



Oslo

Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen

Sluttrapport

Skrevet av: Marte Østlien Getz
og Julie Dønnestad



Oslo

Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen

Sluttrapport

En langsiktig satsning på kosthold og fysisk aktivitet

Bydel Alna

Bydel Bjerke

Bydel Grorud

Bydel Stovner

Utdanningsetaten

2023

Trykk: Merkur Grafisk AS

Foto forside: Maskot / Oslo kommune / NTB

Design/layout: Marte Østlien Getz

Etterarbeid tekst: Marte Østlien Getz og Julie Dønnestad

Ansvarlige: Prosjektledelsen

Innhold

1	Forord	5
2	Sammendrag.....	6
3	Om prosjektet	9
3.1	Program for folkehelsearbeid i kommunen	9
3.2	Bakgrunn for prosjektet	9
4	Prosjektet blir til.....	11
4.1	Prosjektorganisering	11
4.2	Forankringsarbeid	13
4.3	Kartlegging	13
4.4	Tiltaksutvikling	14
4.5	Prosjektets målsettinger	14
4.6	Evaluering	15
5	Regnskap	16
6	Tiltak i barnehagene	18
6.1	Målgruppe.....	18
6.2	Mål og produkter	18
6.3	Tiltaksutvikling i barnehagene	19
6.4	Prosjektprodukter	21
6.5	Vurdering av resultatmål	24
6.6	Vurdering av gevinstoppnåelse	24
6.7	Vurdering av effektmål.....	39
6.8	Fremtidig gevinstrealisering etter prosjektslutt	45
6.9	Viktige læringspunkter fra barnehagene	47
7	Tiltak på skolene	57
7.1	Målgruppe.....	57
7.2	Mål og produkter	57
7.3	Tiltaksutvikling på skolene	58
7.4	Prosjektprodukter	60
7.5	Vurdering av resultatmål	61
7.6	Vurdering av gevinstoppnåelse	62
7.7	Vurdering av effektmål.....	68
7.8	Viktige læringspunkter fra skolene	70

8	Tiltak på ungdomsskolen.....	73
8.1	Målgruppe.....	73
8.2	Mål og produkter	73
8.3	Samarbeidspartnere	74
8.4	Tiltaksutvikling på ungdomsskolen.....	74
8.5	Vurdering av resultatmål	75
8.6	Vurdering av gevinstoppnåelse	76
8.7	Vurdering av effektmål.....	79
9	Vedlegg.....	81
9.1	Spørsmål fra semistrukturerte intervjuer i barnehager.....	81
9.2	Egenvurderingsskjema for barnehager	89
9.3	Aktivitetmålinger i barnehager	90
9.4	Spørreundersøkelse midtveisevaluering på barneskoler	94
9.5	Rapport fra KORUS – tiltak på Bjøråsen ungdomsskole	98



1 Forord

Vaner dannes tidlig i livet og vaner som tilegnes i barneårene kan vare livet ut. Fysisk aktivitet og et sunt og variert kosthold er noen av de viktigste påvirkningsfaktorene for god helse og utvikling, og påvirker barns trivsel og læring.

Barn tilbringer store deler av dagen i barnehagen, på skolen og på aktivitetsskolen (AKS). Det betyr at de inntar store deler av det daglige energiinntaket her, og mye av barnas fysiske aktivitet foregår i barnehagen og på skolen. Ansatte har dermed en betydelig innflytelse på barnas totale kostholds- og aktivitetsvaner.

For oss i prosjektet, var det i lys av dette, viktig å styrke det helsefremmende arbeidet i barnehager og skoler ved å påvirke betydningsfulle faktorer for barns livskvalitet og psykiske og fysiske helse. Gjennom høy kvalitet i tjenestene, kan vi på kort sikt gi barn og unge bedre helse og livskvalitet, og på lengre sikt bidra til mindre sosioøkonomiske forskjeller i kostholds- og aktivitetsvaner blant barn og unge i Groruddalen.

Inn i det 6. året i prosjektet, sitter prosjektgruppen igjen med mange verdifulle erfaringer om både prosjektarbeid i kommunal kontekst, om samarbeid og tjenesteutvikling, hvordan drive prosesser fremover og hvordan forholde seg til uforutsette hendelser. Det har vært en svært givende, lærerik og morsom prosess. Prosjektgruppen vil rette en stor takk til alle deltakere ved barnehagene og skolene, og andre involverte parter.

I denne rapporten oppsummeres hvordan prosjektet ble til, tiltakene, evaluering og erfaringer fra prosjektperioden.



2 Sammendrag

Denne rapporten oppsummerer prosjektet Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen, som startet i 2017 og ble avsluttet i 2023. Prosjektet er en del av Program for folkehelsearbeid i kommunen i regi av Helsedirektoratet, som skal bidra til en langsiktig styrking av kommunenes arbeid med å fremme befolkningens helse og livskvalitet. Barn og unge er en prioritert målgruppe i dette arbeidet.

Folkehelsen har blitt en av vår tids største utfordringer og forskjellene i helse mellom ulike sosiale grupper har økt betraktelig. Groruddalen er et levekårsutsatt område, og sammenlignet med gjennomsnittet for Oslo, viser statistikken at det er gjennomgående flere med dårlig helse i Groruddalsbydelene. Dette betyr at mange barn og unge her har ekstra behov for barnehager og skoler som bidrar til en positiv utvikling. Hensikten med prosjektet er å bidra til bedre psykisk helse og livskvalitet blant barn og unge, gjennom arbeid med mat og måltider og fysisk aktivitet.

Prosjektet er omfangsrikt både når det gjelder målgruppe og ambisjonsnivå for måloppnåelse. Det kan deles i tre hovedområder; det involverer barnehager, barneskoler og én ungdomsskole i bydel Alna, Bjerke, Grorud og Stovner i Groruddalen i Oslo. Rapporten presenterer hver del for seg, med mål, tiltak og evaluering.

I oppstartsfasen var det ønskelig å få innsikt i tjenestenes praksis. Vinteren 2018 ble det gjennomført en kartlegging av praksis for kosthold og fysisk aktivitet i et utvalg barnehager og barneskoler i de fire bydelene. Kartleggingen ble lagt til grunn for videre arbeid med tiltaksutvikling. Praksis ble kartlagt ved intervjuer, observasjoner og objektive aktivitetsmålinger. I samarbeid med tjenestene, ble det utviklet mål og tiltak tilpasset barnehagene og skolene i Groruddalen. Overordnet mål var å bidra til likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. Det ble utviklet et system for å bidra til likeverdig praksis, og verktøy som styrker det helsefremmende arbeidet i tjenestene. Mange av tiltakene hadde som hensikt å styrke ansattes kompetanse, bevissthet, motivasjon og organiseringsevne knyttet til mat, måltider og fysisk aktivitet.

I barnehagene er det implementert en Groruddalsstandard, der god praksis for kosthold og fysisk aktivitet er definert. Resultater fra evalueringen viser at det helsefremmende arbeidet i barnehagene er styrket, og at det har bidratt til økt bevissthet og kompetanse på flere nivåer. Likevel er det fremdeles behov for en større innsats i implementeringsarbeidet, da en del av tiltakene ikke er godt nok kjent eller ikke tatt i bruk i barnehagene. Videre arbeid med implementering er også nødvendig for at arbeidet skal bidra til realisering av gevinster. Endring tar tid, og etter snart seks år er det tydelig at utviklingsarbeid i barnehagesektoren generelt er krevende grunnet de rammebetingelsene som er. I siste del av prosjektet er det jobbet mye med overføring av prosjektet til ordinær drift i tjenestene, og Groruddalsbydelene har besluttet å videreføre sitt samarbeid om oppfølging og videreutvikling av det helsefremmende arbeidet.

Når det kommer til barneskolene, er det ikke tilstrekkelig grunnlag for å trekke slutninger om varige endringer eller forbedringer i praksis, da arbeidet ble avsluttet før prosjektslutt grunnet

koronapandemien. Evalueringen indikerer at tiltakene bidro til økt systematikk og økt bevissthet på enkelte skoler, men det er ikke kartlagt hvorvidt dette har bidratt til bedre praksis over tid.

På ungdomskolen ble det testet ut en modell for gratis skolemåltid én gang per uke. Evalueringen er gjennomført av KORUS Oslo. Tiltaket ble svært positivt mottatt av både elever og lærere.

I tillegg til å påvirke elevenes matinntak, tyder evalueringen på at det har hatt positiv innvirkning på trivsel og det sosiale miljøet på skolen. Skolen bestemte etter endt tiltak, å videreføre et gratis skolemåltid gjennom egenfinansiering.

Det å introdusere nye ting kan ofte oppleves som stort og tidkrevende. De viktigste erfaringene fra prosjektarbeidet, er at det bør settes av mye tid til forankring, involvering og eierskap. Det bør avklares roller, ansvar og forventninger til hvordan arbeidet skal følges opp og jobbes med. Det er behov for å tenke helhetlig og integrere det helsefremmende arbeidet som en naturlig del av tjenestenes praksis.

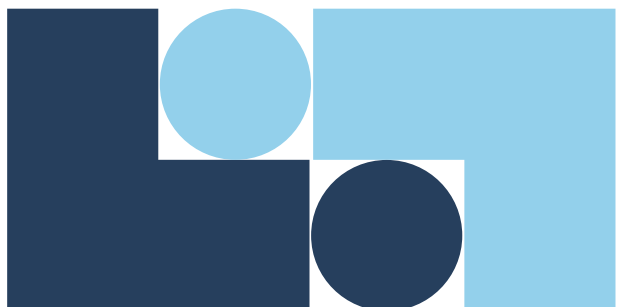




Foto: Thomas Ekström

3 Om prosjektet

Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen er et samarbeidsprosjekt mellom bydel Alna, Bjerke, Grorud, Stovner og Utdanningsetaten. Hensikten med prosjektet er å bidra til bedre psykisk helse og livskvalitet blant barn og unge, gjennom arbeid med mat og måltider og fysisk aktivitet i Groruddalens barnehager og skoler. Prosjektet startet opp høsten 2017 og ble avsluttet sommeren 2023.

Prosjektet er tredelt ved at det er gjennomført tiltak rettet mot tre ulike målgrupper. Om lag 96 barnehager, 29 barneskoler og én ungdomsskole har vært omfattet av prosjektet. I denne rapporten er de respektive målgruppene tildelt hvert sitt kapittel som omhandler målsettinger, beskrivelse av tiltak og evaluering.

3.1 Program for folkehelsearbeid i kommunen

Prosjektet utgjør ett av tiltakene i folkehelsesatsingen Program for folkehelsearbeid i kommunen. Programmet er en tiårig satsing (2017-2027) på kommunalt folkehelsearbeid i regi av Helsedirektoratet, hvor Oslo er ett av programfylkene. Satsingen skal bidra til en langsiktig styrking av kommunenes arbeid med å fremme befolkningens helse og livskvalitet. Barn og unge, psykisk helse og rusforebygging er sentrale temaer.

3.2 Bakgrunn for prosjektet

Folkehelsen har blitt en av vår tids største utfordringer og forskjellene i helse mellom ulike sosiale grupper har økt betraktelig. Sammenlignet med gjennomsnittet for Oslo, viser statistikken at det er gjennomgående flere med dårlig helse i Groruddalsbydelene. I stortingsmelding nr. 16 «Resept for et sunnere Norge», vektlegges betydningen av forebyggende arbeid, gjennom å påvirke befolkningens levestil og livsstil, og tidlig innsats omtales som virkningsfullt. Gjennom å fremme fysisk aktivitet, sunt kosthold og helsefremmende vaner blant barn, unge og deres foreldre, øker sannsynligheten for varig, positiv livsstilsendring i de enkelte familiene.

Det er godt dokumentert at fysisk aktivitet har en positiv påvirkning på humør, selvbilde, stressmestring og forebygging av depresjon. Det kan også være en sentral arena for mestringsopplevelser. Et sunt kosthold og tilstrekkelig med næringsstoffer kan bidra til god helse, både fysisk og psykisk. I tillegg representerer måltidene i barnehagen og skolen et sosialt samlingspunkt som er viktig for fellesskap og trivsel.

En bred satsing på fysisk aktivitet og kosthold vil derfor kunne bidra til en positiv effekt på barn og unges fysiske og psykiske helse, samt livskvalitet. Dette vil kunne ha positive ringvirkninger på både individ-, lokal- og samfunnsnivå.

Prosjektet anses som nybrottsarbeid fordi det går på tvers av etater og bydeler, der vi sammen forsøker å bidra til forbedret praksis på skoler og barnehager innenfor et stort geografisk område. Aldri før har det vært inngått et så omfattende samarbeid knyttet til disse temaene i barnehager og på skoler i Oslo. Den kunnskapsbaserte måten å arbeide med disse temaene på er også ny for de involverte bydelene og Utdanningsetaten.



Foto: Johner Images / Oslo kommune / NTB



4 Prosjektet blir til

På bakgrunn av ovennevnte ble innsatsen i 2017 rettet mot barn og unge i barnehage og grunnskole i hele Groruddalen, og det ble søkt om deltagelse i Program for folkehelse for finansiering og oppfølging.

4.1 Prosjektorganisering

Bydel Grorud, ved seksjonsleder for barnehagene, har vært prosjekteier på vegne av de fire Groruddalsbydelene og Utdanningsetaten. Prosjekteier godkjente oppstart av prosjektet og har sikret at prosjektet er planlagt, gjennomført og styrt i tråd med virksomhetenes rammer og forutsetninger. Alle Groruddalsbydelene og Utdanningsetaten er deltagere i prosjektet.

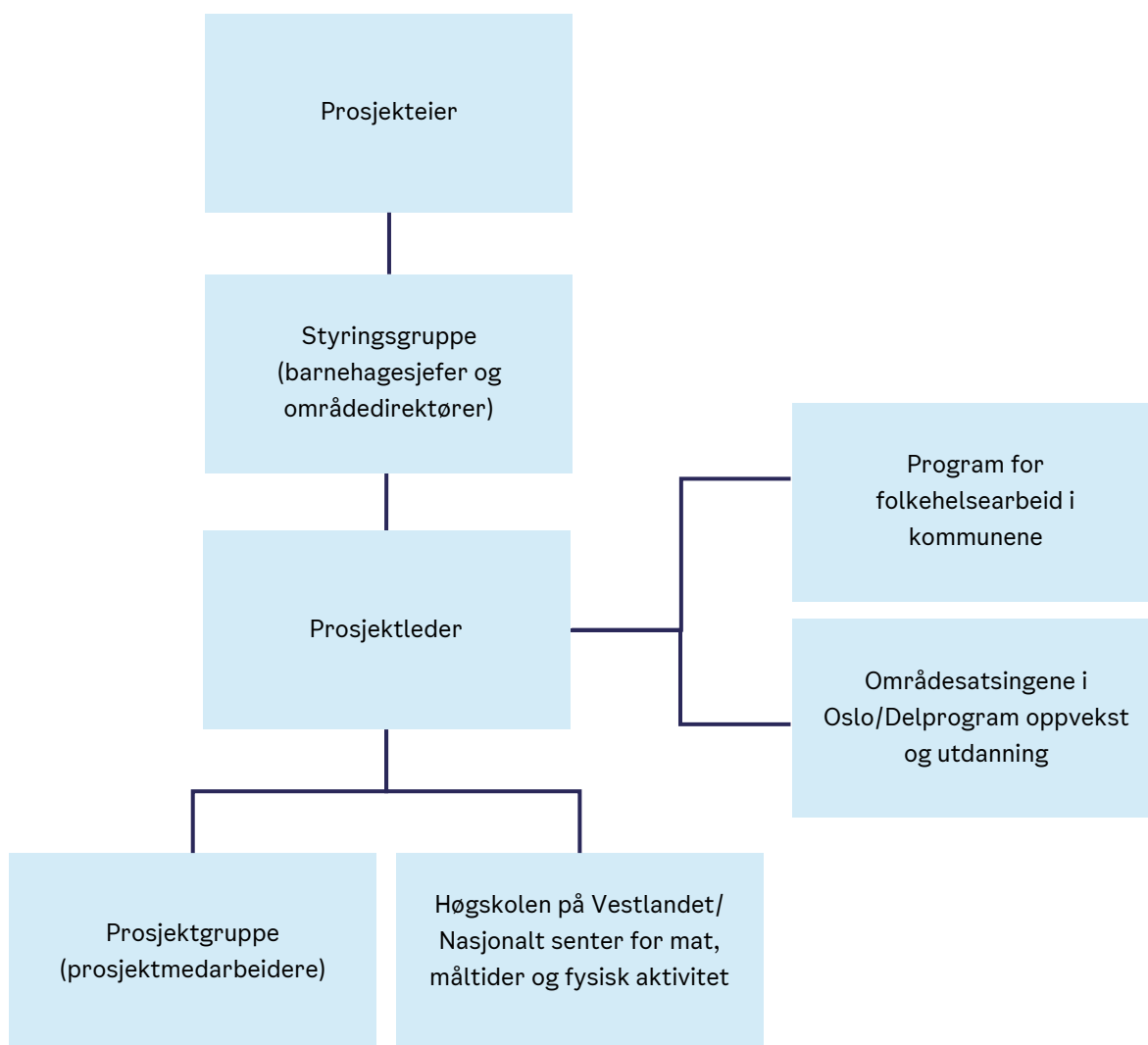
Det ble etablert en prosjektgruppe bestående av prosjektleder og én til seks prosjektmedarbeidere. Prosjektleder har hatt hovedansvaret for kartlegging, utarbeiding av tiltak og evaluering av prosjektet, og har samarbeidet med prosjektmedarbeiderne om den praktiske gjennomføringen av prosjektet. Prosjektgruppen ble satt sammen av personer med variert kompetanse og erfaring for å dekke ulike behov.

Ett av tiltakene i prosjektet er finansiert av Områdesatsingen i Oslo, og inngår derfor i porteføljen til delprogrammet Oppvekst og utdanning i Områdesatsingen. Dette har medført samarbeid med prosjektansvarlige i Områdesatsingen og jevnlig rapportering til dem, i tillegg til Program for folkehelse.



Foto: Ingeborg Øien Thorsland / NTB

4.1.1 Organisasjonskart



Figur 1: Viser organisasjonskart for prosjektet, og relasjonen mellom de involverte partene.

4.2 Forankringsarbeid

Endringsarbeid er krevende og noe involverte parter kan reagere ulikt på. Det er helt avgjørende for prosjektarbeidet og for videreføring i ettertid at ansatte på ulike nivåer og på ulike tjenestesteder, står sammen om satsingen og opplever et eierskap til arbeidet. Derfor har det vært stort fokus på forankring, medvirkning og informasjon på ulike nivåer. Prosjektet har involvert områdedirektører for skolene, rektorer og annen skoleadministrasjon, barnehagesjefer, barnehageledere, avdelingsledere, pedagogiske ledere og øvrig personal i tjenestene. Ansatte på ulike nivåer har blitt inkludert ved fastsetting av mål, planlegging og gjennomføring. Kartleggingen har blitt flittig brukt underveis i prosjektperioden, for å sikre at alle forstår behovet for endring, og for å stå mest mulig samlet i prosessen. I tillegg har det blitt fokusert på å skape forståelse for hvorfor det er behov for økt innsats for barn og unges helsevaner, og betydningen av de ansattes rolle.

4.3 Kartlegging

Ved oppstart av prosjektet ble det gjennomført en kartlegging av barnehagenes og barneskolenes praksis for kosthold og fysisk aktivitet. Det ble gjennomført aktivitetsmålinger, intervjuer og observasjoner. Totalt 16 barnehager og 12 barneskoler i Groruddalen deltok i kartleggingen, samt barnehagesjefer og områdedirektører. Funn indikerte at det ikke er et likeverdig tilbud innen disse områdene, med store forskjeller i praksis internt og mellom enkelttjenestene. Kartleggingen viste at det generelt foregikk lite systematisk arbeid med mat og måltider og fysisk aktivitet, men også at tidligere systematisk arbeid til dels hadde gitt effekt. Funnene i kartleggingen danner grunnlaget for prosjektets målsettinger og tiltak. For flere funn fra kartleggingen, se Kartlegging: Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen 2018.



Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen

En kartlegging av kosthold og fysisk aktivitet



4.4 Tiltaksutvikling

I prosjektet som helhet er det tatt utgangspunkt i KS sitt veikart for tjenesteinnovasjon. Ved utvikling av hvert enkelt tiltak er de fire fasene i KS sin tjenstedesignprosess fulgt; innsiktsfasen, idéfasen, utforming og utprøving og implementering. Tiltak har blitt utarbeidet og implementert fortløpende og parallelt. Det har vært en dynamisk prosess, der en del tiltak var planlagt på forhånd, mens andre har blitt til underveis.

Prosjektgruppen har, i samarbeid med tjenestestedene og andre relevante aktører, utviklet og implementert prosjektets tiltak. Brukermedvirkning har stått sentralt i alle faser av prosjektet. Relevante personer har blitt involvert ved utarbeiding, testing og evaluering av samtlige tiltak. Det har blitt gjennomført en rekke medvirkningsprosesser for å få innspill på tjenestenes behov og aktuelle tiltak, og ledere, ansatte, foreldre og barn har vært involvert i denne prosessen.

4.5 Prosjektets målsettinger

Prosjektets virksomhetsmål er målet til Program for folkehelse:

- Bedre psykisk helse og livskvalitet i befolkningen.

Befolkningen i dette prosjektet refererer til barn og unge i Groruddalen. Prosjektgruppen har brukt mye tid på målformuleringer, definering av målgruppen og kartlegging av hvor gevinster kan oppstå. Prosjektet skulle fremme gode vaner knyttet til kosthold og fysisk aktivitet hos barn og unge, og bidra til at flere oppnår anbefalinger for kosthold og fysisk aktivitet. Prosjektet påvirker imidlertid barnas vaner indirekte, gjennom ansattes tilstedeværelse og interaksjon med barna, og gjennom strukturen og systematikken i tjenestene. Prosjektets mål omhandler derfor tjenestenes praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet i barnehagene og på skolene.

Det overordnede effektmålet er:

- Groruddalens barnehager og barneskoler har likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet.

Med likeverdig menes ikke nødvendigvis et likt tilbud, men et like godt tilbud. Helsefremmende praksis betyr at det er i tråd med forskrifter og lovverk, nasjonale anbefalinger og aktuelle rammeplaner. Denne målsettingen har vært tydelig uttalt gjennom hele prosjektperioden. Imidlertid har utarbeiding av resultatmål og tilhørende produkter vært en dynamisk prosess, og disse har derfor endret seg gjennom prosjektperioden. Prosjektets mål er videre beskrevet i de respektive kapitlene om barnehager, skoler og ungdomsskoler.

4.6 Evaluering

Målet med prosjektets evaluering er todelt. For det første har det vært viktig med fortløpende formativ evaluering for å styrke prosjektet og ta gode valg underveis. Det andre målet med evalueringen var å finne ut hvorvidt prosjektmålene er nådd og potensialet for videre gevinstrealisering. Denne evalueringen har blitt gjennomført ved prosjektslutt.

Prosjektgruppen forsøkte lenge å etablere samarbeid med forsknings- og kompetansemiljøer om evaluering, uten å lykkes i særlig grad. Derfor er i hovedsak internevaluering benyttet, ved at prosjektgruppen har gjennomført evaluering av tiltakene. Prosjektgruppen ser flere fordeler ved dette. Prosjektet er stort og sammensatt, og det kan være vanskelig for utenforstående å sette seg inn i. Prosjektgruppen har oversikt over hva det er ønskelig å evaluere og oversikt over alle detaljer. Det har også gitt gode muligheter for refleksjon, læring og styrking av tiltakene underveis i prosessen.

Prosjektgruppen har evaluert alle tiltak fortløpende, både internt i gruppen, sammen med prosjekteier og ved å involvere andre berørte parter. Evalueringen har vært både formell og uformell gjennom møter og fortløpende dialog. Internevaluering har gjort det mulig å ha en langsiktig plan for evaluering av prosjektet som helhet. Ulempen med internevaluering er at de som gjennomfører den lettere kan overse strukturelle forutsetninger for det som skjer, eller ta for gitt faktorer som kan være avgjørende for prosjektets utvikling.

Midtveis i prosjektperioden ble det gjennomført midtveisevaluering. Det ble gjennomført aktivitetsmålinger og en spørreundersøkelse, i tillegg til at prosjektgruppens erfaringer ble oppsummert. Noen av funnene fra midtveisevalueringen er integrert i denne rapporten.

Prosjektet på Bjøråsen ungdomsskole ble evaluert av KORUS. De hadde ansvaret for gjennomføring av både kvalitativ og kvantitativ evaluering som er beskrevet i en egen rapport (vedlegg 9.4).



5 Regnskap

Under følger en oppsummering av regnskap fra hele prosjektperioden, år for år.

Tabell 1: Budsjett og regnskap per år i prosjektperioden.

År	Regnskap
2017	Kr 1 201 179
2018	Kr 4 238 037
2019	Kr 2 116 709
2020	Kr 2 949 944
2021	Kr 2 506 572
2022	Kr 2 250 000
2023	Kr 400 000
Totalt	Kr 15 662 441

I tillegg til midler fra Program for folkehelse, har prosjektgruppen fått tildeling på kr. 1 500 000 fra Områdesatsingen i Oslo. Midlene har vært øremerket utvikling av digital verktøykasse for fysisk aktivitet, som utgjør ett av tiltakene/produktene rettet mot barnehagene. Det er utarbeidet en egen prosjektrapport fra dette tiltaket.



Foto: Marte Østlien Getz

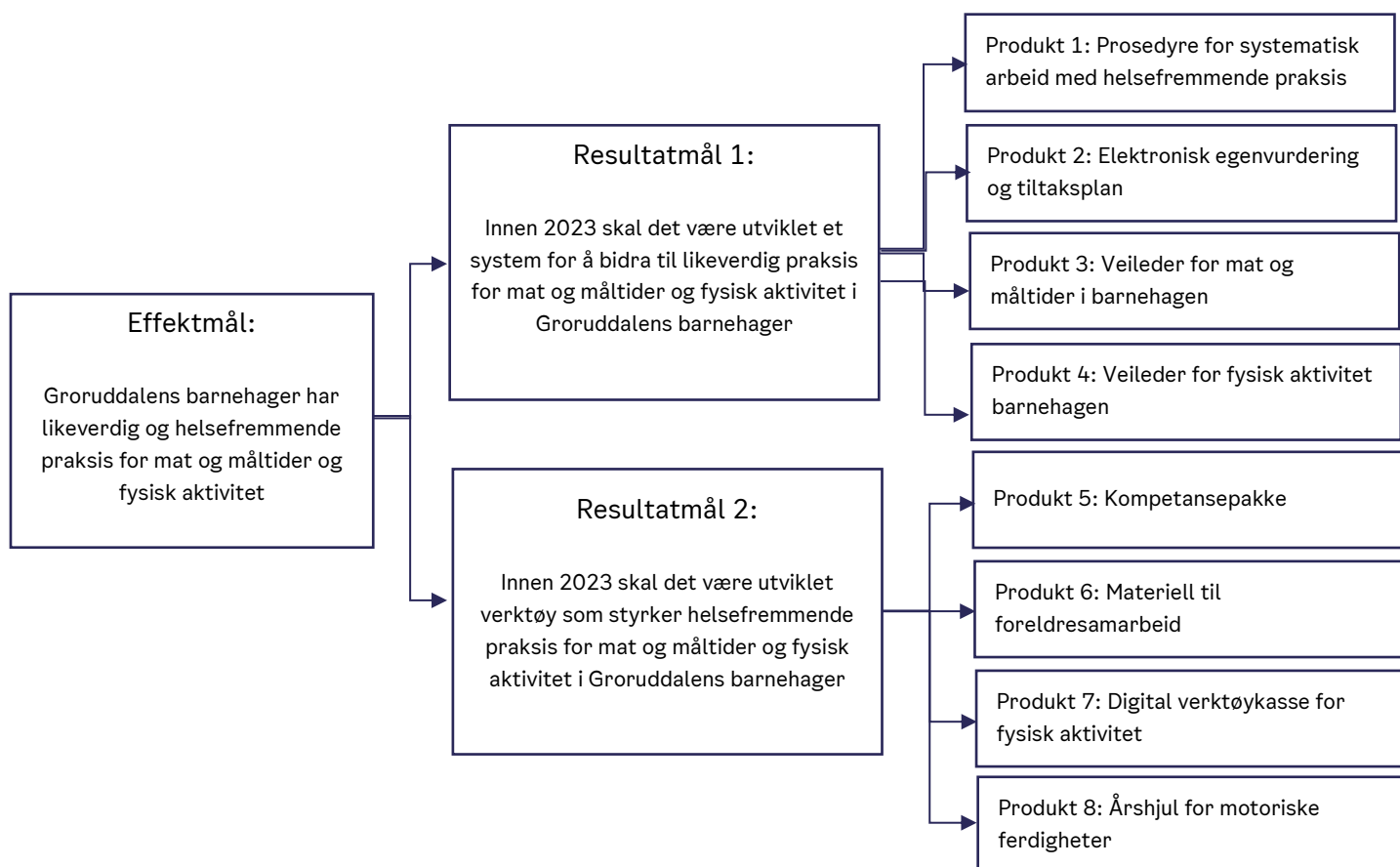
6 Tiltak i barnehagene

6.1 Målgruppe

Målgruppen for tiltakene i barnehagene var alle kommunale barnehager i Groruddalen. De fire groruddalsbydelene, ved oppvekstsjefer og barnehagesjefer, forpliktet seg til å delta. Dette innebar at samtlige kommunale barnehager i Groruddalen var deltagere i prosjektet. Det er 81 kommunale barnehager i Groruddalen. Antallet har variert noe gjennom prosjektperioden, da nye barnehager er etablert og andre har blitt lagt ned.

Ettersom hensikten med prosjektet var å bidra til likeverdig praksis, har det vært ønskelig å inkludere de private barnehagene i prosjektet. Bydelene kan ikke pålegge de private barnehagene å delta, da bydelene ikke har denne myndigheten. I Groruddalen er det 55 private barnehager, hvorav 16 er familiebarnehager, 16 tilhører en større barnehagekjede og de resterende er frittstående barnehager.

6.2 Mål og produkter



Figur 2: Oversikt over mål og produkter i prosjektet.

6.3 Tiltaksutvikling i barnehagene

Erfaringer fra tidligere arbeid med kosthold og fysisk aktivitet i bydel Alna, Grorud og Stovner ble lagt til grunn for tiltaksutviklingen i barnehagene. Medlemmer av prosjektgruppen har tidligere vært involvert i dette arbeidet, og satt på nyttig erfaring og kompetanse fra lignende arbeid.

Alle tiltak har blitt utarbeidet i samarbeid med de fire bydelene. Barnehagesjefene i henholdsvis Bydel Alna, Bjerke, Grorud og Stovner har regelmessig deltatt på møter med prosjektgruppen for å diskutere status, fremdrift, utfordringer og veien videre. Prosjektgruppen har også jevnlig deltatt på møter med barnehageledere i de fire bydelene. Innspill og forslag fra barnehageledere har blitt lagt til grunn for videre arbeid. Prosjektgruppen har samarbeidet med ulike relevante personer ved utvikling av tiltak, og produkter og materiell har vært på høring både internt i Groruddalen og i fagmiljøer eksternt.

Prosjektet har hele tiden hatt en fleksibel tilnærming til tiltaksutviklingen, og prosjektet har i stor grad blitt til underveis. Enkelte tiltak har blitt påbegynt, testet og forkastet. Innspill fra både barnehager, ledelse og fagpersoner har påvirket valgene som har blitt tatt. Først mot slutten av prosjektperioden ble det helt klart hvordan prosjektet skulle bli til slutt, hvordan det skulle implementeres og hvordan dette skal bidra til å høste sluttgevinstene på lengre sikt.

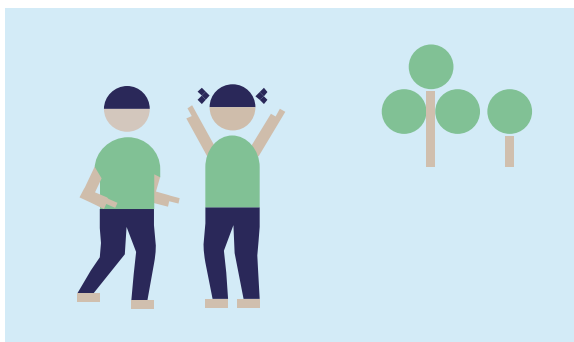
Våren 2020 ble det gjennomført en midtveisevaluering av prosjektet. Denne omhandlet tiltakene som var gjennomført i barnehagene. Hensikten med midtveisevalueringen var å undersøke om prosjektet var på rett vei, få innspill fra barnehagenes ledelse på hvordan de opplevde tiltakene og deltagelse i prosjektet, og få innspill til videre arbeid i prosjektet. Det ble skrevet en egen rapport fra midtveisevalueringen.



6.3.1 Implementering



Foto: Nikolai Kobets Feund / Oslo kommune



Gjennom prosjektperioden har prosjektgruppen deltatt på et stort antall samlinger og dialogmøter med bydelene, barnehagesjefer, barnehageledere og ansatte i de ulike barnehagene. Fokuset har vært å skape god forankring, implementere metoder og materiell, og sammen arbeide med kvalitet og utvikling innenfor de aktuelle områdene.

Prosjektgruppen har hatt en veiledende rolle overfor barnehagene, og jobbet med kontinuerlig praksisforbedring og kompetanseutvikling lokalt. Gjennom møtevirknsomheten har ansatte på ulike nivåer i bydelene samtidig medvirket i tiltaksutviklingen.

Prosjektgruppen har hele tiden informert og invitert de private barnehagene. De private barnehagene som har ønsket likeverdig deltagelse har fått dette. En del har kun vært interessert i å motta materiell, og prosjektgruppen har lite oversikt over hvorvidt de har tatt dette i bruk. En del barnehager har verken respondert på henvendelser eller møtt opp de gangene de har blitt invitert. Høsten 2022 ble det i tillegg gjennomført et seminar for alle de private barnehagene i Groruddalen. Her ble alt prosjektet har å tilby på nytt presentert, og barnehagene ble invitert med inn i prosjektet. Barnehagene som ønsket å delta har fått samme oppfølging av prosjektgruppen som de kommunale barnehagene.

6.4 Prosjektprodukter

Tabell 2: Beskrivelse av prosjektets produkter.

Produkter	Beskrivelse	Status
Prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis 	Prosedyren oppsummerer Groruddalsstandarden for helsefremmende praksis, og viser hvordan barnehagene skal arbeide for å sikre god praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. Prosedyren består av de fire fasene: utforske, planlegge, iverksette og evaluere. Barnehagene bruker ett år på gjennomføringen av de fire fasene. I prosedyren er det veiledning til hvordan de fire fasene kan gjennomføres.	Utviklet 2021 og implementert gradvis.
Elektronisk egenvurdering og oppfølgingsplan 	Egenvurderingen er et verktøy barnehagene benytter for å utforske egen praksis, og vurdere den opp mot et sett av påstander som definerer god praksis. Påstandene er basert på rammeplanen for barnehager, Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen fra Helsedirektoratet og nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet. Bruk av verktøyet skal gi barnehagene innsikt i egen praksis, og de synliggjør hva de er gode på og identifiserer områder de bør forbedre. Deretter benytter barnehagene oppfølgingsplanen til å konkretisere tiltak for å forbedre eller bevare praksis, med utgangspunkt i egne forbedringsområder og potensial. Mal for sammenstilling gjør det mulig for bydelene å lage en grafisk fremstilling av de samlede resultatene fra egenvurderingen. Denne kan brukes til å få oversikt over bevaringsområder og forbedringsområder, systematiske forskjeller mellom barnehagene og overvåke eventuell utvikling.	Utviklet og tatt i bruk i 2019.

Produkter	Beskrivelse	Status
Veileder for fysisk aktivitet i barnehagen		Veileder for fysisk aktivitet gir kunnskap om hvordan barnehagen kan være en arena for daglig fysisk aktivitet og gi barna et tilrettelagt aktivitetstilbud som er i tråd med barnehageloven og rammeplanen. Veilederen er med på å utgjøre Groruddalsstandard for Helsefremmende praksis. Veilederen ble ferdigstilt, trykket og tatt i bruk i 2021.
Veileder for mat og måltider i barnehagen		Veileder for mat og måltider viser hvordan barnehagene kan tilrettelegge for et helsefremmende mat- og måltidstilbud i barnehagen. Veilederen er basert på barnehagens rammaplen og Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen fra Helsedirektoratet. I tillegg er det lagt til enkelte temaer som ansatte i barnehagene ønsker mer kunnskap og informasjon om. Veilederen er en del av Groruddalsstandard for Helsefremmende praksis. Veilederen ble ferdigstilt, trykket og tatt i bruk i 2019.
Kompetansepakke for mat og måltider og fysisk aktivitet i barnehagen		Det er utviklet PP-presentasjoner som presenterer innholdet i Veileder for mat og måltider og Veileder for fysisk aktivitet. De inneholder lydfiler og mulighet for navigering. Presentasjonene kan brukes når barnehagen ønsker å ta opp enkelte temaer på for eksempel planleggingsdager i barnehagen. Hensikten er å bidra til kontinuerlig kompetanseutvikling etter prosjektslutt. Utviklet og gjort tilgjengelig i 2022.
Veileder, kortversjon i oversettelser og video til foresatte	  	Gode vaner for barn er et informasjonshefte rettet mot foresatte. Heftet inneholder tips og anbefalinger til sunne og aktive vaner i hverdagen. Det kan brukes av både barnehager og helsestasjoner. Det er også laget en kortversjon av heftet som er oversatt til enkelte språk. Informasjonsvideo: Informasjonsvideo til foresatte er en åtte minutter lang film som er basert på heftet Gode vaner for barn. Den kan for eksempel vises på foreldremøter. Hensikten er å gjøre det enklere for ansatte å veilede foresatte. Utviklet og tatt i bruk i 2020/2021.

Produkter		Beskrivelse	Status
Digital verktøykasse for fysisk aktivitet		Verktøykassen består av et stort antall aktiviteter som er tilpasset barnehagebarn. Det er lagt inn en filtreringsløsning slik at man enkelt kan finne aktiviteter tilpasset alder, plass, motoriske ferdigheter fagområder eller type aktivitet. Det er også lagt inn mye informasjon om fysisk aktivitet for barn på ressursssidene. Hensikten med verktøyet er å gjøre det enklere for ansatte å gi barna et variert og godt aktivitetstilbud i barnehagen, legge til rette for motorisk utvikling og tilpasse fysisk aktivitet slik at barna opplever mestring samtidig som de har noe å strekke seg etter. Verktøykassen er utviklet i samarbeid med Høgskolen på Vestlandet, og prosjektet fikk midler fra GDS til utviklingen. Verktøykassen har vært forbeholdt barnehager i Groruddalen og Sogndal frem til lansering høsten 2022.	Utviklet i 2020. Endelig versjon ferdigstilt og gjort tilgjengelig i 2022.
Årshjul for motoriske ferdigheter		Årshjulet er en oversikt over hvilke ferdigheter det er ønskelig å ha ekstra fokus på. Det inneholder mange ferdiglagde maler med ulik periodeinndeling, og kan tilpasses etter eget ønske. Årshjulet kan brukes for å sikre systematikk i arbeidet med motoriske ferdigheter og for å sikre at barna får erfaring med alle de grunnleggende motoriske ferdighetene i løpet av et barnehageår.	Utviklet og tatt i bruk i 2020.



6.5 Vurdering av resultatmål

Tabell 3: Beskrivelse av prosjektets resultatmål og en vurdering av måloppnåelse.

Resultatmål	Vurdering av resultatmål	Grad av måloppnåelse
Innen 2023 skal det være utviklet et system for å bidra til likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet i Groruddalens barnehager	Det er utviklet en Groruddalsstandard for systematisk arbeid med helsefremmende praksis. Groruddalsstandarden består av egenvurdering og tiltaksplan, samt sammenstillingsverktøy. Groruddalsstandarden består videre av veileder for mat og måltider og veileder for fysisk aktivitet, som tar utgangspunkt i egenvurderingen og kjennetegn ved god praksis.	Høy
Innen 2023 skal det være utviklet verktøy/materiell som styrker helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet i Groruddalens barnehager	Det er utviklet ulikt materiell for å styrke arbeidet med helsefremmende praksis i barnehagene, hvorav det viktigste utgjøres av de fire produktene som er tilknyttet dette resultatmålet; kompetansepakke, foreldreveiledning, digital verktøykasse og årshjul for motoriske ferdigheter. I tillegg er det blant annet utviklet oppskriftshefter, pedagogiske opplegg for ski- og sykkelskole, motorikkspå, veiledningsvideoer med mer. Hensikten med støttmateriell er å gjøre det enklere for barnehagene å etablere god praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. Alt materiell tar utgangspunkt i uttalte og/eller observerte behov.	Høy

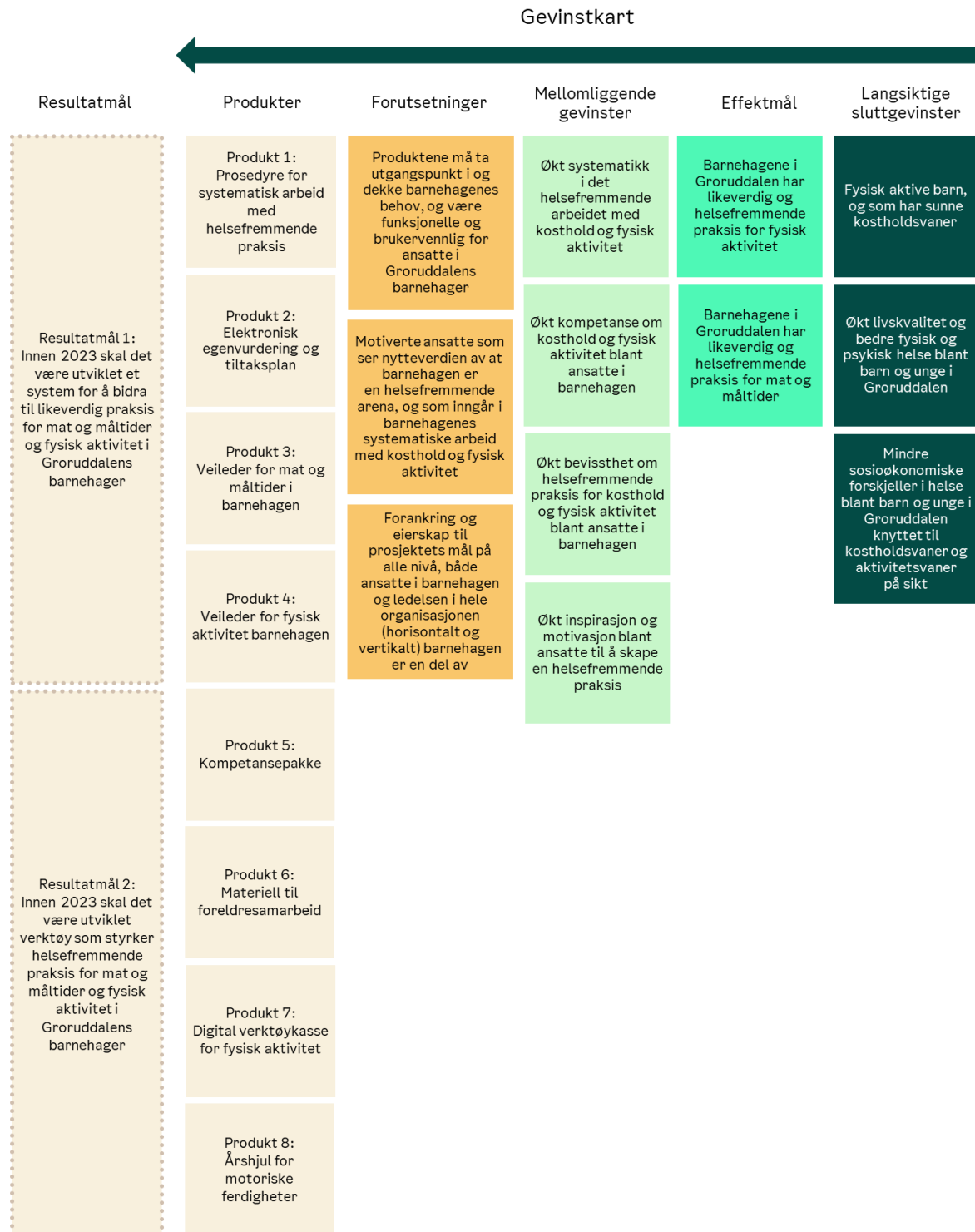
6.6 Vurdering av gevinstoppnåelse

Funn indikerer at prosjektet har realisert de mellomliggende gevinstene. En holistisk vurdering av gevinstene ved prosjektslutt tilsier at det er en mer helsefremmende praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet i barnehagene enn før utrulling. I dette kapitlet blir gevinstoppnåelse knyttet til de ulike tiltakene beskrevet.

Det er potensiale for å ta ut større gevinster i tiden fremover og videre kontinuerlig utviklingsarbeid og gevinstrealisering kan bidra til å løfte samtlige tjenestesteder slik at effektmålene nås på sikt. Dette blir beskrevet i kapittel 6.9.

6.6.1 Gevinstkart

Det er utarbeidet et gevinstkart som illustrerer sammenhenger mellom prosjektets produkter, forutsetninger som må være på plass for at tiltakene skal lykkes, gevinster og mål.



Figur 3: Gevinstkart over produkter, forutsetninger, gevinster og mål.

6.6.2 Metode for evaluering

Spørreundersøkelse

Sluttevalueringen av prosjektet baseres i hovedsak på en elektronisk spørreundersøkelse blant barnehageledere. Hensikten med spørreundersøkelsen var å innhente kvantitative data når det gjelder hvordan ansatte opplevde de ulike tiltakene, hvorvidt de mente tiltakene påvirker barnehagens praksis og bidrar til måloppnåelse. I tillegg til deres oppfatning av prosjektet som helhet, prosesser og samarbeid de har tatt del i, og læringspunkter for veien videre.

Tabell 4: Andel barnehager som har besvart spørreundersøkelsen i hver bydel i prosent og antall.

	Prosent	Antall
Alna	88 %	22
Bjerke	100 %	18
Grorud	93 %	18
Stovner	83 %	19
Groruddalen	90 %	73

Av totalt 81 barnehager i Groruddalen, svarte 73 på spørreundersøkelsen, hvilket utgjør en svarandel på 90 prosent. Resultatene er dermed representative for barnehagene i Groruddalen, men det understrekes at det er barnehageleders subjektive vurderinger som måles.

Intervjuer

Følgende intervjuer ble gjennomført i sluttevalueringen:

Tabell 5: Viser oversikt over antall intervjuer som er gjennomført og antall ansatte som er intervjuet.

	Gjennomførte intervjuer	Antall deltakere
Intervjuer med barnehageledere	8	8
Intervjuer med personal i barnehager	17	40
Intervjuer med i barnehagesjefer og fagutviklere	4	7
Totalt	29	55

Det er gjennomført intervjuer med fire barnehagesjefer og tre fagutviklere i barnehageadministrasjonen. I tillegg ble åtte barnehageledere og 40 barnehageansatte fra åtte

ulike barnehager intervjuet, hvorav to barnehager fra hver bydel var representert. I hver barnehage ble 1-4 barnehagelærere intervjuet, og tilsvarende for barnehagemedarbeidere. Der det var mulig ble det gjennomført gruppeintervju. Totalt ble 23 barnehagelærere, to idrettspedagoger og 15 medarbeidere intervjuet. Det ble totalt gjennomført 29 semistrukturerte intervjuer med 55 ansatte fra barnehage og barnehageledelsen.

Hensikten med intervjuene var å supplere dataene fra spørreundersøkelsen med kvalitative data som kan gi et tydeligere bilde på hvordan ansatte opplevde tiltakene som har vært gjennomført og prosjektet som helhet. Det var også ønskelig å avdekke hva de opplevde som avgjørende for å sikre god praksis, for å få til endring av praksis, og hvordan fremtidig gevinstrealisering kan sikres.

Det ble benyttet intervjuguider (vedlegg 9.1) tilpasset ansattes rolle og stilling. Vi gjennomførte semistrukturerte intervjuer for å sikre at alle ble stilt tilnærmet de samme spørsmålene, samtidig som det ga oss mulighet til å stille oppfølgingsspørsmål med utgangspunkt i informantenes beskrivelser og utsagn for videre utdyping og avklaring. Sitater vist i bokser er hentet fra intervjuene med ledere og ansatte.



Foto: Maskot / Oslo kommune / NTB

6.6.3 Vurdering av tiltakene

I løpet av prosjektperioden har det blitt utviklet 8 produkter (presentert i tabell 2). Videre vil disse omtales som tiltak. I dette kapittelet blir evaluering av hvert tiltak presentert fortløpende, med en oppsummering til slutt.

Prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis i barnehagen

Prosedyren er utviklet for å hjelpe barnehagene i Groruddalen med å jobbe systematisk, og for at andre skal kunne lære av vårt arbeid og ta det i bruk dersom det er ønskelig. Prosedyren inneholder en oppsummering av innsatsen rettet mot barnehagene, inkludert metodikk og tilhørende materiell og verktøy. I tillegg til å vise hvordan barnehager kan arbeide systematisk med helsefremmende praksis, er erfaringene fra mange års prosjektarbeid inkludert i prosedyren. Prosedyren i seg selv har ikke vært avgjørende for barnehagene i Groruddalen, da denne ble ferdigstilt i andre gjennomføringsfase av prosjektet. Barnehagene som har deltatt i prosjektet har imidlertid benyttet metodikken som prosedyren beskriver. Prosedyren er også et supplement som bydelene og barnehagene kan benytte for å holde oversikt over hva arbeidet innebærer og det viktigste materialet som er utviklet i prosjektet.

Prosedyren er nyttig for kvalitet og alt utviklingsarbeid vi driver med.

Det å ha såne gode verktøy som alt dette er blitt, har så stor betydning for drift. Og det er egentlig litt gratis reise til å kunne bli bedre, og på å tune seg veldig fort inn på hva det egentlig er dette her dreier seg om. For det er det som er så bra med dette her. At det er liksom så detaljert. At du lett kan koble deg på.

Ser potensialet. Nyttig på å bevisstgjøre det vi gjør, bør gjøre og synliggjøre, og det er en fin måte å dokumentere på.

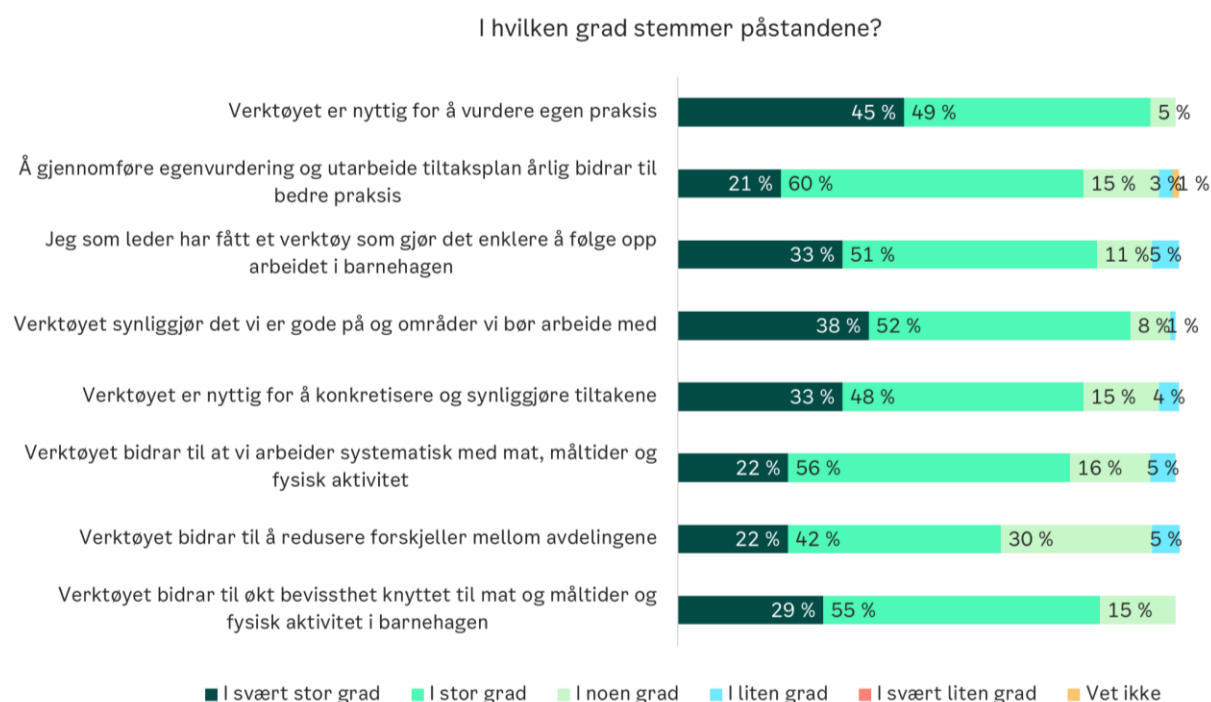
Kjenner til prosedyren- lest den og brukt den. Den er fin, men ikke godt implementert. Synes det er veldig fint arbeid, det som er gjort, og jeg ser at det er en fin måte å jobbe på.

Spørreundersøkelsen viste at 67 prosent av barnehagelederne kjenner til prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis. På spørsmål om hvilket materiell som har vært nyttig i barnehagen, svarte 36 prosent at prosedyren var nyttig.

Resultatene samsvarer med intervjuene, hvor barnehagesjefer og barnehageledere oppga at de kjenner til prosedyren, men at den ikke brukes i særlig grad. Hovedårsakene var at den hadde blitt glemt, ikke var godt nok implementert, og at de kjente til prosjektmetodikken og derfor ikke hadde behov for å ta prosedyren aktivt i bruk. Både barnehagesjefer og barnehageledere var positive til prosedyren, og mange opplevde at den kan være et nyttig verktøy som kan bidra til økt bevissthet og økt systematikk for helsefremmende praksis i barnehagene. Barnehagesjefene syntes prosedyren var verdifull for å skape en felles ramme for det helsefremmende arbeidet i bydelen, og for kvalitetssikring og utviklingsarbeid innen kosthold og fysisk aktivitet i barnehagene. Det ser imidlertid ut til at det generelt trengs mer kunnskap om hvordan og når prosedyren bør tas i bruk, da flere barnehageledere ikke er godt nok kjent med den.

Elektronisk egenvurdering og tiltaksplan

Den elektroniske egenvurderingen ble tatt i bruk første gang i 2019. Hensikten med egenvurderingen er at barnehagene årlig skal reflektere over egen praksis, og bruke dette som grunnlag for utarbeidelse av lokale tiltak. I 2019 gjennomførte 73 barnehager egenvurderingen. Under koronapandemien var det utfordrende for barnehagene å fokusere på helsefremmende praksis, og barnehagene ble kun oppfordret til å gjennomføre egenvurderingen. I 2022 gjennomførte 76 av 81 barnehager egenvurderingen og utarbeidet tiltaksplan.



Figur 4: Viser resultater fra spørreundersøkelsen om egenvurderingen og tiltaksplanen. (N= 73).

Figuren viser at omkring 90 prosent av barnehagelederne syntes egenvurderingen i stor eller svært stor grad er nyttig for å vurdere egen praksis og til å synliggjøre forbedringsområder og områder de er gode på. De opplevde også at den er nyttig for å konkretisere og synliggjøre tiltak, og at den gjør det enklere å følge opp arbeidet. Intervjuene gav også liknende resultat, samt et litt mer kritisk blikk på bruken av egenvurderingen. Det kom frem at noen ansatte og ledere syntes det er litt tidkrevende, og at det å følge opp tilhørende tiltak kan være utfordrende.

Jeg er litt ambivalent for at jeg ofte tror personalet kan skåre seg litt feil. Noen ganger tror jeg de kan være litt for greie og andre ganger så er de litt for strenge.

Nyttig, gir en pekepinn på arbeidet på avdeling og i barnehagen. Liker sånne skjemaer, den konkretiserer, gir konkrete mål. Utfordringen er å ha med alle – gi det en hensikt.

Jeg synes det skaper en veldig god bevissthet rundt alle aspektene som inngår i helsefremmende praksis, både det fysiske og mat og måltider.

Alle som besvarte spørreundersøkelsen oppgav at de bruker egenvurderingen og tiltaksplanen. Videre oppga 81 prosent at den i stor eller svært stor grad bidrar til bedre praksis. Basert på spørreundersøkelsen og intervjuer ser det ut til at egenvurderingen og tiltaksplanen er nyttig verktøy for barnehagene, særlig for å få innsikt i egen praksis. Forutsatt at tiltakene blir fulgt opp og gjennomført, kan bruk av verktøyet over tid bidra til bedre praksis i barnehagene.

Sammenstillingsverktøy

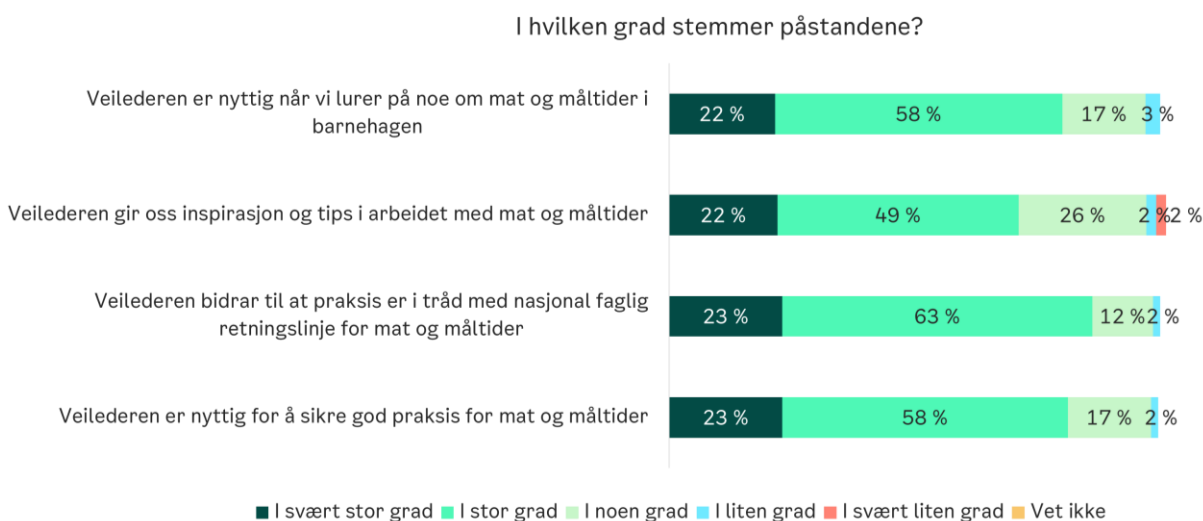
Det er utarbeidet en mal for sammenstilling av egenvurderingsresultatene. Hensikten var å legge til rette for at barnehagesjefer enkelt kan oppsummere resultatene for bydelens barnehager årlig, og avdekke felles styrker og svakheter. Dette kan legges til grunn for felles satsingsområder og kompetansehevende tiltak på tvers av barnehager i bydelen. I intervjuene kom det frem at barnehagesjefene er positive til et slikt verktøy, men noen er usikre på hvorvidt de vil klare å benytte dette verktøyet på egenhånd.

Det er problemer med sånne typer tjenester som vi driver, at det er vanskelig å hente ut tallmateriale. Men dette er jo en måte å få det til på. Selv om det er en kvalitativ evaluering, så er det jo en måte å hente ut noe oversiktlig på, som sier noe om kvalitet da. Selv om den er egenvurdert. Jeg liker det kjempegodt. Synes den er veldig, veldig bra.

År for år er den ikke så nyttig, men over tid. Den hjelper å se en sammenheng mellom helsefremmende praksis med alt annet vi gjør.

Veileder for mat og måltider

Veilederen tar utgangspunkt i kjennetegnene for god praksis, og viser ansatte hvordan de kan sikre god praksis for mat og måltider. Det er en rød tråd mellom egenvurderingen og veilederen, og når barnehagene avdekker forbedringsområder gjennom egenvurderingen, skal de finne støtte og hjelp i veilederen. Veilederen skal også hjelpe ansatte med å utarbeide tiltak.



Figur 5: Viser resultater fra spørreundersøkelsen om veileder for mat og måltider i barnehagen. (N= 65).

Av barnehagelederne som besvarte spørreundersøkelsen oppgav 89 prosent at de bruker veilederen. Majoriteten opplever at den er et nyttig verktøy som bidrar til god praksis og et mattilbud som er i tråd med nasjonale anbefalinger. Intervjuene tyder på at barnehageledere og ansatte som har ekstra ansvar for mat og måltider hadde best kjennskap til veilederen, men at det varierer hvor mye veilederen blir brukt på de ulike avdelingene i barnehagene.

Det ser dermed ut til at veileder for mat og måltider er et nyttig verktøy for å sikre god praksis, men at det er behov for å jobbe med implementering og gjøre den mer tilgjengelig.

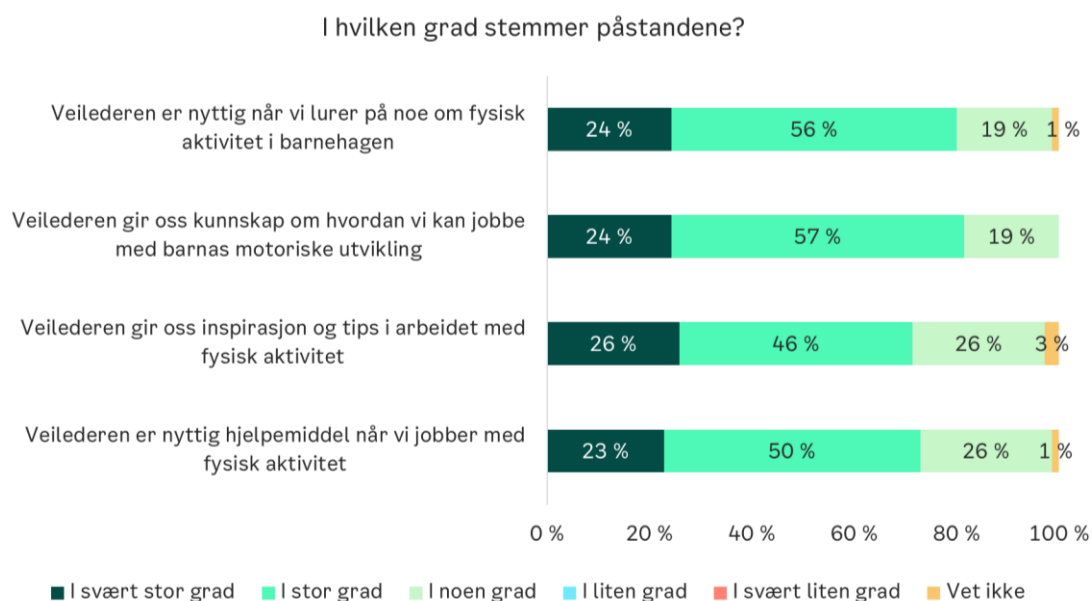
Vi kan holde det varmt og levende ved å henvise til veilederne.

Den er god. Praksisnær. Brukes som et oppslagsverk og samler opp kompetanse på området.

Jeg vet at den finnes, og jeg har nok lest den, men jeg kan ikke si at jeg vet liksom akkurat innhold, men jeg tror mye av den kunnskapen jeg har om mat og kosthold i forhold til barn står der da.

Veileder for fysisk aktivitet

Veilederen tar utgangspunkt i kjennetegnene for god praksis, og viser ansatte hvordan de kan sikre god praksis for fysisk aktivitet. Det er en rød tråd mellom egenvurderingen og veilederen, og når barnehagene avdekker forbedringsområder gjennom egenvurderingen, skal de finne støtte og hjelp i veilederen. Veilederen skal også hjelpe ansatte med å utarbeide tiltak.



Figur 6: Viser resultater fra spørreundersøkelsen om veileder for fysisk aktivitet i barnehagen. (N= 70).

I spørreundersøkelsen svarte 90 prosent at de bruker veilederen for fysisk aktivitet. Figuren viser at respondentene generelt var fornøyde med veilederen. Flesteparten svarte at veilederen i stor eller svært stor grad gir inspirasjon og tips i arbeidet med fysisk aktivitet og at den er et nyttig hjelpemiddel i arbeidet. Tilsvarende svarte 81 prosent at veilederen gir kunnskap om hvordan barnehagen kan jobbe med barnas motoriske utvikling. På samme måte som med veilederen for mat og måltider, var det noe blandede tilbakemeldinger i intervjuene. Mange syntes den treffer godt, men at den i ulik grad er kjent og brukt på avdelingene. Noen mente at koronapandemien hadde påvirket implementeringen av veilederen i negativ retning. Gjennomgående er barnehagemedarbeiderne den yrkesgruppen som har minst kjennskap til veilederen.

Basert på spørreundersøkelsen og intervjuer ser det ut til at veileder for fysisk aktivitet er et nyttig hjelpemiddel, både for å hente inspirasjon og tips, og som en veiviser til å jobbe med konkrete temaer etter behov, slik som barns motoriske ferdigheter. Imidlertid indikerer funn at veilederen ikke er godt nok kjent hos samtlige.

Kompetansepakke for mat og måltider og fysisk aktivitet

Kompetansepakkene er utviklet for å legge til rette for videre kompetanseutvikling etter at prosjektet er avsluttet. I prosjektperioden har prosjektgruppen deltatt på møter og samlinger i de ulike barnehagene for å øke ansattes kompetanse om mat og måltider og fysisk aktivitet, men på sikt må barnehagene selv stå for dette arbeidet. Det er også stadig utskiftning av personal i barnehagene, og kompetansepakken skal kunne brukes for å informere nye ansatte om arbeidet med helsefremmende praksis.

På spørsmålet om hvilket materiell som har vært nyttig i spørreundersøkelsen, svarte 18 prosent kompetansepakken. Spørreskjemaet inneholdt ingen ytterligere spørsmål om dette temaet. I intervjuene var det positiv respons på tiltaket, men ingen ansatte hadde brukt kompetansepakken. Det ble nevnt at mangel på tid til å bli kjent med den og prioritering av andre områder ofte kom i veien.

Jeg har sett den. Jeg kan ikke si at jeg har brukt den aktivt nei. Men jeg er jo klar over hva som står som er viktig.

Tenker å ta den opp igjen på personalmøter. For det tror jeg er en viktig arena, for da får hele barnehagen det med seg.

Barnehagene som har fordypet seg har fått flere søkere. Gjorde om hele sin tankegang om sin fysiske aktivitet fra «ikke løp inne til løp inne».

Den er nyttig for å diskutere ulike temaer og problemstillinger på ulike møtearenaer.

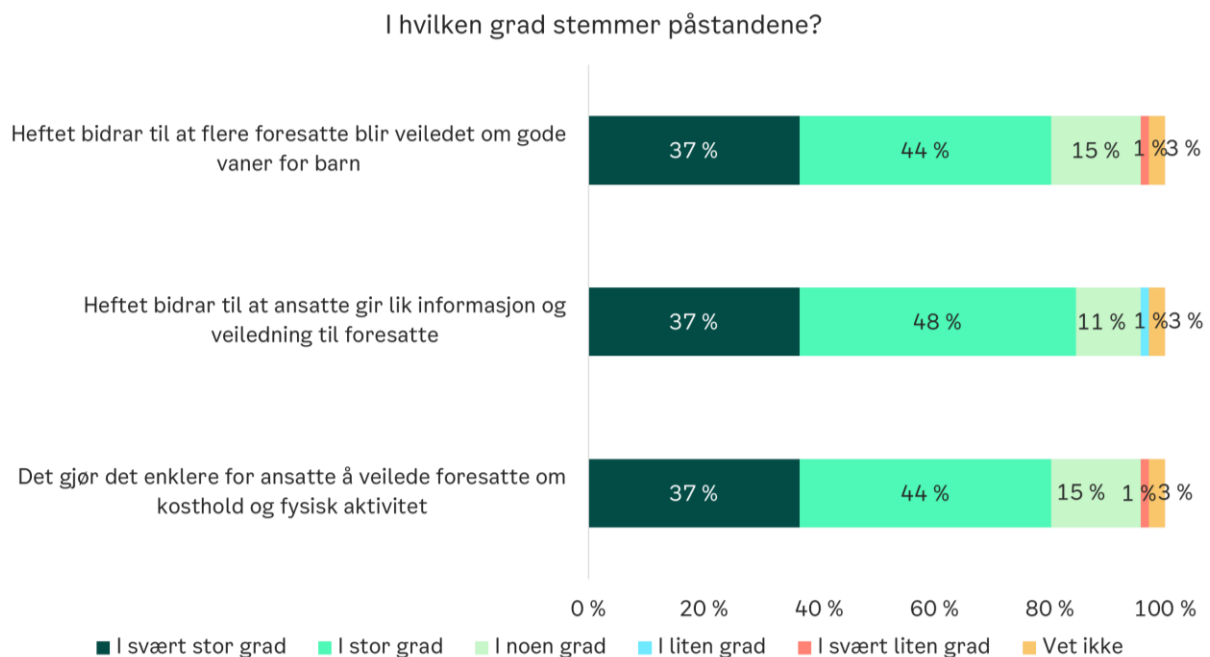
Veldig deilig at det finnes noe ferdig. Også at jeg på en måte kan velge hva jeg vil bruke og hvordan jeg på en måte vil gjøre det.

Kjenner til den, men har ikke brukt den. Vi kan bruke den på plandager innimellom som en sånn påminnelse og på en måte refreshe.

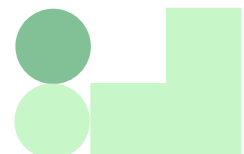
Kompetansepakken er ikke tilstrekkelig implementert. Likevel var kompetansepakken et av de mest etterspurte tiltakene gjennom prosjektperioden. I intervjuene var det gjennomgående at ansatte satte pris på ferdig materiell og opplegg tilpasset barnehagen. Det vurderes at tiltaket på sikt har potensiale til å bidra til økt kompetanse om mat og måltider og fysisk aktivitet.

Materiell til foreldresamarbeid

Hensikten med heftet til foreldreveiledningen er å gjøre det lettere for ansatte å veilede foresatte om sunne og aktive vaner i hverdagen, bidra til at flere får samme informasjon og redusere ansattes terskel for å veilede foresatte. Gjennom bruk av materiellet skal det være mulig for nye ansatte eller ansatte som ikke har så mye kunnskap om kosthold og fysisk aktivitet, å veilede foresatte ved behov. Heftet er utformet i samarbeid med alle helsestasjonene i Groruddalsbydelene, og distribuert til dem i tillegg til barnehagene. Det er ønskelig at kommunale tjenester barna møter er samkjørte i veiledningen, slik at budskapet om helsefremmende vaner når frem til barnefamiliene. Heftet finnes også i en kortversjon som er oversatt til ulike språk, og en 8 minutters video som eksempelvis kan spilles av på foreldremøter.



Figur 7: Viser resultater fra spørreundersøkelsen om foreldreheftet Gode vaner for barn. (N= 71).



I spørreundersøkelsen svarte 97 prosent at de kjenner til foreldreheftet Gode vaner for barn, og 87 prosent oppgav at de bruker det i barnehagen. Figuren viser at flesteparten syntes heftet i stor eller svært stor grad gjør det enklere for ansatte å veilede foresatte, bidrar til at flere foresatte får veiledning og til at ansatte gir lik informasjon til foresatte. Informasjon fra intervjuene samsvarer godt med spørreundersøkelsen. Her kom det frem at det stort sett var barnehagelærerne som veiledet foresatte, men at de fleste ansatte går i dialog ved behov. Mange barnehager delte ut heftet til nye foresatte på foreldremøter etter sommerferien eller i oppstartsamtaler tidlig på høsten. Det kom også frem at nye ansatte ikke hadde hørt om heftet, og at noen syntes at heftet ikke traff alle foresatte på grunn av språkbarrierer. Barnehageledere syntes at videoen om helsefremmende praksis var nyttig, og hadde spilt av denne på foreldremøter for nye foreldre.

Det er betryggende å vise til Groruddalsstandard og anbefalinger fra bydelen i stedet for at personlige meninger hos ansatte eller barnehagekultur blir førende for praksis og veiledning.

Brukt et par ganger. Stort sett i forhold til mat, da. Men det er ikke noe jeg automatisk har gitt ut til alle nye foreldre. Men jeg har brukt det i de tilfellene jeg mener det har vært et behov.

Dette gir oss et godt grunnlag for samtale med, og informasjon til, foreldrene mer generelt om kostholdsvaner. Det kan gjøre at vi kommer i posisjon til å snakke om det.

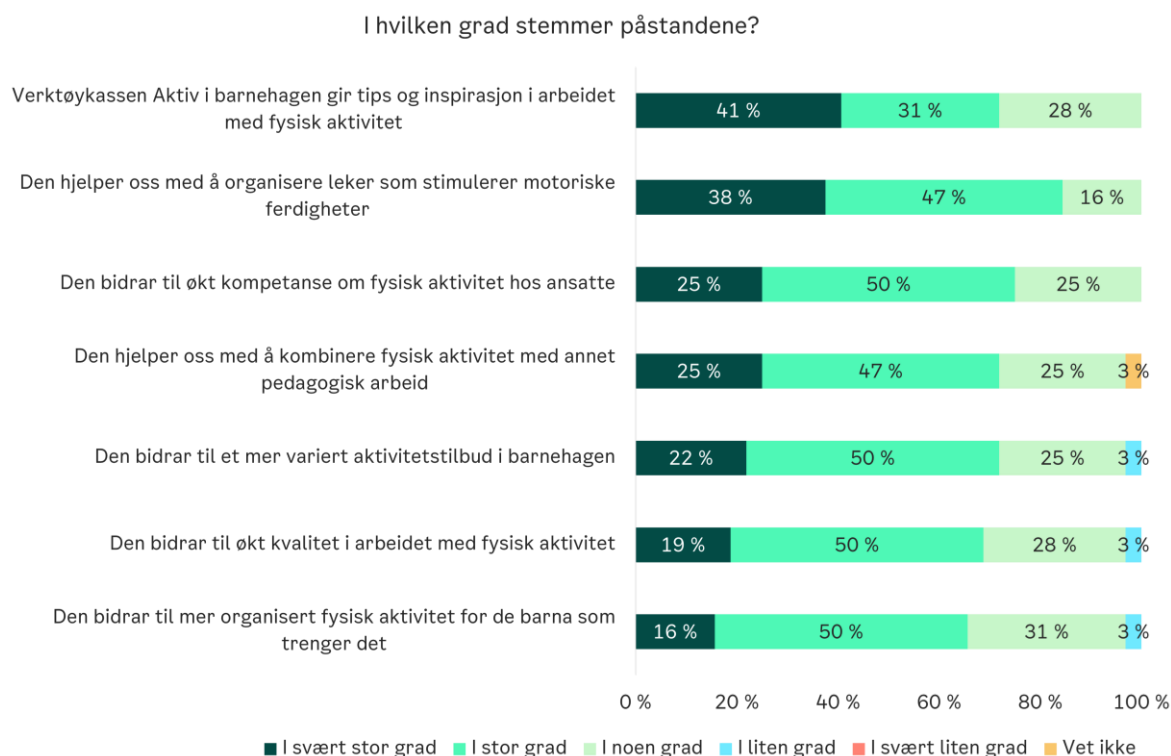
Filmen er super!

Funnene tyder på at materiellet oppleves som nyttig i foreldresamarbeidet. Det gir et felles grunnlag for veiledning, og det gjør at veiledningen blir mindre subjektiv og personlig når de ansatte kan støtte seg på felles materiell som er kunnskapsbasert. Det bør arbeides med å gjøre materiellet, deriblant oversatte kortversjoner, bedre kjent og mer tilgjengelig for ansatte i barnehagene.

Digital verktøykasse for fysisk aktivitet – Aktiv i barnehagen

Hensikten med verktøykassen er å gi ansatte tips og inspirasjon i det daglige arbeidet med fysisk aktivitet. Det skal gjøre det enklere for ansatte å tilrettelegge for aktiviteter som stimulerer de grovmotoriske ferdighetene, skape variasjon i barnas aktivitetstilbud, øke ansattes kompetanse og vise hvordan fysisk aktivitet kan kombineres og ses i sammenheng med annet pedagogiske arbeid.





Figur 8: Resultater fra spørreundersøkelsen om den digitale verktøykassen for fysisk aktivitet Aktiv i barnehagen. (Antall respondenter = 32).

I spørreundersøkelsen svarte 84 prosent at de kjenner til den digitale verktøykassen for fysisk aktivitet, mens 44 prosent svarte at de bruker verktøykassen i barnehagen. Blant de barnehagelederne som benyttet seg av verktøyet, viser figuren at flesteparten opplever verktøyet som nyttig. Majoriteten oppgir blant annet at verktøyet hjelper dem med å jobbe tverrfaglig og organisere aktiviteter som stimulerer motoriske ferdigheter, samt bidrar til mer variasjon i aktivitetstilbudet. Mange opplevde også at verktøyet bidrar til mer organisert fysisk aktivitet for de barna som trenger det mest, og generelt til økt kvalitet på arbeidet med fysisk aktivitet. Som begrunnelser for manglende implementering og kjennskap til verktøykassen oppga barnehagelederne at det er lite tid til å sette seg inn i nye ting, manglende tilgang på pc, høyt sykefravær hos ansatte, og at andre satsingsområder krever prioritering. Funnene samsvarer med det som kom frem i intervjuene.

Av de som ikke til nå hadde benyttet seg av verktøyet, var flesteparten fra både spørreundersøkelsen og intervjuene positive til å ta verktøyet i bruk. Ansatte løftet frem at de ble inspirert og motivert til selv å gå inn og hente tips til aktiviteter i etterkant.

Funnene indikerer at ansatte er positive til verktøyet, og at det kan være et godt hjelpemiddel i det daglige arbeidet med fysisk aktivitet. Da andelen som benytter verktøyet per i dag er forholdsvis lav, ligger det et potensial i å jobbe videre med implementeringsarbeidet, og hjelpe barnehagene med å ta det i bruk. Det er skrevet en egen rapport med tilhørende evaluering av dette tiltaket, da det er finansiert gjennom Områdesatsingen i Oslo.

Årshjul for motoriske ferdigheter

Årshjulet for motoriske ferdigheter er utviklet for å sikre systematikk og bevissthet i arbeidet med motoriske ferdigheter, og for at ansatte skal legge til rette for at barna får erfaring med alle de grunnleggende, grovmotoriske ferdighetene hvert år. Dette er basert på kunnskap om at erfaring med ferdighetene er avgjørende for motorisk utvikling. Alle barnehager har ulike planperioder og fokusområder, og derfor er det lagt opp til dynamisk bruk av malen, der barnehagene kan tilpasse den til eget bruk.

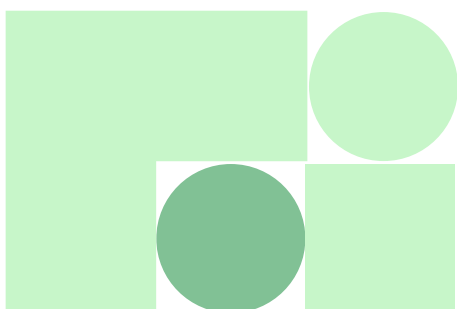
På spørreundersøkelsen svarte 96 prosent at de kjente til årshjul for motoriske ferdigheter, og av disse svarte 67 prosent at de brukte årshjulet i sin barnehage. De viktigste årsakene til at det ikke ble brukt, var at de ikke har hatt tid til å prioritere det, barnehagen hadde egne planer for aktiviteter knyttet til motoriske ferdigheter eller de hadde ikke jobbet godt nok med implementering. Blant de som ikke brukte eller kjente til årshjulet, svarte 77 prosent at de kunne tenke seg å ta i bruk et slikt årshjul for å jobbe systematisk med motorisk utvikling.

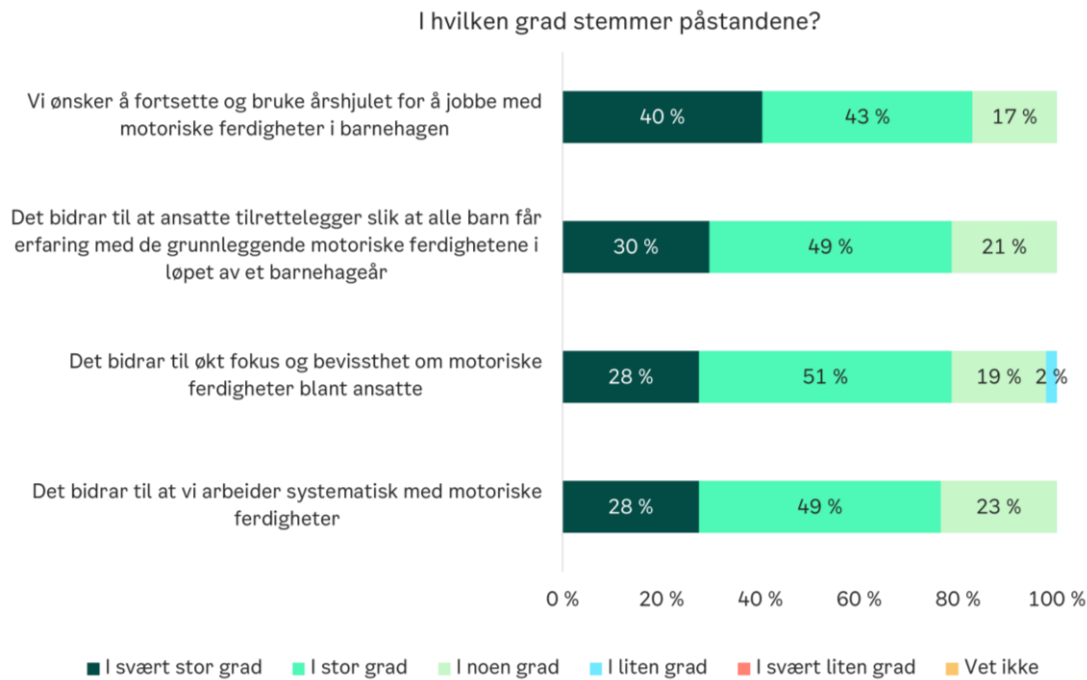
Jeg har skrevet ut aktivitetskort og delt disse også ut til andre avdelinger på huset.

Jeg bruker det sammen med årshjul for motoriske ferdigheter.

Ved at flere bruker og blir kjent med verktøyet vil vi ikke være avhengig av enkeltpersoner ved for eksempel fravær eller skifte av personalet.

Særlig for nye vikarer kan de ta i bruk verktøykassen på lik linje som en ped.leder som har jobbet i mange år.





Figur 9: Resultater fra spørreundersøkelsen om årshjul for motoriske ferdigheter. (Antall respondenter = 47).

Respondentene som brukte årshjulet var positive til å bruke det videre. De opplevde at årshjulet bidrar til mer systematikk i arbeidet med motoriske ferdigheter, mer tilrettelegging av motorisk stimulerende aktiviteter og økt bevissthet blant ansatte. Funnene stemmer godt overens med intervjuene.

Funnene fra både spørreundersøkelsen og intervjuene indikerer at et årshjul for motoriske ferdigheter kan være et nyttig hjelpemiddel til å jobbe mer systematisk med barns motoriske utvikling og ferdigheter. Det er grunn til å tro at det påvirker praksis dersom det blir brukt, og at et felles årshjul for hele barnehagen over tid vil kunne bidra til mindre forskjeller i praksis mellom ulike avdelinger.

Et slik felles årshjul for hele barnehagen vil kunne bidra til en mer gjennomtenkt og felles praksis.

Fint for motorisk dokumentasjon. Ønsker å jobbe med det. Har brukt det lite til nå. Ser verdien – mye enklere å avdekke de barna som trenger ekstra stimulering.

Tror det vil bidra til økt og variert aktivitet, og bevegelsesglede. Og økt bevissthet blant alle ansatte, og muligens mer aktivitet blant de voksne.

Har ikke brukt det, men det vil nok sette søkelys på de grunnleggende ferdighetene.

Liker godt ferdige maler som kan skrives ut og henges opp i barnehagen.

Oppsummering av funnene

Funn fra spørreundersøkelsen og intervjuer samsvarer generelt godt, og bekrefter at respondentene i stor grad er positive til tiltakspakken som helhet.

Egenvurdering, tiltaksplan og tilhørende veiledere bidrar til mer systematisk arbeid, ved at de aller fleste barnehagene årlig vurderer egen praksis og utarbeider tiltak som skal sikre kontinuerlig praksisforbedring. Det har også bidratt til at praksis kartlegges og følges opp på bydelsnivå. Både egenvurdering og veiledere bidrar ifølge barnehageledere og øvrige ansatte til økt systematikk, inspirasjon og kompetanse innenfor de to fagfeltene.

Alt materiell er presentert og gjort tilgjengelig for barnehagene, men det er tatt i bruk i ulik grad. Dette er imidlertid i tråd med at barnehagene selv får vurdere eget forbedringspotensial, og ta i bruk materialet ut fra eget behov. Bruken av materialet ser også ut til å avhenge av implementeringsarbeidet og tidspunkt for ferdigstillelse. Både ledere og øvrige ansatte er generelt positive til de ulike elementene, og mener at de på ulike måter bidrar til å øke ansattes inspirasjon, motivasjon og kompetanse innenfor de to områdene. I tillegg bidrar årshjul for motoriske ferdigheter og verktøykassen for fysisk aktivitet til økt systematikk i arbeidet lokalt.

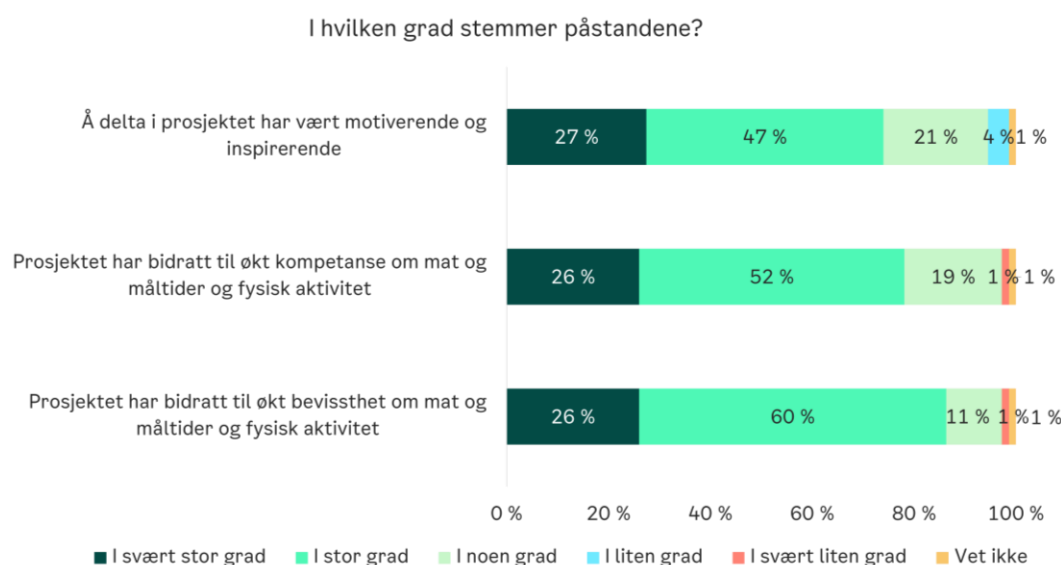
Til tross for at ledere og ansatte er positive til de ulike tiltakene, tyder funnene på at tiltakene ikke er godt nok kjent og implementert i barnehagene. Dette vil i stor grad påvirke tiltakenes innvirkning på de ønskede gevinstene.



Foto: Maskot / Oslo kommune / NTB

6.7 Vurdering av effektmål

Prosjektledelsen har hatt en ambisjon om at den samlede evalueringen skal svare ut om innsatser bidrar til å oppfylle prosjektets effektmål; likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet i Groruddalens barnehager. Det er imidlertid utfordrende å måle effekt når det gjelder kvalitet i barnehagen, spesielt innenfor områder der kvalitet ikke normalt måles eller beskrives.



Figur 10: Resultat fra spørreundersøkelsen om prosjektet har bidratt til motivasjon, kompetanse og bevissthet.

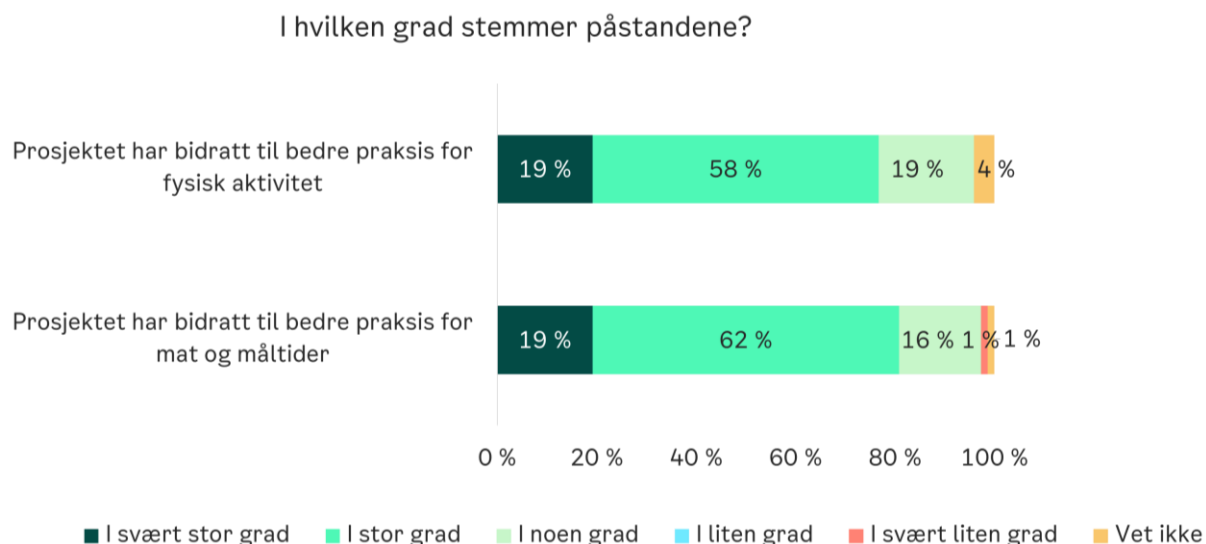
De samlede resultatene fra spørreundersøkelsen og intervjuer, indikerer at tiltakene har hatt positiv innvirkning på barnehagenes systematikk og personalets kompetanse, motivasjon og inspirasjon.

Slik figuren viser, svarte 74 prosent av barnehagelederne at prosjektet som helhet i stor eller svært stor grad har vært motiverende og inspirerende. Tilsvarende svarte 80 prosent at det har bidratt til økt kompetanse og 86 prosent at prosjektet har bidratt til økt bevissthet blant ansatte.

Videre svarte 77 prosent av barnehagelederne at prosjektet som helhet i stor eller svært stor grad har bidratt til bedre praksis for fysisk aktivitet, mens 81 prosent svarte at prosjektet har bidratt til bedre praksis for mat og måltider.

Den samlede evalueringen tyder på at barnehagesjefer, barnehageledere og øvrige ansatte opplever prosjektet og tilhørende tiltak som hensiktsmessig for å påvirke praksis i barnehagene. For å oppnå bedre praksis er det imidlertid en forutsetning at tiltakene blir godt implementert,

og resultatene tyder på at det er ulikt hvor godt tiltakene er implementert i de ulike barnehagene.



Figur 11: Resultat fra spørreundersøkelsen om prosjektet har bidratt til bedre praksis for fysisk aktivitet og mat og måltider i barnehagene.

Gjennom prosjektperioden har prosjektgruppen vært tett på barnehagene i Groruddalen, deltatt på et stort antall samlinger og møter på alle nivåer og kontinuerlig evaluert arbeidet. Vår erfaring er at prosjektet som helhet, samt de enkelte tiltakene, i stor grad har bidratt til økt bevissthet blant både ledere og øvrige ansatte. Vi har kommet et godt stykke i å legitimere mat og måltider og fysisk aktivitet som en viktig del av barnehagehverdagen, og anerkjenne barnehagen som en viktig arena for å ivareta barnas aktivitets- og måltidsvaner. Dette er avgjørende for at barnehagene skal oppleve eierskap til arbeidet. Det er tydelig at barnehageledelsen og barnehagene nå har et økt fokus på disse temaene, økt kompetanse om hva som er god praksis, og det arbeides mer systematisk enn det som var tilfellet tidligere. Det er avdekket at mange barnehager har forbedret sin praksis gjennom prosjektperioden. Dette kan trolig tilskrives den samlede prosessen de har vært igjennom og synergieffekter av tiltakene, vel så mye som hvert enkelt tiltak.

Prosjektgruppen ser imidlertid at det fremdeles er stor forskjell i barnehagenes prioriteringer, fokus, kapasitet og dedikasjon. Det er ulikt hvorvidt tiltak er implementert og i hvilken grad barnehagene henter ut gevinster. Til tross for at praksis er forbedret mange steder, er det ikke nødvendigvis blitt mer likeverdig praksis på tvers av barnehagene. Det er stort behov for å jobbe videre med de barnehagene som ikke er motiverte eller som opplever arbeidet som krevende.

Prosjektets effektmål er ikke noe det forventes å nå innenfor prosjektets levetid, og det er fremdeles en lang vei å gå. Sett i lys av resultater fra spørreundersøkelsen, intervjuer og

prosjektgruppens erfaringer, har det samlede arbeidet stort potensiale for å bidra til fremtidig likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet.

6.7.1 Egenvurdering som metode for å kartlegge praksis

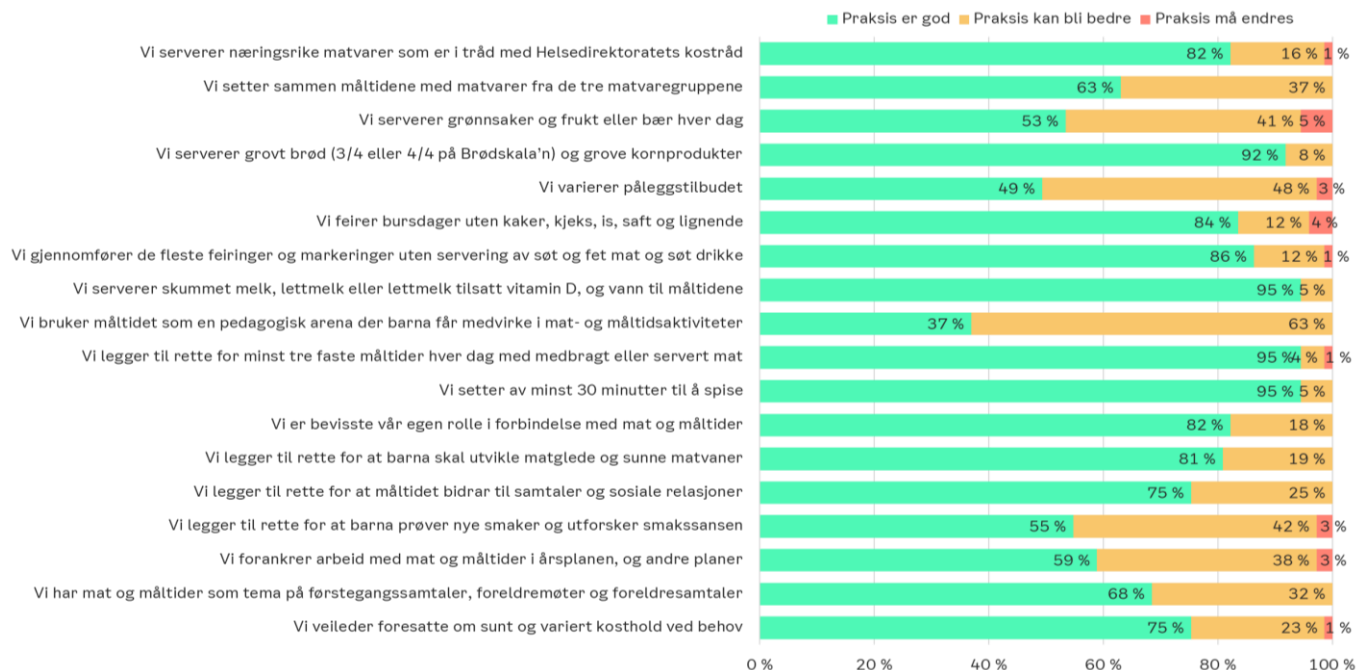
Ett av tiltakene i prosjektet er egenvurdering for mat og måltider og fysisk aktivitet. Barnehagene benytter egenvurderingen årlig for å reflektere over egen praksis, definere forbedringsområder og for å konkretisere tiltak for å forbedre eller bevare praksis. Egenvurderingen utgjør imidlertid også en metode for å kartlegge praksis og måle kvalitet, da påstandene i egenvurderingen definerer god praksis. Påstandene baseres på nasjonale anbefalinger og barnehagenes rammeplan som er utarbeidet med utgangspunkt i omfattende kunnskapsgrunnlag. I tillegg er påstandene i egenvurderingen basert på annen forskning og kunnskap om helsefremmende praksis og barnehagen som arena.

Resultatene i egenvurderingen kan dermed legges til grunn for effektevaluering av prosjektet, og for å vurdere om det bidrar til utvikling. Dersom tiltakene faktisk bidrar til økt kvalitet, burde det være mulig å se utvikling på påstandene i egenvurderingen. Egenvurderingen ble tatt i bruk første gang høsten 2019. Da gjennomførte 73 barnehager egenvurderingen, og i 2022 gjennomførte 76 barnehager egenvurderingen.



Foto: Thomas Ekström

Resultater fra egenvurderinger 2019 – mat og måltider



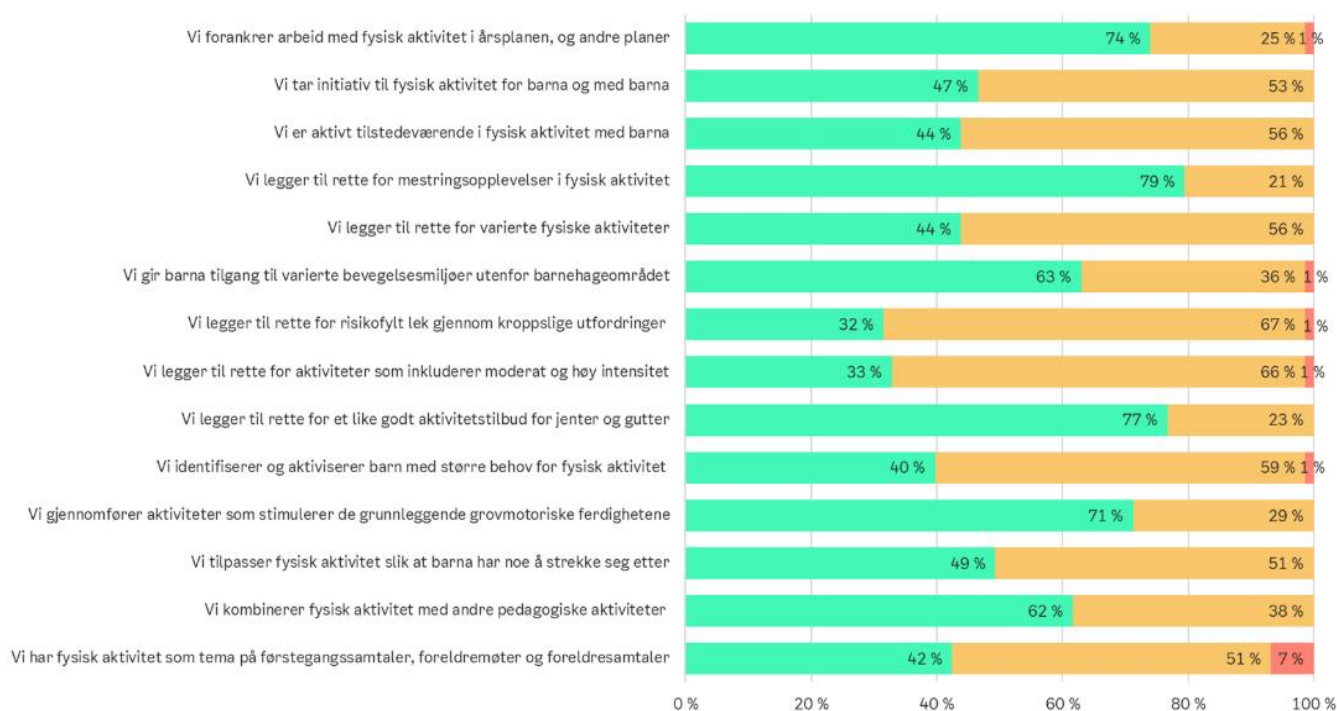
Figur 12: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen for mat og måltider i 2019 fra 73 barnehager i Groruddalen.

Resultater fra egenvurderinger 2022 – mat og måltider



Figur 13: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen for mat og måltider i 2022 fra 76 barnehager i Groruddalen.

Resultater fra egenvurderinger 2019 – fysisk aktivitet



Figur 14: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen for fysisk aktivitet i 2019 fra 73 barnehager i Groruddalen.

Resultater fra egenvurderinger 2022 – fysisk aktivitet



Figur 15: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen for fysisk aktivitet i 2022 fra 76 barnehager i Groruddalen.

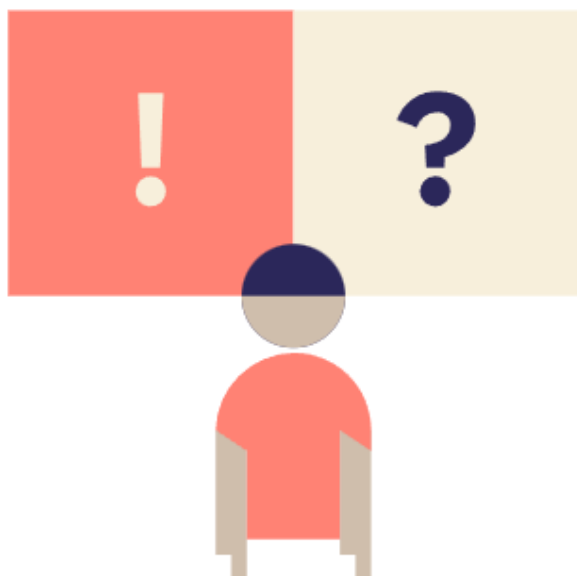
Vurdering av resultater fra egenvurderingen

Grafene på de foregående sidene viser resultatene fra egenvurderingene for mat og måltider og fysisk aktivitet fra 2019 og 2022. Oppsummert, viser resultatene at det i stor grad er de samme påstandene barnehagene skårer godt på i 2019 og 2022, og tilsvarende de samme påstandene de skårer mindre godt på. Totalt sett er det ikke mulig å se noen tydelig endring fra 2019 til 2022.

Det er en ulempe at ikke egenvurderingen ble utviklet og tatt i bruk på et tidligere tidspunkt. Da den ble tatt i bruk hadde prosjektet pågått i nesten to år, og den vil derfor ikke fange opp eventuell utvikling de to første årene av prosjektperioden. En annen ulempe ved egenvurderingen er at barnehagene gjennomfører denne på egenhånd, og den er av den grunn ikke helt objektiv. Dette bør imidlertid ikke være avgjørende, da det er et stort antall barnehager som vurderer egen praksis, og det er de samme som gjør dette fra år til år. Det er samlet utvikling som er av interesse, og ikke eventuell utvikling i enkeltbarnehager. Prosjektgruppen har imidlertid erfart at de som har høy kompetanse og bevissthet, ofte er mer kritiske til egen praksis og ser muligheter for forbedring. I lys av at mange har fått økt bevissthet og kompetanse innen mat og måltider og fysisk aktivitet, kan det være flere som vurderer egen praksis med et kritisk blikk nå.

Perioden imellom 2019 og 2022 har i stor grad vært preget av koronapandemien. Dette har vært en svært utfordrende periode for barnehagene. Til tross for at prosjektet har pågått over mange år, mistet barnehagene en viktig periode grunnet koronapandemien, der mulighetene for å jobbe med utvikling og kvalitet innenfor de aktuelle områdene var begrenset. Mange opplevde at de rykket tilbake til start i forbindelse med unntakstilstanden som var.

Til tross for at det ikke er særlig utvikling å spore i resultatene fra egenvurderingene, gir resultatene god innsikt i barnehagenes styrker og svakheter, og gir gode indikasjoner på hvilke områder det er behov for å jobbe mer med i tiden fremover.



6.8 Fremtidig gevinstrealisering etter prosjektslutt

Vi har gjennom evalueringen sett at prosjektet har høy grad av måloppnåelse. Det innebærer at vi har innfridd resultatmål for prosjektet. I vår gevinstrealiseringsplan er langsiktige mål og sluttgevinster definert ved at helsefremmende og likeverdig praksis i barnehagen vil bidra til å påvirke folkehelsen og utjevne sosioøkonomiske forskjeller i helse. Dette er gevinster som i beste fall ligger langt frem i tid, som er vanskelig å isolere og derfor krevende å måle innenfor en relativt kort prosjektperiode. Prosjektet har likevel lært oss at systematisk arbeid med kvalitetsforbedringer i barnehagen kan være med på å endre ansattes kompetanse og praksis. Evalueringen av de ulike produktene som er utarbeidet i prosjektet, forteller oss at dette er gode verktøy for barnehagenes utvikling av en mer helsefremmende praksis. Likevel sier flere av respondentene at de ikke blir benyttet i tilstrekkelig grad. Skal vi høste langsiktige gevinster, som å øke barn og unges livskvalitet og utjevne sosioøkonomiske forskjeller innen helse, må vi også i tiden fremover ha høyt trykk på implementeringsarbeidet. Det er nå, etter prosjektslutt, en stor del av arbeidet skal gjøres. Det vil være opp til bydelene selv å implementere og videreføre arbeidet for å kunne hente ut de planlagte, fremtidige gevinstene. Det er et potensiale for å ta ut større gevinster videre etter prosjektslutt.

Implementering tar tid, og implementeringsprosessen fortsetter på alle nivåer, i hver bydel og i hver enkelt barnehage. Plan for gevinstrealisering ble påbegynt tidlig i prosjektperioden og ferdigstilt i avslutningsfasen. Planen er utarbeidet og forankret blant barnehagesjefene i de fire Groruddalsbydelene. Erfaringene vi har gjort gjennom prosjektperioden var vesentlige i arbeidet med å utvikle en plan for videre gevinstrealisering. Planlagte tiltak er innenfor de tre områdene for midlertidige gevinster; økt systematikk, økt kompetanse og økt inspirasjon og motivasjon hos ansatte.

Planen består av en intensjonsavtale der de fire bydelene forplikter seg til videre samarbeid for å realisere intensjonen med en felles Groruddalstandard for helsefremmende praksis i barnehagene. I tillegg består implementeringsplanen av et årshjul, der overordnede felles tiltak for alle bydelene er beskrevet. Årshjulet definerer struktur for samarbeid mellom bydelene, struktur for lederoppfølging internt i bydelene, roller, arbeidsoppgaver og ansvarsfordeling i det videre gevinstrealiseringsarbeidet. Dette skal bidra til å realisere de mellomliggende gevinstene, og på sikt bidra til likeverdig og helsefremmende praksis. På neste side vises årshjulet utarbeidet av barnehagesjefene (gevinstansvarlige).



Foto: Forster-Martin / Plainpicture / Oslo kommune / NTB



Figur 16: Barnehagesjefenes felles årshjul for helsefremmende praksis i barnehagene for bydelene.

6.9 Viktige læringspunkter fra barnehagene

Prosjektgruppen har samarbeidet tett med barnehagene gjennom hele prosjektperioden. Ved prosjektslutt sitter prosjektgruppen igjen med mye erfaringer fra prosjektarbeid, samarbeid, endringsarbeid, utvikling og implementering av verktøy, og fra arbeid med fysisk aktivitet og mat og måltider i barnehagene generelt. Noen av disse erfaringene spiller en avgjørende rolle ved tilrettelegging for utvikling av en helsefremmende kultur og praksis i barnehagemiljøet. Ved å identifisere og adressere disse på en grundig måte, kan man øke sjansene for at prosjektet lykkes og oppnår positive og varige endringer. Erfaringene utgjør et supplement til de dataene som er innhentet i sluttevalueringen, og er nyttig for videre arbeid med gevinstrealiseringen i tjenestene og fremtidig utviklingsarbeid.

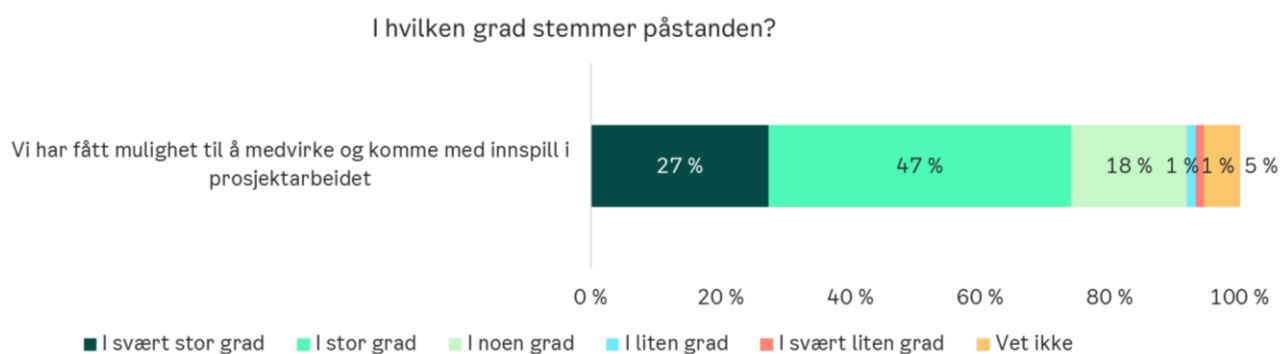
Kjennskap til barnehagene

I løpet av prosjektets levetid, har prosjektgruppen jobbet tett på barnehageseksjonen. I tillegg til god kunnskap om barnehagene i forkant av prosjektet, har prosjektgruppen gjennom årenes løp fått inngående kjennskap til barnehage, lovverk, organisering og arbeidsformer. Vi har fått en forståelse for den hverdagen barnehagene står i, og god innsikt i barnehagekulturen, hva som skaper motstand og hva som er positive drivere. Dette har gitt oss mulighet til å møte barnehageansatte der de er. Alle barnehager har ulik praksis, ulike utfordringer og ulike forutsetninger, og dette er det tatt høyde for i utvikling av metodikken. Det å skape et like godt tilbud på tvers av barnehager, betyr ikke at alle må jobbe med det samme. Prosjektgruppen opplever å ha lyktes med metodikken, der barnehagene får ta tak i områder de selv mener de bør arbeide med. I tillegg har det vært viktig å se alt arbeid med helsefremmende praksis i sammenheng med annet pedagogisk arbeid i barnehagene.



Medvirkning

Prosjektgruppen har hatt et tett og godt samarbeid med både barnehagesjefer, barnehageledere og øvrige ansatte. Brukerstemmen har vært sentral i hele prosessen, og vært et målrettet arbeid. En tydelig strategi om reell medvirkning og høy takhøyde har gitt mange konstruktive innspill, som har bidratt positivt i utforming og prosess. Tidlig involvering og opplevelsen av å bli hørt og sett, gir ansatte eierskap og mening med arbeidet de skal i gang med og er avgjørende for å lykkes. Involveringen av barnehagene i prosessen fra konsept til ferdigstilling av tiltakene har bidratt til positiv mottakelse i tjenestene, samtidig som det har vært nyttig for både forankring og kvalitet på tiltakene. Ifølge spørreundersøkelsen oppgav 75 prosent av barnehagelederne at de i stor eller svært stor grad har fått mulighet til å medvirke og komme med innspill i prosjektarbeidet.



Figur 17: Resultat fra spørreundersøkelsen om medvirkning i prosjektarbeidet. (Antall respondenter = 73).

Forankring og felles forståelse

Forankring i både barnehageledelsen og i den enkelte barnehage er avgjørende for innsatsen og oppslutningen. Det er lagt ned en betydelig innsats for å forankre prosjektet helt fra start, på alle nivåer. Mye tid er brukt på tilstedeværelse i barnehagene og på ledermøter. Det å skape en felles forståelse for behovet for endring har vært avgjørende, og den innledende kartleggingen av praksis hadde stor verdi i denne prosessen. Videre har det vært avgjørende å skape en allmenn forståelse for barnehagenes samfunnsmandat og potensial som helsefremmende arena, og knytte alt arbeid opp mot rammeplanen som barnehagene er forpliktet til å følge.

Roller

I barnehagene jobber det ansatte med ulike personlighet, bakgrunn, kunnskap og interesser. Dette betyr at alle løser sitt oppdrag på ulike måter, og et av de viktigste funnene fra den innledende kartleggingen var at praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet i stor grad er personavhengig. For å sikre god og helhetlig praksis og høy bevissthet rundt disse temaene i barnehagene, spiller barnehagelederne en helt sentral rolle. Barnehagelederne har potensial til å skape felles forståelse i personalgruppen, og til å skape motivasjon og systematikk i endringsarbeidet.



Foto: Nikolai Kobets Feund / Oslo kommune

Lederstil og i hvilken grad en barnehageleder følger opp arbeidet vil ha stor betydning for praksis. Dersom barnehageleder lar arbeidet være opp til ansatte, er det en viss sannsynlighet for at praksis forblir personavhengig, og det er risiko for store forskjeller i praksis innad i og imellom barnehagene.

For å lykkes med dette prosjektet som helhet, som handler om utviklingsarbeid i en organisasjon, spiller barnehagesjefene en avgjørende rolle.

Prosjektgruppens vurdering er at barnehagesjefene har store muligheter til å bidra til en samlet styrking av det helsefremmende arbeidet i barnehagene, og bidra til utjevning av forskjeller i barnehagenes praksis. I dette prosjektet har barnehagesjefene vært helt avgjørende for prosjektets fremdrift og bidratt til helhetlig og systematisk arbeid på bydelsnivå og på tvers av

bydeler. Sammen med prosjektgruppen har de arbeidet for å påvirke barnehageledernes forståelse, fokus, kunnskap og holdninger knyttet til denne tematikken, og de har lagt grunnlaget for kontinuerlig praksisforbedring. Det har vært en fordel at fire bydeler, og dermed fire barnehagesjefer, har stått samlet i prosjektet. På denne måten har alle kunnet lære av og motivere hverandre, og det har bidratt til en følelse av forpliktelse. Barnehagesjefene har også en viktig rolle i fremtidig gevinstrealisering, og det er i stor grad de som kan bidra til at gevinster fra prosjektet kan hentes ut på sikt.

Det er skrevet en masteroppgave¹ med utgangspunkt i dette prosjektet, hvor det er sett på topplederens (barnehagesjefer) og mellomlederens (barnehageledere) rolle i endringsprosessen. Det er beskrevet hvordan lederne selv fant mening i endringsinitiativet og hvordan de formidlet mening med mål om å få med seg organisasjonen til å endre praksis. I oppgaven fant man at budskapet i toppledelsens kommunikasjon hadde særlig fokus på hva som skulle endres og hvorfor, mens mellomledere hadde fokus på hvordan det skulle gjøres, og sistnevnte var avgjørende for å realisere den strategiske endringen.

¹ Olaussen, R., Skar, C.K. (2022). Hvordan skaper og formidler ledere mening i en endringsprosess? [Masteroppgave]. Norwegian business school.



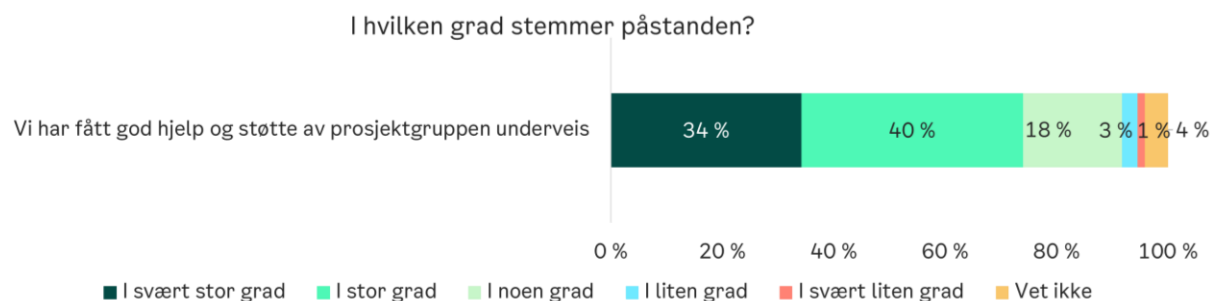
Langvarig satsning

Det å jobbe med utviklingsarbeid og endring i barnehagene er utfordrende og tidkrevende for alle involverte parter. Derfor har det vært avgjørende å ha god tid til gjennomføring av alle prosjektets faser. Det å ha en langsiktig plan fra start skaper både forutsigbarhet og tid og rom til å jobbe med praksis. Den lange varigheten har bidratt positivt opp mot hele satsningen og tilhørende elementer. Det har vært mange møtepunkter og gradvis endring, men selv om prosjektet nå er inne i sitt sjette år, er det fremdeles mye arbeid som gjenstår. Det hadde vært nyttig med enda mer tid til å arbeide med implementering og sikre overføring til drift.

Det at det har vedvart over så lang tid har vært med på å lykkes med å endre praksis.

Om prosjektgruppen

Prosjektgruppen hadde bred faglig bakgrunn innenfor organisasjons- og helsepsykologi, folkehelse, ernæring, fysisk aktivitet og motorisk utvikling. Gruppen hadde erfaring med kunnskapsbasert arbeid og prosjektarbeid, og god kjennskap til barn og unge som målgruppe. Dette har vært helt essensielt for den innledende kartleggingen, tilnærmingen ute i tjenestene, samt utviklingen av tiltak og evaluering. Med unntak av ett tiltak, har prosjektgruppen selv utviklet alle tiltak og gjennomført prosjektets evalueringer.



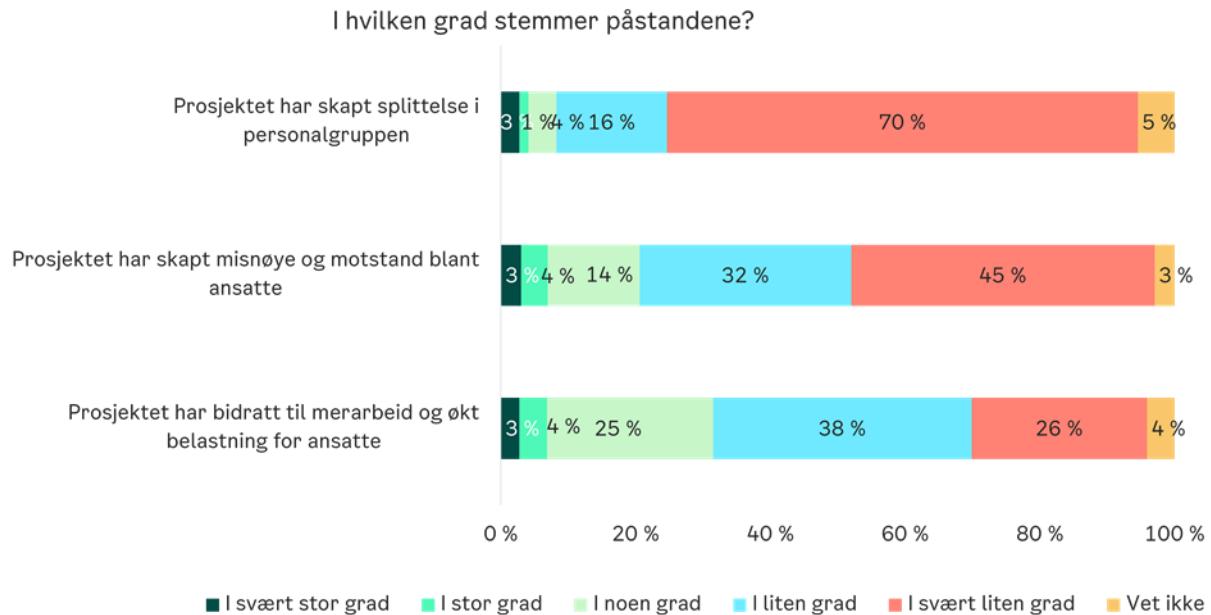
Figur 18: Resultat fra spørreundersøkelsen om barnehagene har fått hjelp og støtte fra prosjektgruppen.

Det har vært en strategi fra prosjektgruppens side å ha en fleksibel og åpen tilnærming, og alltid være på tilbudssiden. I intervjuer og møter med barnehagesjefer og barnehageledere ble nettopp prosjektgruppens velvilje trukket frem som en suksessfaktor, og en viktig faktor for tjenestenes positive innstilling til prosjektet.

Opplevelse av prosjektdeltakelsen

Til tross for at prosjektet i stor grad har handlet om å utvikle og implementere produkter, er det til syvende og sist alle de ansatte i barnehagene som avgjør hvordan praksis er og hvilket tilbud barna får. Både for prosjektet som helhet og for implementeringen, er det derfor avgjørende at

de involverte partene generelt er positive til deltagelsen og at det ikke skaper misnøye eller medfører for mye merarbeid.



Figur 19: Resultat fra spørreundersøkelsen om prosjektet har bidratt negativt for ansatte.

Ifølge spørreundersøkelsen opplevde om lag en tredel at prosjektet til dels har medført merarbeid og økt belastning for ansatte. Det har tidligere blitt påpekt en rekke årsaker til hvorfor ansatte kan oppleve det slik. Med tanke på hvor krevende det er å jobbe med endring, er det likevel positivt at mange ikke har opplevd arbeidet belastende. Prosjektet har i liten grad skapt splittelse i personalgruppen eller skapt misnøye eller motstand blant ansatte.

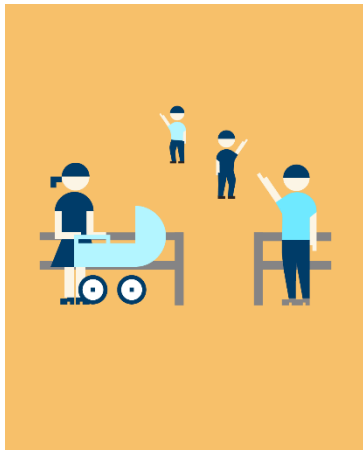
Endringskapasitet

Hvilke evner og kapasitet en organisasjon har til å kunne gjennomføre endring påvirker måloppnåelse. Evner og kapasitet utvikles og utnyttes gjennom erfaring med endringsarbeid, og de ulike tjenestestedene har ulik endringskapasitet. Det bør settes av nok tid og ressurser til å jobbe systematisk med verktøy i etterkant, da det lett kan gå i glemmeboken, som en av respondentene beskriver.

Endringstakten blir stadig høyere, og barnehagene står overfor mange parallelle prosjekter og satsninger. Det å se disse i sammenheng, og legge til rette for et gunstig oppstartstidspunkt, kan være avgjørende.

Mange andre prosjekter har samtidig gjort det noe utfordrende tidvis, i forhold til å få brukt god nok tid på implementeringen.

Det er mange ting vi i barnehagene skal jobbe med og det gjør at det ikke alltid er tid nok til å jobbe grundig med alt. Det må hele tiden gjøres prioriteringer.



Illustrasjon: Anette Brekke-
Bjørkedal / Oslo kommune

Behovet for å samle trådene, forenkle det komplekse og bygge bro mellom ulike satsninger og implementeringsprosesser i barnehagene, har blitt mer og mer tydelig for prosjektgruppen i årene som har gått. Barnehagesektoren som arena for kompetanseheving er svært krevende, og det er begrenset med tid til å drive endringsarbeid og kompetanseheving hos ansatte.

Det har den siste tiden vært rettet økt oppmerksomhet om betydningen av tidlig innsats. Det betyr at barnehagen som implementeringsarena for helsefremmende tiltak har økt. Selv om hvert enkelt tiltak har barnets beste som mål, kan den totale mengden av tiltak gå utover de ansattes tilstedeværelse for barna, og deres mulighet til å utøve den rollen de i utgangspunktet er ment å ha. Dermed er det stor grunn til å jobbe mer systematisk

og helhetlig. Ved å arbeide tverrfaglig, vil barnehagene oppleve det som en mindre arbeidsbyrde eller kostnad fordi man vil arbeide med flere fagområder samtidig og være tidseffektiv, imøtekomme rammeplanens krav, samt gi barna kroppslige erfaringer og et mer holistisk syn på seg selv og det som foregår i barnehagen.

Hva kunne vært gjort annerledes?

I spørreundersøkelsen fikk barnehagelederne kommentere hva som kunne vært gjort annerledes, og eventuelt hva de har savnet underveis i prosjektet. Svarene samsvarer godt med både funn beskrevet tidligere, og prosjektgruppens innsikt i utfordringsbildet. Selv om det er arbeidet mye med forankring på alle nivåer, har det blitt etterspurt økt involvering av ansatte i barnehagene på et tidligere tidspunkt. I tillegg har flere ønsket seg ytterligere kompetanseheving, for eksempel i form av fagdager for samtlige ansatte. I tillegg nevnte flere krevende rammebetingelser som den største utfordringen.

Hadde ønsket at prosjektet varte lenger og at det involverte foresatte i enda større grad

Utfordringen i barnehagen er ikke knyttet til prosjektet, det er sykefraværet som skaper hindringer for å gjennomføre tiltakene.

Burde vært bedre forankret lokalt i barnehagene, og større involvering av de ansatte fra starten av.

Kanskje en felles fagdag for alle ansatte og flere samlinger for ressurspersoner for erfaringsutveksling og kompetanseheving.

Prioriteringer. Jeg har savnet mer tid til å jobbe enda mer med det enn det vi har hatt mulighet til.

Overføring til ordinær drift

Altfor mange prosjekter forsvinner etter at prosjektet avsluttes og prosjektmidlene tar slutt. Gjennom hele prosjektperioden har det vært fokus på å tenke langsiktig på hvordan prosjektet skal overføres til ordinær drift og hvordan videreføring etter prosjektslutt skal ivaretas. Dette har medført tette bånd til tjenestene underveis, og har vært et viktig hensyn i tiltaksutviklingen.

Tiltakene er spesielt utviklet for at barnehagene ikke skal være avhengige av prosjektgruppens ressurser. Gevinstrealiseringsplan (se kap. 6.9), og fortsettelsen av det tette samarbeidet mellom barnehagetjenestene i Groruddalsbydelene ved intensjonsavtale, skal sørge for denne videreføringen.

Det er tydelig at barnehagene trenger mer oppfølging og støtte for å få tiltakspakken tilstrekkelig implementert. Det er behov for oppfølgingssystemer som sørger for at ansatte får tid og blir motivert til å teste ut nye verktøy, og samtidig senker terskelen for å ta disse i bruk. Det fordrer at ledelsen i bydelene og i hver enkelt barnehage støtter opp om utvikling og utprøving av nye metoder for forbedring av praksis, og ser verdien av det i et tverrfaglig perspektiv. Det er ikke umiddelbart intuitivt for samtlige ansatte at dette er verktøy som gjør arbeidet med kontinuerlig utvikling og forbedring av arbeidet med fysisk aktivitet betraktelig enklere og av høyere kvalitet. Dette må formidles i organisasjonen.

I både spørreundersøkelsen og intervjuer har ledere og øvrige ansatte gitt innspill på hva de tenker blir viktig i tiden som kommer. En del følte seg trygge på dette arbeidet, og opplevde at de på egenhånd er i stand til å jobbe med dette videre. Majoriteten av de ansatte trakk imidlertid frem behovet for jevnlig oppfølging, oppdatering og oppfriskning til hele personalet, og at temaet må inn i barnehagenes årshjul. Kompetanse er ferskvare, og det ble uttrykt ønske om fremtidig kompetanseheving etter prosjektslutt, både for nye og eksisterende ansatte. I tillegg pekte mange på behovet for kontinuerlig inspirasjon og veiledning.

Barnehageledere var i stor grad bevisste på deres ansvar for å opprettholde fokuset på arbeidet lokalt. Mange trakk frem behovet for å gi det fast plass på personalmøter og planleggingsdager, og dele kompetanse, motivasjon og inspirasjon på tvers av avdelinger. Barnehagelederne påpekte også at de har behov for oppfølging og veiledning fra bydelen, og det var nødvendig at temaet stod på agendaen på faste treffpunkter og samlinger med barnehageledere og barnehagesjefer.

Dette er godt integrert i barnehagens måte å jobbe på, og det er blitt en del av vår arbeidsmåte, så det ruller av sted. Har lite behov for oppfølging på dette området. Føler meg trygg på det og vil følge det opp.

Oppfriskning med jevne mellomrom og jevnlig møter og påminnelser, slik at det ikke "forsvinner" i alle andre arbeidsoppgaver

Temaet må holdes varmt, vi må fortsette på det gode sporet vi er og ikke tenke at vi er ferdige med prosjektet. Det er nå en del av vår praksis og hverdag.

At barnehagesjef holder tak i videre oppfølging og vedlikehold» og sikrer at vi sammen holder arbeidet oppe i bydelen.

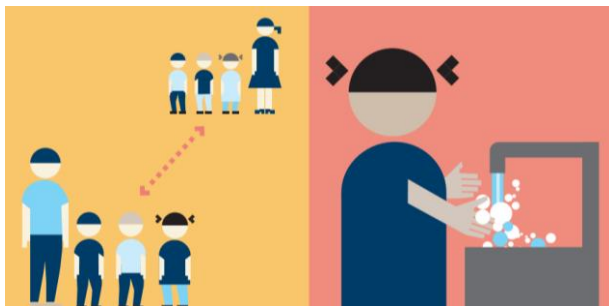
At vi som ledere blir "holdt litt i øra" og at temaet til stadighet blir løftet slik at vi ikke glipper

Fokus på arbeidet i fagledergruppe for å kunne ta det inn i personalarbeid jevnlig.

Jobbe systematisk, og fortsette benytte verktøyene slik at det over tid blir en rutine. Gjøre egenvurderinger 2 ganger per år og lage tiltaksplaner for alle områdene.

Implementering og koronapandemien

Implementering av arbeidsverktøy og nye rutiner er generelt tidkrevende, og forutsetter møtepunkter med refleksjon og oppfølging. Koronapandemien gjorde det utfordrende å arbeide med å forbedre praksis i barnehagene, da de i denne perioden hadde mer enn nok med ordinær drift og gi barna et best mulig tilbud under de forutsetningene som var. Prosjektgruppen kunne ikke være i barnehagene og arbeide med implementering over en toårsperiode. Det ble dermed svært lite fellestid og møtearenaer i tjenestene i denne perioden. Pandemiens retningslinjer påvirket i særlig stor grad barnehagenes mulighet til å ha et bra mattilbud. De aller fleste barnehagene serverte ikke mat i det hele tatt i denne perioden. Dette var ikke et godt tidspunkt for å jobbe med kvalitetsutvikling. Som et resultat av pandemien ble prosjektet forlenget, hvilket til dels kompenserte for noe tapt tid til å jobbe med implementering av tiltak. Prosjektgruppens vurdering er imidlertid at dette ikke fullt ut kompenserte for konsekvensene, og at pandemien totalt sett har hatt en negativ innvirkning på prosjektets gevinster. Ansatte trakk frem at det var utfordrende og krevende dager for de ansatte gjennom pandemien, og fokuset på utviklingsarbeid har ofte måttet vike for «å overleve». Ansatte snakker om at de måtte børste støv av gamle rutiner, og starte med å få på plass det de var gode på før pandemien, for deretter å tenke nytt og innføre nye arbeidsmetoder.



Inkludering av private barnehager

Prosjektgruppen jobbet med å inkludere de private barnehagene i prosjektet. Enkelte private barnehager har vært svært positive, og har ønsket å delta på lik linje med de kommunale barnehagene. Mange har imidlertid, av ulike årsaker, ikke vist interesse for å delta. Prosjektgruppen opplever å ha lite påvirkningsmulighet i disse tilfellene. Én av de deltagende bydelene har regelmessige samlinger med styrere fra de private barnehagene, og dette oppleves som en nyttig arena for å informere om prosjektet, hva prosjektet har kunnet tilby og for å rekruttere barnehager.



6.9.1 Tilrettelegging for deling med andre

Et mål for programmet er å utvikle kompetanse og spre erfaringer på tvers. Gjennom prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis oppsummeres både metodikken, materiell og erfaringer fra prosjektet, for å gjøre dette kjent og tilgjengelig for andre som er interessert. Alt materiell i prosjektet er i utgangspunktet ment for barnehagene i Groruddalen, men det er også laget egne versjoner som skal kunne brukes i Oslo og nasjonalt. Det er også arbeidet for å gjøre alt materiell tilgjengelig på ulike nettsider, som Oslo kommunes nettside og plattformer for intern kommunikasjon i Oslo kommune, mhfa.no og forebygging.no, slik at alle som ønsker skal kunne ta det i bruk.

Det ble gjennomført et delingsseminar der alle barnehagesjefer og barnehageledere i Oslo ble invitert. Opptak fra arrangementet ligger på prosjektets nettside. Hensikten med seminaret var å informere flest mulig om metodikken og alt materiell som er gjort tilgjengelig for dem. Til grunn for dette ligger en antagelse om at tiltakene vil kunne påvirke praksis og kvaliteten på arbeidet med mat, måltider og fysisk aktivitet. Det vil kunne gi ansatte økt kompetanse, økt bevissthet, økt inspirasjon og mer refleksjon rundt eget arbeid. I tillegg vil tiltakene kunne gjøre det enklere for ansatte å oppfylle rammeplanen og nasjonale anbefalinger innenfor disse områdene. Dette vil kunne påvirke tilbudet barna får.



Illustrasjon: Anette Brekke-Bjørkedal / Oslo kommune

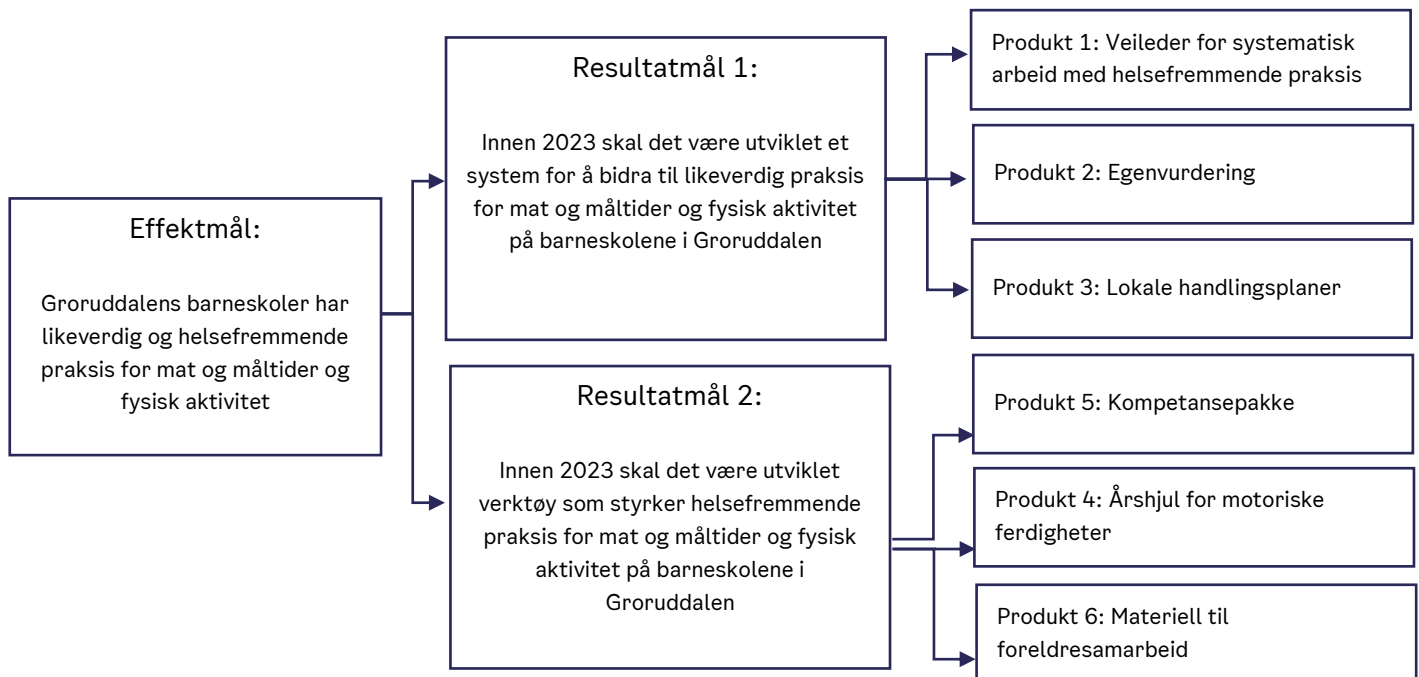


7 Tiltak på skolene

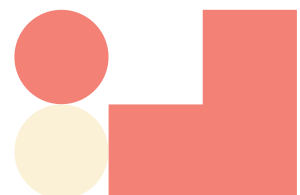
7.1 Målgruppe

Målgruppen for tiltakene i skolen var alle barneskolene i Groruddalen. Det var 29 skoler fordelt på to skolegrupper, og områdedirektørene for de respektive skolegruppene forpliktet seg til deltagelse. Samtlige skoler hadde i tillegg skolefritidsordning i form av aktivitetsskolen (AKS), som også omfattes av prosjektet.

7.2 Mål og produkter



Figur 20: Beskrivelse av mål og produkter.



7.3 Tiltaksutvikling på skolene

Tidligere erfaringer og arbeid med mat og måltider og fysisk aktivitet på skolene i Bydel Grorud ble lagt til grunn for fremgangsmåten og tiltaksutvikling på skolene og AKS. Områdedirektørene som også var prosjekteiere for satsingen inn mot skole og AKS, støttet opp om arbeidet og la til rette for en felles innsats mot skolene i Groruddalen. Tiltak har blitt utviklet i samarbeid med områdedirektører og skolene. Det har vært høy grad av medvirkning, da modellen bygget på at skolene tok utgangspunkt i egne utfordringer, behov og forutsetninger når de utarbeidet og implementerte tiltak lokalt.

7.3.1 Implementering

Innledningsvis ble kartleggingen presentert på samling for ledelsen på alle skolene. Hensikten var å skape god forankring og felles forståelse for prosjektet, samt få dypere innsikt i skolenes praksis for kosthold og fysisk aktivitet.

Av de 29 barneskolene i Groruddalen deltok 26 skoler i prosjektets første gjennomføringsfase. Hver av disse skolene opprettet en lokal arbeidsgruppe. Gruppens mandat var å følge opp arbeidet med fysisk aktivitet og mat og måltider på skolen og AKS, og arbeidsgruppene var prosjektgruppens kontaktpunkt på skolene. Arbeidsgruppene bestod som regel av rektor eller andre fra skolens ledelse, leder for AKS, helsesykepleier og andre med interesse for kosthold og fysisk aktivitet.

Skolenes arbeidsgrupper deltok på felles workshop og gjennomførte steg én til tre i KS sitt dialogverktøy. De drøftet skolenes nåsituasjon, utfordringer og muligheter knyttet til arbeidet med mat og måltider og fysisk aktivitet. Dette ble lagt til grunn for videre arbeid. Høsten 2019 ble det arrangert to nye samlinger, én for hver av skolegruppene. På samlingene presenterte utvalgte skoler eksempler på tiltak for mat og måltider og fysisk aktivitet. Hensikten var at skolene skulle inspirere hverandre med gode eksempler.

Utover samlingene har arbeidet foregått lokalt på skolene. Skolenes arbeidsgrupper har i samarbeid med prosjektgruppen gjennomført egenvurdering, utarbeidet handlingsplaner og arbeidet for å bevare og forbedre praksis.

Prosjektgruppen har hatt en veiledende rolle overfor skolene, og initiert til oppfølgingsmøter på de enkelte skolene. Møteagenda ble tilpasset enkeltskolenes behov for støtte og hjelp innenfor kosthold og fysisk aktivitet.



7.3.2 Da koronapandemien inntraff

Under koronapandemien pågikk i tidsrommet 2020 til 2022, ble det utfordrende for skolene å delta i prosjektet og ha fokus på arbeidet med mat og måltider og fysisk aktivitet, og prosjektet ble i stor grad satt på pause. Da skolehverdagen begynte å normalisere seg i 2022, ble det besluttet å avslutte satsingen. Beslutningen hadde flere årsaker. For det første var det relativt kort tid igjen av prosjektperioden. Det ble vurdert som lite sannsynlig å få til en vellykket implementering, da implementering og endring tar tid. For det andre hadde det vært stor utskiftning blant ansatte på skolen. I mange tilfeller var det behov for etablering av nye arbeidsgrupper, hvilket til dels ville innebære å starte litt forfra. For det tredje hadde det vært en stor omorganisering i Utdanningsetaten, hvilket betydde at prosjektgruppen hadde mistet viktige samarbeidspartnere, og prosjektet var ikke lenger like godt forankret i Utdanningsetatens ledelse. I tillegg var det nedbemanning i prosjektgruppen, og prosjektgruppen hadde mistet ressurser både i form av arbeidskraft og kompetanse.



På bakgrunn av dette fikk tiltakene på skolene og AKS en brå slutt i 2020, og tiltakene ble ikke startet opp igjen. Prosjektgruppen mistet derfor muligheten til å arbeide videre med endring av praksis. Det ble heller ikke mulig å videreutvikle systemet som skulle sikre likeverdig og helsefremmende praksis. Arbeidet ble ikke integrert i varig drift, og det ble ikke utarbeidet en endelig plan for gevinstrealisering. Arbeidet med å ferdigstille uferdige produkter og implementering av ferdigstilte produkter ble avsluttet.



Foto: Thomas Ekström

7.4 Prosjektprodukter

Tabell 6: Beskrivelse av prosjektets produkter.

Produkter	Beskrivelse	Status
Veileder for systematisk arbeid med helsefremmende praksis i skolen 	Veileder viser hvordan skolene og AKS kan arbeide systematisk med helsefremmende praksis. Den henter inspirasjon fra barnehagenes prosedyre, og omtaler de fire fasene utforske, planlegge, iverksette og evaluere. I tillegg er det en del om mat og måltider og en del om fysisk aktivitet, for å vise skole og AKS hvordan de kan legge til rette for et tilbud som er i tråd med nasjonale anbefalinger, lærerplanen og rammeplanen.	Veileder ble påbegynt, men aldri ferdigstilt.
Egenvurdering 	Egenvurderingen er et verktøy skolene benytter for å vurdere egen praksis opp mot et sett av påstander som definerer god praksis. Påstandene er basert på Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skole og SFO, rammeplanen for SFO, rammeplanen for AKS og nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet. Bruk av verktøyet skal gi arbeidsgruppene innsikt i egen praksis, og de synliggjør hva de er gode på og identifiserer områder de bør forbedre.	Egenvurdering ble utarbeidet og tatt i bruk i 2019. Arbeidet stanset opp i 2020.
Lokale handlingsplaner 	Arbeidsgruppene tar utgangspunkt i egne forbedringsområder og eget potensial for å utarbeide tiltak for å forbedre eller bevare praksis. Disse konkretiseres i skolens lokale handlingsplan. Denne er dynamisk og gjennomgås og oppdateres jevnlig.	Mal for handlingsplan ble utarbeidet og tatt i bruk i 2018. Arbeidet stanset opp i 2020.
Kompetansepakke 	Består av praktiske kurs og materiell som legger til rette for lokal kompetanseutvikling innen mat og måltider og fysisk aktivitet.	Enkelte kurs ble gjennomført. Ble aldri fullført, og materiell ble ikke utarbeidet.
Materiell til foreldresamarbeid 	Gode vaner for barn er et informasjonshefte rettet mot foresatte. Heftet inneholder tips og anbefalinger til sunne og aktive vaner i hverdagen. En kortversjon av heftet er oversatt til flere språk, og en video viser den viktigste informasjonen i heftet. Hensikten er å gjøre det enklere for ansatte å veilede foresatte.	Materiell til foreldreveiledning ble utarbeidet og delt, men det ble ikke arbeidet med implementering.

Produkter	Beskrivelse	Status
Årshjul for motoriske ferdigheter 	Årshjulet er en oversikt over hvilke ferdigheter det er ønskelig å ha ekstra fokus på. Malen inneholder mange ferdiglagde årshjul, men den kan også tilpasses etter eget ønske. Årshjulet kan brukes for å sikre systematikk i arbeidet med motoriske ferdigheter og for å sikre at elevene får erfaring med alle de grunnleggende motoriske ferdighetene i løpet av et året på skole og AKS.	Årshjul ble utarbeidet, men det ble ikke arbeidet med implementering.

7.5 Vurdering av resultatmål

Tabell 7: Beskrivelse av prosjektets resultatmål og en vurdering av måloppnåelse.

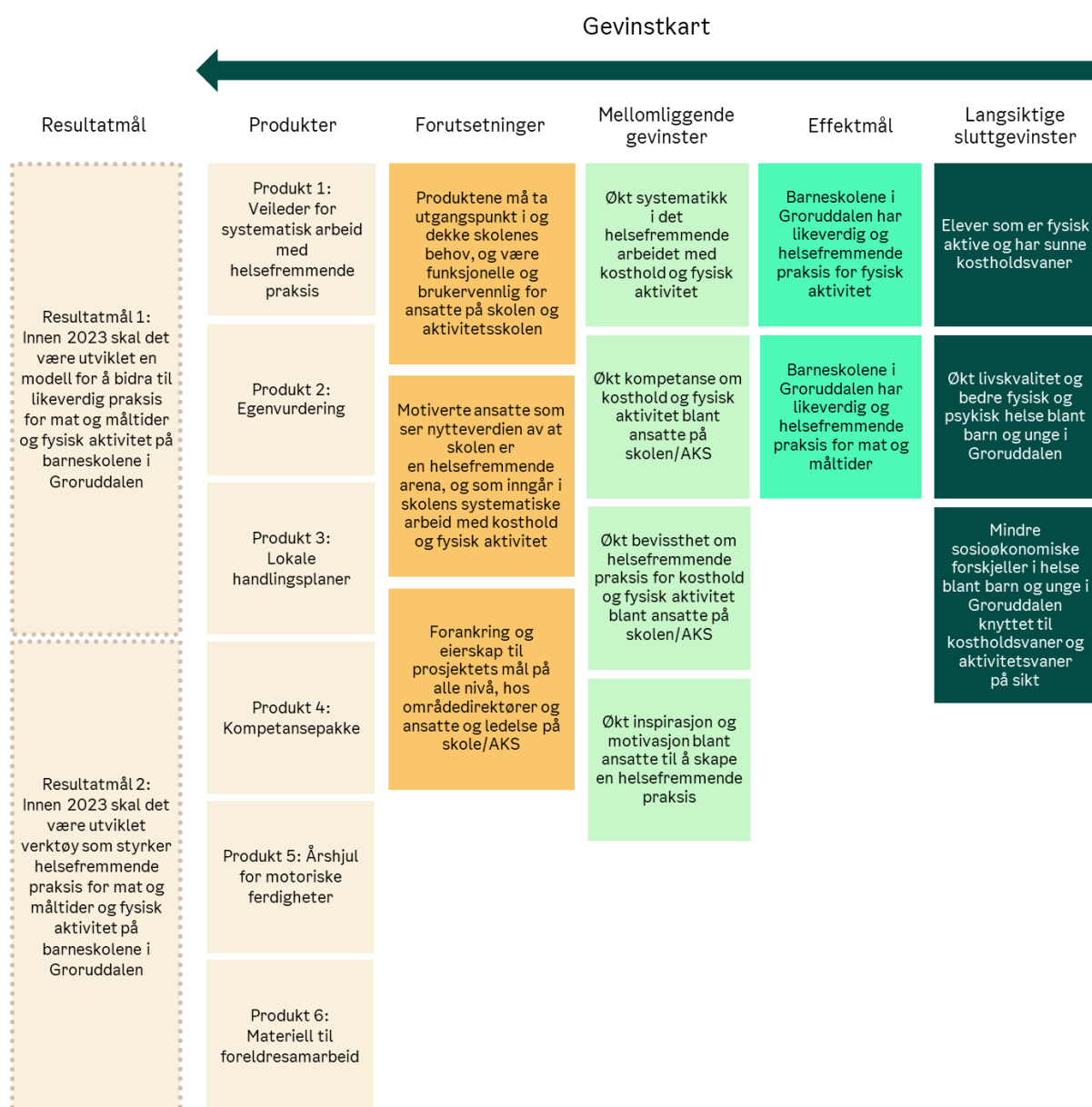
Resultatmål	Vurdering av resultatmål	Grad av måloppnåelse
Innen 2023 skal det være utviklet en modell for å bidra til likeverdig praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet	En modell for kontinuerlig praksisforbedring ble utviklet og delvis implementert. Modellen bestod i at skolene opprettet arbeidsgrupper som hadde ansvaret for arbeidet lokalt. Disse gjennomførte egenvurdering for å vurdere egen praksis, og utarbeidet lokale handlingsplaner for å forbedre egen praksis. Arbeidet stanset opp grunnet korona. Det ble derfor ikke fullført, det ble ikke utarbeidet en plan for videreføring eller gevinstrealisering, og det ble ikke utarbeidet en veileder for hvordan jobbe systematisk med helsefremmende praksis i skole og AKS.	Lav
Innen 2023 skal det være utviklet verktøy som styrker helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet på Groruddalens barneskoler	Det ble utviklet noe verktøy for å styrke det helsefremmende arbeidet ved skole og AKS. Prosjektgruppen kom imidlertid aldri i mål med det som var planlagt, og det som ble ferdig ble aldri implementert på en god måte.	Lav

7.6 Vurdering av gevinstoppnåelse

En holistisk vurdering av gevinstene til tross for en brå prosjektslutt, tilsier at skolene var godt i gang med å skape et bedre system og gode rutiner for å ivareta en helsefremmende praksis for kosthold og fysisk aktivitet. I dette kapitelet blir gevinstoppnåelse tilknyttet de ulike tiltakene beskrevet.

7.6.1 Gevinstkart

Det er utarbeidet et gevinstkart som illustrerer sammenhenger mellom prosjektets produkter, forutsetninger som må være på plass for at tiltakene skal lykkes, gevinster og mål.



Figur 21: Gevinstkart over produkter, forutsetninger, gevinster og mål.

7.6.2 Metode for evaluering

Siden prosjektet på skolene stanset opp i 2020, baseres sluttevalueringen i stor grad på midtveiseevalueringen som ble gjennomført da koronapandemien brøt ut. Egenvurdering av praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet, skolenes lokale handlingsplaner og prosjektgruppens erfaringer dannet grunnlaget for midtveiseevalueringen.

Det ble gjennomført en spørreundersøkelse blant deltakere i skolenes arbeidsgrupper for å innhente deres erfaringer og tanker om tiltakene, da det ble besluttet å avslutte innsatsen. I første fase deltok 26 av 29 barneskoler i prosjektet. Det var 16 av deltakerne som besvarte spørreundersøkelsen, hvorav ni representerte skolen og syv representerte AKS.

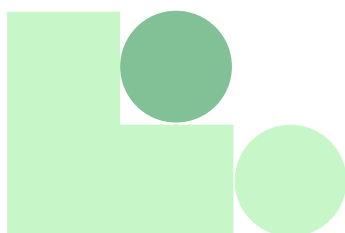
7.6.3 Vurdering av tiltakene

I dette kapittelet blir evaluering av hvert produkt (videre omtalt som tiltak) presentert fortløpende, med en oppsummering til slutt.

Veileder for systematisk arbeid med helsefremmende praksis

Hensikten med veilederen var å vise skole og AKS hvordan de kan arbeide systematisk med helsefremmende praksis. Veilederen var inspirert av Prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis i barnehagen, og hadde mange likhetstrekk med denne. I veilederen skulle det være et kapittel om det systematiske arbeidet og de fire fasene for forbedring av praksis, samt kapitler om hvordan skole og AKS kan tilrettelegge for helsefremmende tilbud for mat og måltider og fysisk aktivitet. Veilederen skulle også inneholde prosjektgruppens erfaringer og læringspunkter fra prosjektarbeidet, og konkrete tips til skolenes arbeid med helsefremmende praksis. Mye av innholdet til veilederen var innhentet, men veilederen ble aldri ferdigstilt.

Halvparten av de som besvarte spørreundersøkelsen mente at skolen og AKS ville hatt nytte av en veileder for mat og måltider og fysisk aktivitet. I figurene vises en oversikt over hvilke temaer de kunne tenkt seg at en slik veileder inneholdt.





Figur 22: Resultat fra midtveiseevaluering om hvilke temaer innen mat og måltider skolen/AKS mente var nyttige.



Figur 23: Resultat fra midtveiseevaluering om hvilke temaer innen fysisk aktivitet skolen/AKS mente var nyttige.

Egenvurdering

Arbeidsgruppene på hver enkelt skole fylte ut egenvurderingen, ved at de krysset av for om praksis er god, praksis kan bli bedre eller praksis må forbedres. Hensikten var at arbeidsgruppene skulle gjennomføre egenvurderingen årlig, og at denne skulle legges til grunn for kontinuerlig utvikling av praksis og danne grunnlag for tiltak i lokal handlingsplan. Dette baseres på en antagelse om at praksis på sikt blir bedre, dersom man hele tiden er bevisst utfordringsbildet og arbeider med forbedring av praksis litt etter litt. Hvordan dette arbeidet ville utviklet seg videre er det vanskelig å si noe om.

De fleste som besvarte spørreundersøkelsen rapporterte at egenvurderingen i noen eller stor grad bidro til økt bevissthet knyttet til mat og måltider og fysisk aktivitet. Majoriteten mente også at den i stor grad bidro til at de arbeidet systematisk med mat og måltider og fysisk aktivitet, og at den hjalp dem med å synliggjøre hva de var gode på og hva de kunne forbedre.

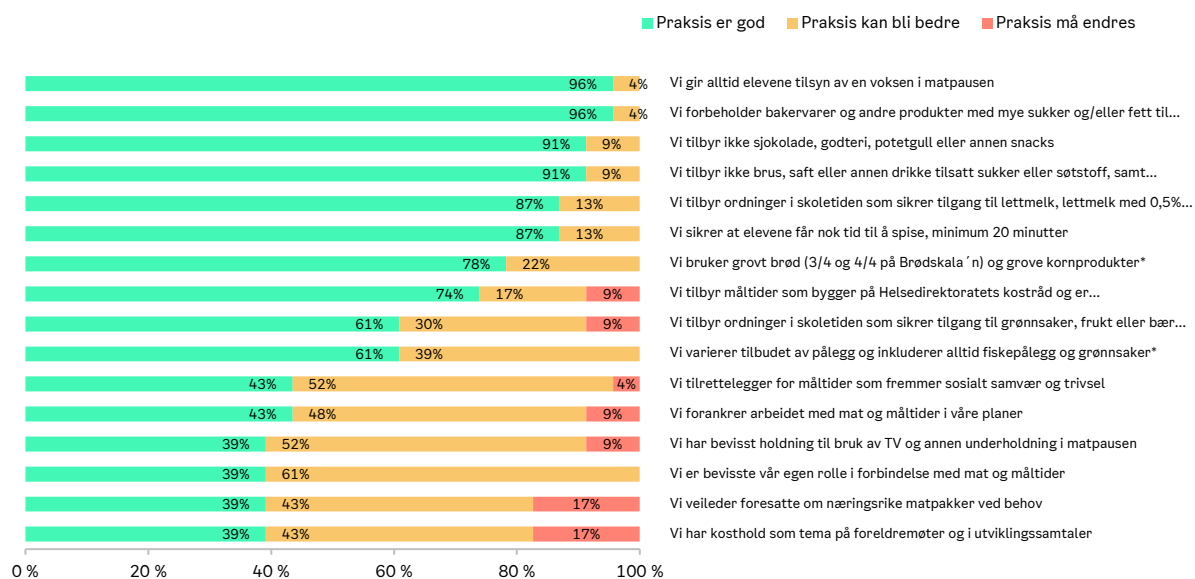
Mat og måltider	1	2	3	Fysisk aktivitet	1	2	3
1. Vi forankrer arbeidet med mat og måltider i våre planer	■	■	■	1. Vi forankrer arbeidet med fysisk aktivitet i våre planer	■	■	■
2. Vi sikrer at elevene får nok tid til å spise, minimum 20 minutter	■	■	■	2. Vi legger til rette for fysisk aktiv skolevei	■	■	■
3. Vi gir alltid elevene tilsyn av en voksen i matpausen	■	■	■	3. Vi legger til rette for møtringsopplevelser i fysisk aktivitet	■	■	■
4. Vi er bevisste vår egen rolle i forbindelse med mat og måltider	■	■	■	4. Vi er bevisste vår egen rolle i fysisk aktivitet	■	■	■
5. Vi tilrettelegger for måltider som fremmer sosialt samvær og trivsel	■	■	■	5. Vi legger til rette for aktiviteter som inkluderer moderat og høy intensitet	■	■	■
6. Vi har bevisst holdning til bruk av TV og annen underholdning i matpausen	■	■	■	6. Vi legger til rette for varierte fysiske aktiviteter gjennom uka	■	■	■
7. Vi har kosthold som tema på foreldremøter og i utviklingssamtaler	■	■	■	7. Vi legger til rette for aktiviteter som stimulerer grunnleggende motoriske ferdigheter	■	■	■
8. Vi vellereder foresatte om næringsrike matpakker ved behov	■	■	■	8. Vi har et like godt aktivitetstilbud for jenter og gutter	■	■	■
9. Vi tilbyr måltider som bygger på HelseDirektoratets kostråd og er ernæringsmessig fulvendinge*	■	■	■	9. Vi er oppmerksomme på de minst aktive elevene og inkluderer dem i fysisk aktivitet	■	■	■
10. Vi bruker grovt brød (3/4 og 4/4 på Brødskala 'n) og grove kornprodukter*	■	■	■	10. Vi legger til rette for aktivitetspauser i lange undervisningsøker	■	■	■
11. Vi varierer tilbudet av pålegg og inkluderer alltid fiskopålegg og grønnsaker*	■	■	■	11. Vi har ordninger som bidrar til fysisk aktivitet i friminuttene	■	■	■
12. Vi tilbyr ikke brus, saft eller annen drikk tilsatt sukker eller søtstoff, samt koffeinholdig drikk	■	■	■	12. Vi gjør utstyr lett tilgjengelig for elevene i skolegården	■	■	■
13. Vi tilbyr ikke sjokolade, godteri, potetgull eller annen snacks	■	■	■	13. Vi er selv delaktige i fysisk aktivitet med elevene på AKS	■	■	■
14. Vi forbeholder bakervarer og andre produkter med mye sukker og/eller fett til spesielle anledninger	■	■	■	14. Vi sørger for at elevene på AKS får daglig fysisk aktivitet, ute og inne	■	■	■
15. Vi tilbyr ordninger i skoletiden som sikrer tilgang til grønnsaker, frukt eller bær daglig	■	■	■	15. Vi inkluderer fysisk aktivitet i læringsstøttende aktiviteter på AKS	■	■	■
16. Vi tilbyr ordninger i skoletiden som sikrer tilgang til lettmeik, lettmeik med 0,5% fett eller skummet meik	■	■	■	16. Vi benytter nærmiljø og nærområder til fysisk aktivitet på AKS	■	■	■
*Gjelder ved servering av måltider på skole eller AKS				17. Vi gir elevene på AKS fysiske utfordringer tilpasset sitt nivå	■	■	■
				18. Vi organiserer lagspill og fellesaktiviteter på AKS, hvor alle kan delta	■	■	■

Figur 24: Egenvurdering for mat og måltider og fysisk aktivitet for skole og AKS.

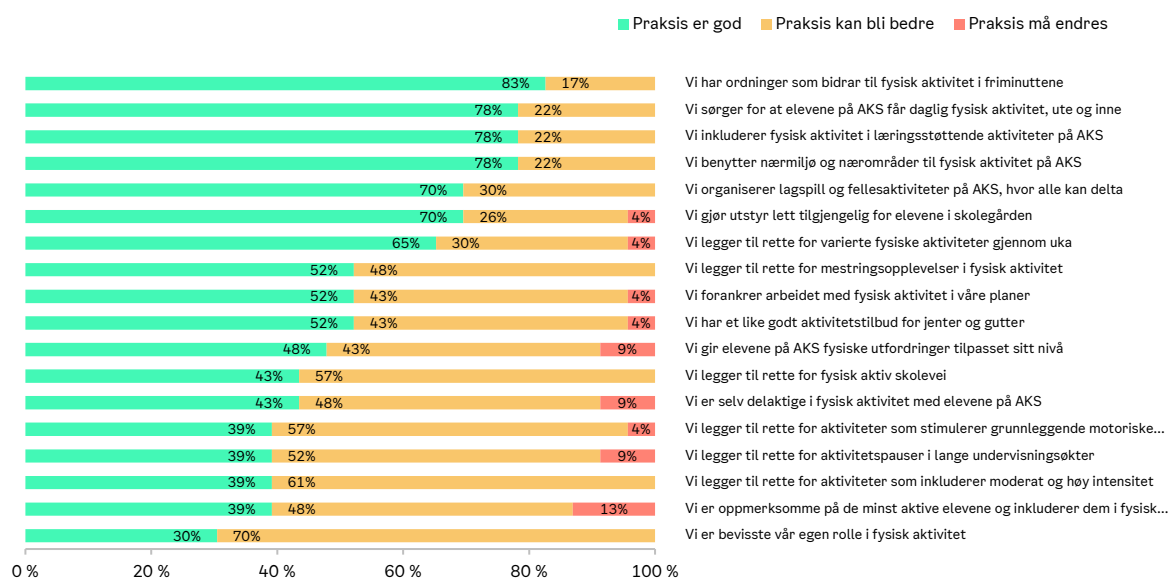
Totalt 23 skoler fylte ut egenvurderingen i 2019. Egenvurderingen viste at det var forskjeller i praksis på de ulike skolene. De fleste skolene vurderte praksis som god på mange områder, samtidig som alle opplevde å ha forbedringsområder.

For fysisk aktivitet vurderte majoriteten av skolene at praksis i friminuttene var god, ved at de hadde ordninger som bidro til fysisk aktivitet. Generelt skåret AKS høyt når det gjaldt daglig fysisk aktivitet inne og ute, læringsstøttende aktiviteter som inkluderte fysisk aktivitet og bruk av nærmiljøet. Mange mente de kunne bli bedre på å inkludere de minst aktive elevene i fysisk aktivitet, bidra til utvikling av motoriske ferdigheter og gjennomføre aktivitetspauser i undervisningen. I tillegg vurderte mange skoler at ansatte kunne bli mer bevisst egen rolle i fysisk aktivitet og at ansatte på AKS kunne bli mer delaktige i fysisk aktivitet.

Mange skoler vurderte at praksis var god når det gjaldt å begrense godteri, søte bakervarer og søt/koffeinholdig drikk. Det var forbedringspotensial når det gjaldt å fremme sosialt samvær og trivsel under måltidene, og ha en bevisst holdning til bruk av TV og annen underholdning i matpausen. Mange mente de kunne bli bedre på å snakke om kosthold og matpakker i møte med foresatte.



Figur 25: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen fra mat og måltider fra 23 skoler.



Figur 26: Oppsummering av resultatene i egenvurderingen fra fysisk aktivitet fra 23 skoler.

Lokale handlingsplaner

På første samling med arbeidsgruppene jobbet de med KS sitt dialogverktøy for å drøfte skolenes nåsituasjon, utfordringer og muligheter. Dette dannet grunnlaget for videre arbeid med lokale handlingsplaner. Deltagerne på samlingen ga tilbakemelding på at dialogverktøyet var et nyttig verktøy som kunne brukes til både dette og til andre temaer og problemstillinger. Av de 54 deltakerne rapporterte 50 at de opplevde samlingen som nyttig eller svært nyttig.

Arbeidsgruppene var ansvarlige for utarbeiding og oppfølging av den lokale handlingsplanen, i samarbeid med prosjektgruppen. Hensikten med handlingsplanen var å konkretisere skolens tiltak i arbeidet med fysisk aktivitet og mat og måltider. Tiltakene skulle bidra til at skolens mat- og måltidstilbud var i tråd med Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skole og SFO, og bidra til et godt fysisk aktivitetstilbud til alle elever. Samtidig skulle tiltakene ta utgangspunkt i hver enkelt skoles utfordringer og forbedringspotensial. De bestemte selv hvilke tiltak de ønsket å prioritere. Dette bidro til at tiltakene ble tilpasset lokale behov og det medførte eierskap til tiltakene.

Den lokale handlingsplanen var dynamisk og ble oppdatert jevnlig. Om lag to ganger i året møttes arbeidsgruppen og prosjektgruppen. Her ble det diskutert utfordringer som stod i veien for skolens oppnåelse av felles målsettinger, og hvilke muligheter skolen hadde for endring. Delmål og tiltak ble deretter definert i lokal handlingsplan. 26 av barneskolene i Groruddalen utarbeidet en lokal handlingsplan. Tiltakene i lokal handlingsplan varierte fra strukturelle overordnede tiltak, til konkrete endringer for å forbedre mat- eller aktivitetstilbudet. Videre følger noen eksempler på tiltak i skolenes handlingsplaner.

Når det gjelder matpausen på skolen dreide mange tiltak seg om å tilrettelegge for måltider som fremmer sosialt samvær og trivsel, blant annet ved å gi elevene bedre tid til å spise. Bruk av skjerm under måltidene var utbredt, og mange skoler hadde tiltak for å redusere bruk av skjermaktiviteter. I tillegg dreide flere tiltak seg om å øke kvaliteten på matpakkene, ved å veilede foresatte på foreldremøter og lære elevene hva en matpakke kan og bør inneholde. Helsesykepleiere ble ofte involvert i dette arbeidet. Mange skoler hadde også tiltak for å sikre god praksis for mat på bursdager og andre spesielle anledninger. Enkelte skoler startet med frokostservering der de serverte brødmat med pålegg, havregrøt eller frokostblanding. Flere arbeidet for økt inntak av frukt og grønt ved å innføre fruktpauser i skoletiden.

Mange av tiltakene knyttet til matserveringen på AKS var spesifikke for å sikre at maten var i tråd med Helsedirektoratets anbefalinger. Dette kunne være å benytte mer fullkornsprodukter, fisk og grønnsaker. Mange gjorde endringer i menyene for å sikre at rettene var ernæringsmessig fullverdige. Andre tiltak dreide seg om å sikre elevenes medvirkning ved matservering og inkludere elevene i matlaging.

Mange av tiltakene for fysisk aktivitet på skolen dreide seg om å øke kvaliteten på aktivitetstilbudet i friminuttene. Enkelte skoler hadde opprettet trivselsledere, enten ved å delta på trivselslederprogrammet eller ved å etablere en egen modell. Flere tiltak handlet om å skape

et mer variert aktivitetstilbud i friminuttene, slik at flere elever kunne finne aktiviteter de likte og for at elevene skulle utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter. I tillegg hadde noen skoler tiltak for å bryte opp stillesittingen gjennom aktivitetspauser i lange undervisningsøkter.

På AKS var det flere som økte antallet læringsstøttende aktiviteter som innebar fysisk aktivitet. På lik linje med friminuttene på skolen, jobbet mange med aktivitetstilbudet i utetiden på AKS, for å inkludere alle elever i fysisk aktivitet. Noen hadde delt inn uteområdet i aktivitetssoner der ansatte tilrettela for ulike aktiviteter. Mange skoler hadde tiltak for å øke ansattes bevissthet og kompetanse knyttet til fysisk aktivitet. Blant annet gjennomførte prosjektgruppen kurs med ansatte på enkelte skoler.

Ifølge spørreundersøkelsen blant personer i arbeidsgruppene, svarte de fleste at lokal handlingsplan i noen eller stor grad bidro til at de arbeidet systematisk med mat, måltider og fysisk aktivitet. De fleste svarte også at den i noen eller stor grad var nyttig for å forankre arbeidet på skolen og for å sikre fremdrift i arbeidet.

Kompetansepakke

Bakgrunnen for kompetansepakken var skolenes uttalte behov om økt kompetanse om mat og måltider og fysisk aktivitet blant ansatte, og særlig på AKS. Det ble gjennomført praktiske kurs på enkelte skoler. Arbeidet med å utarbeide en praktisk og digital kompetansepakke ble imidlertid ikke påbegynt, og det er dermed ikke grunnlag for å evaluere dette tiltaket.

Årshjul for motoriske ferdigheter

Bakgrunnen for årshjulet for motoriske ferdigheter var behovet for økt systematisk arbeid med motoriske ferdigheter på skole og AKS. Årshjulet ble gjennomgått og gjort tilgjengelig på møter med enkelte skoler, men det ble aldri lansert for skolene samlet, og det ble ikke arbeidet systematisk med implementering. Det er derfor ikke grunnlag for å evaluere dette tiltaket.

Materiell til foreldreveiledning

Materiell til foreldreveiledning ble utarbeidet samlet for barnehage og skole. Foreldreheftet Gode vaner for barn og kortversjonen av heftet ble delt med skolene. Video til foreldremøter ble også tilpasset skolebarn. Det ble imidlertid aldri arbeidet med implementering av materialet. Det er derfor ikke grunnlag for å evaluere dette tiltaket.

7.7 Vurdering av effektmål

Egenvurderingen skolene benyttet for å vurdere egen praksis var først og fremst et tiltak for å bidra til utvikling og økt kvalitet. Egenvurderingene var imidlertid også en mulighet for bydelene, områdedirektører og prosjektgruppen å få oversikt over praksis på skole og AKS, og hensikten var at den skulle gjennomføres årlig og utgjøre et nyttig grunnlag for evaluering av prosjektet.

Siden prosjektet stanset opp i 2020 ble egenvurderingen ikke gjennomført etter dette, og prosjektgruppen besitter derfor ikke grunnlag for å måle effekt i prosjektet. Vurdering av gevinstoppnåelse baseres på prosjektgruppens erfaringer og besvarelser på spørreundersøkelsen blant personer i arbeidsgruppene.

Prosjektets effektmål er likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. Med likeverdig menes at alle skal gi elevene et like godt tilbud, og med helsefremmende menes at skole og AKS jobber i henhold til nasjonale anbefalinger, læreplanen og rammeplanen på AKS. Tiltakene som ble iverksatt på skolene så ut til å være nyttige, da de bidro til at skolene som deltok i prosjektet iverksatte tiltak for å forbedre praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. Prosjektgruppens erfaringer er at egenvurderingen var nyttig for å skape bevissthet og felles forståelse, og den dannet et godt utgangspunkt for samtaler og diskusjoner. Den så videre ut til å forenkle arbeidet med å utarbeide tiltak i lokal handlingsplan. Prosjektgruppen opplevde også at arbeidet med lokal handlingsplan bidro til økt bevissthet rundt mat og måltider og fysisk aktivitet på skolene, og gradvis forbedring av praksis gjennom konkrete tiltak tilpasset skolens utfordringsbilde.

Prosjektgruppen hadde tett kontakt med skolene, og så at mange lokale tiltak bidro til økt kvalitet på mat- og aktivitetstilbudet til elevene. Arbeidsgruppene var realistiske i tiltaksutviklingen, og de aller fleste planlagte tiltak ble gjennomført. Enkelte tiltak hadde kun kortvarig effekt på elevenes tilbud. De fleste tiltakene innebar imidlertid endring av rutiner, hvilket medførte varig endring av praksis såfremt innsatsen ble opprettholdt. For eksempel fulgte flere skoler Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skole og SFO, etter at de hadde endret menyer, matbestilling og praksis for spesielle anledninger. Det var også stort fokus på å øke sosialt samvær og trivsel under måltidene, blant annet ved å begrense bruk av TV og annen underholdning. Når det gjelder fysisk aktivitet forbedret og utvidet mange skoler aktivitetstilbudet, slik at flere elever ble inkludert i fysiske aktiviteter både på skolen og på AKS. Dette ses gjerne i sammenheng med trivsel og inkludering.

Basert på dette, kan vi si at arbeidet der og da bidro til bedre praksis, blant de skolene som deltok. Dette støttes opp av besvarelsen i spørreundersøkelsen, der majoriteten opplevde at arbeidet med egenvurdering og lokal handlingsplan bidro til økt bevissthet, økt systematikk og til å sikre fremdrift i arbeidet med utvikling av praksis. Siden arbeidet stanset opp og store deler av prosjektarbeidet aldri ble gjennomført, kan vi imidlertid ikke si at prosjektet har bidratt til å nå målsettingen om likeverdig og helsefremmende praksis. Skolene fulgte i liten grad opp arbeidet på egenhånd gjennom pandemien, og arbeidet har ikke blitt fulgt opp av prosjektgruppen etter 2020. At prosjektarbeidet brått stanset opp, gjorde også at det ikke ble arbeidet videre med utvikling og implementering av verktøy, og det ble heller ikke laget en plan for hvordan arbeidet skulle videreføres for å bidra til langsiktig gevinstoppnåelse. Dette betyr imidlertid ikke at prosjektet, dersom det hadde blitt fullført, ikke hadde potensial til å bidra til måloppnåelse. Halvparten av respondentene i spørreundersøkelsen mente at prosjektet, under normale omstendigheter, kunne bidratt til bedre praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet.

7.8 Viktige læringspunkter fra skolene

Prosjektgruppens erfaring er at det har vært nyttig å ha en arbeidsgruppe på hver skole. På den måten har prosjektgruppen hatt et kontaktpunkt på skolene, og arbeidsgruppene har vært ansvarlige for utarbeiding og oppfølging av den lokale handlingsplanen lokalt. Arbeidsgruppene har hatt betydning for forankring av prosjektet på de ulike skolene. Det er lettere å tenke helhetlig rundt praksis når arbeidsgruppen består av ansatte fra både skolen og AKS.

Regelmessige møter mellom prosjektgruppen og arbeidsgruppene var nyttig for kvalitet og fremdrift i arbeidet. Arbeidsgruppene kjenner egen praksis best, og prosjektgruppen kunne bidra med faglige innspill og veiledning for å sikre at tiltakene bidro til måloppnåelse. Ved at handlingsplanen var dynamisk, hadde skolene hele tiden mulighet til å teste ut tiltak og gjøre endringer underveis. Utformingen av planen virket å være funksjonell, og det var nyttig at skolene tenkte igjennom både problemområde, delmål, tiltak, frister og hvem som var ansvarlig.

Forankring i samtlige bydeler og i Utdanningsetaten er avgjørende for prosjektets resultat. Dette gjelder forankring i alle ledd, fra områdedirektører, via mellomledere og til samtlige ansatte på skole og AKS. Rektorer og AKS-ledere spiller en sentral rolle når det gjelder forankring av arbeidet lokalt. Samarbeid med områdedirektørene var helt sentralt for deltagelse og forankring av prosjektet. Til tross for at det underveis ble endringer i hvem som hadde rollen som områdedirektører, var prosjektet forankret i rollen, fremfor i enkeltpersoner.

Områdedirektørene satte av tid til prosjektet på faste møter med skolene, inviterte til samlinger, samt uttrykte en forventning om at skolene skulle opprette arbeidsgrupper og utarbeide lokale handlingsplaner. Dette bidro til at 90 prosent av skolene i Groruddalen deltok i prosjektet. I løpet av prosjektperioden ble imidlertid Utdanningsetaten omorganisert, og etter omorganiseringen var det ikke lenger noen områdedirektører som kunne støtte oppunder prosjektet. Til tross for at vi hadde brukt mye tid på å sikre god forankring, forsvant våre støttespillere i Utdanningsetaten med denne omorganiseringen. Da det i tillegg var store utskiftninger i ledelsen og arbeidsgruppene på skolene, parallelt med en pandemi som satte en demper på arbeidet, ble det svært utfordrende å opprettholde arbeidet. Det hadde vært en mulighet å arbeide videre med de skolene som var interessert, og som vi fremdeles hadde god kontakt med, men dette ville ikke vært i tråd med prosjektets mål om å bidra til likeverdig praksis på skolene.



Behov for videre innsats på skolene

Det ser ut til at tiltakene på skolene var nyttige og bidro til økt systematikk, og lokale tiltak ble integrert i skolens egne planverk med tydeliggjøring av roller, ansvarsområder og oppfølging. Imidlertid fikk vi ikke muligheten til å følge opp arbeidet lokalt, og vi fikk heller ikke muligheten til å videreutvikle metodikken som var påbegynt. Vi kan ikke si med sikkerhet hvordan prosjektet hadde utviklet seg, dersom det fikk leve videre, men prosjektgruppen er av den oppfatning at kontinuerlig og langsiktig arbeid av slik karakter, har potensial til å påvirke praksis i ønsket retning. Helsefremmende arbeid i barneskoler kan bidra til å identifisere og adressere helseutfordringer tidlig, hvor helsegevinsten vil være størst i marginaliserte områder. Det å fokusere på helsefremmende arbeid i skolemiljøet kan gi disse barna likere muligheter innen kosthold og fysisk aktivitet.

De som besvarte spørreundersøkelsen var samstemte i betydningen av god praksis for mat og måltider og fysisk aktivitet. De mente at god praksis styrker elevenes helse og utvikling, bidrar til økt konsentrasjon og læring og kan bidra til et godt klassemiljø og trivsel blant elevene. De mente også at skolen og AKS har et stort ansvar for at elevene etablerer helsefremmende vaner. Dette er et godt grunnlag for eventuelle fremtidige satsinger.



Illustrasjon: Anette Brekke-Bjørkedal / Oslo kommune



8 Tiltak på ungdomsskolen

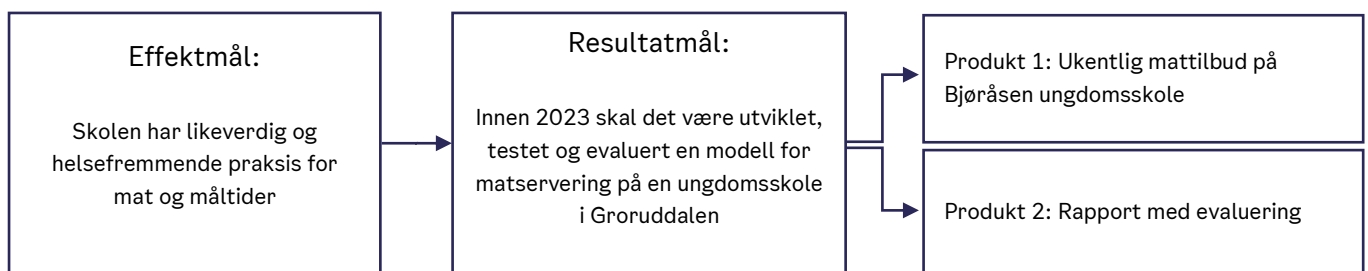
Det var ønskelig fra Program for folkehelsearbeid at prosjektet gjennomførte tiltak rettet mot én eller flere ungdomsskoler i Groruddalen. Arbeidet med å få på plass et samarbeid med ungdomsskolene startet opp midt i koronapandemien, hvilket satte begrensninger for hva det var mulig å få til. Flere prosesser ble gjennomført for å kartlegge hvilke muligheter som var aktuelle, og det ble etter hvert besluttet å teste ut en modell for matservering på en ungdomsskole i Groruddalen. Det ble inngått samarbeid med KORUS Oslo for evaluering av tiltaket.

8.1 Målgruppe

Målgruppen for tiltaket var én ungdomsskole i Groruddalen. Etter flere prosesser og møter med ulike bydeler og skoler, ble det besluttet å inngå et samarbeid med Bjøråsen ungdomsskole i Bydel Grorud. Skolen har om lag 170 elever, og ligger på Romsås i Oslo. Utvelgelse ble basert på elevstørrelse og ønsket om å inkludere alle elevene i tiltaket og gi alle elever ved skolen et gratis mattilbud. I tillegg ligger skolen i et levekårsutsatt område, der det antas at slike tiltak vil kunne ha effekt på elevenes matinntak og vaner.

8.2 Mål og produkter

Hensikten med tiltaket var å finne ut hva som krevdes for å etablere et mattilbud på ungdomsskolen, og kartlegge hvordan et slikt tiltak påvirket elevenes matinntak, matvaner, trivsel og læring.



Figur 27: Oversikt over mål og produkter i prosjektet.



8.3 Samarbeidspartnere

Prosjektet har involvert flere samarbeidspartnere, som har vært avgjørende for planlegging, utvikling, gjennomføring og evaluering av tiltaket.

8.3.1 KORUS

KORUS er ett av kompetansemiljøene som deltar i samarbeidsorganet for Program for folkehelsearbeid i Oslo. De hadde midler som var øremerket evaluering av prosjekter i programmet, og kunne derfor inngå i et samarbeid. Samarbeidet mellom KORUS og prosjektgruppen ble etablert før oppstart av tiltaket, og KORUS har fulgt prosessen tett hele veien, og har hatt hovedansvaret for evalueringen av tiltaket.

8.3.2 Vegetarekspressen

Vegetarekspressen er en del av NAVs sysselsettingsprogram i Bydel Grorud, der kvinner som står utenfor arbeidslivet tilbereder og leverer mat på bestilling, primært til tjenestesteder internt i bydelen. Maten er vegetarretter fra de ulike kulturene kvinnene representerer. Vegetarekspressen benytter seg av lokaler i Bydel Groruds administrasjon for matproduksjon.

8.4 Tiltaksutvikling på ungdomsskolen

Bjøråsen skole fikk levert mat fra Vegetarekspressen én dag i uken i løpet av høstsemesteret 2021. Rektor ved skolen har hatt hovedansvaret for organisering av matserveringen på skolen. Vegetarekspressen leverte maten i store bakker, og skolens assisterende rektor serverte maten i samarbeid med øvrig personell og frivillige. Maten hadde en kostnad på 55 kroner per person per måltid, og denne kostnaden ble dekket av prosjektet med midler fra Program for folkehelse. Elevene hadde mulighet til å spise maten i klasserommet eller i kantinen.



8.5 Vurdering av resultatmål

Tabell 8: Beskrivelse av prosjektets resultatmål og en vurdering av måloppnåelse.

Resultatmål	Vurdering av resultatmål	Grad av måloppnåelse
Innen 2023 skal det være utviklet, testet og evaluert en modell for matservering på en ungdomsskole i Groruddalen	Det ble utviklet, testet og evaluert en modell for matservering på Bjøråsen ungdomsskole på Romsås i Bydel Grorud. Modellen bestod i å pilotere et gratis skolemåltid til alle skolens elever i et avgrenset tidsrom. Evalueringen gav innsikt i nødvendige ressurser og midler for gjennomføring av tiltaket. Evalueringsrapport på tiltaket er utarbeidet og ferdigstilt av KORUS i samarbeid med prosjektledelsen.	Høy



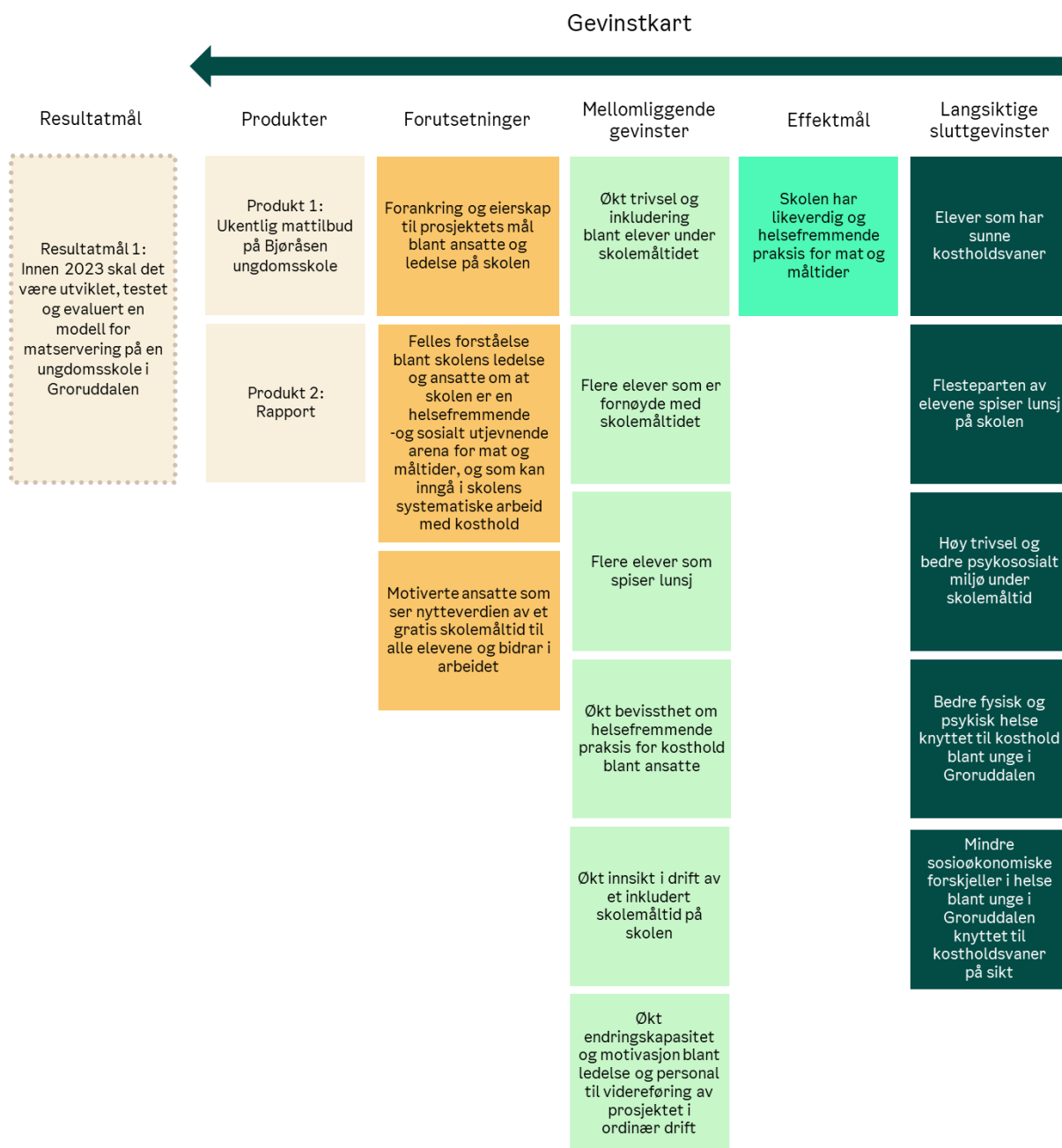
Foto: Thomas Ekström



8.6 Vurdering av gevinstoppnåelse

8.6.1 Gevinstkart

Det er utarbeidet et gevinstkart som illustrerer sammenhenger mellom prosjektets produkter, forutsetninger som må være på plass for at tiltaket skal lykkes, gevinster og mål.



Figur 28: Gevinstkart over produkter, forutsetninger, gevinster og mål.

8.6.2 Metode for evaluering

KORUS har stått for evalueringen av tiltaket. Målet med tiltaket var å undersøke hva som skal til for å gjennomføre lunsjservering én dag i uken på en ungdomsskole, undersøke hvordan elever og ansatte opplever tilbudet, samt hvordan lunsjserveringen påvirker elevenes kostvaner, trivsel og skolemiljø.

Data ble innhentet gjennom to gruppeintervjuer med elevrådet, ett intervju med lærere, observasjon av selve matserveringen, samt en spørreundersøkelse med lukkede og noen åpne spørsmål til alle elevene ved skolen. Datainnhenting foregikk fra juni til desember 2021. Evaluering av tiltaket er beskrevet i en egen rapport. For ytterligere beskrivelse av gjennomføringen av tiltaket, metode for evaluering og funn henvises det til rapporten (vedlegg 9.4).

8.6.3 Vurdering av tiltaket

Det ble testet ut en modell om et gratis måltid på Bjøråsen skole. Videre i dette kapittelet trekkes det frem hovedfunn fra KORUS sin evaluering.

Før gjennomføring av tiltaket oppga under halvparten av elevene ved Bjøråsen skole at de spiser lunsj hver dag. Det er betydelig lavere enn det som er tilfellet i Oslo som helhet. De viktigste årsakene til at de ikke spiste lunsj var at de ikke er sultne eller ikke vil spise. De aller fleste elevene mente de bli mer opplagte de dagene de spiser frokost og lunsj. Elevene hadde med andre ord en forståelse av betydningen av å spise frokost og lunsj, til tross for at mange likevel ikke inntar disse måltidene. Lærerne bekreftet at det er mange som ikke spiser lunsj til vanlig, og at tiltaket har bidratt til at flere spiser lunsj den dagen de får et gratis skolemåltid, og at det påvirker elevenes kostholdsvaner.

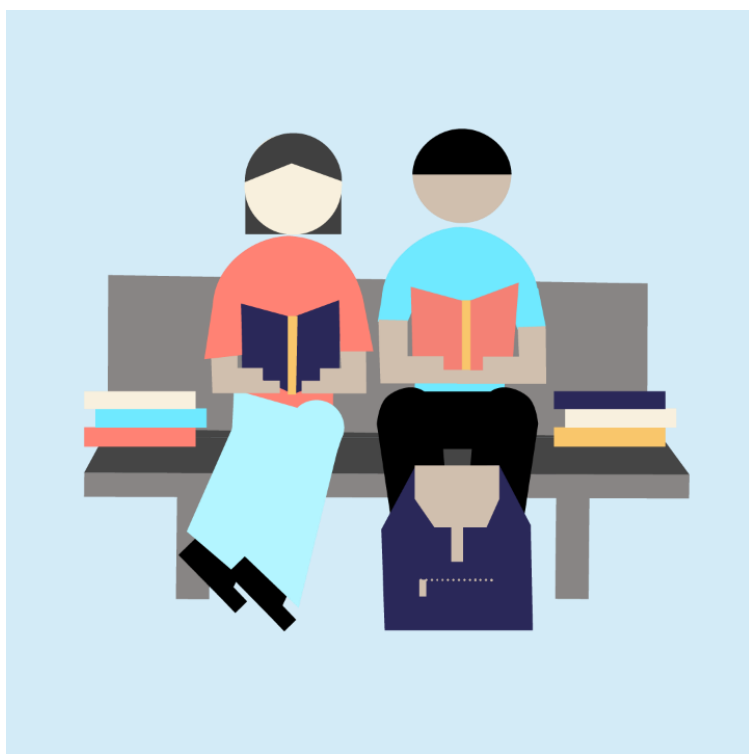
Lærerne var svært positive til ordningen med et gratis skolemåltid. Til tross for at det krevde en del organisering, fortalte de at hele skolen står samlet bak dette lunsjtilbudet, og strekker seg langt for å få det gjennomført. Lærerne rapporterte også at lunsjtilbudet var svært populært blant elevene.

Majoriteten av elevene var også fornøyde med skolemåltidet, og de sa at elevene gleder seg til fredager. Blant elevene trakk mange frem det sosiale aspektet. De aller fleste syntes det var fint å spise sammen i samlingssalen, og over 70 prosent av elevene mente at mattilbudet og det å samles i samlingssalen påvirket det sosiale miljøet positivt og bidro til samhold. Mange elever la vekt på at de under lunsjserveringen kan sitte sammen med andre enn de vanligvis er sammen med, at det blir samtaler om maten, og at elever som ellers ville forlatt skolens område i storefri blir på skolen. Til vanlig er det mange som er på telefonen eller går hjem, og om lag én av ti elever oppga at de til vanlig ikke har noen å spise lunsj med. Da elevene ble spurt om forslag til endringer, ønsket en del elever seg mer variasjon, mer kjøtt eller oftere servering.

En liten gruppe svarte at de ikke likte maten. En del elever ønsket også å medvirke til menyen i større grad. Elevene viste imidlertid stolthet over at maten som ble servert innimellom var fra deres opprinnelsesland.

Totalt sett har mattilbudet ved Bjøråsen skole vært svært positivt, og noe både elever og lærere har satt stor pris på. I tillegg til at det påvirker elevenes matinntak, har det en positiv innvirkning på trivsel og det sosiale miljøet, og det får elever til å bli på skolen i storefri. Skolen har, i samarbeid med Vegetarekspressen, sørget for at det praktiske rundt matserveringen har fungert svært bra. Etter endt pilotprosjekt har skolen bestemt seg for å opprettholde samarbeidet med Vegetarekspressen, og de har satt av midler i eget budsjett til å videreføre mattilbudet. Tiltaket er dermed integrert i ordinær drift.

Tiltaket og evalueringen er videre med på å øke kunnskapsgrunnlaget om hva som skal til for å etablere et mattilbud, hvordan det kan gjøres, og hvordan elever og lærere opplever dette tilbudet.



Illustrasjon: Anette Brekke-Bjørkedal / Oslo kommune

8.7 Vurdering av effektmål

Tiltakets effektmål er likeverdig og helsefremmende praksis for mat og måltider på skolen. Mattilbudet på Bjøråsen har allerede bidratt til at elevene ukentlig får mat som er i tråd med nasjonale anbefalinger, og at elevene ved skolen får et likeverdig mattilbud én dag per uke. For å bidra til å nå effektmålet på sikt, er det imidlertid nødvendig at tiltaket både videreføres og utvides.

Evalueringen viser at tiltaket i løpet av kort tid har bidratt til å påvirke mellomliggende gevinster. Dette har bidratt til at skolen foreløpig har valgt å videreføre skolemåltidet på egenhånd gjennom egenfinansiering. Det er prosjektgruppens oppfatning at dette kan ha en betydelig innvirkning på inkludering, skolemiljø, trivsel og bevissthet om helsefremmende praksis for mat og måltider frem i tid.

Gratis skolemåltider bidrar til å inkludere alle elever, uavhengig av deres økonomiske bakgrunn. Dette sikrer at ingen elever føler seg stigmatisert eller ekskludert på grunn av manglende evne til å betale for mat. Det fremmer en følelse av fellesskap og likeverd blant elevene. Når alle elever spiser sammen, oppstår det muligheter for sosial interaksjon og samhandling på tvers av klassetrinn og sosiale grupper. Dette kan bidra til å bygge sterke bånd mellom elever, fremme inkludering og redusere mobbing.

Dersom et slikt tiltak hadde blitt rullet ut blant ungdomsskoler i Groruddalen, er det nærliggende å tenke at dette vil kunne bidra til både helsefremmende praksis, ved at elever spiser mat som er i tråd med nasjonale anbefalinger, og likeverdig praksis, ved at alle elever får samme tilbud uavhengig av tidligere vaner og sosioøkonomisk status. Det er også sannsynlig at et slikt tilbud vil ha størst effekt i de mest levekårsutsatte områdene, da det har potensiale til å påvirke elevenes kostholdsvaner og tilstedeværelse på skolen. På den måten vil et slikt tiltak i stort omfang, kunne bidra til å utjevne sosial ulikhet i helse.





9 Vedlegg

9.1 Spørsmål fra semistrukturerte intervjuer i barnehager

Spørsmål til barnehagesjefer

Prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis

1. Kjenner du til prosedyren?
2. Hva syns du om prosedyren?
3. Tror du en slik prosedyre kan påvirke det systematiske arbeidet med kosthold og fysisk aktivitet i barnehagen?
4. Hvis ja, i så fall hvordan?
5. Hvordan kan en slik prosedyre brukes inn i det systematiske helsefremmende arbeidet?

Egenvurdering og tiltaksplan/oppfølgingsplan

6. Hva syns du om egenvurderingsskjemaet og tiltaksplanen barnehagene skal gjennomføre årlig? Er det et nyttig verktøy?
7. Kan egenvurdering og tiltaksplan påvirke praksis? Hvis ja, på hvilken måte?
8. Hva tenker du utgjør den viktigste funksjonen i egenvurderingen og oppfølgingsplanen?
9. Hvilke tilbakemeldinger har du fått fra dine ansatte om egenvurderingen?
10. Er barnehagepersonalet motivert til å fortsette med årlig gjennomføring?
11. Ser du noen utfordringer ved å jobbe på denne måten? Utdyp hvilke:
12. Er dette noe bydelsadministrasjonen ønsker å fortsette med etter prosjektslutt?
13. Hvordan skal dere følge opp gjennomføringen?

Sammenstilling av egenvurderinger

14. Hva syns du om sammenstillingen av egenvurderinger?
15. Ser du verdien å bruke sammenstillingsverktøyet? Er det nyttig?
16. Hvordan kan - sammenstillingsverktøyet eller bydelens resultat fra egenvurderinger - bli brukt til å jobbe med helsefremmende praksis i barnehagene?
17. Vil du fortsette å bruke det etter prosjektslutt? Hvis nei, hvorfor ikke?
18. Har du annet å legge til om dette?

Veileder for mat, måltider og fysisk aktivitet

19. Hva syns du om veileder for mat og måltider?
20. Hva syns du om veileder for fysisk aktivitet?
21. Hva tenker du veilederne kan hjelpe ansatte i barnehagen med – i forhold til mat og måltider?
22. Hva tenker du veilederne kan hjelpe ansatte i barnehagen med – i forhold til fysisk aktivitet?

Digital verktøykasse for fysisk aktivitet Aktiv i barnehagen

23. Kjenner du til denne verktøykassen?
24. Hva synes du om den?
25. Tenker du den dekker et viktig behov ute i barnehagene?
26. Har du fått noen tilbakemeldinger fra ansatte om verktøykassen?
27. Annet du vil legge til om Aktiv i barnehagen?

Prosjektets betydning

28. Har prosjektet Helsefremmende praksis hatt betydning for hvordan barnehagene jobber i dag?
29. Har prosjektet bidratt til mer systematikk i barnehagenes helsefremmende arbeid? *Eventuelt utdyp på hvilken måte*
30. Tenker du at prosjektet har bidratt til et mer helhetlig fokus med det helsefremmende arbeidet i bydelen? *Hvis ja: utdyp på hvilken måte*
31. Hvilke tiltak i prosjektet tenker du er de mest betydningsfulle eller har størst potensial for varig praksisendring/god praksis?
32. I hvilken grad er prosjektets tiltak overført i ordinær drift i barnehagene?
33. I hvilken grad tror du tiltakene og prosjektet har påvirket kompetansen for helsefremmende arbeid hos fagledere og styreere?
34. Hvilke grep har dere gjort underveis i bydelen for å få til endring innenfor kosthold og fysisk aktivitet? Hva er evt. annerledes i dag enn da prosjektet startet
35. Hvilke tanker har du om at denne type prosjekt kan ha en reell påvirkning for praksis i barnehagene?
36. Hva tenker du er suksesskriterier for at et slikt prosjekt skal lykkes?
37. Utdyp hva som er viktig for å sikre varig drift og høy kvalitet
38. Utdyp hvilke forutsetninger som må være på plass
39. Er det andre ting vi kunne gjort med hensyn til implementeringsarbeidet?
40. Hvilke utfordringer ser du i dag knyttet til fysisk aktivitet og kosthold i barnehagene?

Om din rolle og deltakelse

41. Hvordan har det vært å være en del av et stort og langsiktig helsefremmende prosjekt?
42. Opplever du at du har fått påvirke prosjektet og utviklingsarbeidet? Innhold, tiltak, fremgangsmåter osv.
43. Hva tenker du om dette prosjektet i forbindelse med måten å drive endringsarbeid på?
44. Hva har vært din rolle i dette arbeidet?
45. Hvordan har du fulgt opp barnehagene
46. Hvordan har du jobbet med barnehagene til å være mottagelige til dette prosjektet
47. Hvilken rolle og mulighet tenker du at du som seksjonsleder har til å påvirke barnehageledere og helsefremmende praksis i barnehagene?
48. Har du lært noe om helsefremmende praksis i løpet av prosjektperioden?
Hva har du lært som er viktig å ta med seg?
49. Hva slags rolle har styreere/fagledere hatt – og bør ha – i prosjektet med hensyn til mat- og måltidstilbudet og fysisk aktivitet i barnehagene? Utdyp rolle, innsikt, ansvar, ledelse osv.
50. Hvordan har samarbeidet vært med prosjektgruppen?
51. Hvordan har du opplevd møtene, fremdrift, utviklingsarbeidet osv.?
52. Har det vært noe som er utfordrende i denne prosjektperioden og samarbeidet?

53. Hvordan tenker du at korona-pandemien har påvirket prosjektarbeidet?
54. Er det noe som kunne vært gjort annerledes? *Arbeidsformer, tilnærming, implementering, korona, rammebetingelser, motstand generelt til endring, annet*
55. Har du andre kommentarer eller noe du vil legge til?

Spørsmål til fagledere/styrere

Prosedyre for systematisk arbeid med helsefremmende praksis

1. Kjenner du til prosedyren?
2. Hva syns du om prosedyren? Har du lest eller brukt den?
3. Det finnes en videosnutt om prosedyren. Ser du potensialet ved at du som fagleder/styrer kan benytte en slik prosedyre? *Utdyp hvordan den kan bidra*

Egenvurdering og tiltaksplan

4. Hvor godt kjenner du til egenvurdering og tiltaksplan?
5. Hva syns du om det å jobbe på denne måten – å vurdere egen praksis og lage en tiltaksplan?
6. Er det nyttig?
7. Fører det til bedre praksis?
8. Hva tenker du er det viktigste med egenvurderingen og tiltaksplanen for barnehagens helsefremmende praksis og arbeid?
9. Ser du noen utfordringer ved å jobbe på denne måten?
10. Hvilke tilbakemeldinger har du fått fra dine ansatte om egenvurderingen?
11. Er personalet motivert til å fortsette med denne arbeidsmåten for helsefremmende praksis?
12. Hva syns du om å fortsette med årlig egenvurdering og oppfølgingsplan?

Veileder for mat og måltider og fysisk aktivitet

13. Hva syns du om veileder for mat og måltider i barnehagen? Har den bidratt med noe? *Utdyp om den har vært nyttig og hvorfor*
14. Hva syns du om veileder for fysisk aktivitet i barnehagen? Har den bidratt med noe? *Utdyp om den har vært nyttig og hvorfor*
15. Blir veilederne benyttet i barnehagen? Kjenner ansatte til dem?
16. Har veilederne bidratt med noe? Hva tenker du veilederne kan hjelpe ansatte i barnehagen med?
17. Veiledere ble gjennomgått på ledermøter. Er det noe annet som kunne vært gjort annerledes med tanke på arbeidet og implementeringen rundt veilederne?

Verktøykasse for fysisk aktivitet Aktiv i barnehagen

18. Hvor godt kjenner du til denne verktøykassen? Har du vært inne på nettsiden og sett hva som ligger der?
19. Hva synes du om denne verktøykassen? Tenker du den dekker et viktig behov ute i barnehagene? *Utdyp mer om hvilket behov og hvorfor den dekker et viktig behov*
20. På hvilken måte kan verktøykassen for fysisk aktivitet påvirke hvordan barnehagen jobber med fysisk aktivitet?
21. Har du fått noen tilbakemeldinger fra dine ansatte om verktøykassen? *Utdyp*
22. I hvilken grad tenker du at verktøykassen gir økt inspirasjon og motivasjon blant barnehageansatte til å organisere fysiske aktiviteter i barnehagen?

23. Hvilket potensial har verktøykassen til å jobbe mer helhetlig med fysisk aktivitet og andre fagområder?
24. Hvilken rolle vil du som leder ta i forbindelse med verktøykassen? Følge opp, bruke den, synliggjøres i årshjul? Kombinere med årshjul for motoriske ferdigheter?
25. Annet du vil legge til om Aktiv i barnehagen?

Årshjul for motoriske ferdigheter

26. Hvor godt kjenner du til årshjul for motoriske ferdigheter?
27. Hva syns du om årshjulet?
28. Har dere benyttet eller ønsker å benytte årshjul for motoriske ferdigheter?
29. På hvilken måte kan årshjulet påvirke praksis for fysisk aktivitet i barnehagen og barns motoriske utvikling?
30. Ønsker ansatte å ta dette verktøyet i bruk?

Kompetansepakke for fysisk aktivitet og mat og måltider

31. Hvor godt kjenner du til disse kompetansepakkene? Har du brukt de?
32. Hva tenker du om kompetansepakkene til bruk for kompetanseheving i barnehagen?
33. Tenker du at disse kompetansepakkene/presentasjonene er noe du ønsker å bruke – eller fortsette å bruke?
34. Er det noe annet rundt disse eller kompetanseheving du vil nevne?

Materiell til foreldreveiledning

35. Vi har delt ut en del materiell som kan brukes til foreldresamarbeidet og foreldreveiledning om kosthold og fysisk aktivitet. Kjenner du til disse?
36. Hvor godt kjenner du til heftet Gode vaner for barn? Hva syns du? *Utdyp hvordan det hjelper, er det lettere å veilede foreldre osv.*
37. Hvor godt kjenner du til kortversjoner av heftet på ulike språk? Har dere benyttet disse? Hvor nyttige er de?
38. Hvor godt kjenner du til 8 minutters video som kan spilles av på foreldremøter? Har du brukt den? Hva syns du om å bruke en slik video? *Utdyp*
39. Hvilket materiell har vært – eller tenker du er mest nyttig – i foreldresamarbeidet om barns kosthold og fysisk aktivitet? Hva har vært til størst hjelp?
40. Hvilket potensial ser du i å bruke foreldreheftet og video til foreldreveiledning?
41. Opplever du at ansatte syns det er utfordrende å veilede foresatte i kosthold og fysisk aktivitet? *Utdyp hva du som er utfordrende*
42. Veileder alle ansatte foresatte om mat, matpakker og fysisk aktivitet?
43. Noe du vil legge til om materiell til foresatte?

Prosjektets betydning

44. *Vi har nå jobbet med prosjektet over en lengre periode.* Kan du si noe om hvordan barnehagen har jobbet med helsefremmende praksis?

45. Har prosjektet Helsefremmende praksis betydd noe for dagens praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet i barnehagen? *Utdyp endring/forbedring, hvordan det har påvirket helsefremmende praksis*
46. Har prosjektet eller Groruddalsstandarden bidratt til økt systematikk i arbeidet med mat, måltider og fysisk aktivitet i barnehagen? *Utdyp på hvilken måte*
47. Har dere gjort noen grep for å få til endring i kostholds- og/eller aktivitetstilbudet i barnehagen? *Utdyp hvilke, hvordan man har jobbet for å få til endring*
48. Hvilke tiltak i prosjektet tenker du er de mest betydningsfulle eller har størst potensial for god og varig praksis i barnehagen?
49. Hva tenker du må til for å få til god praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet?
50. Hva er det viktigste å ta hensyn til når man skal forbedre eller endre praksis for kosthold og fysisk aktivitet i barnehagen?
51. Har tiltakene og prosjektet bidratt til økt kompetanse hos ansatte på mat, måltider og fysisk aktivitet? *Utdyp det du vet og tenker*
52. Har prosjektet bidratt til økt motivasjon og inspirasjon for å jobbe med mat og måltider og fysisk aktivitet hos ansatte?
53. Hvordan har du opplevd ledermøter og personalmøter om helsefremmende praksis? *Utdyp om det har bidratt til noe endring eller annet*
54. Er det andre ting som kunne blitt gjort annerledes i implementeringsarbeidet? *Utdyp*
55. Har det vært noen utfordringer i forbindelse med prosjektet? (eks: Mat, fysisk aktivitet, gjøre endringer i seg selv, motstand i personalgruppen, mangel på kompetanse, fravær osv., møter, korona)
56. Hvordan tenker du at koronapandemien har påvirket helsefremmende praksis?

Om din rolle og deltakelse

57. Hvordan har det vært å være med i prosjektet? (et så langvarig prosjekt ...)
58. I hvilken grad har du eierskap til prosjektet? *Utdyp om arbeidet, oppfølging etc.*
59. Hva tenker du er din rolle inn i det systematiske helsefremmende arbeidet?
60. Hva har vært din rolle som fagleder/styrer i det helsefremmende arbeidet og i implementering av tiltakene (til nå)?
61. Hvilken rolle og mulighet tenker du at du som fagleder/styrer har til å påvirke dine ansatte og helsefremmende praksis i barnehagen?
62. Hvordan har du fulgt opp barnehagene
63. Hvordan har du jobbet med ansatte
64. Har du gjort noe for å påvirke dine ansatte til å være mottakelige eller bli motivert til å engasjere seg i det helsefremmende arbeidet? *Utdyp hva du har gjort*
65. Hva slags rolle opplever du at bydelens barnehagesjef har hatt i dette prosjektet om helsefremmende praksis i barnehagene? Hvilken rolle bør vedkommende ha? *Utdyp rolle, innsikt, ansvar, ledelse osv.*
66. Hvordan har samarbeidet vært med prosjektgruppen?
67. Hva slags rolle har ansatte hatt i prosjektet – og bør ha – med hensyn på mat- og måltidstilbudet og fysisk aktivitet? *Utdyp rolle, ansvar, betydning for praksis osv.*
68. Har du opplevd utfordringer om samarbeid underveis i prosjektperioden?
69. Er det noe som kunne vært gjort annerledes?

Veien videre

70. Hva ser du for deg videre om helsefremmende praksis?

71. Har du lært noe som du vil ta med deg videre i barnehagen innenfor mat, måltider og/eller fysisk aktivitet?
72. Har du andre kommentarer eller noe du vil legge til?

Spørsmål til ansatte

1. Hvor godt er du kjent med prosjektet Helsefremmende praksis i barnehagen og skoler i Groruddalen?

Gjennomføre egenvurdering og lage tiltaksplan

2. Kjenner du til egenvurderingen?
3. Hvordan har det vært å gjennomføre egenvurderingen og lage tiltak?
4. Hva syns du/dere om denne måten å jobbe med helsefremmende praksis på? *Utdyp betydningen for mattilbudet og aktivitetstilbudet i barnehagen*
5. Har kolleger sagt noe om egenvurderingen og denne måten å jobbe på? *Utdyp kommentarer, meninger, holdninger annet*
6. Hva har styrer/fagleder sagt om egenvurderingen og tiltaksplanen? *Utdyp hvordan styrer har fulgt opp arbeidet rundt egenvurdering og styrers håndtering*
7. Hvordan er motivasjonen i personalgruppa til å fortsette å gjennomføre egenvurdering og lage tiltaksplan?

Veiledere for mat, måltider og fysisk aktivitet

8. Hvor godt kjenner dere til veileder for mat og måltider i barnehagen
9. Hvor godt kjenner dere til veileder for fysisk aktivitet i barnehagen?
10. Har dere brukt veilederne? *Utdyp når de er brukt, hvilke settinger har den blitt benyttet*
11. Hvilke temaer har vært nyttige?
12. Hvilken betydning tenker du veilederne har hatt eller kan ha – på de ansatte i barnehagene? Har den bidratt med noe?
13. Er det noen ulemper eller utfordringer med slike veiledere?
14. Er det noe annet som kunne blitt gjort i forbindelse med bruk og kjennskap til veilederne? *(Er det nok å «bare» dele de ut?)*

Verktøykasse for fysisk aktivitet Aktiv i barnehagen

15. Hvor godt kjenner du til denne verktøykassen? Har du vært inne på nettsiden og sett hva som ligger der?
16. Hva synes dere om denne verktøykassen? *Utdyp*
17. Ønsker du å bruke den? Hvordan ønsker du å bruke den
18. Er et slikt verktøy til hjelp? Dekker den et viktig behov? Utdyp mer om hvilket behov og hvorfor den dekker et viktig behov
19. På hvilken måte kan verktøykassen påvirke hvordan dere jobber med fysisk aktivitet?
20. I hvilken grad gir verktøykassen dere økt inspirasjon og motivasjon i arbeidet med fysisk aktivitet?
21. Hvilket potensial har verktøykassen til å jobbe mer helhetlig med fysisk aktivitet og andre fagområder?

22. Har det kommet noen tilbakemeldinger om Aktiv i barnehagen? Er dere kjent med hva deres kolleger syns?
23. Hva tenker dere er viktig for at verktøykassen skal bli brukt? Hvordan ønsker du/dere å benytte verktøykassen? Utdyp hva du evt. har gjort eller ønsker å gjøre, organisering, planverk etc.
24. Annet du vil legge til?

Årshjul for motoriske ferdigheter

25. Hvor godt kjenner du til årshjulet for motoriske ferdigheter?
26. Hva syns du om årshjul for motoriske ferdigheter?
27. På hvilken måte kan årshjulet påvirke hvordan barnehagen jobber med fysisk aktivitet og motoriske ferdigheter? Mer systematikk?
28. Har dere benyttet eller ønsker å benytte årshjul for motoriske ferdigheter?
29. Annet å legge til?

Sykkel og skiskole

30. Hvor godt kjenner dere til sykkel og skiskole i barnehagen?
31. Hva syns dere om sykkelskolen og skiskolen i barnehagen? *Utdyp erfaringer, få vite årsaken til at de ikke er blitt brukt*

Oppskriftshefte og mat i barnehagen

32. Hva syns dere om oppskriftshefte? Er den nyttig?
33. Har dere brukt den? Hvordan har matlaging fungert i prosjektperioden?
34. Har prosjektet bidratt inn på noen måte med tanke på mat og måltider?

Materiell til foreldreveiledning

35. Hvor godt kjenner dere til heftet Gode vaner for barn?
36. Hva synes dere om heftet?
37. Har dere benyttet heftet Gode vaner for barn? *Utdyp når eller på hvilken måte de har brukt heftet, om det er nyttig, er det lettere å veilede foreldre osv.*
38. Veileder dere foreldre om mat, matpakker og fysisk aktivitet? *Utdyp hvordan*
39. Fungerer heftet og dekker det dere trenger når dere veileder foreldre på kosthold og fysisk aktivitet?
40. Hva har foresatte sagt om heftet? Er det nyttig og til hjelp?
41. Kjenner dere til kortversjonene og video som kan avspilles på foreldremøter?
42. Er noe utfordrende med foreldresamarbeidet om kosthold og fysisk aktivitet? *Utdyp hva som er vanskelig, hva kolleger sier om det*
43. Har dere andre kommentarer til heftet eller foreldreveiledning?
44. Kunne noe vært gjort annerledes i tilknytning til foreldreveiledningsmaterieell som er utviklet?

Prosjektets betydning

45. Har Helsefremmende praksis hatt betydning for hvordan barnehagene jobber i dag? *Utdyp hvordan*

46. Har du fått noen verktøy eller mer kunnskap som har bidratt til mer systematikk i arbeidet med mat, måltider og/eller fysisk aktivitet? *utdyp på hvilken måte*
47. I hvilken grad tenker du prosjektet og tiltakene har bidratt til et mer helhetlig fokus i arbeidet med kosthold og fysisk aktivitet? *Utdyp hvordan*
48. *kombinere med fagområder, rutiner, integrere i hverdagen osv.*
49. Hvilke tiltak i prosjektet sitter du igjen med som de mest betydningsfulle eller har størst potensial for god praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet? *Utdyp hvilke, hvorfor akkurat disse*
50. Har prosjektet gitt økt motivasjon og inspirasjon i det helsefremmende arbeidet?
51. Har dere gjort noen grep i deres barnehage for å få til endring i kostholds- og/eller aktivitetstilbudet? *Utdyp hvilke, hvordan man har jobbet*
52. Hvilke tanker har du/dere om denne type prosjekt for å få til endring i barnehagene og nå frem til dere ansatte? Har den noen innvirkning? Hva tenker dere må til for å få til varig endring?
53. I hvilken grad opplever dere eierskap til helsefremmende praksis?
54. Har tiltakene og prosjektet hatt betydning på deres kompetanse innenfor mat, måltider, fysisk aktivitet og motorisk utvikling? *Utdyp det du vet og tenker*
55. Er det andre ting vi kunne gjort med hensyn til implementeringen?

Om din rolle og deltakelse

56. Hvordan har det vært å være en del av prosjektet helsefremmende praksis?
57. Hvordan opplever dere at prosjektgruppen har møtt dere og hørt på deres tanker, behov og ønsker? Hvordan har møtene vært?
58. Hvordan har dere opplevd samarbeidet med prosjektgruppen? Har det vært noe som er utfordrende?
59. Har prosjektet Helsefremmende praksis hatt betydning for hvordan deres barnehage jobber i dag? *Utdyp på hvilken måte det har betydning eller påvirket praksis*
60. Hvilken rolle og mulighet mener du at du som ansatt har, til å påvirke praksis i barnehagen?
61. hvilke rolle har hatt i arbeidet med mat måltider og fysisk aktivitet
62. i hvilken grad har dere være åpne til dette prosjektet
63. Har det vært noen utfordringer i arbeidet med mat, måltider og fysisk aktivitet? *utdyp*
64. Har du lært noe om helsefremmende praksis i løpet av prosjektperioden? Hva har du lært som er viktig inn i denne type arbeid?
65. Hvordan tenker du at koronapandemien har påvirket arbeidet?
66. Hva tenker du må til for å få med alle til å jobbe i samme retning med helsefremmende arbeid?
67. Hva forventer du av din leder i det helsefremmende arbeidet? Hva er viktig fra din leder for at du kan jobbe godt med helsefremmende praksis?
68. Har du andre kommentarer eller noe du vil legge til?

9.2 Egenvurderingsskjema for barnehager

Egenvurderingsskjema for helsefremmende praksis

● Praksis er god
● Praksis kan bli bedre
● Praksis må endres

Kosthold

1. Vi serverer næringsrike matvarer som er i tråd med Helsedirektoratets kostråd	●	●	●
2. Vi setter sammen måltidene med matvarer fra de tre matvaregruppene	●	●	●
3. Vi serverer grønnsaker og frukt eller bær hver dag	●	●	●
4. Vi serverer grovt brød (3/4 eller 4/4 på Brødskala'n) og grove kornprodukter	●	●	●
5. Vi varierer påleggstilbudet	●	●	●
6. Vi feirer bursdager uten kaker, kjeks, is, saft og lignende	●	●	●
7. Vi gjennomfører de fleste feiringer og markeringer uten servering av søt og fet mat og søt drikke	●	●	●
8. Vi serverer skummet melk, lettmeik eller lettmeik tilsatt vitamin D, og vann til måltidene	●	●	●
9. Vi bruker måltidet som en pedagogisk arena der barna får medvirke i mat- og måltidsaktiviteter	●	●	●
10. Vi legger til rette for minst tre faste måltider hver dag med medbragt eller servert mat	●	●	●
11. Vi setter av minst 30 minutter til å spise	●	●	●
12. Vi er bevisste vår egen rolle i forbindelse med mat og måltider	●	●	●
13. Vi legger til rette for at barna skal utvikle matglede og sunne matvaner	●	●	●
14. Vi legger til rette for at måltidet bidrar til samtaler og sosiale relasjoner	●	●	●
15. Vi legger til rette for at barna prøver nye smaker og utforsker smakssansen	●	●	●
16. Vi forankrer arbeid med mat og måltider i årsplanen, og andre planer	●	●	●
17. Vi har mat og måltider som tema på førstegangssamtaler, foreldremøter og foreldresamtaler	●	●	●
18. Vi veileder foresatte om sunt og variert kosthold ved behov	●	●	●

Fysisk aktivitet

1. Vi forankrer arbeid med fysisk aktivitet i årsplanen og andre planer	●	●	●
2. Vi tar initiativ til fysisk aktivitet for barna og med barna	●	●	●
3. Vi er aktivt tilstedeværende i fysisk aktivitet med barna	●	●	●
4. Vi legger til rette for mestringsopplevelser i fysisk aktivitet	●	●	●
5. Vi legger til rette for varierte fysiske aktiviteter	●	●	●
6. Vi gir barna tilgang til varierte bevegelsesmiljøer utenfor barnehageområdet	●	●	●
7. Vi legger til rette for risikofyllt lek gjennom kroppslige utfordringer	●	●	●
8. Vi legger til rette for aktiviteter som inkluderer moderat og høy intensitet	●	●	●
9. Vi legger til rette for et like godt aktivitetstilbud for jenter og gutter	●	●	●
10. Vi identifiserer og aktiviserer barn med større behov for fysisk aktivitet	●	●	●
11. Vi gjennomfører aktiviteter som stimulerer de grunnleggende grovmotoriske ferdighetene	●	●	●
12. Vi tilpasser fysisk aktivitet slik at barna har noe å strekke seg etter	●	●	●
13. Vi kombinerer fysisk aktivitet med andre pedagogiske aktiviteter	●	●	●
14. Vi har fysisk aktivitet som tema på førstegangssamtaler, foreldremøter og foreldresamtaler	●	●	●

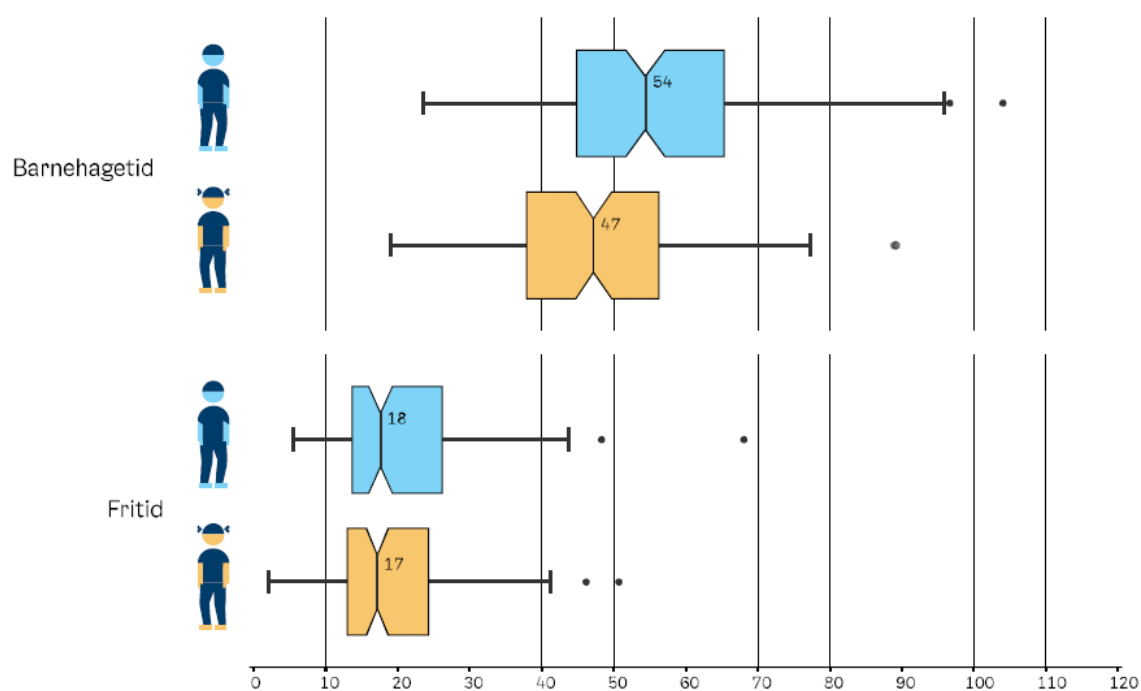
9.3 Aktivitetsmålinger i barnehager

Resultater fra aktivitetsmåling 2018 – kartlegging

Fysisk aktivitet ble målt objektivt med akselerometer, i barnehagetiden og på fritiden. Tallene gjenspeiler kun aktivitetsnivået til en gruppe barn i et utvalg barnehager i Groruddalen på et gitt tidspunkt. Antall deltakere er svært lavt sammenlignet med totalt antall barnehagebarn.

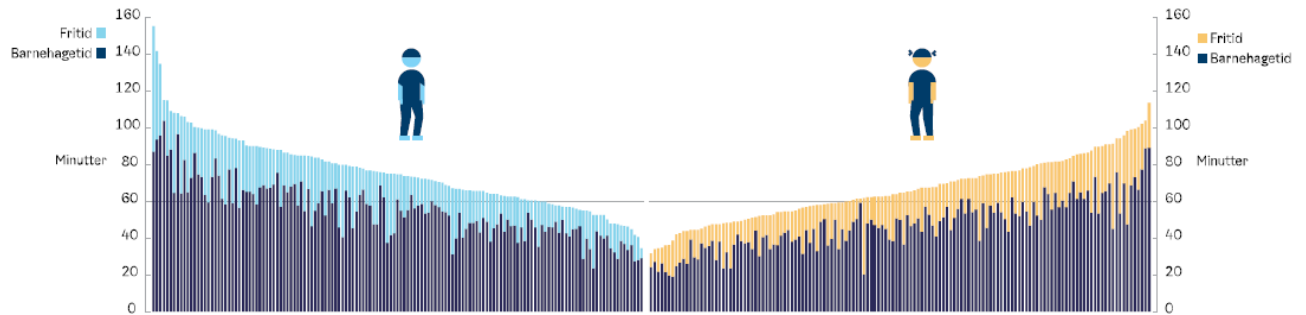
Oversikt over antall inkluderte barn fra de ulike bydelene.

Bydel	Totalt	Jenter	Gutter
Alna	70	28	42
Bjerke	66	33	33
Grorud	81	41	40
Stovner	65	37	28
Groruddalen	282	139	143

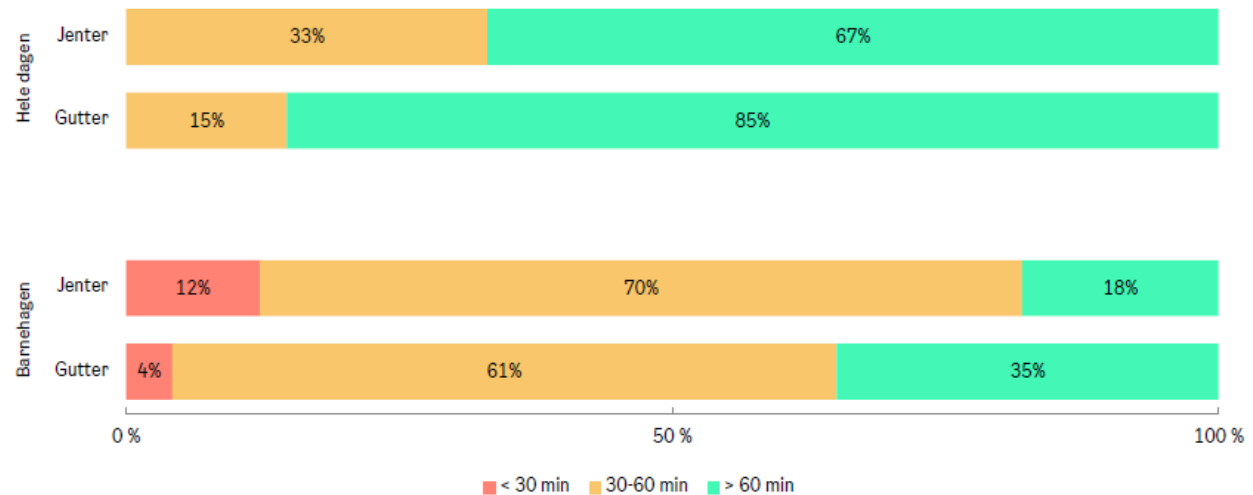


Samlet antall minutter (median) i moderat og hard fysisk aktivitet i barnehagetiden og fritiden for gutter og jenter.

Det var 67 prosent av jentene og 85 prosent av guttene som tilfredsstilte anbefalingen i løpet av hele dagen.

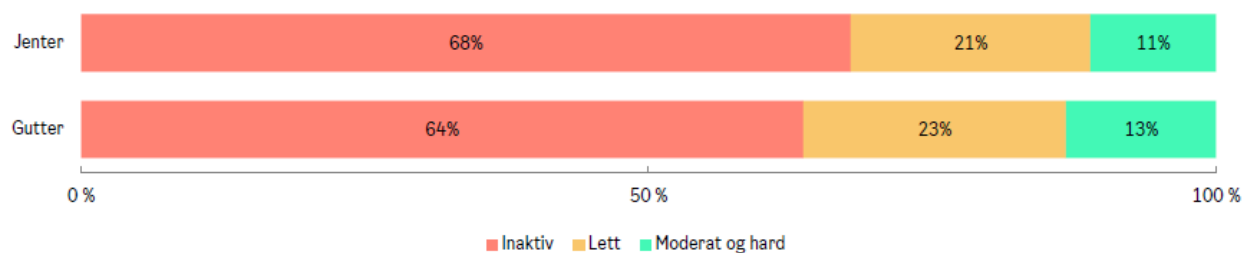


Individuelle minutter i moderat og hard fysisk aktivitet i barnehagetiden og fritiden for gutter og jenter.



Andel barn i moderat og hard intensitet under 30 minutter, mellom 30 og 60 minutter og over 60 minutter i barnehagetiden og hele dagen.

Mesteparten av barnehagetiden ble tilbrakt i inaktivitet eller i lett aktivitet for både jentene (89 prosent) og guttene (87 prosent). Tid i moderat til hard fysisk aktivitet utgjorde 11 prosent av tiden for jentene, og 13 prosent for guttene.



Andel tid i aktivitetsnivåer i barnehagetiden.

Resultater fra aktivitetsmåling 2020 – midtveisevaluering

Aktivitetsmålinger ble gjennomført i de samme 16 barnehagene i år 2020 som i den innledende kartleggingen i 2018.

Oversikt over antall inkluderte barn fra de ulike bydelene.

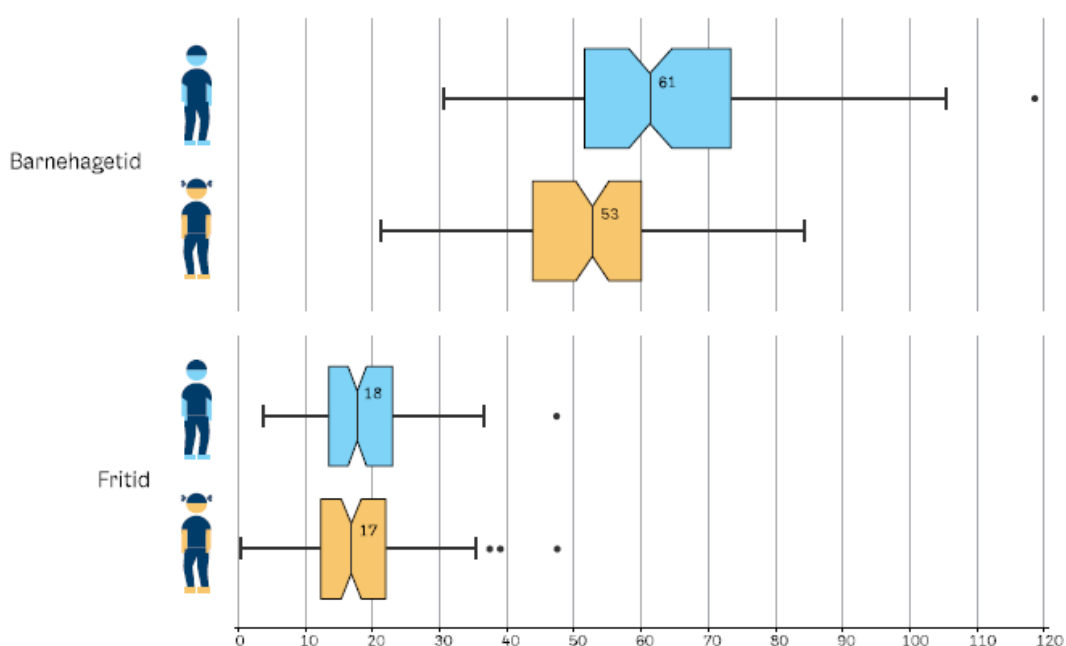
Bydel	Totalt	Jenter	Gutter
Alna	40	19	21
Bjerke	56	28	28
Grorud	75	37	38
Stovner	53	25	28

Totalt aktivitetsnivå

I barnehagetiden var totalt aktivitetsnivå høyere for gutter enn for jenter (gjennomsnitt $\pm$ standardavvik 981 ± 248 vs. 837 ± 206 , $t=4.7$, $p<0.001$, tosidig t-test). På fritiden var det ikke forskjell i totalt aktivitetsnivå mellom gutter og jenter (gjennomsnitt $\pm$ standardavvik 624 ± 255 vs. 618 ± 235 , $t=0.19$, $p=0.84$, tosidig t-test).

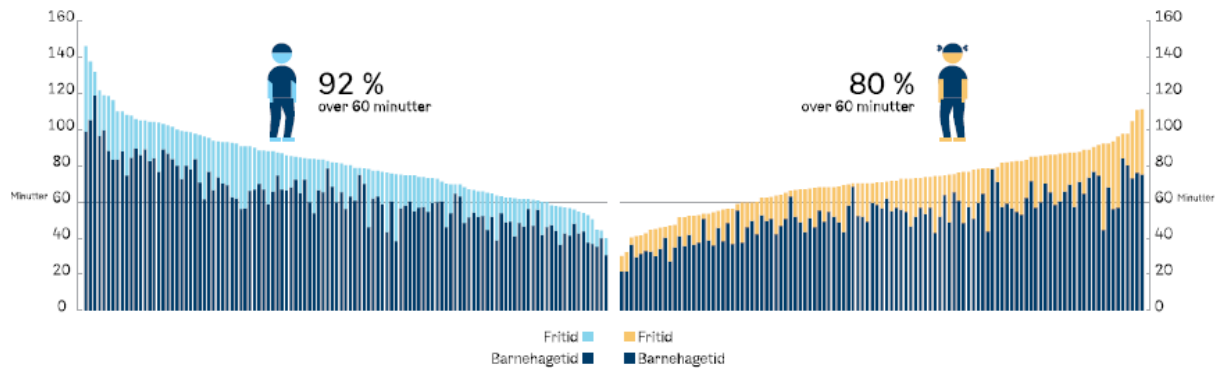
Moderat og hard fysisk aktivitet

I barnehagetiden hadde guttene 61 (52-73) minutter i moderat til hard fysisk aktivitet, og jentene hadde 53 (44-60) minutter. Forskjellen var statistisk signifikant (Mann-Whitney U test, $p<0.001$). På fritiden var det ingen signifikant forskjell mellom gutter og jenter (Mann-Whitney U test, $p=0.35$). Guttene hadde 18 (14-23) minutter i MHFA, og jentene hadde 17 (12-22) minutter.

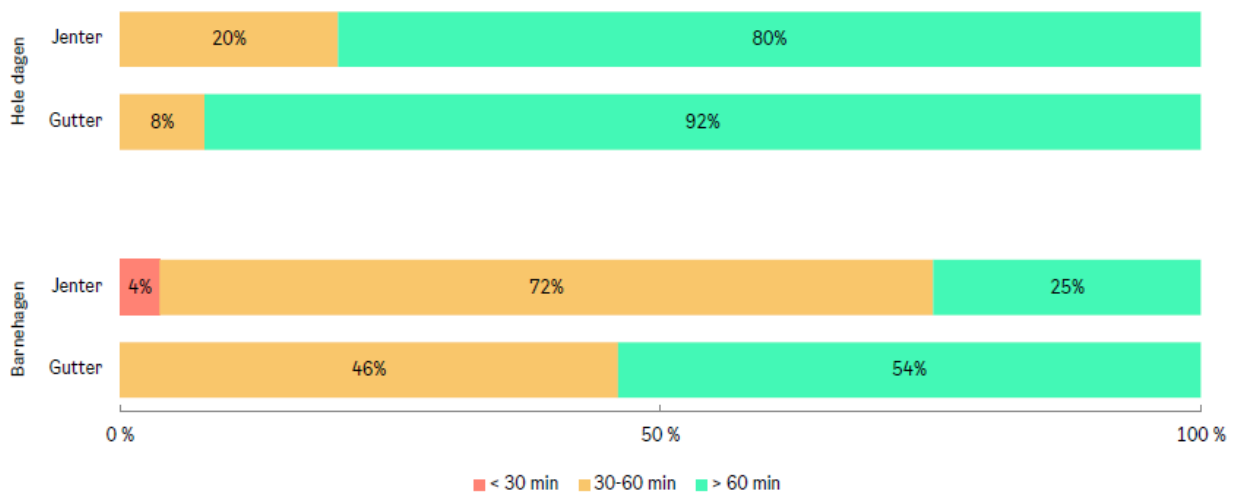


Samlet antall minutter (median) i moderat og hard fysisk aktivitet i barnehagetiden og fritiden for gutter og jenter.

Det var 92 % av guttene og 80 % av jentene som tilfredsstilte anbefalingen i løpet av hele dagen.

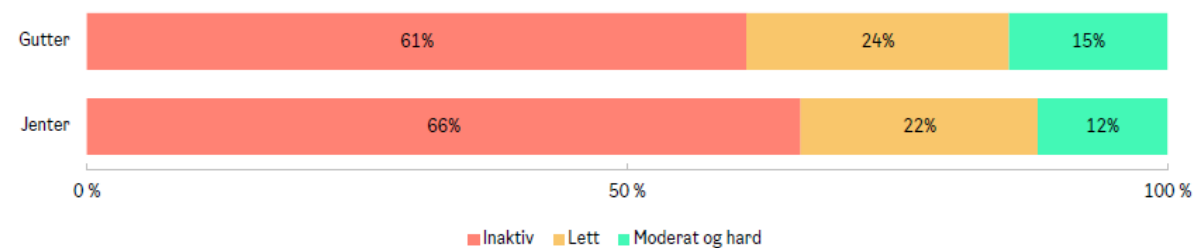


Antall minutter i moderat og hard fysisk aktivitet i barnehagetiden og på fritiden per barn, fordelt på kjønn.



Andel barn i moderat og hard intensitet under 30 minutter, mellom 30 og 60 minutter og over 60 minutter i barnehagetiden og hele dagen.

Mesteparten av barnehagetiden ble tilbrakt i inaktivitet eller i lett aktivitet for både gutter (85 %) og jenter (88 %), hvorav tid i inaktivitet var 61 % for gutter og 66 % jenter. Tid i moderat til hard fysisk aktivitet utgjorde 15 % av tiden for guttene, og 12 % for jentene.



Andel tid i aktivitetsnivåer i barnehagetiden.

9.4 Spørreundersøkelse midtveisevaluering på barneskoler

Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen

Prosjektet har som mål å bidra til likeverdig og helsefremmende praksis for kosthold og fysisk aktivitet i alle barnehager og barneskoler Groruddalsbydelene. Prosjektet startet med en kartlegging høsten 2017. I perioden før pandemien ble det arrangert samlinger, og skolene opprettet arbeidsgrupper som i samarbeid med prosjektet utarbeidet lokale handlingsplaner for kosthold og fysisk aktivitet på skolen/AKS.

I forbindelse med avslutning av prosjektet ønsker vi å vite mer om din opplevelse av prosjektet og arbeidet med kosthold og fysisk aktivitet på skolen/AKS. Resultatene vil inngå i prosjektets sluttevaluering.

Det er ønskelig at skjemaet besvares av personer som var med i arbeidsgruppen eller som på annen måte var involvert i prosjektet.

Det vil ta omtrent 5 minutter å besvare undersøkelsen. Spørreundersøkelsen er anonym.

* indikerer at spørsmålet er obligatorisk

Hvilken stilling hadde du da skolen deltok i prosjektet (2018-2020)?

Rektor ☐ Assisterende rektor ☐ Helsesykepleier ☐ AKS-leder ☐ Baseleder på AKS ☐

Kjenner du til prosjektet Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen?*

Ja ☐ Nei ☐

Arbeidsgruppe

Skolene som deltok i prosjektet ble oppfordret til å opprette en arbeidsgruppe som skulle jobbe med praksis for kosthold og fysisk aktivitet. Arbeidsgruppen skulle i samarbeid med prosjektgruppen få innsikt i praksis på skolen og AKS, og utarbeide en lokal handlingsplan med tiltak.

Ble det opprettet en arbeidsgruppe som skulle jobbe med helsefremmende praksis? *

Ja ☐ Nei ☐ Vet ikke ☐

Var du med i arbeidsgruppen?*

Ja ☐ Nei ☐

I hvilken grad stemmer påstandene om arbeidsgruppe for deg?*

Det var nyttig å ha en arbeidsgruppe som skulle jobbe med kosthold og fysisk aktivitet

I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Det var nyttig å diskutere praksis sammen med andre i arbeidsgruppen

I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Det var nyttig å diskutere og reflektere over egen praksis sammen med personer fra prosjektet
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Arbeidsgruppen var nyttig for å forankre arbeidet med kosthold og fysisk aktivitet på skolen/AKS
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Lokal handlingsplan

I samarbeid med personer fra prosjektet, utarbeidet arbeidsgruppen en handlingsplan med tiltak for å forbedre praksis knyttet til kosthold og fysisk aktivitet på skolen/AKS.

Utarbeidet dere en lokal handlingsplan for kosthold og fysisk aktivitet?*

Ja ☐ Nei ☐ Vet ikke ☐

I hvilken grad stemmer påstandene om lokal handlingsplan for deg?*

Den bidro til at vi arbeidet systematisk med mat, måltider og fysisk aktivitet
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Den var nyttig for å forankre arbeidet med mat og måltider og fysisk aktivitet på skolen og AKS
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Den var nyttig for å sikre fremdrift i arbeidet med kosthold og fysisk aktivitet
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Egenvurdering

Egenvurdering er et skjema for å vurdere egen praksis for kosthold og fysisk aktivitet på skolen og AKS. Skjemaet er basert på anbefalinger og retningslinjer fra Helsedirektoratet og rammeplan for AKS. Skjemaet følger trafikklysmodellen der man vurderer om praksis er god (grønn), praksis kan forbedres (gul) eller praksis må endres (rød).

Fylte dere ut egenvurderingsskjemaet for å vurdere egen praksis?*

Ja ☐ Nei ☐ Vet ikke ☐

I hvilken grad stemmer påstandene om egenvurderingen for deg?*

Den bidro til økt bevissthet knyttet til mat og måltider og fysisk aktivitet på AKS og skolen
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Den bidro til at vi arbeidet systematisk med mat, måltider og fysisk aktivitet
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Den hjalp oss med å synliggjøre det vi er gode på
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Den hjalp oss med å synliggjøre områder vi bør arbeide med
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Jeg kan tenke meg å bruke egenvurderingen fremover for å vurdere praksis
 I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Veileder for mat og måltider og fysisk aktivitet

Prosjektgruppen vurderer å utarbeide en veileder for mat og måltider og fysisk aktivitet. Hensikten er å gi ansatte kunnskap, tips og inspirasjon til arbeidet med mat og måltider og fysisk aktivitet.

Kunne skolen og/eller AKS hatt nytte av en veileder for mat og måltider og fysisk aktivitet?

Ja ☐ Nei ☐ Vet ikke ☐

Hvilke temaer innen mat og måltider kunne eventuelt vært nyttig å ha med i en veileder? (Velg antall kryss)

☐ Menyplanlegging og innkjøp

☐ Anbefalt mat og drikke

☐ Spesielle anledninger

☐ Spisemiljø

☐ Pedagogiske måltidsaktiviteter

☐ Smak og spiseutvikling

☐ Bærekraftig måltid

☐ Allergi og andre særlige behov

☐ Foreldresamarbeid

☐ Andre:

Hvilke temaer innen fysisk aktivitet kunne eventuelt vært nyttig å ha med i en veileder? (Velg antall kryss)

☐ Anbefalinger for fysisk aktivitet og stillesitting

☐ Betydning av fysisk aktivitet

☐ Voksenrollen

☐ Utvikling av motoriske ferdigheter

☐ Aktive pauser

☐ Friminutt og utetid

☐ Fysisk aktiv læring

☐ Aktiv skolevei

☐ Samarbeid med idrettslag

☐ Andre:

Litt om betydningen av god praksis for kosthold og fysisk aktivitet

I hvilken grad stemmer påstandene for deg?

God praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet på skolen styrker elevenes helse og utvikling
I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

God praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet bidrar til økt konsentrasjon og læring blant elevene svært
stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

God praksis for mat, måltider og fysisk aktivitet bidrar til et godt klassemiljø og trivsel blant elevene
I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Skolen og AKS har et stort ansvar i å bidra til at elevene etablerer helsefremmende vaner
I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

I hvilken grad har det vært lærerikt og/eller inspirerende å delta i prosjektet?
I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Coronapandemien har gjort det utfordrende å videreføre prosjektarbeidet. Under normale omstendigheter,
i hvilken grad tror du prosjektet kunne bidratt til bedre praksis for kosthold og fysisk aktivitet?
I svært stor grad ☐ I stor grad ☐ I noen grad ☐ I liten grad ☐ I svært liten grad ☐ Vet ikke ☐

Har du innspill til hva prosjektet kunne ha gjort annerledes?

.....

Hva vurderer du som de største utfordringene innen mat og måltider på skolen og/eller AKS?

.....

Hva vurderer du som de største utfordringene innen fysisk aktivitet på skolen og/eller AKS?

.....

9.5 Rapport fra KORUS – tiltak på Bjøråsen ungdomsskole

KORUS
Oslo

RAPPORT 2022

Skolematundersøkelse på Bjøråsen skole på Romsås

Anniken Therese Sand og Yvonne Larsen



Innhold

Innledning	2
Bakgrunn	2
Målet med evalueringen	3
Hvordan foregikk matserveringen?	3
Metode	3
Hva vi spurte om	3
Gjennomføring av datainnhenting	4
Spørreundersøkelsen	4
Frokost	4
Lunsj	4
Inntak av ulike matvarer	6
Aktivitet i storefri	7
Matservering og det sosiale miljøet ved skolen	10
Intervjuer	12
Intervju med lærere	12
Intervju med elever	13
Observasjoner	14
Oppsummering av resultatene	14
Anbefalinger	16
Folkehelseinstituttets skolematundersøkelse	16
Ung i Oslo 2021	16
Vedlegg:	17
Spørsmål semistrukturerte intervjuer	17
Spørsmål til lærere	17
Spørsmål til elever	17
Spørreskjemaet	18

Innledning

KORUS Oslo har evaluert et pilotprosjekt med lunsjservering én dag i uken på en ungdomsskole i Groruddalen som del av Program for folkehelsearbeid i Oslo 2017-2022.

En modell for servering av varm lunsj en dag i uken er testet ut på Bjøråsen ungdomsskole på Romsås i høstsemesteret 2021, etter initiativ fra prosjekt for helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen. Prosjektet er en del av Program for folkehelsearbeid i Oslo, som er en statlig satsing med målsetting om å fremme bedre psykisk helse og livskvalitet i befolkningen, der barn og unge er en prioritert målgruppe. Som del av helsefremmende praksis i Groruddalen er 84 kommunale barnehager og 29 barneskoler med i prosjektet, som bidrar til gode rutiner for kosthold og fysisk aktivitet. Prosjektet har blant annet som mål å bidra til et helsefremmende og likeverdig mat- og måltidstilbud på skolen, og til trivsel på skolen.

Dette er det første tiltaket i prosjektet rettet mot ungdomsskolen. Mattilbudet foregår i samarbeid med Vegetarekspressen¹, en del av NAVs sysselsettingsprogram i Bydel Grorud. KORUS har fulgt prosessen og den praktiske implementeringen, gjennom deltakelse i prosjektgruppa, observasjoner, spørreundersøkelser til elever og gruppeintervjuer med elever og ansatte ved Bjøråsen skole.

KORUS Oslo er et av kompetansemiljøene som deltar i Samarbeidsorganet for Program for folkehelsearbeid i Oslo, og har derfor bidratt inn med tiltaksevalueringen for å sikre kunnskap og overføringsverdi. Dette arbeidet inngår også i det overordnede arbeidet med sosial ulikhet og folkehelse i KORUS Oslo.

Bakgrunn

Folkehelsen er en av vår tids største utfordringer og forskjellene i helse mellom ulike sosiale grupper har økt betraktelig. Helsedirektoratet har satt i gang en tiårig satsing (2017-2027) på kommunalt folkehelsearbeid, som resultat av et forslag fremmet gjennom Folkehelsemeldingen av 2015. Satsingen skal bidra til en langsiktig styrking av kommunenes arbeid med å fremme befolkningens helse og livskvalitet. Barn og unge, psykisk helse og rusforebygging er sentrale tema. Sammenlignet med gjennomsnittet for Oslo, viser statistikken at det er gjennomgående flere med dårlig helse i Groruddalsbydelene. I Stortingsmelding nr. 16 «Resept for et sunnere Norge» vektlegges betydningen av forebyggende arbeid, gjennom å påvirke befolkningens levestil og livsstil, og tidlig innsats omtales som virkningsfullt. Gjennom å fremme fysisk aktivitet, sunt kosthold og helsefremmende vaner blant barn, unge og deres foresatte, øker sannsynligheten for varig, positiv livsstilsendring i de enkelte familiene. Dette vil kunne ha positive ringvirkninger på både individ-, lokal- og samfunnsnivå. Et sunt kosthold og tilstrekkelig med næringsstoffer kan bidra til god helse, både fysisk og psykisk.

I tillegg representerer måltidene i skolen et sosialt samlingspunkt som er viktig for fellesskap og trivsel. En bred satsing på fysisk aktivitet og kosthold i barnehager og skoler vil derfor kunne bidra til en positiv effekt på barn og unges fysiske og psykiske helse, samt trivsel og livskvalitet. Prosjekt for helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen er å anse som nybrottsarbeid fordi det går på tvers av etater og bydeler, som sammen forsøker å bidra til forbedret praksis på skoler og barnehager innenfor et stort geografisk område.

Ved oppstart av prosjektet ble det gjennomført en kartlegging av barnehagenes og barneskolenes praksis for kosthold og fysisk aktivitet. Hovedfunnene fra kartleggingen var at det foregår mye bra arbeid, men at det er svært store forskjeller i praksis. Det ser ut til at barna i Groruddalen ikke får et likeverdig tilbud på disse områdene. Kartleggingen viser også at systematisk arbeid med kosthold og fysisk aktivitet ser ut til å gi effekt. Funnene i kartleggingen danner grunnlaget for prosjektets målsettinger og tiltak. Det var også ønskelig å se på mulighet for tiltak inn i ungdomsskolen, og teste en modell for mattilbud på skolen. Hensikten var å undersøke hva som skal til for å få dette til og hvorvidt det påvirker ungdommenes matvaner, trivsel, tilstedeværelse med mer. Piloten med lunsjservering ble derfor satt i gang på Bjøråsen skole på Romsås.

Målet med evalueringen

Målet er å bidra til kunnskapsgrunnlaget for organisering og gjennomføring av mattilbud på en ungdomsskole ved å evaluere lunsjtilbudet ved Bjøråsen skole på Romsås i Groruddalen. KORUS har fulgt implementeringen i høstsemesteret 2021, og sett på hva som skal til for å få et mattilbud på plass. Vi har innhentet elevenes egne opplevelser av lunsjtilbudet og hva slags kostholdsvaner elevene har i spisefri, og ansattes erfaringer med tilbudet. I tillegg har vi sett på opplevelsen av det sosiale rundt matsituasjonen.

Hvordan foregikk matserveringen?

Vegetarekspresen leverte maten i store bakker, og skolens assisterende rektor sammen med øvrig personell serverte ut maten. Skolen har gått til innkjøp av engangsservise. Det er behov for fem personer for å få gjennomført lunsjserveringen. Dersom det er sandwich uten oppvask, klarer de seg med tre, en til hver trinn. Det er primært administrasjonen og vaktmester som står for serveringen, mens lærere som har inspeksjon hjelper til med en eventuell kø-ordning. Prisen per person per måltid er 55,- og ble dekket av Prosjekt for helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen i høstsemesteret. Skolen valgte å finne penger på eget budsjett til å opprette holde mattilbudet etter prosjektperioden.

Metode

Data ble innhentet ved to gruppeintervjuer med elevrådet, et intervju med lærere, observasjon av gjennomføringen av matserveringen, og en spørreundersøkelse med lukkede og noen åpne spørsmål til alle elevene ved skolen. Datainnhenting foregikk fra juni til desember 2021.

Hva vi spurte om

Bjøråsen har et frokosttilbud tre dager i uken. Vi ville vite hvor mange som spiste frokost, og ser at vi kunne ha spurt om de spiste hjemme eller på skolen. Skolen oppgir at ca. 20 elever av skolens 170 benytter seg av frokosttilbudet.

I tillegg til spørsmål knyttet til det nye mattilbudet på fredager, spurte vi elevene om hva de spiser på en normaluke av ulike sunne og mindre sunne matvarer, om de spiser frokost, har med seg matpakke og hvor de spiser lunsj vanligvis. Vi intervjuet elevrådet både før og etter at tiltaket var igangsatt. Under det siste intervjuet kom elevene med innspill om at vi måtte inkludere flere spørsmål i spørreundersøkelsen rundt betydning av det sosiale ved å spise sammen i samlingssalen eller klasserom, og det at noen av lærerne spiser sammen med dem. Vi inkluderte derfor spørsmål om dette med muligheter for fritekstsvar. Det første intervjuet ble gjennomført digitalt før mattilbudet kom på plass, mens det andre ble gjennomført i samlingssalen på skolen etter at de hadde spist og hadde hatt matservering i tre måneder.

Gjennomføring av datainnhenting

Utkast til spørreskjemaet ble gjennomgått med elevrådet i juni 2021 på et digitalt møte, og bearbeidet med hjelp av prosjektgruppen i Groruddalens Prosjekt for folkehelse i flere runder. Noen av spørsmålene er hentet fra den nasjonale Ungdataundersøkelsen og den lokale ungdataundersøkelsen Ung i Oslo 2021. Elevrådet gjennomgikk det reviderte spørreskjemaet under et fysisk intervju i november 2021, etter at matserveringen hadde pågått en stund.

Både elevrådet og tre lærere på 8.-10 trinn ble intervjuet hver for seg om matserveringen i to semistrukturerte intervju i november 2021.

Bjøråsen skole har omlag 170 elever, og undersøkelsen ble distribuert elektronisk til elevene i uke 48. Nesten 90 % besvarte hele undersøkelsen (148 elever, og 15 hadde besvart deler av undersøkelsen). Data om matvaner fra Ung i Oslo 2021 generelt og Ung i Grorud spesielt er også lagt til grunn i analysen av data og funn.

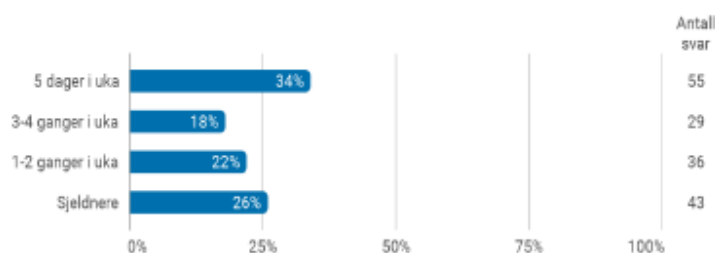
Spørreundersøkelsen

I det følgende blir funnene fra spørreundersøkelsen presentert og kommentert fortløpende, før de oppsummeres i et eget kapittel. Undersøkelsen inneholder både åpne og lukkede spørsmål. De åpne svaralternativene ble gruppert etter om utsagnene kunne tolkes veldig positivt, positivt, nøytralt, negativt eller veldig negativt. Noen hadde skrevet flere elementer i sine svar, og er da gruppert to steder. For å gjøre rapporten mer levende, er et representativt utvalg av utsagnene tatt med.

Frokost

En tredjedel spiser frokost før de kommer på skolen hver dag. Skolen serverer frokost tre dager i uken, og forteller at dette er et tiltak benyttet av ca. 20 elever.

Hvor ofte spiser du frokost hjemme før første time?

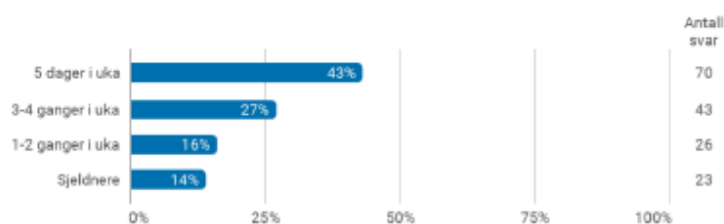


Lunsj

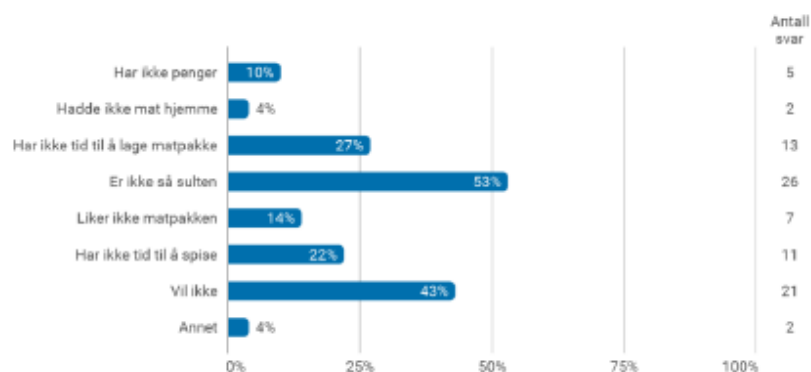
Mange på Bjøråsen bor i nærheten av skolen. Det er derfor vanskelig å vite om de som ikke spiser mat de har med seg hjemmefra, går hjem og spiser eller kjøper mat. Vi spurte derfor

hvor ofte de går hjem i lunsjen. Av svarene under, ser vi at en tredjedel går hjem 3-5 dager i uka. Vi kan ikke vite om dette er den samme store gruppen som har med seg mat 1-2 dager i uken eller sjeldnere. En tredjedel oppgir at de bor for langt unna til å gå hjem i spisefri.

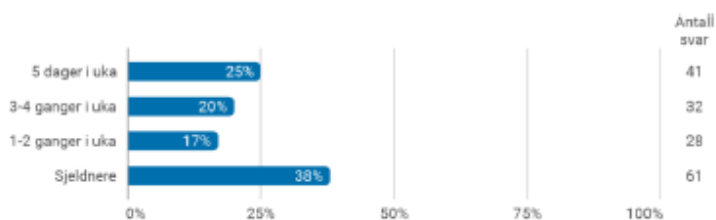
Hvor ofte spiser du lunsj i skoletiden?



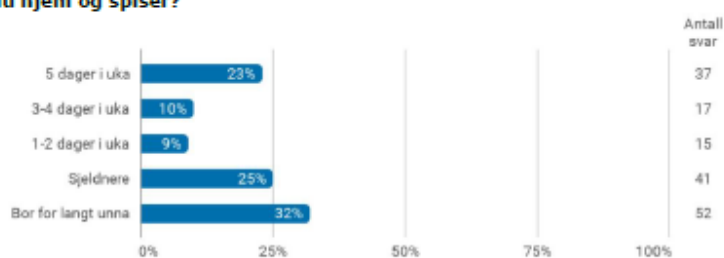
Hvorfor spiser du lunsj bare 1-2 ganger i uka eller sjeldnere? Du kan krysse av for de 2 vanligste årsakene eller skrive mer på åpent felt



Hvor ofte spiser du mat på skolen som du har med deg hjemmefra?

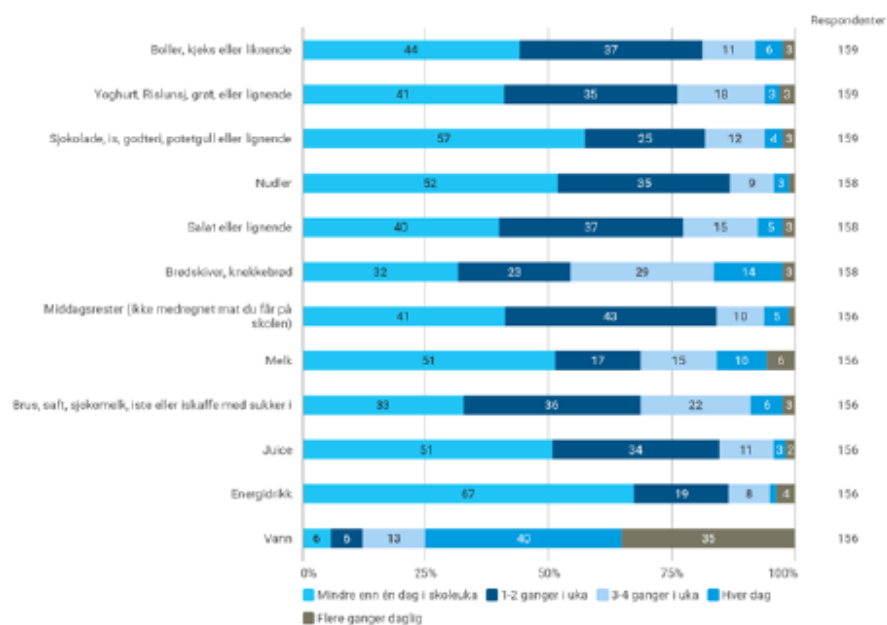


Hvor ofte går du hjem og spiser?



Inntak av ulike matvarer

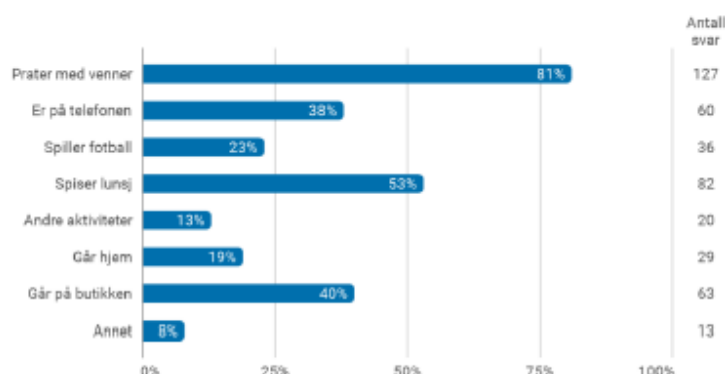
For å få et innblikk i matvanene til elevene, spurte vi hvor ofte de spiser ulike typer matvarer i løpet av en uke. Dette gjelder inntak generelt i løpet av uken. Av tabellen under ser vi at elevene har svart overveiende mindre enn eller 1-2 ganger i uka på de mer usunne matvanene. 23 % svarer at de spiser salat eller liknende 3-4 ganger i uka eller mer, 46 % spiser brødsiver og knekkebrød, og 16 % at de jevnlig spiser middagsrester i løpet av en uke.



Aktivitet i storefri

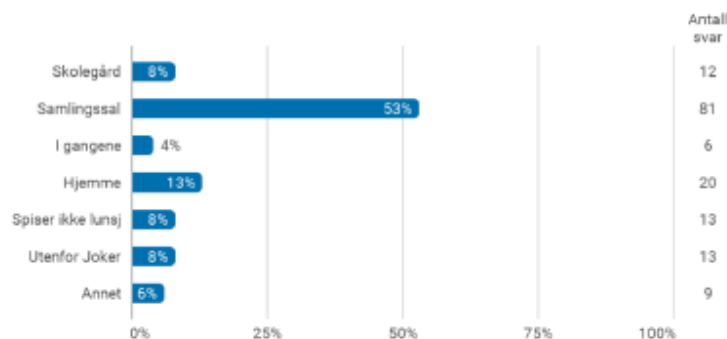
Her er det klart flest, 8 av 10, som oppgir prat med venner som en av de tingene de oftest gjør i storefri. Omlag halvparten sier at de spiser lunsj. Noen få (åtte personer) har kommentert i det åpne tekstfeltet, og svarene varierer fra det åpenbart useriøse, til at de er i samlingssal eller spiller kort i storefri. En person skriver at hen ikke har venner.

Hva gjør du i storefri? (velg de tre du gjør oftest eller skriv selv hva du gjør)



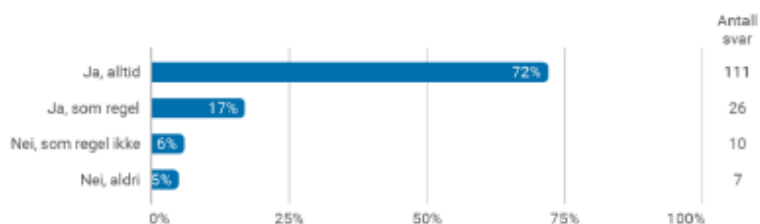
På spørsmålet om hvor de spiser lunsj svarer 8 % svarer at de ikke spiser lunsj, mens 53 % svarte "Spiser lunsj" på spørsmålet om hva de gjør i storefri. På det åpne tekstfeltet fikk vi inn seks svar, der de fleste skriver at de spiser i bussen til eller fra Grorud senter, i gangene eller på "Lille Marmaris" (et gatekjøkken på Grorud senter).

Hvor spiser du oftest lunsjen?



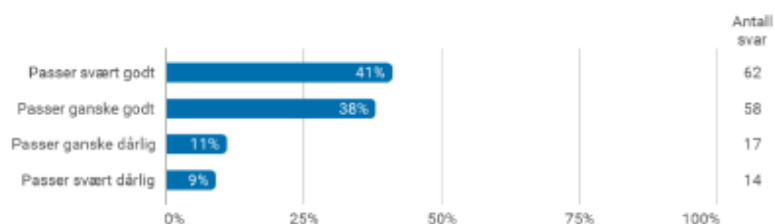
Har du noen å spise lunsj med?

Her svarer 89 % at de alltid eller som regel har noen å spise lunsj med. 11 % svarer som regel ikke, eller aldri.



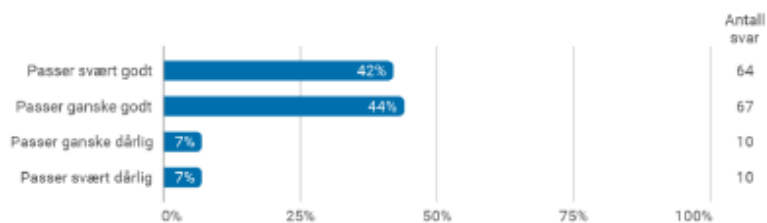
Jeg føler meg mer opplagt og konsentrert de dagene jeg har spist meg mett til frokost

79 % synes påstanden over passer godt eller svært godt, noe som indikerer at elevene har en oppfatning om at det å spise frokost henger sammen med hvordan de føler seg.



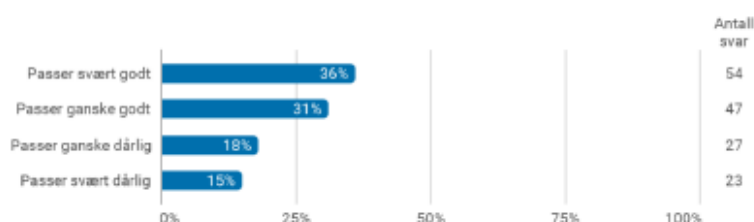
Jeg føler meg mer opplagt og konsentrert de dagene jeg har spist meg mett til lunsj

86 % synes påstanden passer godt eller svært godt, og indikerer at elevene har en oppfatning om at også det å spise lunsj henger sammen med hvordan de føler seg.

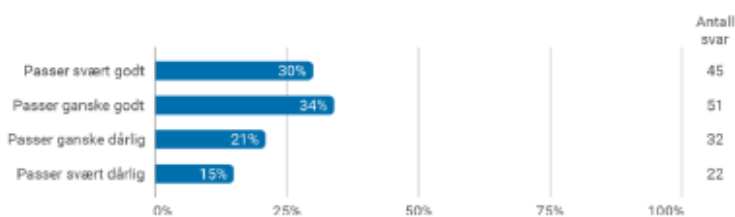


Hva jeg spiser og drikker påvirker hvordan jeg henger med i undervisningen

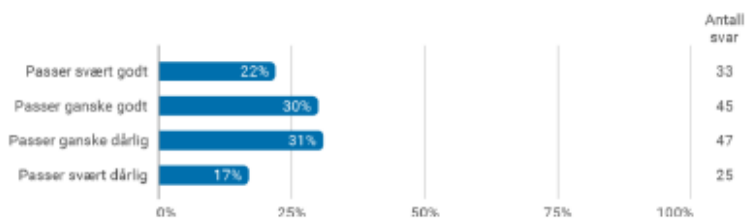
Det er litt færre som synes at denne påstanden passer. Syv av ti elever mener at mat og drikke påvirker hvordan man henger med i undervisningen.

**Hva jeg spiser og drikker påvirker om jeg har lyst til å være aktiv i timene**

Tallet for sammenheng mellom inntak av mat og drikke og lysten på å være aktiv er noe lavere, 64 %.

**Jeg synes det er vanskeligere å konsentrere meg på ettermiddagen enn på formiddagen**

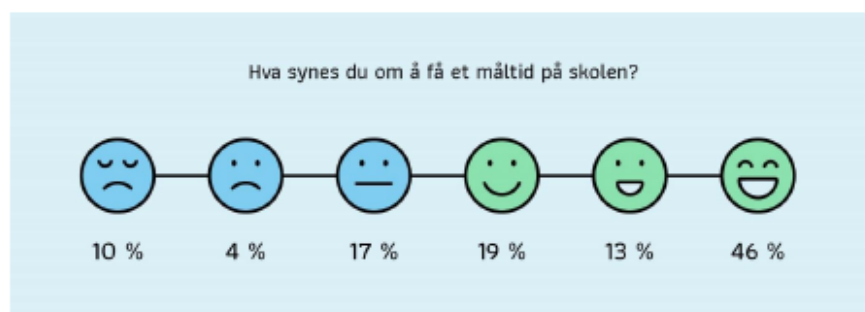
Elevene synes å være delt i synet på når på dagen det er vanskeligst å konsentrere seg.

**Hva synes du om å få et måltid på skolen?**

Spørsmålet om hva de synes om å få et måltid på skolen ble stilt i form av ulike smilefjes, med mulighet for å legge inn en kommentar. Mer enn en fjerdedel av elevene har ønsket å

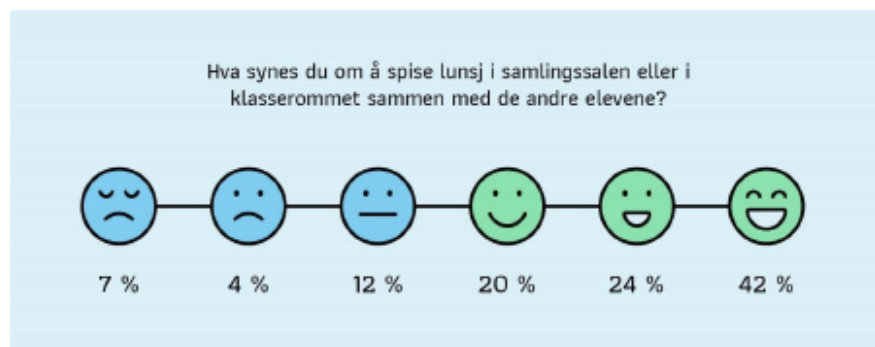
legge igjen en kommentar, noe som tyder på et stort engasjement når det gjelder matservering. Svarene kunne stort sett grupperes i tre kategorier: Den største gruppen skriver at de er svært fornøyd med maten og tilbudet, en mindre gruppe at de ikke liker maten og den siste kategorien ønsker kjøtt.

Blant svarene er det noen som takker; "takkk for at dere bruker tidens deres for å lage matt til oss", "supert assa", kommentarer på maten; "men maten er ikke så god", "jeg føler meg dårlig av lærerne og rektormaten på skoen er dårlig og det er fengsel mat", "favoritt dagen min, siden jeg blir mer konsentrert", "elsker det", "det meste var godt mens masse hadde en rar og uvant smak", "Jeg liker dette veldig godt, fordi det skaper et felleskap når alle sitter sammen å spiser."



Hva synes du om å spise lunsj fredager i samlingssalen eller i klasserommet sammen med de andre elevene?

Dette spørsmålet ble stilt i form av ulike smilefjes. Her ser vi at det er overveiende positiv respons, der 86 prosent er fornøyd eller svært fornøyd. 23 prosent mer mindre eller svært lite fornøyd. På grunn av kapasiteten i samlingssalen, spiser 8. trinn i klasserommet sitt. Vi vet ikke om det er noen forskjell i svarene til de som spiser det ene eller andre stedet.



Matsservering og det sosiale miljøet ved skolen

Vi fikk innspill fra elevrådet om at matserveringen påvirket det sosiale miljøet, og har derfor inkludert dette spørsmålet, som vi valgte å gi en åpen form.

92 elever skrev et svar. Av disse svarte to tredjedeler at det påvirker det sosiale miljøet positivt, 10 personer svarte at det påvirker det sosiale i mindre grad, mens de resterende svarene handlet om ulike andre ting. Elevene skriver at lunsjserveringen fører til at færre drar hjem i storefri. De er mer sosiale, de snakker mer sammen enn vanlig og maten blir et tema, om de liker den eller ikke: "Vi forteller litt om maten vår hjemme og hvordan maten ligner eller ikke ligner." "Det trekker folk nærmere hverandre. ikke fysisk men måten folk er sosiale og spiser med hverandre." Noen kommenterer at det gjør at flere kommer på skolen "Det er mange folk som er i skolen da det er mat å fredag". "Det er kjempe deilig å spise maten deres. jeg elsker det! jeg er imponert, at vi får gratis og en deilig mat i fredager." Ikke alle er positive; "broooo det er ikke noe kjøtt i mat engang, og dere snakker om det sosiale".

Læreres deltakelse under lunsjtilbudet

Noen av elevene i elevrådet nevnte at de synes det var fint at lærerne spiste sammen dem. Det har vært beregnet mat til at lærerne også kan få, men det har ikke vært planlagt at lærerne skal sitte ned og spise med elevene. Av svarene kan vi se at elevene i alle hovedsak var veldig positive til at lærerne spiste sammen med dem.

Vi har gruppert svar som likner på hverandre. 129 personer svarte, og av disse svarte 98 at det at lærerne av og til spiser med dem er bra, hyggelig, eller liknende. Bare 8 skriver at de ikke liker det, og 15 at det ikke spiller noen rolle for dem. De resterende svarer enten vet ikke, eller skriver om andre tema.

En skriver: "Synes det er fint at de også blir med å sosialisere seg med elevene. Da får de også tid til å høre om livene til elevene de har utenfor skolen og hvordan de er." "Det er koselig at lærerne kan spise med elevene. Man kan også da ha noen å prate med hvis man sitter alene." Selve matserveringen blir også nevnt som tema: "Jeg syntes det er koselig og hyggelig fordi man kan diskutere maten, man kan snakke om man synes maten var god eller dårlig og hva som var godt eller dårlig."

Ikke alle er fornøyde med at lærerne spiser sammen med dem: "Vi liker det ikke. LA OSS VÆRE ALENE". "Noen ganger er det irriterende, men noen ganger er det greit." Andre synes ikke det er så nøye: "Det er fint, jeg bryr meg ikke om de spiser med oss eller ikke."

Ønske om endring

Vi spurte elevene om det var noe de ønsket å forandre på i lunsjtilbudet. Av svarene kan vi se at det er mange som savnet kjøtt. 128 svarte, og svarene er gruppert sammen. 53 svarer "nei", at de ikke ønsker endre på noe, eller er fornøyd.

50 svar på at de ønsket bedre mat, mer variert, mer kjøtt eller kommer med forslag om spesifikke matretter. 15 besvarelser ønsker lunsjservering oftere. De resterende var ulike kategorier, eller tilsynelatende useriøse. Det er mange som skriver at de ønsker mer kjøtt eller at de synes det var for mye vegetarisk: "Vil ha kjøtt eller kylling i maten og synes vi burde ha mat å skolen flere ganger enn på fredager" er et typisk svar. Flere nevner at de ønsker å bli spurt om hva de vil spise. Forslagene til mat varierer med alt fra kebab til "at en fredag så har man suppe eller pannekaker. Som for eksempel blomkålssuppe som er fra norsk kultur også det vi har hatt de andre uken" eller "De burde servere smoothie eller noe juice, men litt bedre mat og protein".

Vi spurte om det var noe elevene ønsket å legge til, her svarte 108, hvorav halvparten svarte "Nei", og 40 elever kom med forslag om matretter eller ønsker om mer kjøtt, 4 ønsket oftere lunsj, og de resterende i ulike andre kategorier. "Pizza eller taco kunne ha blitt bra eller fiskeboller og fiskepinner men ellers er det ikke problem. "At jeg liker skolemattilbudet på fredager veldig godt, og at jeg vil få til dette flere ganger i uka." "Maten er fantastisk godt jobba." "Jeg tror ikke det er noe spesielt, men JEG ville puttet litt mer chili".

Intervjuer

Intervju med lærere

Vi intervjuet tre lærere fra alle trinn. En hadde lengre fartstid på skolen, mens to hadde kortere ansettelsesforhold.

Vi spurte lærerne om hvilket inntrykk de har av ernærings situasjonen ved skolen - hvor mange som ikke spiser frokost, eller ikke har med seg næringsrik mat, og om det er mange som går hjem fra skolen for å spise.

Lærerne forteller at deres inntrykk er at mange av elevene ikke spiser lunsj. Noen har ikke med mat, fordi de ikke gidder eller fordi det er «ukult». Noen går i butikken og kjøper usunn mat, andre vil heller bruke storefri til fotball. Jentene er generelt bedre på å sitte ned og spise, og de har også med seg mat i større grad enn guttene.

Mange spiser tørre nudler, men av og til får de varmt vann til å varme nudlene med.

Det er skolefrokost tirsdag, onsdag og fredag, og en del elever benytter seg av dette tilbudet. Skolefrokosten består av knekkebrød og yoghurt. Elevene får til dels ha med yoghurt inn i timen dersom de ikke rekker å spise den før timen begynner. Lærerne sier de velger å se litt gjennom fingrene med dette, i og med at de vurderer det som viktig at elevene får i seg noe mat før skoledagen begynner.

Lærerne forteller at skolen har endret seg til det bedre de siste årene, blitt mer strukturert og skapt bedre trivsel for lærerne. Det har blitt tatt en rekke organisatoriske grep som lærerne mener har hatt en positiv effekt på skolemiljøet. Det er blant annet innført idrett valgfag der elevene samles på tvers av klassetrinn to timer per uke. Det er innført senere oppstart for noen elever, og mindre klasser på cirka 20 elever per klasse. Det er også en mer fleksibel praksis på bruk av mobiler. Tidligere var det obligatorisk oppstilling ute og lærerne måtte ha på seg vester, noe som det nå er slutt på.

Hva gjør elevene i storefri?

I storefri går en del av elevene rundt; noen sitter i samlingssalen eller de er på spillrommet, noen bruker de fysiske spillene inne (fotball, biljard, bordtennis) og ute (alle klasser har sin egen fotball og basketball). Noen går også hjem eller på butikken.

Hvor spiser elevene oftest lunsjen?

Elevene spiser enten ute i skolegården, i samlingssalen eller i «farta» (de aller fleste).

Hva tenker lærerne om fredagslunsjen?

Alle synes det er et helt fantastisk tilbud. De mener at elevene er veldig fornøyde med tilbudet og at «alle hopper på» tilbudet om gratis mat. Elevene spiser mye, det er «krig» om maten til tider og elevene kan bli utålmodige. De sier det er mye styr og dårlig bordskikk. Skolen får menyer seks uker om gangen, noe de setter pris på. Det er alltid noen som ikke liker maten, mens noen retter, som for eksempel pizzasnurrer, er veldig populære. Elevene er stolte av sin kultur, og det inkluderer matrettene dersom de er populære. Da roper de høyt og poengterer at det er «deres» mat. Opplevs ikke maten så populær, er de mer stille.

Organisering av tilbudet

Selve organiseringen av tilbudet tar to timer inkludert oppvask. Lærerne sier at det er ganske ressurskrevende og krever mye logistikk. Åttendetrinn må spise i klasserommene sine på grunn av plassmangel, så de får en egen bakke med mat til klasserommene. Lærerne kommer også ofte ned til samlingssalen og spiser med elevene. Alle lærerne vi snakket med opplever maten som veldig god og velsmakende.

Dersom man skal utvide tilbudet, ser lærerne for seg at det må være dedikerte ansatte som jobber med dette. Det kan også være «enklere» mat noen dager. Mer bruk av frivillige foresatte og andre, er også et konkret forslag. En mor er alltid med som frivillig, noe som oppleves som både svært hjelpsomt og hyggelig. De mener at all jobben uten tvil er verdt det, og de vil alle yte ekstra for å få til dette tilbudet. De ser at konsentrasjonen øker og at det gir ekstra motivasjon for å komme på skolen og bli på skolen i storefri for å få varm og god mat.

Intervju med elever

Det første intervjuet hadde vi i juni 2021 med det daværende elevrådet, før matserveringen ble iverksatt i august. Intervjuet ble foretatt digitalt på grunn av pandemien. Vi gikk gjennom hva vi hadde tenkt det kunne være aktuelt å stille spørsmål om, og fikk tilbakemelding og innspill av elevene. Det deltok seks – syv elever.

Det andre intervjuet fant sted i november 2021, da matserveringen hadde vært i gang i nesten tre måneder. Vi hadde en samtale på 45 minutter med seks elever fra elevrådet etter matserveringen en fredag. Tre gutter, tre jenter, en fra 8. trinn, en fra 9. trinn og 4 fra 10. trinn.

Hva tenker dere om mattilbudet dere har fått på skolen på fredager?

Det er enighet om at mattilbudet er veldig populært. De opplever mer energi og at det er lettere å konsentrere seg. Det er færre som går på butikken og kjøper mat på fredager. Sunn mat på Joker er veldig dyrt.

Liker dere maten?

De sier det er mat med næring og at det er ordentlig god mat, og selv de kresne smaker på maten. Som oftest liker de maten veldig godt, og de synes variasjonen er bra. En forteller at en dag luktet det bryllup (pakistansk). En annen hadde aldri smakt marokkansk mat før. Alle gir maten en sjanse, det er flaut å ikke smake, og det er flaut å kaste maten. De synes vegetarmat er interessant, og overrasket over at det ikke bare er salat. De lærer mye. De ønsker seg slik mat hver dag på skolen. Det de synes kan gjøres bedre, er hensyn til og merking av allergier, for eksempel nøtter.

Er det noe som gjør at dere gleder dere ekstra til å gå på skolen på fredager?

«Alle» gleder seg til fredag, og «alle holder seg på skolen da». Noen ønsker seg en pause fra folk i storefri, men det er lettere å sette seg sammen med andre og inkludere alle når det er matservering enn ellers.

Hva tenker dere et sånt mattilbud bidrar til?

Elevene trekker fram det sosiale aspektet, at matserveringen bidrar til å skape samhold og også gir positive sosiale ringvirkninger. På deres oppfordring inkluderte vi spørsmål om dette i spørreskjemaet, da de fremhevet at matserveringen hadde stor betydning for det sosiale miljøet ved skolen. Den nevnte også at de synes det er hyggelig at lærerne av og til spiser med dem, og vi inkluderte derfor spørsmål om dette.

For øvrig gikk vi igjennom selve spørreskjemaet, og elevenes kommentarer og innspill ble tatt med i det endelige skjemaet.

Observasjoner

Vi fikk være til stede under en lunsjservering. Det var tydelig innarbeidet gode rutiner og logistikk. Elevene var veldig disiplinerte og det var overraskende rolig med så mange tenåringer til stede. Alle satt ned ved bordene og spiste. Mange hadde glemt vannflaskene sine, så det var mye mas om kopper til vann. Vi kan bekrefte at maten smakte helt utmerket og flere av de andre ansatte som var til stede bekreftet mye av det lærerne og elevene hadde sagt. Assisterende rektor delte ut maten, noe vi på spørsmål fikk vite at hun gjorde hver fredag.

Oppsummering av resultatene

Målet med denne undersøkelsen var å undersøke hva som skal til for å få gjennomført lunsjservering én dag i uken på en ungdomsskole, og se på hvilke kostvaner elevene har når det gjelder inntak av frokost og lunsj. Vi ønsket også å høre hva elevene synes om tilbudet, og om de opplever at det fører til at flere elever blir på skolens område på fredager. Vi ba om innspill fra elevrådet på spørsmålene som ble stilt, og de understreket betydningen for det sosiale miljøet, og nevnte også betydningen av lærernes tilstedeværelse. I tillegg ønsket vi lærernes inntrykk av hvordan lunsjtilbudet har fungert, og elevenes matvaner i lunsjen.

Nesten 90 % besvarte hele undersøkelsen, og en overraskende stor andel besvarte de åpne feltene med fritekst.

Frokost

Det er bare 34 % som spiser frokost hver dag, mens 18 % spiser frokost 3 – 4 ganger i uka. Til tross for at ca. 20 elever får frokost på skolen hver dag i uken, er det da bare halvparten som oppgir å spise frokost de fleste dagene i skoleuken. Hvis vi sammenligner med Ung i Oslo-tallene fra 2021, ser vi at det 53 % av elevene som har besvart undersøkelsen spiser frokost fem dager i uken, mens det er 42 % i Bydel Grorud, og 34 % blant elevene på Bjøråsen, noe som er betydelig lavere.

Lunsj

Under halvparten sier at de spiser lunsj hver dag (43 %). Blant ungdomsskoleelevene som har svart på Ung i Oslo-undersøkelsen, er tallet 59 %, og blant elevene i Bydel Grorud for øvrig, er tallet 45 %. Elevene på Bjøråsen er med andre ord på linje med elevene i resten av bydelen når det kommer til lunsj, men dette er betydelig lavere enn snittet i Oslo.

En tredjedel av elevene oppgir at de spiser lunsj 1 – 2 dager i uken eller sjeldnere, og som begrunnelse sier de som har valgt å svare på dette (87 elever), at de ikke er så sultne (53 %) eller at de ikke vil (43 %). 10 % oppgir at de ikke har penger til lunsj, og 4 % at de ikke hadde mat hjemme. 14 % sier de ikke liker matpakken. En tredjedel spiser lunsj hjemme 3 – 4 dager i uken eller mer. Når vi spør dem om hvor de spiser lunsj, er det bare 8 % som svarer at de ikke spiser lunsj. Da disse tallene ikke samsvarer med antallet som svarer at de ikke spiser lunsj på tidligere spørsmål, er det uklart om de bare oppgir hvor de befinner seg i storefri, eller om de spiser lunsj oftere enn oppgitt.

En av ti har ingen å spise lunsj med. Vi spør dem om de har noen å spise lunsj med, og 11 % svarer enten "Nei, som regel ikke" eller "Nei, aldri". Dette samsvarer med funn i Ung i Oslo 2021, der en av ti oppgir at de ikke har en venn.

Inntak av ulike matvaner

Elevene svarer overveiende at de inntar de mer usunne matvarene 1 – 2 dager i uken eller mindre, noe som er sjeldnere enn det vi hadde antatt.

Hva gjør de i storefri?

De fleste prater med venner, halvparten oppgir at de spiser lunsj, 40 % går i butikken og nesten like mange sier de er på telefonen. Her svarer 19 % at de går hjem.

Sammenheng mellom matinntak og opplagthet

De aller fleste elevene (79 – 86 %) har en opplevelse av at de føler seg mer opplagte og konsentrerte de dagene de har spist deg mette til frokost og lunsj. Når det gjelder om hva de spiser påvirker formen, er tallet litt lavere, 66 %. Elevene tilkjenner en forståelse for viktigheten av å spise frokost og lunsj, til tross for at mange ikke gjør det likevel.

Hva synes elevene om å få et måltid på skolen?

Vi stilte et åpent spørsmål det var frivillig å besvare, og der svarer den største gruppen at de er svært fornøyde med maten og tilbudet, en mindre gruppe at de ikke liker maten, og en del skriver at de ønsker kjøtt. Vi spurte dem også om hva de synes om å spise sammen i samlingssalen, og til det svarer 86 % at de er fornøyde eller svært fornøyde.

Mat og det sosiale miljøet

På innspill fra elevrådet valgte vi å inkludere spørsmål om betydningen av matservering for det sosial miljøet, og et spørsmål om hva elevene synes om at lærerne av og til spiser sammen med dem.

Av 129 som valgte å besvare disse spørsmålene, er 92 av besvarelsene av en art vi tolker som at de mener det påvirker det sosiale miljøet positivt, 10 stykker skriver at det påvirker miljøet i mindre grad, og de resterende svarene handlet om andre ting. Elevene skriver at man under lunsjserveringen kan sitte sammen med andre enn man vanligvis er sammen med, at det blir samtaler om maten, og at elever som ellers ville forlatt skolens område i storefri, blir på skolen.

Det at lærerne av og til spiser sammen med elevene synes de aller fleste er bra, hyggelig eller lignende (98 av 129 besvarelser). Kun 8 personer skriver at de ikke synes noen om det. Det å legge til rette for at flere lærere spiser lunsjen sin sammen med elevene, er et enkelt tiltak som det ser ut til at de fleste elevene vil verdsette.

Ønsker om endring

Vi spurte om det var noe elevene ønsker endret, og der svarte 53 av 128 at de ikke ønsket endringer eller at de var fornøyde. Av endringsforslag går de fleste ut på ønsker om mer variasjon, mer kjøtt, oftere servering, og noen nevner at de ønsker å bli spurt om hva de vil spise. Vi støtter elevenes forslag om mer medvirkning i menyen til servering.

Lærerne bekrefter at det er mange som ikke spiser lunsj. De forteller at hele skolen står samlet bak det å strekke seg langt for å gi ungdommene et lunsjtilbud, og at det er svært populært blant elevene. Elevene setter til dels også pris på at maten er fra deres opprinnelsesland, og når disse rettene er populære blant de andre elevene, roper de høyt at det er "deres" mat. Det kan av og til være litt støy rundt matserveringen.

Maten

Vegetarmaten er godt likt, samtidig ønsker mange seg kjøtt. En del av rettene er fra elevenes opprinnelsesland, og det virker som elevene synes det er positivt. I og med at elevene har mange ulike landbakgrunner, tenker vi at dette kan bidra til en stolthet for at man har en flerkulturell bakgrunn. Samtidig etterlyser noen av elevene også tradisjonelle norske retter. Elevrådet forteller at selv de kresne smaker, det er flaut å ikke smake på maten. Ifølge lærerne er elevene stolte når "deres" mat kommer, det vil si mat fra deres opprinnelseskultur.

Anbefalinger

Elevene bør i større grad involveres i hva slags mat som serveres. Det er også klart at de ønsker seg mer kjøtt. Dersom mattilbudet skal utvides, krever det flere ressurser – og siden det ikke finnes ekstra ressurser baserer ordningen seg på at flere "trår til" litt. På sikt kan denne dugnadsånden svekkes, og gjøre tilbudet sårbart. Skolen nevnte at de i større grad kanskje kunne koble på frivillige foresatte til å bidra. Bydel Romsås har i tillegg en aktiv frivilligsentral med andre aktuelle personer enn foresatte.

Folkehelseinstituttets skolematundersøkelse

Folkehelseinstituttet (FHI) publiserte i 2022 en undersøkelse om skolemat der de så på utbredelse og type skolemat ved ungdomsskoler i Norge, der det viste seg 16 % har skolemat, og av disse var 61 % gratis. Bare 6 % har servering av et gratis måltid hver skoledag. Litt over halvparten serverte lunsj, det vanligste (77 %) var kald mat, men over halvparten hadde et tilbud om varm mat. FHI gjennomførte et prøveprosjekt på fem ungdomsskoler der elevene fikk et gratis varmt måltid i ti skoledager.

Elevene ble spurt om hva de synes om å få et varmt måltid, og de undersøkte også i hvilken grad et slikt skolemåltid kunne påvirke elevenes kosthold. Dette har dermed en annen form enn på Bjøråsen, der de får mat hver fredag. I FHI sin undersøkelse beskriver de at elevene var fornøyde med å få gratis mat. En tredjedel likte maten dårligere enn hva de vanligvis spiste til lunsj. En fjerdedel smakte ikke på fiskegryten. Elever og ansatte opplevde måltidsituasjonen som positiv for det sosiale miljøet, noe som samsvarer med de funnene vi gjorde.

Elevene ble spurt gjennom et spørreskjema før og under utprøvingen, og de gjorde to fokusgruppeintervju ved hver skole, et intervju med elever og et intervju med en gruppe lærere/rektor, i tillegg til observasjoner av gjennomføringen, noe som likner formen undersøkelsen på Bjøråsen ble gjennomført i.

FHI stilte i tillegg spørsmål om det er mulig for ungdomsskoler å tilby et varmt skolemåltid innenfor dagens infrastruktur, og de konkluderer med at dette er mulig, men at det krever god planlegging, lokal tilpasning og en koordinerende person ved hver skole. Dette er i samsvar med erfaringene fra Bjøråsen. Samtidig er det kostnader knyttet til dette som ikke ligger innenfor skolens budsjetter.

FHI skriver at det er utfordrende om mange ikke spiser maten, og at sunn mat alle liker innenfor et begrenset budsjett er krevende. De skriver også at resultatene fra studien viser at det ikke er sikkert at en skolematordning i ungdomsskolen nødvendigvis vil forbedre kostholdet blant ungdom i Norge i dag. De elevene som smakte på rettene hadde likevel en liten forbedring i hva de spiste. Samtidig kan det stilles spørsmål ved om et ti-dagers prøveprosjekt er tilstrekkelig til å si noe om i hvilken grad innføring av gratis skolemåltid vil føre til endring i kosthold for den gjennomsnittlige eleven. På Bjøråsen ser vi at tiltaket er svært populært, og at så mange som 66 % ikke spiser frokost hver dag (47 % for Oslo), og at 57 % ikke spiser lunsj hver dag, et langt høyere antall enn resten av Oslo, der tallet på de som ikke spiser lunsj daglig er 41 %.

Ung i Oslo 2021

Ung i Oslo er Oslo sin ungdataundersøkelse som gjennomføres hvert tredje år. Hver av Oslo sine 15 bydeler får tre rapporter på skolenivåene mellomtrinnet, ungdomstrinnet og videregående. Det er ikke rapporter på skolenivå, det vil si at de sammenliknbare dataene vi henviser til under, er på bydelsnivå. Det er tre ungdomsskoler i Bydel Grorud, hvorav

Bjøråsen skole er en av dem. Totalt 564 elever ved disse tre skolene svarte på undersøkelsen i perioden mars til mai 2021.²

Referanser:

Ung i Oslo

<https://korusoslo.no/wp-content/uploads/2021/09/Ung-i-Oslo-2021.-Ungdomsskolen-og-videregaende.pdf>

Ung i Grorud

https://korusoslo.no/wp-content/uploads/2021/11/Bydel_Grorud_Ungdomsskolen.pdf

Gratis skolemat i ungdomsskolen

<https://www.fhi.no/publ/2022/gratis-skolemat-i-ungdomsskolen/>

Vedlegg:

Spørsmål semistrukturerte intervjuer

Spørsmål til lærere

Inntrykk av emæring - hvor mange spiser ikke frokost, ikke har med seg tilstrekkelig mat?
 Mange som går hjem fra skolen for å spise?
 Sosial trivsel – hvordan er det sosiale miljøet på skolen generelt?
 Hva gjør elevene i storefri?
 Hvor spiser elevene oftest lunsjen?
 Hva tenker dere om matservering i lunsj og ev frokost?
 Hva tenker dere om det tilbudet dere har fått nå i høst?
 -frekvens
 -kvalitet
 -praktisk tilrettelegging

Spørsmål til elever

Hva tenker dere om mattilbudet dere har fått på skolen på fredager?
 Liker dere maten?
 Er det noe som kunne vært gjort annerledes?
 Er det noe som gjør at dere gleder dere ekstra til å gå på skolen på fredager?
 Hva tenker dere et slikt mattilbud bidrar til?
 Hvordan pleier det å være i matfri?

Spørreskjemaet

Du har nå fått lunsj på fredager en stund. Vi vil gjerne høre litt om noen av matvanene dine og hva du synes om matserveringen. Det er frivillig og anonymt å svare på undersøkelsen, ingen kan se hva du svarer. Svarene dine vil bli brukt til å finne ut litt om kostholdet til elevene her på skolen, hvordan det sosiale er når dere får mat på fredager, og for å kunne gjøre et slikt mattilbud bedre. Korus Oslo gjennomfører undersøkelsen i samarbeid med skolen og Program for folkehelsearbeid i Oslo.

Hvor ofte spiser du frokost hjemme før første time?

- (1) ☐ 5 dager i uka
- (2) ☐ 3-4 ganger i uka
- (3) ☐ 1-2 ganger i uka
- (4) ☐ Sjeldnere

Hvor ofte spiser du lunsj i skoletiden?

- (1) ☐ 5 dager i uka
- (2) ☐ 3-4 ganger i uka
- (3) ☐ 1-2 ganger i uka
- (4) ☐ Sjeldnere

Hvorfor spiser du lunsj bare 1-2 ganger i uka eller sjeldnere? Du kan krysse av for de 2 vanligste årsakene eller skrive mer på åpent felt

- (1) ☐ Har ikke penger
- (2) ☐ Hadde ikke mat hjemme
- (3) ☐ Har ikke tid til å lage matpakke
- (4) ☐ Er ikke så sulten
- (5) ☐ Liker ikke matpakken
- (6) ☐ Har ikke tid til å spise
- (7) ☐ Vil ikke
- (8) ☐ Annet _____

Hvor ofte spiser du mat på skolen som du har med deg hjemmefra?

- (1) ☐ 5 dager i uka
- (2) ☐ 3-4 ganger i uka
- (3) ☐ 1-2 ganger i uka
- (4) ☐ Sjeldnere

Hvor ofte går du hjem og spiser?

- (1) ☐ 5 dager i uka
- (2) ☐ 3-4 dager i uka
- (3) ☐ 1-2 dager i uka
- (4) ☐ Sjeldnere
- (5) ☐ Bor for langt unna

Hvor ofte spiser eller drikker du vanligvis noe av det som står under i skoletiden?

Boller, kjeks eller liknende

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Yoghurt, Rislunsj, grøt, eller lignende

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka

- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Sjokolade, is, godteri, potetgull eller lignende

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Nudler

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Salat eller lignende

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Brødkiver, knekkebrød

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Middagsrester (ikke medregnet mat du får på skolen)

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Melk

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Brus, saft, sjokomelk, iste eller iskaffe med sukker i

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag
- (5) ☐ Flere ganger daglig

Juice

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
- (2) ☐ 1-2 ganger i uka
- (3) ☐ 3-4 ganger i uka
- (4) ☐ Hver dag

- (5) ☐ Flere ganger daglig

Energidrikk

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
(2) ☐ 1-2 ganger i uka
(3) ☐ 3-4 ganger i uka
(4) ☐ Hver dag
(5) ☐ Flere ganger daglig

Vann

- (1) ☐ Mindre enn én dag i skoleuka
(2) ☐ 1-2 ganger i uka
(3) ☐ 3-4 ganger i uka
(4) ☐ Hver dag
(5) ☐ Flere ganger daglig

Hva gjør du i storefri? (velg de tre du gjør oftest eller skriv selv hva du gjør)

- (1) ☐ Prater med venner
(2) ☐ Er på telefonen
(3) ☐ Spiller fotball
(4) ☐ Spiser lunsj
(5) ☐ Andre aktiviteter
(6) ☐ Går hjem
(7) ☐ Går på butikken
(8) ☐ Annet _____

Hvor spiser du oftest lunsjen?

- (2) ☐ Skolegård
(3) ☐ Samlingssal
(4) ☐ I gangene
(5) ☐ Hjemme
(6) ☐ Spiser ikke lunsj
(8) ☐ Utenfor Joker
(7) ☐ Annet _____

Har du noen å spise lunsj med?

- (1) ☐ Ja, alltid
(2) ☐ Ja, som regel
(3) ☐ Nei, som regel ikke
(4) ☐ Nei, aldri

Hvor enig er du i følgende påstander?

Jeg føler meg mer opplagt og konsentrert de dagene jeg har spist meg mett til frokost

- (1) ☐ Passer svært godt
(2) ☐ Passer ganske godt
(3) ☐ Passer ganske dårlig
(4) ☐ Passer svært dårlig

Jeg føler meg mer opplagt og konsentrert de dagene jeg har spist meg mett til lunsj

- (1) ☐ Passer svært godt
(2) ☐ Passer ganske godt
(3) ☐ Passer ganske dårlig
(4) ☐ Passer svært dårlig

Hva jeg spiser og drikker påvirker hvordan jeg henger med i undervisningen

- (1) ☐ Passer svært godt
(2) ☐ Passer ganske godt

- (3) ☐ Passer ganske dårlig
 (4) ☐ Passer svært dårlig

Hva jeg spiser og drikker påvirker om jeg har lyst til å være aktiv i timene

- (1) ☐ Passer svært godt
 (2) ☐ Passer ganske godt
 (3) ☐ Passer ganske dårlig
 (4) ☐ Passer svært dårlig

Jeg synes det er vanskeligere å konsentrere meg på ettermiddagen enn på formiddagen

- (1) ☐ Passer svært godt
 (2) ☐ Passer ganske godt
 (3) ☐ Passer ganske dårlig
 (4) ☐ Passer svært dårlig

Hva synes du om å få et måltid på skolen?

- (2) ☐ null (3) ☐ null (4) ☐ null (5) ☐ null (6) ☐ null (7) ☐ null (8) ☐ Komment
 ar

Hva synes du om å spise lunsj fredager i samlingssalen eller i klasserommet sammen med de andre elevene

- (2) ☐ null (3) ☐ null (4) ☐ null (5) ☐ null (6) ☐ null (7) ☐ null (8) ☐ Komment
 ar

Hvordan påvirker matserveringen på fredager det sosiale miljøet?

Hva tenker du om at lærerne av og til spiser sammen med dere?

Er det noe du vil forandre på?

Er det noe du har lyst til legge til?

Tusen takk for at du gjennomførte spørreundersøkelsen :)

Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen
Sluttrapport

Groruddalsbydelene Alna, Bjerke, Grorud, Stovner og
Utdanningsetaten

Oslo, 2023

www.oslo.kommune.no

