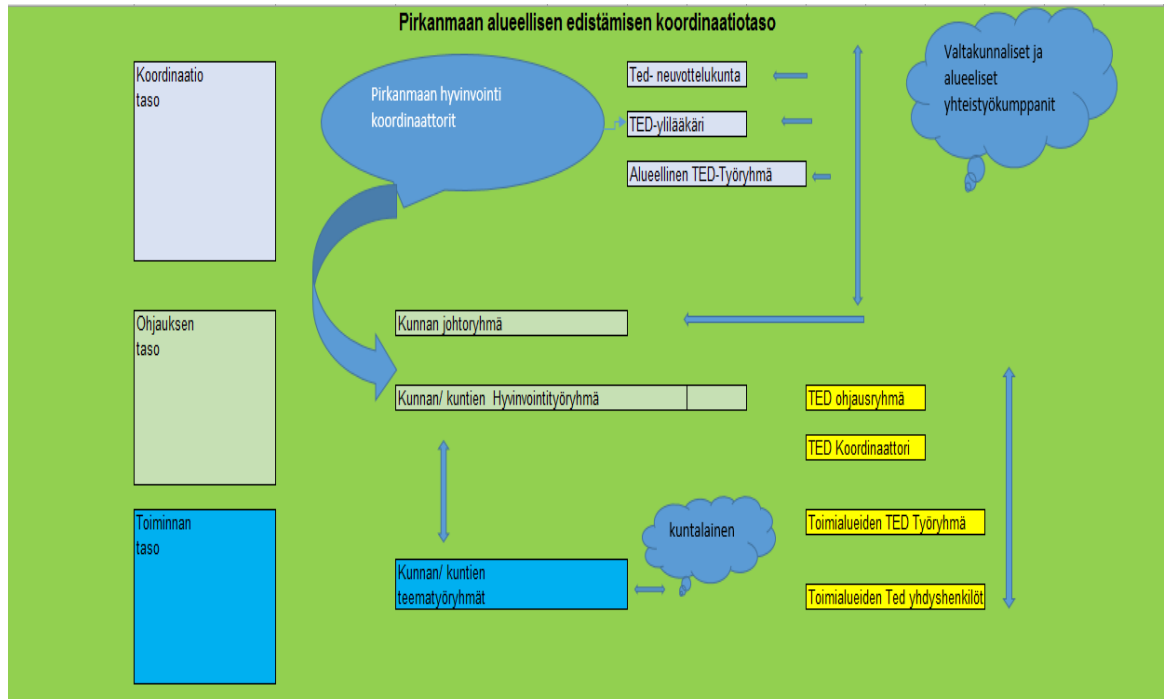
Näiden edellä mainittujen lakien ja ohjelmien lisäksi on vielä yksi ohjelma, joka pyrkii edesauttamaan kuntalaisten osallisuutta ja hyvinvointia. Tämän lisäksi terveys lisääntyy sekä niiden erot kaventuvat. Pyrkimyksenä on keskittyä ohjaamaan palveluiden laadun parantamista ja saavutettavuutta sekä pyritään pienentämään alueellisia eroavaisuuksia. Tämän ohjelman nimi on Kaste- Kansallinen sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämisohjelma.( THL 2011b.)

Kunta edistää kuntalaistensa hyvinvointia ja tämä edistämistyö vaatii poikkihallinnollista yhteistyötä kuntakentässä. Hyvinvointi koskettaa jokaista palvelualueetta ja siksi kunnan hyvinvointityö on parhaimmillaan yhteistyön lujittamista, osaamisen hyödyntämistä ja vahvistamista, jonka keskiössä on kuntalainen, joka on hyvinvoivana myös elinvoiman mahdollistaja kunnassa. ( Kuntaliitto 2017.)

Ennen Terveyden- ja hyvinvoinnin edistäminen oli valtuutettu kunnan johtoryhmälle, mutta järjestäytymisessä on ollut eroavaisuuksia jonkin verran kunnista riippuen. Vuoden 2015 järjestäytyminen on koostunut suuremmilta osin kunnissa poikkihallinnollisesta työryhmästä, kuntaorganisaation eri toimialojen edustajista. Yli puolessa Suomen kunnista on myös nimetty terveyden- ja hyvinvoinnin koordinaattori. Työryhmä on kunnanjohtajan nimeämä. (Ståhl 2015 ym.)

### 4.1.1 Alueellinen hyvinvointityö

Pirkanmaan alueella toimii alueellinen hyvinvointityöryhmä, jonka tehtävänä on koota koko Pirkanmaan alueen kuntien vahvuudet ja esiin nousseet haasteet väestön hyvinvoinnissa. Alueellinen hyvinvointityöryhmä järjestäytyminen on kuviossa 3. Alueellisen hyvinvointityöryhmän tehtävänä on asettaa alueellisia tavoitteita terveyden edistämistyölle sekä välittää tietoa valtiohallintoon.



Kuvio 3. Alueellinen hyvinvointityöryhmän organisoituminen.

Alueellinen hyvinvointityöryhmä tekee alueellisen hyvinvointikertomuksen, jonka tehtävänä on kuvata myös maakunnassa tehtävät toimenpiteet asukkaiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä alueellinen hyvinvointikertomus kuvaa kuntien ja maakuntien välistä yhteistyötä (THL 2019c).

Alueellisen hyvinvointikertomuksen tärkeimmät tavoitteet ovat:

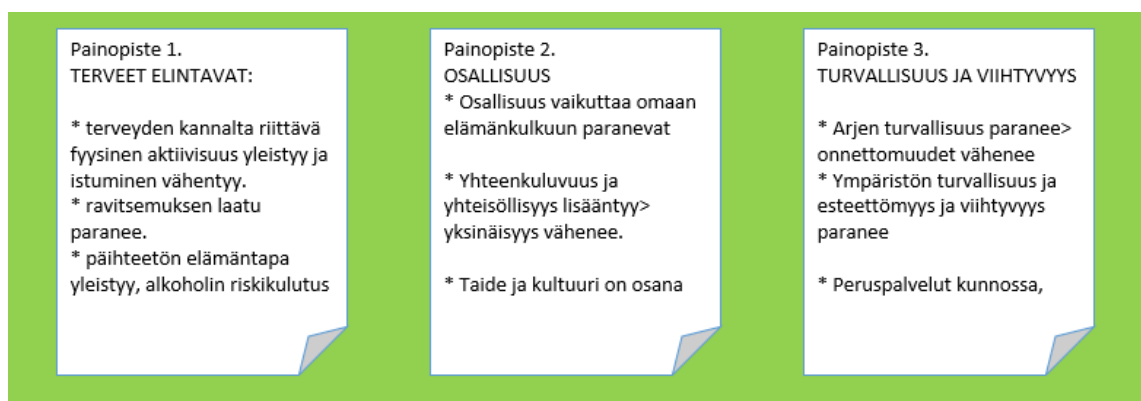
- Varmista monialaisuus
- Kokoa kuntien keskeiset johtopäätökset
- Kuvaa terveyden ja hyvinvoinnin tila alueella
- Kuvaa terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen alueella
- Aseta tavoitteita aluetasolla
- Esitä alueellisia toimenpiteitä
- Arvioi kuntien hyvinvointikertomuksia.

(THL 2019c)

#### 4.1.2 Lempäälän kunnan terveyden- ja hyvinvointityö

Kunnan tulee edistää asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Terveystieteiden laki velvoittaa raportoimaan valtuustolle vuosittain kuntalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista sekä toteutetuista toimenpiteistä. Hyvinvointikertomus on raportoinnin työväline valtuustolle.

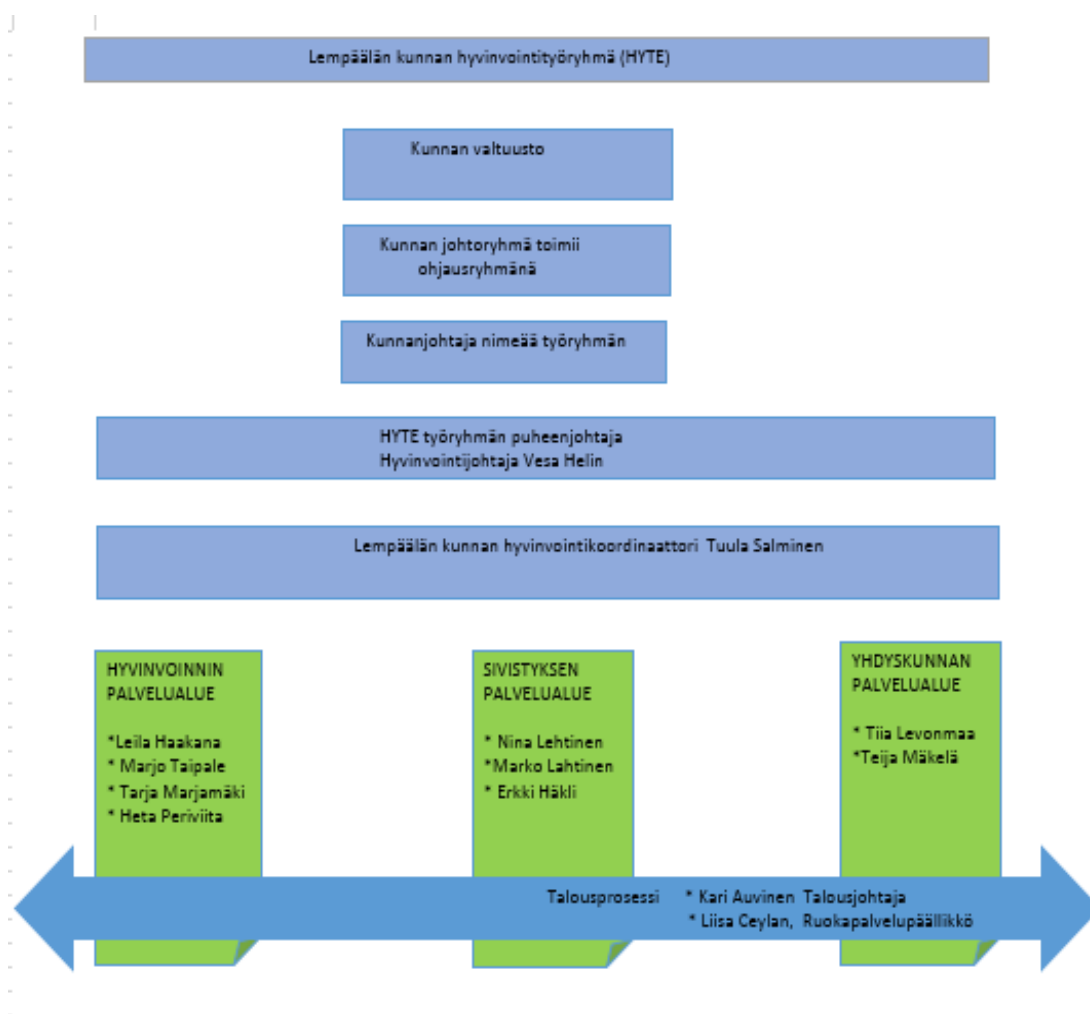
Valtuustokaudella 2017–2020 on laadittu kolme tärkeää painopistealuetta, joihin vuosittain tehtävä hyvinvointikertomus ja siihen liittyvä toimenpiteet tähtäävät. Valtuustokauden loppuessa valmistellaan laaja hyvinvointikertomus, joka kuvaa painopistealueiden toteutumista sekä antaa kehityssuuntaa tulevalle valtuustokaudelle. Valtuustokauden asettamat kolme tavoitetta ovat seuraavat Lempäälässä:



Kuvio 4. Lempäälän hyvinvoinnin edistämisen painopistealueet. Muokattu.

Näiden kolmen painopisteen osalta kunnan hyvinvointityöryhmä työskentelee pitkäjänteisesti. Hyvinvointityöryhmä (HYTE) on kunnanjohtajan nimeämä, jonka puheenjohtaja toimii hyvinvointijohtaja Vesa Helin. Hyvinvointityöryhmien alla toimii eri palvelualueilla erilaisia alatyöryhmiä, jotka vievät painopisteitä omassa käytännön työssään eteenpäin. Kuvio 4:ssä on esitetty painopisteet ja tämän työn kannalta olennainen painopiste on 1. Painopiste 1. tavoitteena on ravitsemuksen laadun parantaminen. Tämän tavoitteen edesauttamiseksi kunnassa on ravitsemusteemaryhmä, jonka puheenjohtajana toimii ruokapalvelun ravitsemusterapeutti poikkihallinnollisessa yhteistyössä. Työryhmän tarkoitus on suunnitella esimerkiksi terveyden edistämisen teemoja kuntalaisille, mutta myös keskustelun kautta löytää ratkaisuja ravitsemuksellisiin haasteisiin, joita pyritään tuomaan esiin hyvinvointimatriisin kautta.

Lempäälän kunnassa toimii hyvinvointikoordinaattori Tuula Salminen, joka toimii myös yhteyshenkilönä Pirkanmaan alueen hyvinvointikoordinaattorien verkostossa ja tehtävänä tuoda ajantasaista tietoa muun muassa koulutuksista ja alueen tavoitteellisesta toiminnasta hyvinvoinnin - ja terveyden edistämisen saralla. Hyvinvointityöryhmä koostuu eri palveluiden viranhaltijoista ja asiantuntijoista, jossa luodaan yhdessä strategisia valintoja kuntalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi. HYTE- työryhmä nimetään joka vuosi uudelleen. Hyvinvointityöryhmän organisaattiorakenne on esitetty kuviossa 5.



Kuvio 5. Hyvinvointityöryhmän organisaatorakenne.

#### 4.1.3 Hyvinvointikertomus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä

Hyvinvointikertomus ohjaa kunnan hyvinvointipolitiikkaa, joka toimii työvälineenä suunnitteluun, seurantaan, arviointiin ja raportointiin. Hyvinvointikertomus on tiivistelmä eri alojen asiantuntijoiden näkemyksistä ja tavoitteista. (THL 2019c).

Kunnassa valmistellaan laaja hyvinvointikertomus kerran valtuustokaudessa ja sen tavoitteita ja toimenpiteitä päivitetään vuosittain osana kuntasuunnittelua. Tavoitteita ja toimenpiteitä tarkennetaan ja painopisteitä valitaan vuosittain.

Hyvinvointikertomus on tiivis kuvaus johtopäätöksineen

- Hyvinvointipolitiikan edistyminen
- väestön terveydestä ja hyvinvoinnista
- väestön hyvinvointi- ja terveyseroista
- Muutoksista, jotka vaikuttavat terveyteen ja hyvinvointiin
- Palvelunjärjestämisestä ja niiden vaikutuksesta hyvinvointiin
- ehkäisevän työn kustannuksista ja mahdollisista vaikutuksista
- tavoitteista ja toimenpiteistä

(THL 2010d.)

Hyvinvointikertomus on johtamisen työväline ja auttaa löytämään tarvittavat painopisteet, jotta kuntalaisten hyvinvointi kohentuisi. Hyvinvointikertomus tarjoaa perusteluja eri päätöksille hyvinvoinnin edistämisen ja resursoinnin suhteen.

(THL 2010d).

#### **4.2 Osallisuus osana hyvinvointia**

Kuntalaki (22§) velvoittaa, että kuntalaisten osallisuus on palveluiden käyttäjinä mahdollista, mutta kunta itse voi päättää, miten tämän velvollisuuden täyttää (Kuntalaki).

Osallisuus on huomioitu Lempäälän kunnan kuntastrategiassa, joka on nähtävissä kuviossa 1. *”Kehitämme asiakaspalautteen ja osallisuuden valossa toimintaamme entistä paremmaksi.”*( Lempäälän kuntastrategia 2017, 38.) Tämä strateginen tavoite toteutetaan erilaisilla osallisuusfoorumeilla ja kuntalaistilaisuuksilla, joissa saadaan tietoa kunnan palveluiden käytöstä ja niiden tarpeista laajemmin.

Kunnan elinvoimaisuus on tärkeä osa hyvinvointia ja kunnan menestymistä kiristyvässä taloudellisessa tilanteessa kuntasektorilla, mihin on jo herätty kunnissa. Kirjassa Strateginen ajattelu & toiminta kuvataan kuinka organisaatioiden pitkän aikavälin menestys riippuu siitä, miten he pystyvät tuottamaan lisäarvoa ratkaisemalla monipuolisesti asiakastarpeita. Menestyvä yritys auttaa asiakkaitaan *”hoitaman hommansa hyvin”*.( Santalainen 2007,134.) Julkisella puolella on jo herätty osallisuuden kulttuurin osana kuntastrategiaa ja päivittäisjohtamista.

Palvelujen kokonaisratkaisujen pitää sisältää tieto, mitä asiakkaalle tarjotaan, prosessin ja miten se toteutetaan. Näillä toimintamalleilla voidaan kasvattaa potentiaalia kaikilla osa-alueilla, jotta lisäarvo tuottaa asiakkaalle hyötyä, mutta yritykselle lisää rahavirtaa ja elinvoimaa, jolloin se voi vaikuttaa pitkäaikaiseen molemmin puoliseen hyötyyn, mutta tämä vaatii asiakastarpeen ymmärtämistä. (Santalainen 2007, 134–136.) Tämä on osa pitkäjänteistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä strategisesti ja arjen käytänteinä.

On haastavaa tietää kokonaisvaltaisesti, mitä asiakas todella haluaa ja tarvitsee palveluissa. Monesti palveluntuottajat ovat sortuneet ajattelemaan ja tunnistamaan asiakkaan tarpeet, mutta todellisuudessa tämä lähestymistapa on osoittanut sen, että koko palvelu on tarjoajan näköinen subjektiivinen näkemys asiakkaiden tarpeista ja perustuu olettamuksiin.

Asiakkaan arvojen, tarpeiden ja ostokäyttäytymisen tunteminen ovat antaneet yrityksille mahdollisuuden saavuttaa erilaistavaa kilpailuetua. Asiakkaiden ja heidän kokemustensa ymmärtäminen on noussut viime aikoina asiakasymmärryksen osa-alueena merkittävään asemaan. Ennen puhuttiin asiakastyytyvyydestä ja asiakaspalvelusta. Nykyisin asiakkaan kokemusten ymmärtäminen on noussut tunnekokemuksena esille. Ajatus asiakaskokemuksesta on levinnyt Yhdysvaltojen markkinoilta, mutta asia on varsin uusi Suomen markkinoilla. Termi customer experience on yleistynyt yritysten kieleen 2000-luvun alusta lähtien ja se voidaan kääntää termiksi asiakaselämys. Suomenkieliseksi käännökseksi on yleistynyt termi asiakaskokemus. (Löytänä & Korteso 2011, 11.)

Tänä päivänä puhutaan paljon asiakaslähtöisestä palvelusta ja asiakaskeskeisestä palvelusta. Asiakaslähtöisessä palvelussa usein asiakas otetaan mukaan palveluprosessiin, mutta asiakaskeskeisessä palvelussa asiakasta kuunnellaan, mutta asiakkaan vaikutusmahdollisuudet ovat vähäiset. Asiakaslähtöinen palvelu tähtää siihen, että asiakas on muotoilemassa palvelua heti ensi metreillä ja vaikuttaa palvelun arvoon sekä toteutukseen. (Rintamäki & Tienhaara 2014, 39.)

Ruokapalvelua ohjaa myös strategia, jonka tiimoilta pyritään edesauttamaan toiminnassa strategian toteuttamista osallisuuden valossa. Ihmisillä on luontainen tarve pyrkiä vaikuttamaan asioihin, jolloin osallisuus ja osallistuminen koetaan ydintekijöiksi toiminnan suunnittelussa. Tänä päivänä jo koulun opetussuunnitel-



massa ja varhaiskasvatuksen ruokasuosituksissa otetaan tärkeäksi asiakokonaisuudeksi osallistaminen. Ruokapalveluntuottaja yhdessä koulujen ja varhaiskasvatus yksiköiden kanssa pyrkii vaikuttamaan tähän tarpeeseen.

Kunnassa toimii vahvasti kouluruoka-agentit, joissa oppilaat pääsevät osallistumaan palvelun suunnitteluun. Osallistavasta yhteistyöstä on saatu hyviä tuloksia aikaiseksi ja syvennettyä asiakasymmärrystä, mitä asiakkaat haluavat palvelulta, unohtamatta ruokakasvatusta yhtenä tärkeänä osatekijänä. Konkreettisia muutoksia osallistamalla loppukäyttäjät palvelunmuotoiluun on jo tehty ja se näkyy arjessa pienin askelin esimerkiksi ruokalistalla. Varhaiskasvatuksen yksiköissä olemme käynnistäneet toiminnallisen ruokakasvatuksen, joka tukee myös lasten osallisuutta. Toiminnallisesta ruokakasvatuksesta on oltu kiinnostuneita myös mediassa (Kaikki maistaa 8.3.2019).

Palveluntuottajana uskomus on vahva, mitä asiakkaat haluavat syödä. Totuus onkin täysin toinen. Osallistavasta toimintakulttuurista löydetään uusi tapa tehdä työtä ja kasvattaa asiakasymmärrystä. Asiakkaat mukaan ottaen voidaan mahdollisesti vaikuttaa kuntalaisten terveyserojen kaventumiseen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Näillä toimilla pyritään vaikuttamaan terveyden ja hyvinvoinnin painopisteeseen: ravitsemuksen laatu paranee ja tämän vaikutusta seurataan ruokapalvelun hyvinvointimatriisilla asiakkaat osallistaen. Tämä on Hyvinvoinnin rakentamista, jolloin saadaan asiakkaan subjektiivinen kokemus hyvinvoinnista kuulluksi, koska hyvinvointi myös liittyy arvostuksiin ja tuntemuksiin, niin kuin teoriaosuudessa kappaleessa 3.1 todettiin. ( Saari 2011, 12).

#### **4.2.1 Lempäälän kunnan hyvinvointimatriisi osana terveyden edistämistä**

Ruokapalvelun hyvinvointimatriisin lähtökohtana on perehtyä ravitsemuksen kriittisiin tekijöihin, jotka nousevat esiin kunnille raportoidussa terveyden edistämisen barometrikyselyissä, joita toteutetaan koko maassa koululaisille joka toinen vuosi (THL 2019f). Kyse on siis kouluterveyskyselystä, joka tehdään opettajan ohjajana luokkakyselynä. TedBM ( THL2019f) on kattava, yhtenäinen ja suunnitelmallinen seuranta- ja vertailutietojärjestelmä kuntien terveydenedistämisen suudesta (TEA). Tämän järjestelmän tavoitteena on tukea terveydenedistämisen suunnittelua, kehittämistä ja johtamista. TedBM:n kyselyiden kautta tapahtunut

tiedonkeruu saa visuaalisen ilmeen TEAviisari- verkkopalvelussa (THL 2019d). TEAviisarin( TEAviisari 2018) verkkopalvelu edistää kuntalaisten osallisuutta tarjoamalla välineen kunnan terveydenedistämistyön laadun seurantaan.

TEAviisarilla kuvataan terveydenedistämistä kunnissa. Tämä TEA kuvataan 0-100 pistemäärällä. Tämä sata pistettä tarkoittaa, että terveydenedistämistä on toiminnaltaan eri osa-alueilla hyvää ja laadukasta. Tämä TEA pisteytys perustuu seitsemään peruselementtiin terveydenedistämistä, jotka ovat esimerkiksi peruskouluissa seuraavat: sitoutuminen, johtaminen, seuranta ja tarveanalyysi, voimavarat, yhteiset käytännöt, osallisuus ja muut ydintoiminnot. Pistemäärät saadaan pisteyttämällä koulun toimintaa ja resursseja kuvataan tietojen avulla, jotka ovat suhteessa lainsäädäntöön, suosituksiin ja hyviin käytänteisiin. (THL 2019d).

#### **4.2.2 Ruokapalvelun tuottaminen varhaiskasvatuksen yksiköissä osallistaen - kohti varhaista ruokakasvatusta**

Varhaiskasvatuslaissa (2 § 11/2018) säädetään, että päiväkodissa ja perhepäivähoidossa lapselle on järjestettävä ravitsemustarpeet täyttävä terveellinen ja tarpeellinen ravinto. Ruokailu on oltava tarkoituksenmukaisesti järjestetty ja ohjattu. Tarkoituksenmukainen ohjaus on lapsilähtöistä, lapsen ikäkauden ja edellytykset huomioon ottavaa toimintaa, joka tukee lapsen myönteistä kokemusta ruokailusta. Myönteinen emotionaalinen ilmapiiri luo hyvän ruokailuympäristön, jossa on tilaa syömiselle, sosiaaliselle vuorovaikutukselle ja oppimiselle. (Varhaiskasvatuslaki.)

Lempäälän kunnan varhaiskasvatussuunnitelmassa nousee ruokakasvatus yhdeksi tärkeäksi painopisteeksi, ja jonka edesauttamiseksi ruokapalvelut myös suunnittelee toimintaa yhteistyössä. Ruokakasvatuksen tavoitteena on edistää myönteistä suhtautumista ruokaan ja syömiseen sekä tukea monipuolisia ja terveellisiä ruokatottumuksia. Lapsia ohjataan omatoimiseen ruokailuun ja monipuoliseen, riittävään syömiseen. Päivittäiset ateriahetket järjestetään kiireettömässä ilmapiirissä opetellen ruokarauhaa ja hyviä pöytätapoja sekä yhdessä syömisestä kulttuuria. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 40.) Eri aistien avulla

ja tutkimalla tutustutaan ruokiin, niiden alkuperään, ulkonäköön, koostumukseen ja makuominaisuuksiin, mitä ruokapalvelut tukevat toiminnallisella ruokakasvatuksella.

Toiminnallista ruokakasvatuksesta on tehty ruokapalvelussa alkaen syksyllä 2018 ja sitä on jatkettu myös kevään 2019 aikana. Liitteenä 1. löytyy toiminnallisen ruokakasvatuksen toteutussuunnitelma, joka on laadittu yhteistyössä palvelusuunnittelija Anni Kaipiaisen sekä ravitsemusterapeutti Mari Ylitalon kanssa. Toiminnallisella ruokakasvatuksella pyritään keräämään myös tietoa tämän hetkisestä palvelusta ja kehittämiskohteista asiakaspalautteen valossa. Tarkoituksena on erityisesti saada palautetta loppukäyttäjiltä eli lapsilta, jotka ovat tärkein kohderyhmä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Toiminnallisessa ruokakasvatuksessa pyritään löytämään kriittisiä pisteitä ravitsemuksesta päiväkotikäisillä lapsilla

#### **4.2.3 Ruokapalvelun tuottaminen osallistaen opetuspalveluissa**

Nykypäivänä kouluruokailun merkittävyys on kasvanut ravinnon tarjoamisesta kokonaisvaltaiseksi ruokakasvatukseksi. Kouluruoka on muutakin kuin mahan täyttettä. Kouluruoka-agenttitiimien tehtävänä on kehittää oman koulun kouluruokailua. Agenttitiimit koostuvat koulun oppilaista, opettajista, vanhemmista ja koulun keittiön työntekijöistä. Yhdessä tiimit kokoontuvat pohtimaan, mikä oman koulun ruokailussa toimii ja mitä asioita voitaisiin yhdessä lähteä kehittämään. Agenttitoiminnassa kouluruokailu nähdään kokonaisuutena, johon liittyy itse ruoan lisäksi myös ruokailun sosiaalinen merkitys. Ruokailua kehitetään kokonaisuutena, jossa huomioidaan muun muassa kouluravintolan viihtyisyys, jonoitus, ruokailuaika- ja ajankohta, ruoan mieluisuus sekä teemaviikot ja sesongit. Agenttitoiminnan tavoitteena on saada oppilaat osallistumaan kouluruokailun kehittämiseen sekä sitä kautta nostattaa kouluruokahenkeä

## 5 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

### 5.1 Valtakunnallisen Kouluterveyskyselyjen tulokset Tampereen kaupunkiseudulla

Vuonna 2017 toteutettiin valtakunnallinen kouluterveyskysely, josta on saatu tutkimustuloksia Lempäälän 4.-5. sekä 8.-9.- luokkalaisten lasten ravitsemuksesta ja ravitsemuksen kriittisistä tekijöistä (THL 2017e).

Kouluterveyskyselyn tutkimustuloksissa vuonna 2017 Tampereen kaupunkiseutu vertailussa on havaittu, että lasten- ja nuorten ylipaino on lähtenyt kasvuun, johon osittain vaikuttaa myös vähentynyt liikunnan harrastaminen erityisesti yläkouluikäisillä pojilla. Alle 20 % yläkouluikäisistä ovat ylipainoisia, joka osittain johtuu elämäntapa muutoksista perheissä, joihin hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä tulisi kiinnittää huomiota. (Kankkonen & Wiss 2017.)

Seudullisesti on analysoitu kouluterveyskyselyn tutkimustuloksia, joista on esiin nostettu aamupalan syömättömien osuus alakouluissa. Alakoulujen osuus aamupalan syömättömyydessä on lähes 20 % Tampereen seudulla. (Kankkonen & Wiss 2017.)

Yhtenä tämän työn tutkimusmenetelmänä on kohdennettu kysely, jossa myös kysytään yläkoululaisten aamupalan syömisaktiivisuutta. Tämä tulos on erittäin mielenkiintoinen erityisesti siksi, että onko aamupalan syömättömyys kasvava alakouluiän jälkeen. Jos tutkimustuloksista havaitaan aamupalan syömättömyyden lisääntymistä eri kouluasteilla, niin tärkeänä seikkana on miettiä, miten voidaan vaikuttaa tähän osa-alueeseen. Epäsäännöllinen ruokarytmi tai syömättömyys vaikuttaa olennaisesti oppilaiden keskittymiseen, oppimiseen sekä edesauttaa epäterveellisiä ruokatottumuksia, joka lisää välipalakuulttuuria ja sitä kautta mahdollistaa ylipainon kehittymisen jatkossa.

Yhdeksi arjen haasteeksi on noussut Tampereen kaupunkiseudun alueellisissa tuloksissa ruokailuaktiivisuus. Erityisesti Lempäälän yläkoulun oppilaiden tulos

ruokailuaktiivisuudesta on huomattavan heikko 64,6 %. Tähän tulee kiinnittää huomiota. Erityisesti tyttöjen kouluruokailuun osallistuminen on matalampaa kuin poikien. Alakoulujen osalta tulos ei eroa paljoa muista, koska pääsääntöisesti ruokailuun meno tapahtuu ohjatusti. (Kankkonen & Wiss, 2017.)

Kouluterveyskyselyn tuloksia tarkastellaan alueellisesti, koska alueellista yhteistyötä tehdään tiiviisti ja pyritään täten vaikuttamaan alueellisesti ja kuntatasoisesti esiin nousseisiin haasteisiin. Valtakunnallisia kouluterveyskyselyn tutkimustuloksia voi tarkastella kunnittain Terveiden ja hyvinvointilaitoksen sivulta. Taulukosta 5. voidaan havaita tyttöjen ja poikien prosentuaaliset osuudet ja erot ruokailuun liittyviin kysymyksiin, joita kartoitettiin valtakunnallisessa kouluterveyskyselyssä.

Taulukko 5. Kouluterveyskyselyn Lempäälän keskeisimmät tulokset 4.-5.lk ( THL 2017e)

<b>Kouluterveyskysely 2017 keskeiset tulokset 4-5.lk Lempäälä</b>			
	<b>Tytöt</b>	<b>Pojat</b>	<b>K.A</b>
<b>Ei syö aamupalaa %</b>	14,5 %	19,2 %	16,8 %
<b>Ei syö koululounasta päivittäin %</b>	ei	ei	ei
<b>Syö kaikkia aterianosia kaikkina koulupäivinä %</b>	21,2 %	18,6 %	20,0 %
<b>Syö pääruokaa kaikkina koulupäivinä %</b>	80,7 %	78 %	79,5 %
<b>Syö salaatti kaikkina koulupäivinä%</b>	65,3 %	51,3 %	58,6 %
<b>Juo maitoa tai piimää kaikkina koulupäivinä %</b>	54,9 %	63,8 %	58,6 %

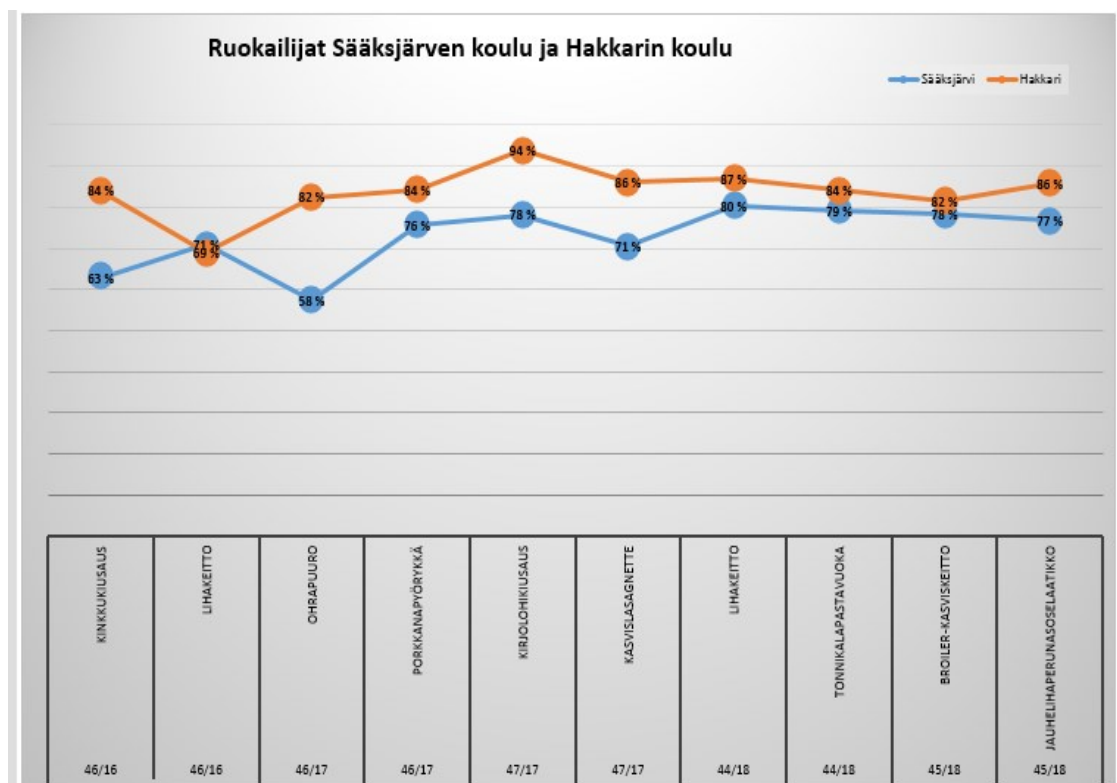
Taulukko 6. Kouluterveyskyselyn Lempäälän keskeisimmät tulokset 8.-9.lk (THL 2017e)

<b>Kouluterveyskysely 2017 keskeiset tulokset 8-9.lk Lempäälä</b>			
	<b>Tytöt</b>	<b>Pojat</b>	<b>K.A</b>
<b>Ei syö aamupalaa %</b>	36,8 %	31,7 %	34,3 %
<b>Ei syö koululounasta päivittäin %</b>	34 %	33,1 %	33,5 %
<b>Syö kaikkia aterianosia kaikkina koulupäivinä %</b>	16,2 %	22,1 %	16,2 %
<b>Syö pääruokaa kaikkina koulupäivinä %</b>	61,5 %	68 %	64,6 %
<b>Syö salaatti kaikkina koulupäivinä%</b>	33,5 %	30,5 %	31,9 %
<b>Juo maitoa tai piimää kaikkina koulupäivinä %</b>	43,2 %	61,7 %	51,9 %

Tarkasteltaessa Lempäälän osuutta valtakunnallisesta kouluruokakyselystä tarkemmin, niin voidaan tuloksista (taulukko 5 ja 6) havaita konkreettisesti Lempäälän osalta ruokailuun liittyviä haasteita, jotka ovat kouluterveyskyselyssä kouluruokailuun osallistumisaktiivisuus sekä aamupalan syömättömyys, jotka nostettiin esiin myös seudullisena haasteena. Kouluterveyskyselyn tutkimustulosten kautta voidaan esiin nostaa yhdeksi ruokailun haasteeksi aterianosien ottamisen lounaan yhteydessä, joka vaikuttaa energiansaantiin päivätasolla.

Kouluterveyskyselyn tuloksia on seurattu useamman vuoden ajan ruokapalvelussa ja erityisesti kiinnitetty huomiota koululounaalla käyvien osallistumiseen, joka on melko huolestuttava tulos. Ruokapalvelussa on toteutettu näiden kouluterveyskyselyn tutkimustulosten valossa omaa seurantaä yläkoululaisten ruokailuaktiivisuudesta Säaksjärven ja Hakkarin kouluissa. Tämä seuranta lähti puhtaasti aidosta huolesta liikkeelle, mutta myös oma arjen havainnointi laittoi ihmettelemään tuloksia kouluterveyskyselyn tiimoilta. Kuviossa 6 on esitetty kolmen vuoden seurantatulokset yläkoululaisten aktiivisuudesta kouluruokailussa. Otanapäivinä keittiöt ovat selvittäneet myös yläkoululaisten mahdolliset luvalliset poissaolot kouluruokailusta esimerkiksi kotitaloustunnit, jotka eivät väärissä tässä seurannassa tulosta.

Otanta on suoritettu vuosina 2016–2018. Kahtena viimeisenä vuotena otanta on otettu kahtena erillisenä päivänä kahden viikon ajalta.



KUVIO 6. Hakkarin ja Sääksjärven koulun ruokailuun osallistuminen 2016-2018.

Kuten kuviosta 6 voidaan havaita, että oman seurannan tutkimustulokset ovat huomattavasti paremmat kouluruokailuun osallistumisaktiivisuudesta, erityisesti Hakkarin koulussa. Ruokailuaktiivisuus on noin 80 % tasolla riippuen päivästä. Tutkimustulokseen vaikuttavista tekijöistä, erityisesti Sääksjärven koulun osalta olisi tärkeää miettiä yhteistyössä koulun henkilöstön kanssa. Ruoka on valmistettu kohteissa vakioidulla ruokaohjeilla, joten onko esimerkiksi koulun sijainnilla merkitystä kouluruokailun aktiivisuuteen tai onko koulussa käytössä välipala- automaatteja tai oppilaskunnan kahvilatoimintaa.

## 5.2 Lempäälän kunnan opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin keskeisimmät tutkimustulokset

Tutkimus toteutettiin Lempäälän kunnan opetuspalveluiden toimesta vuonna 2018 Lempäälän kaikkiin kouluihin sähköisesti. Hyvinvointiprofilikyselyssä karotettiin monipuolisesti kouluhyvinvointia. Kouluhyvinvointiarvioinnin osa-alueita olivat koulun olosuhteet, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, terveys, vahvuudet ja voimavarat sekä digitaalinen maailma. (Opetuspalvelut 2018.)

Opinnäytetyössä tarkastellaan hyvinvointiprofiilin kautta saatuja tutkimustuloksia, jotka saattavat vaikuttaa ruokapalvelun toiminnan kriittisiin tekijöihin. Vuonna 2018 opetuspalveluiden hyvinvointiprofiiliin vastasi 1377 oppilasta. Vastausprosentti ei ollut kovin huomattava, koska kirjoilla on 3768 oppilasta.

Taulukko 7. Keskeisimmät tulokset Lempäälän koulujen hyvinvointiprofiilista (Lempäälän kunta)

Kysymykset/ %- osuudet			
Koulu	Ruokatilien viihtyisyys	Ruokailu rentouttava tauko	Oppilaat osallistuvat koulun toiminnan suunnitteluun
Mattila	79 %	63 %	64 %
Kelho	76 %	81 %	91 %
Lastunen	77 %	73 %	81 %
Säijä	ei tuloksia		
Nurmi	84 %	74 %	71 %
Kulju	70 %	70 %	82 %
Kuokkala	ei tuloksia		
Hakkari ( Yläkoulu)	50 %	63 %	53 %
Sääksjärvi yhtenäiskoulu	ei tuloksia		
Lempoinen	78 %	64 %	77 %

Vastaaaja yhteensä 1377 oppilasta

Keskeisenä tuloksina voidaan nostaa koulujen hyvinvointiprofiilin tuloksista seuraavat kehittämiskohteet, jotka ovat myös esitetty taulukossa 7. Tutkimustuloksista nousi esiin ruokatilojen viihtyvyys. Keskiarvallisesti 73 % oppilaista kokee ruokatilojen olevan viihtyisiä tai hyvällä tasolla. Ruokatilojen viihtyvyyteen on tärkeä puuttua yhteistyössä eri kunnan toimijoiden kanssa ja jatkossa kiinnittää huomiota erityisesti rakennusvaiheessa tiloihin ja niiden käytettävyyteen sekä viihtyvyyteen. Nämä ruokatilat ovat yleisesti haastavia rajapintoja, sillä koulut vastaa-



vat ruokasaleista ja ruokapalvelu toimii niissä. Tämä on siis yhteinen tärkeä kehityskohde tulevaisuudessa, johon tulee kiinnittää huomiota hankesuunnittelu vaiheessa, jotta rahoitus on siltä osin linjassa tarpeeseen.

Toinen esiin noussut tutkimustulos on ruokailutauko ja sen rentouttamisvaikutus. Keskiarvallisesti 69,7 % oppilaista kokee tauon olevan rentouttava. Osittain tulos on melko tasainen koulujen suhteen, mutta on havaittavissa, että pienemmissä kouluissa koetaan tauon merkitys parempana. Tähän tulokseen vaikuttaa myös edellinen tulos ruokatiloista, koska ne eivät mahdollista aina tauon merkitystä. Myös tämän tutkimustuloksen valossa ruokailutaukoihin tulisi kiinnittää huomiota yhteistyössä opetuspalveluiden kanssa sekä miten voisimme jatkossa mahdollistaa kaikille mukavan ja rentouttavan ruokatauon. Lempäälässä on kokeiltu joissakin kouluissa hiljaista ruokailua, joka on tuonut positiivista palautetta oppilailta sekä koulujen henkilökunnalta.

Kolmas esiin nostettava tutkimustulos on oppilaiden osallisuus koulutoiminnan suunnitteluun. Tutkimustulos ei kerro ruokapalvelun toimintaan liittyvästä osallisuudesta, mutta tulevaisuudessa tämä olisi hyvä seuranta ruokapalvelun oppilaiden osallistamisesta kouluruoka-agenttitoimintaan. Toivottavaa on, että vaikutus tulisi näkyväksi tulevina vuosina koulujen hyvinvointiprofiilin tuloksiin tai niin, että osallisuuden valossa kouluruoka-agenttitoiminta tulisi yhdeksi ohjaavaksi kysymykseksi, joka lisäisi myös agenttitoiminnan tietoisuutta paremmin oppilaiden keskuudessa ja tunne vaikuttamisen mahdollisuudesta.

### **5.3 Ruokapalvelu asiakastyytyväisyyskyselyn tulokset**

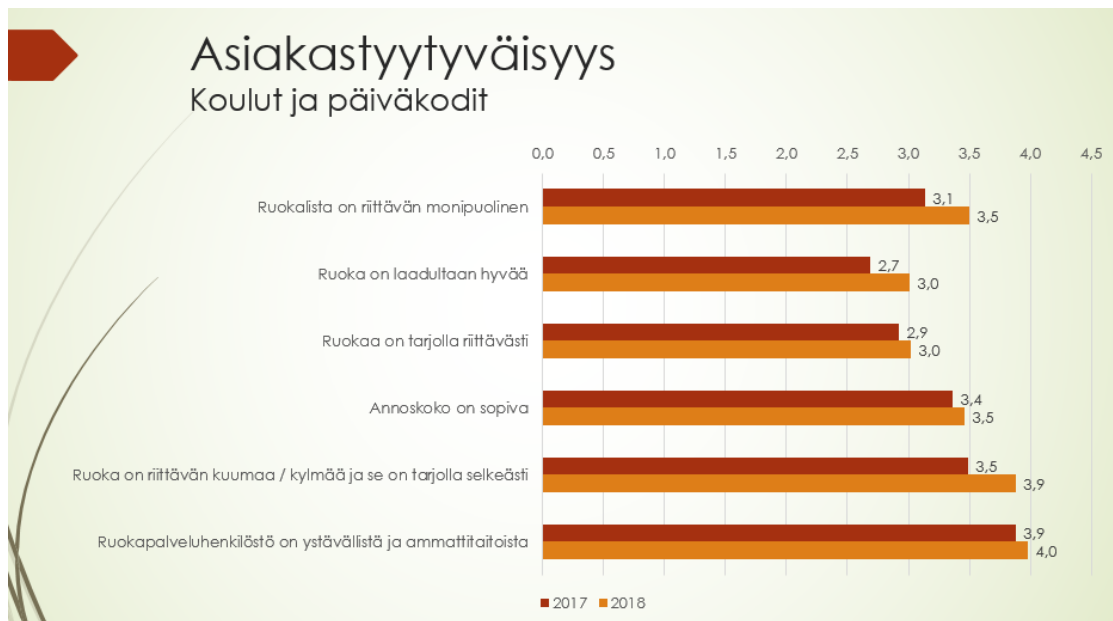
Ruokapalvelun asiakastyytyväisyyskyselyt toteutetaan joka vuosi syksyllä. Kyselyn kohderyhmänä ovat esimerkiksi varhaiskasvatuksen sekä opetuspalveluiden henkilöstö. Vuoden 2018 kyselyssä, niin kuin edellisinäkin vuosina, kysyttiin ruoan laadullisista tekijöistä sekä asiakaspalveluasenteesta. Vuoden 2018 otanta opetus- ja varhaiskasvatushenkilöstön osalta oli 130 vastausta. Asteikko kyselyssä oli 1-5. Ruokapalvelun kokonaistyytyväisyys oli kasvanut hieman ja tulos oli vuonna 2018 3,64.



Kuvio 7. Kokonaiskeskiarvo ruokapalvelun asiakastyytyväisyydestä vuosina 2017 ja 2018.

Asiakastyytyväisyyskyselyn tuloksista (kuvio 7 ja 8) voidaan havaita, että ruokalista on koettu monipuolisemmaksi ja laadultaan paremmaksi kuin edellisellä vuonna 2017, joihin osittain on vaikuttanut tehdyt parannukset ruokalistatasolla esimerkiksi salaattikomponenttipöytä sekä raaka-aineiden vaihtaminen ruokalajeihin huomioiden avoimena tullut asiakaspalaute. Toiminnassa on myös paljon kehitettävää, sillä avoimissa kommentteissa tuli palautetta hävikistä ja sen vähentämisestä sekä ruoan epätasaisesta maustamisesta. Henkilöstön kanssa on käyty tulokset läpi ja mietitty yhdessä keinoja vastata näihin kehittämiskohtiin.

Opinnäytetyö rajattiin käsittelemään opetus- ja varhaiskasvatuksen asiakkaita, joten tässä vaiheessa asiakastyytyväisyyskyselyn tuloksia ei hyödynnetä matriisin kriittisissä tekijöissä, mutta tulevaisuudessa matriisi kattaa myös koko henkilöstön, niin tulosten käsittely on olennainen osa. Opinnäytetyö ja matriisin kannalta on kuitenkin hyvä tarkastella taustamateriaalia kokonaisuutena, jotta saadaan laajempi kuva jo olemassa olevasta tiedosta ja miltä osin niitä tulee muuttaa tarvittaessa tutkimuksen edetessä. Tämän aineiston käsittely antaa näkemyksen myös siitä, miten luoda systeemi kaiken tiedon käsittelyyn, jotta kaikki osa-alueet tulee huomioiduksi.



Kuvio 8. Ruokapalvelun asiakastyytyväisyys 2017 ja 2018.

## 6. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimustuloksia analysoitaessa ja opinnäytetyön edetessä havaittiin taustamateriaalin tutkimustuloksista olennaiseksi tehdä vielä kohdennettu laadullinen kysely alakoulun ruokailuun liittyvistä tekijöistä ja löytää tätä kautta tarkempia kriittisiä pisteitä ravitsemuksen saralta. Tutkimustulosten analysointi vaiheessa ilmeni kriittisyyttä erityisesti kouluterveyskyselyyn tai kysymysten asetteluun. Opinnäytetyön ja hyvinvointimatriisin kannalta koettiin tärkeäksi tehdä oma laadullinen kysely alakoulun 4.-5. ja yläkoulun 8.-9.- luokkalaisille ruokailuun liittyvistä tekijöistä ja löytää tätä kautta tarkempia kriittisiä pisteitä ravitsemuksen osalta.

Tutkimusta täydentäen kyselyn lisäksi tehtiin haastattelu Tampereen kaupungin suunnittelupäällikkö Mika Vuorelle ja hyvinvointikoordinaattori Johanna Riipalle. Haastattelulla pyrittiin saamaan lisäinformaatiota erityisesti alueellisesta yhteistyöstä, alueen hyvinvoinnin haasteista ja johtamisesta. Tämän lisäksi haastattelulla avulla pyrittiin kartoittamaan hyvinvointijohtamisen tulevaisuuden näkökulmia. Haastattelukysymykset ovat liitteenä (liite 5).

Tutkimuksen tavoitteena on luoda Lempäälän kunnan ruokapalvelulle hyvinvointimatriisi tukemaan terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyötä kunnassa. Matriisin tarkoituksena on olla raportoinnin työväline, jolla seurataan ruokapalvelussa tehtyjen toimenpiteiden vaikutusta kuntalaisten hyvinvointiin. Opinnäytetyössä määriteltyjen hyvinvointimatriisin kriittisten painopisteiden pohjalta hyvinvointityötä jatketaan yhdessä, niin että tehdään toimintasuunnitelma, jonka avulla pureudutaan kehityskohteisiin sekä konkreettisiin toimenpiteisiin hyvinvoinnin parissa sekä tarkastellaan ruokapalvelun laatukriteereiden ajanmukaisuutta huomioiden painopisteet. Tähän kehittämistyöhön tulee myös saada henkilöstö osallistettua.

Tutkimustyö on kohdennettu laadullinen kysely, jolla pyritään pureutumaan syvemmälle haasteisiin, mitkä jo nousivat osittain esiin valtakunnallisessa koulu-ruokakyselyssä, josta kerrottiin alaluvuissa 4.2.1 ja 5.1. Tutkimustulosten kautta

pyritään saamaan tietoa tarvittavista toimenpiteistä hyvinvointityön edistämisessä ja mahdollisesti myös hyvinvointikertomuksen tavoiteasetannan muuttamisesta kuntatasoisesti.

Tutkimustyö tehtiin Lempäälän kunnan ruokapalveluun, jossa painopisteenä ovat varhaiskasvatuksen sekä opetuspalveluiden asiakkaat. Tutkimustyön tavoitteena on löytää kriittiset tekijät ravitsemukseen tai ruokailuun liittyvistä tekijöistä, joita ruokapalvelun tulee pitkäjänteisesti kehittää asiakkaat osallistaen.

Tutkimuksen tarkoituksena on löytää kriittiset pisteet ravitsemuksesta ja tätä kautta havainnollistaa ne myös ruokapalvelun hyvinvointimatriisissa. Tätä kautta pyritään löytämään keinot tukea terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyötä kunnassa. Matriisin tarkoituksena on olla raportoinnin työväline, jolla seurataan ruokapalvelussa tehtyjen toimenpiteiden vaikutusta kuntalaisten hyvinvointiin. Tämä opinnäytetyön tutkimustyö on tärkeä osa hyvinvointityötä, sillä hyvinvointitutkimuksessa pyritään yleensä nimeämään erilaisia poikkeavuuksia esimerkiksi hyvinvoinnista, elintasosta ja toimintakyvystä, jota käsiteltiin alaluvussa 3.1.

## **6.1 Toiminnallinen ruokakasvatus**

Varhaiskasvatuksen tutkimuksena toteutettiin toiminnallinen ruokakasvatus. Toiminnallista ruokakasvatusta on tehty ruokapalvelussa alkaen syksyllä 2018 ja sitä on jatkettu myös kevään 2019 aikana. Toiminnallista ruokakasvatus tehtiin päiväkodeissa aamupäivän aikana.

Toiminnallisen ruokakasvatuksen tarkoituksena on järjestää lapsille työpajoja, joissa he saivat tutustua erilaisiin kasviksiin. Toiminnan yhteydessä lapsien kanssa keskusteltiin hyvästä ravitsemuksesta.

Toiminnallisessa ruokakasvatuksessa lapset saivat tutustua eri aistein erilaisiin kasviksiin ja valmistaa työpajan päätteeksi esimerkiksi pirtelöä. Lasten suosituksikä toiminnalliseen ruokakasvatukseen oli 3-5- vuotiaat lapset. Työpajassa oli mukana kerrallaan kymmenen lasta, jolloin ryhmä oli hallittavissa ja se oli kaikille antoisa hetki.

Tutkimuksella pyritään löytämään kriittisiä pisteitä ravitsemuksesta päiväkotikäisten lasten keskuudesta. Tämän tutkimuksen toinen tavoite on, että lapset saavat osallistua ja hyödyntää eri aistein tapahtuvaa ruokakasvatusta, joka lisää mahdollisesti myönteistä suhtautumista ruokaan ja edesauttaa tulevaisuudessa parempia ruokatottumuksia. Tutkimustulokset kerättiin Happy or Not asiakaspalautelaitteella, joka on esitetty kuviossa 9. Tärkeintä oli avoin ilmapiiri ruokailun yhteydessä lasten kanssa, jossa he pääsivät kertomaan omista ruokailukokemuksistaan sekä lempiruoistaan.



Kuvio 9. Asiakaspalautelaite ( Happy or Not)

Tätä toiminnallista ruokakasvatusta on tehty myös tämän tutkimuksen jälkeen, mutta suoraa asiakaspalautetta ei ole enää kerätty asiakaspalautelaitteilla vaan on pyritty tekemään puhtaasti ruokakasvatusta kohteissa. Tarkempi toiminnallisen ruokakasvatuksen toteuttamissuunnitelma löytyy liitteenä 1.

## 6.2 Laadullinen kysely opetuspalveluihin

Tutkimustyö on kohdennettu laadullinen kysely, jolla pyritään päästä syvemmälle haasteisiin, jotka jo nousivat osittain esiin valtakunnallisessa kouluruokakyselyssä, josta kerrottiin kappaleissa 4.2.1 ja 5.1. Tutkimustulosten kautta pyritään saamaan tietoa tarvittavista toimenpiteistä hyvinvointityön edistämisessä ja mahdollisesti myös hyvinvointikertomuksen tavoiteasetannan muuttamisesta kuntatasoisesti.

Laadullinen kysely tehtiin alakoulun 4.-5. ja yläkoulun 8.-9.-luokkalaisille, koska haluttiin rinnastaa kysely siihen kohderyhmään, jolle on tehty myös valtakunnallinen kouluruokakysely. Kyselyn pohjana käytettiin aikaisempia tutkimustuloksia kouluruokailun osalta, joista muokattiin kysely, joka pureutuisi syvemmälle ravitsemuksentasoon. Kysymysasettelu pyrittiin tekemään kohderyhmälle ymmärrettäväksi. Kyselyt ovat liitteenä 3 ja 4.

Laadullista kyselyä toteutettaessa Lempäälän kouluissa oli parhaillaan menossa vuoden 2019 valtakunnallinen terveystutkimus seuraavasti:

- peruskoulujen 4. ja 5. luokkien oppilaat 1.–31.3.2019,
- peruskoulujen 8. ja 9. luokkien oppilaat 1.–30.4.2019

Tästä johtuen tutkimustyön laadullinen kysely ajoitettiin seuraavasti, jotta saadaan mahdollisimman hyvä otanta.

- peruskoulujen 4. ja 5. luokkien oppilaat 8.4 -26.4.2019
- peruskoulujen 8. ja 9. luokkien oppilaat 18.–30.3.2019

Laadullisessa kyselyssä kartoitettiin alaluokilla erityisesti, mitä aterianosia oppilaat syövät kouluruokailussa, josta saadaan kattavaa tietoa terveyden edistämistyöhön. Kyselyssä kiinnitettiin huomiota myös kouluruokailun lisäksi kotona tapahtuvaan ruokailuun, koska on erittäin mielenkiintoista tietää, miten nykypäivänä ruokaillaan kotona ja miten ateriat jakaantuvat koko päivän suhteen.

Yläkoulujen osalta kysely toteutettiin vastaavasti, mutta kouluruokailuun osallistumisaktiivisuutta kartoitettiin vielä tämän laadullisen kyselyn kautta, koska tämä on monista tutkimustuloksista noussut huomattavan suureksi kriittiseksi pisteeksi.

### 6.3 Osallisuusfoorumi opetuspalveluihin

Osana tutkimusta toteutettiin pienimuotoinen työpajan järjestäminen ruokapalvelun toimesta koululaisille ja heidän vanhemmilleen. Toteutus tukee myös kuntastrategian mukaista osallistamista. Työpajasta lähetettiin kutsu oppilashuoltojärjestelmä Wilman kautta huoltajille sekä annettiin tiedoksi sivistyslautakuntaan.

Työpaja järjestettiin 12.3.2019 Lempoisten koululla klo 17.30–20:00. Ruokatarjoilun vuoksi pyydettiin osallistujilta ennakoilmoittautumista, sillä osallistujille tarjottiin koululounas päivälliseksi. Koululounas oli ohrapuuro, marjakiisseli, leikkele, mandariini, leipä ja levite sekä maito. Koulujen puuropäivä herättää monenlaista palautetta ja keskustelua, joten halusimme antaa mahdollisuuden vanhemmille maistaa ja nähdä puurolounaan tarjonta. Osallisuusfoorumin työpajasta tehtiin toimintasuunnitelma. Suunnitelma löytyy liitteestä 2.

Työpajaan osallistui noin 40 henkilöä, joista suurin osa oli lasten vanhempia ja heidän lapsiaan. Osallistujien joukossa oli myös opetuspalveluiden henkilöstöä sekä opetuspäällikkö. Tilaisuuden alussa toivotettiin hyvää kansainvälistä kouluruokapäivää, jonka jälkeen ruokapalvelupäällikkö kertoi yleistä tietoa ruokapalvelusta. Osallisuutta tukien ruokapalvelu oli pyytänyt Lempoisten koulun oppilaskuntaa tekemään videon kouluruokailusta sekä haastattelemaan ruokailussa olevia oppilaita. Videon tarkoituksena oli kertoa vanhemmille mitä nykypäivän kouluruokailu on ja minkälaisia kokemuksia oppilailla on kouluruokailusta.

Ruokailun jälkeen osallistujilla oli mahdollisuus keskustella kouluruokailusta ruokapalvelun henkilöstön kanssa. Tilaisuudessa nousi keskusteluun esimerkiksi seuraavat asiat: miksi kouluruoka loppuu kesken, hävikki, ruokailuajat, lounaspuuro. Näihin kysymyksiin annettiin vastauksia ja pyrittiin vastausten kautta herättelemään opetushenkilöstöllekin ruokakasvatuksen tärkeydestä ja sen tekemisestä yhteistyössä, koska joissakin asiakaskohteissa nähdään ruokakasvatus ruokapalveluhenkilöstön tehtävänä. Ruokakasvatusta tulee tehdä yhteistyössä ja muistaa, että koululainen on asiakas ja asiakasajattelu ovat keskeinen osa kuntastrategian toteuttamista.



Keskustelun jälkeen ruokapalvelun henkilöstö jalkautui eri työpajan pisteisiin, joissa antoi lisäinformaatiota toiminnasta ja valistusta terveellisestä lautasmallin mukaisesta ruokailusta huomioiden oma energiantarve.

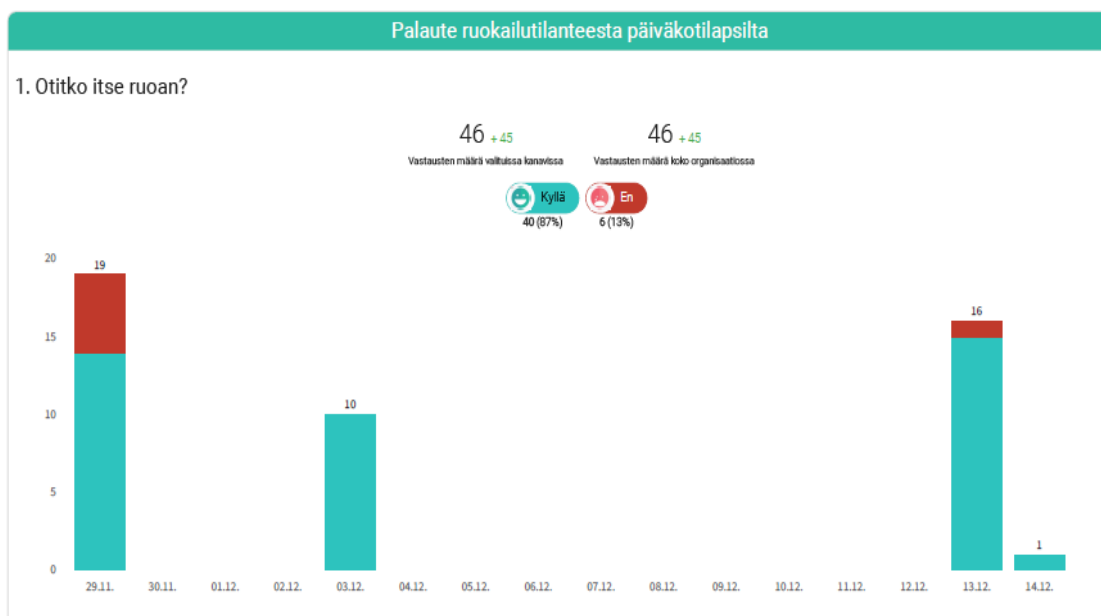
Tilaisuuden työpajapisteissä kysyttiin kuntalaisten mielipiteitä muun muassa ”hyvinvoivan lapsen ravitsemuksesta”, joka oli kohdennettu lasten huoltajille. Myös lapsille oli oma työpajapiste, jossa heitä pyydettiin askartelemaan lehti-leikkeistä tulevaisuuden kouluruoka.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

### 7.1 Varhaiskasvatuksen tutkimustulokset

Varhaiskasvatuksen lapsilta kysyttiin toiminnallisen ruokakasvatushetken yhteydessä seuraavia asioita:

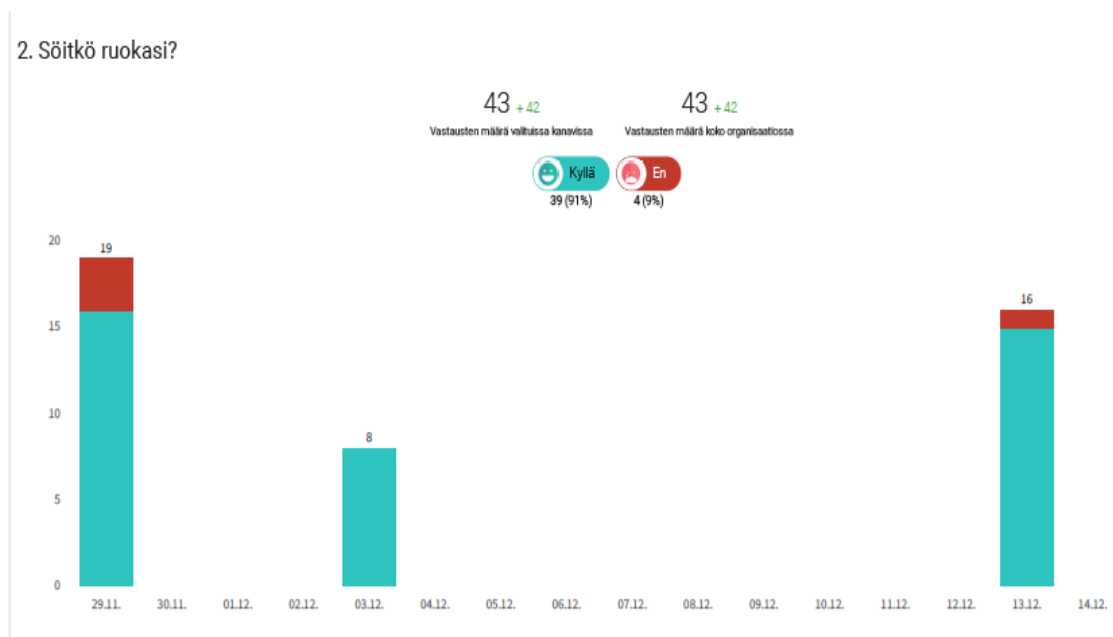
- ✓ saitko ottaa itse ruokasi
- ✓ söitkö ruokasi
- ✓ Oliko ruokailuhetki mukava



Kuvio 10. Varhaiskasvatus- otitko itse ruokasi? n=46

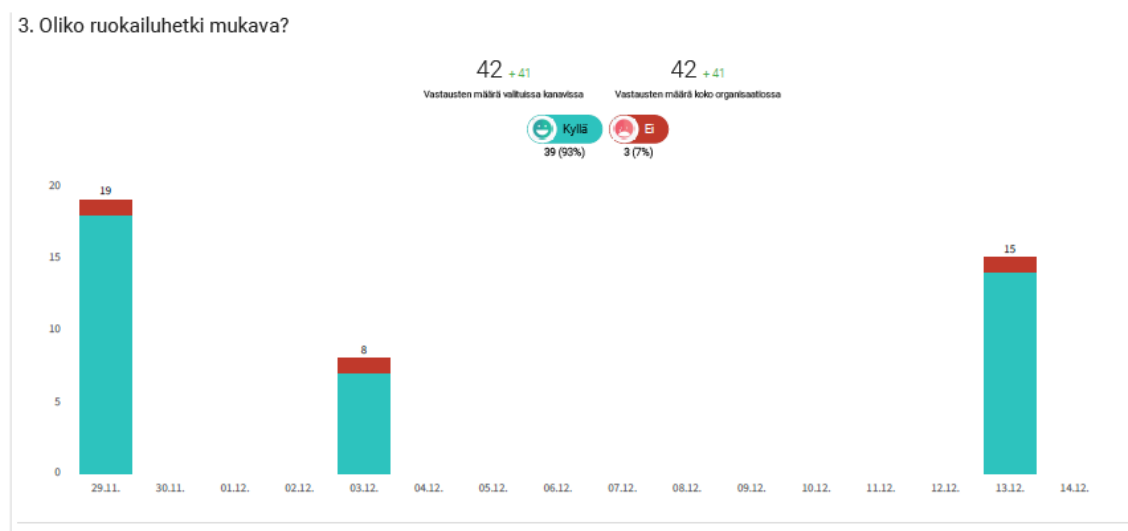
Palaute on kerätty kolmesta eri päiväkotikohteesta. Kohderyhmänä olivat isommat lapset. Otanta näistä kolmesta päiväkotiryhmästä ei ollut kovin suuri, ainoastaan 46 lasta. Tuloksista voidaan päätellä, että pääsääntöisesti isommat lapset saavat ottaa varhaiskasvatuksen yksiköissä ruokansa itse.

Tutkimuksessa kartoitettiin miten lapset syövät lounaan päiväkodeissa. Tulosten perusteella ohjatussa ympäristössä 91 % lapsista syön lounaan ( kuvio 10.)



Kuvio 11. Varhaiskasvatus. Söitkö ruokasi? n=43

Tutkimuksessa kysyttiin lapsilta ruokailuhetken viihtyvyydestä ja vastausten perusteella 93 % kokivat ruokailuhetken viihtyisäksi.

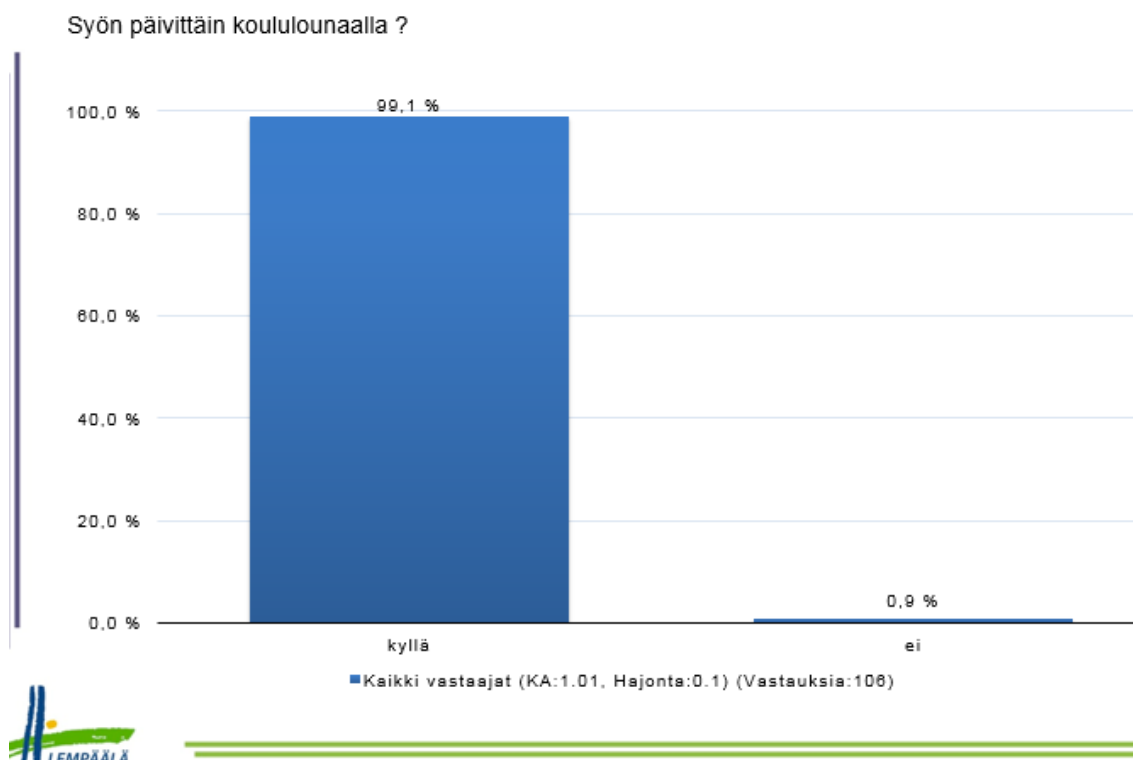


Kuvio 12. Varhaiskasvatus- ruokailuhetken mukavuus. n=42

## 7.2 Koulujen tutkimustulokset - alakoulu

Laadullinen kysely suunniteltiin toteutettavaksi 1.-12.4 peruskoulun 4. ja 5. luokkien oppilaille, mutta inhimillisen erehdyksen kautta kyselyn jalkauttaminen viivästyi, joten kysely toteutettiin peruskoulujen 4. ja 5. luokkien oppilaille 8.–19.4.2019 välisenä aikana survey-pal kyselyllä, joka on nettiselain pohjainen järjestelmä. Kyselyyn vastanneita oppilaita oli 106. Kokonaisoppilasmäärä on 784, jotka olisivat voineet vastata kyselyyn. Vastausprosentti 13,5 %, jota on huomattavan pieni otanta. Tämän vuoksi vastausaika pidennettiin 26.4 asti. Kuvioissa 7- 19 kirjaimella n (n=) osoitetaan kokonaismäärä vastaajista.

### Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi



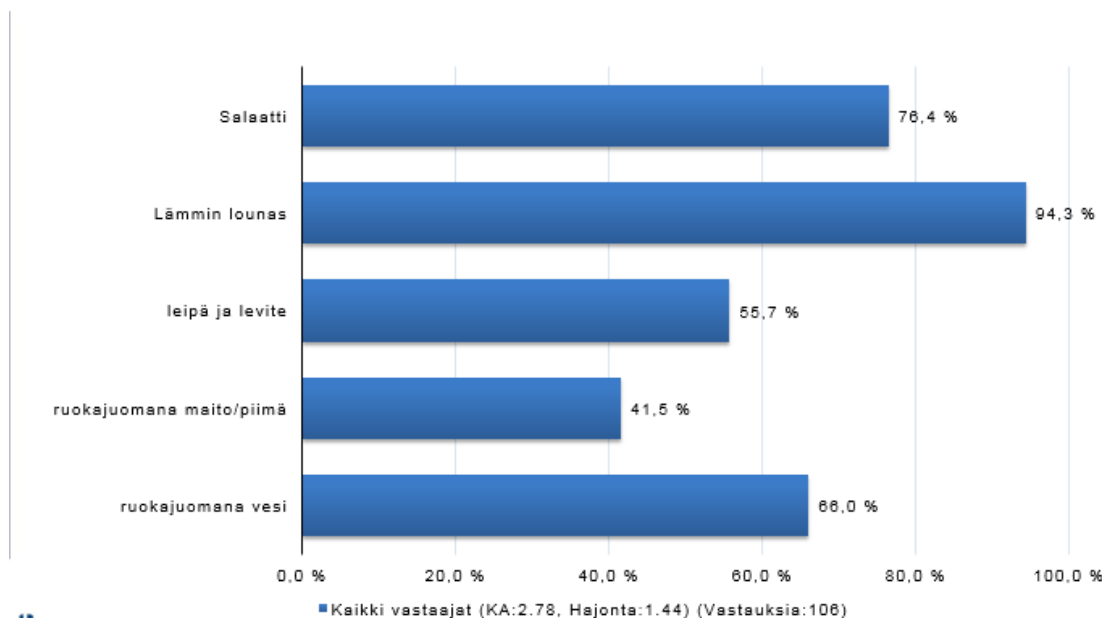
Kuvio 13. Syö päivittäin koululounaalla n=106

Kouluterveyskyselystä ei noussut tähän suoranaista vastausta kouluruokailun aktiivisuudesta. Kouluruokakyselyssä (taulukko 5) kysyttiin seuraavasta asiasta ” syö

pääruokaa koulupäivinä”, jonka vastausprosentti on 79,5 % 4.-5.lk:n oppilaista syö pääruokaa koululounaalla. Opinnäytetyönkyselyn vastausten perusteella 99,1 % syö päivittäin koululounaalla, joka ei kerro mitä lautaselle laitetaan.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

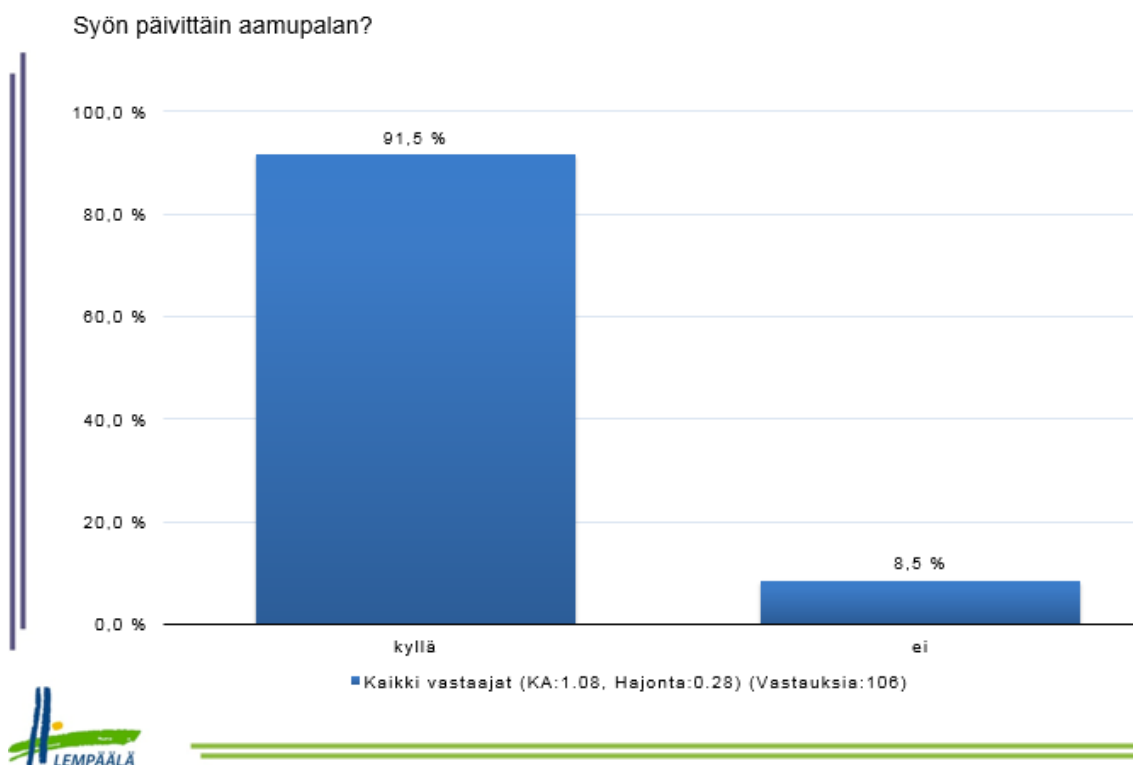
Valitse aterianosat, joita syöt koululounalla



Kuvio 14. Ateriaosat koululounaalla. n= 106

Kouluruokakyselyn tulosten valossa haluttiin perehtyä tarkemmin, miten koululounaalla syödään ja mitä ateriaosia lautaselta löytyy (Kuvio 14). Tämän otannan mukaan pääruoan syömisaktiivisuus on parempi kuin kouluruokakyselyssä. Pääruokaa syö tämän otannan mukaan 94,3 % 4.-5.lk oppilaista. Salaatin osuus lautasella ei ole kovin huomattava sekä on havaittavissa, että ruokajuomana on suurimmalla osalla vesi.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

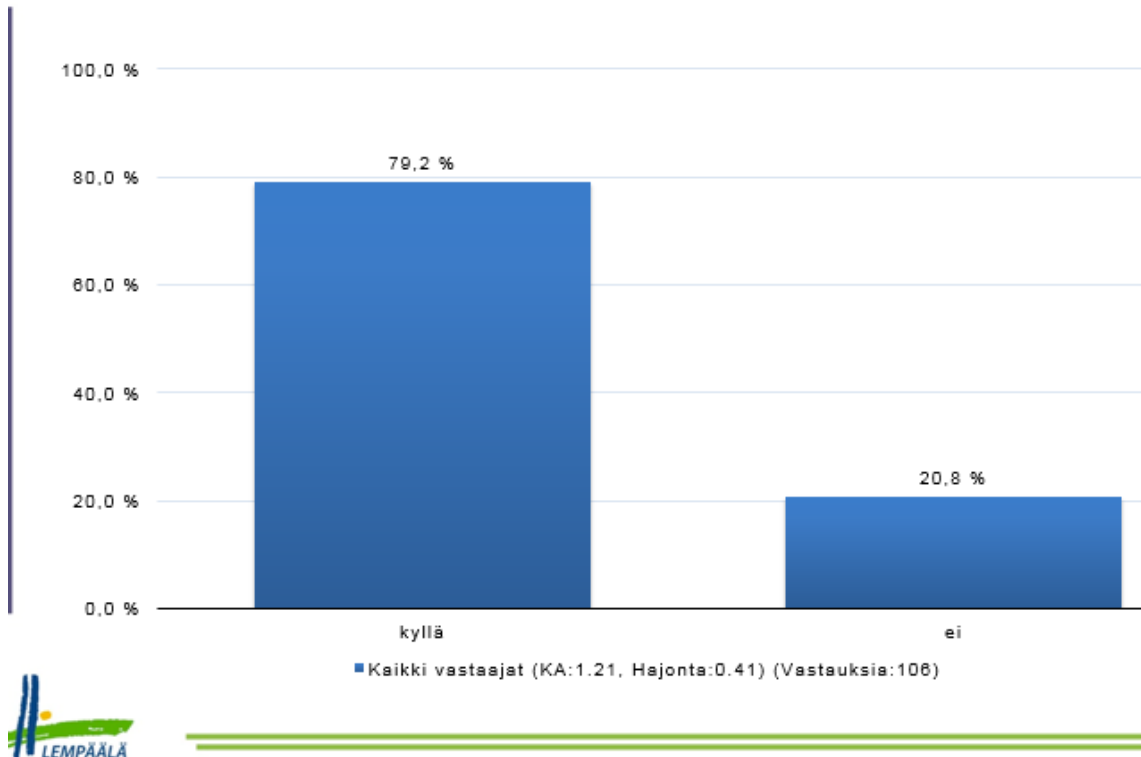


Kuvio 15. Syö päivittäin aamupalan? n=106

Tuloksen mukaan aamupalan syömisaktiivisuus on hyvällä tasolla (kuvio 15) verraten kouluruokakyselyn tuloksiin (taulukko 5), jossa 16,8 % ei syö aamupalaa ikäryhmästä. Tulos saattaa vääristyä otannan vähäisyydestä kyselyssä. Aamupalan syömättömyys on yksi kriittinen piste sillä se tulee vaikuttamaan koko päivään ja erityisesti kiinnostaa ovatko nämä oppilaat myös niitä, jotka eivät syö koululounaalla, ainakaan riittävästi.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

Syön kasviksia päivittäin koululounaalla?



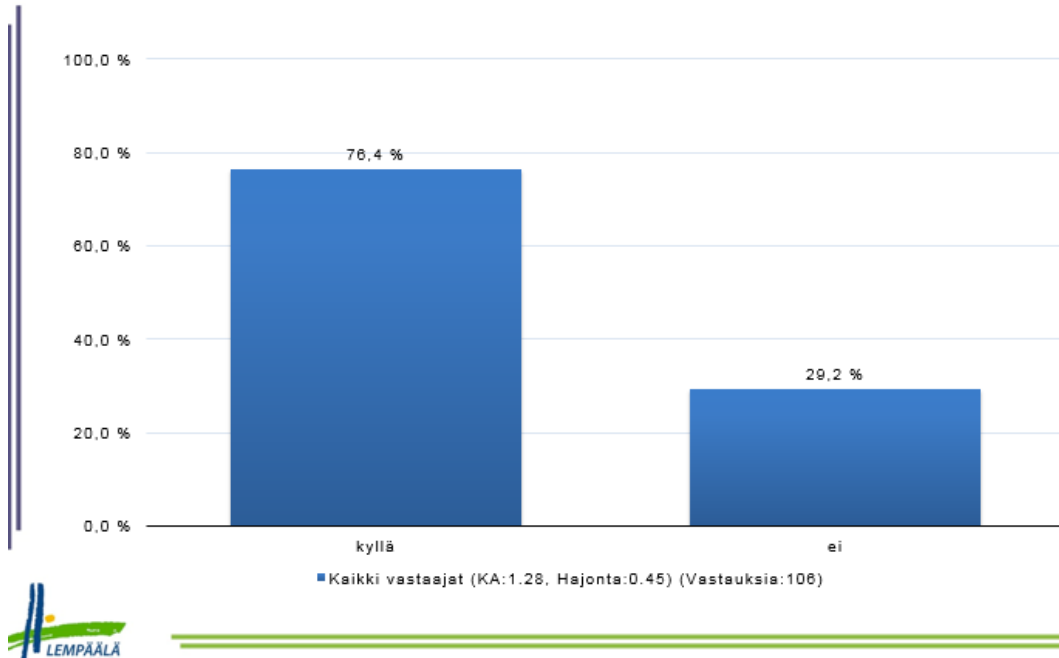
Kuvio 16. Syö kasviksia koululounaalla n=106

Kasvien syömisaktiivisuus on paremmalla tasolla kuin kouluterveyskyselyn otannassa. Kouluruokakyselyssä kasviksia/ salaattia syötiin 58,6 % otannasta (taulukko 5)

Lempäälän kyselyssä huomataan, että 79,2 % oppilaista nauttii kasviksia. Tässä vaiheessa tulos on parempi kuin yläkoulussa.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

Vatsani on sopivan täynnä koululounaan jälkeen

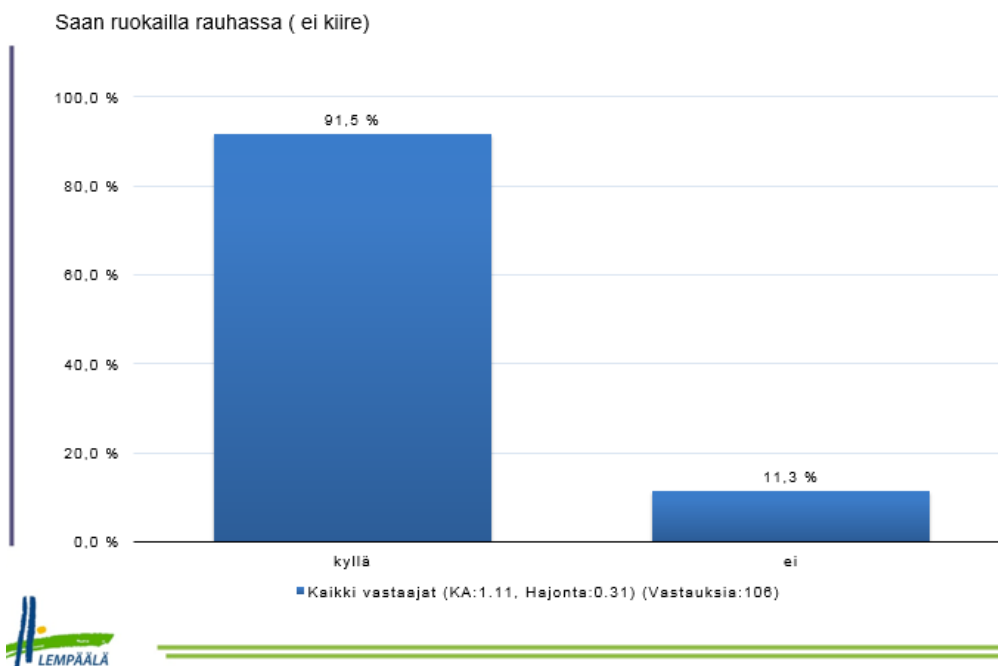


Kuvio 17. Vatsani on sopivan täynnä koululounaan jälkeen. n=106

Melkein 30 % kokee, että heidän vatsansa ei ole täynnä koululounaan jälkeen (kuvio 17). Huomioiden otannan vähäisyys, niin tulos on kriittinen ja herää kysymys, miksi vatsa ei ole riittävän täynnä. Onko aamupala jäänyt syömättä, mitkä aterianosat oppilas on syönyt kouluruokailussa, onko ympäristö vaikuttanut lounaan nautittavuuteen.



## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

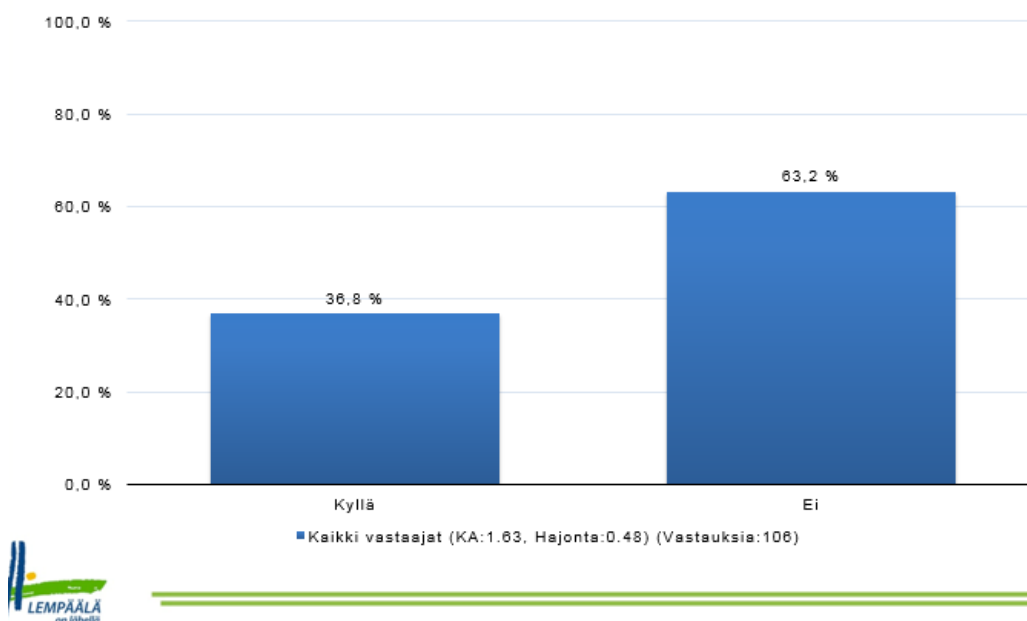


Kuvio 18. Ei kiire ruokailussa. n=106

Tutkimuksessa kysyttiin myös oppilailta seuraava kysymys: ”saatko ruokailla rauhassa (ei kiire)” Otannasta 11,3 % kokivat, että eivät saa ruokailla rauhassa (kuvio 18). Tämä voi olla yksi ympäristöllinen tekijä joka saattaa vaikuttaa kylläisyyden tunteeseen koululounaan jälkeen.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

Olen vaikuttanut kouluruokailun kehittämiseen?



Kuvio 19. Saa osallistua kouluruokailun kehittämiseen. n=106

36,8 % oppilaista kokee, että saa vaikuttaa kouluruokailun kehittämiseen (kuvio 19). Tämä on osittain mahdollistanut kouluruoka-agenttitoiminta. Osallisuus on yksi tärkeä teema hyvinvointityössä ja sen johtamisessa. Kun jo varhaisessa vaiheessa osallistetaan kehittämistyöhön, voidaan saada vaikuttavuutta ravitsemuksen osalta pidemmällä aikavälillä.

Molemmissa kyselyissä eri ikäryhmille kysyttiin ateriarytmistä jaotellusti; aamupalasta, lounaasta, päivällisestä sekä iltapalasta.

Alakoulujen otannasta voidaan päätellä, että ateriarytmi on melko kohdallaan sillä keskiarvallisesti noudatetaan ruokarytmiä 93,9 %, kun taas yläkouluissa ateriarytmi on 84,5 % otannasta. Nämä tulokset nousivat esiin tutkimuksesta.

### 7.3 Koulujen tutkimustulokset- yläkoulu

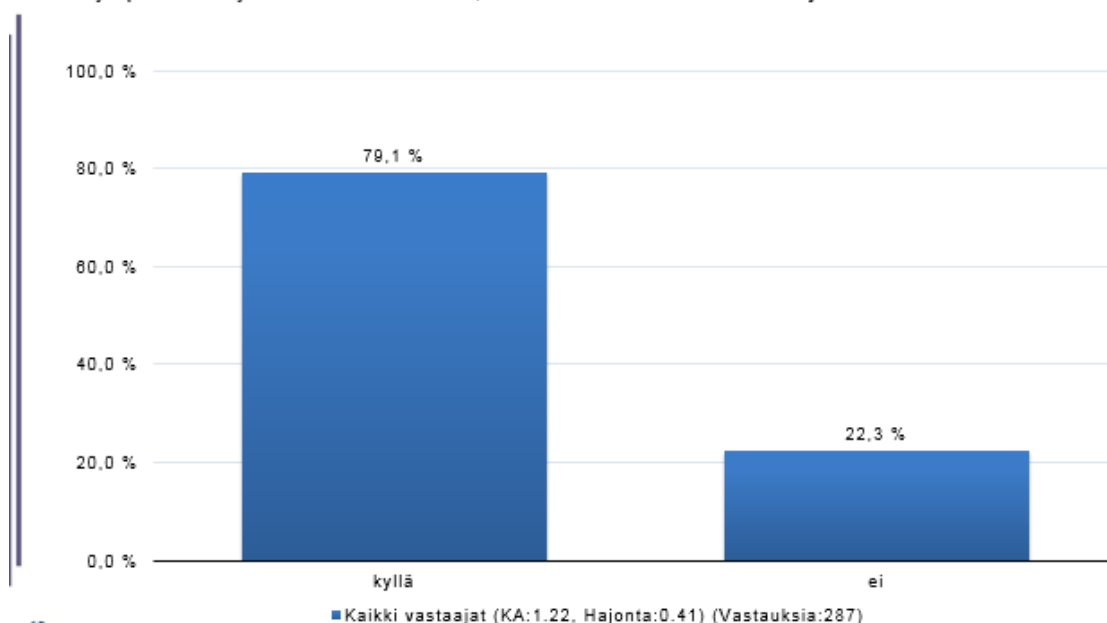
Laadullinen kysely toteutettiin peruskoulujen 8. ja 9. luokkien oppilaille 18.–30.3.2019 välisenä aikana survey-pal kyselyllä, joka on nettiselain pohjainen

järjestelmä. Kyselyyn vastanneita oppilaita oli 287. Kokonaisoppilasmäärä on 618, jotka olisivat voineet vastata kyselyyn. Vastausprosentti 46,4 %.

Tutkimustuloksista on havaittavissa, että ruokailuaktiivisuus on parempi, kuin valtakunnalliset kouluruokakyselyn tulokset ovat osoittaneet. Tässä tutkimuksessa kouluruokailuaktiivisuus on 79,1 % tasolla (kuvio 20). Valtakunnallisessa kyselyssä Lempäälän osuus on 66,5 % (taulukko 5). Tulos ei kuitenkaan ole riittävän hyvä, sillä olisi tärkeää saada ruokailuaktiivisuutta korkeammaksi, koska se tukisi myös oppimista. Alhaisen vastaus aktiivisuuden vuoksi todellista ruokailuaktiivisuutta ei pystytä todentamaan täysin.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

Käyn päivittäin syömässä koululounaan, lukuunottamatta kotitaloustunteja?

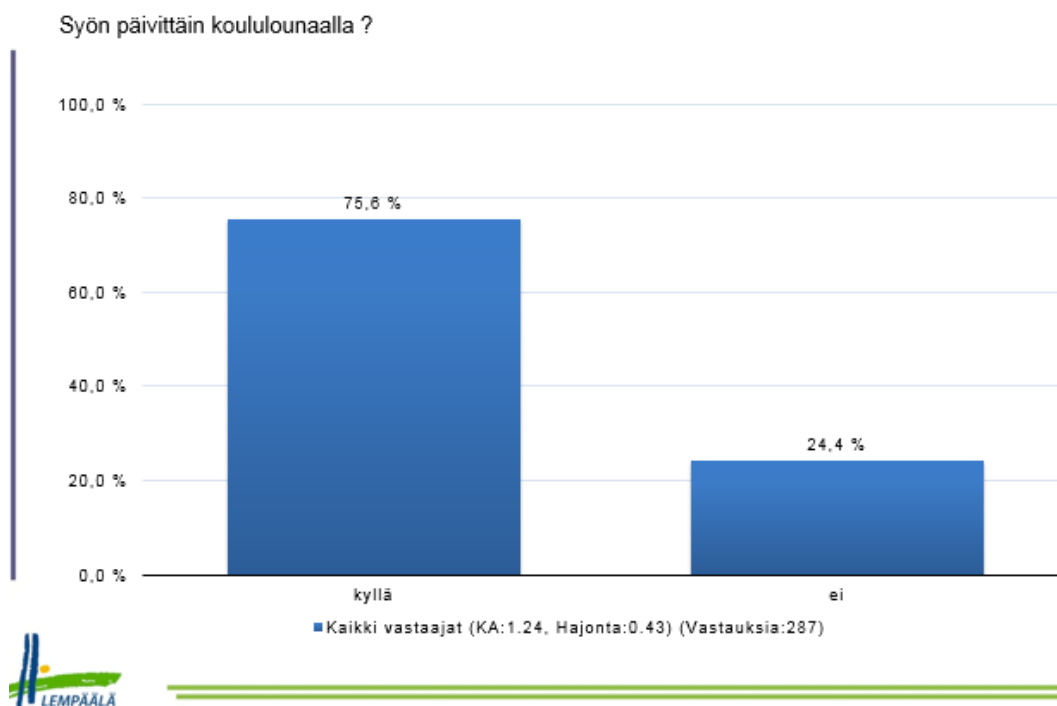


Kuvio 20. Ruokailuaktiivisuus. n=287

Laadullisessa kyselyssä havaittiin kuitenkin mielenkiintoinen seikka erityisesti kysymysasetannan tärkeydestä, mitä kritisoitiin valtakunnallisen kouluruokakyselyn yhteydessä kappaleessa 6. Tässä opinnäytetyön yhteydessä tehdystä laadullisesta kyselystä kysyttiin kahdella eri tavalla koululounasaktiivisuu-

desta. Ensimmäinen kysymys oli: ”käyn syömässä päivittäin koululounasta, lukuunottamatta kotitaloustunteja” ja samaa asiaa kysyttiin toisella tavoin: ”syön päivittäin koululounaalla”.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi



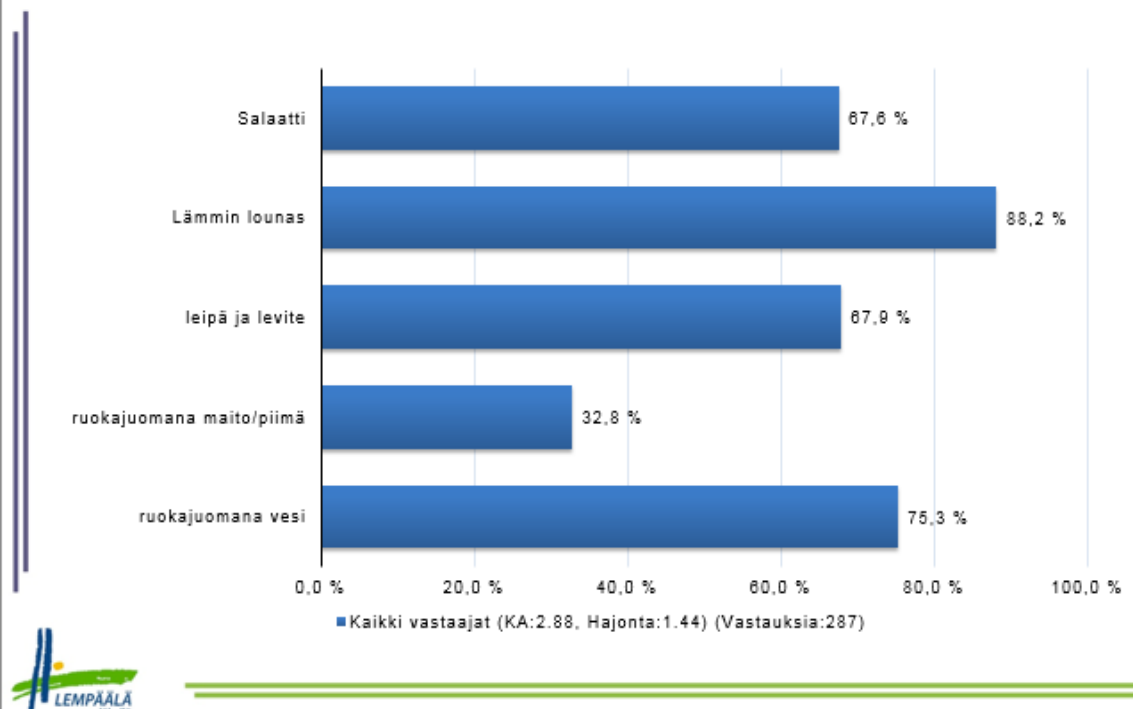
Kuvio 21. Syö päivittäin koululounaalla. n=287

Erilaisella kysymysasettelulla on merkitystä lopputulokseen koululounaan osallistumisaktiivisuuteen. Näiden kahden kysymyksen ero oli 3,5 % yksikköä.

Toisessa laadullisessa kysymyksessä pureuduttiin ateriansiini kouluruokailussa. Kyselyssä pyrittiin saamaan lisätietoa, miten oppilaat syövät eri ateriansia koululounaalla. Kuvioista 22 voidaan havaita, että lämpimän ruoan nauttimisen osuus on melko hyvällä tasolla koululounaalla. Salaattien osuus koululounaalla on melko matala ja on mielenkiintoista jatkossa seurata salaattien menekkiä pidemmällä aikavälillä, kun salaattitarjontaan on kiinnitetty jo huomiota. Tästä kyselystä voidaan nostaa esiin myös maidon kulutuksen vähentyminen koululounaalla, joka osittain ei tue ravitsemussuosittelusten täyttymistä tai ohjeistusta.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

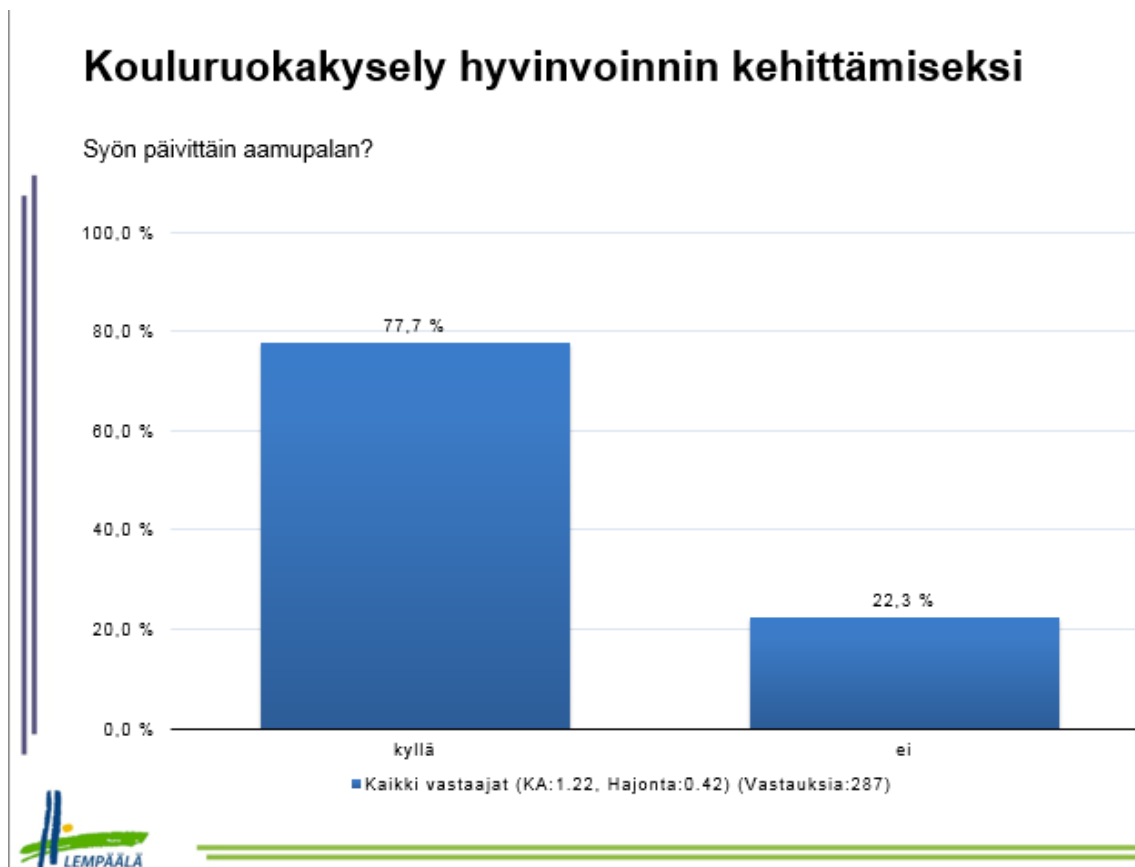
Valitse aterianosat, joita syöt koululounalla



Kuvio 22. Ateriaosat koululounaalla. n=287

Aiemmissä kouluruokakyselyn tutkimustuloksissa nousi esiin, että aamupalaa ei syö 34,3 % Lempääläistä 8.-9.-luokkalaista. (Kouluterveyskysely 2017). Tämän tutkimustuloksen puitteissa haluttiin omassa tutkimustyössä kysyä aamupalan syömisaktiivisuutta, joka oli hieman parempi kuin valtakunnallisista tuloksista esiin noussut tulos.

Kuviosta 23 voidaan todeta, että 22,3 % vastaajista jättää syömättä aamupalan kokonaan.

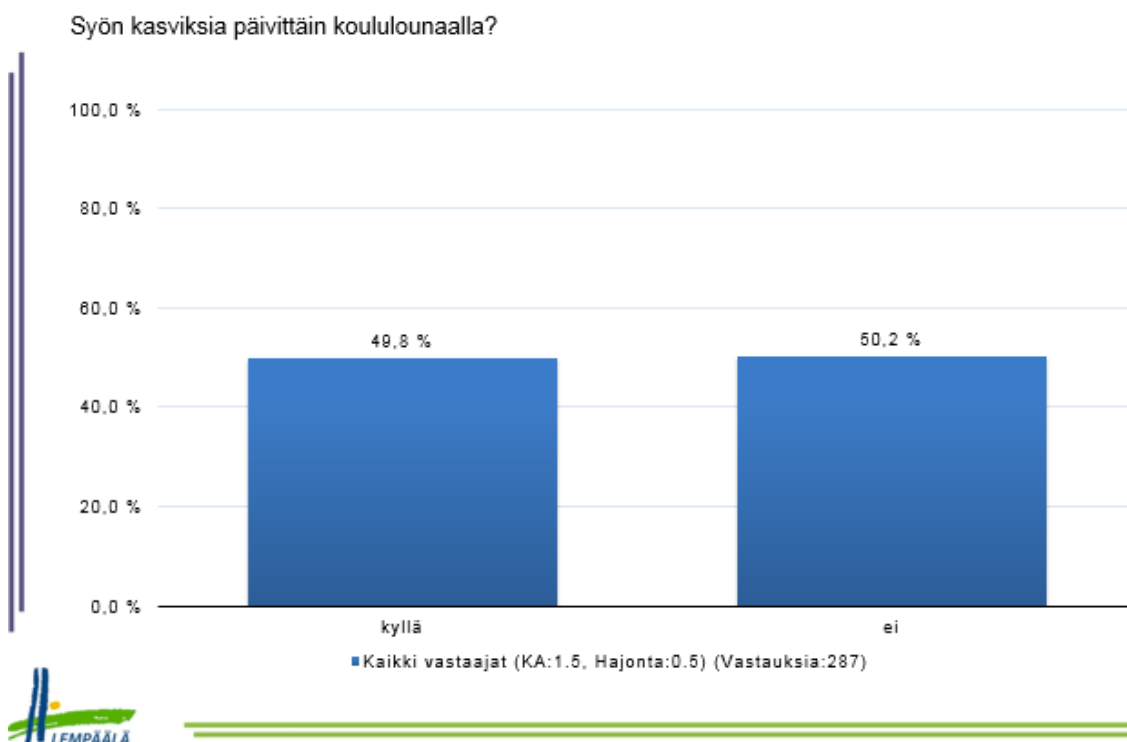


Kuvio 23. Aamupalan syömisaktiivisuus. n=287

Uudet ravitsemussuositukset ohjaavat myös enemmän käyttämään kasviksia julkisissa ruokapalveluissa hyvinvoinnin edistämiseksi sekä käytön lisäämisen kautta huomioida ja vaikuttavat ympäristöasioihin. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017,57.)

31,9 % yläkoulu ikäisistä syö salaattia päivittäin koululounaalla kouluterveyskyselyn mukaan. (Kouluterveyskysely 2017). Lempäälän kunnassa teetetyssä laadullisen kyselyn tuloksena voidaan todeta, että kasvien osuus koululounaalla on huomattavasti tämän kyselyn puitteissa lisääntynyt, sillä tulos on 49,8 % vastaajista syö päivittäin kasviksia koululounaalla (kuviokuva 24). Tulokseen osittain on vaikuttanut tarjonnan monipuolistaminen sekä salaattikomponentit. Salaattikomponenteilla tarkoitetaan tässä työssä sitä, että kaikki salaattipöydän antimet ovat erikseen tarjolla, josta asiakas voi itse kostaa haluamansa salaattiannoksen.

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

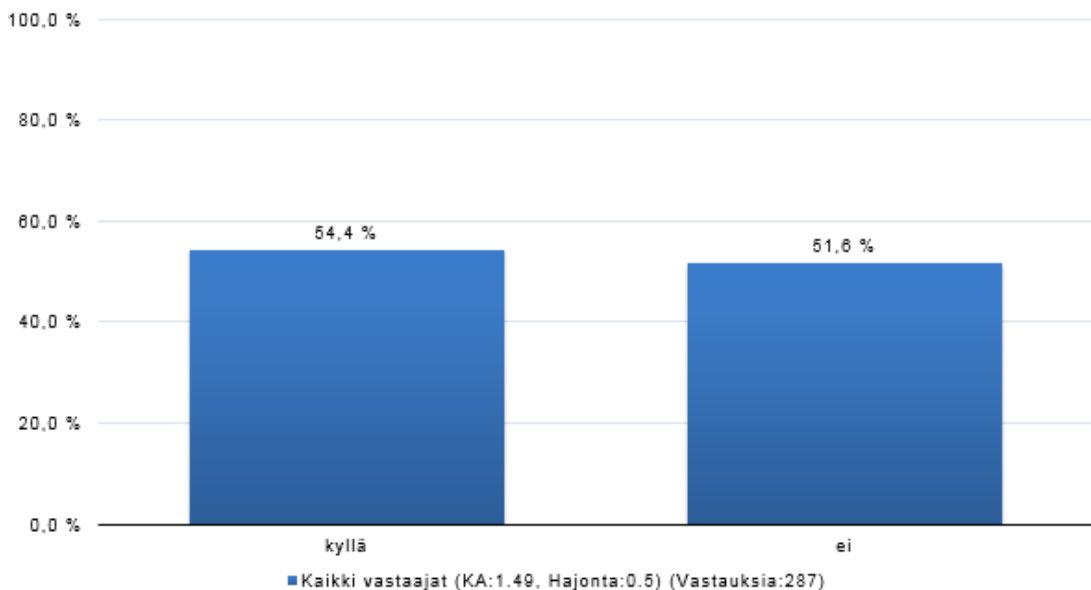


Kuvio 24. Kasvisten syönti koululounaalla. n=287

Tämän lisäksi laadullisessa kyselyssä kartoitettiin, miten oppilaat kokevat kylläisyyttä koululounan jälkeen. Vain 54,4% kokivat kylläisyyttä koululounaan jälkeen (kuviot 25). Tulos on merkittävän heikko, joka vaikuttaa kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin. Mielekiintoista on kuitenkin peilata tutkimustuloksia keskenään, jossa kuitenkin reilut 80% vastanneista oppilaista syö päivittäin lämpöisen ruoan koulussa. Tästä voimme päätellä, että annoskoko ei ole sopiva ikäkauteen tai muut aterianosat jäävät osittain nauttimatta, jolloin kylläisyyden tunne ei ole riittävä. Tulokseen voi myös vaikuttaa ruokailuajan riittämättömyys, joka ei välttämättä mahdollista ruoan lisähakemista. Tätä tulosta voidaan myös mahdollisesti peilata opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin rentouttavan lounastauon kautta, joka ilmenee taulukosta 5 s.37. Keskiarvallisesti 69,7 % oppilaista kokivat tauon olevan rentouttava, joten noin 30% kokivat tauon olevan vähemmän rentouttava (taulukko 7).

## Kouluruokakysely hyvinvoinnin kehittämiseksi

Vatsani on sopivan täynnä koululounaan jälkeen



Kuvio 25. Kylläisyys koululounaan jälkeen. n=287

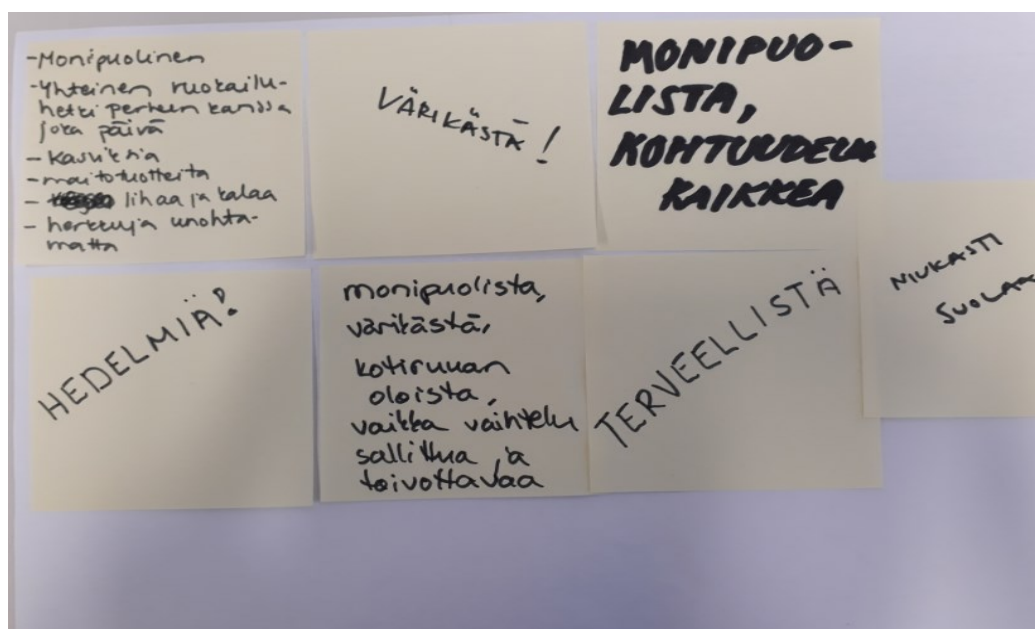
Kyselyn kohderyhmältä myös tiedusteltiin ovatko, he päässeet vaikuttamaan kouluruokailun kehittämiseen tai ovatko he kuulleet kouluruoka-agenttitoiminnasta, joka on vireillä Lempäälässä. 91,6 % ei kokenut saavansa vaikutta kouluruokailun kehittämiseen ja ainostaan 2,8% on kuullut kouluruoka-agenttitoiminnasta.

Kyselyssä myös kartoitettiin kotona tapahtuvaa ruokailua. Saatujen tulosten perusteella kotona ruokailu on vastanneiden kesken hyvällä mallilla. 90,2% oppilaista kertoi syövänsä kotona toisen lämpöisen ruoan sekä kasvien syönnin osuus kotona on 73,5% vastanneiden kesken. Samoin kyselyssä kartoitettiin iltapalaa syövien osuutta kotona ja tuloksena saatiin, että vastaajien kesken iltapalaa syö kotona 84%. Näistä tulokista voidaan päätellä, että kotona ruokailu on melko hyvässä mallissaan ottamatta kantaa lautasten laadullisiin tekijöihin.



## 7.4 Osallisuusfoorumin tutkimustulokset

Työpajasta ei esiin noussut kovin yllättäviä tuloksia tai yllättäviä näkemyksiä hyvinvoivan lapsen ravitsemuksesta, joka järjestettiin Lempoisten koululla 12.3.2019. Osallisuusfoorumin otos on huomattavan pieni vain 40 henkilöä, joka on usein myös haaste strategian täytäntöön panemisen suhteen osallisuuden näkökulmasta katsottuna. Osallistamiskulttuuri ja strategiatyön hedelmä kantaa pidemmällä aikavälillä parempia tuloksia, kun kuntalaiset oivaltavat vaikuttamisen mahdollisuuden käytäntöön. Tuloksista, jotka näkyvät kuviossa 26. voidaan todeta, että hyvinvoivan lapsen ravitsemus koostuu värikkästä ja monipuolisesta lautasesta. Tuloksista voidaan myös nähdä, että terveellinen ruokavalio on tasapainoin, johon kuuluu kaikkia ruoka-aineita.



Kuvio 26. Hyvinvoivan lapsen ravitsemus. Osallisuusfoorumi 12.3.2019

Osallisuusfoorumissa kohdennettiin myös lapsille oma työpajaosuus, jossa heitä pyydettiin askartelemaan lehtileikkeistä tulevaisuuden kouluruoka. Työpajan tuloksista voidaan havaita pienestä otoksesta huolimatta, että lapset kokevat tai toivoisivat tulevaisuuden kouluruoan olevan melko herkutteluun painiotteista ja erityisesti niin sanottua pika- tai välipalatyypistä. Otoksen ollessa näin pieni ei voida päätellä pitkälle meneviä johtopäätöksiä, mutta pieni otanta on suuntaa antava. Isomman otannon ja tutkimuksen kannalta olisi kannattavaa

tehdä työpaja uudelleen, jotta suuremman otannan kautta saatettaisiin saada yksi kriittinen tekijä nostettua esiin hyvinvointityön parissa.



Kuvio 27. Tulevaisuuden kouluruoka. Osallisuusfoorumi 12.3.2019

## 7.5 Haastattelu - alueellinen hyvinvointityö ja johtaminen

1. Kerro roolisi hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön osalta?

Opinnäytetyössä tehtiin yhteishaastattelu 29.4 klo 12 Tampereen virastotalolla- Mika Vuorelle, joka toimii Tampereen kaupungilla suunnittelupäällikkönä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen parissa sekä Johanna Riipalle, joka toimii Tampereen kaupungilla hyvinvointikoordinaattorina. Molemmat henkilöt toimivat alueellisessa hyvinvointityöryhmässä. Tampereen seudulla.

2. Mihin tekijöihin on mielestäsi keskeisesti kiinnitettävä huomiota hyvinvoinnin johtamisessa?

Hyvinvoinnin johtamisessa tulee kiinnittää huomiota johdon sitoutumiseen hyvinvointityö edistämiseksi. Tämä sitoutuminen edellyttää vahvaa substanssiosaamista, jotta eri tasot tulevat huomioiduksi. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

vaatii kokonaisvaltaista suunnitelmallisuutta, jotta voidaan kehittää alueellista yhdenvertaisuutta hyvinvointityön parissa. Tästä voidaan johtaa kaupunki- ja kuntatasolla suunnitelmat, jotka tukisivat alueellista yhdenvertaisuutta.

Hyvinvoinnin- ja terveyden edistämisen kannalta haastattelussa ilmeni, että valtion oikeanlainen tuki ja rakenteet edistävät parhaiten hyvinvointityön johtamista strategisesti. Ennen terveyden- ja hyvinvoinnin johtamistyössä oli neuvottelukunta, jolloin työ oli koordinoitumpaa ja huomioi paikallista vaikuttavuutta paremmin ja tämä tuki tarvittaisiin edelleen hyvinvoinnin johtamistyössä, toteaa Vuori.

3. Mitkä ovat tulevaisuuden haasteet ja näkymät Hyvinvoinnin- ja terveyden edistämisessä ja miten jatketaan hyvinvointityötä eteenpäin?

Tulevaisuuden trendit ohjaavat tulevaisuuden hyvinvointityönä. Ajureina toimivat ilmastoasiat ja trendit. Hyvinvointityön rakenteet nousevat esiin haasteiden kautta, jotka esimerkiksi ovat ikääntyminen, digilisaatio, terveelliset valinnat ja ilmastomuutokset.

Hyvinvointityötä tulee jatkaa Tampereen kaupunkiseudulla alueellisesti, sillä kaupunginosat ovat erilaisia ja eri kaupunginosista nousee erilaisia haasteita kunta- ja alueellisten hyvinvoinnista. Eriarvoisuus on kasvanut, johon tulee hyvinvoinnin johtamisessa kiinnittää huomiota.

## 8 TULOSTEN TARKASTELU

### 8.1 Varhaiskasvatus 9kk- 5.v

Varhaiskasvatukseen tehtyjä tutkimustuloksia ei voida tässä vaiheessa hyödyntää kovinkaan mittavasti tulosten analysointiin, koska vastaajamäärä oli alhainen. Tuloksista voidaan päätellä kuitenkin, että pääsääntöisesti isommat lapset saavat ottaa varhaiskasvatuksen yksiköissä ruokansa itse. Varhaiskasvatustilain (11/2018) mukaan tämä toimintatapa tukee ikäkauden toimintaedellytyksiä.

Tutkimuksesta nousi esiin myös, että ohjatussa ympäristössä ja viihtyisässä ympäristössä ruokailuaktiivisuus on hyvällä tasolla ja lapset syövät pääsääntöisesti lounaan. Tutkimustulokset antavat suuntaviivan siellä, että varhaiskasvatussuunnitelma toteutuu melko hyvin varhaiskasvatuksen yksiköissä ja ruokakasvatusta toteutetaan suunnitelman mukaan. Varhaiskasvatussuunnitelmassa painotetaan ruokahetkien viihtyisyyttä, ruokarauhaa ja omatoimista ruokailua ikäkauteen sopivalla tavalla (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 40).

Osallisuus nousi yhdeksi tärkeäksi tekijäksi tutkimusta suunniteltaessa ja toteutettaessa toiminnallista ruokakasvatusta. Osallisuus on osa hyvinvointia ja kuntalaki velvoittaa, että palveluiden käyttäjille mahdollistetaan palveluiden suunnittelu yhteistyössä kunnan toimijoiden kanssa (Kuntalaki).

Kuntastrategia ohjaa kuntalain toteutumista, missä on huomioitu kuntalaisten osallisuus. Lempäälän Kuntastrategiassa osallisuutta toteutetaan erilaisilla osallisuusfoorumeilla tai kuntalaistilaisuuksilla, joita järjestetään eri palvelualueilla suunnitellusti. ( Lempäälän kunta Strategia 2017, 3-6.) Hyvänä esimerkkinä strategian toteuttamisesta on toiminnallinen ruokakasvatus, joka tukee myös poikkihallinnollista yhteistyötä kuntalaisten osallistamisen lisäksi.

Tämä tutkimustyö on tehty varta vasten tulevaisuuteen peilaten ja huomioiden varhaiskasvatuksen tavoitteet ruokakasvatuksen piirissä, joista kerrottiin alakapaleessa 4.2.2.

Varhaiskasvatuksen tavoitteet ovat pitkälti johdettu kunnan hyvinvointikertomuksen pohjalta. Lempäälän hyvinvointikertomuksessa yhtenä seurattavana tekijänä on sapere ruoanvalmistus varhaiskasvatussyksiköissä (Lempäälän hyvinvointikertomus 2018.)

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta keskeiseksi tavoitteeksi nostetaan lasten terveellisten ravitsemustottumusten panostamisen ja syömispuolmien selättäminen muun muassa ravitsemusohjauksella, toiminnallisella ruokakasvatuksella osana sapere-toimintaa.

Kriittiset tekijät tukevat tavoitteiden saavuttamista ja vaatii pitkäjänteistä työtä hyvinvoinnin- ja terveyden edistämisen saralla. Varhaiskasvatuksen kriittisiksi tekijöiksi nostettiin seuraavat asiat:

- ✓ Ruokakasvatus yhteistyössä/ sapere ja toiminnallinen ruokakasvatus
- ✓ Lasten osallisuus, onko ruoka maistuvaa
- ✓ Ruokailuhetki on monipuolisten makutottumuksia tukeva

Varhaiskasvatuksen asiakastyytyväisyyskyselyn ja ruokakasvatuksen edistämistyön kautta saadaan mittarit varhaiskasvatuksen hyvinvointimatriisiin. Mittareina ovat saperen ja toiminnallisen ruokakasvatuksen % osuus toimintapäivistä ja osallisuuden näkökulmasta ruoan maittavuus ja ruokahetken tunnelma kannustava. Nämä mittaavat ravitsemuksellista laatua ja oppimista uusista makutottumuksista.

## **8.2 Opetuspalvelut 4.-5. luokat**

Laadullisen kyselyn tutkimustulosten kautta voidaan päätellä, että alakouluikäiset käyvät päivittäin koululounaalla melko aktiivisesti syömässä (kuvio 10). Kyselyn avulla ei pystytä selvittämään, kuinka paljon oppilaat syövät. Alakouluissa ruokailu on ohjattua, joka vaikuttaa ruokailuaktiivisuuteen.

Tuloksista nousee esiin, että lounaalla tarjottavia aterianosia ei oteta tasaisesti (kuvio 11). Erityisesti voidaan kiinnittää huomiota kasvisten menekkiin kouluruokailussa, joka tulosten perusteella nousee yhdeksi kehittämiskohteeksi. Noin puolet 4.-5. luokkalaisista nauttii kasviksia Lempäälässä koululounaalla (THL 2017e). Omassa laadullisessa kyselyssä tutkimustulos oli parempi, joka on nähtävissä taulukosta 12.

Huomioiden valtakunnalliset ravitsemussuositukset, jotka pyrkivät ohjaamaan kasvisten käytön lisäämistä julkisissa ruokapalveluissa (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 56). Voidaan näiden tulosten perusteella nostaa esiin, että hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kannalta on tärkeitä kiinnittää huomiota kasvisten käytön mahdollistamiseen ja lisäämiseen koululounaalla. Ruokapalveluilla on merkittävä osa kansanravitsemuksellisesti ohjata ja kannustaa hyviin ravitsemuksellisiin valintoihin, vaikka ne perustuvat yleisesti yksilön omiin näkemyksiin ja valintoihin (Maa- ja Metsätalousministeriö 2013,46).

Opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin keskeisimmät tulokset ovat nähtävissä taulukossa 7. Tuloksista voidaan esiin nostaa ruokatilojen viihtyisyys, joka olennaisesti vaikuttaa hyvinvoinnin tunteeseen oppilaiden keskuudessa. Hyvinvointi useasti mielletään, niin että pyritään turvaamaan elämän hyviä asioita, mutta ei tule unohtaa ympäristön vaikutusta myös hyvinvoinnin tunteeseen, jossa palvelut ja tilat tukevat kuntalaista (Niemelä 2010, 25–35).

Analysoitaessa tutkimustuloksia voidaan todeta, että yksi tärkeä tekijä nousee esiin tutkimustuloksista, joka on yksi tärkeä kehittämiskohde jatkotoimenpiteinä. Osallistaminen kouluruokailun kehittämiseen. Osallisuus on osa hyvinvointia ja kuntalaki velvoittaa, että palveluiden käyttäjille mahdollistetaan palveluiden suunnittelu yhteistyössä kunnan toimijoiden kanssa (Kuntalaki).

Opetussuunnitelma jo itsessään tukee kuntalain puitteissa tulevaa velvoitetta, mutta ruokapalveluntuottajana on tärkeitä tuottaa asiakaslähtöistä palvelua, jossa asiakasta kuunnellaan ja asiakas otetaan mukaan palvelumuotoiluun, jolla voidaan vaikuttaa palvelun arvoon (Rintamäki & Tienhaara N.d).

Tutkimustuloksista, jotka toteutettiin kyselyllä ( Liite 3.) voidaan havainnoida , että oppilaat kokevat, että he eivät tule kylläiseksi koululounaan jälkeen. Tähän tulokseen voi vaikuttaa se, että annoskoko ei ole sopiva ikäkauteen tai muut aterianosat jäävät osittain nauttimatta, jolloin kylläisyyden tunne ei ole riittävä. Tulokseen voi myös vaikuttaa ruokailuajan riittämättömyys, joka ei välttämättä mahdollista ruoan lisähakemista. Osittain myös kylläisyyden tunteeseen voi vaikuttaa ateriarytmin epätasaisuus. Kyselyssä kartoitettiin kotona tapahtuvaa ruokailua, joka osoittauti melko hyvälle tasolle esimerkiksi päivällisen osalta vaikka kyselyssä ei kartoitettu kovinkaan paljoa laadullisia tekijöitä.

Opetuspalveluiden tavoitteet ovat pitkälti johdettu kouluterveyskyselyn taustamateriaalista sekä Lempäälän koulujen hyvinvointiprofiilista ja toteutetusta laadullisesta kyselystä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta keskeiseksi tavoitteeksi nostetaan monipuolinen ja energiatarpeen täyttävä ateria alakouluissa. Tavoitteissa otetaan huomioon myös kodin roolin merkitys kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja valistamistyön kannalta, joka edesauttaa strategista johtamista hyvinvointi työssä.

Alakouluissa kriittisiksi tekijöiksi nostetaan tutkimustulosten pohjalta seuraavat seikat:

- ✓ Ottaa kaikkia aterianosia kouluruokailussa
- ✓ kylläinen kouluruokailun jälkeen
- ✓ Käy syömässä koululounaan
- ✓ saa osallistua kouluruokailun kehittämiseen
- ✓ syö kasviksia päivittäin
- ✓ ruokarytmi on säännöllinen (aamupala, lounas välipala, päivällinen, iltapala)
- ✓ Syö aamupalan
- ✓ saa ruokailla rauhassa

### 8.3 Opetuspalvelut 8.-9. luokat

Kyselyn (Liite 4) tutkimustulosten kautta voidaan päätellä, että yläkouluikäiset käyvät päivittäin koululounaalla melko aktiivisesti syömässä toisin kuin valtakunnalliset kouluterveyskyselyt osoittivat. Osittain tutkimustulokseen voi vaikuttaa tarkennettu kysymys, joka huomioi koulun arjen paremmin. Ruokailuaktiivisuus ei kuitenkaan ole riittävällä tasolla vaan siihen tulee erityisesti kiinnittää huomiota jatkossa.

Yläkoulun 8.-9. luokkalaisten tuloksista nousee esiin myös, että lounaalla tarjottavia aterianosia ei oteta tasaisesti (kuvio 22). Erityisesti voidaan kiinnittää huomiota kasvien menekkiin kouluruokailussa, joka tulosten perusteella nousee yhdeksi kehittämiskohteeksi (kuvio24). Noin 40 % 8.-9. luokkalaisista nauttii kasviksia Lempäälässä koululounaalla (THL 2017e). Omassa laadullisessa kyselyssä tutkimustulos oli hieman parempi, joka on nähtävissä kuviosta 24.

Huomioiden valtakunnalliset ravitsemussuositukset, jotka pyrkivät ohjaamaan kasvien käytön lisäämistä julkisissa ruokapalveluissa (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 56). Voidaan näiden tulosten perusteella nostaa esiin, että hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kannalta on tärkeitä kiinnittää huomiota kasvien käytön mahdollistamiseen ja lisäämiseen koululounaalla. Ruokapalveluilla on merkittävä osa kansanravitsemuksellisesti ohjata ja kannustaa hyviin ravitsemuksellisiin valintoihin vaikka ne perustuvat yleisesti yksilön omiin näkemyksiin ja valintoihin. ( Maa- ja Metsätalousministeriö 2013,46.)

Opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin keskeisimmät tulokset ovat nähtävissä taulukossa 7. Tuloksista voidaan esiin nostaa ruokatilojen viihtyisyys, joka olennaisesti vaikuttaa hyvinvoinnin tunteeseen oppilaiden keskuudessa. Hyvinvointi useasti mielletään, niin että pyritään turvaamaan elämän hyviä asioita, mutta ei tule unohtaa ympäristön vaikutusta myös hyvinvoinnin tunteeseen, jossa palvelut ja tilat tukevat kuntalaista (Niemelä 2010, 25–35).

Analysoitaessa tutkimustuloksia voidaan todeta, että yksi tärkeä tekijä nousee esiin tutkimustuloksista, joka on yksi tärkeä kehittämiskohde jatkotoimenpiteinä.



Osallistaminen kouluruokailun kehittämiseen. Osallisuus on osa hyvinvointia ja kuntalaki velvoittaa, että palveluiden käyttäjille mahdollistetaan palveluiden suunnittelu yhteistyössä kunnan toimijoiden kanssa (Kuntalaki).

Opetussuunnitelma jo itsessään tukee kuntalain puitteissa tulevaa velvoitetta, mutta ruokapalveluntuottajana on tärkeätä tuottaa asiakaslähtöistä palvelua, jossa asiakasta kuunnellaan ja asiakas otetaan mukaan palvelumuotoiluun, jolla voidaan vaikuttaa palvelun arvoon (Rintamäki & Tienhaara).

Kouluterveyskyselyn ja oman laadullisen kyselyn tutkimustuloksista tulee esiin, että aamupalan syömisaktiivisuus vähenee huomattavasti saavutettaessa yläkouluin. Tähän varmasti vaikuttaa itsemääräämisoikeuden lisääntyminen lapsen kasvaessa. Elinolosuhteet myös muuttuvat iän karttuessa ja kotitalouksien resurssit vaikuttavat, miten elinympäristöä hyödynnetään (Saari 2011, 260–262).

Opetuspalveluiden tavoitteet ovat pitkälti johdettu kouluterveyskyselyn taustamateriaalista sekä Lempäälän koulujen hyvinvointiprofiilista ja toteutetusta laadullisesta kyselystä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta keskeiseksi tavoitteeksi nostetaan monipuolinen ja energiatarpeen täyttävä ateria yläkouluissa. Tavoitteissa otetaan huomioon myös kodin roolin merkitys kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja valistamistyön kannalta, joka edesauttaa strategista johtamista hyvinvointi työssä.

Yläkoulussa kriittisiksi tekijöiksi nostetaan materiaalin pohjalta seuraavat seikat:

- ✓ ottaa kaikkia aterianosia
- ✓ kylläinen kouluruokailun jälkeen
- ✓ käy syömässä päivittäin koululounaan, lukuunottamatta kotitaloustunteja
- ✓ saa osallistua kouluruokailun kehittämiseen
- ✓ syö päivittäin koululounaan lisäksi lämpöisen ruoan kotona
- ✓ syö kasviksia päivittäin
- ✓ ruokarytmi säännöllinen (aamupala, lounas välipala, päivällinen, iltapala)
- ✓ Syö aamupalan

Varhaiskasvatuksen ja opetuspalveluiden kriittiset tekijät tutkimustulosten perusteella esitetään taulukossa 25, sivulla 80 josta nähdään tavoitteet ja mittarit ravitsemuksen osalta.

#### 8.4 Osallisuusfoorumi

Lempoisten koululla järjestetystä työpajasta 12.3.2019 voidaan havaita pienestä otoksesta huolimatta seuraavia tuloksia: lapset kokevat tai toivoisivat tulevaisuuden kouluruoan olevan melko herkutteluun painiotteista ja erityisesti niin saottua pika- tai välipalatyypistä. Otoksen ollessa näin pieni ei voida päätellä pitkälle meneviä johtopäätöksiä, mutta pieni otanta on suuntaa antava. Isomman otannan ja tutkimuksen kannalta olisi kannattavaa tehdä työpaja uudelleen, jotta suuremman otannan kautta saatettaisiin saada yksi kriittinen tekijä nostettua esiin hyvinvointityön parissa.

Täysin ei voi välttää tekemästä johtopäätöksiä otannasta. Otannassa on havaittavissa, että välipalakulttuuri on huomattavasti nostanut koululaisten keskuudessa suosiotaan. Välipalakulttuuri voi vaikuttaa ylipainon kehittymiseen nuorten keskuudessa, johon tulisi kiinnittää huomiota ja ennaltaehkäistä ruokarytmin parannuksella sekä kehittämällä koteihin suunnattua viestintää ravitsemuksesta tai mahdollisesti tehdä matalan kynnyksen palveluita kuntiin, joka parantaisi avun saantia nopeammin. Matalan kynnyksen palvelu voi olla kunnan eri toimijoiden yhteistyötä, jossa pureudutaan jo riittävän varhain tai annetaan mahdollisuus jo ilman lääkärin lähetettä ohjautua esimerkiksi ravitsemusterapeutin vastaanotolle tai vastaavasti liikuntaneuvojan luokse tai heidän yhteisvastaanotolle. Tämä tukisi ennaltaehkäisevää työtä, joka vaatii resurssia, mutta pidemmällä aikavälillä resurssin käyttö voidaan huomata sairaanhoidon alentuviissa mak-suissa kuntatasolla.

Varhaiskasvatuksen ja opetuspalveluiden kriittiset tekijät tutkimustulosten perusteella esitetään taulukossa 25, josta nähdään tavoitteet ja mittarit ravitsemuksen osalta. Varhaiskasvatuksen otanta on hyvin pieni, joten sen tiimoilta tuloksia ei saada matriisiin riittävällä tasolla, mutta tämän tutkimustyön kautta saadaan luo-

tua tutkimuksen toistettavuus ja toteutus samoilla menetelmillä ja saman aineiston käyttöä, jonka Saarikin (2011) nosti esiin kirjoittamassaan kirjassaan, johon viitattiin luvussa 3.1.

## 9 HYVINVOINTIMATRIISIN TAUSTATEKIJÄT

### 9.1 Indikaattori ja hyvinvointimatriisin rakenne

Lempäälän hyvinvointimatriisin indikaattori on kvantitatiivinen. Indikaattori on rakennettu, niin että se antaa numeerisen tuloksen, mutta indikaattorin tietoja täydennetään tulkinnalla. Indikaattoreilla voidaan kuvata tämän hetkistä tilannetta. Toistettaessa tutkimusta samalla asetelmalla ja hyödyntäen samoja menetelmiä sekä aineistoa voidaan seurata toimenpiteiden vaikutusta. ( Saari 2011, 12.)

Indikaattorit ja tutkimuksen toistettavuus sekä hyvinvointimittarit ovat keskeisessä asemassa, koska näillä pystytään ohjaamaan päätöksen tekoa hyvinvoinnin edistämisen suhteen.( THL 2018a). Hyvinvointimittarit toimivat raportoinnin välineenä, millä voidaan kiinnittää asiantuntijoiden huomio uusille alueille, missä voidaan edistää kehitystä hyvinvoinnin suhteen (Saari 2011, 236–239). Hyvinvointimittareiden käyttöönotto tukee myös vahvasti Lempäälän kunnan strategisia toimenpiteitä.

Hyvinvointimatriisin indikaattori on rakennettu kymmenen pisteiseksi, jonka jokaiselle pisteelle on annettu prosentuaalinen osuus. 70 % tai yli 70 %, saa 0 pistettä. 90 % tai yli 90 %, saa 10 pistettä.

Tutkimustuloksista saadaan prosentuaalinen tulos jokaisesta kysymyksestä erikseen. Esimerkiksi tutkimustyönä tehty laadullinen kysely, jossa kysyttiin seuraavaa kysymystä: ” ottaa kaikkia ateriaosia”. Tutkimustulos oli, että 79,1 % yläkouluista ottaa kaikkia ateriaosia koululounaalla. Kysymyksen prosentuaalinen osuus on 79,1 %, jolloin siitä saa taulukon mukaan 4 pistettä (Taulukko 9) Tämä pisteluku (4) kerrotaan painoarvolla ( $4 \cdot 17 = 68$  pistettä). Tällöin saadaan pistetulos, joka lasketaan jokaisesta kysymyksestä erikseen.

Painoarvot on määritelty asiakasmäärän mukaisesti. Tämän hetkiset asiakkaat ovat esitetty taulukossa 8. eri asiakassegmentein. Nämä tiedot tulee vuosittain päivittää excel- tiedostoon, joka laskee automaattisesti painoarvoprosentin, kun asiakasmäärä päivitetään.

Painoarvo on laskettu seuraavasti asiakasmäärä/ kokonaisasiakasmäärällä\*100= painoarvo %

Taulukko 8. Painoarvoprosentti

Asiakkaat	Asiakasmäärä	painoarvo%
<b>varhaiskasvatus</b>	1020	15,68
<b>alakoulu</b>	2782	43
<b>yläkoulu</b>	1076	16,54
<b>iäkkäät</b>	76	1,17
<b>Sairaalan asiakkaat</b>	51	0,78
<b>työikäiset</b>	1500	23,06
<b>yhteismäärä</b>	6505	

Taulukosta 8 voidaan havaita, että tällä hetkellä suurin painoarvoprosentti on alakoululaisissa ja toiseksi nousee työikäiset. Tämä suunta on paikkansa pitävä, sillä Lempäälän kunta on muuttovoittoinen 2 % vuosittaisella kasvulla, ja asukkaat ovat yleisesti lapsiperheitä.

Kokonaispisteet voivat olla yhteensä 4620 saatujen kysymysten pisteytyksen yhteissumman jälkeen. Kokonaispisteet saadaan pisteytys\* painoarvo ja jokaisen pisteen yhteissumma. Taulukossa 9 on havainnollistettu tämä ja taulukko toimii kaavojen avulla. Jokaisella asiakasryhmällä on oma excel- taulukko, joka laskee kaavojen avulla saatujen tulosten perusteella tarvittavat tiedot matriisiin.

Asiakasryhmäkohtaisilla mittareilla seurataan tavoitteiden toteuttamista. Jokaisen mittarin vuosittainen pistearvo vaikuttaa hyvinvointimatriisin kokonaistulokseen, joka muodostuu painoarvoilla kerrotuista pistearvoista.

Taulukko 9. Otanta hyvinvointimatriisin excel- taulukosta 8.-9.lk

pisteitys	painoarvo		yhteispisteet	*Ottaa kaikkia aterianosia	* olen kylläinen koulun ruoan jälkeen
	%osuus	%osuus			
	Lempäälän kunta/ Hyvinvointimatriisi				
	Opetuspalvelu/ Yläkoulu				
	%osuus	%osuus	painoarvo		
10		90	17	900	
9		88	17	792	
8		86	17	688	
7		84	17	588	
6		82	17	492	
5		80	17	400	
4		78	17	312	68
3		76	17	228	
2		74	17	148	
1		72	17	72	
0		70	17	0	0
	>70%	0	17		
Pistearvot				68	0
Pisteet					
%osuus				79,1 %	54,4 %
2019 tulos				78	70
kokonaistulos	408				
kokonaispisteet	4620				

Excel- taulukko on rakennettu huomioimaan suurempi otanta eli kokonaisasiakasvolyymi. Tässä tutkimuksessa tehty kysely tehtiin 4.-5. ja 8.-9 luokanasteille ja tulosten analysointi vaiheessa sekä matriisia rakentaessa havaittiin, että otanta ei tue täysin tutkimusta.

Mittareiden pistearvot saadaan jatkossa varhaiskasvatuksessa toiminnallisesta ruokakasvatuksen toteutustilaisuuksista. Opetuspalveluissa tulokset saadaan valtakunnallisesta kouluterveyskyselystä omana tehtävä laadullisista kyselyistä sekä opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilista, joka toteutetaan joka vuosi.

Tutkimuksen jatkotyöskentelystä tulee sopia opetuspalveluiden kanssa, miten saadaan ajoitettua tulevaisuudessa kyselyt koulujen arkeen, jotta saadaan kattavan vastausprosentin ja jatkossa arvioitua toimenpiteiden vaikuttavuutta pidemmällä aikavälillä. Toiminnan tulee olla siis systemaattista, jotta matriisi toimii jatkossa kattavana raportoinnin työvälineenä sekä terveydenedistämisen johtamisen työkaluna.

Hyvinvointimatriisin tietojen tallentaminen tapahtuu ruokapalvelun toimesta, joita käsitellään ruokapalvelun hallinnon kanssa, joissa keskeisessä roolissa on ravitsemusterapeutti. Hyvinvointimatriisin vuosittaiset tulokset raportoidaan kunnan hyvinvointityöryhmälle sekä kunnan hyvinvointikertomukseen.

Taulukossa 10. on Lempäälän kunnan hyvinvointimatriisi. Opinnäytetyössä tutkimus toteutettiin varhaiskasvatukseen ja opetuspalveluihin. Matriisissa on nähtävissä asiakasryhmät ja jokaisen asiakasryhmän tavoitteet terveyden edistämisen suhteen sekä opinnäytetyön tutkimustuloksista nousseet kriittiset tai tarkasteltavat tekijät ravitsemuksen osalta, jotka vaikuttavat asiakkaiden kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Matriisissa on esitelty vuoden 2019 tulokset, jotka ovat esiintyneet opinnäytetyön edetessä tulosten tarkasteluun.

Taulukko 10. Hyvinvointimatriisin taustatekijät

Asiakasryhmä	Tavoite	Kriittiset tekijät	Mittari	Tulos 2019
Varhaiskasvatus 9kk-5V	*Lasten terveellisten ravitsemustottumusten syntymiseen panostetaan * syömispulmia selätetään	*Ruokakasvatus yhteistyössä/sapere yms.	% osuus, sapere ruoanvalmistus tms.	ei tulosta
		*Lasten osallisuus, onko ruoka maistuvaa	% osuus söitkö ruokasi	91 %
			% osuus, otin ruoan itse	87 %
		*Ruokailuhetki on monipuolisten makutottumuksia tukeva	% osuus mukava ruokahetki	93 %
Alakoululaiset 4.-5.lk.	Monipuolinen ja energiatarpeen täyttävä ateria, ruokarytmiä parannetaan.	*Otan kaikkia aterianosia	% osuus alakoululaisista	20 %
		* olen kylläinen kouluruoan jälkeen	% osuus alakoululaisista	76,4 %
		*syö päivittäisten lämpöisten aterioiden syöminen	% osuus alakoululaisista	98,1 %
		* syön kasviksia päivittäin koulussa	% osuus alakoululaisista	79,2 %
		* ruokarytmi	% osuus alakoululaisista (ka)	93,9 %
		*syö aamupalan	% osuus alakoululaisista	91,5 %
		*saan ruokailla rauhassa	% osuus alakoululaisista	91,5 %
		*ruokasali on viihtyisä (* opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin tulos)	% osuus alakoululaisista	73 %
		* saan osallistua kouluruokailun kehittämiseen	% osuus alakoululaisista	36,8 %
Yläkoululaiset 8.-9.lk.	Monipuolinen ja energiatarpeen täyttävä ateria	*Otaa kaikkia aterianosia	% osuus yläkoululaisista	79,1 %
		* olen kylläinen kouluruoan jälkeen	% osuus yläkoululaista	54,5 %
		* käy syömässä päivittäin, luukunottamatta kotitaloustunteja	%, osuus yläkouluisista	75,6 %
		*syön lämpöisen ruoan kotona	% osuus yläkoululaista	90,9 %
		*syö kasviksia päivittäin koulussa	% osuus yläkoululaista	49,8 %
		* ruokarytmi	% osuus yläkoululaista (ka)	84, % %
		*syö aamupalan	% osuus yläkoululaisista	77,7 %
		* saan osallistua kouluruokailun kehittämiseen	% osuus yläkoululaista	8,4 %

- Tulokset matriisiin on tullut laadullisesta kyselystä, paitsi kysymys ruokasalin viihtyisyydestä, joka on nostettu esiin opetuspalveluiden hyvinvointiprofiilin tuloksista.



## 10 POHDINTA

### 10.1 Tutkimustyön tarkastelua

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä Lempäälän kunnan ruokapalveluun hyvinvointimatriisi. Hyvinvointimatriisin tarkoituksena on antaa tietoa kuntalaisten ja tässä opinnäytetyössä varhaiskasvatuksen ja koululaisten ravitsemuksen kriittisistä tekijöistä, jotka saattavat estää hyvinvoinnin kokemusta ja toteutumista. Hyvinvointimatriisi on mittari, jolla voidaan seurata erilaisten toimenpiteiden vaikutusta asiakasryhmiin. Erilaisten mittareiden tekeminen on koettu tärkeäksi seurannan välineeksi Lempäälän kunnassa ja niiden käyttö on suositeltavaa. Tämä hyvinvointimatriisi toimii hyvänä strategisena mittarina ja työkaluna vastata tähän tarpeeseen.

Hyvinvoinnin- ja terveyden edistämistyö on kuntien velvollisuus ja sitä ohjataan laatusuosituksilla (STM2008). Tämän lisäksi hyvinvointityötä ohjataan erilaisilla muilla ohjelmilla, jotta terveyserot kaventuivat kuntalaisten kesken. Kunnilla on kokonaisvastuu terveyden - ja hyvinvoinnin edistämisestä sekä terveyserojen kaventumisesta osallistamalla kuntalaiset palvelujen arviointiin ja kehittämiseen. (Kuntalaki).

Opinnäytetyön yhtenä taustatutkimusmateriaalina käytettiin muun muassa valtakunnallista kouluterveyskyselyä (THL 2017e). Huomioiden ruokapalvelun arjen työntekijäkokemukset sekä ruokapalvelun oman seurannan ruokailuaktiivisuudesta (kuvio 6), halusin selvittää miten kysymysasetanta vaikuttaa vastausten sisältöön. Henkilökohtaisesti koin kouluterveyskyselyn (THL 2017e) kysymysasetannan olevan johdatteleva tai epätarkka.

Opinnäytetyössä tein laadullisen kyselyn, joka vastasi samaa ikäluokkajakaumaa, kuin valtakunnallisessa kouluterveyskyselyssä. Laadullisessa kyselyssä pyrittiin tekemään kysymykset kohderyhmälle ymmärrettäväksi ja huomioimaan kouluarjen vaikutus ruokailuaktiivisuuteen sekä saada tutkimuksesta lisätietoa koululaisten ravitsemuksen tasosta ja siihen vaikuttavista tekijöistä.

Laadullisesta tutkimustyöstä nousi esiin melko samanlaiset ravitsemuksen kriittiset tekijät, jotka nousivat esiin myös taustatutkimusaineistosta. Tulokset omassa laadullisessa kyselyssä kuitenkin olivat paremmat, kuin valtakunnallisen koulu-terveyskyselyn tutkimustulokset olivat vuonna 2017.

Tutkimustuloksista saadaan hyvää tietoa, mihin jatkossa tulee kiinnittää huomiota ravitsemuksen osalta. Nämä tulokset ovat kriittisiä pisteitä hyvinvointimatriisissa. Erityisinä nostoina ja kehittämiskohteina on ruokailuaktiivisuus koululounaalla sekä oppilaiden energiansaanti. Miten energiansaanti jakautuu, miten pystytään vaikuttamaan sen tasaiseen jakautumiseen päivän aikana tai ruokaa otetaan riittävästi ja monipuolisesti kaikkia aterianosia. Aamupalan syömättömyys esiintyi tutkimustuloksissa erityisesti heikkenevästi yläkouluikäryhmässä verraten alakoulu ikäryhmään.

Tutkimustyönä toteutettu laadullinen kysely oli suunnattu 4.-5 ja 8.-9. luokkalaisille. Tutkimuksen edetessä ja hyvinvointimatriisin rakentamisvaiheessa havaittiin, että otanta ei täysin tue hyvinvointimatriisin laadintaa. Jatkossa laadullinen kysely tulee suunnata koko peruskoulujen ikäryhmille, jotta saadaan kattavasti tietoa koululaisten hyvinvoinnista ja tarvittavista toimenpiteistä vuositason tasolla. Erityisesti hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kannalta on olennaista huomioida eri ikäluokat, sillä viidennestä luokasta kahdeksanteen luokkaan on ajallisesti melko paljon nuoren elämässä, jolloin ehtii tapahtua paljon myös ravitsemuksen osalta, joka näkyy myös tutkimustuloksissa. Aktiivisessa seurannassa ja saatujen tulosten valossa voidaan johtaa terveyden edistämistä strategisesti kunnassa.

Terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä on pitkäjänteisesti kehitetty alueellisesti ja koko maan tasolla on saatu kattavaa vertailutietoa. Kuitenkin on ensiarvoisen tärkeää tämän tutkimuksen johdosta miettiä tarkemmin kuntatasoisesti saatuja tuloksia ja miten päästään perehtymään syvemmälle syy-yhteyksiin, mistä johtuu kriittiset tulokset ravitsemuksen osalta. Miksi koululainen ei syö? Mitä koululainen syö koululounaalla? Mitkä muut tekijät saattavat vaikuttaa ruokailuaktiivisyyteen? Miten voidaan edesauttaa parempaa ravitsemuksen toteutumista ennaltaehkäisevästi.

Tärkeää on jatkossa tehdä systemaattisempi kysely, jota toteutetaan kerran vuodessa ja otanta koskettaa peruskoululaisia. Tutkimuksen edistymisen ja luotettavuuden kannalta on tärkeää, että tutkimus toistetaan samalla asetelmalla ja tehdään riittävän usein hyödyntäen samoja menetelmiä ja aineistoa (Saari 2011, 12).

Laadullista kyselyn indikaattoreita tulee vielä tarkentaa esimerkiksi erittelyn osalta; tytöt ja pojat. Tällä indikaattorin lisäämisellä saadaan tarkempaa tietoa eri sukupuolen haasteista. Jatkossa kysymyksiä voidaan myös miettiä tarkennettavaksi, mutta tärkeää on saada suurempi otanta, jotta saadaan todellinen ravitsemuksellinen tilannekuva. Hyvinvointimatriisin toimivuutta on hyvä pilotoida melko pian suuremmalla otannalla, jotta saadaan tehtyä tarvittavat kehittämistoimenpiteet hyvinvointimatriisin liittyen.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tulisi tapahtua kaikille asiakasryhmille, joten matriisin käyttöä tulee laajentaa mahdollisimman pian koskettamaan kaikkia ruokapalvelun asiakkaita huomioiden myös ruokapalveluhenkilöstö, jotka suuremmalta osin ovat myös Lempäälän asukkaita.

## **10.2 Jatkokehittämistoimenpiteet**

Julkiset ruokapalvelut ovat isojen haasteiden edessä tulevaisuudessa, koska ruokakulttuurin muutokset näkyvät arkipäivässä ja jopa terveydelle haitalliset ruokavalinnat edesauttavat sairauksien syntyä. Nämä haitalliset ruokavalinnat näkyvät ruokapalvelujen arjessa ja niitä pyritään riittävällä ammattitaidolla ”taklaamaan” huomioiden terveyden edistämisen vastuu.

Ruokapalvelun tehtävänä on antaa myös terveellisen aterian malli. Ruokapalvelun tehtävänä ei ole olla vain ”pakko” tai ”vain mahan täytettä”. On kuitenkin ikävää huomata, kuinka julkista ruokapalvelua ei arvosteta riittävästi tai sen vaikutavuutta ei oivalleta kansanterveyden näkökulmasta edes kuntatasolla. Hyvällä ravitsemuksella saadaan edesautettua huomattavasti ihmisen hyvinvointia, jaksamista ja ylipäätään toiminnallisuuden kohentumista sekä ei voida unohtaa ruokailun sosiaalista ja kulttuurillista

merkitystä. Hyvän ravitsemuksen merkitys ja siihen panostus tuottaa pidemmällä aikavälillä kansantaloudellista hyötyä, joka tukee myös ihmisten kokemaa hyvinvointia. Hyvinvointityö terveyden edistämisen parissa on kuntalaissa määritetty kuntien tehtäväksi (Kuntalaki).

Hyvinvoinnin johtaminen vaatii panostusta ja taloudellista resursointia suunnitelmallisesti kunnissa. Ikäväksi on todettava, että talouden tasapainottamisessa usein unohtuu terveyden edistäminen ja osittain siihen vaikuttaa se, että hyvinvointityön kehittämisen tulokset eivät näy nopeasti positiivisesti taloudessa ja unohdetaan hyvinvointityön moniulotteinen vaikutus kuntalaiseen.

Kuntastrategia ohjaa hyvinvoinnin johtamista, mutta asenteet ja sitoutuminen läpi organisaation tulisi saada keskeiseksi osaksi hyvinvointityötä ja nähdä sen merkityksellisyys kokonaisvaltaisesti. Tämä havainto nousi esiin myös haastattelussa, joka toteutettiin osana opinnäytetyötä Tampereen kaupungin suunnittelu-  
päällikkö Mika Vuorelle sekä Tampereen kaupungin hyvinvointikoordinaattorille Johanna Riipalle.

Ehkäisevällä työllä voidaan mahdollistaa, vaikuttaa ja jopa torjua esimerkiksi ruoasta johtuvia sairauksia. Yksilön vastuuta ei tule unohtaa, koska osaan sairauksista esimerkiksi ruoasta johtuvia, pystytään pitkälti vaikuttamaan omilla terveellisillä valinnoilla sekä ohjaustyöllä kohti terveempää ravitsemusta.

Ruokapalvelut eivät pysty ehkäisevää työtä toteuttamaan yksin omana työnä vaan siihen tulisi saada useammat poikkihallinnolliset tahot sitoutettua. Tämä vaatii myös paljon asennemuutosta ja ymmärrystä ravitsemuksen tärkeydestä koko kuntatasolla. Nykypäivänä on herännyt myös kiinnostus hyvinvoinnin muotoiluun ja joitakin kokemuksia tästä on jo erityisesti pääkaupunkiseudulla. Keinosen, Vaajakallion ja Honkosen (2013) mukaan hyvinvoinnin muotoilussa tunnistetaan järjestelmien, ympäristöjen ja käytännön ongelmia hyvän elämän saavuttamiseksi. Jotta muotoilua voitaisiin toteuttaa paremmin, niin tämä vaatisi eri alojen välisten raja-aitojen ylittämistä.

Hyvinvoinnin johtaminen ja terveyden ehkäisevätyö sekä hyvinvoinnin mittaaminen tulisi olla tärkeä poliittinen valinta, jota ohjataan kokonaisvaltaisesti strategian kautta. Mittaamisen kautta pystytään osoittamaan kuinka hyvin hyvinvointipolitiikkaa toteutetaan ja kuinka hyvin on onnistuttu poliittisissa valinnoissa (Niemi 2010, 36). Toimenpiteet hyvinvoinnin johtamiselle tulisi olla suunnitelmallista ja läpileikkaavaa koko organisaation.

Mielestäni Strateginen hyvinvointijohtaminen vaatii rakenteiden tarkastelua ja parempaa johtamisjärjestelmää. Kunnissa on eroavaisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtamisessa ja edistämistyössä. Hyvinvointijohtaminen vaatisi parempaa alueellista mallinnusta, jotta vertailtavuus olisi entistä parempaa ja näin voitaisiin tehdä yhteisiä kehittämistoimenpiteitä.

Alueellisessa mallinnuksessa voitaisiin ottaa huomioon alueellinen taso ja kunta-kohtainen taso ja luoda näihin indikaattorit, jotka tukisivat hyvinvoinnin johtamista ja vertailtavuutta jatkossa. Haastateltaessa Tampereen kaupungin suunnittelu-päällikkö Mika Vuorta ja hyvinvointikoordinaattori Johanna Riippaa kävi ilmi, että esimerkiksi hyvinvointimatriisiin liittyvät indikaattorit rakennetaan kunnissa itse. Tämä vaikuttaa tietojen vertailtavuuteen. Kehittämisehdotuksena on hyvinvointimatriisin näkökulmasta katsottuna rakentaa alueellinen mallinnus, jossa osa indikaattoreista ovat alueellisia ja osa kuntakohtaisia. Tällä rakenteella saataisiin huomioitua vertailtavuus eri kuntien kesken, mutta huomioiden myös kuntien omat haasteet terveyden edistämisen parissa terveyserojen kaventamiseksi.

Tämä jatkokehitys vaatisi strategista kehittämistyötä huomioiden johtamisrakenteiden mahdollisen parantamisen sekä huomioida ja hyödyntää paremmin organisaatioiden substanssiosaamisen eri osa-alueilla. Tämä toiminta tukisi jatkossa vahvasti poliittista päätöksentekoa ja osallisuuden lisäämistä sekä ammattitaidon hyödyntämistä poikkileikkaavasti organisaatioissa.

**Ruokapalvelun jatkokehittämiskohteet:**

Nykypäivän odotukset ovat hyvin yksilölähtöisiä ja yksilölliseen palveluun julkinen ruokapalvelu ei taivu. Vaihtoehtojen kautta voisimme tulevaisuudessa vastata osittain tarpeisiin esimerkiksi, sesonkiajattelua enemmän hyödyntäen.

Toiminnassa tulisi kiinnittää erityisen paljon huomiota viestintään ja toiminnan avaamiseen, jotta sitä kautta pystytään vaikuttamaan mahdollisesti parempiin ruokavalintoihin ja luoda imagoa kunnallisena toimijana. Tällä tarkoitetaan sitä, että olisi hyvä varmasti avoimesti kertoa toiminnan hyvistä teoista ja valinnoista kuntalaisille, jotta heillekin tulisi mahdollisuus nähdä toiminta toisessa valossa ja avoimuus lisää luottamusta osaamiseen. Imagon luominen on yksi tärkeä asia ja merkittävä sosiaalinen tekijä toiminnassa. Imagon luomisen osana on osallistaminen ja yhteisöllisyys, jota pyritään jatkuvasti kehittämään strategiahengen mukaisesti sekä osana hyvinvointityötä. Hyvinvointimatriisi on yksi hyvä toimenpide toiminnan avaamisesta ja viestinnästä.

Elämätyylinuutokset vaikuttavat toimintaan esimerkiksi pikaruokakulttuurin tuomina haasteina, joka osaltaan vaikuttaa liikalihavuuteen asiakkaissa ja sitä kautta terveyden heikentymiseen, joka nousi yhdeksi haasteeksi jo Tampereen kaupunkiseudun alueellisessa vertailussa, jota käsiteltiin kappaleessa 5.1.

Ruokatrendien seuraaminen ja toteuttaminen tuo toiminnallemme haasteita, sillä niiden vaikutus asiakkaiden mielipiteisiin terveellisestä ruoasta on eriävät ajoittain yleisten ravitsemussuosituksen valossa. Erityisesti kasvavaan ilmiöön tulee kiinnittää huomiota ennalta ehkäisevänä työnä kasvavien lasten osalta. Ruokakulttuurinmuutos asettaa julkisten ruokapalveluiden tuottamisen uuden eteen vaikka palveluntuottamisen ohjenuorana ovatkin ravitsemussuositukset. Asiakkaiden vaatimukset ovat hieman ristiriitaiset yleisten suositusten kanssa, koska trendit ohjaavat heitä. Tulevaisuudessa toimintaa tulisi kehittää huomioiden suositukset, mutta löytää tuotteita ja uusia innovaatioita, jotka tuovat asiakkaalle tunteen, että toimintaa kehitetään ja asiakasta arvostetaan, mutta ennen kaikkea saada heidät nauttimaan terveellistä ruokaa.

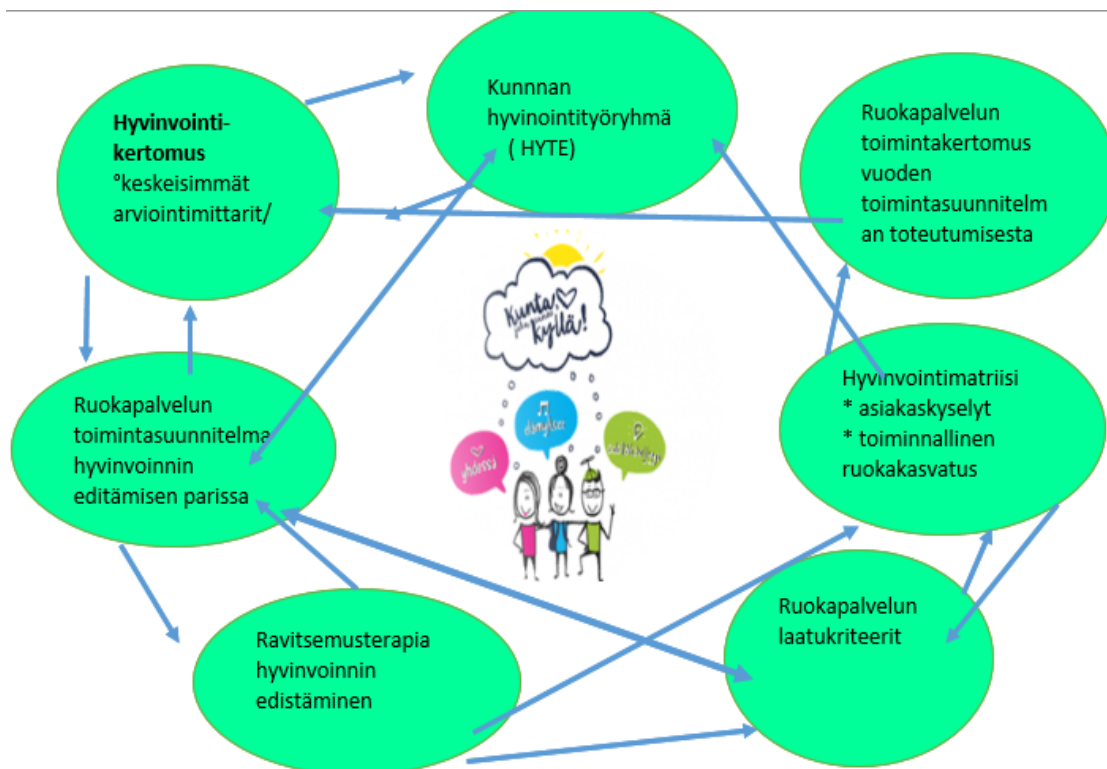
Ruokakasvatus tulee aloittaa riittävä varhain, jotta voidaan vaikuttaa ja ohjata varhaisessa vaiheessa terveellisiin ruokavalintoihin sekä huomioida asiakkaiden osallisuus ruokapalvelun kehittämiseen. Osallisuus on keskeinen velvoite kuntalaisissa, mutta kunnat voivat päättää osallisuuden muodon omassa palveluiden järjestämisessä (Kuntalaki). Strateginen ruokakasvatus tulee aloittaa jo päiväkotikäytössä. Ruokakasvatus lisää myös tietoisuutta ja toimii myös osana terveydenedistämistyötä viestinnän keinoin. Kuitenkaan ei tule unohtaa kodin roolia ja sen kanssa tehtävää yhteistyötä. Ruokakasvatus on osa Lempäälän kunnan strategiaa, jossa osallistetaan kuntalaiset toiminnan kehittämiseen.

Kodin ravitsemustietoisuutta tulisi pyrkiä lisäämään. Kuitenkin ensiarvoisen tärkeää olisi saada kuntatasolla yhteisnäkemyks ruokakasvatuksesta, niin että se on kaikkien yhteinen asia. Jotta se tulisi osaksi strategista työtä hyvinvoinnin edistämisen parissa, se tulisi asettaa jokaisen koulun opetussuunnitelman tuntiviitekehukseen, jolloin ruokakasvatus on ohjaavana tekijänä koulujen arjessa, niin kuin se on varhaiskasvatuksessa huomioitu. Tuntiviitekehysten rakenteellinen muutos vaatii strategista poliittista päätöksentekoa hyvinvoinnin johtamisen parissa.

Julkisen ruokapalvelun yhtenä pilotointikohteena voisi tulevaisuudessa olla aamupalantarjonnan mahdollisuus kouluissa. Tämä voitaisiin toteuttaa sovitun ajanjakson mukaisesti ja seurata vaikuttavuutta esimerkiksi koulutyöskentelyyn, energiansaantiin ja ylipäätään jaksamiseen- arjen hyvinvoinnin tunteeseen. Pilotointi vaatii resurssia, niin taloudellisesti kuin myös toiminnan muokkaamista, mutta pilotointi voisi edesauttaa hyvinvoinnin lisääntymistä koululaisten keskuudessa ja tällä tavoin esimerkiksi terveyserot saattaisivat kaventua.

### **Strateginen johtaminen ruokapalvelussa hyvinvoinnin edistämiseksi**

Kuviossa 1 esiteltiin opinnäytetyön tutkimusasetelma, jossa avattiin joitakin ruokapalvelun suunnitteilla olevia toimenpiteitä hyvinvoinnin edistämiseksi tai niiden vaikutusta ruokapalvelun johtamiseen. Kuviossa 28. kuvataan ruokapalvelun strategisen johtamisen suunnitelma ja eri tekijöiden vaikuttaminen eri osa-alueisiin.



Kuvio 28. Ruokapalvelun strateginen johtaminen

Kunnan hyvinvointiryhmä (HYTE) toimii hyvinvoinnin strategisena kehittäjänä huomioiden monialaisuus kunnan toiminnassa. 4.3.1 kappaleessa kerrottiin hyvinvointikertomuksen tarkoituksesta. Opinnäytetyöprosessin aikana hahmottui hyvinvointityö. Tämän opinnäytetyöprosessin ja oppimisen jälkeen ruokapalvelussa tullaan kiinnittämään huomiota entisestään hyvinvointityöhön ja sen strategiseen johtamiseen. Ensimmäisenä tärkeänä tekijänä on kartoittaa hyvinvointikertomuksen keskeisimmät arviointimittarit, joita voidaan huomioida ruokapalvelun strategisessa toimintasuunnitelmassa ja viedä niitä eteenpäin ravitsemusterapian avulla. Toimintasuunnitelmalla pyritään nostamaan ruokapalvelun ja ravitsemusterapian kautta kriittisiä tai toimenpiteitä vaativia asioita esiin poikkihallinnollista edistämistyötä varten.

Toimintasuunnitelman jälkeen tulee tarkastella ruokapalvelun laatukriteereitä ja niiden ajantasaisuutta huomioiden ravitsemuksen haasteet kunnassa ja tarpeellisilta osin päivittää kriteereitä. Vuoden terveyden edistämisen toimenpiteet raportoidaan ruokapalvelun hyvinvointimatriisin ja toimintakertomuksen kautta kunnan hyvinvointikertomukseen ja tiedot ovat käytettävissä kunnan hyvinvointityöryhmässä, jossa arvioidaan hyvinvointipolitiikan toteutumista.



Kuviossa 28 olevat eri tekijät kuvaavat kokonaisuudessaan, miten eri osa-alueet vaikuttavat toisiinsa ja miten ne tulee huomioida ruokapalvelun strategisessa terveydenedistämistyössä.

Kehittämisajatuksia voisi kiteyttää niin, että tällä hetkellä eletään julkisen ruokapalvelun kanssa murroksessa, mutta erityisesti se tulee tarkasteluun tulevina vuosina. Toiminnassa tulee suunnata huomiota erityisesti kuntalaisiin ja henkilöstöön. Heidän yhteinen vuoropuhelu on tärkeä. Vuoropuhelulla ja avoimella toiminnalla voidaan tulevaisuudessa panostaa ennalta ehkäisevään työhön ravitsemuksen osalta. Henkilöstön kannalta tärkein tekijä on osaamisen vahvistaminen ja motivointi sekä saada heidät ymmärtämään kunnan muutosvoimat ja niiden vaikutus tulevaisuuden ruokapalveluun.

Hyvällä osaavalla henkilöstöllä luodaan parempi ja osaava ruokapalvelu, joka on taloudellisesti vakaa, ammattitaitoinen ja luo mahdollisuuden kuntalaisten hyvinvointiin uusien kehityskohteiden kautta. Kehityskohteita mitataan muun muassa hyvinvointimatriisin avulla. Olemme siis kunta, joka sanoo kyllä! Teemme asioita yhdessä, luomme elämyksiä ja olemme edelläkävijöitä.

## LÄHTEET

Asiakaspalautelaite ( Happy or Not). (<http://www.goodnewsfinland.com/feature/happy-or-not-provides-feedback-one-smiley-at-a-time/>)

Haapamäki, M. 2018. Ruokapalvelun laatukriteerit- Lempäälän kunta. Palveluliiketoiminnan koulutusohjelma. Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Hyvinvointikertomus 2018. Lempäälän kunnan hyvinvointityöryhmän sähköinen alusta. Luettu 2.3.2019 .[https://virta.pirnet.fi/wssites/Lempaala/ted/Jaetut%20asiakirjat/HVK%202017-2020\\_tiivistetty%20esittely.pdf](https://virta.pirnet.fi/wssites/Lempaala/ted/Jaetut%20asiakirjat/HVK%202017-2020_tiivistetty%20esittely.pdf))

Kaikki maistaa. 8.3.2019. <http://areena.yle.fi/1-50088672>. Katsottu 23.1.2019.

Kankkonen, S. & Wiss, K. 2017. Tampereen kaupunkiseutu, Hyvinvointipalvelujen työryhmä 23.11.2017.

Kankkonen, S., & Wiss, K. 2017. Tietoa peruskoulukäisten hyvinvoinnista Tampereen kaupunkiseudulla. Hyvinvointipalvelujen työryhmä 23.11.2017.

Keinonen, T, Vaajakallio, K & Honkonen J 2013, 12.) Hyvinvoinnin muotoilu. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu 2013.

Kouluterveyskysely. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Luettu 13.3.2019. [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=235877&mittarit\\_0=200537&mittarit\\_1=200264&mittarit\\_2=199596&vuosi\\_2017\\_0=v2017#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=235877&mittarit_0=200537&mittarit_1=200264&mittarit_2=199596&vuosi_2017_0=v2017#)

Kuntalaki.22§. Luettu 3.3.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150410>).

Kuntaliitto 2017. Hyvinvoinnin edistäminen. 15.2.2017. Luettu 14.4.2019.<https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/demokratia-ja-hallinto/johtaminen-ja-kehittaminen/johtaminen-ja-kehittaminen/hyvinvoinnin-edistaminen>.

Lempäälän kunnan hyvinvointikertomus ja turvallisuussuunnitelma 2017-2020. Viitattu 20.11.2018. [http://www.lempaala.fi/site/assets/files/22606/lemp\\_l\\_n\\_kunnan\\_hyvinvointikertomus\\_ja\\_turvallisuussuunnitelma\\_2017-2020.pdf](http://www.lempaala.fi/site/assets/files/22606/lemp_l_n_kunnan_hyvinvointikertomus_ja_turvallisuussuunnitelma_2017-2020.pdf).

Lempäälän kuntastrategia. 13.12.2017. Kuntastrategia 2018–2025. Luettu 28.3.2019. <https://www.lempaala.fi/lempaala-tietoa/strategia-ja-talous/strategiat/>.

Löytänä, J. & Korteso, K. 2011. Asiakaskokemus, Palvelubisneksestä kokemusbisnekseen. Talentum Media Oy. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Maa- ja Metsätalousministeriö. 2013. Elintarviketurvavallisuus selonteko 2013–2017. Luettu 25.1.2019. [https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/Selonteko/Documents/vns\\_5+2013.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/Selonteko/Documents/vns_5+2013.pdf).

Niemelä, P. 2010. Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOY.

Opetuspalvelut 2018. Hyvinvointiprofiili. Lempäälän kunta.

Riippa, J, Hyvinvointikoordinaattori. Haastattelu 29.4.2019. Haastattelija Liisa Ceylan. Lempäälän kunta.

Rintamäki, T. & Tienhaara, P. 2014. N.d.Palveluajattelun murros. Luettu 14.12.2018. [http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95326/palveluajattelun\\_murros\\_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y..](http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95326/palveluajattelun_murros_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y..)

Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki University Press.

Santalainen, T. 2007. Strateginen ajattelu & toiminta. Alma Talent, Turkenki : Hansaprint Oy.

Sosiaali- ja Terveysministeriö 2016. Kansallinen kehittämisohjelma.( KASTE 2012-2015).Raportti. Luettu 28.3.2019. [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74895/Rap%20ja%20mui\\_2016\\_16\\_PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74895/Rap%20ja%20mui_2016_16_PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Sosiaali- ja Terveysministeriön julkaisut 2008-2011. Luettu 22.2.2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/73658/Julk200816.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

STM 2006:19. Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisut 2016\_ Luettu 17.3.2019. <https://stm.fi/terveyden-edistamisen-laatusuositus>.

STM 2008:16. Kansallinen terveyserojen kaventamisohjelma 2008–2011. Luettu 17.3.2019. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/terveyden-edistamisen-vertailutietojärjestelmä-tedbm>.

Ståhl, T., Wiss, K., Hakamäki, P., & Saaristo, V. 2015. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toteutuminen kunnassa - rakenteet, vastuut, seuranta ja voimavarat. THL. Tutkimuksen tiivistelmä. Luettu 14.3.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-527-1>

TEAViisari 2018. Luettu 2.2.2019. <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/tulokset?r=KUNTA418>

Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326. Luettu 12.2.2019

THL 2018a. Terveyden ja hyvinvoinnintilasto. Tilastot ja indikaattorit. 17.12.2018. Luettu 22.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/seuranta-ja-vaikuttavuus/tilastot>.

THL 2011b. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Väestön hyvinvoinnin ja terveyden ja edistämisen toteutuminen kunnassa. Raportti, 55/2011. Luettu 25.2.2019. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80419/f112d323-6e1f-4f99-8235-a63b67b7a894.pdf?sequence=1>.

THL 2019c. Hyvinvointikertomus. 25.3.2019 Luettu 3.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamisen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-maakunnassa/alueellinen-hyvinvointikertomus>.)

THL 2010d. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2010. Hyvinvointikertomus. Luettu 17.3.2019. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/103107/Hyvinvointikertomus.pdf?sequence=1>.

THL 2017e). Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2017. Luettu 2.4.2019\_Kouluterveyskysely. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/elintavat>.

THL 2019d. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2017. Luettu 2.4.2019. Terveyden edistäminen kunnissa. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa>

THL 2019e. Terveyden ja hyvinvoinnintilasto. Vertailutietojärjestelmä. Luettu 18.3.2019. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/terveyden-edistamisen-vertailutietojarjestelma-tedbm>.

THL 2019f. Terveyden edistämisen vertailutietojärjestelmä TedBM. Luettu 25.2.2019. [https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/terveyden-edistämisen-vertailutietojarjestelma-tedbm](https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/terveyden-edistamisen-vertailutietojarjestelma-tedbm)).

USAID. 1996, Nummer 6. Performance monitoring and evaluation tips: seleting performance indicators. USAID for Develoment Information and Evaluation. Luettu 13.4.2019. [https://pdf.usaid.gov/pdf\\_docs/PNABY214.pdf](https://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PNABY214.pdf) .

Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018. Terveyttä ja iloa ruoasta-  
varhaiskasvatuksen ruokailusuositus. Luettu 2.4.2019.  
[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN\\_ISBN\\_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN_ISBN_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y) .

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2017. Syödään ja opitaan yhdessä-  
kouluruokasuositus. Luettu 13.4.2019.  
[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131834/Syo%c2%a6%c3%aada%c2%a6%c3%aaa%c2%a6%c3%aan ja opitaan yhdessa%c2%a6%c3%aa korjattu 5.2017 WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131834/Syo%c2%a6%c3%aada%c2%a6%c3%aaa%c2%a6%c3%aan%20ja%20opitaan%20yhdessa%c2%a6%c3%aa%20korjattu%205.2017%20WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y) .

Varhaiskasvatuslaki. (2 § 11/2018) Luettu 10.3.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pidp446809808>.

Varhaiskasvatussuunnitelma. Lapsuus Lempäälässä- vahva silta tulevaisuuteen. Sivistyslautakunta 15.8.2017§16.

Vuori M. Suunnittelupäällikkö. Haastattelu 29.4.2019. Haastattelija Liisa Ceylan. Lempäälän kunta.

## LIITTEET

### Liite 1. Toiminnallinen ruokakasvatus toteutussuunnitelma

- Ruokapalvelu järjestää päiväkodeissa toiminnallisen ruokakasvatus -aamupäivän
- Aamupäivän aikana:
  - Lapsille järjestetään työpajoja, joissa he saavat tutustua erilaisiin kasviksiin
  - Toiminnan kautta heille annetaan tietoa hyvästä ravitsemuksesta
  - Aikuisilta ja lapsilta kerätään palautetta päiväkotiruoasta ja keskustellaan ruokailun sujuvuudesta
  - Aamupäivän päätteeksi ruokaillaan yhdessä päiväkotiryhmässä
  - Ruokailun jälkeen päiväkodinjohtajan kanssa käydään läpi palvelukuvauksen ja keskustellaan yhteistyöstä
- Vastuuvetäjät:
  - Ravitsemusterapeutti Mari Ylitalo
  - Palvelusuunnittelija Anni Kaipainen
- Toteutus syksyn 2018 aikana ja jatkuu vuonna 2019
- Aamupäivän aikana järjestetään 3 saman sisältöistä työpajaa
  - Työpajan kesto noin 45 min
  - Ajankohdat klo 8:30-9:15, 9:15-10:00, 10:00-10:45
  - Osallistujamäärä kerrallaan noin 10 lasta
  - Lasten suositeltava ikä 3-5 vuotta
  - Työpajojen vetäjinä toimivat Mari, Anni ja päiväkodin oma keittiötyöntekijä
  - Ryhmän opettaja tai hoitaja vastaa lasten muusta ohjauksesta

#### Työpajan sisältö:

##### Piste 1. Tuoksupurkit

- Tuoksutellaan purkkeja ja yhdistetään oikeaan kasvikseen

##### Piste 2. Tunnustelu laatikot

- Tunnustellaan mikä kasvi laatikossa on ja nimetään se
- Perekdytään materiaalin avulla kasvien alkuperään (video+juliste)

##### Piste 3. Pilkkominen

- Kuoritaan ja pilkkotaan kasvikset, tutkitaan miten rakenne muuttuu

##### Piste 4. Maistelu

- Tehdään kasviksista pirtelö ja herkutellaan

### Piste 5. Kasvisnäyttely

- Kuusi kourallista kasviksia päivässä
  - Kokeillaan paljonko omaan kouraan mahtuu
  - Otetaan muistoksi valokuva

### Kotiin vieminen:

- Puuhavihko
  - Kotitehtävä lapselle: piirrä tai leikkaa lehdestä viikon aikana kotona syömistäsi kasvisista kuvat
  - Ravitsemustietoa ja vinkkejä vanhemmille

Lopuksi happy or not laitteella saa antaa palautteen työpajasta

### Ruokailuryhmissä:

#### Ruokailun aikana keskustellaan:

- Mitä mieltä lapset ovat kyseisen päivän ruoasta?
- Mistä ruoista lapset tykkäävät eniten? Mitä toivottaisiin lisää?
- Mitä mieltä lapset ovat salaattista / kasvislisäkkeistä? Missä muodossa kasvikset maistuvat?
- Onko ruokailu henkilökunnan mielestä sujuvaa?
- Toimiiko yhteistyö keittiön kanssa hyvin?
- Maistuuko ruoka lapsille?
- Kehittämisideat

### Asiakaspalaute:

- Asiakaspalautetta kerätään lapsilta ja varhaiskasvatuksen henkilökunnalta. Palautteen tulokset liitetään osaksi ruokapalvelun hyvinvointimatriisia. Seuranta vuosittain.
- Palaute lapsilta: ruokailun päätteeksi lapset saavat antaa ohjatusti palautetta happy or not laitteella
  - Kolme yksinkertaista kysymystä:
    1. Saitko ottaa itse ruoan?
    2. Söitkö ruokasi?
    3. Oliko ruokailuhetki mukava?



Liite 2. Osallisuusfoorumi/ kouluruokaillan toteutussuunnitelma

## Osallisuusforumin toteutussuunnitelma

### Aika ja paikka:

12.3.2019 Lempoisten koulun ruokasali klo 17:30–19:30

tarjolla perinteinen koululounas. Mannapuuro, marjakiisseli, leipä, leikkele, hedelmä, ravintorasva ja luomu rasvaton maito.

### Tilaisuuden avaus (Ruokapalvelupäällikkö Liisa Ceylan)

Avauspuheenvuorossa kerrotaan yleistä ruokapalvelusta ja ruokapalvelun toteuttamiseen vaikuttavista tekijöistä, pestel-analyysin tyyliä sekä ruokapalvelun strategia ”palvelemme paremmin” ja siihen liittyvät laatuksiteerit.

### Oppilaskunnan videotervehdys kouluruokailusta

### Ruokapalvelun esittelypisteet

Osallistujille kerrotaan eri esittelypisteiden tarkoitus. Tarkoituksena on avata laajemmin ruokapalvelun toimintaa. Lisätä osallisuutta sekä ymmärrystä kuntastrategian hengen mukaisesti.

### Esittelypiste 1. ( Ravitsemusterapeutti Mari Ylitalo)

- o lautasmallin mukainen kouluateria ja ravitsemusterapeutin tapaaminen

### Esittelypiste 2. ( Palvelusuunnittelija Minna Haapamäki)

- o Jamix menun esittely+ saatava informaatio ravintosisällöistä



### Esittelypiste 3. ( Dieetikokit)

- erityisruokavaliot Lempäälässä

### Esittelypiste 4. ( Palvelusuunnittelija Anni Kaipainen)

- Kouluruoka- agenttitoiminta: toiminnan kehittämisen ja osallisuuden näkökulmasta.

### Esittelypiste 5. (ruokapalvelupäällikkö Liisa Ceylan)

- teemana kerätä kuntalaisten mielteitä hyvinvoinnista ja sen edistämisestä ruokailun avuin.

### Liite 3. Kouluruokakysely hyvinvointimatriisiin

#### Alakoulu 4-5lk.

- a. otan kaikkia ateriaosia
  - salaatti
  - lämmin lounas
  - leipä ja levite
  - ruokajuoma
    - maito/ piimä
    - vesi
  
- b. vatsani on sopivan täynnä koululounaan jälkeen
  - kyllä
  - ei
  
- c. Saan ruokailla rauhassa (ei kiire)
- d. Osallistun kouluruokailun kehittämiseen
  - olen kuullut kouluruoka-agentista
  - olen vaikuttanut kouluruokailun kehittämiseen, a) kyllä b) ei
  
- e. Syön päivittäin lämpöisen ruoan koulussa a) kyllä b) ei  
 Syön päivittäin lämpöisen ruoan kotona a) kyllä b) ei
  
- f. Syön kasviksia päivittäin koululounaalla a) kyllä b) ei  
 Syön kasviksia päivittäin kotona a) kyllä b) ei

- g. Syön päivittäin , vastausvaihtoehdot a) kyllä, b) ei
- aamupalan
  - lounaan
  - välipalan
  - päivällisen (lämmin ruoka kotona)
  - iltapalan

#### Liite 4. Haastattelukysymykset

##### Yläkoulu 8-9.Ik

1. otan kaikkia ateriaosia
  - salaatti
  - lämmin lounas
  - leipä ja levite
  - ruokajuoma
    - maito/ piimä
    - vesi
  
2. vatsani on sopivan täynnä koululounaan jälkeen
  - kyllä
  - ei
  
3. Käyn päivittäin syömässä koululounaan, lukuunottamatta kotiloustunteja a) kyllä, b) ei
  
4. Osallistun kouluruokailun kehittämiseen
  - olen kuullut kouluruoka-agentista
  - olen vaikuttanut kouluruokailun kehittämiseen, a) kyllä b) ei
  
5. Syön päivittäin lämpöisen ruoan koulussa a) kyllä b) ei

Syön päivittäin lämpöisen ruoan kotona a) kyllä b) ei

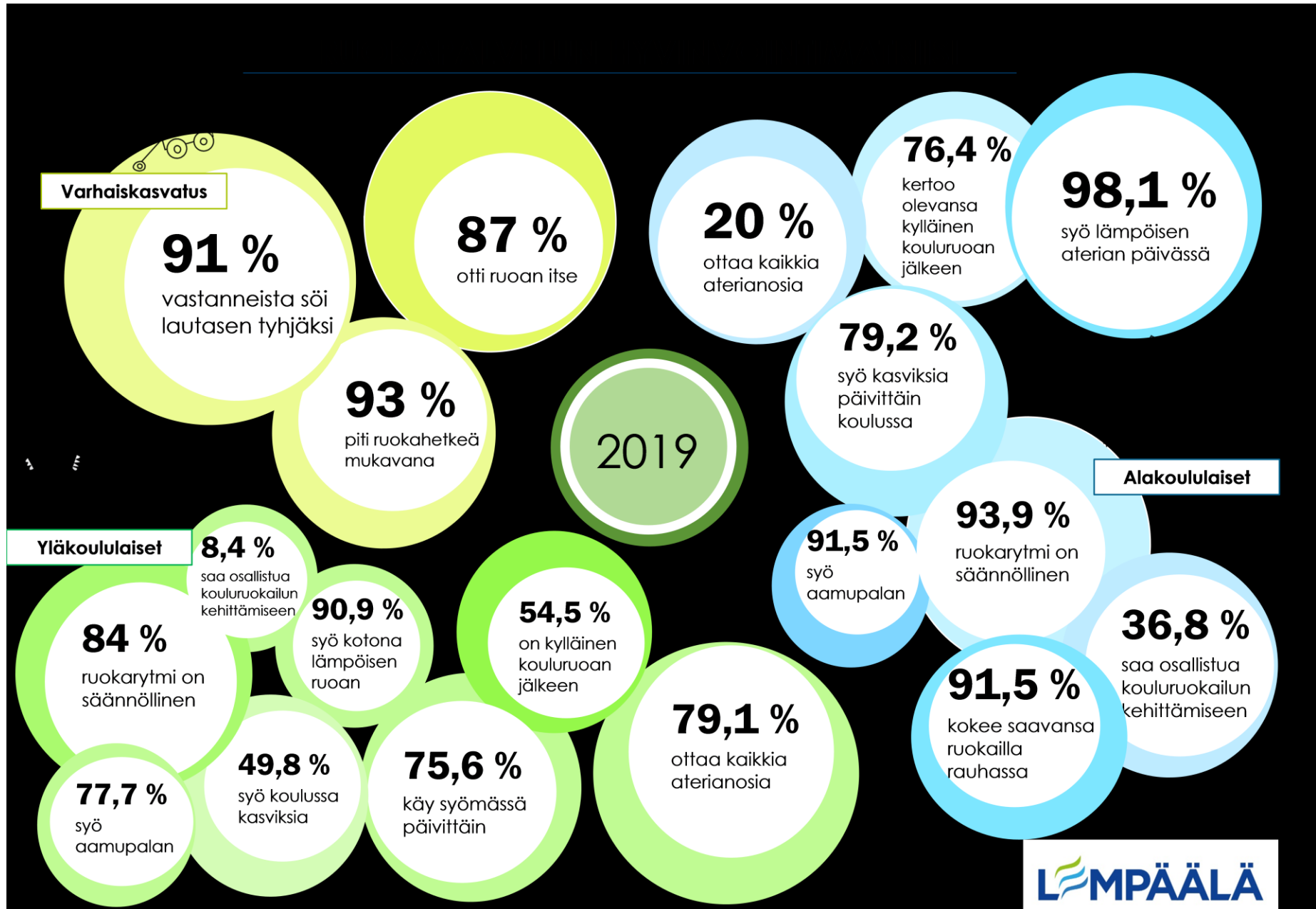
6. Syön kasviksia päivittäin koululounaalla a) kyllä b) ei  
Syön kasviksia päivittäin kotona a) kyllä b) ei

7. Syön päivittäin, vastausvaihtoehdot a) kyllä, b) ei

- aamupalan
- lounaan
- välipalan
- päivällisen (lämmin ruoka kotona)
- iltapalan

## Liite 5. Haastattelukysymykset

1. Kerro roolisi hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön osalta?
2. Mihin tekijöihin on mielestäsi keskeisesti kiinnitettävä huomiota hyvinvoinnin johtamisessa?
3. Mitkä ovat tulevaisuuden näkymät ja haasteet Hyvinvoinnin- ja terveyden edistämisessä ja miten jatketaan hyvinvointityötä eteenpäin?



## Liite 7. Kiitokset

Haluan kiittää tässä opintäytetyöprosessissa erityisesti ohjaavaa opettajaani Tuija Ylä-Viteliä, joka esimerkillisesti ohjasi ja antoi rakentavaa palautetta koko prosessin ajan. Tuijalla on erityinen taito tsemjata ja edesauttaa parempaan suoriutumiseen. Kiitokset kuuluvat myös Tampereen kaupungin Mika Vuorelle sekä Johanna Riipalle. Tämän lisäksi haluan kiittää Lempäälän kunnan sivistysjohtajaa Nina Lehtistä, joka omalla panoksellaan antoi näkemyksiä hyvinvointityöhön ja mahdollisti taustatutkimusmaterialin käyttöä. Kiitos kuuluu myös arjen työpanoksesta erityisesti ruokapalvelun palvelusuunnittelija Anni Kaipiaiselle ja ravitsemusterapeutti Mari Ylitalolle sekä matriisin visuaalisesta ilmeestä (liite 6) Lempäälän kunnan tiedottajalle Jenni Hellgvistille.