



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

**Jaana Bergdal**

---

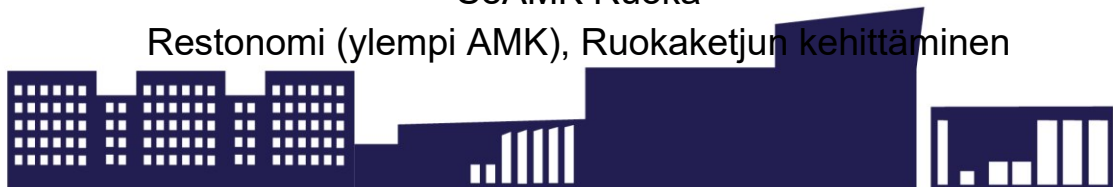
## **Kouluruokailukokemuksen kehittäminen**

Opinnäytetyö

Syksy 2021

SeAMK Ruoka

Restonomi (ylempi AMK), Ruokaketjun kehittäminen



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä <sup>1</sup>

Koulutusyksikkö: SeAMK Ruoka

Tutkinto-ohjelma: Restonomi (ylempi AMK), Ruokaketjun kehittäminen

Tekijä: Jaana Bergdal

Työn nimi: Kouluruokailukokemuksen kehittäminen

Ohjaaja: Kaija Nissinen

Vuosi: 2021

Sivumäärä: 89

Liitteiden lukumäärä: 5

---

Työn tavoitteena oli tutkia espoolaisten yläkouluikäisten oppilaiden kouluruokailukokemuksesta. Tietoa kerättiin kyselytutkimuksen, työpajojen ja havainnoinnin avulla. Espoossa toteutettavan Kouluruokailuprojektin taustalla on aito huoli yläkouluikäisten oppilaiden kouluruokailusta ja koulussa viihtymisestä. Tätä huolta tukevat myös Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen (THL), Kouluterveyskysely 2021- tulokset.

Työn menetelminä käytettiin kyselyä, työpajatyöskentelyä ja havainnointia. Webropol-kyselytutkimuksella saatiin tietoa espoolaisilta yläkoulujen oppilailta, minkälainen on heidän mielestään unelmalounashetki. Kolmessa erillisessä työpajassa työstettiin yhdessä oppilaiden kanssa kyselytutkimuksessa esille tulleita teemoja. Opinnäytetyöntekijän toimesta tehtiin myös havainnointia kolmessa espoolaisessa koulussa. Kouluruokailussa havainnointia tehtiin ruokasalin tilaratkaisuista ja viihtyvyydestä, ruokien esillepanosta linjastossa, asiakaspalvelusta sekä toimintatavoista ruokailutilanteissa.

Webropol Unelmalounashetki-kyselyn ja työpajojen tulosten mukaan yläkouluikäisten oppilaiden kouluruokailukokemukseen vaikuttavat eniten tilat, tunnelma, palvelu, ruoka ja koulun toimintatavat ruokailutilanteissa. Oppilaiden kokemukset ja mielipiteet vahvistivat havainnoinnin tuloksia. Havainnoinnissa huomattiin paljon tilojen toiminnallisuuteen, ruokatuotteeseen, linjastoihin, viihtyvyyteen ja toimintatapoihin ruokailutilanteissa olevia asioita.

Johtopäätöksenä kouluruokailukokemuksen kehittämistä tulee jatkaa järjestämällä uusia työpajoja, joissa tässä työssä esiteltyjen palvelumuotoilun keinojen avulla toimintaa kehitettäisiin ruokailukokemuksen parantamiseksi. Palvelumuotoilun ja kehittämistyön tuloksia tulee viedä myös käytäntöön ja jatkokehittää espoolaisissa kouluissa. Tässä työssä on nostettu esille myös asiakasymmärryksen ja nuorten osallistamisen merkitystä sekä heidän tarvettaan olla mukana heitä koskevassa päätöksenteossa.

<sup>1</sup> Asiasanat: palvelumuotoilu, kouluruokailu, osallistaminen, työpajat

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract <sup>1</sup>**

Faculty: SeAMK Food and Agriculture

Degree programme: Master's Degree Program in Food Chain Development

Author/s: Jaana Bergdal

Title of thesis: Developing the Dining Experience in Schools

Supervisor(s): Kaija Nissinen

Year: \_\_\_\_\_ Number of pages: 89      Number of appendices: 5

---

The aim of the thesis was to conduct a research on the middle school aged pupils' school dining experience in Espoo. Data was collected in the survey by using a questionnaire, workshops and observation. School Dining Project in Espoo has a genuine concern for the middle school aged pupils' school meals and their school satisfaction. This is also supported by The School Health Promotion study 2021 performed by The Finnish Institute for Health and Welfare (THL).

The Webropol survey examined how the pupils of Espoo middle school describe their dream dining situation. In three workshops the themes raised in the survey were developed together with the pupils. Additionally, the dining situations in three Espoo schools were observed by the author of the thesis.

According to the results of the study, the school dining was influenced especially by the dining facilities, atmosphere, service, food itself and the approaches in the dining situations. The experiences and opinions of the pupils supported the results of the observation. In the observation, there were found many issues concerning the premises, food products, serving lines, atmosphere and the modes of operation in dining.

It can be concluded that the development of school dining experience should be continued with the help of new work shops where the means of service design presented in this thesis would improve the dining experience. The results of service design and development work should be exported into practice and further processed in Espoo schools. Furthermore, this study raises the importance of customer understanding, youth participation and decision-making.

<sup>1</sup> Keywords: service design, school dining, school food, participation, workshops

# SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä .....	2
Thesis abstract .....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuvioluettelo .....	6
1 JOHDANTO.....	8
2 HYVÄN KOULURUOKAILUN EDELLYTYKSET.....	10
2.1 Ruokailuympäristö ja ruokailuajat.....	11
2.2 Monipuolinen ja täysipainoinen koululounas .....	12
2.3 Kouluaterian ravitsemuslaadun toteuttaminen, seuranta ja arviointi.....	14
2.4 Oppilaan ohjaus ja osallistaminen .....	16
3 KOULULAISIA KOSKEVIA KOULURUOKAILUTUTKIMUKSIA.....	19
3.1 Pääkaupunkiseudun kouluterveyskysely 2021.....	22
3.2 Espoon kouluterveyskysely 2021 .....	23
4 PALVELUMUOTOILU JA ASIAKASYMMÄRRYS.....	30
4.1 Yläkouluikäisten maailmankuva .....	32
4.2 Asiakaselämysten tuottaminen tarinallistamisella.....	33
4.3 Nuorten toiveet ja vaikuttaminen .....	34
4.4 Lapsikeskeinen palvelumuotoilu.....	38
4.4.1 Myönteinen tunnistaminen ja lapsikeskeisyys.....	38
4.4.2 Lapsen kanssa työskenteleminen .....	39
4.4.3 Palvelumuotoiluprosessi .....	40
4.4.4 Prosessin vaiheet ja menetelmät .....	41
5 KOULURUOKAILUN KEHITTÄMISPROJEKTI.....	46
5.1 Projektin alkutilanne .....	46
5.2 Tavoitteet .....	46
5.3 Aineistot .....	47
5.4 Menetelmät .....	47

5.4.1	Unelmalounashetki-kysely .....	47
5.4.2	Työpaja 1 .....	48
5.4.3	Työpaja 2 .....	50
5.4.4	Työpaja 3 .....	50
5.4.5	Havainnointi .....	51
5.5	Tulokset.....	51
5.5.1	Unelmienlounashetki-kyselyn tulokset .....	53
5.5.2	Työpaja 1 tulokset.....	56
5.5.3	Työpaja 2 tulokset.....	60
5.5.4	Työpaja 3 tulokset.....	64
5.5.5	Havainnoinnit koulussa .....	68
5.5.6	Keittiöhenkilökunnan mietteet .....	73
5.6	Asiantuntija arvio ja jatkotoimenpiteet .....	74
6	Oma pohdinta .....	78
	LÄHTEET.....	81
	LIITTEET .....	83

## Kuvioluettelo

Kuvio 1. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Ei syödä koululounasta päivittäin.....	24
Kuvio 2. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Ei syödä koululounasta päivittäin perusopetus 8. ja 9. lk.....	24
Kuvio 3. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounaan syömiseen on varattu tarpeeksi aikaa.....	25
Kuvio 4. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounaan syömiseen on varattu tarpeeksi aikaa perusopetus 8. ja 9. lk.....	26
Kuvio 5. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounasta on tarjolla riittävästi. ....	26
Kuvio 6. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounasta on tarjolla riittävästi, perusopetus 8. ja 9. lk.....	27
Kuvio 7. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on laadultaan hyvää.....	27
Kuvio 8. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on laadultaan hyvää, perusopetus 8. ja 9. lk.....	28
Kuvio 9. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on maultaan hyvää .....	29
Kuvio 10. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on maultaan hyvää, perusopetus 8. ja 9. lk.....	29
Kuvio 11. Palvelumuotoiluprosessi. ....	31
Kuvio 12. Elämyskolmio-malli .....	31
Kuvio 13. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Erittäin tyytyväinen elämäänsä, perusopetus 8. ja 9. lk.....	36
Kuvio 14. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, 8. ja 9. lk. ....	37
Kuvio 15. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Tuntee itsensä yksinäiseksi, 8. ja 9. lk.....	38

Kuvio 16. Lapsikeskeinen palvelumuotoiluprosessi. ....	40
Kuvio 17. Tulosten jakautuminen eri menetelmillä kerättyihin teemoihin. ....	52
Kuvio 18. Tuloksista nousseiden teemojen jakautuminen oppilaiden vastauksissa. ....	53

# 1 JOHDANTO

Kouluruokailu on yli 70 vuotta vanha julkisten palveluiden ja yhteiskunnan sekä ruokakasvatuksen suunnannäyttjä. Vaikka vuosien saatossa kouluruokailussa raaka-aineet, ruokalajit, toimintatavat ja käytännöt ovat muuttuneet, on silti sen merkitys terveyttä, ravitsemusta ja tapakasvatusta ylläpitävänä osana merkittävä suomalaisessa yhteiskunnassa.

Aterian tulee esi- ja perusopetuksessa olla myös tarkoituksenmukaisesti järjestetty, ohjattu ja täysipainoinen (Opetushallitus, i.a.). Kouluruokailun kokonaisuus hahmottuu myös opetussuunnitelmissa. Kouluruokailun keskeiset periaatteet sekä kouluruokailun järjestämisessä huomioon otettavat terveys-, ravitsemus- ja tapakasvatuksen tavoitteet kuvataan paikallisissa tai koulukohtaisissa opetussuunnitelmissa. Yhteinen laadintaprosessi eri koulutoimijoiden sekä oppilaiden ja vanhempien edustajien kanssa varmistaa yhteisen näkemyskokonaisuudesta ja toiminnan laadusta (Opetushallitus, i.a.).

Kaupungit ja kunnat ovat suurimpia julkisten ruokapalveluiden toteuttajia. Syyrakki (2009, 31) kirjoittaa, että päättäjien vastuulla on tehdä linjaukset ruokapalvelun järjestämisestä ja toteuttamisesta. Tehdyillä linjauksilla ja resurssien oikeanlaisella kohdentamisella sekä investoimalla tehokkaasti lisätään kunnan elinvoimaisuutta ja asukkaiden hyvinvointia (mts. 31–32).

Kuluttajien vaatimukset ja toiveet ruoan suhteen liittyvät usein hintaan, turvallisuuteen, tuotantotapaan, jäljitettävyyteen ja alkuperään (Syyrakki, 2009, s. 12). Kuluttajat haluavat tietää entistä enemmän, mistä ruoka on peräisin ja mistä raaka-aineista ruokani on valmistettu. Ilmasto-, energia- ja ympäristöasiat vaikuttavat myös kuluttajan valintoihin (Syyrakki, 2009, s. 12).

Oppilaiden tietoisuus ja vaikuttamisen tarve heitä koskeviin päätöksiin on etenkin viime vuosien aikana noussut. Lisäksi kestävä kehitys, ympäristötietoisuus ja vastuullisuusasiat ovat oppilaille tärkeitä teemoja. Koulujen oppilaat ovat myös tietoisempia kuluttajia ja asiakkaita. Kouluruokailussa oppilaiden osallistaminen, maistuvan ruoan, asiakaskokemuksen ja palvelun sujuvuus ovat osa palvelumuotoilua.



Opetushallitus (i.a.) painottaa, että kouluruokailun tehtävänä on oppilaiden terveen kasvun ja kehityksen, opiskelukyvyn sekä ruokaosaamisen tukeminen. Opetukseen osallistuvalla on annettava jokaisena työpäivänä täysipainoinen maksuton ateria. Ateria nautitaan tarkoituksenmukaisesti järjestetyn ja ohjatun ruokailun aikana. Kouluruokailun järjestämisessä otetaan huomioon ruokailun terveydellinen, sosiaalinen ja kulttuurinen merkitys (Opetushallitus, i.a.). Keittiöiden toimiessa tehokkaasti henkilöstö ja taloudelliset resurssit riittävät monipuolisen palvelun antamiseen asiakkaille (Syyrakki, 2009, s. 32).

Syyrakki (2009, s.12) kirjoittaa kunnan näkökulmasta ruokapalveluiden järjestämisessä olevan tärkeätä, että julkisessa ruokailussa edistetään terveyttä, toimitaan kokonaistaloudellisesti, kestävän kehityksen periaatteiden mukaisesti, ruoka on maittavaa ja hävikki pienenee. Hän (s. 13) nimeää ateriapalveluidentuottajien näkökulmasta tärkeätä olevan ravitsemus- ja ruokakasvatus: mahdollisuus vaikuttaa elinikäisiin ravitsemustottumuksiin, laajentaa ymmärrystä ravitsemuksesta, tarjota aitoja makuja, sesonkituotteiden monipuolista hyödyntämistä (mts. 13).

Lähtösyyksinä Espoon kaupungin ruokapalveluiden, Kasvun ja oppimisen toimialan KOTO:n ja Espoo Catering Oy:n keväällä 2021 perustamaan projektiryhmään on ollut Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) vuoden 2019 kouluterveyskyselyn tulokset, joissa todettiin, että yläkoululaisten kouluruokailuun osallistuminen on vähentynyt. Espoo Catering Oy on vuonna 2020 tehnyt kouluruokailukyselyn, jossa tuli esille, että 9.-luokkalaisista 58 % söi koululounaan päivittäin. Kouluruokailuprojektin taustalla on ollut aito huoli yläkouluikäisten oppilaiden kouluruokailusta.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille kyselyn, työpajojen ja havainnoinnin avulla kouluruokailun kehittämiskohteita espoolaisissa yläkouluissa. Tavoitteena on tehdä myös näkyväksi eri sidosryhmille, ateriapalveluiden tuottajille, ruokapalvelulle ja kasvun ja oppimisen toimialalle uudenlaisia ja ajankohtaisia näkökulmia kouluruokailukokemuksen kehittämiseksi. Samalla lisätään asiakasymmärrystä ja tuodaan kehitystyön tueksi palvelumuotoilun keinoja, joilla pystyttäisiin vastaamaan yläkouluikäisten oppilaiden asiakaskokemukseen. Työssä annetaan oppilaille oma ääni ja mahdollisuus heidän kouluarkeensa vaikuttavien tekijöiden kehittämiseen.

## 2 HYVÄN KOULURUOKAILUN EDELLYTYKSET

Kouluruokailu on koulun monialainen oppimiskokonaisuus (Valtion ravitsemusneuvottelukunta (VRN), 2017, s. 15). Siinä integroituvat useiden oppiaineiden sisällöt ja koulun ruokakasvatuksen tavoitteet. Syödään ja opitaan yhdessä -kouluruokailusuosituksessa (VRN, 2017, s. 15) kouluruokailu on oppilasta itseään koskettavaa kokemuksellista ruokatajun oppimista koulun arjessa. Tämän lisäksi kouluruokailu voi olla laaja-alainen projekti, jossa kouluruokailua havainnoidaan ja kehitetään sen järjestämisen, merkityksen ja toteuttamisen sekä oman ja vertaisryhmän toiminnan ja kokemuksen näkökulmasta. Projektituotokset voivat olla vuosittain kouluruokailussa näkyviä ja toteutettavia, kaikille yhteisiä ruokailon aiheita. Tärkeätä on viestiä projektin tuloksista vanhemmille, huoltajille, kunnan päättäjille ja medialle, tällöin opitaan myös itseä koskevaan asiaan yhdessä vaikuttamista (mts. 15).

Opetushallituksen (i.a.) perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määrätään mm., että kouluruokailu järjestetään siten, että se tukee oppilaiden oppimiselle, monipuoliselle kehittymiselle ja hyvinvoinnille asetettuja tavoitteita. VRN (2017, s. 17) kouluruokailusuosituksessa todetaan opetuksen järjestäjän päättävän, mitkä ovat kouluruokailun toteuttamista ohjaavat periaatteet sekä ruoka-, terveys- ja tapakasvatukselliset ja kestävään elämäntapaan liittyvät tavoitteet sekä miten oppilaiden ruokailuun liittyvät erityistarpeet otetaan huomioon. Kouluruokailua ohjaavat lainsäädäntö, ohjeistukset ja suositukset (VRN, 2017, s. 17–19).

VRN:n (2017, s. 19–20) kouluruokailusuosituksessa on nostettu esille, että oppilaan ruokavalintoihin vaikuttavat monenlaiset tekijät. Näitä tekijöitä ovat kotona omaksutut tottumukset, makumieltymykset, kulttuuritausta, tarjolla olevien ruokien valikoima, vertaispaine, aikaisemmat ruokailukokemukset, ruokailuympäristö ja koettu vuorovaikutus ruokapalveluhenkilöstön kanssa. Ruokavalintoihin vaikuttavat myös terveys-, laatu- ja ympäristötietoisuus. Oppilaiden osallisuuden lisääminen ruokailujärjestelyissä edistää yhteistä vastuuta hyvästä aterioinnista (mts. 19–20).

## 2.1 Ruokailuympäristö ja ruokailuajat

Kouluruokailun tulisi olla tarkoituksenmukaisesti järjestetty (VRN, 2017, s. 31–32). Ruokailu ajoitetaan ja porrastetaan siten, että kaikenikäisille oppilaille tarjoutuu mahdollisuus oikea-aikaiseen ja rauhalliseen syömiseen. Jos ruokailuajankohta on liian aikaisin, ei oppilailla ole ehkä vielä nälkä ja tällöin ruokaa otetaan vain vähän tai ei ollenkaan. Koulupäivän aikana on uhkana se, että iltapäivällä nälkään haetaan helpotusta kioskien, lähikauppojen ja välipala-automaattien epäterveellisistä vaihtoehdoista. Vähimmäisaika ateriointiin on 30 minuuttia, lisäksi suositellaan 10–15 minuutin ulkoiluhetkeä ennen tai jälkeen ruokailun. Liian lyhyt ruokailuaika johtaa helposti ruoan ahmimiseen, saatetaan ottaa pienempiä annoksia tai ruokailun väliin jättämiseen (mts. 31–32).

Ruokailutila toimii oppimisympäristönä, jonka somistukseen ja muihin järjestelyihin osallistetaan oppilaat mukaan (VRN, 2017, s. 19, s. 31). Kauniisti sisustettu ja rauhallinen ruokailuympäristö lisää ruoan nautittavuutta. Rauhallisessa, siistissä, viihtyisässä ja ohjausmyönteisessä ympäristössä ruokailuhetki tarjoaa virkistävän ja yhteisöllisen lepotauon kaikille ruokailuun osallistuville. Miellyttävään valaistukseen tulisi kiinnittää huomiota, akustiikkaa voidaan parantaa erilaisilla sisustusratkaisuilla, esimerkiksi akustiikkatuotteilla, tekstiileillä, viherkasveilla ja erilaisilla seinäkkeillä (VRN, 2017, s. 19, s. 31). Ruokailutilan ulkopuolella tulee olla asianmukaiset säilytystilat, joihin oppilaat voivat jättää ulkovaatteensa ja koulureppunsa. Oppilaiden osallisuuden lisääminen ruokailujärjestelyitä suunniteltaessa, toteutettaessa ja arvioitaessa edistää yhteistä vastuuta hyvästä aterioinnista. Koulun henkilökunnan kannattaakin sopia yhdessä yhteiset tapakasvatuksen periaatteet, esimerkiksi päähineitten ja päällysvaatteiden käytöstä sisätiloissa ja ruokailun yhteydessä (mts. 19).

Ruokailutilan ja kalusteidensuunnittelussa tulisi ottaa huomioon ruokailijoiden eri ikä, ja fyysiset edellytykset (VRN, 2017, s. 32, s. 22). Jo rakennettaessa uutta ruokailutilaa, on suunnitteluvaiheeseen tärkeitä ottaa mukaan suunnitteluun eri käyttäjäryhmät, opettajat ja oppilaat. (mts. 32, 22). Linjaston korkeus, astianpalautuspiste, kalusteet tulisi suunnitella niin, että kaikkien käyttäjien olisi turvallista ja miellyttävää ruokailla. Linjastoja suunniteltaessa tulisi ensimmäiseksi sijoittaa kylmältaat. Hyvässä ateriasa kasviksia ja niistä tehtyjä salaatteja annostellaan lautasmallin mukaisesti puolet lautasen koosta. Suosituksen toteuttamista voidaan edistää rakentamalla ruokalinjastot sellaisiksi, että kasvikset ja salaatit tarjotaan komponentteina ja sijoitetaan itsepalvelulinjaston alkuun. (mts. 22, 31). Ja tämän

jälkeen vasta otetaan pääruokaa lämpöhauteista. Linjaston päästä otetaan juomat ja leivät. Mahdollisuuksien mukaan ruokailutilassa voi olla oma erillinen leipäpöytä, näin saadaan tarjolle vaihteleva leipävalikoima. Myös lisäännosten hakemista varten voi olla erillinen piste, jolloin jo ruokailemassa olevat oppilaat voivat helpommin hakea ruokaa lisää, vaikka päälinjastossa olisikin ruokajonoa. Tarjoilulinjaston sijoittelussa tulisi ottaa huomioon, että mahdollisen jonon muodostuessa se ei häiritse ruokailemassa olevia oppilaita (mts. 19, 31–32).

Finlex 1326/2010 16§ (Finlex i.a.) terveydenhuoltolain mukaan velvollisuuksia kouluterveydenhuollossa ovat kouluympäristön terveellisyys ja turvallisuus sekä koulu yhteisön hyvinvoinnin edistäminen sekä seurannan tekeminen kolmen vuoden välein. Koulun terveysolojen tarkastamisessa huomioidaan myös mm. oppilaiden mahdollisuus pestä kädet enne ruokailua sekä suun terveyteen liittyvät asiat: vesipiste, automaatit, välipalatarjonta (VRN, 2017, s.73).

## **2.2 Monipuolinen ja täysipainoinen koululounas**

Kouluruokailusuosituksessa täysipainoista ateriakokonaisuutta kuvataan lautasmallilla (VRN, 2017, s. 29). Tässä mallissa on kuvattu käytännönläheisesti kokonaisen aterian koostaminen. Se ohjaa myös oppilaita ruokailutilanteissa miten täysipainoinen ateriakokonaisuus rakennetaan. Täysipainoinen kouluateria sisältää lämpimän ruoan, kasvislisäkkeen ja salaattinkastikkeen tai öljyn, ruokajuomaa, täysjyväleipää ja margariinia (mts. 29).

Tarjolla olisi hyvä olla kaksi pääruokavaihtoehtoa (VRN, 2017, s. 34–35). Kasvisruokavaihtoehto totuttaa ruokailijoita kasvispainotteiseen syömiseen, mikä tukee sekä terveyttä edistävää että ympäristövastuullista syömistä. Vaihtoehtojen lisäämisen tiedetään myös lisäävän oppilaiden osallistumista kouluruokailuun. Kouluruokailusuosituksessa (VRN, 2017, s. 34–35) todetaan kasvisruokavalioiden suosion kasvaneen sekä oppilaiden että opettajien keskuudessa, kuten myös niiden henkilöiden, jotka haluavat lihaa sisältävään ruokavalioon vaihtelua. Suosituksessa todetaan myös, että kasvisruokavaihtoehdot tulee nimetä niin, että oppilaat oppisivat tunnistamaan ja nimeämään uusia raaka-aineita nimeltä sekä uskaltautuisivat maistamaan entuudestaan itselleen tuntemattomia ruokalajeja (mts. 36).

Koululounaalla tarjottavat kasvikset, marjat ja hedelmät tulee olla eri muodoissa sekä niitä tulee tarjota monipuolisesti (VRN, 2017, s. 53). Tarkoituksena on, että oppilaat tottuvat niiden erilaisiin makuihin ja rakenteisiin. Vuodenaikojen eri sesongit tulisi hyödyntää ja käyttää kotimaisia vaihtoehtoja mahdollisuuksien mukaan. Erilaisten kasvien tarjollepano sellaiseenaan lisää niiden houkuttelevuutta. Myös sellaisten oppilaiden ruokavalintojen teko helpottuu, joilla on esimerkiksi allergiaa tai muita tekijöitä esteenä syödä joitakin kasviksia. Ennen kaikkea monipuolinen tarjonta ja salaattipöytä, jossa salaatin eri komponentit ovat tarjolla erikseen, lisäävät kasvien menekkiä (mts. 53).

Palkokasvit, kuten herne-, härkäpapu, pavut, linssit ja niistä valmistetut tuotteet, ovat hyviä proteiinin lähteitä (VRN, 2017, s.55–57). Kasviproteiinin lähteet ovat suositeltavia ja kestäviä valintoja sekä terveyden että ympäristön kannalta. Ruokavalinnoissa tulee huomioida kestävä kehityksen näkökulma. Suositusten mukainen kasvispainotteinen ruokavalio vähentää ruoan ympäristökuormitusta (mts. 55–57).

Ympäristöystävällisessä ruokavaliossa suositaankin monipuolisesti kotimaisia satokauden vihanneksia, juureksia ja palkokasveja sekä syödään punaista lihaa enintään suositeltu määrä. Kestävää kehitystä tukee myös kotimaisten vilja tai viljalisäkkeiden käyttö esimerkiksi riisin tilalta. Kala- ja järvikalan käyttö tukee myös osaltaan kestävä kehitystä (VRN, 2017, s.57).

Risku-Norja. ym. ( 2010. s. 48) kirjoittavat ekologisen ulottuvuuden käsittävän ruoan ympäristövaikutukset ja luonnonvarojen riittävyyden. He (s. 48) toteavat kunnan ruokahuollossa ja kouluissa kestävä kehityksen osana ympäristöasioita tarkoittavan lähinnä kierrättämistä ja jätteiden käsittelyä. Heidän (s. 48) mukaan tarvitaan laaja-alaisempaa huomiota kestävä kehityksen teemoihin.

VRN (2017, s. 51) korostaa, että hyvä kouluruokailun toteutus edellyttää laadukkaiden ja ravitsemuksellisesti korkealaatuisten raaka-aineiden käyttämistä. Lisäksi tärkeätä on ruokalista- ja ruokalistakierron suunnittelu, reseptiikka ja eri ruokalajien esiintymistiheys ruokalistalla. Vaihteleva ja monipuolinen ruokalista edellyttää riittävän pitkää kiertoa. Suunnittelussa on hyvä ottaa huomioon koulun koko ruokavuosi. Näin ollen sesongit, teemat ja juhlapyhät

rytmittävät vuotta, tarjoavat vaihtelua ja ohjaavat ruoka- ja tapakulttuurin oppimista (mts. 51). Kulttuurinen vastuullisuus kouluruokailussa näkyy etenkin erilaisten juhlapäivien ja eri vuodenaikojen huomioonottamisena (Risku-Norja. ym., 2010. s. 48). Päivittäisessä ruokailutapautumassa yhdistyvät perinteet, nykyhetki ja tulevaisuus (mts. 48).

### **2.3 Kouluaterian ravitsemuslaadun toteuttaminen, seuranta ja arviointi**

Ruokalistasuunnittelu ja kouluruokailun toteutus edellyttävät tuotteistamista ja laadukkaiden ja ravitsemuksellisesti korkealaatuisten raaka-aineiden käyttämistä (VRN, 2017, s.51). Tuotteistaminen tarkoittaa ruokalistakierron suunnittelua, joka sisältää käytettävät raaka-aineet, reseptiikan ja eri ruokalajien esiintymistiheyden ruokalistalla. Ruokapalveluilla on vastuu siitä, että ruokalista on ravitsemussuosituksen mukainen, vaihteleva ja täysipainoinen. Ruokapalveluista päättävällä taholla ja tilaajalla on kuitenkin vastuu siitä, että kouluruokailun laadukkaaseen ja täysipainoiseen toteuttamiseen on osoitettu riittävät resurssit ja että ravitsemussuositukset ja ravitsemuslaadun kriteerit ovat kirjattu vähimmäislaatuvaatimuksina ruokapalveluiden ja elintarvikehankintojen kilpailutuksessa. Tilaajan ja tuottajan välisessä palvelusopimuksessa tulee määritellä ruokalistan laatu, sisältö ja tarkoituksenmukaisuus. (mts. 51).

Säästäminen ja työn tehostaminen liittyvät julkisiin ruokapalveluiden järjestämiseen (Risku-Norja. ym., 2010. s. 48). Taloudesta puhuttaessa korostetaan kustannussäästöjä ja toimintatapojen parantamista ja tehostamista. Taloudellisuus käsittää ruoan hankinnan, hinnan ja suunnittelun, jotta ruokaa menisi hukkaan mahdollisimman vähän. Kestävä ruokahuolto ei ole pelkästään kunnan ruokapalveluiden asia, vaan kestävä ruokahuolto tulisi ottaa osaksi kuntien kokonaisvaltaista kehittämisstrategiaa. (mts. 48, 3)

Ruokalistoilta on suositusten mukaisesti oltava vuorotellen keittoja, pääruokakastikkeita, vuokaruokia, pata- ja kappaleruokia (VRN, 2017, s.51). Huomioon on otettava esimerkiksi kappaleruoissa rasva- ja suolamäärät. Ruokalistoja ja ruokalajeja uudistetaan, jotta oppilaat pääsevät tutustumaan uusiin raaka-aineisiin ja ruokalajeihin. Samalla tulee huomioida muuttuva maailma ja muutokset ruokailutottumuksissa (mts. 51).

Kouluaterian pääruoan proteiinin lähteitä ovat liha, kala, maito/piimä, muut maitovalmisteet, kanamuna ja palkokasvit (VRN, 2017, s.61). Myös viljasta saadaan proteiinia. Kasvisruokavaliassa proteiinin saanti mahdollistetaan monipuolisella tarjonnalla palkokasveja, vilja- ja maitovalmisteita. Lautasmallin mukaisesti koostetussa kouluateriassa viikkotasolla proteiinit ovat 13–17 % energiasta. Vastaavasti hiilihydraatit ovat 45–50 % ja rasva 30–40 % (tyydytynyt rasva alle 10 %). Vaikka yksittäiset ateriat voivat vaihdella, niin viikkotasolla tarkasteltuna energiaravintoaineiden osuudet lautasmallin mukaisessa kouluateriassa tulee toteutua (mts.61).

VRN Syödään ja opitaan yhdessä- kouluruokailusuosituksessa (2017, s. 64) todetaan ohjauksella, kannustamisella, motivoinnilla ja aikuisten hyvällä esimerkillä on merkitystä sille, nauttiiko lapsi ja nuori terveyttä edistävän aterian. Ohjauksella vaikutetaan olennaisesti siihen, mitä ja kuinka paljon ruokailija tarjolla olevista aterianosista lautaselleen valitsee. Ainoastaan syöty ruoka ravitsee (mts. 64).

Ohjaamista tehdään malliaterian, ruokalistan ja linjastomerkintöjen avulla (VRN, 2017, s.64). Malliateria auttaa hahmottamaan, miten oikeaoppinen lounas linjastosta kootaan. Malli ohjaa täyttämään puolet lautasesta kasviksilla, ¼ energialisäkkeellä (peruna, pasta, muu viljalisäke) ja ¼ liha/kala/muna/palkokasveilla. Lisänä leipä, margariini ja lasillinen maitoa/piimää sekä mahdollisesti jälkiruoka. Vastaavasti esitetään myös keitto- ja puuroannos. Tärkeätä on kiinnittää huomiota myös siihen, että eri-ikäisillä ja kokoisilla lapsilla on yksilölliset energiantarpeet sekä syöminen voi vaihdella huomattavasti päivästä toiseen ja riittävän energiansaantia voidaan arvioida vain pitkällä aikavälillä (mts. 64).

VRN Syödään ja opitaan yhdessä- kouluruokailusuosituksen (2017, s. 70–71) mukaan ravitsemuslaadun seuranta on jatkuva prosessi, jolla ruokapalvelun tuottaja varmistaa, että tarjottu ruoka vastaa suosituksia. Laadun varmistamisen prosessiin kuuluvat ruokalista ja elintarvikehankintojen suunnittelu, tuotteistus, reseptiikan kehittäminen, ruoanvalmistus ja tarjoilu. Sopimusasiakirjoissa on konkreettisesti määritelty, mitä tarkoitetaan kouluruokasuosituksen mukaisella toteuttamisella. Ravitsemussuositusten toteutuminen ja ravitsemuslaadun varmistaminen mahdollistetaan täsmällisillä kuvauksilla ruokalistatasolla ja aterioittain. Ravintosisältölaskelmat ja ravitsemuslaadun kriteerit tuovat mittariston tähän arviointiin. Tärkeätä onkin tehdä ravitsemuslaadun seurannalle suunnitelma, kriteerikuvaukset, seurantaväli- ja menetelmät sekä raportointitapa. Palvelun tilaajan kanssa tehdään seurantaan liittyvää yhteistyötä ja palautteen antoa. Hyvä käytäntö on myös toiminnan sisäinen auditointi ja laadun

arviointikäynti. Se on vuorovaikutteinen ohjauskäytäntö ja edistää tasalaatuisen, laadukkaan, suositukset ja sopimukset täyttävän kouluruokailun toteutumisen toimialueen palvelupisteessä. Näihin käynteihin voidaan liittää koulukohtaisia yhteistyöpalavereja, jolloin laatua arvioidaan yhdessä koulun henkilöstön ja ruokailutoimikunnan edustajien kanssa (mts. 70–71).

Kouluruoan kehittämisessä keskeistä on oppilailta, opettajilta ja muulta henkilöstöltä saatu palaute (VRN, 2017, s.72). Kouluruokailun kehittämisessä välitön ja vuorovaikutteinen palautejärjestelmä tukee parhaiten konkreettisia parannustoimia. Kehittämisehdotuksia saadaan nopeasti kerättyä myös ruokapalveluntuottajien ja koulun välisenä yhteistyönä. Tähän arviointiin voidaan osallistaa myös oppilaiden vanhempia/huoltajia (mts. 72).

Vanhempien rooli kouluruokailuasioissa on kuntalaisen sekä palvelun hyödynsaajan roolissa (VRN, 2017, s.72). Osallisuusaktiivisuus on keskeinen mittari kodin ja koulun yhteistyön mittaamiseen. Vanhempien palautetta voidaan kerätä erilaisten kyselyjen avulla, suoraa palautetta toivotaan saavan koskien erityisruokavaliota. Erilaisten muiden lisäpalveluiden, esimerkiksi välipalatarjoilun toteuttamisessa koulun ja kodin yhteistyö on erityisen tarpeellista. VRN kouluruokailusuosituksessa (2017, s. 72)) on nostettu esille, että kouluruokailuun liittyy edelleen myös uskomuksia, käsityksiä ja oletuksia. Tämän takia onkin erittäin tärkeää reagoida asianmukaisesti oppilaiden, että kotien antamaan palautteeseen, myös korjaamalla väärä käsityksiä tai tietoja (mts. 72).

## **2.4 Oppilaan ohjaus ja osallistaminen**

Syödään ja opitaan yhdessä- kouluruokailusuosituksessa (2017, s. 21) tiivistetään hyvin se, että hyvä ohjaus on oppilaslähtöistä, havainnollista, käytännönläheistä ja tavoitteellista. Oppilaat ovat tietoisia kuluttajia ja monet heistä saattavat haluat tietoa käytetyistä raaka-aineista ja myös ruokien energia- ja ympäristövaikutuksista ja valmistusprosesseista. Oppilaiden ruokavalintoja voidaan ohjata siten, että ruokien tarjollepano tukee terveellisten ja kestävien ruokavalintojen tekemistä (VRN, 2017, s. 21). Oppilaat onkin hyvä osallistaa mukaan havaitsemaan ruokavalintoihin liittyvää taloudellista näkökulmaa myös, sillä terveyttä edistävät ja hävikkiä vähentävät ruokavalinnat ovat taloudellisia. Ja ruokapuhe sisältää myös kriittistä pohdintaa linjataan kouluruokailusuosituksessa (VRN,2017, s. 21).



Esteettiset, kulttuuriset ja sosiaaliset lähestymistavat sekä kokonaisvaltainen käsitys kestävästä kehityksestä ovat tärkeitä osa-alueita ruokakasvatuksessa (Risku-Norja. ym., 2010. s. 17). He (s. 17) määrittävät ruokakasvatuksen olevan osa kestävästä kehityksestä kasvatusta, jossa ruokaa tarkastellaan hyvin monesta eri näkökulmasta ja lähestymistapana on henkilökohtainen, yhteiskunnallinen ja maailmanlaajuinen ulottuvuus. Kestävästä kehityksestä kasvatuksella pyritään sellaisten toimintatapojen omaksumiseen, jotka tukevat kestävästä kehityksestä tavoitteita. Kun käsiteltävät teemat ovat entuudestaan tuttuja ja liittyvät läheisesti omaan toimintaan on oppiminen tällöin kokemusperäistä ja tilannesidonnaista. Vaikuttamismahdollisuudet, vaikuttamisen keinot ja omaksuttu tieto voi johtaa muutokseen käytännön toiminnassa se mahdollistaa kestävästä kehityksestä mukaisista ruokavalinnoista tulee vähitellen itseohjautuvia (Risku-Norja. ym., 2010. s. 17).

VRN Syödään ja opitaan yhdessä kouluruokailusuosituksessa (2017, s. 43) todetaan myös, että säästöjen mukaisesti oppilaiden monimuotoista osallisuutta kouluruokailun järjestämiseen on tuettava. Sekä annettava mahdollisuus kouluruokailun suunnitteluun ja toteutukseen oppilaiden omien kykyjen mukaan. Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävästä tulevaisuuden rakentaminen ovat teemoja, joita kaikenikäiset oppilaat voivat käsitellä. Tärkeintä on, että oppilaat saavat kokemuksia arvostetuiksi tulemisesta yhteisön jäseninä. Osallistamisella, yhteisellä suunnittelulla, seurannalla, arvioinnilla ja yhdessä kehitetyllä ruokailun toteuttamisella oppilaat saadaan sitoutettua syömään ja oppimaan yhdessä. Mitä vahvemmin oppilas kokee vaikutusmahdollisuutensa, sitä motivoituneempi hän on toimimaan. Nämä vaikuttamisen taidot mitä opitaan jo koulussa tukevat ja kehittävät yhteisö ja yksilön taitoja myös kohti aikuisuutta ja aktiivista toimijaa. Jo perusopetuslaissa todetaan oppilaiden oikeudesta vaikuttaa heitä itseään koskeviin asioihin. Vaikuttamisen osallistaminen koskee itse ruokailun lisäksi myös ruokailuympäristöä ja sen kehittämistä. Kouluruokailun kehittämiseen on olemassa monia erilaisia toimintamalleja (mts. 43).

Ruoka on kaikissa kulttuureissa tärkeä oman identiteetin ilmentäjä (VRN, 2017, s.38, s. 47). Kodin syömisen rutiinit ja siellä tarjotut ruoat voivat olla hyvin erilaisia verrattuna koulussa tarjottaviin. Ruokataustojen erilaisuus rikastaa kouluruokakulttuuria. Vanhempien kannustava suhtautuminen kouluruokailuun edistää omalta osaltaan ruokailusuositusten toteuttamista. Koulun ja kodin yhteinen ja yhdensuuntainen ruokakasvatus on todellinen sekä

käytännöllinen tapa edistää hyvinvointia ja terveyttä. Vanhempien tehtävä on vastata lasten ja nuorten ruokailusta kotona ja vapaa-aikana (mts. 38, 47).

Kouluruokailuun osallistumista, ruoan- ja ruokailutilanteiden laatua tulee seurata ja arvioida säännöllisesti (VRN, 2017, s.69). Kouluruokailua seurataan ja arvioidaan monella eri tasolla; koulu-, opetuksen järjestäjä- ja kuntakohtaisesti sekä valtakunnallisesti. Valtakunnallisesti järjestetään mm. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Kouluterveyskysely joka toinen vuosi (mts. 69).

### 3 KOULULAISIA KOSKEVIA KOULURUOKAILUTUTKIMUKSIA

Vuosien 2010–2014 välillä tehtiin kainuulaisten 5–9.luokkalaisten oppilaiden ruokailutottumuksista ja niihin yhteydessä olevista tekijöistä kyselytutkimuksen avulla tutkimusta (n=357–1265) (Tilles-Tirkkonen, 2015, s. 30–33). Oppilaat vastasivat kyselyyn vuosittain. Kyselyssä kartoitettiin ateriarytmiä, koululounaan kokoamista, elintarvikevalintoja, syömisen taitoa, itse-tuntoa, koherenssin tunnetta, kehon koon kokemista, laihdutuspyrkimyksiä ja perheen ruokailutottumuksia (mts. 30–33).

Tilles-Tirkkonen (2015, s 34) tutkimuksessa suurin osa, 82 % oppilaista osallistui kouluruokailuun päivittäin. Harva oppilas kokosi kuitenkin kouluaterian suosituksia vastaavalla tavalla. Päivittäin 9 % oppilaista otti pääruoan lisäksi myös muita aterian osia salaattia, leipää ja leivettä sekä maitoa tai piimää. Tutkimuksessa havaittiin myös, että täysipainoista koululounasta syövät oppilaat noudattivat säännöllisempää ateriarytmiä kaikkina viikonpäivinä, myös viikonloppuisin. Täysipainoisen koululounaan nauttimiselle tutkimuksessa todettiin yhteys hyvinvointia edistäviin elintarvikevalintoihin, kuten runsaampaan kasvien, marjojen tai hedelmien ja vähäisempään virvoitusjuomien ja energiajuomien käyttöön. Ero nähtiin myös täysipainoisen koululounaan nauttivilla oppilailla välipalojen valinnassa, jotka sisälsivät useammin marjoja tai hedelmiä ja harvemmin virvoitus- ja energiajuomia kuin ei-täysipainoisen koululounaan syöville. Tutkimuksessa perheen ruokailutottumuksilla havaittiin yhteys koululounaalla nautittuun täysipainoiseen ateriaan. Täysipainoisen koululounaan nauttivien oppilaiden kotona oli useammin saatavilla hedelmiä ja harvemmin virvoitusjuomia ja heillä tarjottiin useammin kasviksia perheen yhteisillä aterioilla. Oppilaat myös raportoivat kyselytutkimuksessa vanhempiansa kiinnittävän enemmän huomiota ruokavalion terveellisyyteen ja osallistuvansa ruoanvalmistukseen useammin kuin ei-täysipainoista koululounasta nauttivat oppilaat (mts. 34–35).

Tilles-Tirkkonen (2015, s 36) tutkimuksessa oppilaiden oman kehon koon kokeminen oli yhteydessä koululounaan tasapainoisuuteen ja syömisen taitoon. Oman kehonsa sopivan kokoiseksi kokevat oppilaat nauttivat useammin täysipainoisen koululounaan kuin kehonsa hie-man tai liian lihavana tai laihana kokeneisiin verrattuna. Yläkoululaisilla tytöillä lisäksi vähäisempi laihduttaminen oli yhteydessä parempaan syömisen taitoon. Koherenssin tunne ja hyvä itsetunto olivat tutkimuksen tuloksissa yhteydessä säännöllisempään ateriarytmiin ja

vähäisempään napostelutyypin syömiseen. Kohtalaisen tai heikon koherenssin tunteen omaavat oppilaat valitsivat välipalaksi makeita kahvileipiä, makeisia, suolaisia naposteltavia tai energia- ja virvotusjuomia (mts. 35–36).

Kattava koululounas ja välkyt välipalat (Valtioneuvoston kanslia (VNK), 2021, s. 115) hankkeessa kerättiin tietoa kouluikäisestä ruokailusta ja sen järjestämistavoista kuntien ruokapalveluissa ja opetustoimessa sekä peruskoulun oppilaiden kouluikäisen ruokailun ja kokonaisravitsemuksen tarkastelussa käytettiin kolmea aiemmin kerättyä tutkimusaineistoa. Selvityksen tulokset kouluikäisestä ruokailusta selvisi, että kouluateria ei täytä sille asetettua suositusta energiansaannista (1/3 päivittäisestä energiatarpeesta). Tähän yksi vaikuttavista tekijöistä oli, että kouluaterialle asetettu energiatavoite on vaikea saavuttaa, koska se vaatii suhteellisen ison annoksen ruokaa. Koululounaalta saatava suositusta vähäisempi energiamäärä on keskeinen peruste kouluaterioiden kokonaisuuden uudelleen tarkasteluun. Oppilaat pystyvät nauttimaan yhdellä aterialla rajatun määrän ruokaa. Itsesäätelytaitojen tukeminen on tärkeä terveystaito ollen yhteydessä painonhallintaan, ja siten oppilaiden omaa kylläisyyden tunnetta tulee kannustaa kuuntelemaan. Annoskoon tulee siis lähtökohtaisesti vaihdella yksilöllisesti lasten välillä. Välipalan tarjoaminen lounaan lisäksi auttaisi saavuttamaan kouluaterioille asetetun energiatavoitteen (mts. 115–116).

VNK (2021, s. 116–117) hankkeessa tehdyssä kyselyssä opetustoimesta vastaavista 58 % ja ruokapalveluista vastaavista 42 % koki, että tarjottava ruoka ei ole oppilaiden makumieltymysten mukaista. Syyksi koettiin se, että ruokapalveluissa pyritään tekemään oppilaille maistuvaa ruokaa, mutta toisaalta samalla koetaan, ettei tavallinen kotiruoka ole oppilaille mieleen. Hankkeessa selvitettiin myös välipalan tarjoamisen käytäntöjä. Kouluruokailusuosituksen mukaista pitkän päivän välipalaa ei läheskään aina tarjota, vaikka ehdot sen tarjoamiselle täytyisivät käyvät ilmi hankkeen tutkimuksessa. Välipalatarjonnan vähäisyyteen vaikuttaa myös se, että välipalalla käydään tai sitä ostetaan vähän, huolimatta siitä onko tarjonta maksullista tai maksutonta. Myös tarjottavien välipalojen vaihtoehdot ovat hyvinkin erilaisia maksuttomasta näkkileipätarjoilusta monipuoliseen valikoimaan, josta peritään pieni maksu. VNK (2021) hankkeessa tarkasteltiin myös EU:n kouluhedelmätuen hyödyntämistä kunnissa (2021, s. 116–118).

VNK (2021, s. 120) Koulun välipalatarjonnan kilpailijaksi nousivat oppilaskunnan kioskien tai omien eväiden ohella lähialueen kauppojen, ravintoloiden ja kioskien tarjonta. Erityisesti

yläkoulun oppilaat puntaroivat koulun välipalatarjonnan ja muualta ostettavan välipalan hinta-laatu-suhdetta tarkoin, mutta tutkimuksessa sitä ei nähty ainoaksi valintoihin vaikuttavaksi tekijäksi. Koulun lähialueen välipala- ja ruokatarjonnan laatua ja houkuttelevuutta tulisi selvittää tarkemmin, jotta ymmärrettäisiin paremmin lasten ja nuorten tekemiä valintoja (mts. 120).

VNK (2021, s. 120) hankkeessa erityisen haasteelliseksi selvitystä tehdessä osoittautui kouluaikaisen ruokailun kustannusten selvittäminen huomioiden myös tarjottavan ruuan ravitsemuksellinen laatu. Välipalojen kustannuksien selvittämiseksi tulisi pyytää kustannusarvioiden sijaan absoluuttiset kustannustiedot niistä kunnista, joissa jo on tarjottu oppilaille maksuttomia välipaloja kaikille peruskoulun oppilaille. VNK (2021, s. 12) Kattava koululounas ja välkyt välipalat-hankkeessa todetaan, että kouluaterioiden toteutuksen arviointiin olisi hyödyllistä ottaa käyttöön moniammatillisesti kehitetty työkalu, joka arvioi yksityiskohtaisesti ruokapalveluiden tuottamien kouluaterioiden ravintosisältöjä, kouluruokailusuosituksen eri linjauksien toteutumista, kustannuksia sekä hinta-laatusuhdetta ohjeistetaan (mts. 120).

Kouluterveyskysely tuottaa joka toinen vuosi maakunnallista ja paikallista seurantatietoa eri ikäisten lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja opiskelusta, osallisuudesta sekä avun saamisesta ja palvelujen tarpeisiin vastaavuudesta (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), i.a.). Kyselyyn osallistuminen on maksutonta kunnille ja koulutuksen järjestäjille. Perustulokset ovat saatavilla THL:n sähköisestä tulospalvelusta. Tuloksia on mahdollista tarkastella kunnittain, alueittain ja koko maan tasolla eri taustatekijöiden mukaan (THL, i.a.).

Kyselyyn osallistuu:

- perusopetuksen 4. ja 5. vuosiluokan oppilaat
- perusopetuksen 8. ja 9. vuosiluokan oppilaat
- lukiokoulutuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat
- ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat

(THL, i.a.).

THL: n (i.a.) kouluterveyskyselyn vuoden 2021 valtakunnalliset tulokset julkaistiin 17.9. Kouluterveyskyselyn 2021 koulukohtaiset tulokset julkaistaan joulukuussa 2021, mutta ne eivät ole julkisesti luettavissa. Yhteensä 48165 10–20-vuotiasta osallistui kouluterveyskyselyyn valtakunnallisesti vuonna 2021 (THL, i.a.).

### 3.1 Pääkaupunkiseudun kouluterveyskysely 2021

THL: n (i.a.) kokosi pääkaupunkiseudun 2021 kouluterveyskyselyn tiedot yhteen Helsingistä, Espoosta, Vantaalta ja Kauniaisista. Pääkaupunkiseudun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista. 67 % oli tyytyväisiä elämäänsä (n=14856). 61 % pitivät koulunkäynnistä (n=14520). Ja kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista oppilaista 23 % (n=15424) pääkaupunkiseudulla kokivat kouluinnostusta. Hyvät vaikutus mahdollisuudet koulussa kokivat 12 % (n=15006) 8–9 luokkalaisista.

Pääkaupunkiseudun kouluterveyskyselyn vastanneista 8–9 kahdeksas- ja yhdeksäsluokkaisista oppilaista 22 % (n=15515) kokevat hyvät mahdollisuudet vaikuttaa kouluruokailuun (THL, i.a.). Vastaavasti pääkaupunkiseudun tuloksissa– Syö pääruokaa kouluruoalla kaikkina koulupäivinä oli tulos 60 % (n=15297) kahdeksas- ja yhdeksäsluokkaisten oppilaiden tuloksissa.

Heleniuksen (2021) mukaan oppilaiden kanssa käydyissä keskusteluissa he ovat kertoneet syiksi jättää menemättä koululounaalle, että joskus jännittää mennä, jos ei ole kaveria siellä ruokasalissa, tai joutuu istumaan yksin, tai on hälyistä, on kova kiire, on yksinäinen ja epävarma olo eikä saa olla puhelinta mukana. Olisi hyvä keskustella nuorten kanssa minkälaisia asioita siinä on, mitkä voisivat helpottaa ruokalassa olemista, jotta ei kävisi niin, ettei uskalla mennä ruokasaliin ja tästä syystä ei syö. Esimerkillä on suuri vaikutus, että miten ruokailuun suhtaudutaan on sillä, että aikuisia olisi mukana syömässä nuorten kanssa (THL: n kehittämispäällikkö Helenius, J., 2021).

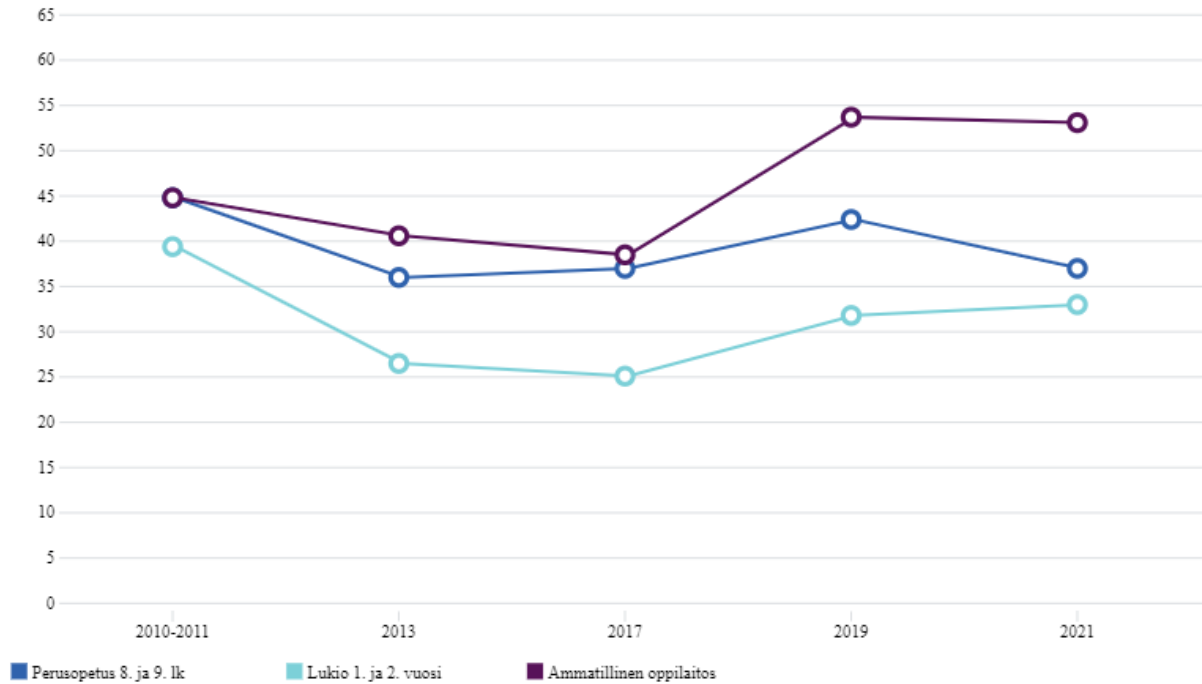
Pääkaupunkiseudulla 82 % kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten oppilaiden vastauksissa (n=15163) kerrottiin aikuisen olevan syömässä nuorten kanssa ruokasalissa. Muualla Suomessa vastaava luku oli 90 % (THL, i.a.).

### 3.2 Espoon kouluterveyskysely 2021

Espoossa on 75 suomenkielistä peruskoulua ja 11 ruotsinkielistä peruskoulua sekä kaksi yksityiskoulua. THL: n (i.a.) kouluterveyskyselyn aikaisempia tuloksia vuodelta 2019 analysoidessa, tuloksista todettiin, että yläkoululaisten (8–9 lk.) viikoittainen kouluruokailuun osallistuminen oli vähentynyt vuodesta 2017. Espoossa vuoden 2019 kouluterveyskyselyyn osallistuneista 8–9 lk. perusopetuksen oppilaista 42,4 % ei syönyt koululounasta päivittäin.

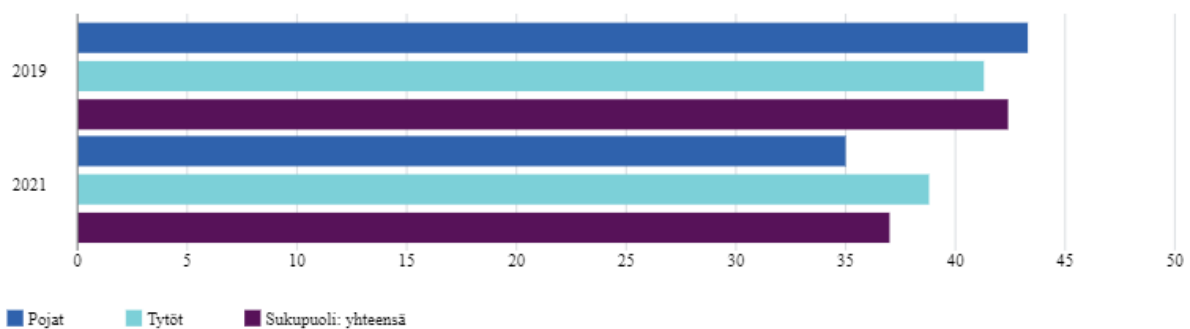
Espoo Catering Oy on Espoon kaupungin ”in house”-yhtiö, joka tuottaa yli 80 % Espoon kaupungin ateriapalveluista. Espoo Catering Oy on toteuttanut kouluruokailukyselyn vuonna 2020. Kyselyssä tulos oli, että 9.-luokkalaisista 58 % söi koululounaan päivittäin. Nämä molemmat tutkimustulokset olivat yksi syy, miksi kouluruokailuprojekti käynnistettiin keväällä 2021 yhteistyössä Espoon kaupungin ruokapalvelun, KOTO: n ja Espoo Catering Oy:n kanssa. (T. Sivonen, henkilökohtainen tiedonanto, 3.9.2021)

Kuviossa 1 on muutokset vuosien 2006–2021 välillä kuvattu (THL, i.a.). Vuonna 2017 37 % kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisesta perusopetuksen oppilaista ei syönyt koululounasta päivittäin. Vuoteen 2019 oli vastaava prosentti osuus noussut jo 42,4 %. Tänä vuonna kyselyn tulokset osoittivat, että tulos oli laskenut 37 %.



Kuvio 1. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Ei syödä koululounasta päivittäin (THL, i.a.).

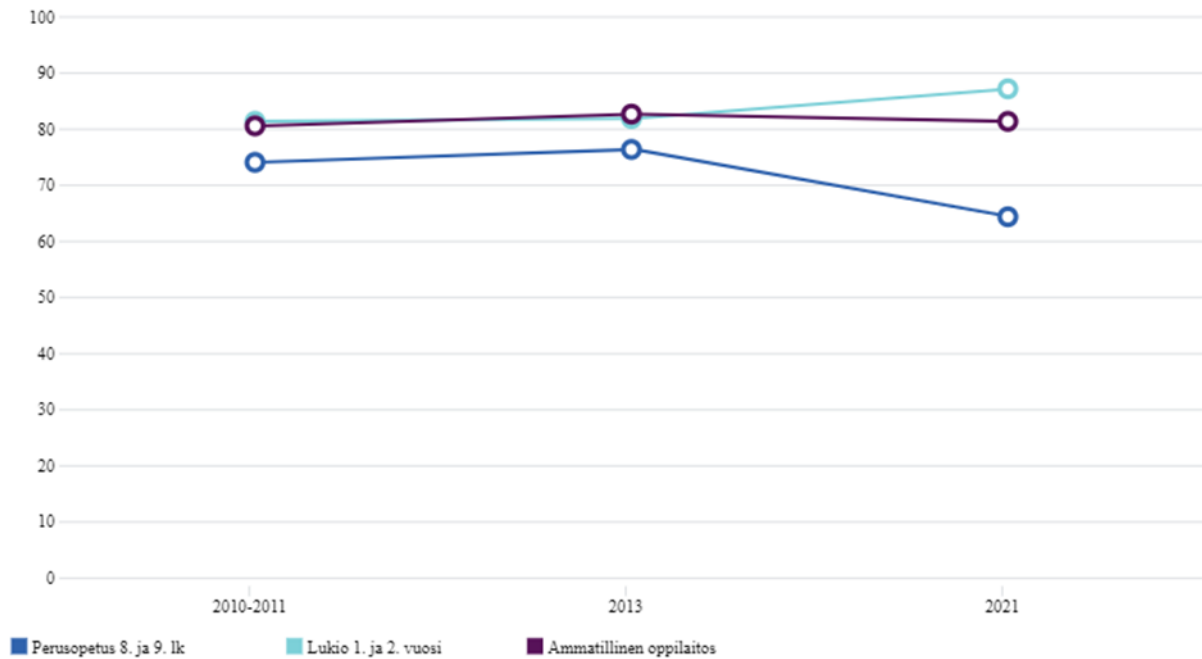
Muutokset vuoden 2019 ja 2021 välillä näkyvät tarkemmin kuviossa 2 (THL, i.a.). Vuonna 2021 37 % ei syö koululounasta päivittäin. Tulokset ovat Espoon osalta parantuneet kokonaisuudessa 5,4 % vuodesta 2019. Poikien osalta parannusta on tapahtunut 8,3 % vuoteen 2019 verrattuna. Tyttöjen kohdalla parannusta vuoden 2019 tulokseen on tullut vain 2,5 %. Tyttöjen osuus, jotka eivät syö koululounasta päivittäin on prosentuaalisesti enemmän kuin vuoden 2021 sukupuolten yhteen laskettu tulos.



Kuvio 2. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Ei syödä koululounasta päivittäin perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

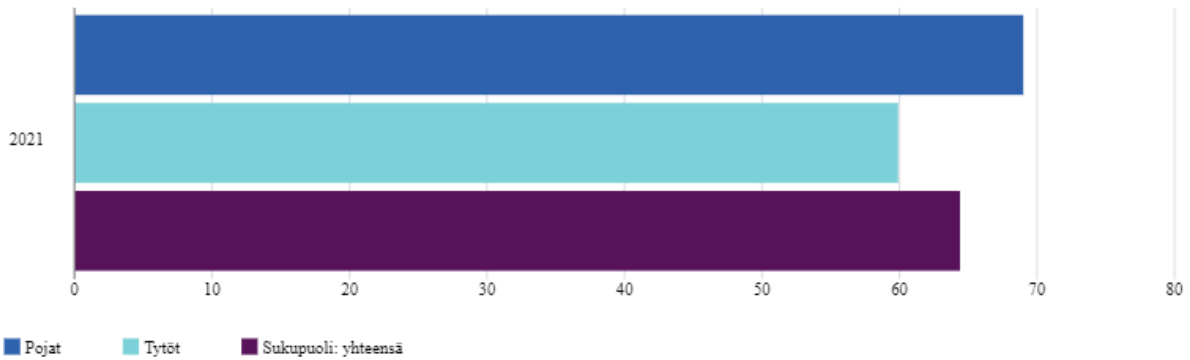


Kuvioon 3 on kuvattu koululounaan syömiseen varatun ajan riittävyyttä (THL, i.a.). Vuonna 2013 on koettu, että koululounaan syömiseen on varattu riittävästi aikaa ja tulos on ollut kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisilla 76,4 %.



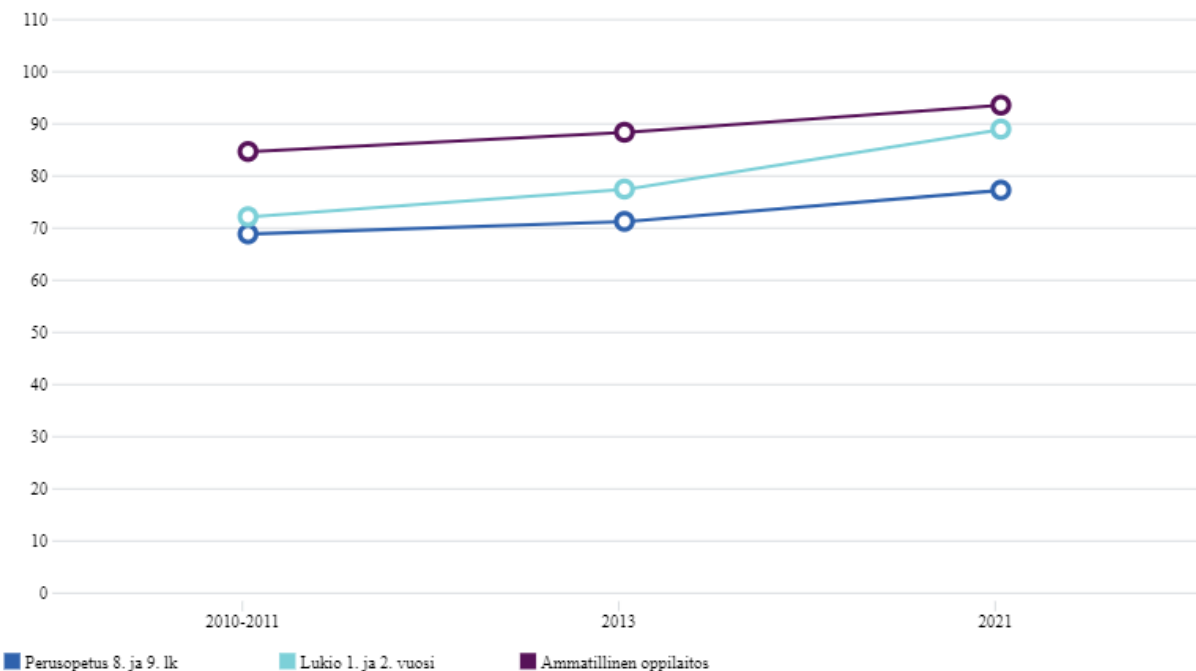
Kuvio 3. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounaan syömiseen on varattu tarpeeksi aikaa (THL, i.a.).

Tänä vuonna vastaava tulos on 64,4 % (THL, i.a.). Kuvio 4 mukaan on vuonna 2021, 69 % pojista on kokenut olevan riittävästi aikaa ruokailla, mutta tytöistä 59,9 % on kokenut olevan tarpeeksi aikaa ruokailuun.



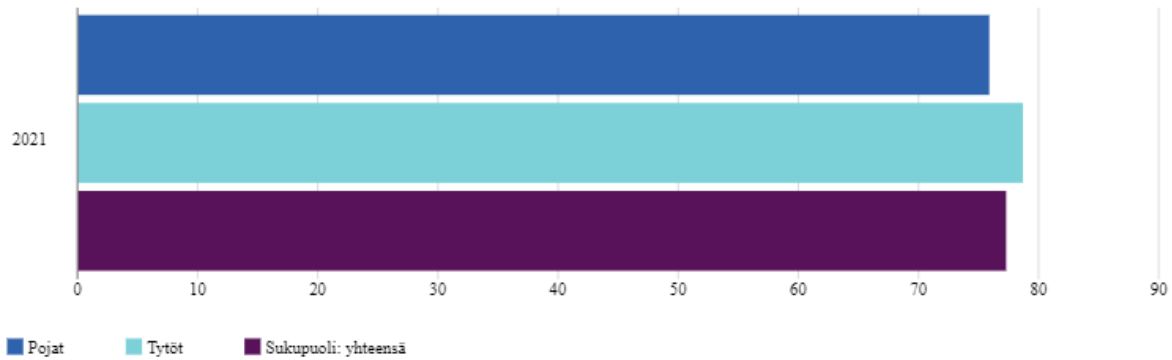
Kuvio 4. Espoo 2019–2021 prosentiosuudet: Koululounaan syömiseen on varattu tarpeeksi aikaa perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

Kuvion 5 mukaan kokemus koululounaan riittävydestä on kasvanut vuoden 2013–2021 välillä (THL, i.a.). Vuonna 2021 77,3 % kokivat koululounasta olevan riittävästi tarjolla.



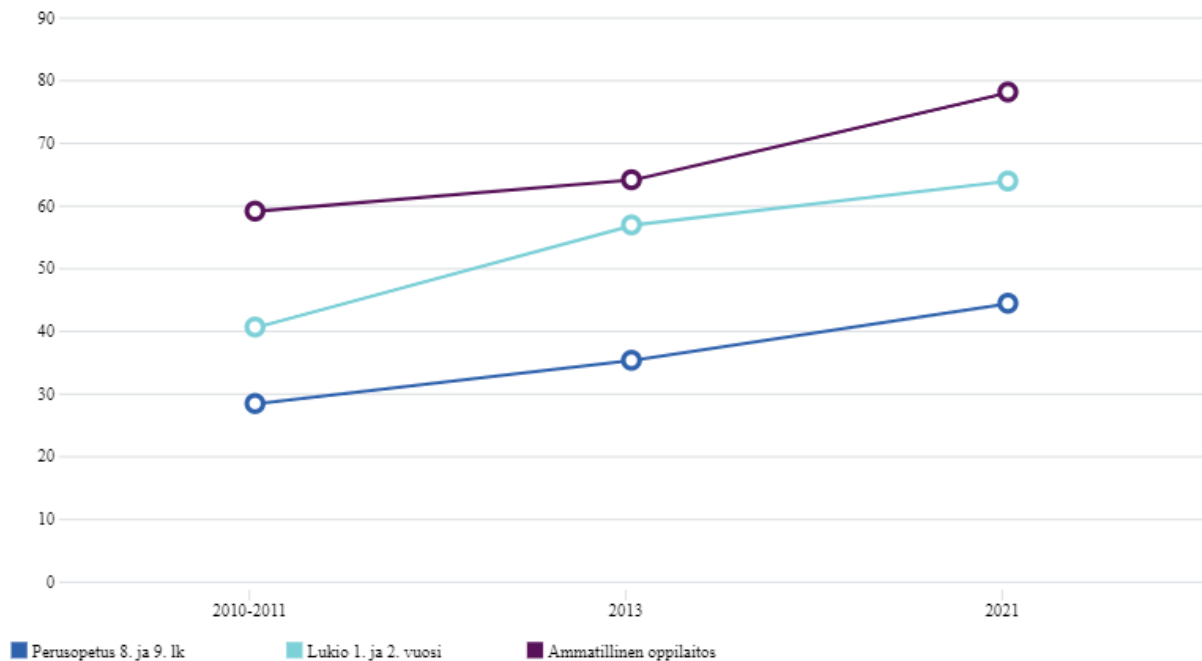
Kuvio 5. Espoo 2010–2021 prosentiosuudet: Koululounasta on tarjolla riittävästi (THL, i.a.).

Vuonna 2021 kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista pojista 75,9 % kokivat koululounasta olevan riittävästi tarjolla ja tytöistä 78,7 % kuvion 6 mukaan (THL, i.a.).



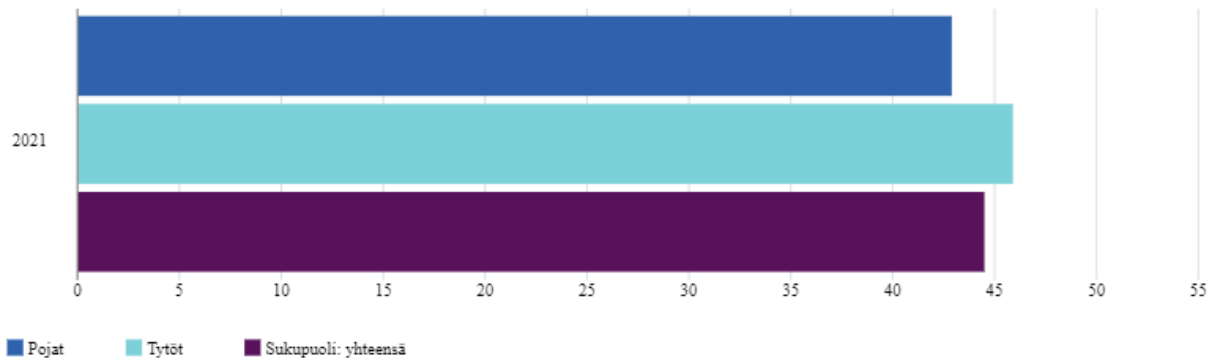
Kuvio 6. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounasta on tarjolla riittävästi, perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

Kuvion 7 mukaan kokemus koululounaan hyvästä laadusta on kasvanut vuoden 2013–2021 välillä perusopetuksen kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten mielestä (THL, i.a.).



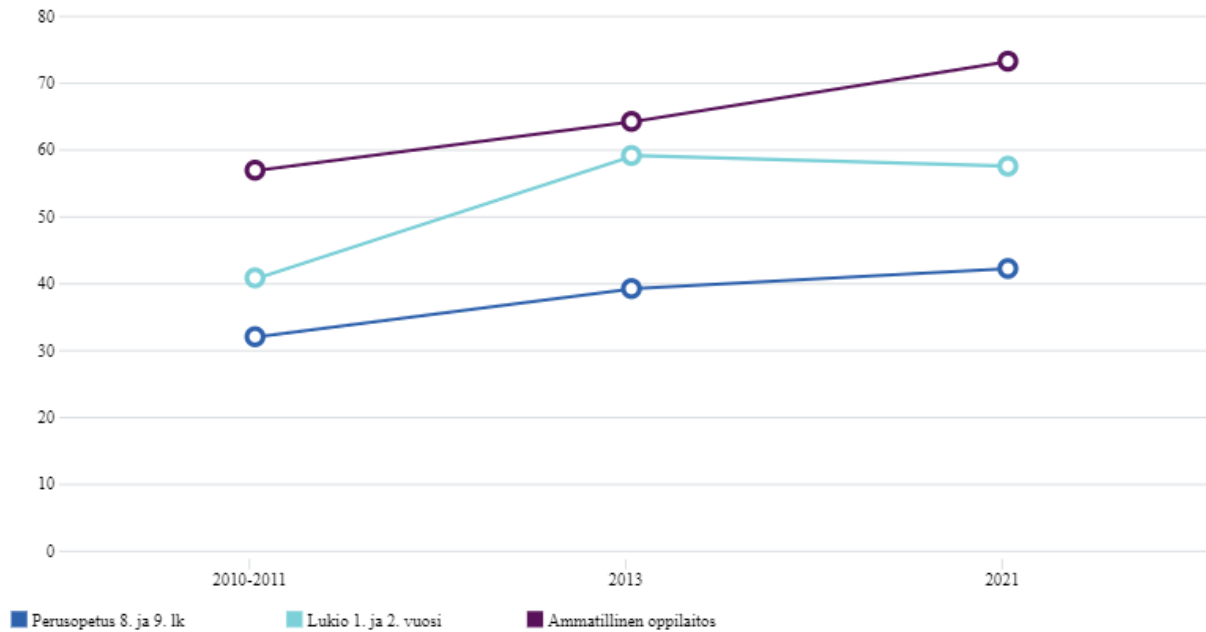
Kuvio 7. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on laadultaan hyvää (THL, i.a.).

Kuvioon 8 on eritelty vuoden 2021 tulos (THL, i.a.). Kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista 44,5 % kokevat koululounaan laadultaan hyväksi. Tytöistä 45,9 % ja pojista 42,9 % kokivat lounaan laadultaan hyväksi.



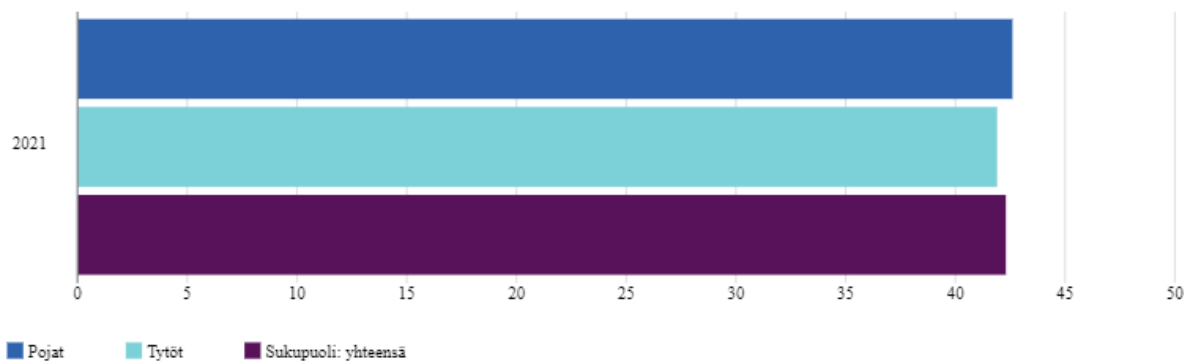
Kuvio 8. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on laadultaan hyvää, perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

Kuvioon 9 on kuvattu koululounaan maittavuuden kehitystä vuosien 2010–2021 välillä (THL, i.a.). Perusopetuksen kahdeksas- ja yhdeksäsluokkaisten oppilaiden mielestä koululounaan maittavuus on vuonna 2021 42,3 %.



Kuvio 9. Espoo 2010–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on maultaan hyvää (THL, i.a.).

Kuvion 10 mukaan vuonna 2021 pojista 42,6 % kokivat koululounaan olevaan maultaan hyvää (THL, i.a.). Tytöistä 41,9 % kokivat koululounaan hyvänmakuiseksi.



Kuvio 10. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Koululounas on maultaan hyvää, perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

## 4 PALVELUMUOTOILU JA ASIAKASYMMÄRRYS

Palvelumuotoilu tarjoaa yritykselle kehittämisotteen, jota hyödyntämällä sen on mahdollista menestyä muuttuvassa kilpailuympäristössä (Koivisto ym., 2019, s.48). Asiakkaan aikakaudella itse asiakkaan laittaminen etusijalle yrityksen päätöksenteossa ja toiminnassa, on keino nostaa yrityksen menestys korkeammalle tasolle. Kehittämistoiminnassa tämä tarkoittaa kehittämisen painopisteen siirtämistä yhä asiakaslähtöisemmäksi. Perinteisessä kehittämis-toiminnassa asiakaslähtöisyys on usein heikkoa, vaikka kehittämistavoitteena olisikin ratkaisujen kehittäminen asiakkaan tarpeisiin. Palvelumuotoilun suurin ero on suhteessa perinteiseen kehittämistoimintaan sen vahvassa asiakaslähtöisyydessä (Koivisto ym., 2019, s.48).

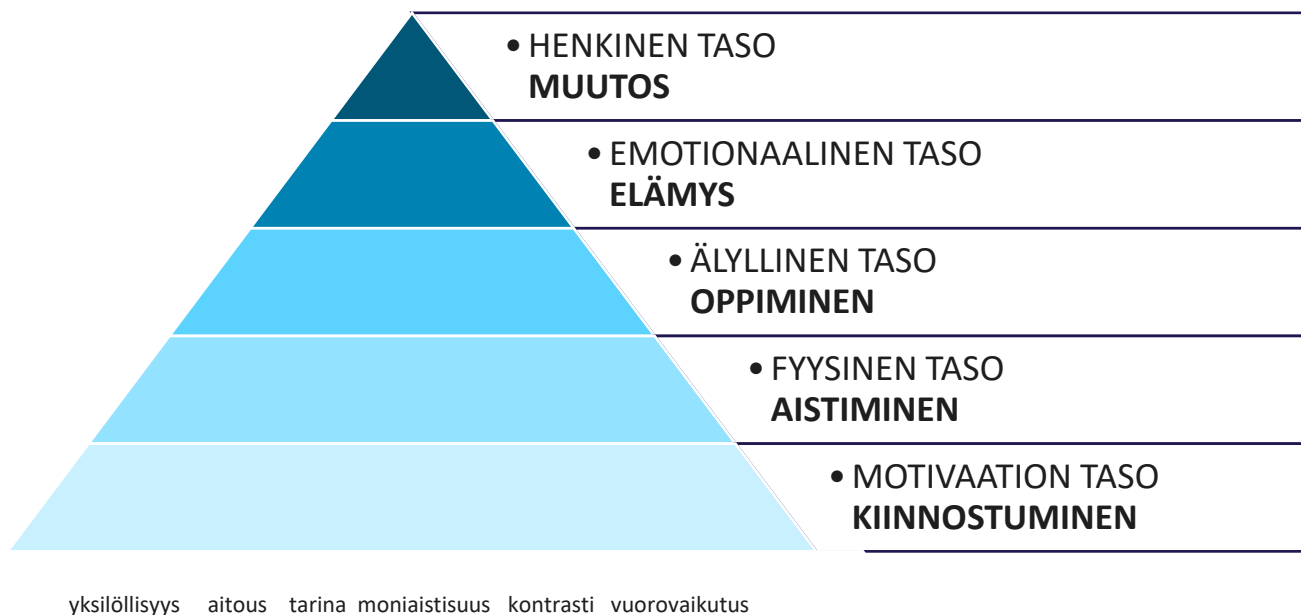
Co.-design, yhteissuunnittelu korostaa käyttäjien osallistumisen tärkeyttä, käyttäjien luovuutta ja voimaantumista (Miettinen, 2016, s. 77). Yhteissuunnittelulla palveluiden ideoinnissa tarkoitetaan toimintaa, jossa nykyisten ja tulevien käyttäjien lisäksi eri alojen asiantuntijoita ja toimijoita otetaan mukaan suunnitteluprosessin eri vaiheisiin. Suunnittelun kannalta palveluita on olennaista tarkastella dynaamisina prosesseina, joihin liittyy useita toimijoita ja monipuolinen ympäristö ihmisineen, tuotteineen ja tiloineen. Palvelukokemukseen liittyy sekä materiaalisia että immateriaalisia ulottuvuuksia, joiden mallintaminen suunnitteluvaiheessa vaatii uudenlaisia näkökulmia ja vuorovaikutteisia työpajoja. Julkisten palveluiden kehittämisessä korostuvat osallistuva suunnittelu uusien mahdollisuuksien kartoittamisesta ja ideoinnista (mts. 77–79).

Kuvioon 11. on kuvattu palvelumuotoilun prosessin alkaminen asiakasymmärryksen kasvatamisella ja käyttäjäkokemuksen ymmärtämisellä (Miettinen, 2016, s. 35). Palvelumuotoilun prosessi ja työkalut painottavat sosiaalisia taitoja, empatiaa käyttäjiä kohtaan, luovuutta ja visuaalista ajattelua. Prosessin ensimmäisessä vaiheessa tunnistetaan asiakastarpeet, palvelun toimintaympäristö, käyttäjien tarpeet ja kokemukset palvelusta. Toisessa vaiheessa tuotetaan ideoita ja tehdään yhteissuunnittelua käyttäjien kanssa parhaan mahdollisen palveluratkaisun tuottamiseksi. Kolmas vaihe on arviointivaihe, jossa koemallien avulla arvioidaan suunniteltujen palveluiden arvoa asiakkaalle. Neljäntenä on toteutusvaihe, siinä testattu palvelu viedään käytäntöön (Miettinen, 2016, s. 33–35).



Kuvio 11. Palvelumuotoiluprosessi (soveltaen Miettinen, 2016, s. 35).

Kuvion 12. Elämyskolmio-mallissa elämystä tarkastellaan kahdesta näkökulmasta (Miettinen, 2016, s. 113). Tuotteen näkökulmasta: yksilöllisyys, aitous, tarina, moniaistisuus, kontrasti ja vuorovaikutus. Toinen tarkastelu näkökulma on asiakaskokemus: asiakkaan motivoituminen, aistiminen, tunne- ja muutoskokemus. (mts. 113).



Kuvio 12. Elämyskolmio-malli (soveltaen Miettinen, 2016, s. 113).

Koivisto ym. (2019, s. 48) korostaa palvelumuotoilun olevan tärkeä kehittämisote myös palveluihin liittyvän viestinnän, myynnin ja markkinoinnin kehittämisessä. He (s.48) toteavat keskiössä olevan tällöin palvelun brändäyksen, myyntikanavien, markkinointimenetelmien ja – materiaalien, hinnoittelumallien ja myyntiprosessien kehittäminen asiakaslähtöisesti. Palvelumuotoilua voidaan hyödyntää myös brändistä johdetun palveluidentiteetin määrittelyyn, joka linjaa palveluyritykselle tunnusomaisen ja erottuvan tavan palvella ja tuottaa asiakaskokemuksia (Koivisto, 2019, s. 59).

#### 4.1 Yläkouluikäisten maailmankuva

Yhteiskunnalliset sukupolvet nimetään usein BB-, X-, Y- ja Z-sukupolviksi (Heikkinen & Lehtonen, 2017, s. 94). Z-sukupolvi on syntynyt vuoden 1995–1996 jälkeen. He, joista ollaan vähän huolissaan, kun ne aina somettavat. Pelätään, ettei heillä ole kohta oikeaa elämää ollenkaan ja he syrjäytyvät. Toisaalta perinteisellä ajalla ja paikalla ei ole heille mitään merkitystä, kun he voivat olla yhteydessä keneen tahansa missä tahansa, milloin vain ja vastaus tulee heti. Heille maailma on aika pieni. Töitä etsiessään he haluavat kuulla, mitä työnantajalla on heille tarjottavaa, eikä toisin päin. Työpaikan suhteen Z-sukupolvi ei kilpaile työpaikoista vaan kilpailuttaa työnantajia. Heidän mielestään työnantajabrändin on oltava kunnossa, liiketoiminnan eettistä ja avointa sekä työ pitää olla innovatiivista ja hauskaa, työilmapiiri rentoa. Z-sukupolvi ei toivo käskytystä ja hierarkiaa vaan tavoitteita ja haasteita, tiimityötä ja tilaa hengittää (Heikkinen & Lehtonen, 2017, s. 94).

Z-sukupolvi on ensimmäinen täysin diginatiivi sukupolvi (XYZ – Miten eri sukupolvet eroavat toisistaan? 2020). Nuoret ovat kasvaneet tekniikan ympäröimänä, eivätkä eivät tunne maailmaa ennen älypuhelimia ja nettiä. Sukupolvi Z luottaa enemmän vertaisiinsa. Z eivät halua tulla määritellyksi perinteisiin muotteihin. Diversiteetti on keskeinen arvo, ja heille on tärkeää päästä toteuttamaan itseään (XYZ – Miten eri sukupolvet eroavat toisistaan? 2020).

Heikkinen ja Lehtonen (2017, s. 94) kuvaavat, edeltävistä sukupolvista Z erottuu juuri mutkattomalla suhteellaan elektroniikkaan ja sosiaaliseen mediaan. Somen vaikutteet näkyvät jopa Z:n elämäkatsomuksessa. Ei ole väliä mitä teet ja osaat, vaan miltä näytät. Kilpailu huomiosta on kovaa. Z on usein vähintään kaksikielinen, arvostaa vapautta, nopeutta ja ulkoisia



asioita, mutta toisaalta myös perinteitä ja unelmoi avoimesta ja vapaasta maailmasta. Monikulttuurisuus on Z-sukupolven arkea (Heikkinen & Lehtonen, 2017, s. 94).

## 4.2 Asiakaselämysten tuottaminen tarinallistamisella

Kalliomäki (2014, s. 14–15) esittää, että tiedollisen sisällön ja aktiivisen asiakaspalvelun lisäksi, asiakkaille on tarjottava entistä enemmän kiehtovia kokemuksia, pelillisyyttä, yllätyksiä, viihtymistä ja uusia oivalluksia. Hänen (s. 14–15) mukaan tarinan avulla luodaan palveluun syy-seuraus-suhteita sekä rakennetta. Tarina saa ihmiset keskustelemaan yrityksen toiminnasta, osallistumaan ja myös sitoutumaan yrityksen palveluihin. Tarina antaa yritykselle persoonallisen leiman, varsinkin kun tarina on myös tekoja eli osa asiakkaan palvelukokemusta. Kokemus jää asiakkaiden mieleen ja palvelua on helpompi suositella myös muille. Tarinan avulla synnytetään ilmiöitä (mts.14–15).

Kalliomäki (2014, s. 23–27) kirjoittaa tarinallistamisesta; tarina voi olla visiotarina, taustatarina, syntytarina, palveluna tarina, asiakkaan tarina, tuotteen tarina, referenssitarina tai arvotarina. Tarinat luovat elämyksiä. Elämysten tuottaminen on vaikeaa ja vaatii monenlaisia taitoja ja panostamista, mutta juuri elämyksistä asiakkaat ovat valmiita maksamaan enemmän. Elämyksen toteutuminen ei kuitenkaan ole taattua, sillä jokainen ihminen kokee asiat omalla ainutlaatuisella tavalla ajassa ja paikassa. Asiakkaan kokemus etenee kiinnostumisen, aistimisen, oppimisen ja mahdollisen elämyksen kautta jopa muutokokemukseen saakka. Parhaimmillaan elämys onkin silloin, kun se tarjoaa muutokokemuksen. Hyvässä palvelussa on myös tarina (mts. 23–27).

Kalliomäen (2014, s. 34) mukaan, asiakas saadaan hyvälle tuulelle ja hänelle kerrotaan tietoa, joka tukee hänen kokemustaan ja aktivoi hänet toimintaan. Tarina tulisikin rakentaa niin, että asiakas on aktiivisesti päähenkilön roolissa. Tarinan avulla voidaan paitsi erilais-  
taa ja elämyksellistä myös yksinkertaistaa ja selkeyttää (mts. 34).

Palvelumuotoilu on palvelujen innovointia ja kehittämistä muotoilun menetelmin (Kalliomäki, 2014, s. 46). Palveluja muotoillaan käyttäjälähtöisesti asiakkaan parhaaksi. Palvelun tulisi olla helppo hankkia ja käyttää mutta myös elämyksellinen ja merkityksellinen kokemus. Kun palveluja muotoillaan, on kyse ihan konkreettista tekemistä. muotoillaan

esimerkiksi tiloja, esineitä, työntekijöiden vaatteita ja tämän kautta kokonaisuutta. Palvelukokemus on parhaimmillaan muutos, liikahtus asiakkaan sisimmässä. Asiakas muistaa kokemansa, sitoutuu ja suosittelee palvelua myös muille. (mts. 46).

Kalliomäki (2014, s. 54.) toteaa, että tarina on avuksi myös yrityksen sisäisen toiminnan kehittämisessä. Hän (s.54) korostaa sitä, että strategia, joka ei ole jalkautunut käytäntöön, ei ole minkään arvoinen. Tarinan muotoon tehty strategia on helpompi jalkauttaa. Siitä on helpompi puhua ja se jää helpommin mieleen. Se on elävämpi, inhimillisempi ja konkreettisempi. Tarina kokoaa eri osa-alueet yhteen ja linkittää myös yrityksen eri toimijat yhteen (mts. 54)

Tarinaa tulisikin hyödyntää vahvemmin osana strategiatyötä Kalliomäki (2014, s. 54) toteaa. Yrityksen strategia tulisikin olla analyysia, tunnetta ja tekemistä. Palvelukulttuurin muutoksen on lähdettävä liikkeelle yrityksen sisältä. Jokaisen työntekijän on sitouduttava tarinan toteuttamiseen. Tämä toimii parhaiten, kun yrityksen työntekijät otetaan mukaan tarinan luomiseen. Työntekijät ovat yrityksen tärkein voimavara. Heillä on tietoa asiakkaan kohtaamisesta ja he myös ymmärtävät käytännön tasolla yrityksen prosesseja. Jokainen työntekijä voi omalla persoonallisella tavalla osallistua tarinan toteuttamiseen (mts. 54).

Kalliomäki (2014, s. 123) painottaa, että palveluympäristöllä tarkoitetaan kaikkia niitä tapahtumapaikkoja, joissa asiakkaat ovat kontaktissa yrityksen kanssa. Hän (s. 123) jatkaa näiden paikkojen voivan olla virtuaalisia tai fyysisiä. Palveluympäristöllä välitetään, mielikuvia, tunnelmaa, aistikokemuksia, värejä, äänimaailmaa, valaistusta ja esineitä, jotka tarinallistamista tukevat (Kalliomäki, 2014, s.123).

### **4.3 Nuorten toiveet ja vaikuttaminen**

Unicef\_finland (2021) nosti esiin nuorten toiveita kunnanvaltuutetuille #Näkyviin Instagram julkaisussaan. Unicef\_finland (2021) tekemään kyselyyn, jonka mukaan jopa yli puolet nuorista kokee, ettei heitä kuunnella, kun heitä koskevia päätöksiä tehdään. Taulukkoon 1 on kuvattu kahdeksan yleisintä nuorten toivetta kunnanvaltuutetuille.

Taulukko 1. Kahdeksan yleisintä nuorten toivetta #Näkyviin (unicef\_finland, 2021)

1.	Vapaus olla minä ilman syrjintää
2.	Loppu kiusaamiselle
3.	Sujuvampia mielenterveyspalveluita
4.	Jokaiselle lapselle turvallinen aikuinen
5.	Kaikille mahdollisuus harrastaa
6.	Lasten ja nuorten ääni kuuluviin päätöksenteossa
7.	Tukea nuorille koronatilanteeseen
8.	Ilmastokriisi on otettava vakavasti

Julkaisussa unicef\_finland (2021) haastavat poliittisia päättäjiä tuomaan lasten ja nuorten asioita näkyviin.

Ei me nuoret olla mikään objekti, johon päättäjät voi vedota, kun pitää iskeä tunteisiin. Me ollaan tuleva sukupolvi, joka haluaa elämän. Liian moni nuori Suomessa kokee, ettei heitä kuunnella kuntien päätöksenteossa. Lasten ja nuorten asiat on nostettava paremmin näkyviin päätöksenteossa.

(unicef\_finland, 2021).

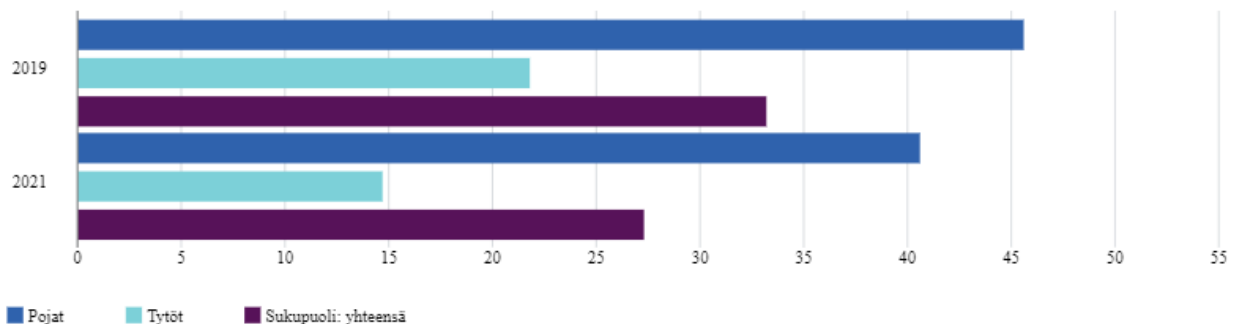
”Kuka sinä olet?” (Pölönen, 2020, s. 17). Hän (s.17) toteaa, että tämä kysymys on hanakala. Hän (s.17) jatkaa, että haluamme hallita sitä mielikuvaa, joka toiselle muodostuu. Haluamme muiden ymmärtävän meitä (Pölönen, 2020, s. 17).

Puhuminen omasta itsestään voi tuntua vaikealta ja jopa pelottavalta (Pölönen, 2020, s. 17). Sanavarasto ei aina riitä kuvailemaan sitä moninaisuutta, mitä meihin jokaiseen kätkeytyy. Otamme riskin kertomalla jotain itsestämme ja toivomme, että toinen tajuaa ja hyväksyy sen. Panokset ovat korkeat, sillä minäkuva on kovaa valuutaa. Moni bluffaa, eikä paljasta itseään sellaisena kuin on tai ei osaa vain kertoa itsestään sellaisena kuin on. Kun joku kertoo itsestään, olisi hyvä olla aktiivisesti luomatta liian pitkälle meneviä mielikuvia. Luottaa siihen, mitä toinen sanoo, eikä omaan tulkintaan. Ymmärtäminen on arvokkaampaa kuin tieto. Jos osaisimme kertoa itsestämme paremmin, ehkä meitä olisi myös helpompi ymmärtää. Kysy

millainen hän on, miten hän kaiken sen tekee ja milloin hän aikoo toteuttaa unelmansa, ja anna hänelle tilaa sekä aikaa kertoa se (mts.17–19).

THL (i.a.) kouluterveyskyselyn tuloksissa on kuvion 13 mukaan kuvattu vuoden 2019 ja 2021 tuloksia 8. ja 9. luokkalaisten oppilaiden tyytyväisyydestä elämäänsä. Indikaattori perustuu kysymykseen: "Oletko elämääsi tällä hetkellä?". 1) erittäin tyytyväinen, 2) melko tyytyväinen, 3) en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4) melko tyytymätön, 5) erittäin tyytymätön. (THL), i.a.)

Kuvion 13. tarkastelussa ovat ne vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet vaihtoehdon 1. erittäin tyytyväinen (THL), i.a.) Erittäin tyytyväisiä vuoden 2021 tuloksissa on yhteensä 27,3 %. Pojista 40,6 % on erittäin tyytyväisiä elämäänsä ja tytöistä vain 14,7 %. (THL), i.a.). Kuvan 11. mukaisesti sukupuolten yhteistulos sekä tyttöjen ja poikien yksilöidyt tulokset ovat laskeneet vuoden 2019 % osuuksista (THL), i.a.).



Kuvio 13. Espoo 2019–2021 prosentiosuudet: Erittäin tyytyväinen elämäänsä, perusopetus 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

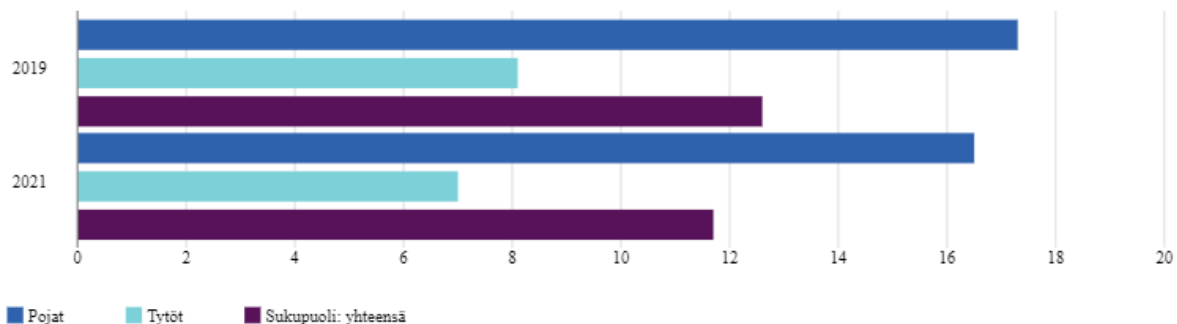
Kuvion 14 on yhteen laskettu tulos kahdeksas- ja yhdeksäsluokkaisten vaikutusmahdollisuuksista koulussa (THL, i.a.). Tämä (i.a.) perustuu kysymykseen: "Millainen mahdollisuus sinulla on ollut vaikuttaa seuraaviin asioihin koulussasi tai oppilaitoksessasi tämän lukuvuoden aikana?"

1) oppituntien järjestelyt (esim. työskentelytavat)

2) koulutyön tai opiskelun suunnittelu (mm. oppituntien sijoittelu, koulupäivän/opiskelupäivän alkamisajankohta, koejärjestelyt)

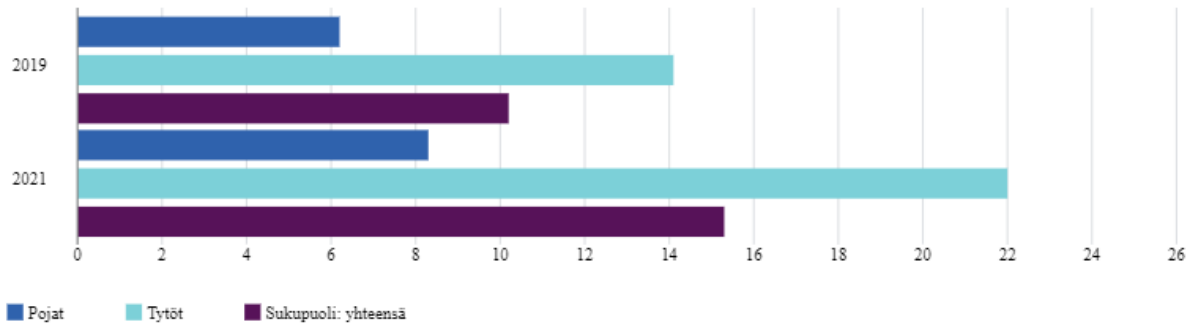
- 3) välituntien tai taukojen suunnittelu tai toteutus
- 4) koulun tai oppilaitoksen yhteisten sääntöjen laatiminen
- 5) koulutilojen tai oppilaitoksen tilojen suunnittelu tai siistiminen
- 6) kouluruokailu (mm. ruokalistat, tilojen viihtyvyys)
- 7) koulun tai oppilaitoksen teemapäivien, juhlien, retkien ja leirikoulun järjestäminen.

Vuonna 2021 yhteenlasketun tuloksen mukaan 11,7 % kokee olevan hyvät vaikutusmahdollisuudet (THL, i.a.). Tytöistä vain 7 % kokee hyvät vaikutusmahdollisuudet yllä mainittuihin asioihin koulussa ja pojista 16,5 %. Vaikuttamisen mahdollisuuden kokemukset kouluissa ovat laskeneet vuoden 2019 tuloksista (THL, i.a.)



Kuvio 14. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

8. ja 9 luokkalaisista 15,3 % tuntee itsensä yksinäiseksi THL (i.a.) kouluterveyskyselyssä. Huomio kuvion 15. tuloksista kiinnittyy tyttöjen kokemaan yksinäisyyteen, joka on 22 % ja vuodesta 2019 noussut 7,9 %. Poikien tuloksissa on myös pientä kasvua vuoden 2019 tuloksesta 6,2 %, vuoden 2021 8,3 % (THL, i.a.)



Kuvio 15. Espoo 2019–2021 prosenttiosuudet: Tuntee itsensä yksinäiseksi, 8. ja 9. lk. (THL, i.a.).

#### 4.4 Lapsikeskeinen palvelumuotoilu

Lapsikeskeinen palvelumuotoilu, jossa luodaan parempia palveluita, kun ymmärretään palvelun käyttäjien ajatuksia, kokemuksia ja toimintaa (Kalliomeri ym., i.a. s. 5). Vaikka tämä on tiedossa, lapsia pyydetään mukaan kehittämiseen verrattain harvoin. Kalliomeri ym. (i.a., s. 5) kirjoittavat, että lasten tarpeiden ja näkökulman ymmärtäminen vaatii tahtoa ja taitoa pysähtyä lasten ajatusten ja toiminnan äärelle avoimin mielin. Tämä pysähtyminen tuottaa aivan uusia näkökulmia (mts. 5).

Lapsikeskeinen palvelumuotoilu onnistuu tekemällä moniammatillista yhteistyötä. Isoherranen (2005, s.13–14) kirjoittaa, että yhteistyötä kuvataan eri asiantuntijoiden työskentelynä, jossa pyritään huomioimaan asiakas ja rakentamaan vuorovaikutusprosessin avulla yhteinen tavoite. Rajojen ylityksillä tarkoitetaan yhteisöjen ja roolien rajoja koskevien sääntöjen sovittuja ylityksiä asiakaslähtöisesti ja joustavasti työskennellessä tavoitteena tehdä moniammatillista työskentelyä sekä vahvistaa ryhmän yhteistä osaamista (mts. 16, 19).

##### 4.4.1 Myönteinen tunnistaminen ja lapsikeskeisyys

Kalliomeri ym. (i.a., s. 9) toteavat myönteisessä tunnistamisessa kohtaamaan lapset tässä ja nyt. He (s.10) korostavat lasten olevan aktiivisia, vaikuttavia ja kehittyviä toimijoita arjen

yhteisöissään. Myönteinen tunnistaminen vahvistaa lapsen kokemusta siitä, että hän on tärkeä juuri sellaisena kuin on. Vain avoimen ja ennakkoluulottoman tutustumisen jälkeen aikuinen voi havaita ja tunnistaa lapselle tärkeitä asioita ja tukea siten, että lapsen oma näkökulma tulee huomioitua (mts. 9–10).

Lapsikeskeisessä palvelumuotoilussa lapsi nähdään tasavertaisena ja aktiivisena toimijana (Kalliomeri ym., i.a. s. 9–10). Lapsikeskeisyydellä tarkoitetaan sitä, että lapsi ja lapsen näkökulma huomioidaan prosessin joka vaiheessa. Lapsen kokemus ja lapselta saatava tieto on yhtä arvokasta kuin aikuisen tai ammattilaisen tarjoama tieto. Aikuisella on vastuu siitä, että lapsi nähdään yksilönä ja että prosessissa pyritään ymmärtämään lapsen kokemuksia ja ajatuksia (Kalliomeri ym., i.a. s. 9–10).

Isoherranen (2005, s.23) kirjoittaa taidosta prosessoida tietoa yhdessä. Hän (s. 23) jatkaa, että asiantuntijoiden tehtävänä on yhteistyötilanteissa rakentaa erilaisista näkökulmista yhteinen kokonaisnäkemys ja yhteinen tavoite.

#### **4.4.2 Lapsen kanssa työskenteleminen**

Kalliomeri ym. (i.a., s. 15) toteavat, että lapsen kanssa voi työskennellä monilla eri tavoilla. Heidän (s.16–17) mukaansa voidaan järjestää erillisiä lasten ryhmiä ja työpajoja, katuhaastatteluja tai verkkokyselyitä. Lapsen voi tavata esimerkiksi lapsen omassa ympäristössä tai työskentelyn voi sisällyttää osaksi lapsen kanssa tehtävää asiakastyötä. Osallistuminen on aina lapselle vapaaehtoista. Heidän (s.16–17) mukaansa lasten näennäistä osallistamista tulee välttää, että lapset osallistuisivat tarkoituksen mukaisella tavalla. Lisäksi tärkeätä on kertoa lapselle ymmärrettävällä tavalla, mistä asioista hänen näkemyksiään halutaan kuulla ja mitä kulloinkin tapahtuu. Yhteisen työskentelyn jälkeen on hyvä varmistaa lapselta tai lapsiryhmältä, että heidän keskeisimmät ajatuksensa ovat oikein ymmärretty (Kalliomeri ym., i.a. s. 16–17).

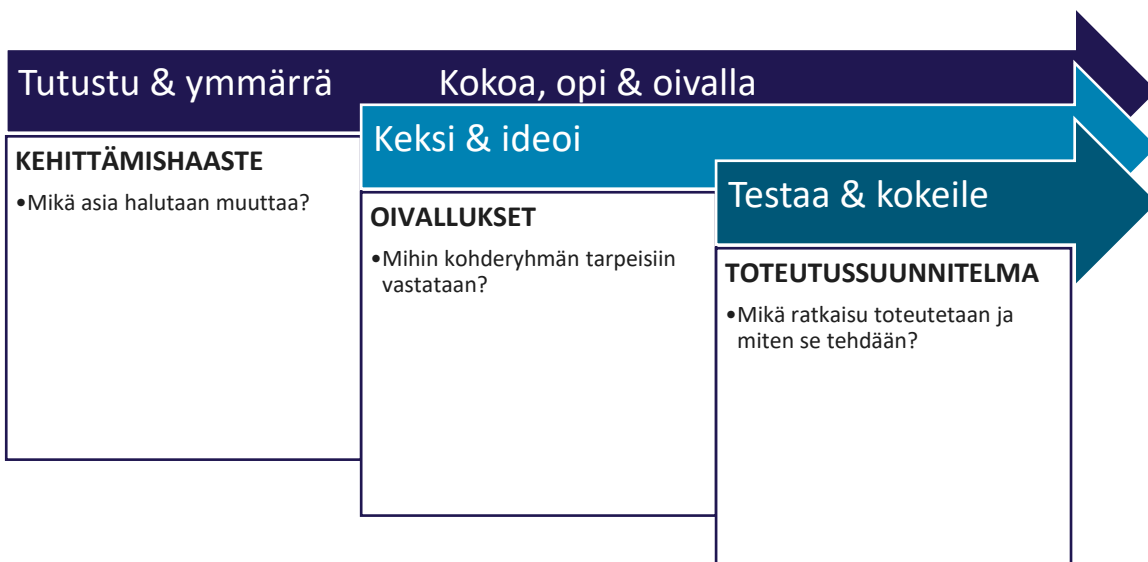
Kalliomeri ym. (i.a., s. 18–19) korostavat, että lapselle tulee kertoa, mitä seuraavaksi tapahtuu, mitä teet lapsen kertomilla asioilla ja miten hänen kertomansa asiat vaikuttavat aiheen kehittämiseen. He (s.18–19) toteavat, että mahdollisuuksien mukaan lapselle kerrotaan

kehittämisen lopputuloksista. Lopuksi pyydetään lapsilta palautetta yhteisestä työskentelystä (Kalliomeri ym., i.a. s. 18–19).

#### 4.4.3 Palvelumuotoiluprosessi

Kalliomeri ym. (i.a., s. 12, 59) kuvaavat kuviossa 3. prosessia niin, että alussa on tärkeätä määrittellä kehittämishaaste; Mikä asia halutaan muuttaa? He (s. 12) jatkavat määrittelyn jälkeen seuraava vaihe on haasteeseen ja sen taustoihin tarkempi tutustuminen. Asiakasymmärrystä laajennetaan, kunnes tietoa on koottu tarpeeksi, jolloin siirrytään analyysivaiheeseen. Tässä kohtaa tarkennetaan myös kysymystä; Mihin kohderyhmän tarpeisiin meidän tulee vastata, jotta haluttu muutos saadaan aikaan (mts. 12)?

Kuvion 16 (Kalliomeri ym., i.a. s. 12, 59). mukaisesti, kun kehittämishaastetta on tarkennettu ja rajattu, ideoidaan ratkaisuehdotuksia. Ideointivaihe on rönsyilevää. Ideointivaiheessa syntyneitä ratkaisuehdotuksia testataan vielä ennen kuin päätetään, mikä ratkaisuehdotus toteutetaan ja miten (Kalliomeri ym., i.a. s. 12–13).



Kuvio 16. Lapsikeskeinen palvelumuotoiluprosessi (soveltaen Kalliomeri ym., s. 12, 59).



#### 4.4.4 Prosessin vaiheet ja menetelmät

Kalliomeri ym. (i.a., s. 23–24) korostavat sitä, miksi on lähdetty kehittämään nykyistä tai uutta palvelua? Kun kehitettävän palvelun pääasiallinen tai yksi käyttäjäryhmistä on lapsi tai palvelu vaikuttaa välillisesti lapsiin, kysymystä pitää pohtia lapsen näkökulmasta. Kehittämisen keskiössä tulee olla lasten tarpeet ja lasten mahdollisesti kokemat ongelmakohdat palvelussa (mts. 23–24).

Kalliomeri ym. (i.a., s. 23–24) painottavat, että lasten näkökulmat sovitetaan yhteen organisaation arvojen ja tavoitteiden kanssa sekä palvelumuotoiluun osallistuvien aikuisten näkemysten kanssa. Tehtävä voi olla haasteellinen, siksi on tärkeätä aloittaa kehittäminen tutustamalla kaikkiin eri näkökulmiin. Lasten näkökulman ymmärtäminen edellyttää, että lasten toimintaan, ajatteluun ja toimintaympäristöön perehdytään avoimin mielin. Näin voidaan saavuttaa ymmärrys siitä mitä pitää kehittää ja vastata paremmin lasten tarpeisiin (mts. 23–24).

Joskus organisaation, aikuisten ja lasten näkökulmat voivat olla myös ristiriidassa keskenään (Kalliomeri ym., i.a. s. 23–24). Tällöin on merkityksellistä koota yhteen kaikki näkökulmat ja määrittää sellainen ongelma tai tarve, jonka kaikki kokevat omakseen. Kun kehitettävä palvelu koskee lapsia, lapsen näkökulma tulee huomioida joka vaiheessa. Tämän tavoitteen onnistumista myös mitataan. Jos palvelussa pyritään parantamaan esimerkiksi lapsen kokemusta kuulluksi tulemisesta, yksi onnistumisen mittareista on se, miten lapset kokevat tulevansa kuulluiksi. Lisäksi mitataan, miten kehittämisessä onnistutaan prosessiin osallistuvien aikuisten sekä organisaation tavoitteiden näkökulmasta, esimerkiksi kävijä määrän lisääntymisellä (Kalliomeri ym., i.a. s. 23–24).

Kalliomeri ym. (i.a., s. 32) painottavat kohderyhmän tapaamisessa tärkeätä on luoda heitä huomioiva, innostava ja luottamuksellinen ilmapiiri. He (s.32) huomauttavat, kun tavoitteena on ymmärtää lasten ja nuorten tarpeita pitää muistaa ennakkoluuloton asenne. Lasten tarpeita kartoitetaan paitsi kuulemalla heidän kokemuksiaan, myös havainnoimalla lasten arkea ja käyttäytymistä. Lasten näkökulman selvittäminen ei tarkoita siis pelkästään sitä, että heiltä kysytään, mitä he haluavat. Taulukkoon 2 on kuvattu näkökulmien selvittämisen avuksi erilaisia työkaluja (Kalliomeri ym., i.a. s. 32).

Taulukko 2. Menetelmäehdotuksia lasten näkökulmien selvittämiseen (Kalliomeri ym., i.a. s. 33–38)

1.	Tilannekuva lasten ja nuorten näkökulmasta
2.	Kuvakollaasi
3.	Haastattelu
4.	Mobiilikyselyt
5.	Valokuvaus
6.	Kuvallinen palvelupolku

Kalliomeri ym. (i.a., s. 41) kirjoittavat, kokoa, opi ja oivalla. He (s. 41) jatkavat, että tässä vaiheessa kootaan yhteen ja analysoidaan edellisissä vaiheissa kerättyä tietoa. Tärkeintä on, että aineistossa säilytetään lapsen näkökulma. Helposti analysoijan omat ennakko-oletukset voivat vaikuttaa tulkintaan ja huomiota tulee kiinnittää siihen, ettei lähde niiden pohjalta valikoimaan ja tulkitsemaan aineistoa liian pitkälle, jolloin lapsen näkökulma katoaa (Kalliomeri ym., i.a. s. 41).

Analysoinnin jälkeen on aika pysähtyä ja palata kehittämishaasteeseen (Kalliomeri ym., i.a. s. 44). Mikä asia haluttiin muuttaa? Tämän jälkeen prosessissa tutustuttiin kohderyhmään ja analysoitiin esiin tullutta tietoa. Mitä oivalluksia silloin syntyi? Mihin kohderyhmän tarpeisiin tulee vastat, jotta toivottu muutos on mahdollinen (Kalliomeri ym., i.a. s.44)?

Kalliomeri ym. (i.a., s. 47) kirjoittavat keksi ja ideoi. Tarkoituksena on tuottaa ratkaisuja edellisessä vaiheessa määritettyihin kysymyksiin. He (s.47) kehottavat kutsumaan lapsia mukaan

ideoimaan. Mikäli lapset jätetään pois ratkaisujen ideoinnista, voi lapsilta aiemmin saadun tiedon merkitys unohtua tai vähintäänkin saada aikuislähtöisiä tulkintoja (mts. 47).

Lapsille tulee kertoa ideoinnin periaatteet; ideoinnissa ei ole väärää vastauksia, kaikkien ideat ovat yhtä hyviä, ideat voivat olla hassuja, hurjia ja mahdottomia, annetaan kaikkien esittää ideoita (Kalliomeri ym., i.a. s.48–49). Hyvä on kerrata mitä ongelmaa ollaan ratkaisemassa ja visualisoida ongelma esimerkiksi kuvilla. Visualisointi ja puhe yhdessä auttavat lasta ymmärtämään paremmin. Jos ratkaistavia kysymyksiä on monta, lapset voivat valita esimerkiksi äänestämällä, mikä niistä on tärkein ja mistä aloitetaan ratkaisun ideointi. Tutustuminen on tärkeää, sillä luovuus kukkii turvallisessa ympäristössä. Tärkeätä kertoa oma nimensä ja jotain itsestään. Hyvä on miettiä, miten lasten ja nuorten on helppo tutustua toisiinsa ja järjestää tarvittaessa tutustumista tukeva leikki tms. Informointi myös siitä, miksi olette kokoontuneet ja mihin lasten tietoa on tarkoitus käyttää sekä käyttää lapsille ymmärrettävää kieltä ja ilmaisuja (Kalliomeri ym., i.a. s.48–49).

Kalliomeri ym. (i.a., s. 54) mukaan prosessin seuraava vaihe on testata ja kokeilla. Heidän (s. 54) mukaan ratkaisuehdotusta testataan aina kohderyhmällä, eli ideaa kokeillaan kohderyhmään kuuluvien lasten kanssa. Ideoita on hyvä testata jo aikaisessa vaiheessa, jotta voidaan varmistua siitä, että ratkaisu todella vastaa kohderyhmän tarpeisiin ja alkuperäiseen ongelmaan. Testaamisen ja kokeilemisen tarkoituksena on hioa ratkaisu vieläkin paremmaksi – voidaan myös päätyä tulokseen, että idea ei toimi. Tämän jälkeen ratkaisua kehitetään edelleen, jonka jälkeen testataan uudestaan. Tätä jatketaan, kunnes idea on toteuttamiskelpoinen. (mts. 54–55).

Kalliomeri ym. (i.a., s. 54) painottavat tärkeyttä muistaa, että tuotteet ja palvelut eivät tule koskaan lopullisesti valmiiksi, vaan ajan ja tarpeiden muuttuessa myös niitä täytyy pystyä muuttamaan ja päivittämään. Kokeileminen ja testaaminen vaativat mielikuvitusta ja heittäytymistä ja taulukkoon 3 on koottu erilaisia menetelmiä. Toteuttamalla kokeiluversion yhdessä lasten kanssa voidaan heti tarkastella, miten lapset ideaan suhtautuvat tai mitä asioita he nostavat olennaisimmiksi. Testitilanteessa aikuinen on havainnoijan ja haastattelijan roolissa. Lapsen annetaan edetä hänen omaan tahtiinsa, kokeilla rauhassa ja kertoa ajatuksistaan. Havainnoijana on tärkeätä kiinnittää juuri huomiota lapsen toimintaan ja reaktioihin (mts. 54–58).

Taulukko 3. Menetelmäehdotuksia lasten näkökulmien selvittämiseen testitilanteessa (Kallio-meri ym., i.a. s. 55–58)

1.	Sarjakuva
2.	Piirtäminen
3.	Rakentaminen
4.	Esitys tai tarina
5.	Kuvakollaasi
6.	Kokeiluversion testaaminen lasten kanssa

Innokylä (i.a.) on kehittämissympäristö ja se tarjoaa erilaisia työkaluja ja menetelmiä kehittämisen sekä näkökulmien selvittämisen tueksi. Menetelmien avulla voidaan tehdä tiedonkeruuta, fasilitointia, arviointia, ennakointia, suunnittelua, ideointia ja kartoittamista. Innokylässä (i.a.) on 60 erilaista työkalua, joiden avulla voidaan prosessin eri vaiheita selvittää. Eri työkalujen hyödyntämiseen on yksityiskohtaisia ohjeita, miten esimerkiksi viisi kertaa miksi-työkalua hyödynnettäessä päästään jo lähelle ongelman alkulähteitä. Muita työkaluja ovat mm. asiakasraati, kirjoita lööppi, kuvakäsikirjoitus, kuvakortit ja prosessikävely (Innokylä i.a.).

Lapsikeskeisen palvelumuotoilun menetelmien viimeinen vaihe on vastata toteutussuunnitelman kysymyksiin, minkä ratkaisun toteutamme ja miten (Kalliomeri ym., i.a. s. 59)? Kun ratkaisuidea on löytynyt ja se on todettu toimivaksi lasten kanssa testaamalla, on toteuttamisen vuoro. Tässäkin vaiheessa on tärkeitä huomioida, ettei lasten näkökulma häviä toteutuksen edetessä. Hyvä onkin palata alkuperäiseen kehittämishaasteeseen ja arvioida, mitkä toimiviksi todetuista ratkaisuehdotuksista vastaavat alkuperäiseen ongelmaan (mts. 59).

Kalliomeri ym. (i.a., s.59) painottavat, että palvelun kohderyhmään kuuluvat lapset eivät saa unohtua toteutuksen jälkeenkään. He (s.59) korostavat jo toteutusta suunniteltaessa olevan hyvä suunnitella myös se, kuinka lapsilta kerätään jatkossa säännöllisesti palautetta. Palautteen keruussa voidaan hyödyntää samoja mittareita, jotka määritettiin prosessin alussa. Keskiössä tulisi olla lapsi, miten lapset kokevat palvelujen käytön ja minkälaisia vaikutuksia he itse kokevat palvelun tuottavan (Kalliomeri ym., i.a. s. 59).

## 5 KOULURUOKAILUN KEHITTÄMISPROJEKTI

### 5.1 Projektin alkutilanne

Opinnäytetyön tilaajana on Espoon kaupungin ruokapalvelut. Ruokapalvelut ovat osa konsernihallinnon rahoitus ja talousyksikköä. Kehittämiprojektiin osallistuvat myös KOTO ja Espoo Catering Oy. He ovat aloittaneet kouluruokailuprojektin vuoden 2021 keväällä. Syksyn 2021 aikana kouluruokailuprojektin havainnointiin kouluilla sekä työpajojen suunnitteluun ja toteutukseen annettiin toimeksianto opinnäytetyöntekijälle. Kouluruokailuprojektin toimintaa ohjaa ohjausryhmä, jonne kuuluu jäseniä Espoon kaupungilta ja Espoo Catering Oy:stä.

Ruokapalvelun, KOTO:n ja Espoo Catering Oy:n kouluruokailuprojektiryhmän perustamisen taustalla on tavoite, että tyytyväisyys kouluruokailuun kokemuksena paranee, kouluruokailuun osallistuvien oppilaiden määrä kasvaa ja kouluruokailun arvostus lisääntyy. Kouluruokailuprojektin visiona on olla Suomen paras kouluruoka kokemus vuonna 2022.

### 5.2 Tavoitteet

Tämän työn tavoitteena on kerätä ajatuksia, ja erityisesti oppilaiden omia ajatuksia kouluruokailukokemuksen kehittämiseksi. Sisällön analyysin avulla tuotetaan tarvittavaa uutta lähtö- ja taustatietoa, tietoa yläkouluikäisten oppilaiden mielipiteistä kouluruokailusta sekä ehdotetaan kehittämistoimenpiteitä. Tavoitteisiin pyritään pääsemään kyselyn, oppilaiden kanssa toteutettavien erilaisten työpajojen avulla ja kouluissa tehtävän havainnoinnin avulla. Lisäksi tavoitteena on teoreettisen viitekehityksen sekä asiantuntija-arvion avulla tuottaa kehitystyön tilaaja organisaatiolle uudenlaisia näkökulmia ja ajankohtaista tietoa toiminnan kehittämisen tueksi.

### 5.3 Aineistot

Kehittämistyön aineistoa on kerätty kolmella eri tavalla. Ensimmäiseksi aineistoa on kerätty lähettämällä Webropol-kysely unelmalounashetkestä 35 espoolaisen kouluun. Tämän jälkeen aineiston kerääminen keskittyi kolmen erilaisen työpajan järjestämiseen. Työpajoihin kutsuttiin oppilaita ja opettajia jokaisesta Espoon maantieteellisestä alueesta yksi koulu sekä yksi ruotsinkielinen koulu. Aineistot pyrittiin keräämään oppilailta täysin heidän kertominaan mielihiteinä ja vapaamuotoisina. Aineistoista koottiin yhteen oppilaiden kommentit ja niitä tutkittiin kehittämistyön kohteiksi. Aineistoa kerätiinkin lisäksi kolmella eri havainnointi käynnillä espoolaisissa kouluissa. Tutkimuksen tulokset ja havainnoinnit on esitetty nimettöminä, joten anonymiteetti on huomioitu.

### 5.4 Menetelmät

#### 5.4.1 Unelmalounashetki-kysely

Kouluruokailukokemuksen nykytilaa lähdettiin selvittämään 35 espoolaisesta yläkoulusta oppilailta kutsumalla rehtoreita ja opettajia järjestämään omissa yläkouluissaan unelmalounashetki keskusteluja oppilaille ja oppilaskunnille. ”Meidän koulun unelmalounashetki”, johon oppilaat saivat vapaasti ilman rajauksia tai kysymyksiä kertoa heidän oman koulunsa toiveet ja mielipiteet. Oppilaiden pohdinnoista koulujen oppilaskunnat kokosivat yhteen heidän koulun unelmalounashetken. Tähän kehittämistyöhön ei ollut saatavilla tietoa, kuinka moni oppilas kouluissa osallistui unelmalounashetki keskusteluihin. Oppilaskunnan koostamien vastausten jälkeen koulu lähetti oman vastauksena käyttämällä Webropol-linkkiä. Webropol-lomake on liitteenä 1. ja siinä valittiin aluksi mistä koulusta vastaus annetaan ja lomake sisälsi vain yhden kysymyksen ja avoimen vastauspohjan. Kouluilla oli aikaa vastata kyselyyn 20 työpäivää viikkojen 38–41 välillä vuonna 2021.

### 5.4.2 Työpaja 1

Tuomi ja Sarajärvi (2018, s.85) toteavat, ettei laadullisessa tutkimuksessa pyritä tilastollisiin yleistyksiin. He (s.85) kirjoittavat, että pyritään kuvaamaan jotain ilmiötä tai tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa, antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt, joilta tietoa kerätään, tietävät tutkittavasta ilmiöstä mieluusti mahdollisimman paljon ja heillä on kokemusta asiasta (mts. 85).

Tuomi ja Sarajärvi (2018, s.83) kirjoittavat, että yhteistä osallistamiseen perustuville menetelmille on tutkimusprojektiin osallistuvien henkilöiden tiedon arvostaminen ja usko siihen, että jokaiseen asiaan on olemassa enemmän kuin yksi näkökulma ja että ne kaikki ovat tärkeitä. Yhteinen periaate on myös se, että asioiden eri puolet tulevat esille parhaiten, kun asioista keskustellaan ryhmässä. Tutkijan roolissa päällimmäisenä on kunnioitus tutkimukseen lupautuneita henkilöitä ja heidän tietämystään kohtaan. Tutkija on paikalla oppiakseen, ei opettamassa tai kehittämässä. Tutkija toimii fasilitaattorina tai katalysaattorina: hän kokoaa ja koordinoi ihmisiltä tulevia ideoita, mutta ei itse toteuta niitä (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s 83).

Työpajaan 1 valittiin koulut jokaiselta Espoon maantieteelliseltä alueelta ja tämän lisäksi yksi ruotsinkielinen koulu. Kouluja kutsuttiin mukaan koulujen rehtoreille lähetetyissä kutsuissa, joissa pyydettiin kustakin koulusta kaksi oppilasta ja ohjaavaa opettajaa mukaan jatkotyöstämään kouluruokailuprojektia työpajaan 1. Jokaiseen erilliseen työpajaan kutsuttiin osallistujia samalla tavalla rehtorien ja ohjaavien opettajien kautta.

Työpajaa 1 lähdettiin suunnittelemaan Webropol-kyselyssä nousseiden vastausten pohjalta. Näistä vastauksista tehtyjen eri teemojen mukaan tehtiin rajausta käsiteltäville asioille työpajassa 1. Työpajojen toteuttamisessa oli alusta asti tärkeitä projektin vaikuttavuuden, osallistamisen ja onnistumisen kannalta suunnitella työpajat mahdollisimman oppilaslähtöisesti. Työpaja 1 toteutusta ideoitiin yhdessä kouluruokailuprojektiryhmän kanssa. Innokylän (i.a.) erilaisista työkaluista löytyi projektin toteutukselle ja kohderyhmälle eli yläkoulun oppilaille sopivia vaihtoehtoja heidän osallistamiseksi ja luovan työstämisen tukemiseksi. Työpajan alkuun toteutettiin vapaamuotoinen esittelykierros, jossa osallistujia pyydettiin alkuinformaatio materiaalissa olleiden emoji hahmojen avulla kuvailemaan jokaisen omia tunnelmia ja työpajassa mukana olemista. Tämän avulla luotiin oppilaille helpommin osallistava ympäristö.



Työpajaan 1 osallistui kolme koulua etäyhteydellä Teamsillä. Etätyöpajatyöskentelyyn oli varattu kaksi tuntia. Etätoteutus päätettiin toteuttaa Flinga-valkotaulua hyödyntäen, joka on liitteessä 2. Siinä oppilaiden oli helppo kirjoittaa omia jatkoehdotuksiaan ja jättämässä ”tykkäyksiä” muiden kirjoittamiin kommentteihin. Työpajassa oli ylätasoksi valittu: ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät. Näistä oli valittu Webropol-kyselyn tuloksissa eniten vastauksia saaneita aiheita, joihin haluttiin saada lisätietoja oppilailta. Havainnollistamiseksi käsiteltävät asiat olivat erivärisillä pohjilla. Käsiteltävät asiat olivat ruokailuajan pituus, tausta musiikki, mahdollisuus ruokailla kaverin kanssa, koristeita (pöytiin, seinille), kännyköiden käyttö, rauhallinen tunnelma/vähemmän melua, ruoan esille laitto/ulkonäkö, pöytien sijoittelu, pöytien koko, hyvä ja ravitseva ruoka, enemmän vaihtoehtoja, toiveruokapäivät, ruokasalin siisteys.

Aluksi oppilaita pyydettiin laittamaan sydämen tykkäämisen merkiksi viiteen eri aiheeseen. Pyysimme oppilaita kirjoittamaan vastauksensa käsiteltäviin aiheisiin omille muistilapuille Flingassa. Viimeiseksi työpajassa 1 käytiin läpi ja keskusteltiin yhdessä oppilaiden kirjoittamista asioista.

Erillinen lähitoteutus työpajasta 1. järjestettiin, yhdelle mukaan kutsutusta koulusta, koska he eivät pystyneet etätoteutukseen osallistumaan. Lähitoteutus järjestettiin oppilaskunnan kokouksen yhteydessä ja oli kestoltaan 45 minuuttia. Siellä toteutus oli samanlainen, kuin etätoteutuksen Flinga valkotaululla ja ylätasoksi valittu: ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät. Toiselle työpajaan kutsutuista kouluista ei aikataulullisista syistä pystytty järjestämään mahdollisuutta työpajan 1 etä- tai lähitoteutukseen.

Teemat oli kirjoitettu auki oppilaille erillisille papereille, jotka olivat ruokailuajan pituus, tausta musiikki, mahdollisuus ruokailla kaverin kanssa, koristeita (pöytiin, seinille), kännyköiden käyttö, rauhallinen tunnelma/vähemmän melua, ruoan esille laitto/ulkonäkö, pöytien sijoittelu, pöytien koko, hyvä ja ravitseva ruoka, enemmän vaihtoehtoja, toiveruokapäivät, ruokasalin siisteys. Oppilaskunnan oppilaat saivat käydä laittamassa tykkäyksen muistilapuilla heille tärkeään viiteen asiaan. Tämän jälkeen yhdessä keskustellen käytiin aiheita läpi.

### 5.4.3 Työpaja 2

Työpajassa 2 oli teemana lupa unelmoida lisää. Tavoitteena oli haastaa oppilaita kehittämään lisää työpajassa 1 nousseita kehityskohteita. Innokylän (i.a) työkalu Viisi kertaa miksi oli pohjana ideoinnissa työpajan toteutuksesta. Työpaja toteutettiin tälläkin kertaa lähi- ja etätoteutuksena ja mukaan kutsuttiin samat koulut kuin työpaja 1. Tiedon keräämiseen käytettiin samalla tavalla muistilappuja kuin työpajassa 1 ja työpajat olivat kestoltaan kaksi tuntia.

Lähityöpaja järjestettiin koulun tiloissa, jonne ko. koulun lisäksi osallistui oppilaita myös toisesta koulusta. Tässä työpajassa oli teemoiksi valittu ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät. Eri teemoista tehtyjä ryhmiä vetivät projektiryhmän jäsenet ja oppilaat kiersivät ruokasalissa teemasta toiseen. Projektiryhmän jäsenten tehtävä oli ottaa oppilaiden ideoita vastaan, kannustaa uusien ideoiden kehittämiseen ja erilaisilla kysymyksillä aktivoida oppilaita. Projektiryhmän jäseniä, jotka eri teemaryhmiä vetivät, oli etukäteen ohjeistettu oppilaille esitettävillä apukysymyksillä ja painotettu, ettei oppilaiden vastauksille saanut antaa reunaehdotuksia eikä muutenkaan pyrkiä vaikuttamaan heidän mielipiteeseensä. Tarkoituksena oli antaa oppilaille mahdollisuus kehittää kaikenlaisia ideoita täysin vapaasti ja omaehtoisesti.

Etätyöpaja järjestettiin Teamsillä ja siihen osallistui oppilaita ja heidän opettajansa kolmesta eri koulusta. Etätyöpajan toteutus tehtiin Flinga-vaikotaulua hyödyntäen, liite 3. Oppilaat saivat kirjoittaa vastauksia työpajan teemoiksi valittuihin aiheisiin kysymys kerrallaan. Tämän jälkeen heidän kirjoittamistansa kommentteista keskusteltiin. Etätyöpajan havainnoitsija kirjoitti suoraan Flingaan oppilailta tulleet lisäkommentit vapaasta keskustelusta ja työpajan 1 tapaan oppilaat halusivat laittaa tykkäykset toisten oppilaiden antamille kommentteille.

### 5.4.4 Työpaja 3

Työpaja 3 valittiin muista työpajoista yksinkertaistettumpi runko ja työpajan kestoksi vain yksi tunti. Syynä tähän oli oppilaiden lukujärjestykset, TET-jaksot sekä päätös toteuttaa työpaja etäyhteydellä lähityöpajan sijasta. Työpajaan kutsuttiin oppilaita ja opettajia samoista viidestä koulusta. Työpaja 3 toteutettiin Teamisillä käyttäen Flinga vaikotaulua, johon oli suunniteltu vain muutama kysymystä työpajaan osallistuville oppilaille ja opettajille. Liitteessä 4 on työskentelypohja.

Työpajassa 3 teemana oli palaute. Työpajassa kysyttiin oppilailta: Millä keinoin ja välinein kouluruokailusta pitäisi tiedottaa, miten tavoitetaan nuoret parhaiten? Minkälaista sisällön pitäisi olla? Tavoite oli kerätä myös oppilailta palautetta projektin työpajoista siihen mennessä. Sekä myös kertoa heille mihin työpajojen tuloksia käytetään tästä eteenpäin, projektin jatkumisesta ja kiittää kaikkia oppilaita ja opettajia heidän osallistumisestaan kouluruokailukokemuksen kehittämiseen.

#### 5.4.5 Havainnointi

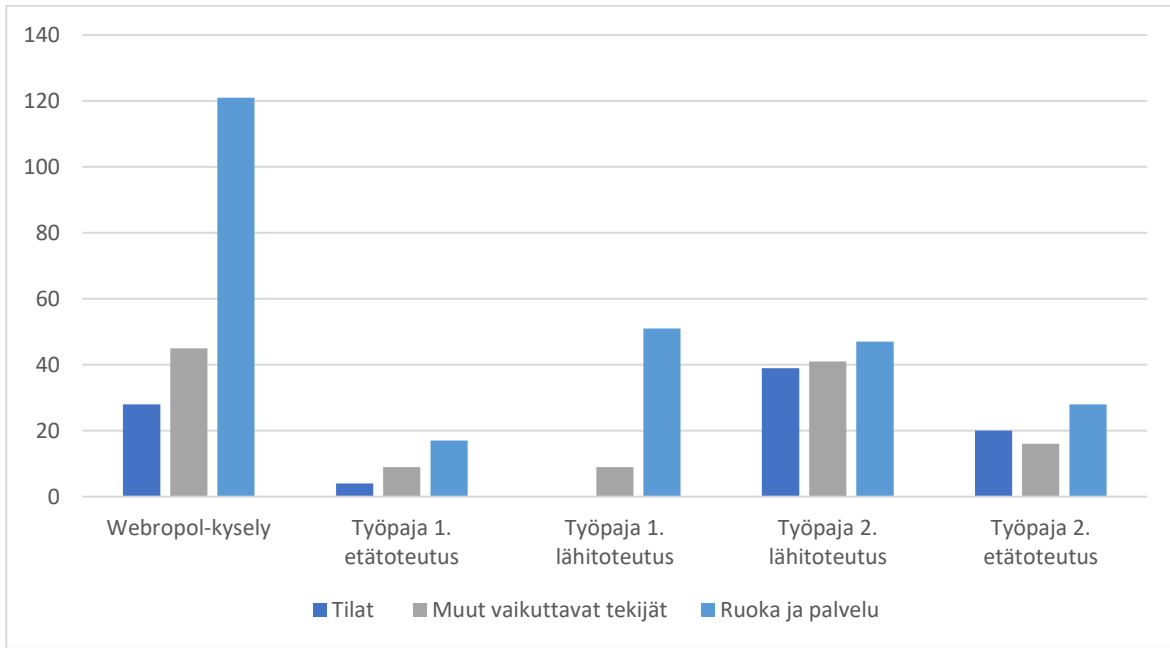
Havainnointia pidetään laadullisessa tutkimuksessa toisena yleisenä tiedonkeruumenetelmänä haastattelun ohella (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s 81). Siinä asiat nähdään havainnoinnin avulla ikään kuin oikeissa yhteyksissään. Lisäksi havainnoinnin ja haastattelun avulla johonkin ilmiöön tai asiaan liittyvät tekijät tuovat normit voimakkaammin esille. Tuomi ja Sarajärvi (2018, s.81) kirjoittavat havainnoinnin voivan tuoda monipuolista ja haluttavaa tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Havainnointi ja haastattelu saattaa paljastaa ristiriidan ja syyn tietynlaiselle toiminnalle ja käyttäytymiselle (mts. 81).

Sisällön analyysiin kuuluvaa havainnointia tehtiin kolmessa Espoon koulussa (koulut 1–3). Havainnointia varten tehtiin lomake, joka on liitteenä 5. Lomakkeessa olevien havainnoitavien kohtien tarkoituksen oli tehdä havainnointia asioiden ja teemojen oikeissa yhteyksissä eli koulun ruokailutiloissa. Tarkoituksena tunnistaa havainnoinnin avulla johonkin ilmiöön tai asiaan liittyvät tekijät, vaikuttavuus ja yleisesti laadun valvonta. Havainnoitavia asioita olivat ruokien esille laitto ja järjestys linjastossa, muut ruokaan liittyvät asiat, ruokasalin tilaratkaisut, kalusteet, asiakaspalvelu, toimintatavat ruokailutilanteissa ja tapakasvatus, tunnelma ja yleisvaikutelma.

### 5.5 Tulokset

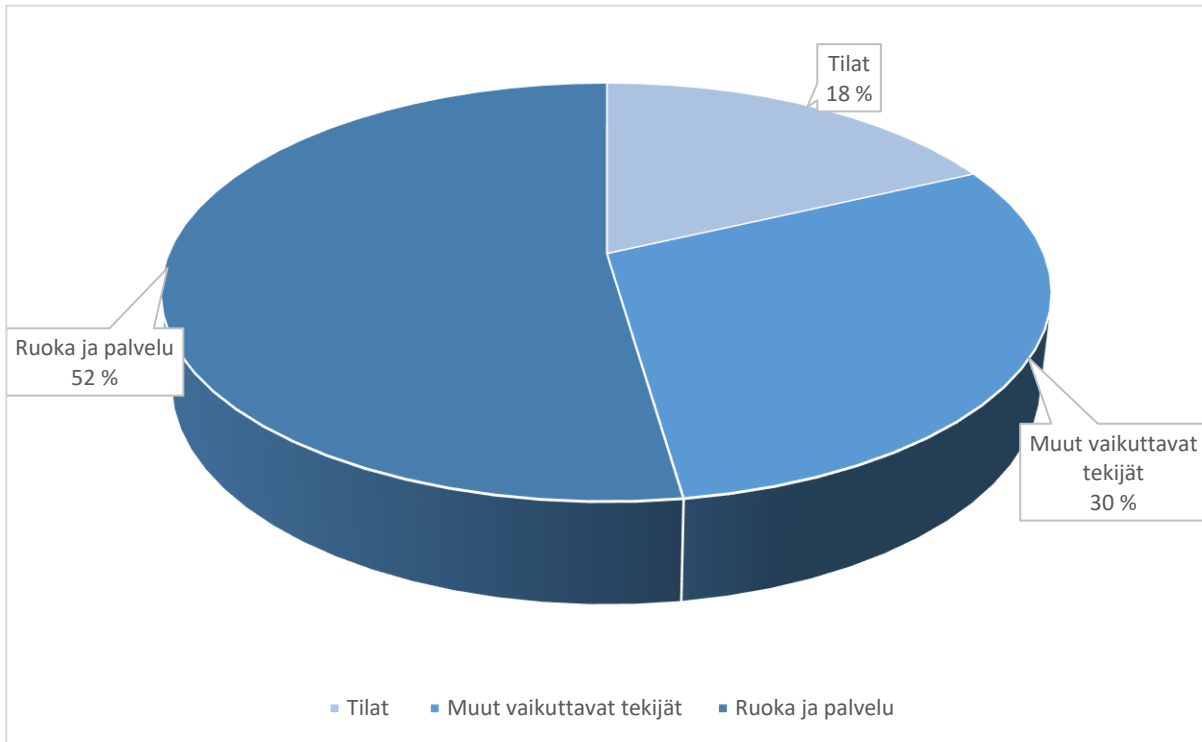
Kuviossa 17 on oppilaiden vastausten jakautuminen eri menetelmillä kerättynä. **Ruoka ja palvelu:** Webropol-kysely 121. Työpaja 1 etätoteutus 17. Työpaja 1 lähitoteutus 51. Työpaja 2 lähitoteutus 47. Työpaja 2 etätoteutus 28.

**Muut vaikuttavat tekijät** Webropol-kysely 66. Työpaja 1 etätoteutus 12. Työpaja 1 lähitoteutus 15. Työpaja 2 lähitoteutus 41. Työpaja 2 etätoteutus 16. **Tilat** Webropol-kysely 28. Työpaja 1 etätoteutus 4. Työpaja 1 lähitoteutuksessa oppilailta ei noussut tiloihin liittyviä toiveita. Työpaja 2 lähitoteutus 39. Työpaja 2 etätoteutus 20.



Kuvio 17. Tulosten jakautuminen eri menetelmillä kerättyihin teemoihin.

Kuviossa 18 on kuvattu diagrammin avulla Webropol-kyselyllä ja työpajoilla 1–2 kerätystä aineisto niiden tulosten prosentuaalinen jakautuminen. Ruoka ja palvelu nousi oppilaiden vastauksissa ja kehityskohteissa esille 264 (52%) muut vaikuttavat tekijät 150 (30%) ja tilat 91 (18 %) kertaa.



Kuvio 18. Tuloksista nousseiden teemojen jakautuminen oppilaiden vastauksissa.

Tuloksia tarkastellaan yksityiskohtaisesti jokaisen menetelmän yhteenvedossa. Lisäksi menetelmien tuloksiin on koottu oppilailta tulleita kommentteja ja vastauksia.

### 5.5.1 Unelmienlounashetki-kyselyn tulokset

”Meidän koulun unelmalounashetki”-kyselyn vastauksia saatiin yhteensä 18:sta eri espoolaisesta yläkoulusta ja vastauksia oli yhteensä 21, koska yhdestä yläkoulusta oli kolme eri oppilasryhmää lähettäneet omat vastauksensa. Kysely lähetettiin yhteensä 35 eri kouluun. Tutkimuksen tulokset on esitetty nimettöminä, joten anonymiteetti on huomioitu. Oppilaiden lähettämät vastaukset on listattu ja taulukoitu autenttisina vastauksina. Kysely tuotti 216 erillistä kommenttiriviä, kun vastaukset koodattiin Excel taulukkoon. Oppilailta tulleissa vastauksissa oli listattu ajankohtaisia ja ongelmallisia asioita kouluruokailun arjesta sekä toimintatavoista oppilaiden näkökulmasta. Vastaukset sisälsivät myös paljon oppilaiden unelmahetkien

kuvauksia. Vastauksia työstäessä ne lajiteltiin aihepiirien mukaan: tilat, tunnelma, palvelu, ruoka ja muut asiat.

**Tiloihin** liittyvissä vastauksissa (29 kpl), eniten toivottiin väljyyttä ruokasaliin, pienemmät pöydät, kalusteisiin ja pöytien järjestykseen muutoksia, himmeä valaistus ja ruokasalissa sopiva lämpötilaa. Nämä nousivat esille useammassa vastauksessa. Oppilaiden vastauksissa toivottiin esimerkiksi tällaisia asioita.

Ruokalassa olisi pöytiä enemmän, niin ettei kukaan kääntyisi ruokalan ovelta pois metelin tai tilanpuutteen takia. Parempi akustiikka, jotta vähemmän melua. Enemmän naulakoita ja kaappeja käyttöön

**Tunnelmaan** koskevissa vastauksissa (21 kpl) toivottiin eniten musiikkia, pidempää ruokailuaikaa, sekä ruokalasta viihtyisämpää koristeilla, väreillä yms.

Ruokala olisi viihtyisä ja musiikki soisi taustalla. koristeita, kukkia ja kasveja, pöytäliinat, verhot.

**Ruokateemaan** unelmalounashetki-kyselyssä tuli kommenttirivejä 104 kpl, kun kokonaisuudessa kyselyn tulos oli 216 erillistä kommenttiriviä. Vastauksissa toivottiin oppilaiden taholta eniten monipuolisia salaatteja erillisissä astioissa ja proteiininlähdettä myös salaatteihin. Paljon unelmoitiin salaattien lisäksi tuoreesta leivästä ja että olisi useampia leipälaatuja tarjolla. Hedelmiä, marjoja ja hedelmäsalaattia toivottiin myös. Erilaisia vaihtoehtoja ja monipuolisuutta toivottiin yleisesti oppilaiden unelmalounashetki-kyselyn vastauksissa. Näiden lisäksi toivottiin mausteita, jälkiruokia ja toiveruokapäivään tuli paljon erilaisia kommentteja. Tähän on koottu osa oppilaiden vastauksista kyselyyn.

Ei lisätä vegeruokia, mutta sen kunnolla tekemiseen eli makuun ja ulkonäköön tulisi panostaa selvästi enemmän. Nykyiset annokset eivät houkuttele/vegeruoka erikseen. Sianlihan rinnalla voisi olla toinen lihavaihtoehto, ei vain kasvisruoka.

Erityisruokavaliot ovat parempilaatuisia, salaatin ainesosat ovat eriteltyinä, ruoka on lämmintä, tarjolla on useammin pehmeää leipää, hedelmiä ja jälkiruokaa, lisukkeet ovat monipuolisempia (erilaisia riisejä, perunaa eri muodossa, pastoja), kastikkeet ja keitot vaihtelevat enemmän.

Tarjolla on tavallisten mausteiden lisäksi esim. basilikaa ja rucolaa, ketsuppia ja majoneesia.

Ruoan laatu on yleisin syy jättää koululounas väliin. Ruoan laatu muuttui huonommaksi, kun siirryimme keskuskeittiön ruokaan. Ruoan laadussa olisi parannettavaa. Ruuassa on liian vähän proteiinia, ainakin urheilulle kasvaville nuorille.

Ruoan makuun voisi myös panostaa. Ruoan koostumus ei aina houkuttele maistamaan, ei niin vetistä ruokaa.

Usein annoskoot ovat aivan liian pieniä ja jää nälkä. Unelmalounaalla pitää saada syödä tarpeeksi.

Lounaalla olisi herkullista perusruokaa, kuten lihapullia ja perunamuussia. Lounaan ruokaa olisi odotettu jo monta päivää, sillä ruokien vaihteluväli olisi pidempi. Nykyisin samat ruoat toistuvat liian usein.

**Palvelussa** tuli esille monia (17 kpl) erilaisia asioita henkilökunnan toimintaan, toiminnallisuuteen ja prosesseihin.

Keittäjille parempi mieli, ruokalistat pitäisivät paikkansa. Ruokalahenkilökunnan määrä on alimitoitettua oppilasmäärään nähden.

Ruoan esillepanoon tulisi panostaa, jotta ruokaa tekisi mieli syödä. Ruoka saattaa maistua paremmalta miltä se näyttää.

Astioiden puhtaus. Astioissa on välillä pesun jäljiltä kuivunutta ruokaa tai muuta likaa. Ei ole mukavaa aloittaa ruokailuhetkeä likaiselta astialta. Astioita voisi olla enemmän, jotta ne voisi pestä pidemmällä ohjelmalla.

Mahdollisuus antaa palautetta ruokailukokemuksesta päivittäin ruokailun jälkeen (tai kerran viikossa).

**Muut-teemaan** (45 kpl) vastauksista on lajiteltu ne oppilaiden vastaukset, jotka liittyivät mm. sääntöihin ja ohjeisiin ruokailutilanteessa sekä toiveisiin mitä unelmalounashetkessä saisi tehdä. Näistä vastauksista yleisemmäksi toiveeksi oppilailta nousi kännykän käyttämisen salliminen ruokailussa. Kestävän kehityksen teemoja olivat jotkut oppilaat myös miettineet, ruokalistojen muutoksella syntyisi vähemmän hävikkiä, oppilaiden itsensä toteuttama teemapäivä hävikistä ja sen ehkäisemisestä, ei kertakäyttöastioita ruokailuun ja enemmän kalaruokaa sekä ympäristöystävällistä ruokaa ruokalistalle.

Saa itse päättää milloin menee syömään. Ruokalavalvojat valvovat kaikkien ruokailua tasapuolisesti. Kännykän käyttö sallittu ruokailussa -voisi edistää

ruokalaan tulemista yksinäisten ja sosiaalisesti ei niin taitavien kesken, varsinkin jos syö yksin

Saa ruokailla rauhassa, kukaan ei häiritse. Huomion kiinnittäminen järkeviin ruokaiikoihin. Jos oppilaan koulu alkaa klo 10.00 ja päättyy 15.45, ruokailun ei tulisi olla jo 10.45.

Ruokailuaikojen pidentäminen (koronasta johtuen lyhennetty 15 minuutiksi). Puhelimien käyttö sallittua. Melutaso alhainen.

Ruokalassa on huolehdittava kunnolla myös hygieniasta. Unelmalounashetkellä kaikki saavat syödä rauhassa ilman kiirettä

### 5.5.2 Työpaja 1 tulokset

Työpaja 1 toteutettiin etänä ja siihen osallistui oppilaita ja opettajia kolmesta koulusta. Jokaisesta koulusta osallistui kaksi oppilasta ja heidän opettajansa. Etänä toteutetusta työpajasta jäi pois kaksi siihen kutsutusta koulusta, joista toiselle koululle pystyttiin järjestämään oma lähitoteutusena tehty työpaja. Yhdellä koululle ei aikataulullisista syistä pystytty järjestämään omaa erillistä työpajaa.

Oppilaat merkitsivät aluksi Flingan valkotaulussa eriväreillä koodattuja teemoja sydämellä heidän mielestään viiteen tärkeimpään asiaan. Oppilaat käyttivät myös itsenäisesti läpi tämän työpajan sekä myös työpajojen 2 ja 3 yhteydessä Flingassa kommentteista lisättävää sydäntä tykkäyksen merkiksi heille tärkeisiin asioihin ja muiden oppilaiden kommentteihin. Flingaan oppilaat kirjoittivat omia kommenttejaan virtuaalisiin muistilappuihin. Yhdessä keskustelemalla käytiin kaikki muistilaput läpi ja samalla opinnäytetyöntekijän kirjoitti havaintoja käydystä keskustelusta. Kehitysehdotuksia oppilaat kirjoittivat työpajassa 33 kpl, jotka käydään tarkemmin läpi seuraavassa kappaleessa.

**Ruoka ja palvelu, enemmän vaihtoehtoja** sai tykkäyksiä eniten (7 kpl). Teemasta keskusteltaessa oppilaat nostivat esille ruokalistoilla olevan toiveruokapäivän.

Toiveruokapäiviin ei voi vaikuttaa, oma vuoro ko koululla todella harvoin.



Ruoan lähettäminen moneen eri kouluun, ei saada lempiruokia listalle. Keittiöhenkilökunta ei pysty toteuttamaan kuitenkaan sitä oppilaiden äänestämää toivetta, koska ruoka tulee keskuskeittiöstä ja on jonkun muun koulun toive eikä koskaan ko koulun toiveet.

Toiveruokapäivä, suosikki kouluruoka äänestys.

**Toiveruokapäivän** (1 kpl) lisäksi oppilaat toivoivat salaattikomponentteja erikseen linjastoon, enemmän hedelmiä ja täysjyvätuotteita, koska he kokivat täysjyvätuotteiden pitävät nälkää paremmin. Myös oppilaat keskustelivat kasvisruoan merkityksestä ja sen laadusta.

Useampi erilainen kasvisruoka vaihtoehto kasvisruokapäivinä, josta valita. Kasvisruoka myönteisyys, ruoka sijoitettu, linjasto sijoittelu, salaatit ja kasvisruoat esille paremmin. Kasvisruoan laatu.

**Ruoka ja palvelu, ruoan esille laitto, ulkonäkö** koettiin oppilaiden mielestä toiseksi tärkeimmäksi, se sai tykkäyksiä 6 kpl. Hyvää ja ravitsevaa ruokaa toivoi oppilaista 3 kpl. Oppilailta kysyttäessä heidän vastauksensa koskivat ainoastaan kasvisruokaa.

Ruoka tehtäisiin houkuttelevammaksi, ulkonäkö ja rakenne.

Kasvis ruoka mössömäistä.

Kasvisruoka ei tiedä mitä se on. Kasviksia lilluu vain tomaattikastikkeessa. Ei tiedä mitä syö.

Vegaani, ei varmasti syö mitään, koska ei houkuttele. Kasvisruoka, ei pidä nälkää. 9 lk. ei koe ruokaa riittäväksi, vaan tulee jo iltapäivällä nälkä.

Kolmanneksi eniten tykkäyksiä sai muista vaikuttavista tekijöistä **ruokailuajan pituus**, (5 kpl). Tästä aiheesta oppilaat kertoivat hyvin kuvaavalla tavalla minkälaista koulunarki ja toiminnot ovat heidän kouluissaan. Lisäksi oppilaat antoivat omia kehitysehdotuksia tilanteen parantamiseksi ja osa oppilaista kertoivat muille minkälaisia ratkaisuja heidän koulussaan, on tehty.

15 min aikaa ruokailla, ei ehdi jutella, jonotukseen menee aikaa 1–7 min, ei ehdi hakea lisää. Aikaa kuluu käsienspesuun, jonotukseen, syömiseen. Muutaman minuutin myöhästyminen tunnilta aiheuttaa Wilma-merkinnän.

½ ruokatauko, riittää ihan hyvin syömiseen, välillä on koko käytävän mittaiset ruokajonot, opettajat päästävät eri määrät oppilaita aina kerralla sisälle ruokasaliin. Ei kuitenkaan tule jonoja linjastoon vaan jono tulee käytävälle/aulaan opettajien säännöstelemistä oppilasmääristä ruokasalissa

10.30 liian aikainen ruokailuaika 7 luokkalaisille. Ruokasali on todella pieni Viherlaaksossa, siksi pitää mennä syömään niin aikaisin. Linjastoja on 4. Opettajat hallitsevat tungosta päästämällä vain osan oppilaista kerrallaan sisälle ruokasaliin, vältetään tungos ruokasalissa

Siesta, 45 min ruokatauko, saa itse päättää milloin menee syömään ko ajan puitteissa. Helpottaa ja tuo vapautta pienessä ruokasalissa. Jaksottaminen ja porrastaminen tuo silti jonoja varsinkin suosikkiruokapäivinä.

**Tiloihin** liittyvistä asioista (4 kpl) tykkäyksiä saivat molemmat, pöytien sijoittelu ja rauhallinen tunnelma, vähemmän melua (4 kpl). Pöytiä koskeva palaute oppilailta kohdentui eniten pöytien kokoon ja sijoittelun vaikuttavan siihen tullaanko ruokailemaan. Syiksi oppilaat kertoivat:

Pienet kaveriporukat vie kokonaisen ison pöydän niin sitten isompi porukka joka haluaisi istua ei mahdu mihinkään koska pienempi porukka jo vienyt ison pöydän.

Kaveri ei tullut syömään, ei halua mennä yksin.

Pyöreitä, pitkiä pöytiä.... Pyöreät pöydät vievät enemmän pinta-alaa, ei riitä paikkoja silloin kaikille, ei pääse istumaan kaverin viereen ja jätetään tulematta kokonaan ruokailemaan.

Pöytien lajittelu/sijoittelu, kivempi asettelu voisi tuoda lisää oppilaita.

**Rauhalliseen tunnelmaan, vähemmän melua** oppilaat nostivat puheenvuoroissaan vahvasti esille kaikkien oppilaiden omana vastuuna ruokarauhan toteutumisesta ja melun tasosta. Musiikkia (1 kpl), kännyköiden käyttöä (1 kpl) ja mahdollisuutta ruokailla kaverin kanssa toivoivat (1kpl) muutama oppilas.

On kiinni oppilaista ja heidän omasta äänen tasostaan.

Pelissäännöt, oppilaiden sitouttaminen niihin.

Työpajaan osallistuneet opettajat nostivat esille, kun kouluntiloja käyttävät eri-ikäiset koululaiset ja oppilaiden tuottaman erilaisen äänimaailman. Lisäksi opettajat antoivat kehitysehdotuksensa suunniteltaessa koulujen peruskorjauksia ja uudisrakentamista.

Myös eri-ikäiset oppilaat tuottavat erilaista äänimaailmaa. Vrt. alakoululaiset-yläkoululaiset.

Parhaimmat keskustelut käydään ruoan ääressä, ei kielletä puhumista.

Uusien koulujen suunnittelu; Isot, korkeat ja avarat tilat ja niiden akustiikka. Uusiin kouluihin ei toivota sitä ongelmaa enää. Suunnittelussa otettava huomioon valmiiden tilojen akustiikka.

Työpaja 1 toteutettiin erikseen yhdessä kouluruokailuprojektissa mukana olleista kouluista lähitoteutuksena, koska sieltä oppilaat eivät pystyneet osallistumaan etänä toteutettuun työpajaan 1. Työpaja toteutettiin oppilaskunnan kokouksen yhteydessä, siihen oli varattu heidän aikataulussaan aikaa 45 minuuttia. Työpajaan osallistui 13 oppilasta ja heidän opettajansa.

Työpaja toteutettiin samalla tavalla, kuin etätyöpaja, keräämällä tykkäyksiä oppilaille tärkeisiin asioihin ja yhdessä keskustelemalla. Teemoiksi tähän työpajaan oli valittu: ruokailuajan pituus, tausta musiikki, mahdollisuus ruokailla kaverin kanssa, koristeita (pöytiin, seinille), kännyköiden käyttö, rauhallinen tunnelma/vähemmän melua, ruoan esille laitto/ulkonäkö, pöytien sijoittelu, pöytien koko, hyvä ja ravitseva ruoka, enemmän vaihtoehtoja, toiveruokapäivät, ruokasalin siisteys.

Tuloksissa kolme teema olivat oppilaille tärkeimpiä heidän antamien tykkäysten mukaan. **Toiveruokapäivät** saivat tykkäyksiä 13kpl. **Enemmän vaihtoehtoja** sai myös 13 kpl sekä **hyvä ja ravitseva ruoka** (13 kpl). 12 kpl tykkäyksiä oppilailta sai ruoan esille laitto, ulkonäkö. Teema mihin oppilaat haluavat myös päästä vaikuttamaan on ruokasalin siisteys (9 kpl). Muut työpajassa käsitellyt teemat saivat: rauhallinen tunnelma, vähemmän melua (2 kpl), kännyköiden käyttö (2 kpl), koristeita seinille, pöydille (2 kpl) ja astioiden riittävyys, pöytien sijoittelu, pöytien koko, musiikkia, ruokailuajan pituus sekä mahdollisuus ruokailla kaverin kanssa ei tässä työpajassa ollut oppilaiden kehittämiskohteissa. Kehitysehdotuksia oppilaat kirjoittivat työpajassa 66 kpl.

**Toiveruokapäivästä** (tykkäyksiä 13kpl), **enemmän vaihtoehtoja** (tykkäyksiä 13 kpl) ja **hyvä ja ravitseva ruoka** (tykkäyksiä 13kpl), oppilaat kertoivat ja antoivat omia kehitysehdotuksia teemoista keskusteltaessa, joita havainnointiin opinnäytetyöntekijän toimesta.

Muutaman kerran vuodessa täysin oppilaiden valitsemat, 3 eniten ääntä saanutta, toteutuisi edes kerran vuodessa, oman koulun toiveet toiveruokapäivänä.

Hedelmiä joka päivä, erilaisia leipiä, ilman rajoituksia, salaattit, perussalaatti pohja kurkulla ja tomaatilla näin saa enemmän vaihtoehtoja.

Maku, keitot vetisiä, ei makua, ei sattumia. Täyttäviä, ei pidä nälkää, proteiinia lisää. Kasvisruoka voisi olla muuta kuin vain ”kasvisversio” liharuoasta. Aina joka päivä 2 vaihtoehtoa; sekaruoka ja kasvisruoka. Lisukkeita

**Ruoan esille laittoon, ulkonäköön** (tykkäyksiä 12 kpl) ja **ruokasalin siisteyteen** (tykkäyksiä 9kpl) oppilaat kertoivat ja antoivat omia kehitysehdotuksia teemoista keskusteltaessa, joita havainnointiin opinnäytetyöntekijän toimesta.

On todella tärkeätä, vaikka olisikin lempiruokaa sekin olla hyvin esillä. Pelkää maistaa ruokaa, jos ei tiedä/ näe mitä ruoka on. Haluaa syödä ruokaa, joka näyttää hyvältä.

Viimeisessä ruokavuorossa; salaattia penkillä, pöydillä. Pöytien päällä ja lattialla roskaa, astuu päälle. Jätetään vain, eikä siivota omia roskia. Sääntö, jokainen siivoa omat sotkut, jos jotain tippuu jää pöydälle. Pienempiä roskiksia, jotta voi itse siivota. Nyt on vain 1 iso roskis.

Linjasto aiheuttaa ongelmia, tarjotin ei kulje siinä. Vaan on epätasaiset tasot. Ottimeet tippuu ruoan joukkoon ja ei halua niitä käsin nostaa.

### 5.5.3 Työpaja 2 tulokset

Työpaja 2 toteutettiin samanaikaisesti sekä lähitoteutuksena ja Teamsillä etätoteutuksena. Lähitoteutuksena toteutettuun työpajaan osallistui 8 oppilasta ja yksi opettaja kahdesta projektissa mukana olleesta koulusta. Lähitoteutus työpajassa oli teemoiksi valittu: ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät. Eri teemoista tehtyjä ryhmiä vetivät projektiryhmän jäsenet ja oppilaat kiersivät ruokasalissa teemasta toiseen ja kirjoittivat omia

kehitysehdotuksiaan muistilapuille. Yhteensä erilaisia kehitysehdotuksia oppilaat kirjoittivat lähityöpajassa 127 kpl. Tähän on koottu osa oppilaiden vastauksista.

Tuloksissa **ruoka ja palvelu** teema tuotti 47 erilaista oppilaiden vastausta.

Ruokavaikuttajat toimintaan keittiöhenkilökunta mukaan. Wilmaan linkki, jossa voi äänestää toiveruokaa. Linkki tulisi aina perjantaina ja toiveruokaa olisi maanantaina.

Kasvisruoka voisi olla erilainen kuin normaaliruoka, kasviksia enemmän esim soijakastike jotenkin poikkeavaksi. Kasvisruokien poistamisen sijaan voisi kehittää sitä. Kasvisruokaan panostaminen, tuttuja ruokia, pastaa jne. Kasvisruoka normaalimpaa eikä kummallisen näköistä. Kasvisruoka kun se näyttää hyvältä se houkuttaa syömään.

Enemmän kappaleruokapäivänä ei rajoituksia ruoassa. Kerralla saisi ottaa enemmän suosittuja ruokia. Mausteet linjastoon. Enemmän mausteita ja riittävä määrä. Enemmän salaattikastikkeita. Enemmän leipävaihtoehtoja. Eri kulttuureista eri ruokia. Jos ei ruoka maistu, niin olisi enemmän vaihtoehtoja esim. banaaneja, vaaleaa leipää.

**Tilat** teemaan oppilaat antoivat 39 vastausta. Oppilaiden vastauksissa tiloihin liittyviä oppilaat kirjoittivat:

Mukavat istumapaikat erillään pöydät. Kiva värimaailma ja miellyttävät pehmeät tuolit yms. Hyväkuntoiset pöydät ja tuolit- varsinkin jos ne pitää nostaa ylös. Oikean mallisia pöytiä - mikä sopii parhaiten tilaan?

Jonotus toimivaksi. Tarpeeksi linjastoja tila jonotukselle. Ihmiset ei noudata porrastettuja ruokailuaikoja. Siisteys- puhtaat lattiat ja seinät

Grafiitteja seinään. Tunnelmallinen tila: lisää akustiikkalevyjä, niitä mattojuttuja seinille tai jotain huopajuttuja. Jotain kasveja tai tekokasveja ympäriinsä. Ruokailun aikana pyörisi leffa. Akustiikkaa. Iso kello seinälle jonka usea voi nähdä tai monta pientä.

Sopiva lämpötila, keväällä kuuma talvella kylmä. koristeita esim. joulukoristeet jotka vaihtuvat sesongin perusteella- sesongit-pöydille. Hiljainen musiikki, rauhalliset nurkat, kivempi istua vain omien kavereiden kanssa. Juhlapäivinä teema

koristelu. Taivaskatto/tähtikatto. Jossain telkkarissa näkee sään ja lämmön. Tunnelmavaloja esim tolppiin jotakin ledejä

**Muita vaikuttavia tekijöitä**, joista oppilaat unelmoivat kouluruokailussa tai haluaisivat kehittää 41 kpl erilaista asiaa.

Rauhallisempi ilmapiiri. Pidemmät ruokailuajat. 20 minuttia / luokkaa. Eli 7 luokkalaiset syö 20 min ja seuraava luokka tilalle 20 min. Ravintolamainen tunnelma; himmeämmät valot, hiljaista taustamusiikkia, tunnelmavaloja. Ruokailun alussa on liian paljon ihmisiä kerralla. Ainakin 30 min aikaa jonottaa ja syödä yms

Sais mäkärin keittiön koulualueelle. Limuautomaatti: kivennäisvettä kuplilla, makuviichy, Novellea. Rakennetaan pihaan kauppa.

Jos ei ole kaveria, voi käyttää kännykkää. Tarjottimet pois, jos ruokatori on hyvin toteutettu- jonotus ei saa lisääntyä. Kunnolliset aterimet, jotka helpottaisi ruoan syömistä. Puhuminen toisiin pöytien kanssa että saisi puhua kaikkien kanssa. Puhelinta saisi käyttää vapaasti. Uskon, että monet ei niitä kuitenkaan hirveästi käytä.

Ottimet on yleensä likaisia ja täynnä ruokaa. Linjasto myös. Takit ja reput olisi kiva saada otettua mukaan pöytään. Naulakoilta usein häviää tavaraa.

Teamsillä toteutettuun etätyöpajaan osallistui oppilaita ja opettajia yhteensä 10 kpl kolmesta eri projektissa mukana olleesta koulusta. Siinä oppilaat vastasivat Flinga valkotaululle. Flinggaan valitut teemakysymykset ovat liitteessä 3. Etätyöpaja 2 tuotti yhteensä 64 erilaista ideaa, kehityskohdetta ja kouluruokailu unelmaa. Vastaukset lajitellessa oli ruoka 28 kpl, tilat 20 kpl ja muut 16 kpl.

Tämän lisäksi oppilaat laittoivat omia tykkäyksiä toisten oppilaiden kommentteille. Oppilaat kirjoittivat näitä kommentteja Flinga valkotaululle: vesipisteitä voisi olla lisää (4 tykkäystä), opettajat antaisi syödä rauhassa (2 tykkäystä), ei tarvitse ruuan valvojaa, koska siinä vieressä on opettajat, jotka syö niin he näkevät kyllä niin ei tarvitse ruuan valvojaa, kun muuten alkaa ahdistaa syödä, kun he tuijottavat ihan meidän vieressä, kun me syödään (2 tykkäystä), jos koulu alkaa 10:00 ja ruokailu on jo 10:45 ja koulu loppuu 16:00 niin ei tule edes

nälkä ennen ruokailu mutta kun koulu on loppumaisillaan niin on hirveä nälkä (2 tykkäystä) ja että tilaa voisi vähän jakaa pienempiin osiin (1 tykkäys).

**Toiveruokapäivästä** oppilaat kirjoittivat ja keskustelivat pitkän aikaa. Tästä syystä opinnäytetyöntekijän toimesta tehtiin toiveruokapäivää koskien työpajassa oppilaiden ideoimia nimiehdotuksia ruokalistalla olevaan toiveruokapäivään, jonka oppilaat kokivat harhaanjohtavaksi. Nimiehdotuksia olivat: Suosikkiruokapäivä (2 tykkäystä), Suositut ruuat päivä (3 tykkäystä) ja 5tähden lounas (3 tykkäystä) sekä ei tarvitse erillistä nimeä.

Toiveruoka voisi olla enemmän, vaikka kerran tai kaksi kertaa kuussa. Toiveruoka päivä koulujen kohdalla osuu ehkä 1 kerran 2 vuodessa. Toivottaisiin että kysyttäisiin toiveruokasta vain kun on oikeasti oma vuoro päättää. Alakoulu toivoi aina erilaisia ruokia usein nakkiruokia. Yläkoulu ja alakoululta voisi kysyä erikseen. Toiveruokapäivä: ruokaa tehdään moneen paikkaan yhdestä keittiöstä, missä vaiheessa on se oman koulun vuoro? Että heidän oma toiveensa toteutuisi. Toiveruoka-nimi aiheuttaa uskomuksen siitä, sen että juuri omaa toivea toteutuu. Toiveruokapäivä: ei koskaan tule oma luokan/koulun toive. Tarjottaisiin vaihtoehtoja luokille joista saa valita.

**Ruokateemasta** oppilaat keskustelivat tällä tavalla:

Ei laiteta kaikkea ruokaa vain yhteen pinoon vaan lajitellaan ne kivan näköisesti. Erikseen esim. Pinaattiletut eikä isoissa kasoissa.

Ehkä silleen kastikkeet loppuun eikä heti ensimmäiseksi. Kasvisruoat lihojen jälkeen eikä omalle linjastolle. Ruuan esilaitto: ei näyttäisi sopalta eli niiku joku puuron näköinen jossa on vähän vihreitä ja punasta väriä niin sellasta ei tee mieli syödä. Enemmän täysjyvä tuotteita koska ne täyttää enemmän. Ketsuppia kaikilla ruuilla tarjolla!!

Ruokailussa 15 min ei riitä ruokajonoissa saattaa mennä jo 5 min ja opettajat ei tykkää kun tullaan myöhässä niin ei ehdi välttämättä syödä. Ei liian aikaisin ruokavälkkä, myös mahdollisuus esim välipalamyyntiin ruokiksella.

**Tiloista** oppilaat keskustelivat tällä tavalla:

Suurempia pöytiä jotta kukaan ei jää yksin. Ei liian lähekkäin tai ahtaasti. Ei myöskään hirveän pitkiä pöytiä, vaan mieluummin vaikka viiden henkilön pöytiä. Pöytiä voisi olla kaikki neliön muotoisia koska ne vievät vähemmän tilaa, ja pöytiä voisi olla suurempia, ja pienempiä.

Muutenkin: vesipisteitä koko kouluun, koska kukaan ei halua oikeasti juoda joistan wc: n likaisista hanoista ja juomapullot ei edes mahdu niihin

Selkeät kyltit ruokien vieressä, jotta tietää mikä on mitäkin. Ennen linjastoa, niin ettei tule hirveää jonoa kun yksi katsoo tietoja. Linjaston päässä on alakoululaisille-informatiivinen kuva. Auttaa heti tietämään mikä on pääraaka-aine.

Mukavat tuolit. Kasveja. Pöytäliinoja. Siistimpää ylipäätään. Roskiksia ympäriinsä. Mukavat tuolit. Akustiikka (että meteli pysyy kohtuullisena) Tarpeeksi tilaa linjastolla (sujuu nopeasti) ja riittävästi palautuspisteitä.

Vanhojen tilojen muokkaus: järjestää pöydät kokonaan uudestaan, sisustaa uudelleen, uusi järjestys. Ei tarvitse lähteä purkaa luokki tms. Koristeet: värikkäät koristeet, ruokarekvisiittaa, luo hyvää mieltä ja ruokahalua, osa repii koristeita pöydistä, taidetta seinille. Koristeet: ei pöydille, vaan seinille tai linjastoon. Koristeet: esim Itsenäisyyspäivän koristeet, samat koristeet joka vuosi, oppilaat koristelevat.

Keskustelua oppilaiden välillä käytiin myös **ruokarauhasta**. Ja heidän kokemuksistaan siitä, että ruokarauhaa ei joskus saada ruokailua valvovien opettajien taholta. Oppilaat keskustelivat, että

Opettajat antaisi syödä rauhassa.

Ei tarvitse ruuan valvojaa, koska siinä vieressä on opettajat, jotka syö niin he näkevät kyllä niin ei tarvitse ruuan valvojaa, kun muuten alkaa ahdistaa syödä, kun he tuijottavat ihan meidän vieressä, kun me syödään.

Ruokavalvoja kiertää salissa, pysähtyy vaan tuijottaa, ei sano mitään. Ilman mitään syytä vain tuijottaa.

Opettajan näkemys; oppilaiden viestiä välitetty eteenpäin opettajankokouksessa.

#### 5.5.4 Työpaja 3 tulokset

Työpajassa kysyttiin oppilailta: Millä keinoin ja välinein kouluruokailusta pitäisi tiedottaa, miten tavoitetaan nuoret parhaiten? Minkälaista sisällön pitäisi olla? Lisäksi työpajan 3 tarkoitus



oli käydä oppilaiden kanssa läpi, mitä tähän mennessä on saatu aikaiseksi ja miten projekti jatkuu sekä kysyä oppilaiden palautetta työpajoista ja niiden toteuttamisesta.

Työpajaan osallistui oppilaita ja opettajia neljästä projektissa mukana olleesta koulusta. Työpajaan 3 osallistui yhteensä yhdeksän oppilasta ja neljä opettajaa. Työpajaan osallistui myös projektiryhmän jäseniä kuusi kappaletta. Työpaja 3 oli toteutettu enemmän yhteisesti keskustelevalle mutta oppilaat tekivät liitteenä 4 olevalle Flinga valkotaululle myös omia kehitysehdotuksiaan ja muiden Flingalla toteutettujen työpajojen tapaan tykkäsivät toisten oppilaiden kommentteista. Työpaja 3. tavoitteena oli kuulla oppilaiden mielipiteitä, joten palautteena olisi voinut käydä uudelleen työpajan 1 emoji hahmot ja kysyä oppilailta, että minkälainen tunne heillä on kolmen työpajan jälkeen. Se olisi luonut yhteyden alkutilanteen ja hetken työpajan 3 loppuksi.

Työpajan 3 tuloksissa eniten oppilailta tuli vastauksia ruokalistojen saatavuuteen ja siihen mistä heidän olisi helpoin niitä lukea, jotta tietäisi mitä on ruokana sekä mikä on ruokien raaka-aine sisältö. Lisäksi keskusteltiin sosiaalisessa mediassa kouluruokailua koskevan tiedon jakamisesta esimerkiksi ruokalistojen julkaisemisesta. Oppilaat keskustelivat myös erilaisista puhelimeen ladattavista sovelluksista tiedottamisen välineenä sekä miten he haluaisivat antaa palautetta kouluruoasta, kuinka usein ja millä tavoin.

Tykkäyksiä (9 kpl) oppilaat antoivat sille, että ruokalistat voisi laittaa joka viikon alussa Wilmaan, joka on kodin ja koulun vuorovaikutuksen virallinen kanava. (7 kpl) tykkäyksiä oppilailta sai, että allergisoivista raaka-aineista saisi tiedon juuri Wilman kautta oppilaille lähetettävässä ruokalistassa sekä allergisoivien raaka-ainetietojen löytyvän aina ruokasalissa ja linjastossa olevista ruokalistoista tummennetulla värillä. Koulun oma Instagram-tili sai tykkäyksiä (6 kpl). Tykkäyksiä saivat myös oppilaiden kirjoittamat toiveet siitä, että ruokalistoja voisi olla esillä muuallakin koulun tiloissa kuin vain kouluruokalassa, esimerkiksi oppilaiden omalla ilmoitustaululla. Toiveruokapäivää koskien toivottiin, että ruokalistassa pitäisi lukea mitä toiveruoka oikeasti on kyseisenä päivänä sekä toiveruokapäivien äänestyksestä informoida oppilaita Wilman kautta. Muuten oppilaiden toiveissa oli Flingaan kirjoitetuissa vastauksissa toiveruoan äänestys mahdollisuudesta internetissä tai sosiaalisessa mediassa. Toivottiin, että opettajat kertoisivat ennen ruokailua olevalla oppitunnilla mitä on ruokana. Muita oppilaiden informoimisen välineitä oppilaiden mukaan olisivat koulun info-tv ja kuvallinen viestintä linjastossa hyvänä tapana kertoa ruokien sisällöstä oppilaille.

Keskustelusta, joita havainnointiin opinnäytetyöntekijän toimesta käytiin siitä, miten oppilaat toivoivat saavansa tiedon, mitä koulussa on ruokana. Pohdintaa käytiin työpajassa siitä missä ja kenen toimesta ruokalistaa julkaistaan mahdollisimman helposti oppilaiden tavoittamiseksi. Muutamassa työpajaan osallistuneessa koulussa on jo käytössä koulun oma Instagram-tili, jonne ruokalistaa julkaistaan oppilaskunnan toimesta. Espoo Catering Oy:n internetsivuilla julkaistavaa ruokalistaa oli oppilaiden mielestä vaikea löytää ja monimutkainen käyttää löytääkseen oman koulun ruokalistan. Eniten oppilaat toivoivat juuri Wilman kautta tulevaa tiedottamista ruokalistoista, raaka-aineista ja toiveruokien äänestämisestä. Oppilaat, opettajat ja projektiryhmän jäsenet Espoo Catering Oy:stä pohtivat kenen toimesta ruokalista tulisi Wilmassa julkaista. Eniten toivottiin keittiöhenkilökunnan julkaisevan koulun ruokalistan Wilmassa.

Keittiöhenkilökunta paras päivittämään ruokalista. Heidän olisi helpompi laittaa ruokalista sinne.

Wilma on kaikilla oppilailla, joten se parhain viestintä kanava. Wilma on parempi viestintä kanava, koska kaikilla ei ole Instagramia. Wilman kautta suora linkki ruokalista sivuille. Opettajien tehtävä on muussa tiedottamisessa ja heillä on jo muutakin vastuuta ja viestintää.

Oppilailta kysyttiin ladattavasta sovelluksesta ruokalistojen seuraamiseen ja toiveruokien äänestämiseen.

Sovelluksen kehittämisen menee rahaa ja jos se on pois sitten kouluruoasta niin todella huono idea!

Turha jos vain ruokalista ja äänestys sovelluksessa.

Sovelluskaupasta lataaminen kuormittaa puhelinta, lisää vain sovelluksia puhelimeen. Ei erillistä sovellusta, ei kukaan lataa niitä.

Oppilailta kysyttiin sosiaalisen median hyödyntämisestä sisällöntuottamisessa kouluruoan yleiskuvan lisäämiseksi. Esimerkkejä sisällöntuottamisesta ovat keittiöhenkilökunnan esittelyt ruokien valmistusvideoiden, My Day, Tiktok ja Instagram Reels.

Voisi nostaa kouluruoan arvostusta, kuka sitä sinulle tekee, voisi myös lisätä että tullaan syömään.

Herkullinen, opetuksellisesti kiva nähdä koulukeittiöhenkilökunnan arjesta. Ja näin myös tuoda oppilaille tutuksi ammattikeittiötoimintaa.

Video voi olla jees, mutta ruoan laatu kuitenkin tärkeitä.

Oppilaat kokivat tärkeäksi mahdollisuuden antaa kouluruokailusta palautetta.

Meidän koulussa palaute laatikko, sinne voi jättää nimettömänä palautetta, keittäjät saa tietoa.

Wilman kautta kysely, lyhyt, että jaksetaan täyttää kysely.

Hymynaama laite, sijoittelu ruokasalissa myös hyvään paikkaan, ei kulkuväylälle.

Hymynaama laite on nopea käyttää.

Sanallinen palaute suoraan keittäjälle, ujut ei ehkä uskalla, silloin jättää lapulla palautetta, kaveri auttaa.

Ei siihen jätettyyn palautteeseen tule suoraa vastausta keittiöltä. Toivotaan enemmän, että näkee toimenpiteen sitten käytännössä.

Oppilailta kysyttiin, kuinka usein he haluaisivat, että palautetta kouluruoasta kerättäisiin.

Joka päivä joltain tietyltä ryhmältä.

Muutaman päivän välein, tukkii muun tiedon kulun. Jakaa vuorotellen eri luokkasteille, vuoro päivinä.

Sanallisen palautteen yhdistäminen Hymynaama-laitteeseen.

Liikaa kyselyitä, joten helposti jää vastailematta, ei liian usein kyselyjä.

Kerta viikossa hyvä, että muistaa vielä minkälaista ruokaa on ollut.

Monimutkainen laite vie enemmän aikaa vastata, kuin nopea Hymynaama-laite.

Työpajoihin ja Webropol-kyselyyn osallistumisen oppilaat ovat kokeneet olleen hyvä vaikuttamisen mahdollisuus, auttaa jaksamaan koulupäivän, kun on päässyt vaikuttamaan siihen, että kouluruoka olisi maittavaa. Ja että kouluruoasta tulisi hyvää, että jaksaa koulu päivät. Oppilaat kertoivat työpajojen olleen hyödyllinen juttu ja saanut paljon infoa sekä on ollut hyödyllistä, kun on saanut kertoa oman mielipiteensä ja kuullut toisten ajatuksia. Opettajan näkökulmasta osallistuminen on ollut hyödyllistä, kun on kuullut, miten muissa kouluissa on tehty ja saanut vinkkejä oman koulun toimintaan.

### **5.5.5 Havainnoinnit koulussa**

Havainnointia kouluruokailusta tehtiin opinnäytetyöntekijän toimesta ja hänen ammatillisen asiantuntijuutensa näkökulmasta. Havainnoinnilla haluttiin tuottaa opinnäytetyön tilaajalle ajankohtaista taustatietoa kouluruokailusta. Havainnoinnin tulokset on esitetty nimettöminä, joten anonymiteetti on huomioitu. Ensimmäiseksi havainnointi käynti tehtiin koulussa 1., jossa ruokailee n. 600 oppilasta. Toiseksi havainnointi tehtiin koulussa 2., jossa ruokailee n. 550 oppilasta ja kolmanneksi havainnointia tehtiin koulussa 3, jossa ruokailijoita on n. 700. Havainnointia tehtiin liitteen 5 pohjalta. Havainnoitavia asioita olivat ruokien esille laitto ja järjestys linjastossa, muut ruokaan liittyvät asiat, ruokasalin tilaratkaisut, kalusteet, asiakaspalvelu, toimintatavat ruokailutilanteissa ja tapakasvatus, tunnelma ja yleisvaikutelma.

Kaikki kolme koulua ovat Espoo Catering Oy:n kohteita. Jokaisessa koulussa oli omia toimintatapoja ja omanlaisia kehityskohteita, samankaltaisia tekijöitä niissä myös oli. Havainnoitavissa kahdessa koulussa pääruoka kuumennetaan keittiössä ja siihen valmistetaan lisäkkeet itse. Ja yhdessä kohteessa ruoka valmistetaan kokonaan paikan päällä. Samankaltaista kaikille kohteille oli se, että lämmin sekaruoka oli sijoitettu linjastoon ensimmäiseksi, tämän jälkeen tuli yksi valmiiksi sekoitettu salaatti, leivät ja juomat. Malliateriaa ei missään havainnoitavassa koulussa ollut linjastossa tai sen läheisyydessä. Kahdessa kohteessa kolmesta oli tarjottava kasvisruoka sijoitettu erilliselle omalle linjastolle pois pääruokalinjastosta, vain yhdessä koulussa kasvisruoka oli sekaruoan jälkeen samassa linjastossa. Erillisiä juomapisteitä ei ruokasaleissa ollut vaan esimerkiksi lisää vettä oppilaat hakivat linjastosta. Linjastojen päälle sijoitetut ruokalastat olivat hankalia lukea, niistä kyllä näkyi hyvin pääruokien nimet,

mutta muut tiedot ja raaka-aineet olivat lueteltu peräkkäin, jonka takia oli vaikea löytää esimerkiksi pinaatti-pestopastavuonan tuoteselosteesta mikä proteiini ruoassa on. Muutenkaan koko viikon ruokalistaa ei löytynyt tai päiväkohtaista ruokalistaa esimerkiksi linjaston alussa ei ollut, josta heti olisi nähnyt päivän ruokavaihtoehdot. Kaikissa havainnoitavissa kohteissa oli sijoitettu ruokasaliin kuulumattomia tavaroita ruokasalin puolelle. Ruokasalissa oli isoja roska-astioita, siivousvälineitä, siivouskärryjä ruokalinjastojen vieressä tai kulkuväylillä. Kertakäyttöastia pahvilaatikoita, keittolautasia kärryssä ja muita astioita sekä tavaroita, jotka ruokasalin puolelle sijoitettuna tekee epäsiistin kuvan sekä ahtaissa tiloissa vievät turhaa tilaa oppilaiden liikkumiselta ruokasalissa ja henkilökunnan työskentelyltä. Kaikissa kohteissa oli hyvä tunnelma ja oppilaat ruokailivat omissa porukoissaan ja kaikilla oli aikaa ruokailla rauhassa sekä hakea ruokaa lisää halutessaan, koska jonoja ei havainnointi hetkillä ollut.

Eroavaisuuksia koulujen havainnoinneissa oli keittiöhenkilökunnan työtehtävissä havainnoinnin ajankohtana. Koulussa 1. keittiöhenkilökunta oli työtehtävissä keittiön puolella ja muutama kerran he kävivät ruokasalin puolella täyttämässä puhtaita astioita ja myöhemmin myös täyttämässä linjastoa. Havainnoinnin perusteella keittiöhenkilökunnan ja oppilaiden välillä ei ollut vuorovaikutus tilanteita, keittiöhenkilökunnasta osan työvaatetus ja henkilösuojaimet eivät tehneet heistä helposti lähestyttäviä oppilaiden näkökulmasta havainnoimalla. Koulussa 2. keittiöhenkilökunta oli ruokailun ajan useita kertoja ruokasalin puolella työskentelemässä. Heidän työskentelynsä oli rauhallista ja hallittua. Lisäksi yksi työntekijä seisoi pidemmän linjaston vieressä koko ajan, havainnoinnin aikana ei selvinnyt mitkä hänen työtehtävänsä olivat. Henkilökunnan työvaatetus ja läsnäolo teki heistä havainnoinnin perusteella oppilaille helposti lähestyttäviä. Koulussa 3. oli keittiöhenkilökunta läsnä koko ruokailun ajan ja heidän työskentelynsä oli ulospäinsuuntautunutta ja iloista. Vuorovaikutustilanteita oli useampia, kun opettajia ja oppilaita kävi henkilökunnan kanssa juttelemassa. Keittiöhenkilökunta oli lähes koko ajan linjastojen päässä, avokeittiön ovensuussa asiakaspalvelu tehtävissä. Tämän lisäksi kaksi työntekijää hoitivat astiahuoltoa. Koulussa 3. keittiöhenkilökunnalla olisi ollut mahdollisuus tehokkaammin ruokailun aikana siistiä linjastoa.

Koulussa 1. oli havainnointi päivänä ruokana jauheliuhakeittoa, banaania, juustoa ja ruisvuokaleipää. Jauheliuhakeittoa oli linjastossa tarjolla neljässä isossa GN astiassa, mutta kaikki olivat puolillaan tyhjiä. Kouluruokailukokemuksen havainnointia tehdessä kasvisruoka vaihtoehto löytyi erillisestä linjastosta avokeittiön luota. Kasviskeitto ei ollut kovin ruokahalua herättävä, väri oli hyvä keltainen, mutta astia oli matala, siinä valkoinen muovinen kastikekauha,

muovisessa kannessa oli maalarinteipillä teksti KASVIS. Lisäksi tämän erillisen linjaston aloitus päässä oli iso valkoinen siivousämpäri täynnä likaista vettä ja siivousliina. Havainnointia tehdessä huomioni kiinnittyi siihen, kuinka vähän tai ei ollenkaan ruokaa oppilaat ottivat. Jauhelihaiteon kohdalla oppilaat keskustelivat keiton olevan vetistä ja jauhelihojen kadonneen, heistä tuntui, ettei syö lihaa ollenkaan.

Koulussa 2. havainnointi päivänä ruokalistalla oli possuraguta ja perunaa sekä kasvisruokana soijatomastiketta. Linjastoja ruokasalissa oli 3 +1 kappaletta. Myös tässä koulussa oli ensimmäisenä linjastossa lämpimät ruoat ja sen jälkeen yksi sekoitettu salaatti, leivät ja juomat. Kasvisruoka vaihtoehtoa oli ulkopuolisen havainnoitsijan näkökulmasta vaikea löytää. Kasvisruoka löytyi lopulta samasta paikasta, jossa oli yksittäispakatut erityisruokavalio annokset. Tämä linjasto oli ison ruokasalin oikeanpuoleisessa takakulmassa. Kasvisruoan yhteydessä ei ollut tarjolla muuta kuin pelkkä kastike eli havainnoinnin perusteella oppilaat jonnottavat päälinjastoissa ja ottavat sieltä ensin kaiken muun ennen kuin hakevat soijatomastikkeen erillisestä linjastosta. Havainnointia tehdessä huomioni kiinnittyi jälleen siihen, kuinka vähän ruokaa oppilaat ottivat ja kuinka yhden sekoitetun salaatin joukosta linjastossa keräiltiin itselle mieluisia raaka-aineita, lautasilla oli vain salaattia ja peruna. Eniten huomiota herätti se, kuinka moni oppilas kävi ruokasalissa toteamassa ruokana olevan possua ja kääntyvän pois. Samanlaisia keskusteluja oppilaat kävivät myös linjastossa koskien ruokana olevan possua. Havainnoinnin aikana kukaan näistä oppilaista ei kuitenkaan mennyt katsomaan erillisessä linjastossa olevaa kasvisruokavaihtoehtoa tai ottamaan sitä.

Koulussa 3. oli havainnointi päivänä ruokana broileripastavuokaa ja pinaatti-pestopastavuokaa. Linjastossa ensimmäisenä oli lämpimät ruoat ja niistä ensimmäisenä broileripastavuoka. Lämpimien ruokien jälkeen oli yksi sekoitettu salaatti ja juomat. Leivät olivat omalla erillisellä leipäpöydällä. Lämpimien ruokien linjasto oli tilava, mutta broileripastavuokat olivat sijoitettu päällekkäin yhteen riviin sen sijasta, että olisivat olleet vierekkäin. Päällimmäinen GN astia oli pitkiä aikoja ilman kantta oppilasryhmien välillä ja päällekkäin sijoitettuna pois lämpöhauteesta. Koulussa 3. oli oppilaiden opastamiseksi paljon erilaisia ohjeistus lappuja. Havainnoinnin perusteella ohjeita oli liian monta ja osa lapuista jo huonokuntoisia. Pastavuokat näyttivät havainnoinnin perusteella olevan oppilaille maistuvia ruokia.

Tila ratkaisut erosivat havainnoitavissa kouluissa toisistaan koska kohteet ovat eri aikoina rakennettuja. Koulussa 1. oli paljon toimintoja viety ruokasaliin. Siellä oli kaksi isoa televisiota ruokasalissa, piano, videotykki, takka, syöttötuoleja ja ruokasalin keskeltä meni käytävä, jota

pitkin oppilaat kulkivat koulun muihin osiin. Ruokajono, astianpalautuksen jono ja jono asiakaspalautelaitteelle olivat kaikki samassa paikassa, samalla yleisellä käytävällä. Oppilaille tarkoitettu käsidesi oli myös sijoitettu käytävän toiselle puolelle eli käsidesi annostelija jäi oppilaiden selän taakse eikä ollut linjastossa saatavilla. Linjastoa oli koristeltu Halloween teemalla ja oppilaiden tekemiä askarteluja oli myös laitettu koristamaan ruokasalia. Ruokasali jakautui kahteen osaan keskeltä menevän käytävän takia. Ruokasalissa oli pidempiä pöytärivejä, lyhyempiä 6 hlö pöytiä ja pyöreitä pöytiä. Joissain kohdissa pöytärivit olivat niin ahtaasti, ettei oppilaat mahtuneet väliin istumaan selät vastakkain ollenkaan. Tuolien selkänojat olivat niin korkeita, että laittaessa tuolin ruokailun päätteeksi sille varattuun paikkaan pöydän alle, oli tarjotin todella vaikea nostaa selkänojan yli pöydältä. Osassa pöytiä oli teipillä kiinnitetty pieniä mietelause julisteita. Kouluruokailukokemusta havainnoidessa koulussa 1. huomasin monessa pöydässä julisteen irronneen, mutta pöytään oli jätetty teipit ja liimat paikalleen, tämä teki pöytien pinnasta epäsiistin näköisiä ja vaikeasti pyyhittäviä. Yleisesti havainnoitaessa ruokasalin kalusteiden kunto oli huono. Ruokasalissa ei ollut viherkasveja, kuitenkin isoista ikkunoista näkyi maisema terassille ja lisää luonnonvaloa tuli vastakkaisella puolella olevista pienemmistä ikkunoista. Tein havainnon keittiön tavaroiden varastoimisesta ikkuna verhojen taakse ruokasalissa.

Koulussa 1. ruokailua valvoi havainnoinnin aikana muutama opettaja kerralla. He huomauttivat oppilaita päähineiden ja kännykän käyttämisestä ruokasalissa. Muuten ruokasalissa oli rauhallinen ja hyvä tunnelma. Kaveriporukat istuivat omissa pöydissään.

Koulussa 2. oli tilat jaettu kahteen osaan. Siellä oli erillinen pienempi lasi-ikkunoilla rajattu ruokailutila omalla linjastolla sekä isompi ruokasali, jossa oli 2 + 1 linjastoa. Näiden tilojen välissä oli astianpalautuspiste ja lähellä erillistä ruokailutilaa myös erillinen astianpalautus kärry. Isompi ruokasali oli valoisa ja siellä oli vaaleat kalusteet, pöydät omissa riveissä, verhot ja ikkunoissa kukka amppelit. Joissakin pöydissä oli viileätä istua, koska koulun pääovet olivat ruokasalin vieressä. Ruokasaliin tultaessa oppilaiden takit ja reput olivat sisääntulon edessä lattialla kasoissa. Kauempana sisäänkäynnin toisella puolella oli avonaulakko mutta siinä ei ollut kuin muutama takki. Koulussa 2. yhden linjaston edessä oli iso roskakori, joka oli kokonsa nähden liian iso linjastoon alkuun laitettuna, enkä havainnoinnin aikana huomannut sen käyttötarkoitusta siinä kohdassa. Keittiöön vievän oven luona oli myös siivouskärry ruokasalin puolella. Alakoululaisten tullessa lounaalle he kulkivat opettajan johdolla, ja opettaja söi lounasta heidän kanssaan. Yläkoululaisten lounaan aikana en havainnut opettajia

ollenkaan ruokasalissa. Oppilaat olivat huput ja pipot sekä kuulokkeet päässä lounaalla. Tunnelma oli hyvä ruokasalissa.

Koulussa 3. linjastot oli sijoitettu omaan syvennykseen ja ruokasali oli erillään siitä. Linjasto oli matalalla, ainakin alakoululaisten oli helppo ottaa ruokaa. Muille asiakasryhmille, yläkoululaiset ja opettajat todella vaikea ottaa. Kouluruokailukokemuksen havainnointia tehdessä mietin, voisiko olla sähköistetyt linjastot kouluissa, että saadaan linjaston tasot nostettua ylemmäksi oppilaiden vaihtuessa alakoululaisista yläkoululaisiin? Ehkä tuli hieman ahtaan oloinen vaikutelma linjaston sijoittumisesta tilan perälle ja katon ollessa matalalla. Linjaston tilassa yleisvalaistus oli himmeä ja linjastojen omat kirkkaat valot toivat mielenkiintoisen kontrastin, sai ruokalinjaston näyttämään houkuttelevalta. Ruokailun päätyttyä linjaston ja keittiö alueen saatiin suljettua lasisella seinämällä, jolloin ruokasali jäi loppu päiväksi koulun muuhun käyttöön.

Havainnointia tehdessä koulussa 3. kiinnitin huomiota linjastojen päässä oleviin roska-astioihin, varsinkin toisen linjaston päässä oli iso roska-astia. Tässä samassa kohdassa myös isohko siivous kärry, jonka ulkoneva kori tekee oppilaiden kävely väylän ahtaaksi ruuhka aikana. Siitä välistä kulkee kolmesta eri jonosta oppilaita. Siivouskärry ja lattianlakaisuvälineet olivat aivan leipäpöydän vieressä. Toinen isoista roskiksista oli keittiöhenkilökunnan käytössä ja täynnä tyhjiä maitopurkkeja. Kouluruokailukokemusta havainnoidessa koulussa 3. mietin, voisiko tämä maitopurkeille tarkoitettu roska-astia olla sijoitettu jonnekin muualle kuin asiakastilaan, oli myös aika lyhyt matka viedä tyhjät maitopurkit keittiön puolelle roskiin.

Koulussa 3. oli käsienpesu paikka. Käsienpesu paikka oli vasta tavallaan linjastojen jälkeen seinustalla, josta mennään astianpalautukseen. Loogisesti käsienpesu pitäisi olla ennen ruokajonoon menemistä. Koulu on sukkakoulu ja sisätiloissa kuljetaan sukkasiltaan, joten ruoan tähteet yms. roskat lattialla vaikuttavat varmasti viihtyvyyteen. Pääsääntöisesti oli kyllä lattiat siisti, eikä pöydilläkään ollut roskaa. Astianpalautuspisteeseen linjaston kohdalla lattia oli täynnä ruoantähteitä. Havaintoja tehdessäni ei kukaan henkilökuntaan kuulunut käynyt lakaisemassa lattiaa. Astian palautus pisteessä oli kaksi roska-astiaa seka- ja biojätteelle, mutta ne oli sijoitettu irralleen astianpalautus palautus pisteestä käytävälle. Käytävällä olevat roskikset eivät näyttäneet kovin kivalta ruokailijoille salin puolella. Kouluruokailukokemuksen havainnointia tehdessä mietin minkä takia roska-astioita ei ollut sijoitettu astianpalautuslinjaston viereen.



Koulun 3. ruokasali oli valoisa ja viihtyisän näköinen. Siinä yhdistetty matalaa ja korkeaa tilaa sekä isot ikkunat. Ruokasalin isommassa osassa oli katto korkealla, ja siitä lähtivät myös portaat toiseen kerrokseen. Toisen kerroksen ala puolelle oli lipan alle sijoitettu myös astianpautaus piste. Siellä melu oli aika kova, korkean tilan akustiikka, astianpesun kantautuminen läheisiin pöytiin, niin melu oli aika kova ja oppilaat joutuivat puhua kovalla äänellä toisilleen. Ruokasalissa oli pyöreitä pöytiä, joihin mahtui n. 5–6 hlö. Kalusteet olivat vaaleita ja tuolit värikkäitä. Salissa oli paljon sermejä mutta ne olivat ikkunoiden edessä ja niihin oli kiinnitetty oppilaiden tekemää taidetta. Erilaiset pinnat seinillä tekivät mielestäni hyvää tunnelmaa. Kokonaisuudessa ruokasalissa oli hyvä tunnelma. Koulussa 3. valvovilla opettajilla oli päällään huomioliivit ja havainnoinnin perusteella he kävivät muuten vain juttelemassa oppilaiden kanssa, mutta varsinaisesti koulun toimintatapojen vastaista käyttäytymistä ei havaittu.

### 5.5.6 Keittiöhenkilökunnan mietteet

Espoo Catering Oy tiedusteli syksyllä 2021 keittiöhenkilökunnan näkemyksiä kouluruokailusta ja unelmalounashetkestä oppilaille. Oppilaiden Webropol-kyselyn vastauksissa ja työpajoissa esille tulleissa kehitysideoissa on paljon samanlaisia asioita, mitä keittiöhenkilökunnan näkemyksissä on. Heidän näkemyksensä mukaan unelmalounashetki on sellainen, joka on rauhallinen, oppilaiden valitsemaa taustamusiiikkia, koristeita ja kiireetön hetki hyvän monipuolisen lounaan äärellä. Ruoka olisi kaunista ulkonäöllisesti, linjastossa esille laitto houkuttelevaa, tuoretta, värikästä, monipuolisia salaatteja, jälkiruokana hedelmää, oppilaiden mielestä hyvää ruokaa ja aikaa ruokailla. Lisäksi keittiöhenkilökunta vastasivat unelmalounaalla olevan tarpeeksi henkilökuntaa, henkilökunnan olevan ystävällistä ja hetken olevan asiakkaan päivittäinen kohtaaminen. Keittiöhenkilökunnan vastauksissa ratkaisuja oli mietitty myös ruokasalin suunnittelussa, jotta ruokailuhetki olisi viihtyisä ja rauhallinen.

Keittiöhenkilökunnan näkemyksen mukaan he nostivat esille kehitysehdotuksina oppilaiden omaa vastuuta viihtyvyydestä koululounaalla. Ei tönitä, kiroilla, meluta, sotketa, ei arvostella ruokaa vaan maistetaan ilman ennakkoluuloja ja oppilaat mukaan pelisääntöjen tekemiseen. Toisaalta myös ruokakasvatuksen merkitystä positiivisen ja myönteisen asenteen luomiseksi ruokaa ja ruokailua kohtaan pidettiin tärkeänä. Sekä valvojen osallistumisen merkitys oppilaiden ohjeistamisessa ruokailussa käyttäytymiseen, rauhoittuminen voisi alkaa jo valvojan

kanssa ruokajonossa. Oppilaiden jaksottainen tuleminen ruokasaliin jonojen välttämiseksi ja se antaa keittiöhenkilökunnalle mahdollisuuden täyttää ruokia linjastoon ja siistiä paikkoja. Keittiöhenkilökunta toi esille omista näkemyksissään myös yhteisten pelisääntöjen oppilaiden ja valvojen kanssa helpottavan heidän työskentelyään.

## 5.6 Asiantuntija arvio ja jatkotoimenpiteet

Keittiöhenkilökunnan mietteet, unelmalounashetki-kysely, työpajat ja havainnointi kouluissa ja niistä saadut tulokset tukevat vahvasti toisiaan. Kaikissa näissä tuloksissa nousivat samanlaiset kehityskohteet esille. Vaikka oppilaille annettiin vapaasti lupa unelmoida lounashetkestä, nousivat työpajoissa esille kuitenkin todellisuuden kehityskohteet ja oppilaiden uskomaton kyky löytää yksinkertaisiakin ratkaisuja esille nousseisiin epäkohtiin. Oppilailta saatiin tässä kouluruokailukokemuksen kehittämistyössä uusia näkökulmia ja käytännönläheisiä ratkaisuja. Tämän kehittämistyön työn avulla saatiin kattavasti lähtötilannetta tehtyä. Projektin jatkamisella on paljon erilaisia vastuita ja velvollisuuksia, sosiaalinen vastuu, ravitsemuksellinen vastuu, taloudellinen vastuu, laatu vastuu ja ekologinen vastuu.

Kouluruokailuprojektista ja tämänhetkisten tulosten tiedottamisesta Espoon kaupungin virallisilla viestintäkanavilla, kouluissa, oppilaiden vanhemmille ja muille sidosryhmille, lisäksi uutisarvoa ja näkyvyyttä tekemällä haastattelu työpajoihin osallistuneille oppilaille. Oppilaat voisivat kertoa oma kohtaisia kokemuksia osallistumisestaan ja työpaja työskentelystä. Näin kaikilla oppilaille kaupunki tasoisesti saataisiin myös viestitettyä, että heidän mielipiteillään on merkitystä sekä heidän osallistumisella yhteisten asioiden kehittämiseen.

Pienillä korjauksilla, hienosäätämällä ja tyylikkyyden lisäämisellä saataisiin paljon muutosta aikaan asenteisiin ja viihtyvyyteen kouluruokailussa. Korjattavaa löytyi koko kehittämistyössä esitettyihin tuloksista tulleisiin teemoihin: ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät. Paljon kohteita ja toimenpiteitä, joihin pitää reagoida heti. Olisiko esimerkiksi siivouskärrylle, lattiaharjoille muuta paikka säilyttää, kuin ensimmäisenä leipäpöydän vieressä ja linjastojen päässä, tilassa missä ruokaa otetaan? Voisiko ruokavalvonta olla kaikille tasapuolista? Toiveruokapäivinä olla yleisesti oppilaiden suosikki ruokia, eikä jonkun tietyn koulun valitsemana

toiveena? Oppilaiden yksilöllistä ja koulukohtaista vaikuttamista voidaan edes auttaa kouluruokailuun liittyvillä muilla teemoilla ja tehdä sitä koulun sisäisesti, jolloin oppilaat pääsevät vaikuttamaan juuri oman koulun asioihin. Kouluruokailussa olisi lisäksi oppilaiden yhdessä kehittämät ja sopimat toimintatavat viihtyvyyden lisäämiseksi. Tarkoituksena on kehittää toimintaa sopivaksi kaikissa Espoon yläkouluissa ja tuottaa ratkaisuja, joita voitaisiin hyödyntää kaikissa kohteissa tasapuolisesti.

Kouluruokailuprojektin jatkaessa työskentelyään eteenpäin mukaan on hyvä ottaa muut sidosryhmät: koulun johtokunnat, KOTO, rehtorit, Espoon vanhempain yhdistys, koulujen omat vanhempain yhdistykset ja Espoon kaupungin muut toimialat sekä kuntien päättäjät. Mukaan ruokakasvatusosaamisen vahvistamiseksi voidaan kutsua myös harrastustoiminnanjärjestäjiä ja tehdä heidän kanssaan yhteistyötä. Tärkeimmät henkilöt kehittämiskohteiden viemisessä käytäntöön ovat oppilaat ja heidän osallistamisensa ottamalla heitä mukaan sidosryhmien palavereihin. Oppilaskunnat ja oppilaat ovat parhaimmat asiantuntijat heitä koskevien päätösten tekemiseen. Tässä kouluruokailukokemuksen kehittämistyössä se on tullut todettua.

Työpajoja tulee järjestää vielä jatkossakin kehitysideoiden jatkokehittämiseksi ja testaamiseksi. Työpajassa 4 voisi olla ympäristöteema, kestäväkehitys, kiertotalous, ilmastoteot ja työpajan toteutus olisi tehdä vanhasta uutta. Ruokasalien huonokuntoisista kalusteista tehdään vanhoista uusia, luoda tavaroille uusia käyttötarkoituksia, tehdä taideteoksia viihtyvyyttä lisäämään. Oppilaat voivat käyttää omaa luovuuttaan ja kerätä esimerkiksi lahjoituksena saatavia tavaroita, viherkasveja ja huonekaluja ruokasalin viihtyvyyden lisäämiseksi sekä ”tuunata” saatuja tavaroita. Työskentely voidaan toteuttaa osana eri oppiaineiden opetussuunnitelmaa ja monialaisena kokonaisuutena. Kestävä kehitys, hiilineutraalisuuden edistämisen ja kestävien ruokavalintojen lisääminen ovat ajankohtaisia kehityskohteita julkisella sektorilla, ja ruokaan liittyviä teemoja voi hyvin liittää osaksi ympäristöteeman työpajaa.

Työpajat 5 ja 6 olisivat visuaalisen ja kirjallisen tuottamisen pajat. Näidenkin työpajojen työskentelyä voidaan ottaa osaksi oppilaiden opintokokonaisuuksia. Työpajoissa voidaan kirjoittaa Kouluruoan tarina unelmalounashetken innoittamana, oppilaiden sanoittaman ja kuvittamana. Kirjoittaa lööppi, jota voidaan julkaista esimerkiksi koulujen omilla tiedotuskanavilla ja ilmoitustauluilla. Lööppi voi olla tietoisuustyylinen, uutisen kertominen, humoristisella tavalla toteutettu julkaisu esimerkiksi jonkun kehityskohteen toteutumisesta heidän omassa koulussaan. Sarjakuvan tai videon tekeminen on hyvä tapa kuvittaa ja kehittää palvelumuotoilun keinoilla oppilaan kokemusta, ruokasalin toimintojen kehittämistä ja palvelupolun kuvaamista.

Videoiden käyttö viestinnässä ja markkinoinnissa on tätä päivää (Virtanen, 2020, s.71). Hyvä älypuhelin riittää välineeksi somevideoiden kuvaamiseen, siihen ei tarvita kalliita ammattikuvavälineitä. Videoiden editointi suoraan älypuhelimella on helppoa ja työskentelyä sekä videon laatua parantavat videon tekemisen suunnittelu ja käsikirjoitus (mts. 71–73).

Tärkeät on hyödyntää oppilaiden tekemiä tuotoksia kouluruokailuprojektin tiedottamisessa. Työpajoista saatavaa materiaalia on jo itsessään sellaista mitä voidaan käyttää hyväksi Espoon kaupungin tiedottamisessa ja luoda laadukasta sisältöä eri alustoille ja informaatiota kaikille kouluruokailukokemuksen kehittämiseksi.

Osana kouluruokailuprojektin viestintäsuunnitelmaa olisi hyvä olla sometekemisen kalenteri (Virtanen, 2020, s.94). Hän (s.94) kirjoittaa, että somemarkkinointi on helpompaa, kun sitä on suunniteltu etukäteen. Kaikkiin kanaviin ei kannata julkaista samoja kuvia ja tekstejä, etteivät seuraajat kyllästy. Suunnittelulla voi tämänkin projektin jatko työpajojen materiaaleista koota erilaisilla kuvakulmilla ja lähestymistavoilla tuotettua laadukasta sisältöä projektista viestimiseen (mts. 94).

Virtanen (2020, s. 68) muistuttaa, että jos kuvia otetaan esimerkiksi asiakkaista, kannattaa aina kysyä lupa niiden käyttöön viestinnässä ja markkinoinnissa. Jos kuvia käytetään useissa eri julkaisuissa, on kirjallinen lupa hyvä pyytää kirjallisena. Markkinointi tarkoituksiin on oltava siinä esiintyvän henkilön lupa. Tärkeätä on huomioida, että valokuvan tekijänoikeudet ovat kuvaajalla (mts. 68).

Pilotointi ja kehittämiskohteiden testaaminen käytännössä on tärkeä osa projektin jatkotoimenpiteitä. Ilman testaamisvaihetta on tulosten soveltamista kaikkien koulujen käytettäviksi mahdotonta tehdä. Budjetti käytännön kehitystyölle on hyvä projektin jatkosuunnitelmissa selvittää. Kehittämistyön tuloksista on käynyt ilmi, että kehityskohteita on kaikenlaisia, aineellisia ja aineettomia. Muutostöiden liittyessä kalusteisiin ja linjastoihin on niillä kustannusvaikutuksia, mutta esimerkiksi työpaja 4 toteutuksessa tekemällä vanhoista uutta voidaan säästää huomattavasti kustannuksissa. Muutoksia on tehtävä, jotta tuloksia syntyy.

Työpaja 3 yksi käsitellyistä aiheista oli palautteen antaminen kouluruoasta. Kouluruokailuprojektin jatkotoimenpiteissä palautteen seuraaminen ja kerääminen oppilailta on yksi tärkeistä työvälineistä ja mittareista. Työpajassa 3 oppilaat miettivät erilaisia heille sopivia palautteenanto tapoja. Tällä hetkellä ateriapalveluiden tuottajat keräävät asiakaspalautteita omilla

järjestelmillään ja raportoivat esimerkiksi asiakastyytyväisyys kyselyiden tuloksista Espoon kaupungin ruokapalveluille. Erilaiset tavat kerätä palautetta ja tuottaa tuloksia tekee niiden yhteen vertaamisesta ongelmallista. Asiakasryhmästä tai palautteen keräämisen tavasta riippumatta tärkeintä on palautteen seuraaminen eri tasoilla. Suurin vastuu on lähellä asiakasta toimivien työntekijöiden reagoimisessa annettuun palautteeseen ja toiminnan kehittäminen. Tarvittaessa palautetta viedään taso tasolta eteenpäin. Palautteen kerääminen QR koodin avulla helpottaa oppilaita koodin avulla antamaan palautetta. Palautteen antaminen on helppoa ja nopea vastata, jotta oppilaat voivat antaa sitä esimerkiksi ruokasalista poistuessa eikä oppilaiden tarvitse ladata erillisiä sovellusta. QR koodi itsessään sisältää tarvittavat perustiedot ja koodin avulla palaute tulee juuri kyseiselle toimipisteelle. Tärkeät on suunnitella kuka palautteita käy läpi ja vaatiiko se lisää resursseja.

Tällä hetkellä oppilaat kokivat hymynaama laitteet hyviksi palautteen keräämiseen ja suoran palautteen antamisen keittiöhenkilökunnalle. Espoo Catering Oy kerrottiin hymynaama laitteita olevan käytössä espoolaisissa kouluissa yhteensä 7 kappaletta ja ne kiertävät koululta koululle. Laitteita on käytössä liian vähän suhteutettuna koulujen määrään. Asiantuntija havainnoinnin perusteella parhain tapa käyttää kyseessä olevaa laitetta on sillä tavalla, että edellisen päivän tulokset laitetaan oppilaiden nähtäville ruokasaliin sille varattuun kohtaan. Tuloksista saadaan erilaisia raportti malleja ja niistä on hyvä valita asiakasryhmälle informatiivisin ja sopivin vaihtoehto. Toinen tärkeä asia on käydä joka päivä toimipaikoissa läpi edellisen päivän tulokset, jotta myös keittiöhenkilökunta osallistetaan kehitystyöhön mukaan. Laitteen tuottamia raportteja on myös hyödyllistä käyttää yhteistyöpalaverissa koulun ja oppilaskunnan kokouksissa.

Opinnäytetyön tilaaja jatkaa kouluruokailuprojektia kerätyn aineiston ja tulosten tarkastelun jälkeen joulukuussa 2021 ja vuoden 2022 aikana, jolloin valitaan toteutettavat ideat ja pilotoidaan niitä kahdessa espoolaisessa yläkoulussa. Yhteistyötä tehdään eri asiantuntijoiden ja sidosryhmien kanssa kehitystoimenpiteiden toteuttamiseksi. Toimenpiteiden vaikuttavuutta projektiryhmä seurataan muun muassa vuonna 2022 erilaisilla mittareilla ja kyselyillä.

## 6 Oma pohdinta

Kouluruokailukokemuksen kehittämistyön alkuun tein oman asiantuntijuuden pohjalta pohdinnan siitä, mitä tehdä, että yläkoululaiset tulisivat syömään kouluravintolaan. Pohdintaa tein aluksi siitä ketä ovat yläkouluikäiset, sukupolvi Z koska kaiken lähtökohtana on oltava asiakasymmärrys. Pohdin myös sitä, minkälaista ruokaa yläkouluikäiset pitävät lempiruokanaan.

Kouluruoan tekeminen kokonaisuudessa on moniosaista, vastuita on monia, ravitsemussuositukset, lait, ohjeet, sopimukset, ruokalistat, ruoan valmistaminen suurissa erissä, raaka-aineet, budjetti, logistiikka jne., jotka kaikki vaikuttavat kokonaisuuteen ja niitä ei voida sivuttaa. Ne näkyvät joka päivä kouluruoan toteuttamisessa. Mietin näitä hyviä tarkoituksperiä koulu- ja laisten hyvinvoinnin takaamiseksi, että nämä edellä mainitut asiat voivat myös työntää oppilaita luotaan pois. Jos ruokana on esimerkiksi jotain sellaista mikä olisi ravitsemuksellisesti oikeanlaista, mutta mistä oppilaat eivät tykkää he saattavat jättää syömättä tai hakea lähikaupasta jotain välipalaa koululounaan sijasta. Silloin hyvä aikomus on mennyt hukkaan. Pahimmillaan hukkaan menevät ruoanvalmistamiseen käytetyt henkilöstöresurssit, raaka-aineet, valmistamiseen käytetty energia ja ruoka päättyy biojätteeksi.

Kouluruokailukokemuksen kehittämiseksi, oppilaiden ajatuksia selvittäessä tässä työssä käytetyillä erilaisilla menetelmillä monesti nousivat samanlaiset asiat esille. Toiveruokapäivä oli yksi näistä asioista, jonka koettiin olevan ongelmallinen koska toiveruokia heiltä kysytään mutta oman koulun toive ei tunnu toteutuvan koskaan. Paljon keskustelua tuli myös ruokien ulkonäöstä ja siitä ettei ruoka välttämättä ole houkuttelevan näköistä tai ei tiedetä mitä se sisältää. Kasvisruoat ja niiden toteuttaminen olivat yleisin asia mihin oppilaat olivat koulun arjessa kiinnittäneet huomiota ja nostivat esille omissa kommentteissaan Täysipainoisen koululounaan syöminen edes auttaa myös muutakin hyvinvointia ja kansanterveydelliset vaikutukset ovat myös suuret kouluruoalla.

Pohdin myös asiakaspalvelun tärkeyttä siinä, että yläkouluikäiset tulisivat syömään. Vaikka ruoka ei olisi omaa lempiruokaa iloisella ja ulospäinsuuntautuneella asiakaspalvelulla luodaan oppilaille hyvä vuorovaikutuksen ilmapiiri. Erityisesti kohtaamiset oppilaiden kanssa ovat tärkeitä, jossa toivotetaan hyvää ruokahalua, kiitetään ja tervehditään, ollaan läsnä. Asenteilla ja niitä muuttamalla sekä muiden pienten asioiden summalla saadaan muutoksia aikaan.

Instagram ja sosiaalisen median sisällöntuottaminen eivät olleet oppilaille kovinkaan tärkeitä viestintä tapoja koskien kouluruokaa, koska kaikilla ei välttämättä ole esimerkiksi Instagramia käytössä. Kouluruokailua ei ehkä mielletä sellaiseksi, mitä halutaan vapaa-ajalla seurata, sieltä toivotaan vain löytyvän tietoa päivän ruokalistasta. Lisäksi oppilaat eivät saa käyttää kännyköitä kouluruokailussa, joten sen vaikuttavuus jää pieneksi koulupäivien aikana. Myönteisillä esikuvilla, kouluruokavaikuttajilla sekä somepersoonien kanssa tehtävällä yhteistyöllä on mahdollisuus lisätä kouluruoan arvostusta ja asennetta. Myönteistä esikuvaa oppilaille antaa myös keittiöhenkilökunta osana ruokakasvattajana olemista, oppilaiden vanhemmat, opettajat ja koulukaverit.

Mietin myös aluksi sitä, että kouluruokailun toteuttamisessa ei ole kilpailua oppilaista, koska toisista kouluravintolaa ei samassa koulussa ole. Kilpailijoita toiminnalle ovat vain, lähikaupan tai kioskin tarjonta. Yritystoiminnassa kilpailu asiakkaista yleensä aktivoi kehittymään, toimimaan paremmin, innovoimaan ja tuottamaan palveluita laadukkaammin. Miten sitten, kun ei varsinaista kilpailua ole?

Koulurakennuksia ja ruokasaleja on rakennettu hyvinkin erilaisiksi sekä niihin on tehty erityyppisiä tilaratkaisuja. Yrity maailmasta on tuttua se, että ravintoloiden keittiötilat eivät ole tuottavaa tilaa samalla tavalla kuin ravintolan asiakastilat, joten niiden tarkoituksen mukaisesta työskentelytilasta neliöitä jätetään pois tai suunnitellaan muuhun käyttötarkoitukseen. Hyviä ratkaisuja on keittiö ja linjastotilan sulkeminen esimerkiksi ovilla tai lasiseinämillä, jolloin muu ruokasali jää koulun käyttöön ruokailun ulkopuoleisiksi ajoiksi. Suunnittelussa huomiota tulisi kiinnittää erilaisten asiakasryhmien tarpeisiin, jotka voivat erota merkittävästi toisistaan. Muutenkin toiminnallisuus ja asiakasmäärien muutoksia sekä aikaa kestäviä ratkaisuja tulisi ensisijaisesti tehdä. Vanhoissa kouluissa olisi hyvä katsoa tiloja uudesta näkökulmasta, vaikka laitteet ja kalusteet olisivat jo vanhanmallisia, on niitä mahdollista pienillä uudistuksilla tai laiteratkaisuilla muuttaa vastaamaan tämän päivän asiakkaiden tarpeita.

Kaiken positiivisen osallistamisen ja oppilailta tulleiden kehitysideoiden taustalla oli myös vakavampia asioitakin. Kuvioissa 13–15 on joitain tekijöitä THL kouluterveyskyselystä. Työpajoissa oppilaat sanoivat suoraan, että joitain toivetta ei kannata edes kertoa, koska ne eivät kuitenkaan toteudu. Tai tiedetään ettei näitä toiveita oteta huomioon. Oppilaat olivat huolissaan kuka maksaa erilaiset kehitystyöt, lähtee se pois ruoan valmistamiseen käytetystä rahasta ja laadusta. Työpajaan osallistunut opettaja kannusti oppilaita kertomaan rohkeasti

toiveita, eikä lannistumaan koska tämä projekti oli tehty juuri oppilaiden toiveiden kuulemiseen ja asioiden kehittämiseen sekä saamaan muutoksia aikaan.

Koulun henkilöstöllä on yhdessä ateriapalvelun tuottajien kanssa hyvä mahdollisuus vaikuttaa ja luoda positiivista esikuvaa koulun oppilaille. Näkökulmana on juuri oman koulun oppilaiden kouluruokailukokemuksen lisääminen. Kouluissa on paljon omia sääntöjä ja toimintatapoja, joiden pitäisi tukea ruokakasvatusta mutta myös houkutella oppilaat syömään. Tässäkin on tärkeitä asiakasymmärrys ja tilanne taju, kaikki säännöt ja ohjeet eivät välttämättä toimi kaikille. Eri-ikäisille oppilaille toimintatapojen tulisi vastata heidän ikätasoaan.

Toimintaympäristön muutokset, rajoitukset, etäopetus, karanteenit. Vaikutukset näkyvät laajasti 2021 kouluterveyskyselyn tuloksissa. Seuraavaksi kysely tehdään vuonna 2023, mitä silloin on muuttunut? Vaikutusten kertaantuminen, ruoka ei maistu, ruokasalissa ei viihdytä, jätetään syömättä, ei jakseta oppitunneilla, ei harrastuksissa, ei kotona, pahan olon lisääntyminen, pienistä asioista isoja virtoja. Kouluruokailukokemuksen kehittämisellä on erittäin laajat sosiaaliset, ravitsemukselliset, terveydelliset, ekologiset ja taloudelliset vastuut. Nuorten näkökulma tulee säilyttää koko ajan mukana, etteivät asiantuntijat ja aikuiset pääätä yksin heitä koskevista asioista.

Kouluruokailuprojektin Webropol-kyselyn, työpajojen ja havainnoinnin tulosten laajuus sekä kehitettävien asioiden moninaisuus on tullut varmasti monelle yllätyksenä. Kehityskohteita oppilaiden antaman palautteen perusteella on: **ruoka ja palvelu, tilat sekä muut vaikuttavat tekijät**. Toiminnan keskiössä kuitenkin oppilaille maistuva ruoka. Yksi tekijöistä kouluruokailuprojektin aloittamiseen on ollut kouluterveyskyselyn aiemmat tulokset vuodelta 2019, jossa todettiin, että yläkoululaisten kouluruokailuun osallistuminen on vähentynyt. Edelleen vuonna 2021 kouluterveyskyselyssä 37 % kahdeksas ja yhdeksäsluokkalaisista ei syönyt koululounasta päivittäin Tärkeitä on projektin sisällä pitää yllä hyvää yhteistyötä eri toimijoiden välillä ja muistaa yhteiset projektin tavoitteet. Jatkotoimenpiteistä tulee sopia yhdessä ja sitouttaa koko projektiryhmä niihin sekä sopia aikataulu ja työjärjestys, jotta muutoksia toteutetaan tasapuolisesti kaikissa espoolaisissa kouluissa ja ennen kaikkea muistaa nuorten osallistaminen heitä koskevaan päätöksentekoon ja kehittämistyöhön.



## LÄHTEET

- Finlex (i.a.). *Terveydenhuoltolaki*. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L2P16>.
- Heikkinen, M., & Lehtonen, T. (toim.). (2017). *Nuorisotyön sukupolvet X Y Z kokemuksia kirjaimista*. Painosalama.
- Innokylä. (i.a.). *Työkalut*. <https://innokyla.fi/fi/tyokalut>.
- Isoherranen, K. (2005). *Moniammatillinen yhteistyö*. WSOY.
- Kalliomäki, A. (2014). *Tarinallistaminen: palvelunkokemuksen punainen lanka*. Talentum.
- Kallioniemi, R., Miettinen, K., Ohlsson, A-M., Soini, S., & Tulensalo, H. (i.a.) *Lapsikeskeinen palvelumuotoilu*. Pelastakaa Lapset- Rädda Barnen.
- Koivisto, M., Säynäjäkangas, J., & Forsberg, S. (2019). *Palvelumuotoilun bisneskirja*. Alma Talent Oy.
- Miettinen, S.(toim.). (2016). *Palvelumuotoilu- uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen* (3. painos). Teknologiainfo Teknova Oy.
- Opetushallitus (i.a.). *Kouluruokailu*. <https://www.oph.fi/fi/kouluruokailu>.
- Pölönen, P. (2020). *Tulevaisuuden identiteetit*. Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Risku-Norja, H., Kurppa, S., Silvennoinen, K., Nuoranne, A., & Skinnari. (2010). *Julkiset ruokapalvelut ja ruokakasvatus: arjen käytäntöjen kautta kestävään ruokahuoltoon*. MTT.
- Syyrakki, S. (2009). *Päättäjän opas. Lähituottajat ja kunnalliset ruokapalvelut*. Kuntaliitto sekä Maa- ja metsätalousministeriö.
- THL. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (i.a.). *Kouluterveyskysely*. Tilastot. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyntulokset>.
- Tilles-Tirkkonen, T. (2015). *Kouluikäisten lasten ja nuorten ruokailutottumukset ja niiden tasa-painoisuuteen vaikuttaminen*. [Väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto]. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/16001/urn\\_isbn\\_978-952-61-1954-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/16001/urn_isbn_978-952-61-1954-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi; uudistettu laitos*. Kustannusosakeyhtiö Tammi. (Alkuperäinen teos julkaistu 2002).

- unicef\_finland. (2.9.2021). *Lasten ja nuorten ääni pitää saada näkyviin, kun heidän tulevaisuudestaan päätetään! Kun lasten ja nuorten hyvinvoinnista päätetään kunnissa, heidän äänensä katoaa* [Instagram].
- Virtanen, S., (2020). *Somemarkkinoinnin työkirja*. Helsingin seudun kauppakamari.
- VNK. Valtioneuvoston kanslia. (07.05.2021). *Kattava koululounas ja välkyt välipalat: Koulupäivän aikainen ruokailu tänään ja huomenna*. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163084/VNTEAS\\_2021\\_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163084/VNTEAS_2021_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- VRN. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. (2017). *Syödään ja opitaan yhdessä- kouluruokailusuositus*. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.
- XYZ – *Miten eri sukupolvet eroavat toisistaan?* (25.2.2020). <https://www.a-lehdet.fi/artikkelit/xyz-miten-eri-sukupolvet-eroavat-toisistaan>.

## **LIITTEET**

Liite 1. Webropol-kysely lomake

Liite 2. Työpaja 1. Flinga valkotaulu

Liite 3. Työpaja 2. Flinga valkotaulu

Liite 4. Työpaja 3 Flinga valkotaulu

Liite 5. Havainnointi lomake kouluruokailuun

## Liite 1. Webropol-kysely lomake

### Koulun nimi

Valitse listalta oman koulun nimi.

Välj ditt skolnamn från listan.

Select your school name from the list.

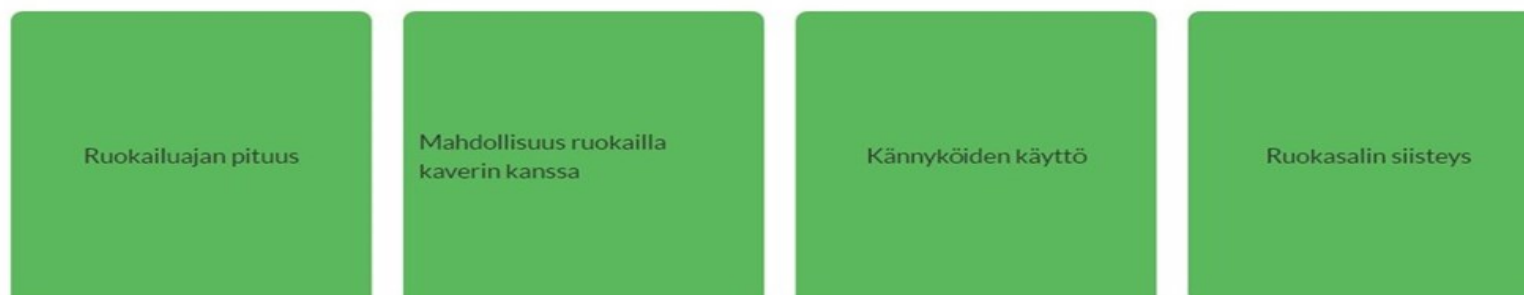
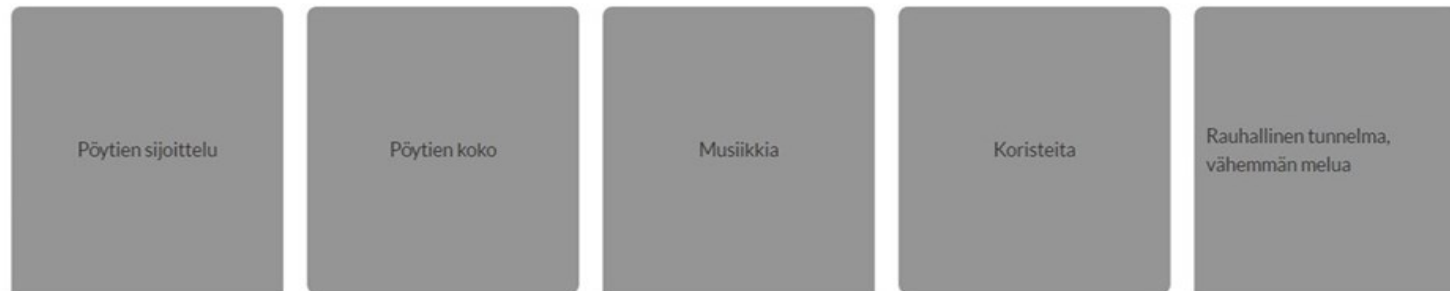
## 2. Meidän koulun Unelmalounashetki

Kirjoita tähän oman koulun ideat ja ehdotukset Unelmalounashetkestä.

Skriv här din skolas idéer och förslag på en Drömmarnas lunchstund.

Write here your school ideas and suggestions for a Dream Lunchtime.

Liite 2. Työpaja 1. Flinga valkotaulu



## Liite 3. Työpaja 2. Flinga valkotaulu

Miten oppilaiden pitäisi päästä vaikuttamaan ruokalistan sisältöön?	Mitä valinnan vaihtoehtot olisivat käytännössä ?	Ruoan esille laitto, ulkonäkö, mitkä tekijät vaikuttavat ?	Mitä asioita pitäisi huomioida ruokien järjestyksessä linjastossa?	
Miten toiveruokapäivät tulisi toteuttaa?	Mitä pitäisi huomioida pöytien sijoittelussa ?	Mistä muut asiat pitäisi löytyä (ruokalistat, sisältötiedot)?	Mitkä muut tekijät lisäävät tilojen viihtyisyyttä ?	Mitä pitäisi huomioida uuden koulun ruokasalin rakentamis- ja kalustamisvaiheessa?
Rauhallisuuteen vaikuttavat tekijät, mitä ovat, mitä pitäisi tehdä?	Ruokailuun käytettävissä oleva aika, millainen olisi riittävä?	Siisteyteen liittyvät tekijät, mitä pitäisi tehdä, että siisteys säilyisi koko ruokailun ajan?	Mitä muita asioita pitäisi huomioida (kaverit yms)?	

Liite 4. Työpaja 3 Flinga valkotaulu

Millä keinoilla ja välineillä  
kouluruokailusta tulisi  
viestittää?

Minkälaista sisältöä pitäisi  
olla, miten kouluruokailusta  
kerrotaan?

**Liite 5. Havainnointi lomake kouluruokailuun**

1. Millä aikavälillä kouluruokailu tapahtuu?

2. Valmistetaanko ruoka koulun omassa keittiössä?

3. Ruokien järjestys linjastossa?

4. Erityisruokavaliot toteutettu ja huomioitu?

5. Ruoan esille pano linjastossa?

6. Onko ruokaa helppo ottaa?

7. Syövätkö opettajat oppilaiden kanssa?

8. Onko kouluruokalassa malliateriaa esillä?

9. Millainen tunnelma ruokalassa on?

10. Saako rauhassa syötyä koululounasta?

11. Ruokasalin tilaratkaisut?

12. Ruokasalin kalusteet ja niiden kunto sekä toiminnallisuus?



13. Toimintatavat ruokailutilanteissa ja tapakasvatus?

14. Havainnot keittiöhenkilökunnan työtehtävistä ruokailun aikana?

15. Asiakaspalvelu tilanteet ruokailun aikana?

16. Kouluruokana havainnointipäivänä oli?

17. Yleisvaikutelma havainnointien pohjalta kouluruokailusta?