

Måltidsråd



Måltidsråd som ger elevinflytande

8 olika modeller för att öka elevinvolvering

Kreativa möten istället för "klagomöten"

Enkla koncept med tydliga beskrivningar

Anpassa till just din enhet



Traditionellt, utgångspunkt i måltidskollen

Arbeta med resultaten från måltidskollen

- Jobba främst med de 2-3 frågor som fick lägst resultat. Minst en elev från varje klass som deltar och som har ställt 3-4 fördjupande frågor på de frågor som man ska jobba med.
- Tex Vad tycker du om salladsbuffén? Följdfrågor: Vad vill man ha i salladsbuffén? Varför tror eleverna att den frågan fick sämre resultat?

Vilka förbättringsområden finns. Hur jobbar vi med dem tillsammans? När och hur följer vi upp?

Tidsåtgång, ca 40 minuter



”Godkänt” av Matrådet/ Måltidsrådet

Ett eget kvalitetsmärke där måltidsrådet får vara testpanel och ge tumme upp för nya rätter att ha på matsedeln. Köket förbereder ett antal rätter, 3-4 som deltagarna på måltidsrådet får prova. Kan även vara delar av rätter, till exempel proteinkällan.

Den som flest tycker är bra får ”Godkänt av Matrådet” och kommer sedan att vara med på matsedeln.

Med fördel välj fiskrätter eller vegetariska alternativ.

Tidsåtgång, ca 30 minuter



Frukost med kocken

Eleverna bjuds in klassvis till ett unikt samtal med kocken, kostchef eller köksansvarig.

Prata om mat, hälsa och svara på elevernas funderingar och frågor kring måltiderna på skolan.

Samtidigt äts nyttiga energitillskott som köket lagar till och bjuder på.

Samordna med köket när och hur ofta detta kan ske.

Tidsåtgång, ca 30 minuter.



Menti

Köket har satt ihop ett antal frågeställningar med möjlighet för öppna svar eller svar med ett ord.

Eleverna är delaktiga med telefon, dator eller ipad.

Svaren blir anonyma och när alla svar kommit in så kan man snabbt reflektera över vad som kommit fram.

Exempel

- Vad förväntar du dig av vuxna i matsalen?
- Hur är en trivsam måltidsmiljö?
- Vad är det viktigaste med måltiden för dig?
- Beskriv med två ord, Vad vill ni prata om på måltidsrådet?



Man kan gärna hitta på egna frågor eller påståenden på tema. Mat, miljö/klimat, måltidsmiljö (bemötande)

Tidsåtgång, ca 10 min



Kahoot!

Köket har olika Kahoot med 10 frågor på varje. Det är faktafrågor i syfte att lära sig mer om maten, matproduktion, matsvinn, klimatpåverkan mm.

- 10 frågor (faktafrågor i syfte att lära sig mer om mat i skolan)
- Svaren går igenom med deltagarna med korta kommentarer utifrån svaren
- Deltagare på måltidsråd tar med sig kahoot som dom har kört på måltidsrådet tillbaka till klassen och genomför det med klasskompisarna på en lektion och blir facit och kunskapsbärare till sina klasser.

Tidsåtgång ca 15 min



Vi tar tempen

En snabbundersökning där man snabbt får ge sitt impulsiva svar utifrån ett antal olika frågor eller påståenden.

Passar bra på låg- och mellanstadiet. Dela gärna upp så att lågstadiet svarar för sig och mellanstadiet för sig.

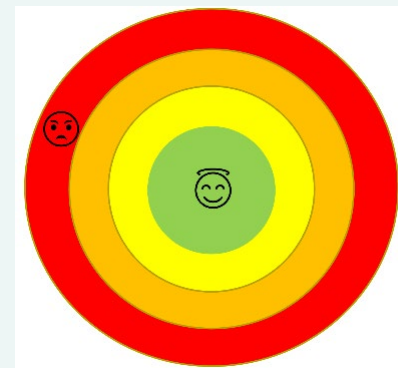
Fyra olika stationer med olika frågor där man får svara på varje fråga och i grupp röra sig runt i skolrestaurangen.

Innan start förklaras vad färgerna på bilden betyder.

Eleverna får peka på figuren vad de upplever utifrån frågan som ställs.

Resultatet dokumenteras genom foto och kommentarer.

Tidsåtgång, ca 20 minuter



Workshop

Ett arbetssätt på olika stationer i matsalen, ca 4 st.

Eleverna får post it-lappar att skriva på.

Varje station har ett tema/frågeställning att skriva förslag om.

Förslagen sätts sedan på en matris för att se vilka som är bra/lätt att genomföra.

Teman med diskussionsfrågorna

Vad kan vi göra för att minska matsvinnet?

Hur kan vi jobba med att kasta mindre mat?

Hur vågar vi testa nytt?

Hur kan vi minska ljudnivån?

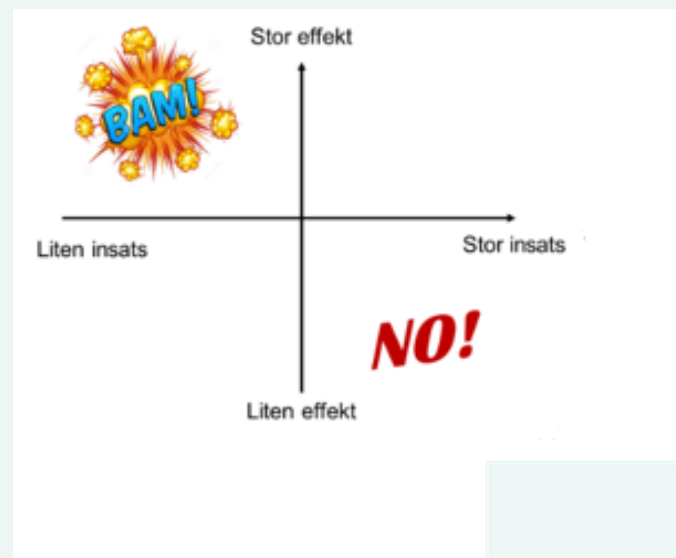
Vad kan de vuxna göra för att lunchen ska bli bättre?

Vad kan köket göra för att måltiderna ska bli bättre?

Vad kan eleverna göra för att måltiderna ska bli bättre?

Tidsåtgång, ca 30 min

Tänk på att inte börja argumentera mot elevernas förslag och synpunkter.



Foodfluencers

Utse några elever som får vara "foodfluencers".

Ta hjälp av kända mat-influencers flöden för att få tips och inspiration.

Foodfluencers får vara delaktiga i menyplanering, provsmakning och testlagning.

Foodfluencers får vara ansiktet utåt för de andra eleverna och gärna vara med och presentera maten för de andra eleverna.

Foodfluencers kan även vara de som för minnesanteckningarna eller presenterar resultatet från måltidsrådet genom en film som visas i klassrummen.



Uppföljning

Efter måltidsrådet

Alt 1

Skriftliga minnesanteckningar som skickas till ansvarig för måltidsrådet på skolan som ser till att det sprids till alla klasser.

Alt 2

Utifrån de frågor som kom på måltidsrådet så svarar kocken på frågorna exempelvis via en filmsnutt som visas upp i klasserna.

Alt 3

Presentation av eleverna

I presentationen ingår några frågor som eleverna tar med sig till klassen och svaren återkopplas på nästa måltidsråd (förslagsvis de frågor som togs upp på måltidsrådet). Sammanfatta i: “vad kan vi göra”, “vad kan köket göra”, “vad kan vuxna göra”

