En bild som visar Teckensnitt, Grafik, symbol, logotyp

Automatiskt genererad beskrivningA yellow and green text

Description automatically generated

**Välkommen med att driva matfostran vidare i skolorna!**

**Kocka inhemskt – guide för SLC:s lokalavdelningar**

Välkommen med i Kocka inhemskt-konceptet, ett matfostringsprogram riktat till grundskolans åttondeklassare. Lokalavdelningarna ansvarar för att kontakta skolan, skaffa inhemska och lokala råvaror samt leverera dem till skolorna. Lärarna och eleverna ansvarar för att tillreda och avnjuta maten.

Undervisningsmaterialet lämpar sig för en lektion på 90 minuter (dubbellektion i huslig ekonomi 2 x 45 minuter). Lektionen inleds med ett teoretiskt avsnitt om finländsk livsmedelsproduktion, en Kahoot-frågesport och dikter om mat som eleverna kan skriva medan maten tillreds.

Konceptet har tagits fram av SLC tillsammans med Maaseudun Sivistysliitto (MSL) och är en modell för matfostran för åttondeklassister med tillval i huslig ekonomi. Sedan inledningsåret 2020 har ca 26 000 högstadieelever runt om i landet tagit del av konceptet på finska. SLC valde att förverkliga konceptet på svenska 2023 och hoppas att förbunden och lokalavdelningarna aktivt deltar i arbetet med att sprida konceptet till svenskspråkiga högstadier.

Konceptet kan genomföras under höstterminen 2025 (före 31.12.2025, fakturor senast 5.1.2026) eller under vårterminen 2026 (före 31.3.2025, fakturor senast 30.4.2026).

**Så här förverkligas konceptet i din lokalavdelning:**

1. Bekanta dig med materialet via Moodle-plattformen <https://moodle.msl.fi/course/view.php?id=212&notifyeditingon=1>
2. Skicka ett mejl till skolan (du hittar en mall i avsnittet ”Guide för SLC:s producentförbund och lokalavdelningar” på Moodle), gärna direkt till läraren inom huslig ekonomi. Från en skola kan det delta så många grupper av åttondeklassare med huslig ekonomi som tillval som det finns i skolan. En grupp består oftast 16 av elever.
3. Ring läraren om du inte får svar per e-post inom några dagar.
4. Inhandla matvarorna från matbutiken eller från en lokal producent. Hur mycket som ska köpas per elev finns i inköpsanvisningarna på Moodle. Skolorna har redan de vanligaste torrvarorna, kryddorna och oljorna. Lokalavdelningen inhandlar och levererar de övriga matvarorna som nämns i matinstruktionerna till skolan.
5. Leverera råvarorna och de tryckta recepthäftena till skolan. Det tryckta materialet får lokalavdelningen av det egna producentförbundet.
6. Instruera läraren om hur man använder Moodle: förklara att man kan använda undervisningsmaterialet som besökare utan att logga in på MSL:s Moodle-portal.
7. Be läraren att efter lektionen fylla i feedbackformuläret som finns på Moodle.
8. Om lokalavdelningen vill kan leveransen av matkassen och samarbetet med undervisningen i huslig ekonomi användas i lokalavdelningens eller producentförbundets egen kommunikation. Gör till exempel ett inlägg på Facebook eller Instagram eller bjud in lokaltidningen eller lokalradion att göra ett reportage. Använd till exempel bilder på matkassen och på dem från lokalavdelningen som levererar matkassen till skolan. Om det finns personer på bilderna, kom ihåg att be om tillstånd att publicera bilderna.

Använd taggen #kockainhemskt och tagga SLC (Instagram: @bondenbehovs, Facebook: @SLC.fi). I moodle finns även en mall på ett pressmeddelande för lokala media etc., men du kan förstås också göra ett eget.

1. Fyll i fakturan för matkassarnas kostnad och skicka den till ditt eget producentförbund. Inkludera uppgifter om konceptets genomförande, kopior av kvitton och hur många elever som har deltagit. Läs även de detaljerade faktureringsanvisningarna.
2. Skicka gärna ett tackmejl till läraren och tacka skolan för dess deltagande i konceptet. Påminn dem samtidigt om att vi önskar att läraren fyller i responsformuläret på Moodle så vi kan fortsätta att utveckla konceptet.
3. Gjorde lokaltidningen ett reportage och hur fungerade konceptet? Vi hör gärna om era erfarenheter. Skicka gärna reportage, bilder eller andra hälsningar till SLC- kommunikationsavdelning ([kommunikation@slc.fi](mailto:kommunikation@slc.fi)).

Ett stort tack till er alla som deltar i det frivilliga arbetet! Ni gör en värdefull insats för framtidens konsumenter och den inhemska maten.

**Materialet innehåller:**

* En teoridel via Moodle som hålls i början av lektionen (ca 30–45 minuter)
* Kahoot-frågesport för att repetera de ämnen som studerats (kan även göras i samband med måltiden)
* Instruktioner samt mallar för att göra matdikter
* Recept för två huvudrätter och en efterrätt
* Lärareguiden och kompletterande material till läraren (OBS! Endast elektroniskt material. Det kompletterande materialet Innehåller en PDF-version av boken Ruokaa! som teoriavsnittet baserar sig på, samt information om var i boken man kan läsa mera om de ämnen som behandlas i teoriavsnittet).

**Matkassar till skolan**

I år kockas följande maträtter:

**Huvudrätt 1:** Pitabröd fyllda med ärt- och salladsostbiffar  
**Huvudrätt 2:** Spröd grisschnitzel på japanskt vis med inlagd rödkål  
**Efterrätt:** Vispgröt med havreflarn och crème fraiche med vaniljsmak

Införskaffa ingredienserna enligt det antal smågrupper som lärarna uppgett för huvudrätt 1 eller huvudrätt 2 (eller båda huvudrätterna om de valt det). Efterrätten är densamma för alla, oavsett huvudrätt.

En undervisningsgrupp på 16 elever delas in i smågrupper på fyra elever i undervisningsköket. Läraren kan beställa två olika huvudrätter till smågrupperna, samma för alla eller hälften var. Recepten är för fyra personer, dvs. en liten grupp.

I inköpsanvisningarna som hittas i Moodle finns en tabell med en beräkning av hur mycket ingredienser som ska köpas in till skolan baserat på antalet elever. Skolorna har färdigt de vanligaste torrvarorna såsom kryddor, socker och salt, så dessa behöver inte köpas in.

**Tilläggsinformation om konceptet:**

SLC:s kommunikationsassistent Alexandra Björklund, [alexandra.bjorklund@slc.fi](mailto:alexandra.bjorklund@slc.fi), tfn 045 775 00394 (praktiska frågor, kommunikation)

SLC:s kommunikationschef Mia Wikström: [mia.wikstrom@slc.fi](mailto:mia.wikstrom@slc.fi), tfn 050 355 3213 (allmänt, kommunikation)

SLC:s förbundsekonom Gunilla Johansson: [gunilla.johansson@slc.fi](mailto:gunilla.johansson@slc.fi), tfn 040 940 1311 (fakturering)

Maaseudun Sivistysliitto (MSL), utbildningsplanerare Sofia Heininen, [sofia.heininen@msl.fi](mailto:sofia.heininen@msl.fi), tfn 0400 726 904 (Moodle-plattformen, Kahoot)

Maaseudun Sivistysliitto (MSL), utbildningschef Virpi Skippari: [virpi.skippari@msl.fi](mailto:virpi.skippari@msl.fi), tfn 040 737 8089