



LAUREA

Luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen ha- lukkuus helsinkiläisissä päiväkodeissa



Ipatti, Eeva

Jalovaara, Outi

2010 Otaniemi

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Otaniemi

**Luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuus
helsinkiläisissä päiväkodeissa**

Eeva Ipatti
Outi Jalovaara
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Marraskuu, 2010

Eeva Ipatti, Outi Jalovaara

Luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuus helsinkiläisissä päiväkodeissa

Vuosi 2010 Sivumäärä 44

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuutta helsinkiläisissä päiväkodeissa. Tutkimus toteutettiin kahdessa vaiheessa. Ensimmäisessä vaiheessa tehtiin kysely jo luomuruokaa käyttäville päiväkodeille, minkä avulla saimme tietoja luonnonmukaisen ruoan käyttöön liittyen. Toisessa vaiheessa haastateltiin päiväkodinjohtajia, joilta tiedusteltiin mielipiteitä, motivaatiota ja kiinnostusta luomuruokaa kohtaan sekä samalla saimme välillisesti vanhempien mielipiteitä. Lisäksi tutkimuksella selvitettiin ekologisuuden huomioimista päiväkodeissa.

Opinnäytetyön tavoitteena on yhdessä 4V-hankkeen (4V: Välitä, Vaikuta, Viihdy, Voi hyvin - yhteisöllisyys ja hyvä elinympäristö) kanssa pyrkiä edistämään luomuruoan käyttöä päiväkodeissa sekä selvittää, miten luomu- ja kasvisruoan käyttö soveltuu kasvavalle lapselle. 4V-hanke on ekologisuutta ja kestävä kehitystä päiväkodeissa ja kouluissa edistävä hanke. Lisäksi työssä kerrotaan lapsen terveellisestä ravitsemuksesta ja luomuruoasta päiväkotien vaihtoehtona aikaisempiin tutkimuksiin perustuen.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena. Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeilla ja haastatteluilla. Tutkimustulokset analysoitiin sisällönanalyysiä käyttäen. Tutkimuksen tuloksissa tuli esille, että luomuruokaa käyttävissä Steiner- ja Luonnossa kotonaan - päiväkodeissa hinta ei ole ratkaiseva tekijä vaan ennemminkin elämäntapa. Tiedusteltaessa Helsingin kaupungin päiväkodeilta halukkuutta luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämiseen huomattiin ongelman olevan lähinnä luomuruoan korkeampi hinta. Tuli myös esille, että vaikka terveysnäkökulma onkin niille tärkeä osa päiväkotiruokailua, he kokivat voimattomuutta vaikuttaa asioihin luomuruoan käyttöönoton suhteen.

Hankkiessamme haastateltavia oli vastikään tullut tieto päiväkotien ruokahuollon siirtymisestä Palmialle, joka on catering- ja toimitilapalveluja tuottava liikelaitos, mikä vaikutti negatiivisesti halukkuuteen osallistua haastatteluun. Tämän takia aineiston hankinta oli haasteellista ja tutkimusaineistomme jäi odotettua pienemmäksi. Tulosten luotettavuuden puolesta puhuu se, että linjaukset ovat samat helsinkiläisissä päiväkodeissa. Samansuuntaiset vastaukset siis toistuvat haastattelun eri kysymysten kohdalla.

Opinnäytetyön jatkotutkimusaiheena voisi olla tutkimus siitä, kuinka Palmiaan siirtyminen on vaikuttanut päiväkotiruoan terveellisyyteen ja laatuun, onko päiväkotiruoka merkittävästi muuttunut ja mitä mieltä lapset, vanhemmat ja henkilökunta ovat muutoksesta.

Asiasanat: Terveellinen ravitsemus, päiväkotiruokailu, luomuruoka, ekologisuus

Laurea Otaniemi
Nursing education
Bachelor of Health Care

Eeva Ipatti, Outi Jalovaara

Willingness to use organic and vegetarian food in day care centres in Helsinki

Year 2010

Pages 44

The aim of this thesis is to clarify the willingness to use more organic and vegetarian food in day care centres in Helsinki. The study was conducted in two parts. The first step was to make a questionnaire to day care centres already using organic and vegetarian food. The second step was to interview some directors of the day care centres. We asked their opinions, motivation and interest in using organic food. Also parents opinions were considered secondarily. The study charted also ecological thinking in day care centres.

The aim of this thesis is together with the 4V-project (4V: Care, Impact, Enjoy, Wellbeing - Commuality and good enviroment) try to promote the use of vegetarian and organic food in day care centres and also to find out its suitability for children. 4V-project promotes ecological and sustainable development in day care centres and schools. The thesis also deals with childrens healthy nutrition and the use of organic food based on earlier studies.

The thesis was carried out as a qualitative study. The material was collected by questionnaires and interviews. The findings of the study were analyzed by using content analysis. The study showed that Steiner- and Luonnossa kotonaan (Natural home) -day care centres think that eating organic food is a lifestyle. The day care centres in Helsinki noticed that the problem in using organic food was the higher price. They felt that they had no possibility to influence the use of organic food.

When finding interviewees, it had just been found out that food service in day care centres is handed over to Palmia, business institution producing catering services. This had a negative impact on the willingness of attending interviews. Material acquisition was challenging and because of that we got a limited amount of material.

The reliability of the findings is reinforced because of the same guidelines in all of the day care centres in Helsinki. Similar answers are repeated in every question.

A subject for a further study could be for example how changing to Palmia has affected the healthiness and quality of food in day care centres, and what children, parents and staff think of the situation.

Key words: Healthy nutrition, day care centre meals, organic food, ecology

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Lapsen terveellinen ravitseminen.....	7
2.1	Lapsen ravinto ja ravitseminen.....	7
2.2	Lapsen kasvisruokavalio ja vitamiinit.....	8
2.3	Ravitsemuskasvatus lapsiperheessä.....	10
3	Luomuruoka päiväkotien vaihtoehtona.....	10
3.1	Luomuruoka ja lähiruoka	10
3.2	Portaat luomuun -ohjelma laitoskeittiöiden tukena	11
3.3	Ruokailu päiväkodissa	12
3.4	Huvikumpu-projekti.....	12
3.5	Luomuruoka osaksi päiväkotiruokailua	13
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset	14
5	Opinnäytetyön toteutus.....	15
5.1	Aineiston hankinta ja kohderyhmät.....	16
5.1.1	Steinerpäiväkodit ja Luonnossa kotonaan -päiväkodit.....	18
5.2	Aineiston analysointi.....	19
5.2.1	Kyselylomakkeen analysointi	20
5.2.2	Yhteenveto alustavasta kyselystä	22
5.2.3	Haastattelujen analysointi.....	25
5.2.4	Yhteenveto haastatteluista.....	31
6	Tutkimustulokset.....	33
7	Luotettavuus ja eettisyys.....	34
8	Pohdinta	35
	Lähteet	38
	Kuviot	40
	Liitteet.....	41
	Liite 1 Kyselylomake luomuruokaa käyttäville päiväkodeille	41
	Liite 2 Haastattelu Helsingin kaupungin päiväkotien johtajille.....	43

1 Johdanto

Ihmisten suhtautuminen luomuruokaan perustuu suurelta osin mielikuviin. Sitä pidetään terveellisenä, turvallisena, eettisenä ja ympäristöystävällisenä vaihtoehtona. Kuluttajatutkimuksissa on noussut esille, että keskeisin valintaperuste luomutuotteiden käytölle on niiden terveysvaikutukset, vaikka tällä hetkellä ei tieteellistä näyttöä juurikaan ole. Hyviä puolia luomuruoassa on kuitenkin sen pienemmät nitraattipitoisuudet ja torjunta-ainejäämät, jotka on vahvimmin osoitettu. Muun muassa luomutuotteiden seleenipitoisuus on Suomessa vähäisempi kuin tavanomaisesti viljeltyjen tuotteiden. Eniten tähän mennessä on saatu näyttöä siitä, että luomutuotteissa saattaisi olla tavanomaisesti tuotettua ravintoa enemmän C-vitamiinia. Muun muassa lajike, tuotteen kypsyyssaste ja maaperä näyttävät vaikuttavan terveysindikaattoreihin enemmän kuin se, onko tuote luomua vai ei, todetaan eräissä kansanterveyslaitoksen selvityksessä. (KTL 2003, 31, Reinikainen 2010; STM 2004, 40-41.)

Tanskalaisessa tutkimuksessa Makcrmannin mukaan luonnonmukaisesti tuotettujen elintarvikkeiden katsotaan edesauttavan syöpien, yleissairauksien ja allergioiden ehkäisyssä. Hän perustaa väitteensä tutkimuksiin, joissa lasten allergioiden katsotaan olevan yhteydessä säilöntäaineiden saantiin sekä syöpien ilmaantuminen altistuessa torjunta-ainejäämille. (KTL 2003, 31.)

Myös maailmalla, kuten esimerkiksi Kiinassa luomutuotannon kasvu on viimeiset kymmenen vuotta ollut melko voimakasta. Uusia luomutuottajia tulee jatkuvasti. Kiinan maatalousministeriön alaisen, luomutuotteita sertifioidun viranomaisen COFCC:n luomumerkinnän saaneita tuottajia oli viime vuonna yli tuhat, kun viisi vuotta sitten määrä oli alle puolet nykyisestä. Siellä luomuruokaa ostavat muun muassa raskaana olevat naiset ja pikkulasten vanhemmat. Tärkein syy miksi kiinalaiset ostavat luomua on se, että he uskovat sen olevan turvallista ruokaa. Sieltä tuodaan Suomeen luomutuotteina muun muassa teetä, gojimarjoja, monia papuja ja siemeniä. Suomen Tullilaboratorion tutkimusten mukaan on kuitenkin huomattu, että Kiinasta tuoduissa luomuelintarvikkeissa on selvästi keskimääräistä useammin kiellettyjä kasvisuojeluaineiden jäämiä. (Helsingin Sanomat 2010.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen ha- lukkuutta helsinkiläisissä päiväkodeissa, joten tulemme selvittämään miten luomu- ja kasvisruoan käyttö soveltuu lapsille ja onko sillä mahdollisesti jotakin etuja kasvavan lapsen terveydelle. Myös lapsen päivittäisen ravinnonsaannin sekä päiväkodin ruoan osuutta kokonaisenergian saannin kannalta tarkastellaan. Vanhempien mielipidettä luomuruoasta ja heidän valmiuttaan mahdollisten kustannusten nousuun kartoitetaan päiväkodinjohtajien näkemyksen kautta.

2 Lapsen terveellinen ravitsemus

2.1 Lapsen ravinto ja ravitsemus

Aikuiseen verrattuna pienellä lapsella on suuri energian ja ravinnon tarve painokiloa kohti vilkkaan perusaineenvaihduntansa sekä nopean kasvunsa vuoksi. Leikki-ikään tullessa kasvu hidastuu ja näin ollen painoon suhteutettu energiantarvekin vähenee. Energiantarve on hyvin yksilöllistä ja siihen vaikuttaa muun muassa lapsen sukupuoli ja koko, fyysisen aktiivisuuden määrä sekä kasvunopeus. 4-6-vuotiaana lapsen energiantarve on 0,32 MJ eli 75 kcal painokiloa kohti. Leikki-ikänsä lopulla tyttöjen ja poikien väliset erot rupeavat kasvamaan. Terveellä lapsella ruokahalun tulisi antaa säädellä energiantarpeen ja energiankulutuksen suhdetta. On myös otettava huomioon, että lapsen vatsalaukku on pieni ja sinne mahtuu vain vähän ruokaa kerrallaan. Tämän takia lapsi tarvitsee ruokaa 3 - 4 tunnin välein. Ajoittain lapsen ruokahalu saattaa kuitenkin vaihdella. Tärkeää on, ettei lasta pakoteta syömään, jos hän ei halua. (Haglund ym. 2007, 132-133; STM 2004, 92; Virtanen 2006, 115.)

Lasten ruokavalion energiajakaumaksi pohjoismainen ravitsemuskomitea suosittelee, että 6 - 11 kuukauden ikäisen tulisi saada kokonaisenergiansaannista (E %) proteiinista 7 - 15 E %, rasvoista 30 - 45 E % ja hiilihydraateista 45 - 60 E %. 12 - 23 kuukauden ikäisten proteiineista 10 - 15 E %, rasvoista 30 - 35 E % ja hiilihydraateista 50 - 55 E %. Yli 2-vuotiaiden tulee murrosikänsä saakka saada proteiineista 10 - 20 E %, rasvoista 25 - 30 E % ja hiilihydraateista 50 - 60 E %. Saantisuositukset ovat kuitenkin viitteellisiä ja ne on laadittu juuri esimerkiksi päiväkotiruokailun suunnittelun avuksi. (Niskanen 2005.)

Lautasmallin avulla saadaan koottua ravitseva ateria. Se antaa kuvan siitä, mistä perusaineista suositusten mukainen ruokavalio koostuu. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2010.)



Kuvio 1. Lautasmalli. VRN 2010.

Puolet lautasesta tulee täyttää kasviksilla, esimerkiksi raasteilla, salaatilla tai lämpimillä kasviksilla. Noin neljännes lautasesta täytetään perunalla, riisillä, pastalla tai muilla viljavalmisteilla ja loppu neljännes kalalla, kanalla tai lihalla. Sen voi yhtä hyvin korvata palkokasveja, pähkinöitä tai siemeniä sisältävillä kasvisruuilla. Ruokajuomaksi on suositeltavaa juoda rasvatonta maitoa, piimää tai vettä. Ateriaan kuuluu myös täysjyväleipää, jonka päällä on kasvirasvavitettä. Jälkiruoksi voi syödä muun muassa marjoja ja hedelmiä. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2010.)

Säännöllinen ateriarhythmi ja monipuolisesti koottu perusruoka ovat lapsen ruokailun kivijalka. Leikki-ikäisen ruokavalion täysipainoisuus varmistuu, kun syödään vaihtelevasti ruoka-aineita kaikista ruokaympyrän tai -kolmion lohkoista. (Haglund ym. 2007, 132-133; Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2010.)



Kuvio 2. Ruokaympyrä. VRN 2010.



Kuvio 3. Ruokakolmio. VRN 2010.

2.2 Lapsen kasvisruokavalio ja vitamiinit

Ekologiset, eettiset, terveydelliset tai uskonnolliset syyt voivat olla perustana kasvisruokavalion toteuttamiselle. Sitä voidaan toteuttaa monella eri tavalla ja sen noudattaminen on maailman mittakaavassa hyvin yleistä. Kasvisruokavaliolla tarkoitetaan vegetarismia eli sellaisen ruokavalion noudattamista, joka ei sisällä lainkaan lihaa, ei siis myöskään kanaa eikä kalaa. Yleisimpiä kasvisruokavalioita ovat muun muassa veganismi, laktovegetarismi, laktoovovegetarismi, demi- ja semivegetarismi. Demi- ja semivegetarismissa ruokavaliossa sallitaan, että kasvisperäisten tuotteiden lisäksi syödään joskus esimerkiksi kanaa tai kalaa. Kasvisruokailijat pyrkivät mahdollisuuksien mukaan nauttimaan ravintonsa luomuviljeltyinä. (RAVTER, 2010.)

Noin vuoden ikäisenä kun lapsi siirtyy syömään samaa ruokaa kuin muu perhe. Ruokavalio noudattaa ruoka-aineryhmittäin ravitsemussuosituksia eli lautasmallia. Lihan sijaan käytetään muun muassa proteiinipitoisia kasviksia, kuten linssejä, papuja, soijaa sekä munaa ja kalaa-

kin, jos mahdollista. Vaikka ravinnossa olisikin riittävästi proteiineja, ovat eläinkunnan tuotteissa olevat täysiarvoiset proteiinit välttämättömiä. Täysiarvoisia proteiineja on myös kasvikunnan tuotteissa, mutta lapsi ei välttämättä pysty syömään riittävän suuria määriä papuja, soijaa ja viljatuotteita. Kasvissyöjäperheen lapsen ruokavalion suunnittelu vaatiikin perehtymistä jotta riittävä ravintoaineiden saanti turvataan kasvavalle lapselle. Energiansaanti voi helposti jäädä vähäiseksi ruokavalion sisältäessä pelkkiä kasviksia. Lisäksi ravintoaineiden sekä joidenkin vitamiinien ja kivennäisaineiden, kuten kalsiumin, raudan ja sinkin saanti ruokavaliosta voi olla puutteellista. (Niskanen 2007; STM 2004, 95; RAVTER, 2010.)

Kivennäisaineet ovat ravinnossa esiintyviä elottomasta luonnosta peräisin olevia aineita. Niistä ihmiselle välttämättömiä ovat esimerkiksi natrium, magnesium, fosfori, kalium ja kalsium. Kalsium on elimistön yleisin kivennäisaine, joka antaa luustolle sen tukevuuden. Parhaita kalsiuminlähteitä ovat maito ja erilaiset maitotuotteet sekä kaikki vihreät vihannekset, tofu- ja soijatuotteet, siemenet ja pähkinät, pavut, sekä täysjyvävilja ja idut. Kalsiumia tarvitaan luuston rakennusaineeksi. Tämän vuoksi lapsen on syötävä leikki-iässä vähintään 5dl maitovalmisteita vuorokaudessa, jotta kalsiumin riittävä saanti turvataan. Jos lapsi ei syö säännöllisesti riittävän paljon maitovalmisteita tai kalsiumilla täydennettyjä elintarvikkeita, on kalsiumin lisätarve yhden ikävuoden jälkeen 500 mg päivässä. Leikki-iässä lapsen raudan saanti turvataan monipuolisella ruokavaliolla. Erityisen hyviä raudan lähteitä ovat muun muassa vihreät lehtivihannokset, kuivatut hedelmät ja palkokasvit. Raudan imeytyminen tehostuu nautittaessa samanaikaisesti C-vitamiinipitoisia ruokia. (Niskanen 2007, Nurminen 1997, 114-117; STM 2004,97; RAVTER, 2010.)

A-vitamiinin tehtävänä on edistää luuston kasvua. Sen parhaita lähteitä ravinnossa ovat kala, maksa ja maitotuotteet. A-vitamiinin puuteoireena lapsen kasvu saattaa hidastua ja lisäksi voi esiintyä luuston rakennehäiriöitä. Liiallinen A-vitamiinin saanti voi muun muassa aiheuttaa maksan toiminnan häiriöitä, iho- ja luumuutoksia. Tästä syystä maksaruokia ei suositella alle 1-vuotiaille. (Nurminen 1997, 66-70; STM 2004, 95.)

D - vitamiinin pääasiallinen tehtävä on ylläpitää verenkierrossa riittävää kalsiumtasoa ja huolehtia luuston ja hampaiden normaalista muodostumisesta. Lapset tarvitsevat 2 viikon iästä 3 ikävuoteen asti päivittäin D - vitamiinivalmisteiden. Vitamiinivalmisteiden käyttö vitamiinittomien maitovalmisteiden ja rasvojen ohella on turvallista. Liikasaannin vaaraa ei ole jos yhden vuoden täyttäneelle alle kolmevuotiaalle annetaan vitamiinivalmistetta 5-6 µg joka päivä ympäri vuoden. Vitamiinittomaa maitoa kuten luomumaitoa käyttävien alle 3-vuotiaiden, tai niiden lasten jotka eivät käytä lainkaan maitovalmisteita, on saatava D-vitamiinivalmistetta 10 µg vuorokaudessa. (Nurminen 1997, 79-85; STM 2004, 96.)

Neuvoloissa kasvissyöjäperheiden lapsille suositellaankin laktovegetaarista ruokavaliota, jolloin kasvien lisäksi ruokavalio sisältää myös maitotuotteita tai lakto-ovovegetaarista, jolloin myös kananmuna kuuluu ruokavalioon. Maitoa ja munaa sisältävällä ruokavaliolla voidaan turvata B-vitamiinien saanti, sillä vegaaniruokavaliota noudattavan lapsen B₁₂-vitamiinin saanti voi helposti jäädä vähäiseksi. Sen puutos voi aiheuttaa hermoston kehityksen häiriöitä, joka voi vaurioittaa lasta eliniäksi. Tiukkaa vegaaniruokavaliota ei suositella alle 3-vuotiaille lapsille, koska siihen liittyy ravitsemuksellisia riskejä. Oikein toteutettuna voi kasvisruokavaliolla turvata kasvavan ja kehittyvän lapsen ravitsemukselliset tarpeet leikki-ikästä murrosikään ja aikuisuuteen saakka. (Niskanen 2007.)

2.3 Ravitsemuskasvatus lapsiperheessä

Lapsiperheessä tärkein päämäärä on ravitsemuskasvatuksen avulla turvata lapsen terve kasvu ja kehitys sekä kehittää lapsen omatoimisuutta. Varhaislapsuudessa rakentuu terveiden ruokakattomusten perusta, ja luomalla vahva perusta voidaan ehkäistä pitkän ajan kuluessa kehittyviä kansansairauksia. Aikuisten antamat mallit lapselle ruoan valinnasta ja ruokailusta sekä ruokakattomuksista luodaan lapsuudessa ja ne vaikuttavat valintoihin pitkälle aikuisuuteen asti. Jokaisella on omat mieltymyksensä, mutta jokaista lasta voi opettaa ennakkoluulottomaksi uusia ruokalajeja kohtaan. Ruoan alkuperästä ja sen valmistuksesta on hyvä kertoa lapselle, sillä kiinnostus ja kunnioitus ruokaa kohtaan lisääntyvät jos lapsi saa olla mukana ruokaostoksilla ja ruoan valmistuksessa. (Fogelholm 2001, 16-17, 99, 107; Virtanen 2006, 115.)

Lasten ravitsemuksessa ja ravitsemuskasvatuksessa tulee huomioida, että ruokavalio on tasapainoinen ja monipuolinen sekä ateriaritmi on säännöllinen. Ravitsemuskasvatuksellinen opastus on yleensä riippuvainen yhteiskunnassa kulloinkin vallitsevista arvoista. (Fogelholm 2001, 16, 99)

3 Luomuruoka päiväkotien vaihtoehtona

3.1 Luomuruoka ja lähiruoka

Luomuruoalla tarkoitetaan luonnonmukaisesti tuotettua ruokaa. Kaikki luonnonmukaisesti tuotetut tuotteet määritellään luomutuotteiksi. Tärkein ehto toiminnassa on yhteistyö luonnon kanssa. Viljeltyä maata hoidetaan eloperäisillä lannoitteilla, esimerkiksi kompostoidulla karjanlannalla. Tautien ja tuholaisten torjunnassa pyritään käyttämään tuholaisten luontaisia vihollisia. Luomu-nimikettä voidaan käyttää markkinoinnissa EU:n alueella vain silloin, kun maatalousperäisiä ainesosia on vähintään 95 %. Kun luonnonmukaisia ainesosia on yli 70 %, voidaan ainoastaan viitata luonnonmukaiseen tuotantotapaan ainesosaluettelossa. Tällöin

luomu-sanaa ei saa käyttää. Tuote, jota on valvottu pellolta kauppaan asti voi saada Maa- ja metsätalousministeriön julkaiseman Luomu-merkin. Luomutuotteiden hinta on noin 10-30 % korkeampi kuin niin sanotusti tavanomaisesti tuotettujen. Hintaan on syynä lähinnä se, että yleensä sadot jäävät pienemmiksi ja työn osuus luomuviljelyssä on suurempi tavanomaiseen viljelyyn verrattuna. (Hautala ym. 1999, 48-49, 66; Pulliainen 2006, 12.)

Luomuruoan ohella myös lähiruoka kiinnostaa kuluttajia, sillä nykyään ollaan kiinnostuneita ruoan alkuperästä, laadusta, terveellisyydestä sekä ekologisuudesta. Lähiruoan ideana onkin juuri se, että ruoka-aineet kasvatetaan ja tuotetaan lähellä, jotta ruoanvalmistaja saa tuotteet tuoreina ja korkealaatuisina käyttöönsä. Se sisältää yleensä vähemmän lisäaineita sekä tukee paikallisia yrittäjiä. Ruokalista suunnitellaan siten, että kyseisenä vuodenaikana saatavia ruoka-aineita käytetään ruoan valmistuksessa. (Hautala ym. 1999, 50; Pulliainen 2006, 16; Virtanen 2006, 105.)

3.2 Portaat luomuun -ohjelma laitoskeittiöiden tukena

Finfood Luomu, Elintarvikevirasto ja Luomukeittiökeskus (nykyinen EkoCentria) kehittivät vuoden 2002 aikana toimintamallin nimeltään ”Portaat luomuun” luomuraaka-aineita käyttäville keittiöille luomutuotteiden käytön edistämiseksi. Maa- ja metsätalousministeriö rahoittaa Portaat luomuun -ohjelmaa ja siihen kuulumisen on keittiöille maksutonta. Kuuluessaan Portaat luomuun -ohjelmaan keittiöt saavat tietoa Luomukeittiökeskuksesta sekä apua luomuraaka-aineiden hankintaan. Se mahdollistaa myös keittiöhenkilökunnan osallistumisen alueellisiin koulutustilaisuuksiin. Portaat luomuun -ohjelma saattaisi edistää luomutuotteiden käytön lisääntymistä sekä toimia esimerkkinä luomutuotteiden käytön kokeilussa. (Muukka 2008, 124.)

Valmennusohjelmaan kuuluessaan kukin keittiö ideoi omien tarpeidensa pohjalta kehittämissuunnitelman. Suunnitelmaa noudattamalla edetään portaalta toiselle. Siitä ilmenee myös, miten luomutarjontaan siirtyminen käytännössä tapahtuu.

Ohjelmassa on kolme porrasta. Ensimmäisen portaan voi saavuttaa, jos keittiössä käytetään päivittäin vähintään kahta luomuraaka-ainetta ruoan valmistuksessa tai aterian osana. Toisen portaan saavuttaa käyttämällä keittiössä päivittäin neljää raaka-ainetta ja lisäksi viikoittain tulee käyttää lisäksi neljää muuta luomuraaka-ainetta tai luomutuotetta. Kolmannen ja viimeisen portaan voi saavuttaa, jos keittiössä käytetään päivittäin runsaasti luomuraaka-aineita siten, että niistä voidaan valmistaa kokonaisia aterioita. Keittiön tulee saada myös valmennusta luomuvalvontaan. Keittiö tiedottaa käyttämistään luomuraaka-aineista, mutta ei vielä markkinoi luomuaterioita. (Ruokatieto 2010.)

3.3 Ruokailu päiväkodissa

Lapsiperheiden arkeen, ruokailutottumuksiin sekä tapoihin heijastuvat tällä hetkellä yhteiskunnallinen tilanne. Vanhemmat ovat kiireisiä ja arkirutiinit hoidetaan siinä sivussa mahdollisimman nopeasti, jolloin myös ruokatottumusten tasapainoiselle kehitykselle ei välttämättä ole otollisia edellytyksiä. Lasten ruokatottumusten myönteinen kehitys rakentuu perheen ja päivähoiton välisen yhteistyön ansiosta. Yhteistyössä perheiden kanssa tulee huomioida perheiden erilaiset elämäntilanteet, lähtökohdat ja arvot. (Fogelholm 2001, 123-124.)

Valtakunnallisten ravitsemussuositusten mukaan päivähoitoruokailun tavoitteena on turvata lapsen kasvu ja kehitys yhdessä kotien kanssa, edistää ja ylläpitää terveyttä ja hyvinvointia, ohjata lasta vaihtelevaan ja monipuoliseen ruokavalioon, turvata riittävät ja tasapainoiset välipalat ja ateriat hoitopäivän ajaksi, opastaa lasta hyviin pöytätapoihin ja monipuoliseen ruokavalioon sekä antaa vanhemmille virikkeitä terveyttä edistävän ruoan valinnasta ja valmistamisesta. (Fogelholm 2001, 124.)

Päivähoitossa lapsella on mahdollisuus oppia ja saada ruoasta monipuolisia kokemuksia. Lapsen täytyy saada olla konkreettisesti mukana tekemisissä ruoan kanssa. Tämän toteuttaminen on haasteellista päiväkodeissa, sillä siellä ruokahuolto vastaa aterioista, mutta yhteistyöllä saadaan mahdollisuuksia lapsille. Päivähoitoruokailun hyvästä laadusta tulee kantaa vastuuta yhteisesti kunnassa. (Fogelholm 2001, 127-128.)

Lapsen päivähoitossa ruoalla on tärkeä osuus. Se turvaa lapsen hyvinvoinnin ja antaa voimia päivän toimintoihin. Sosiaali- ja terveysministeriö on laatinut suositukset lasten päiväkotiruokailun toteuttamisesta. Ne suunnitellaan ottaen huomioon leikki-ikäisen energia- ja suojaravintoaineiden tarve. Säännöllisesti tapahtuva ruokailu rytmittää lapsen päivää ja antaa turvallisuuden tunnetta lapselle. Turvallisuuden tunnetta lisää myös se, että lapsilla ja vanhemmilla on käsitys mistä ruoka tulee. (Hautala ym. 1999, 40-41.)

3.4 Huvikumpu-projekti

Opinnäytetyön aiheeseen liittyen on vuonna 1999 toteutettu Huvikumpu-projekti, jossa Ylivieskan tekniikan ja sosiaalialan oppilaitoksen sosiaalialan yksikkö, Ylivieskan kaupungin päivähoito sekä alueen luomutuottajat perustivat kyseisen projektin. Projekti toteutettiin Ylivieskalaisessa päiväkotinä Huvikumussa. Projektin tavoitteena oli ennaltaehkäistä sairauksia käyttämällä mm. vitamiinipitoisia marjoja. Myös paikallisten luomutuotteiden tekeminen tunnetuksi ja niiden saatavuuden parantaminen oli tavoitteena. Vanhempia pyrittiin myös rohkaisemaan omatoimisuuteen terveyden ja sairauden hoidossa. (Hautala ym. 1999, 10-11.)

Huvikummun 21-paikkaisessa päiväkodissa perusruoka-aineet maksoivat noin 5000 euroa vuodessa. Talousarviossa oli kuitenkin varattu vuoden elintarvikkeisiin noin 5166,70 euroa. Muutoksen myötä huomattiin, että ruoka-aineet yhtä lasta kohden maksoivat noin 16,70 euroa enemmän kuin muissa päiväkodeissa. Hintaa tasasivat mm. raaka-aineiden suorat ostot ja se, että kasvis- ja viljatuotteita käytettiin runsaasti. Lihan syönnin osuutta vähennettiin ja harvennettiin. Aterioina syötiin esimerkiksi yhtenä päivänä puuroa, toisena kasvis- tai munaruokaa, ja kalaruokaa tarjottiin kerran viikossa. Sesonkituotteiden hyödyntämistä vuodenaikojen mukaan suosittiin. (Hautala ym. 1999, 66.)

Luomuruoan arvoa onkin väärin mitata rahassa. Tärkeämpää on kiinnittää huomiota siihen, että ruoka-aineissa ei ole jäämiä kemiallisista torjunta-aineista, hormoneista, antibiooteista, eikä niitä ole geenimuokattu. Myös kasvien nitraattipitoisuudet ovat pienemmät kuin tavallisesti tuotetuissa. Sen tuotannossa on otettu huomioon myös ympäristön säästö. Loppuen lopuksi melko pienillä valinnoilla voidaan lasten vastustuskykyä ja terveyttä edistää, kuten Huvikumpu on osoittanut. Sairauksien ennaltaehkäisy on edullisempaa yhteiskunnalle kuin niiden hoitaminen, joten voisi ajatella että luomun korkeampi hinta maksaa itsensä takaisin. Luonnonmukainen lastenhoitomalli kehitettiin Huvikumpu-projektin tuloksena ja se on edelleen päiväkodin toiminta-ajatus. (Hautala ym. 1999, 66-67; Muukka 2008.)

3.5 Luomuruoka osaksi päiväkotiruokailua

Eija Muukan vuonna 2008 Kuopion yliopistossa tekemässä väistökirjassa ”Luomun tie päiväkotiin” on tarkasteltu luomuruokailun toteutettavuutta ja ravitsemuksellista merkitystä päiväkotilapsille. Lapsen tulee saada päivähoidon aikana terveelliset ja riittävät ateriat, siksi päiväkotiruokailulla on tärkeä merkitys lasten ravitsemuksessa. Aterioiden tulee ravintosisällöltään kattaa kokopäivähoitossa kaksi kolmasosaa ja osapäivähoitossa yksi kolmasosa lapsen päivittäisestä ravinnontarpeesta, joten tulee kiinnittää huomiota päivähoitoruuan monipuolisuuteen ja sopivuuteen lapsille, ravitsemussuosituksen toteutumiseen, ruuan mikrobiologiseen laatuun, erityisruokavalioiden toteutumiseen ja ruokailutilanteisiin. Kyseisen ruokailusuosituksen on antanut Sosiaali- ja terveysministeriö. Ravintoaineiden saannin arvioinnissa ja ruokavalioiden suunnittelussa yleensä riittää energiamäärän ja energiaravintoaineiden osuuden lisäksi tiamiinin, kalsiumin, C-vitamiinin ja raudan saannin seuranta. (Muukka 2008, 58.)

Tutkimuksen mukaan luomutuotteiden käytön leviäminen on suhteellisen hidas ja monimutkainen prosessi ammattikeittiöissä, sillä luomuruokavalion toteuttaminen on vaikeaa, koska kaikkia raaka-aineita ei ole Suomessa saatavissa luomuna, näin ollen hinta on myös liian korkea. Kustannuksia tosin saadaan laskemaan, kun käytetään mahdollisimman paljon sesongin mukaisia raaka-aineita sekä lisätään luomutuotteiden tarjontaa ammattikeittiöiden tarvitsemiin suurempiin pakkauskokoihin. Luomutuotteiden vakiinnuttamiseksi ammattikeittiöissä

tulisi luomutuotteiden saatavuutta parantaa, lisätä tuotevalikoimia sekä hinnan tulisi olla kohtuullisempi. Luomun käyttöön on järkevintä siirtyä portaattain, esimerkiksi Portaat luomuun -ohjelman avulla. Siinä voi pienin askelin ja ohjatusti tutustua luomun käyttöön. Mutta yksistään tämä ei riitä, siihen tarvitaan julkisella sektorilla kuntatason päättäjien ratkaisu, jotta luomun käyttöönotto ammattikeittiöissä on mahdollista. Edesauttaa, jos päättäjillä on aikaisempia myönteisiä kokemuksia luomutuotteista. (Muukka 2008, 140,150.)

Muukan tutkimuksessa nousi esille myös, että luomutuotteiden pienempi nitriittimäärä ja bentsoehapon puuttuminen kokonaan eivät tuoneet lisäarvoa päiväkodissa käytettävälle luomuruualle, koska näitä lisäaineita sisältäviä elintarvikkeita käytettiin päiväkotiruokailussa melko vähän. Ei siis saavutettu sellaisia ravitsemuksellisia hyötyjä, jotka vaikuttaisivat lisäävästi ottaa luomutuotteet käyttöön, tosin siinä selvitettiin vain D-vitamiinin, seleenin, nitriitin ja bentsoehapon osalta. (Muukka 2008, 150.)

Eniten luomun käytön aloittamiseen vaikuttivat käyttäjien arvot ja asenteet. Luomun käyttäjät kokivat hinnan ja saatavuuden pienempänä haittatekijänä kuin ei-käyttäjät, sillä he suhtautuvat positiivisella asenteella luomua kohtaan. Vanhemmat pitivät hyvänä asiana, että lapsille tarjotaan päiväkodissa luomuruokaa. Vaikka heidän asenteensa oli positiivinen, he ostivat kotiin luomua vain vähän, koska hinta on tavanomaisia tuotteita korkeampi. (Muukka 2008, 150.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tarkastella 4V-hankkeen yhteistyöpäiväkotien mahdollisuuksia ottaa luomuruoka käyttöön osaksi päiväkotiruokailua. Näkemyksiä luomuruoan käyttöönotosta helsinkiläisissä päiväkodeissa pyritään selvittämään. Alustavan kyselyn (liite 1) perusteella nousseiden asioiden pohjalta tehdään seuraavat tutkimuskysymykset, joihin haastattelun (liite 2) avulla pyritään saamaan vastaukset.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Minkälaisia mahdollisuuksia päiväkodeilla on siirtyä luomuruoan käyttöön?
2. Miten päiväkodit suhtautuvat luomuruoan kalliimpaan hintaan?
3. Olisiko käytännössä mahdollista siirtyä osittaiseen luomuun kustannusten noususta huolimatta?
4. Minkälaisena päiväkodin henkilökunta näkee vanhempien suhtautumisen luomuruokaan?

5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö on toteutettu yhdessä 4V-hankkeen kanssa. 4V-hankeen toiminnan lähtökohtana on kestävä kehitys ja yhteisöllisyyden edistäminen. Hanke tukee kestävästä kehityksestä kasvatustyötä kouluissa, päiväkodeissa sekä lasten- ja nuorten vapaa-ajan toiminnassa. Hankkeissa toteutetaan kaupungin virastoissa tärkeiksi katsottuja asioita. Helsingissä hanke yhdessä sosiaaliviraston kanssa edistää muun muassa lakanakäsipyyhkeiden käyttöä päiväkodeissa. (4V-hanke 2010.)

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä käytetään kvalitatiivista tutkimusta. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tietoa hankitaan kokonaisvaltaisesti luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä ja suunnitelmia voidaan muuttaa olosuhteiden mukaisesti. Aineiston keruussa käytetään aineiston riittävyteen eli kylläisyyteen viittaavaa saturaaion käsitettä. Siinä tutkija alkaa kerätä aineistoa päättämättä etukäteen, kuinka monta tapausta hän tutkii. Aineiston voidaan sanoa olevan riittävän kattava, kun samat asiat rupeavat toistumaan haastatteluissa. (Hirsjärvi ym. 2009, 164,182.)

Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastolliseen yleistettävyyteen. Tämän takia onkin tärkeää, että haastateltavat henkilöt tietävät mahdollisimman paljon tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisen tutkimuksen tyypillisimmät aineistonkeruumenetelmät ovat kysely, haastattelu, havainnointi sekä erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto. Niitä on mahdollista käyttää joko vaihtoehtoisina, rinnakkain tai eri tavoin yhdisteltynä tutkittavan ongelman kanssa. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 73, 88.)

Haastattelu on yleisimpiä käytettyjä tiedonkeruumuotoja. Haastattelu sopii moniin eri tutkimustarkoituksiin, sillä se on joustava menetelmä. Haastattelussa ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa, mikä antaa mahdollisuuden haastattelijan luovuuteen haastattelutilanteessa tiedonhankinnan tarpeen mukaan. Haastateltavan on mahdollista myös tuoda ilmi motiiveja vastausten taustalla. Haastattelun etuja on sanottu olevan ihmisen subjektiivisuus, sillä ihminen on merkityksiä luova ja aktiivinen osapuoli. Haastattelussa halutaan selvittää ja syventää saatavia tietoja. Huonoja puolia on muun muassa haastateltavan taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 34-35.)

Aiheeseen varsinaisen tutkimusosion menetelmäksi valittiin haastattelu osittain juuri edellä mainituista syistä. Ajatuksena oli, että haastateltavista saadaan enemmän irti olemalla itse paikalla sekä selvempiä ja syvemmin aiheeseen paneutuvia vastauksia. Lisäksi koettiin, että haastatteluun suostuvien ja siihen aikaa järjestäneiden täytyy olla jossain määrin kiinnostu-

neita aiheesta. Huonoksi puoleksi tämän haastattelun kohdalla koettiin juurikin sosiaalisesti suotavat vastaukset.

Haastattelijan tehtävänä on välittää kuvaa haastateltavan ajatuksista, kokemuksista, tunteista ja käsityksistä. Haastattelussa ollaan suoraan kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan henkilön kanssa. Tämä mahdollistaa tilanteen suunnata tiedonhankintaa itse tilanteessa. Myös vastausten taustalla olevia motiiveja voidaan selvittää. Haastattelun avulla pystytään syventämään tietoja ja selventämään vastauksia. Haittana haastattelussa on, että se vie enemmän aikaa kuin tiedonkeruu kyselylomakkein. Myös monia virhelähteitä voi esiintyä haastattelumateriaalissa. Haastatteluaineiston analysointi, tulkinta ja raportointi ovat usein ongelmallisia, koska niin sanotusti valmiita malleja ei ole tarjolla. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 34-35, 41.)

Lomakehaastattelu eli haastattelu joka tapahtuu lomakkeen avulla, on kohdallamme järkevin vaihtoehto ilman aikaisempaa kokemusta haastattelun tekemisestä. Näin saamme kerätyn aineiston helposti käsiteltävään muotoon, joka on mielekästä kvantifioida. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 45.)

Opinnäytetyössä käytetään kyselylomakkeen rinnalla haastattelua. Kyselylomakkeen avulla saadaan hankittua taustatietoa, jonka pohjalta pystytään haastattelussa keskittymään oleellisiin asioihin. Kyselyä laadittaessa lomake on tärkeää suunnitella huolellisesti, sillä kun vastaaja täyttää lomakkeen siihen on myöhäistä tehdä muutoksia. Tutkimuksen onnistumisen kannalta on myös ratkaisevaa, kysytäänkö lomakkeessa sisällöllisesti oikeita kysymyksiä. (Vehkalahti 2008, 20.)

Lomaketta laadittaessa päädyttiin avoimiin kysymyksiin, vaikka ne ovat työläämpiä käsitellä, mutta niiden ajateltiin toimivan suljettuja vaihtoehtoja paremmin. Sillä avovastaukset antavat tutkimuksen kannalta tärkeää tietoa, joka voisi jäädä muuten kokonaan havaitsematta. Haastattelun eduksi voidaan laskea se, että kun haastatteluluvasta sovitaan henkilökohtaisesti, harvoin haastateltavat luvan annettuaan kieltäytyvät haastattelusta tai kieltävät haastattelunsa käytön tutkimusaineistona. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 76; Vehkalahti 2008, 25.)

5.1 Aineiston hankinta ja kohderyhmät

Aineiston hankinta toteutettiin kahdessa osassa. Ensin tehtiin alustava kysely (liite 1) kolmeen Steinerpäiväkotiin sekä kolmeen Luonnossa kotonaan - päiväkotiin. Alustavan kyselyn tarkoituksena oli muun muassa selvittää luomuruoan osuus kokonaisruoan määrästä ja sen hinta lasta kohden päivässä sekä saada selville luomuruoan käyttöönottoon vaikuttavat asiat, joista eräs tärkeimmistä on sen suuremmat kustannukset. Lisäksi kyseltiin mahdollisia ongelmia, joita päiväkodeilla on tullut vastaan liittyen luomuruoan hankkimisen ja käytön suhteen.

Lomaketta laadittaessa keskityttiin asioihin, jotka oli kaikkein oleellisinta selvittää varsinaista kyselyä varten. Varsinaisen haastattelulomakkeen laadinta perustuikin hankkimiimme taustatietoihin koskien jo luomuruokaa käyttäviä Steiner- ja Luonnossa kotonaan -päiväkoteja. Tämän pohjalta, kun saatiin tietoa luomuruoan käytön toimivuudesta ja eduista jo niitä käyttävissä päiväkodeissa tehtiin varsinainen haastattelulomake (liite 2) 4V-hankkeen yhteistyöpäiväkoteihin.

Ennen alustavan kyselyn (liite 1) tekoa oltiin yhteydessä puhelimitse Steiner- ja Luonnossa kotonaan -päiväkoteihin, jotta saatiin heiltä suostumus sen tekoon. Tämän ajateltiin vaikuttavan positiivisesti vastausten määrään ja laatuun, jos päiväkotien halukkuus kyselyyn osallistumiseen varmistetaan henkilökohtaisesti puhelimesta. Samalla kyseltiin kuinka moni päiväkodin työntekijöistä olisi mahdollisesti kiinnostunut ja halukas vastaamaan kyselyyn. Toivomuksena oli kuitenkin, että yksi vastaajista olisi keittiöhenkilökuntaan kuuluva ja ainakin yksi lasten kasvatusvastuullinen. Näin ollen saataisiin mahdollisimman monipuolinen näkökulma asiaan.

Aluksi tarkoituksena oli viedä viisi kappaletta kyselyitä kuhunkin päiväkotiin henkilökohtaisesti palautelaatikon kera, mutta päiväkodit olivat sen verran pieniä, joten kunkin päiväkodin puhelimesta tavoitettu henkilö ajatteli kyselyitä riittävän 2-3 kappaletta. Vastausmäärän jäädessä pieneksi kyselyt päätettiin postittaa. Kirjekuoreen laitettiin kyselylomakkeen lisäksi palautuskuori, johon kirjoitettiin valmiiksi palautusosoite. Steinerpäiväkotien vastaukset palautuivat Eeva Ipatille ja Luonnossa kotonaan -päiväkotien vastaukset Outi Jalovaaralle. Palautuskuoret olivat Laurean kuoria, joissa postimaksu oli valmiiksi maksettu. Tutkimuksen eettisyyden kannalta emme kirjoittaneet palautuskuoreen päiväkotien nimiä, ja näin ollen emme tiedäneet mistä päiväkodista mikäkin lomake meille palautettuna tuli. Vastausaika annettiin kuukauden verran, jonka sisällä toivottiin kaikkien vastaavaan kyselyyn. Loppujen lopuksi kyselyitä lähetettiin Steinerpäiväkoteihin yhteensä 8 kpl ja Luonnossa kotonaan -päiväkoteihin 9 kpl. Kysely oli lyhyt, joten ajateltiin vastauskynnyksen olevan matala. Vastausajan mennessä umpeen saimme kuitenkin vain kaksi vastausta Steinerpäiväkodista ja kaksi Luonnossa kotonaan -päiväkodista.

Ennen varsinaisen haastattelun tekoa olimme 4V-hankkeen hankekokouksessa, jossa hankkeen jäsenille sekä kahdelle muulle hankkeen kanssa yhteistyössä lopputyötä tekeväälle opiskelijalle esittelimme opinnäytetyön tarkoituksen. Kyseisen kokouksen aikana yhdessä hankkeen yhteistyöhenkilöiden kanssa tultiin siihen tulokseen, että alkuperäisen suunnitelman sijaan tehdään ensimmäisen kyselyn perusteella haastattelu. Kysymykset kehitettiin alustavan kyselyn (liite 1) vastausten ja niiden avulla saadun tiedon perusteella.

Vaikka alustavasta kyselystä saatiin niukasti vastauksia, huomasimme, että niissä toistuivat samat vastaukset. Tämä ei siis vaikuttanut negatiivisesti varsinaisen kyselyn (liite 2) tekoon. Näiden tietojen pohjalta tehtiin haastattelulomake päiväkodinjohtajille koskien luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuutta päiväkodeissa. Haastatteluita saatiin sovituksi kolme. Ajanpuutteen vuoksi haastattelulomake lähetettiin sähköpostina vielä muutamalle helsinkiläiselle päiväkodinjohtajalle, sillä tavoitteena oli lopulta saada yhteensä vähintään viiden päiväkodinjohtajan haastattelut.

Luomuruoan käyttöönottoon liittyen oltiin puhelimitse yhteydessä myös Palmiaan, Opetusalan ruokapalvelupäällikköön Jaana Kujalaan. Häneltä kyseltiin mielipidettä luomuruoan käyttöönotosta. Hän kertoi heidän ja päiväkotien välisten sopimusneuvottelujen olevan vielä kesken, sen suhteen siirtykö päiväkotien ruokajakelu Palmialle. Hän totesi kustannusten nousun olevan ensimmäinen haaste. Toisena haasteellisena seikkana hän mainitsi sen, että julkinen hankintalaki asettaa tietyt reunaehdot ruoalle, ja luomutuotteet tulisi olla hankittuja tämän lain mukaan. Vaikeaa olisi myös raaka-aineiden saatavuus. Kujala kertoi Palmian toimivan tilaaja-tuottaja menetelmällä, joten he toimivat sen mukaan mitä tilataan. Hankinta-saatavuus vastakkainasettelun hän mainitsi myös. Helsingin kaupungilla on päivähoidossa 18 000 lasta, joten volyymit ovat niin suuret että raaka-aineiden saanti tulisi olemaan kynnyskysymys.

Puhelimitse yritettiin tavoitella myös Helsingin kaupungin ruokapalvelupäällikköä Satu Järvenkallasta. Hänen sijaan meidät ohjattiin Liisa Airaksisen puoleen, joka osaisi myös kertoa asiasta. Airaksinen kertoi aikaisemmin toteutetusta luomuruoka-kokeilusta. Kokeilussa esiintulleita ongelmia oli raaka-aineiden saatavuus ja tilaamisprosessi. Raaka-aineissa esiintyi myös laatuongelmia. Lihahankinnat piti tietää kuusi päivää aikaisemmin ja koska ruoan kierto oli pitkä, niin laatu laski. Muita vastaan tulleita ongelmia oli eriarvoisuus kokeilussa mukana olleiden päiväkotien ja niiden päiväkotien välillä, jotka eivät olleet pilottikokeilussa mukana. Airaksinen kertoi ruoan hinnan olevan 80 senttiä yhtä lasta kohden. Hänen mukaansa Helsingin kaupungilla on ollut käytössä jo yksi kasvisruokapäivä viikossa. Airaksinen kertoi päiväkotien ruokahuollon siirtyvän Palmialle.

5.1.1 Steinerpäiväkodit ja Luonnossa kotonaan -päiväkodit

Steinerpäiväkodit ovat yksityisiä, vanhempien perustamia päiväkoteja joissa vanhemmat kantavat toimintaa taloudellisesti kannatusyhdistyksen puitteissa. Steinerpäiväkoti on yhteisö, jossa kasvattajat ja vanhemmat kantavat ja rakentavat yhdessä. Eli pedagoginen yhteistyö liittyy läheisesti päiväkodin vanhemmuuteen. Steinerpedagogiikassa lapset ovat yhdistetyissä ryhmissä. Suomessa steinerpäiväkoteja on 40. Steinerpedagogiikka perustuu ihmiskuvaan, jonka mukaan ihmisen kasvulla ja kehityksellä on omat herkkyyuskautensa. Myös tunteen, ajattelun ja tahdon alueilla. Steinerpedagogiikka kasvattaa ihmistä kokonaisuutena, kehittää ta-

sapainoisesti tunteen, tahdon ja ajattelun alueita, ottaa opetuksessa huomioon ihmisen kasvun ja kehityksen herkkyykskaudet sekä kasvattaa rohkeita ja luovia yksilöitä. (Steinerkasvatuksen liitto ry 2010.)

Luonnossa kotonaan -päiväkotien toiminnassa sitoudutaan kestävän kehityksen periaatteiden noudattamiseen. Lapset osallistuvat päiväkodin ekologiseen arkeen, mikä luo lapselle väylän kasvaa kohti ympäristövastuullisuutta. Lapselle hahmottuu päiväkodissa ympäristöystävällisen elämäntavan aakkoset kun lapsi oppii luonnossa viihtymistä ja olevansa osa luonnonjärjestelmää. Luonnossa kotonaan -pedagogiikan ajatus on, että lapsi saa tyydyttää uteliaisuuttaan ja tiedonhaluaan, sekä liikkua ja kokea yhdessäoloa luonnossa. Luonto tarjoaa parhaat puitteet oppimisenäkemyksen toteuttamiselle kyseisen pedagogiikan mukaan. Luonnossa kotonaan -päiväkodeissa lähiluontoon retkeillään kaikkina vuodenaikoina useita kertoja viikossa. (Luonnossa kotonaan -päiväkodit 2010.)

Päiväkoti Sotkankodossa Helsingin Viikissä noudatetaan Luonnossa kotonaan - pedagogiikkaa. Siellä käytetään runsaasti luomuraaka-aineita kaikilla aterioilla päivittäin. Lasten ja ympäristön hyvinvointi toimii lähtökohtana raaka-ainehankinnoissa. Kaikkea ei aina ole saatavana luomuna, eikä se aina edes ole ekologisin vaihtoehto Sotkankodon johtajan Susanna Suutarlan mukaan. Ruoka valmistetaan päiväkodin keittiössä mahdollisimman vähän käsitellyistä perusraaka-aineista. Pienehkön keittiön tarpeisiin saa nykypäivänä hyvin raaka-aineita luomuna Suutarlan mukaan. (Luomulehti 2010, 7.)

5.2 Aineiston analysointi

Laadullisessa tutkimuksessa analyysimenetelmänä käytetään yleensä sisällönanalyysia. Se sopii hyvin strukturoimattoman aineiston analyysiin. Tällä menetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. Sisällönanalyysilla saadaan aineisto vasta järjestetyksi lähinnä johtopäätösten tekoa varten. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 105.) Sisällönanalyysissä voidaan edetä kahdella tavalla joko lähtien aineistosta eli induktiivisesti tai jostain aikaisemmasta käsitejärjestelmästä eli deduktiivisesti. Tutkijan on ennen analysoinnin aloittamista päätettävä analysoiko hän vain sen, mikä on selvästi ilmaistu dokumentissa vai huomioiko hän myös piilossa olevia viestejä. (Hoitotiede 1999.)

Aineistolähtöisessä analyysissä Kyngäksen ja Vanhasen (1999) mukaan aineiston alkuperäisilmausten pelkistäminen on lähtökohtana analyysin tekniselle vaiheelle. Aineistosta poimitaan tutkimusongelman tai -tehtävän mukaisia kysymyksiä eli ensin haetaan aineistosta ne asiat, joista nimenomaan tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita. Sitten ne pelkistetään yksittäisiksi ilmauksiksi. Samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistetään samaan kategoriaan eli luokkaan ja annetaan sille sisältöä kuvaava nimi. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 102.) Aineistosta lähtevä ana-

lyysiprosessi kuvataan aineiston pelkistämisenä, ryhmittelynä ja abstrahointina eli teoreettisten käsitteiden luomisena. Pelkistetyt ilmaisut kirjataan mahdollisimman samoilla termeillä, kuten ne ovat aineistoissa olleet. Ryhmittelyssä on kyse pelkistettyjen ilmaisujen erilaisuuksien ja yhtäläisyyksien etsimisestä. (Hoitotiede 1999.)

5.2.1 Kyselylomakkeen analysointi

Alustavan kyselylomakkeen (liite 2) vastaukset käytiin kohta kohdalta läpi ja sieltä nostettiin esiin ainoastaan tutkimuskysymysten kannalta olennaiset kohdat varsinaista haastattelua varten. Tärkeimmät kohdat alleviivattiin vastauspapereista. Sen jälkeen kasasimme jokaisesta lomakkeesta ensiksi vastausten alkuperäislausumat, jotka sitten redusoimme eli pelkistimme. (Taulukko 1.) Tämän jälkeen pelkistetyt vastaukset ryhmiteltiin eli klusteroitiin ja niille muodostettiin alakategoriat. (Taulukko 2.) Tämän jälkeen suoritettiin aineiston abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Alakategorioista muodostettiin vielä yläkategoriat ja näistä yksi pääluokka. (Taulukko 3.)

Tiedusteltu asia	Alkuperäinen lausuma	Pelkistetty ilmaus
Luomuruoan käyttöönottoon vaikuttaneet asiat päiväkodissa	<p>”Ravinnon puhtaus. Säilöntä- ja lisäaineettomuus. Maku ja ravitsevuus. Steinerpedagogiikka korostaa luonnonmukaisuutta kaikissa asioissa.”</p> <p>”Pedagogiikka, puhdas ruoka lapselle.”</p> <p>”Luomuruoka kuuluu selkeänä osana ekologiseen toimintakulttuuriimme. Sen lisäksi se on merkittävä tekijä terveen ja hyvinvoivan lapsen kasvua = ihmisen ja luonnon hyvinvointi.”</p>	Luomuruoka on puhdasta. Pedagogiikka korostaa luonnonmukaisuutta.
Luomuruoan osuus päiväkotiruoasta	<p>”Arviolta n.80-95%.”</p> <p>”Ei ole, n. 80% on luomua.”</p> <p>”70-80% on luomua.”</p> <p>”95%. Aivan kaikkea ei saa luomuna.”</p>	Aivan kaikkea ei saa luomuna. Luomuruoan osuus on noin 80%

<p>Ruokaan käytettävien raaka-aineiden hankinta</p>	<p>”Tilaamme raaka-aineet eri luontaistukuista, kuten: Aduki, Itu Oy, MakroBios jne. Sekä suoraan pientilalta, tuoretuotteet usein Satotukusta, leivän Samsarasta, maitotuotteet valiolta”</p> <p>”Ruuan raaka-aine esim. kasvikset, kuivatavara ym. ruoka esim. leipä tilataan tukuista, Samsaran leipomosta ja muutamalta luomutilalta.”</p> <p>”Suoraan viljelijältä (useampia) luomutukku Itu Oy, Metro-tukku.”</p> <p>”Suoraan viljelijöiltä, luomutuista ja lähikaupan luomutiskiltä.</p>	<p>Raaka-aine tilataan suoraan viljelijöiltä ja luomutukuista.</p> <p>Ruuan raaka-aineita tilataan luomutilalta ja lähikaupan luomutiskiltä.</p>
<p>Luomuruoan suhteen ja sen hankintaan liittyvät ongelmat</p>	<p>”Kaikkia tuotteita (esim. rahka) ei saa luomuna, eikä kaikkia tuotteita saa tukkuksessa.”</p> <p>”Ei varsinaisesti, toki tilaamista helpottaisi, jos raaka-aine saisi isommissa pakkauskoissa ja keskitetymin yhdestä paikasta.”</p> <p>”Kaikkea ei saa luomuna, sekä vuodenaika ratkaisee, kuinka kotimaista luomua on tarjolla.”</p> <p>”Kevättalvella kotimaiset raaka-aine vähenevät, jotkut loppuvat.”</p>	<p>Kaikkia raaka-aineita ei saa tukkuksessa.</p> <p>Vuodenaika vaikuttaa saatavuuteen.</p>
<p>Vanhempien kanssa keskustelut päiväkodin ruokavalintoihin liittyen</p>	<p>”Kerromme vanhemmille luomuruoastamme, sekä kasvispainotteisesta ruokavaliosta.”</p> <p>”Kerromme vanhemmille jo hakuvaiheessa ruoasta.”</p> <p>”Tutustumishaastattelussa kerrotaan luomukasvisvalinnasta, vanhempainilloissa infoa. Syksyllä 2009 oli laaja asiakastyytyväisyyskysely koskien ravintoa.”</p>	<p>Vanhemmille kerrotaan luomu- ja kasvisruokapainotuksesta.</p> <p>Hakuvaiheessa nostetaan esille luomuruoan käyttö päiväkodissa.</p>

Päiväkodin ruokailuun liittyvä kasvisruokapainotus	<p>”Kyllä. Kasvisruokaa on vähintään kolmesti viikossa, kalaa 1x, lihaa 1x.”</p> <p>”Kyllä. Kolme lounasta viikossa on kasvisruokaa.”</p> <p>”Kyllä, laitamme pelkästään kasvisruokaa, käytämme maitotaloustuotteita ja kananmunia.”</p> <p>”100 % kasvisruoka.”</p>	Kasvisruokaa tarjotaan vähintään kolmesti viikossa. Pelkkää kasvisruokaa käytetään.
Ruoka-asioiden esille nostaminen lasten kanssa päivittäisessä työssä	<p>”Lapset viljelevät osan vihanneksista ja mausteyrteistä piha- puutarhassamme, korjaavat sadon ja ovat noin 1x viikossa mukana pienryhmässä valmistamassa ruokaa ulkonuotiolla.”</p> <p>”Lapsille kerrotaan mitä ruokaa on tarjolla.”</p> <p>”Ei nosteta erikseen, vastataan kysymyksiin.”</p>	Lapset osallistuvat ruoan valmistukseen ja heille kerrotaan ruoasta. Lapsille ei erikseen puhuta ruoasta.

Taulukko.1. Esikyselyn aineiston pelkistäminen.

5.2.2 Yhteenveto alustavasta kyselystä

Kaikissa kyselyyn vastanneissa Steiner- ja Luonnossa kotonaan -päiväkodeissa lapset söivät oletuksemme mukaisesti luomuruokaa. Luomuruoan osuus kyseisten päiväkotien ruoasta oli päiväkodista riippuen 70-95 %.

Luomuruoan käyttöön vaikuttaneita asioita päiväkodeissa olivat muun muassa se, että se on osa päiväkotien ekologista toimintamallia.

”Luomuruoka kuuluu selkeänä osana ekologiseen toimintakulttuuriimme. Sen lisäksi se on merkittävä tekijä terveen ja hyvinvoivan lapsen kasvua = ihmisen ja luonnon hyvinvointi.”

Oli erään päiväkodin vastaus kysyttäessä syitä luomuruoan käyttöön. Lisäksi ravinnon puhtaus, maku ja ravitsevuus, sekä säilöntä- ja lisäaineettomuus olivat tärkeitä. Steinerpedagogiikka korostaa luonnonmukaisuutta kaikissa asioissa.

Luomuruoka sekä ruokaan käytettävät aineet hankitaan suoraan viljelijältä, luomutukuista ja lähikaupan luomutiskiltä.

”Tilaamme raaka- aineet eri luontaistukuista, kuten: Aduki, Itu Oy, MakroBios jne. Sekä suoraan pientilalta, tuoretuotteet usein Satotukusta, leivän Samsa rasta, maitotuotteet valiolta.”

Esille nousi, että luomuraaka-aineita on kohtalaisen hyvin saatavilla. Erään vastaajan mielestä hankinnan suhteen ei ole ollut mitään ongelmia, toisen vastaajan mukaan kevättalvella kotimaiset raaka-aineet vähenevät ja jotkut loppuvat.

”Kaikkea ei saa luomuna, sekä vuodenaika ratkaisee, kuinka kotimaista luomua on tarjolla.”

Kysyttäessä onko vastaan tullut ongelmia luomun hankinnan suhteen eräs päiväkotitiimi vastasi;

”Ei varsinaisesti, toki tilaamista helpottaisi, jos raaka- aineet saisi isommissa pakkauskoissa ja keskitetympään yhdestä paikasta.”

Yhteistä kaikissa päiväkodeissa oli se, että he kertovat vanhemmille luomuruuasta sekä kasvispainotteisesta ruokavaliosta. Päiväkotien tutustumishaastattelussa ja vanhempainilloissa keskustellaan vanhempien kanssa luomu- ja kasvisvalinnasta.

”Tutustumishaastattelussa kerrotaan luomu- kasvisvalinnasta, vanhempainilloissa infoa. Syksyllä 2009 oli laaja asiakastytyvyyskysely koskien ravintoa.”

Joissakin päiväkodeissa kasvisruokaa on vähintään kolmesti viikossa sekä kalaa että lihaa kerran viikossa. Eräässä päiväkodissa tarjotaan 100 % kasvisruokaa.

”Kyllä, laitamme pelkästään kasvisruokaa, käytämme maitotaloustuotteita ja kananmunia.”

Ruoka-asioiden esille nostaminen päivittäisessä työssä toi esille, että päiväkodissa lapset viljelevät muun muassa vihanneksia ja mausteyrtejä ja ovat mukana valmistamassa ruokaa.

”Lapset viljelevät osan vihanneksista ja mausteyrteistä pihapuutarhassamme, korjaavat sadon ja ovat noin 1x viikossa mukana pienryhmässä valmistamassa ruokaa ulkonuotilla.”

Erään päiväkodin mukaan ruoka-asioita ei nosteta mitenkään erikseen esille.

”Ei nosteta erikseen, vastataan kysymyksiin.”

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
Luomuruoka on puhdasta. Pedagogiikka korostaa luonnonmukaisuutta.	Puhdas ravinto.
Aivan kaikkea ei saa luomuna. Luomuruoan osuus on noin 80 %	Saatavuus rajallista.
Raaka- aineet tilataan suoraan viljelijöiltä ja luomutukuista. Ruuan raaka-aineita tilataan luomutilalta ja lähikaupan luomutiskiltä.	Raaka- aineiden hankinta.
Kaikkia raaka- aineita ei saa tukkukoossa. Vuodenaika vaikuttaa saatavuuteen.	Haasteellisuus.
Vanhemmille kerrotaan luomu- ja kasvisruokapainotuksesta. Hakuvaiheessa nostetaan esille luomuruoan käyttö päiväkodissa.	Luomuruokapainotus.
Kasvisruokaa tarjotaan vähintään kolmesti viikossa. Pelkkää kasvisruokaa käytetään.	Kasvisruoan käyttö.
Lapset osallistuvat ruoan valmistukseen ja heille kerrotaan ruoasta. Lapsille ei erikseen puhuta ruoasta.	Lasten osallistuminen.

Taulukko 2. Esikyselyn aineiston ryhmittely.

Alakategoria	Yläkategoria	Pääloukka
Puhdas ravinto Luomuruoka painotus Kasvisruoan käyttö Lasten osallistuminen	Arvot	Elämäntapa
Saatavuus rajallista Raaka-aineiden hankinta Haasteellisuus	Motivaatio, halu	

Taulukko 3. Kyselylomakkeen aineiston abstrahointi.

5.2.3 Haastattelujen analysointi

Haastattelulomakkeen vastaukset käytiin tarkasti läpi miettien tutkimuskysymysten kannalta oleellista tietoa. Aluksi vastaukset katsottiin silmäillen läpi, sen jälkeen jokainen neljästä haastattelupaperista käytiin läpi kysymys kerrallaan. Paperille kirjattiin ylös esimerkiksi jokaisesta vastauspaperista yhden kysymyksen vastaukset, jonka jälkeen siirryttiin seuraavaan kysymykseen. Näin jatkoimme haastattelulomakkeen käymistä loppuun asti. Näin saimme muodostettua vastausten alkuperäislausumat, jotka sitten redusoimme eli pelkistimme. (Taulukko 4.) Tämän jälkeen pelkistetyt vastaukset ryhmiteltiin eli klusteroitettiin ja niille muodostettiin alakategoriat. (Taulukko 5.) Tämän jälkeen suoritettiin vielä aineiston abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Alakategorioista muodostettiin vielä kolme yläkategoriaa ja näistä yksi pääluokka. (Taulukko 6.)

Tiedusteltu asia	Alkuperäinen lausuma	Pelkistetty ilmaus
Ympäristö- ja terveysarvojen näkyminen päiväkotien arjessa.	<p>“Olemme osallistuneet 4V-hankkeeseen ja kokeilemme pieniä käsilakanoita käsipaperin sijaan. Kierrätämme lasten kanssa mm. pahvia, kartonkia ja biojätettä. Yhdessä ryhmässä on kompostimatoja lasiakvaariossa. Hankinnoissa ajatellaan aina tuotteen kestävyyttä/ pitkäikäisyyttä ja sitä kautta taloudellisuutta. Ruoka on terveellistä ja jätelajittelu on käytössä.”</p> <p>”Lakanakäsipyyhkeet käytössä, yleistä keskustelua käyty. Kertakäyttöastioita ei käytetty. Rölli roskanheittäjä- teatteri ollut. Kierrätyskuukausi ollut, jolloin lelut vietiin kirpikselle myyntiin. Vähemmän tavaraa hankitaan mutta kunollista.”</p> <p>”Sijainti hyvä. Liikuntapainotus, kannustetaan lapsia ja henkilökuntaa omatoimiseen liikuntaan. Paperipyyhkeiden käyttöä on vähennetty, lakanapyyhkeet käytössä.”</p>	<p>Lakanakäsipyyhkeet käytössä käsipaperin sijaan.</p> <p>Kierrätykseen ja jätelajitteluun kiinnitetään huomiota.</p>

<p>Päiväkodissa käytössä olevat luomutuotteet.</p>	<p>”Luomutuotteita ei ole käytössä.”</p> <p>”Ei, se ei ole taloudellisesti mahdollista.”</p> <p>”Ei ole.”</p> <p>”Ei ole.”</p>	<p>Luomuruoan käyttö taloudellisesti mahdotonta.</p>
<p>Ravinnon puhtauden ja ekologisuuden huomiointi.</p>	<p>”Asia on tärkeä, mutta valitettavasti tilaamme tuotteemme tukkutoimittajien kautta, joten joudumme käyttämään heidän valikoimiansa. Kotimaisuuteen siellä pyritään kuitenkin.”</p> <p>”Totta kai toivomme ruoan olevan puhdasta jne., meidän pitää luottaa siihen, että toimittaja toimittaa vain hyvälaatuisia tavaraa.”</p> <p>”Kyllä, pidetään tärkeänä.”</p> <p>”Niissä puitteissa kuin on mahdollista. Jätteet lajitellaan ja tilaukset tehdään sen mukaan.”</p>	<p>Tuotteet tilataan tukkutoimittajien kautta.</p> <p>Luotetaan siihen että toimittaja toimittaa hyvälaatuisia tavaraa.</p>
<p>Päiväkodissa tarjottava kasvisruoka.</p>	<p>”Noudatamme sosiaaliviraston ruokalistaa, joka on laadittu lapsia varten. Meillä on kasvisruokapäivä, mutta emme korosta sitä mitenkään erityisesti. Se on ruoka muiden ruokien joukossa.”</p> <p>”Ruokalistalla on aina silloin tällöin kasvisruoka, ja silloin kaikille on sitä tarjolla.”</p> <p>”Etnisten kulttuurien takia on aina kasvisruokavaihtoehto.”</p> <p>”Ei erityistä kasvisruokapäivää lapsilla, mutta löytyy kasvisruokavaihtoehto uskonnollisen taustan ja kasvissyöjien vuoksi.”</p>	<p>Jos ruokalistalla kasvisruokaa, on sitä kaikille tarjolla.</p> <p>Etnisten kulttuurien takia on aina tarjolla kasvisruokavaihtoehto.</p>

<p>Mielipide kasvisruokapäivästä.</p>	<p>”Pakko ei ole koskaan hyvästä.”</p> <p>”Vanhempien mielipide tärkeää, pitäisi kysyä mielipidettä. Lapset ennakkoluuloisia. Eikä terveellisyden takia olisi huono vaihtoehto.”</p> <p>”Hyvä vaihtoehto. Kannattaa.”</p> <p>”En osaa sanoa. Ehkä.”</p>	<p>Lapset ovat ennakkoluuloisia kasvisruoan suhteen.</p> <p>Hyvä ja terveellinen vaihtoehto.</p>
<p>Ruokailuun liittyvä hinnan korotus.</p>	<p>”Asia ei ole minun päätettävissäni. Budjetit laatii muut henkilöt.”</p> <p>”Se olisi aika ihanteellista, muttei realistista.”</p> <p>”Tällä hetkellä täysin mahdoton, muutenkin säästöjä. Käytännössä poliitikot ja päättäjät päättää.”</p> <p>”Hinta ei kuulosta mahdotonmalta, mutta työtunnit ym. päälle. Taloudellinen tilanne on tällä hetkellä mahdoton, ehkä myöhemmin. ”</p>	<p>Ei ole mahdollista vaikuttaa, budjetin laativat muut henkilöt.</p> <p>Mahdotonta taloudellisen tilanteen takia sillä muutenkin säästetään kaikessa.</p>
<p>Ruoan vaihtaminen osittain luomuun.</p>	<p>”Palmia on esimies, joten en voi ottaa kantaa. Jos rahat olisi meidän budjetissa, voisin miettiä, mutta kun ei ole mahdollista uudessa tilanteessa.”</p> <p>”En osaa sanoa.”</p> <p>”Erittäin vähän”</p> <p>”Kustannuskysymys.”</p>	<p>Kustannuskysymys.</p> <p>Vaikutusmahdollisuudet ovat vähäiset.</p>

<p>Vanhempien kiinnostus päiväkotiruokaa kohtaan.</p>	<p>”Vain hyvin harva, tänä vuonna en muista kenenkään kysyneen mitään.”</p> <p>”Aika harva vanhempi on niin kiinnostunut päiväkodin ruoasta, mutta toki on joitakin erittäin valveutuneita vanhempia, jotka toivoisivat kaikenlaista spesiaalia omalle lapselleen.”</p> <p>”Vanhemmat kysyy ruokalistaista. On kiinnostuneita liivateista ja lisäaineista.”</p> <p>”Vanhemmat eivät ole oikeastaan kyselleet. Enemmänkin Palmiasta olleet kiinnostuneita. Mitä tapahtuu, tulevatko ruoat valmiina, muuttuuko ruoan laatu, onko puolivalmiita. Lapset tykkää, aikuiset ei. Kokeiltu keittäjän poissaolon takia. Ekologisuusasiat jää nyt Palmian taakse.”</p>	<p>Jotkut vanhemmat ovat kiinnostuneita ruokalistaista.</p> <p>Harva vanhempi on kysellyt.</p>
<p>Vanhempien valmius lisäkustannuksiin luomuruoan myötä.</p>	<p>”En usko, että vanhemmat on valmiita lisäkustannuksiin.”</p> <p>”En oikein usko tähän, koska päivähoitomaksuista naristaan näin ollenkin.”</p> <p>”Alueella paljon maahanmuuttajia, he eivät ehkä ole. Aika harva muutenkin.”</p> <p>”Alue hyvätuloinen. Halutesaan mahdollista jos kiinnostusta riittää.”</p>	<p>Vanhemmat tuskin ovat valmiita lisäkustannuksiin.</p>

<p>Vaikutusmahdollisuudet luomutuotteiden käyttöönottoon ruokahuollon siirtyessä Palmialle.</p>	<p>”Ei mitään aavistustakaan.”</p> <p>”Jos toiveita tulisi kaupungin eri vastuualueilta, niin vaikutusta ehkä saataisiin aikaan. Mutta liikelaitos tekee tehokasta ja taloudellista bisnestä ja kalliimpi luomu ei oikein sovi siihen sapluunaan.”</p> <p>”Ei juurikaan. Keittäjän kanssa yhdessä mietitään ennen siirtymistä Palmiaan.”</p> <p>”Aika heikosti. Jos päiväkotia ei pysty vaikuttamaan, niin vanhemmat pystyy. samaa koneistoa Palmian kanssa, joten tämän takia paineet tultava ulkopuolelta.”</p>	<p>Luomu ei sovi taloudellisen bisneksen kuvaan.</p> <p>Vanhemmilla olisi mahdollisuus vaikuttaa.</p>
---	---	---

Taulukko 4. Haastatteluaineiston pelkistäminen

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
<p>Lakanakäsipyyhkeet käytössä käsipaperin sijaan.</p> <p>Kierrätykseen ja jätelajitteluun kiinnitetään huomiota.</p>	<p>Ekologisuuden huomiointi</p>
<p>Luomuruoan käyttö taloudellisesti mahdotonta.</p>	<p>Taloudellisesti mahdotonta</p>
<p>Tuotteet tilataan tukkutoimittajien kautta.</p> <p>Luotetaan siihen että toimittaja toimittaa hyvälaatuisia tavaraa.</p>	<p>Tuotteet tukkutilauksina</p>
<p>Jos ruokalistalla kasvisruokaa, on sitä kaikille tarjolla.</p> <p>Etnisten kulttuurien takia aina tarjolla kasvisruokavaihtoehto.</p>	<p>Kasvisruoka vaihtoehtona</p>
<p>Lapset ovat ennakkoluuloisia kasvisruoan suhteen.</p> <p>Hyvä ja terveellinen vaihtoehto.</p>	<p>Kasvisruoan terveellisyys</p>

<p>Ei ole mahdollista vaikuttaa, budjetin laativat muut henkilöt.</p> <p>Mahdotonta taloudellisen tilanteen takia sillä muutenkin säästetään kaikessa.</p>	Budjettikysymys
<p>Kustannuskysymys.</p> <p>Vaikutusmahdollisuudet ovat vähäiset.</p>	Vaikutusmahdollisuudet vähäiset
<p>Jotkut vanhemmat ovat kiinnostuneita ruokalistaista.</p> <p>Harva vanhempi on kyselty.</p>	Vanhempien kiinnostus
<p>Vanhemmat tuskin ovat valmiita lisäkustannuksiin.</p>	Mielipide lisäkustannuksiin
<p>Luomu ei sovi taloudellisen bisneksen kuvaan.</p> <p>Vanhemmilla olisi mahdollisuus vaikuttaa.</p>	Luomu kalliimpaa

Taulukko 5. Haastatteluaineiston ryhmittely.

Alakategoria	Yläkategoria	Päälukokka
<p>Budjettikysymys</p> <p>Vaikutusmahdollisuudet vähäiset</p> <p>Taloudellisesti mahdotonta</p>	Voimattomuus	Taloudellinen tuki
<p>Vanhempien kiinnostus</p> <p>Mielipide lisäkustannuksiin</p> <p>Luomu kalliimpaa</p>	Hinta	Kustannusvalmius
<p>Kasvisruoka vaihtoehtona</p> <p>Kasvisruoan terveellisyys</p> <p>Ekologisuuden huomiointi</p>	Terveysnäkökulma	Luontoystävällisyys

Taulukko 6. Haastattelujen abstrahointi.

5.2.4 Yhteenveto haastatteluista

Missään Helsingin kaupungin päiväkodissa ei ollut käytössä lainkaan luomuruokaa. Kaikissa päiväkodeissa lapsilla oli mahdollisuus valita kasvisruokavaihtoehto, jo etnisten kulttuurien vuoksi tuli lihaton vaihtoehto olla.

”Ei erityistä kasvisruokapäivää lapsilla, mutta löytyy kasvisruokavaihtoehto uskonnollisen taustan ja kasvissyöjien vuoksi.”

Kaikki päiväkodit olivat tietoisia ruokajakelun siirtymisestä Palmialle. Tämän takia päiväkodit kokivat, etteivät jatkossa pysty itse lainkaan vaikuttamaan ruokavalintoihin, mikä vahvasti näkyi myös vastauksissa. Ekologisuuteen liittyvät asiat jäävät päiväkotien mielestä Palmiaan siirtymisen varjoon.

”Palmia on esimies, joten en voi ottaa kantaa. Jos rahat olisi meidän budjetissa voisin miettiä, mutta kun ei ole mahdollista uudessa tilanteessa.”

Ympäristö- ja terveysarvot näkyivät kaikkien haastateltavien päiväkotien arjessa siten, että he ovat osallistuneet 4V-hankkeeseen ja sen myötä kokeilleet käsipaperin sijaan lakanakäsi-pyyhkeitä. Lisäksi kierrättävät lasten kanssa mm. pahvia, kartonkia, ja biojätettä. Eräs päiväkoti kuvailee ekologisuuden näkymistä;

”Olemme osallistuneet 4V-hankkeeseen ja kokeilemme pieniä käsilakanoita käsipaperin sijaan. Kierrätämme lasten kanssa mm. pahvia, kartonkia ja biojätettä. Yhdessä ryhmässä on kompostimatoja lasiakvaariossa. Hankinnoissa ajatellaan aina tuotteen kestävyyttä/ pitkäikäisyyttä ja sitä kautta taloudellisuutta. Ruoka on terveellistä ja jätelajittelu on käytössä.”

Vastauksista nousi, että hankintoja tehdessä päiväkodeissa ajatellaan tuotteen kestävyyttä/pitkäikäisyyttä ja sitä kautta taloudellisuutta. Yhden päiväkodin arjessa ympäristöarvot näkyvät siten, että kertakäyttöisiä astioita ei ole käytössä lainkaan, ei myöskään retkillä, ja kertovat kokeilleensa kierrätyskuukautta, jolloin järjestivät kirpputorin ja kierrättivät leluja. Päiväkodissa oli esitetty Rölli Roskanheittäjä- teatteri, joka oli lapsille esimerkkinä ekologisesta ajattelusta.

”Lakanakäsi-pyyhkeet käytössä, yleistä keskustelua käyty. Kertakäyttöastioita ei käytetä. Rölli roskanheittäjä- teatteri ollut. Kierrätyskuukausi ollut, jolloin lelut vietiin kirppikselle myyntiin. Vähemmän tavaraa hankitaan, mutta kunnollista.”

Ravinnon puhtauden ja ekologisuuden huomioiminen koettiin jokaisessa päiväkodissa tärkeäksi, tosin tilaavat tuotteet tukkutoimittajien kautta, joten joutuvat käyttämään heidän vali-

koimiansa. Toivovat ruoan olevan puhdasta, eivätkä he voi muuta kuin luottaa siihen, että toimittaja toimittaa vain hyvälaatuista tavaraa. Lounasruokailussa huomioidaan jätelajittelu.

”Asia on tärkeä, mutta valitettavasti tilaamme tuotteemme tukkutoimittajien kautta, joten joudumme käyttämään heidän valikoimiansa. Kotimaisuuteen siellä pyritään kuitenkin.”

Kasvisruoan käytön suhteen noudattavat Helsingin kaupungin sosiaaliviraston ruokalistaa, joka on laadittu lapsia varten. Heillä on kasvisruokapäivä, mutta eivät korosta sitä mitenkään erityisesti, sanovat sen olevan ruoka muiden ruokien joukossa. Kun kasvisruokaa on tarjolla, sitä on silloin tarjolla kaikille.

”Noudatamme sosiaaliviraston ruokalistaa, joka on laadittu lapsia varten. Meillä on kasvisruokapäivä, mutta emme korosta sitä mitenkään erityisesti. Se on ruoka muiden ruokien joukossa.”

Tiedusteltaessa valmiutta maksaa luomuruoasta 0,70 senttiä enemmän lasta kohden päivässä, nousi esille, että päiväkodinjohtajan mielestä tämä olisi ihanteellista, mutta käytännössä ei kuitenkaan mahdollista.

”Hinta ei kuulosta mahdottomalta, mutta työtunnit ym. päälle. Taloudellinen tilanne on tällä hetkellä mahdoton, ehkä myöhemmin.”

Päiväkodinjohtajat kokivat tämän olevan lähinnä poliitikkojen ja päättäjien harkinnanvarainen asia. Mahdollisuus tavallisen ruoan korvaamiseen osittain luomuvaihtoehdoilla koettiin erittäin vähäiseksi useamman päiväkodinjohtajan mielestä.

”Tällä hetkellä täysin mahdoton, muutenkin säästöjä. Käytännössä poliitikot ja päättäjät päättää.”

Muutamalla kysymyksellä haluttiin saada esille vanhempien näkemyksiä päiväkotiruoasta. Päiväkodinjohtajien mukaan yleisesti ottaen harva vanhempi on kovinkaan kiinnostunut päiväkodissa tarjottavasta ruuasta, mutta toki on joitakin hyvin valveutuneita vanhempia, jotka toivoisivat kaikenlaista erikoista omalle lapselleen. Eivät usko, että vanhemmat ovat valmiita kustannusten nousuun, sillä tällä hetkelläkin valitetaan päivähoitomaksuista.

”Vain hyvin harva, tänä vuonna en muista kenenkään kysyneen mitään.”

Erään päiväkodinjohtajan mukaan vanhemmat ovat sen sijaan erittäin kiinnostuneita Palmiaan siirtymisestä ja esittäneet kysymyksiä; Kuinka se käytännössä vaikuttaa, ovatko tuotteet puolivalmiita ja kuinka käy ruoan laadun.

” Vanhemmat eivät ole oikeastaan kyselleet. Enemmänkin Palmiasta olleet kiinnostuneita. Mitä tapahtuu, tulevatko ruoat valmiina, muuttuuko ruoan laatu, onko puolivalmiita. Lapset tykkää, aikuiset ei. Kokeiltu keittäjän poissaolon takia. Ekologisuusasiat jää nyt Palmian taakse.”

Ruokahuollon siirtyessä Palmialle päiväkodit kokevat, että jos toiveita luomutuotteiden käytöstä ruoan valmistuksessa tulisi koko kaupungin eri vastuualueilta, niin vaikutusta ehkä saataisiin aikaan. Esiin nousi mielipide;

” Jos toiveita tulisi kaupungin eri vastuualueilta, niin vaikutusta ehkä saataisiin aikaan. Mutta liikelaitos tekee tehokasta ja taloudellista bisnestä ja kalliimpi luomu ei oikein sovi siihen sapluunaan.”

6 Tutkimustulokset

Tutkimusaineiston analyysin pohjalta luomuruoan käytön lisäämisen halukkuuden kahdeksi yläkategoriaksi muodostui alustavan kyselyn pohjalta arvot sekä motivaatio/halu. Näistä muodostettiin yksi pääluokka, joka oli elämäntapa. Nämä on esitetty Taulukossa 3. Varsinaisen haastattelun yläkategorioiksi nousi voimattomuus, hinta ja terveystietoisuus. Näille muodostettiin pääluokaksi taloudellinen tuki. Nämä on esitetty Taulukossa 6.

Tämän tutkimuksen tuloksissa tuli esille, että luomuruokaa käyttävissä päiväkodeissa hinta ei ollut ratkaiseva tekijä vaan elämäntapa kun taas kaupungin päiväkodeilta tiedustellessa halukkuutta luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämiseen ongelmaksi muodostui lähinnä luomuruoan korkeampi hinta. Tuli myös esille, että vaikka terveystietoisuus onkin heille tärkeä osa päiväkotiruokailua, kokivat he voimattomuutta vaikuttaa asioihin luomuruoan suhteen. Päiväkodit suhtautuivat kalliimpaan hintaan realistisesti ja uskoivat käytännössä siirtymisen luomuruokaan olevan lähestulkoon mahdotonta.

Tutkimustuloksista kävi myös ilmi, että ekologisuutta pidetään tärkeänä asiana ja sitä huomioidaan päiväkodin arjessa. Lisäkustannuksiin luonnonmukaisesti tuotetun ruoan suhteen ei taas uskota olevan valmiuksia.

Tutkimuksen tuloksissa nousi esille myös se, että päiväkodin henkilökunta näkee vanhempien mielipiteet tärkeinä, mutta useimmat vanhemmat eivät ole osoittaneet suurempaa mielenkiintoa ruokaa kohtaan. Yhden haastateltavan vastauksissa nousi esille, että vanhemmat kyselevät ruokalistoista ja ovat olleet kiinnostuneita lisäaineista ja liivateista, mutta pääosin kiinnostus ollut vähänlaista. Päiväkodin henkilökunta ei usko vanhempien olevan valmiita ainakaan lisäkustannuksiin luomuruoan myötä.

Tutkimusprosessin ollessa vielä kesken sen kannalta olennainen asia julkaistiin 1.7.2010 Helsingin kaupungin sosiaaliviraston sivuilla; Helsingin kaupungin ruokakulttuuriryhmä on ehdottanut luomu- ja lähiruoan osuuden lisäämistä asteittain kaupungin tuottamassa ruokailussa. Kaupunginhallitus hyväksyi kokouksessaan 28.6.2010 ruokakulttuuriryhmän ehdotuksen, ja luomuruoka- aineiden osuutta päiväkodeissa esitetään nostettavaksi 50 prosenttiin vuoteen 2015 mennessä. Kaupungin omassa tuotannossa muutos kohdistetaan ensimmäisessä vaiheessa päiväkotilasten ruokailuun, jossa nautitaan 18 000 aterialla päivässä.

”Ehdotuksilla Helsinki pyrkii pienentämään ruokaketjun ekologista jalanjälkeä, elvyttämään tori ja hallitoimintaa, nostamaan ruoan laatua, korostamaan hyvää makua ja vahvistamaan Helsingin identiteettiä ruokakulttuurin keinoin.” (Helsingin kaupunki 2010.)

7 Luotettavuus ja eettisyys

Kaikkiin tutkimuksiin liittyy eettisiä ratkaisuja. Tutkimuksen joka vaiheessa joudutaan eettisten kysymysten eteen ihmistieteiden alalla. Erityisen monitahoisia eettiset ongelmat ovat haastattelussa, jossa ollaan suoraan kontaktissa tutkittaviin. Tutkijan tulee olla tietoinen tutkimuseettisistä kysymyksistä jo ennen tutkimuksen tekemistä. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 19.)

Eettisiä kysymyksiä tulee vastaan tutkimuksen eri vaiheissa. Tutkimuksen suunnitelman eettisenä sisältönä on saada kohteena olevien henkilöiden suostumus sekä taata luottamuksellisuus. Tulee myös pohtia sitä aiheutuuko tutkimuksen kohdehenkilöille mahdollisesti jotakin seurauksia. Haastattelutilanteessa selvitetään haastateltavien antamien tietojen luottamuksellisuus ja otetaan huomioon se, mitä itse haastattelutilanne voi aiheuttaa haastateltaville, esimerkiksi stressiä haastattelun kuluessa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 20.)

Purkamisessa eli litteroinnissa on luottamuksellisuuteen kiinnitettävä huomiota, sillä on kysymys siitä kuinka tarkasti kirjallinen litterointi noudattaa haastateltavien suullista sanomaa. Analyysin eettiset kysymykset koskevat sitä, kuinka kriittisesti ja syvällisesti haastattelut voidaan analysoida ja voivatko koehenkilöt sanoa kuinka heidän lauseitaan on tulkittu. Todentamisen kohdalla eettisyys näkyy siinä, että tutkijan eettinen velvollisuus on esittää tietoa, joka on niin varmaa ja todennettua kuin vain mahdollista on. Raportoinnissa luottamuksellisuus on otettava huomioon sekä ne seuraukset joita julkaistulla raportilla on haastateltaville ja heitä koskeville ryhmille tai instituutioille. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 20.)

Tärkeimpinä eettisinä periaatteina ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa mainitaan yleensä luottamuksellisuus, informointiin perustuva suostumus, yksityisyys ja seuraukset. Informointiin perustuva suostumus voi tutkijalle olla haasteellinen; kuinka paljon tutkittavalle tulisi antaa tietoa tutkimuksen tavoitteista ja yksityiskohtaisista menettelytavoista. Tutkija saattaa

arvella, että tieto voi vinouttaa tuloksia tai muuttaa tutkittavan käyttäytymistä. Yksityiskohmainen tieto voi myös johdatella spesifisiin vastauksiin. Olennaisen tutkittavalle annettavan tiedon ja liian informaation raja on vaikea määrittää, mutta periaatteena on, että haastateltava on antanut suostumuksensa asianmukaisen informaation pohjalta. Muita eettisiä kysymyksiä voivat olla esimerkiksi tutkimuksen rahoitukseen tai vallankäyttöön liittyvät asiat. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 20.)

Tiedonantajan vapaaehtoisuus ja henkilöllisyyden suojaaminen sekä luottamuksellisuus ovat laadullisen tutkimuksen tärkeitä eettisiä periaatteita. Tutkimuksen eettisyyttä lisääkin se, että soitimme etukäteen ja tiedustelimme halukkuutta osallistua kyselyihin ja haastatteluihin, jolloin päiväkodin henkilökunnalla oli mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen. Tutkimuksemme eettisyyden kannalta emme kirjoittaneet palautuskuoreen päiväkotien nimiä, jotta henkilöllisyyden suoja säilyisi. (Latvala ym. 2003, 39.)

Arvioitaessa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta tulee kiinnittää huomiota tutkimusprosessiin ja sen eri vaiheisiin. Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa tärkeänä eettisenä periaatteena on kohteelta hankittu tutkimuslupa. Opinnäytetyömme tutkimusluvan saimme suullisesti 4V-hankkeelta. Kyselykaavakkeessa esiteltiin opinnäytetyön tarkoitus ja tulosten julkistamisen ajankohta. Kyselyn luotettavuutta lisäsi erillinen määritelmä siitä, mitä luomuruoalla tässä työssä tarkoitamme. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 19-20.)

8 Pohdinta

Opinnäytetyön aihetta valitessamme olimme kiinnostuneita terveyteen ja ravintoon liittyvistä aiheista. Luomuruoka aiheena oli meille entuudestaan melko vieras, joten tämä toi oman haasteensa opinnäytetyön tekoon. Olimme myös kiinnostuneita tekemään sellaisen opinnäytetyön, joka liittyi lapsiin ja erityisesti lasten ravitsemukseen.

Opinnäytetyön tekeminen oli kaiken kaikkiaan haasteellista. Tutkimuksen ensimmäinen vaihe eli alustavan kyselyn teko jo luomuruokaa käyttäviin päiväkoteihin oli hieman helpompaa, sillä esiin nousivat mielestämme selkeästi olennaiset asiat, jotka oli tärkeää selvittää kyseisiltä päiväkodeilta, jotta varsinaisen haastattelulomakkeen tekeminen olisi mahdollista ja sillä olisi painoarvoa haastateltaessa helsinkiläisiä päiväkoteja. Alustavan kyselyn vastaamiskynnyksen uskoimme olevan matala, sillä teimme kyselystä tarkoituksenmukaisesti lyhyehkön, jotta se ei työntekijöitä kuormittaisi. Lisäksi olimme laittaneet kyselylomakkeiden mukaan vastauskuoren, jossa postimaksu oli maksettu. Vastausten määrä jäi kuitenkin odotettua suppeammaksi, sillä saimme takaisin vain neljä lomaketta. Tosin kysymyksiin oli onneksi kiitettävästi vastattu.

Varsinainen haastatteluvaihe oli haasteellisempi. Tutkimuskysymysten perusteella mietimme selkeitä, täsmällisiä kysymyksiä joiden avulla saisimme haluamaamme tietoa. Pohdimme eri mahdollisuuksia haastattelun tekemiselle, mutta tulimme siihen tulokseen, että henkilökohtainen haastattelu olisi paras vaihtoehto. Haasteellista aluksi oli kuitenkin saada sovituksi haastatteluja päiväkodinjohtajien kanssa, sillä muutoksen edessä ajankohta työllemme ei ollut paras mahdollinen. Päiväkodinjohtajat toivat kukin heti esille ruokahuollon siirtymisen Palmialle ja sen myötä tapahtuvan muutoksen. Hankkiessamme haastateltavia oli vastikään tieto Palmialle siirtymisestä tullut ja tämä vaikutti negatiivisesti halukkuuteen osallistua haastatteluun. Tämän takia tutkimusaineistomme jäi odotettua pienemmäksi ja aineiston hankinta oli kovin haasteellista.

Tulosten luotettavuuden puolesta puhuu kuitenkin se, että linjaukset ovat samat helsinkiläisissä päiväkodeissa, joten samansuuntaiset vastaukset toistuivat haastattelun eri kysymysten kohdalla. Tieto siirtymävaiheesta tuli meille selville vasta haastattelujen aikaan keväällä, emmekä sitä opinnäytetyötä aloittaessa tienneet tapahtuvaksi, ainakaan lähiaikoina. Ruokahuollon siirtyminen Palmialle olikin asia, joka selkeästi vaikutti koko opinnäytetyöprosessiin ja näin ollen myös tutkimustuloksiin.

Pohdimme tutkimustuloksia myös siitä näkökulmasta, että Palmia ei olisi vaikuttanutkaan asiaan. Jos tutkimus olisi tehty esimerkiksi ennen tietoa ruokahuollon siirtymisestä, olisivat tulokset luultavasti olleet hyvinkin erilaiset. Ekologisuus on nykypäivänä trendi, minkä lisäksi yleinen mielikuva luomu- ja kasvisruoasta on positiivinen. Joten tutkiessamme nimenomaan halukkuutta, olisivat päiväkotien vastaukset ehkä poikenneet paljonkin.

Opinnäytetyölle asettamamme tavoitteet saavutimme kuitenkin hyvin omalla kohdallamme, sillä tutkimukseen vaikuttaneet ulkopuoliset tekijät oli mahdotonta pois sulkea tai tietää tutkimuksen aikana tapahtuvaa muutosta etukäteen. Opinnäytetyöprosessin ollessa vielä kesken, julkaistiin mielenkiintoinen asia 1.7.2010 Helsingin kaupungin sosiaaliviraston sivuilla. Helsingin kaupungin ruokakulttuuriryhmä oli ehdottanut luomu- ja lähiruoan osuuden lisäämistä asteittain kaupungin tuottamassa ruokailussa.

Ruokakulttuuriryhmän ehdotukset kaupunginhallitus hyväksyi kokouksessaan 28.6.2010. Ensimmäisessä vaiheessa muutos kohdistetaan kaupungin omien päiväkotilasten ruokailuun, jossa nautitaan 18 000 ateriaa päivässä. Vuoteen 2015 mennessä luomuruoka- aineiden osuutta päiväkodeissa esitetään nostettavaksi 50 prosenttiin.

”Ehdotuksilla Helsinki pyrkii pienentämään ruokaketjun ekologista jalanjälkeä, elvyttämään tori ja hallitoimintaa, nostamaan ruoan laatua, korostamaan hyvää makua ja vahvistamaan Helsingin identiteettiä ruokakulttuurin keinoin.” (Helsingin kaupunki 2010.)

Pohdimme myös sitä, miten tutkimustuloksiin olisi vaikuttanut ruokakulttuurityöryhmän tekemät ehdotukset ja kaupunginhallituksen hyväksynnän julkaiseminen ennen tutkimushaastatteluamme. Tällöin luomuruoan käytön lisääminen päiväkotiruokailussa olisi ollut jo tuttu asia. Näin ollen suhtautuminen aiheeseen ja haastatteluun osallistumiseen olisi ehkä ollut myönteisempi. Kustannuskysymys ei olisi ollut este osittaiselle käyttöönotolle, joka nyt muodostui ”kompastuskiveksi”, sillä ennakkoluulot perustuivat pitkälti kustannusten nousuun.

Opinnäytetyöllemme jatkotutkimusaihe voisi olla tutkimus siitä kuinka Palmiaan siirtyminen on vaikuttanut päiväkotiruoan terveellisyyteen ja laatuun, onko päiväkotiruoka merkittävästi muuttunut ja mitä mieltä lapset, vanhemmat ja henkilökunta ovat tilanteesta.

Lähteet

- Foster, H., Bergroth, R. (suom.) 2004. Helppo GI dieetti. Glykemiaindeksi avuksi painon hallintaan. Espanja: Gummerus Kustannus Oy.
- Fogelholm, M. 2001. Ratkaisuja ravitsemukseen. Ravitsemuskasvatus ja elämänkaari. Helsinki: Tammer- Paino Oy.
- Haglund, B., Huupponen, T., Lahtinen, P., Ventola, A-L. 2007. Ihmisen ravitsemus. Helsinki: WSOY.
- Hautala, L., Savikoski, A., Taskinen, T. 1999. Lasten luomuruoka. Päiväkoti Huvikummun arkea ja juhlaa. Jyväskylä: Gummerus Kustannus Oy.
- Helsingin kaupunki, Sosiaalivirasto. 2010. Luomu- ja lähiruokaa päiväkoteihin. http://www.hel.fi/hki/Sosv/fi/p_iv_hoito/ajankohtaista/ph_100701_luomuruokaa/ Luettu 16.8.2010.
- Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelu teoria ja käytäntö. Yliopistopaino: Helsinki.
- Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2006. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Tammi.
- Kankkunen, P., Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro.
- Kyngäs, H., Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. Hoitotiede Vol.11, no 1/99.
- Latvala, E. Vanhanen- Nuutinen, L. 2003. Laadullisen hoitotieteen tutkimuksen perusprosessi; sisällön analyysi. Juva: WS Bookwell Oy.
- Luonnossa kotonaan -päiväkodit. 2010. Luonnossa kotonaan -pedagogiikka <http://www.taiganlapset.com/4.html/> Luettu 18.5.2010
- Muukka, E., Myllykangas, J., Leskinen, M., Mertanen, E., Von Wright, A., Tuomisto, J. B4/2003. Luomun terveellisyys ja turvallisuus-Luomutuotteiden terveellisyys ja turvallisuus kansainvälisen tieteellisen kirjallisuuden valossa. Kuopio: KTL, Ympäristöterveyden osasto.
- Muukka, E. 2008. Luomun tie päiväkotiin. Luomuruokailun toteutettavuus ja ravitsemuksellinen merkitys päiväkotilapsille. <http://www.uku.fi/vaitokset/2008/isbn978-951-27-0957-1.pdf/> Luettu 4.2.2010.
- Nalbantoglu, M. 2010. Luomu on Kiinassa harvojen herkkua. Helsingin Sanomat 7/2010, D 2.
- Niskanen, T. 2005. Ravinto turvaa leikki-ikäisen lapsen kasvun. <http://www.poliklinikka.fi/?page=5331684&id=7756631#> / Luettu 20.8.2010.
- Niskanen, T. 2007. Lapsen kasvisruokavalio. <http://www.poliklinikka.fi/?page=5331684&id=5587594/> Luettu 20.7.2010.
- Nurminen, M-L, 1997. Vitamiinien ja kivennäisaineiden ABC. Juva. WSOY.
- Pulliainen, E. 2006. Bioenergia ja lähiruoka. Helsinki: Ochre Chronicles Oy.

- Reinikainen, J. 2010. Luomuruoka - terveellisempää kuin tavallinen.
<http://kiloklubi.fi/artikkelit/Luomuruoka-terveellisemp%C3%A4%C3%A4-kuin-tavallinen/898/>
Luettu 25.7.2010.
- Ruokatieto. 2010. Portaat luomuun -valmennusohjelma.
http://luomu.ruokatieto.fi/Suomeksi/Tietoa_luomusta/Ammattikeittio/Portaat_luomuun_valmennusohjelma/ Luettu 19.3.2010.
- Steinerkasvatuksen liitto ry. 2010. Pedagogiikka nykyajan ihmisille.
<http://www.steinerkoulu.fi/index.php?page=steinerpedagogiikasta/> Luettu 18.5.2010.
- Steinerkasvatuksen liitto ry. 2010. Steinerpäiväkodit.
<http://www.steinerkoulu.fi/index.php?page=pk rakenne/> Luettu 18.5.2010
- STM. 2004. Lapsi, perhe ja ruoka. Imeväis- ja leikki-ikäisten lasten, odottavien ja imettävien äitien ravitsemussuositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:11.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3555.pdf&title=Lapsi__perhe_ja_ruoka_fi.pdf/ Luettu 20.7.2010.
- Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Turun ammattikorkeakoulu. 2010. RAVTER- Kasvisruokavaliot.
<http://www.terveysala.turkuamk.fi/ravter/perusterveydenhuolto/materiaalit/kasvis.html/> Luettu 15.1.2010.
- Uusikylä, M. Stadin ravintolat luottavat luomuun. Luomulehti. 2/2010, 6-11.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2010. Lautasmallin avulla syöt oikein.
http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/portal/fi/vinkkeja_viisaisiin_valintoihin/lautasmalli/ Luettu 19.3.2010.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2010. Ruokaympyrä ja ruokakolmio - monipuolisuus on valttia. http://www.nutriciababy.fi/ruokatietoa/fi_FI/ruokaympyra/ Luettu 21.3.2010.
- Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Vammala: Tammi.
- Virtanen, K. 2006. Monipuolinen kasvisruokavalio. Helsinki: WSOY.
- 4 V-hanke. 2010. 4V-hankkeen lähtökohdat. <http://www.4v.fi/4v-hanke/hanke/lahtokohdat/> Luettu 19.8.2010.

Kuviot

Kuvio 1. Lautasmalli

Kuvio 2. Ruokaympyrä

Kuvio 3. Ruokakolmio

Liitteet

Liite 1 Kyselylomake luomuruokaa käyttäville päiväkodeille

Kyselylomake luomuruoan käytöstä päiväkodissanne

Hei!

Olemme kaksi terveydenhoitaja opiskelijaa Otaniemen Laurea- ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyön aiheesta ”Luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuudesta päiväkodeissa”. Yhteistyötä teemme Helsingin sosiaaliviraston ja 4V-hankkeen kanssa.

Tarkoituksenamme on ensin kartoittaa luomuruoan käyttöä päiväkodeissa, jossa luomuruoan käyttö on jo omaksuttu osaksi ruokailutapaa. Tämän pohjalta teemme 4V-hankkeen yhteistyöpäiväkoteihin kyselyn, jonka tarkoituksena on selvittää heidän mahdollisuuksiaan siirtyä osittaiseen luomuruoan käyttöön. Tutkimustulosten on tarkoitus valmistua syksyllä 2010.

”4V: Välitä, Vaikuta, Viihdy, Voi hyvin - yhteisöllisyys ja hyvä elinympäristö eli 4V-hanke Hankkeen tavoitteena on parantaa viihtyisyyttä ja turvallisuutta edistämällä kestävää, osallistumiseen ja yhteisöllisyyteen perustuvaa suurkaupunkikulttuuria ja elämäntapaa. 4V-hankkeen toteuttavat yhteistyössä Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus Oy sekä Helsingin, Espoon ja Vantaan kaupungit. Hanke saa EU-rahoitusta Etelä-Suomen kilpailukykyä ja työllisyyttä tukevasta EAKR-ohjelmasta. Kansallisena rahoittajana toimii Uudenmaan liitto.”

Tässä kyselyssä luomuruoalla tarkoitamme luonnonmukaisesti tuotettua ruokaa. Tärkein ehto toiminnassa on yhteistyö luonnon kanssa. Luomutuotteiksi määritellään kaikki luonnonmukaisesti tuotetut tuotteet.

Luomuruoan käyttöön liittyen haluaisimme esittää Teille muutamia kysymyksiä koskien päiväkotiruokailua.

1. Syövätkö lapset päiväkodillanne luomuruokaa Kyllä / Ei

2. Mitkä asiat ovat vaikuttaneet siihen, että olette (tai ette ole) ottaneet luomuruokaa käyttöön päiväkodissanne?

3. a) Mitä kustantaa yhden lapsen luomuruoka päivää kohden (*Aamupala+ lounas+ välipala*)?

b) Saako päiväkotisi jostakin lisärahoitusta luomuruoan suurempiin kustannuksiin?

4. a) Onko kaikki ruoka luomuruokaa, jos ei, niin kuinka suuri osa on?

b) Mistä ja miten hankitte ruoan tai ruokaan käytettävät aineet?

c) Onko teillä ollut ongelmia luomuruoan suhteen ja sen hankinnassa?

5. a) Oletteko keskustelleet neuvoloiden ja muiden päiväkotien kanssa terveellisestä ruoasta?

b) Jos olette, niin minkälaisia asioita keskusteluissa on noussut esiin?

c) Millaista keskustelua olette käyneet vanhempien kanssa päiväkotinne ruokavalintoihin liittyen?

6. a) Liittykö päiväkotinne ruokailuun kasvisruokapainotusta?

b) Miten nostatte ruoka-asiat esille lasten kanssa päivittäisessä työssänne?

7. Muuta esille tulevaa.

Kiitämme vastauksistanne!

Terveisin

Outi Jalovaara (outi.jalovaara@laurea.fi) ja Eeva Ipatti (eeva.ipatti@laurea.fi)

Liite 2 Haastattelu Helsingin kaupungin päiväkotien johtajille

Haastattelu koskien luomuruoan käyttöönoton halukkuutta päiväkodeissa.

Olemme kaksi Terveystieteiden tutkimuskeskuksesta ja Oton tutkimuskeskuksesta ja teemme opinnäytetyön aiheesta ”Luomu- ja kasvisruoan käytön lisäämisen halukkuus päiväkodeissa”. Yhteistyötä teemme Helsingin kaupungin sosiaaliviraston ja 4V-hankkeen kanssa.

Ennen tätä haastattelua olemme kartoittaneet kyselylomakkeen avulla luomuruoan käyttöä niissä päiväkodeissa, joissa luomuruoan käyttö on jo omaksuttu osaksi päiväkotiruokailua. Tämän pohjalta olemme laatineet haastattelukysymykset. Tarkoituksenamme on selvittää mahdollisuksianne siirtyä osittaiseen luomuruoan käyttöön. Tutkimustulosten on tarkoitus valmistua syksyllä 2010.

”4V: Välitä, Vaikuta, Viihdy, Voi hyvin - yhteisöllisyys ja hyvä elinympäristö eli 4V-hanke Hankkeen tavoitteena on parantaa viihtyisyyttä ja turvallisuutta edistämällä kestävää, osallistumiseen ja yhteisöllisyyteen perustuvaa suurkaupunkikulttuuria ja elämäntapaa. 4V-hankkeen toteuttavat yhteistyössä Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus Oy sekä Helsingin, Espoon ja Vantaan kaupungit. Hanke saa EU-rahoitusta Etelä-Suomen kilpailukykyä ja työllisyyttä tukevasta EAKR-ohjelmasta. Kansallisena rahoittajana toimii Uudenmaan liitto.”

Tässä kyselyssä luomuruoalla tarkoitamme luonnonmukaisesti tuotettua ruokaa. Tärkein ehto toiminnassa on yhteistyö luonnon kanssa. Luomutuotteiksi määritellään kaikki luonnonmukaisesti tuotetut tuotteet.

1. Millä tavalla ympäristö- ja terveysarvot näkyvät päiväkotinne arjessa? Esimerkiksi toimintatavoissa, hankinnoissa tai ruoassa?

2. Onko päiväkodissanne käytössä luomutuotteita? Jos on niin mitkä tuotteet ovat luomua?

3. Kiinnitättekö huomiota päiväkodissa tarjottavan ravinnon puhtauteen ja ekologisuuteen ja pidättekö sitä tärkeänä?

4. Ovatko kasvis- ja luomuruoan terveysvaikutukset teille tuttuja?

5. Kuinka paljon tarjoatte päiväkodissanne kasvisruokaa? Onko teillä ollut käytössä erillinen kasvisruokapäivä?

6. Mitä mieltä olette viikoittaisen kasvisruokapäivän käyttöönotosta? Kannatatteko sitä?

7. Onko Portaat Luomuun -ohjelma teille tuttu? Jos on, kuinka olette hyödyntäneet sitä?

8. Yhden lapsen luomuruoka päivää kohden maksaa 1,50 e. Vastaavasti ns. normaalin ruoan hinta on 80 senttiä. Olisitteko valmiit maksamaan lasten ruokailusta 70 senttiä enemmän?

9. Kuinka suuren osan ruoasta uskoisitte pystyvänne vaihtamaan luomuksi?

10. Ovatko vanhemmat olleet kiinnostuneita päiväkotiruoan ekologisuudesta, esimerkiksi kyselleet ravinnon puhtaudesta?

11. Uskoisitteko vanhempien olevan valmiita lisäkustannuksiin luomuruoan terveellisyyden ja luonnonmukaisuuden huomioiden?

12. Kuinka uskotte pystyvänne vaikuttamaan luomutuotteiden käyttöönottoon ruoan jakelun siirtyessä Palmialle?
