

Diets for a Green Planet

En kurs vid Stensunds folkhögskola i samarbete med stiftelsen BERAS International

Kursplan

Studieort: Webbaserad distanskurs, med tre kursträffar vid Stensunds Folkhögskola samt en tvådagars studieresa i Södermanland

Studietsakt: 50 %

Studietsid: 29 april 2020 – 16 april 2021

Nivå: Vidareutbildning på folkhögskola

Huvudområde: Mat och miljö - Förändringsledning i storkök

Bedömningsgrader: Godkänd efter avslutad utbildning och genomfört examensarbete.

Kursintyg: Kursintyg erhålls efter avslutad utbildning och godkänt examensarbete där det framkommer vilka kunskaper och kompetenser som deltagaren förvärvat genom kursen.

Kursledare och föreläsare:

Hans von Essen, hans.von.essen@stensund.se, 0735- 62 77 38

Fredrik Birath, fredrik@berasinternational.se, 070- 461 07 69

Bakgrund

Stensunds Folkhögskola har beslutat att starta en 12 månaders kurs på deltid för yrkesverksamma inom mat och miljö, för att få fram *förändringsledare för hållbar mat med fokus på storkök*. I kursen ingår moment om matens miljökonsekvenser, jordbrukets miljöpåverkan, förändrings- och organisationsledning, offentlig upphandling, certifieringar för hållbar mat, kommunikation, administration (samtliga ämnen på folkhögskolenivå).

Den nya kursen har gjorts möjlig genom ett beslut från regeringen i februari 2018, där folkhögskolorna får starta kurser inom ramen för "Yrkeskurser inom bristyrken".

Kursens syfte

Att skapa förutsättningar för yrkesverksamma inom mat- och miljöområdet att driva strategiskt förändringsarbete i sina respektive verksamheter i riktning mot ett ekologiskt hållbart matsystem.

Många yrkesverksamma inom mat- och miljöområdet efterfrågar kunskap och erfarenhet att genomföra insatser för ett framtida hållbart livsmedelssystem. Kursen innefattar teoretiska och praktiska moment som utbildar och skapar förutsättningar för kursdeltagarna att överföra kunskaperna i sina egna verksamheter och åstadkomma förändring.

Efter avslutad utbildning kan de examinerade kursdeltagarna för egen kraft bedriva förändringsarbete i sina respektive verksamheter inom mat- och miljöområdet - förändringar som bidrar till ett gemensamt hållbart matsystem från bord till jord.

Kursens mål

Kunskap och förståelse

- En helhetssyn på hållbar matproduktion från jordbruk till måltid
- Inblick i forskning inom miljöområdet och hur de fem kriterierna inom Diets for a Green Planet samverkar för en hållbar måltid
- Ekologiskt kretslopps jordbruk - ett grepp för att vända livsmedelsproduktionen från tärande till närande
- Kriterierna för Diets for a Green Planet och hur de hänger ihop med målsättningar som är viktiga i den egna verksamheten
- Förståelse för råvaran och hur den produceras
- Förståelse för hur ett praktiskt förändringsarbete behöver läggas upp

Färdighet och förmåga

- Att utvärdera och välja råvaror på ett sätt som ger mervärden till hela verksamheten
- att möta medarbetare och matkonsumenter med kunskap om hållbara mat-/och livsmedelsval
- att inspirera medarbetare och matkonsumenter att göra aktiva val för att främja ett hållbart mat-/livsmedelssystem

- att utifrån konceptet "Diets for a Green Planet" skapa och leda en förändring under olika förhållanden

Kursens struktur

Kursen är en 12 månader lång utbildning på distans med 50 % studietakt

Kursen består av 4 tvådagarsträffar - varav en är en studiebesöksresa, en serie kortare studieuppgifter med inläsning och utbyte av erfarenheter samt ett eget arbete med en plan för förändring av den egna verksamheten.

Studieplan

Introduktionsdagar (Träff 1) 29-30 april

- Träff 1:** Introduktion
Miljökonsekvenser: Maten - nyckeln för miljön
- Vår kosthållnings konkreta ekologiska fotspår - en metod att hitta dem, förstå dem - och att vända nedbrytande till uppbyggande
- Närande och tärande jordbruk
- Spårning, varifrån kommer råvarorna?
- Diets for a Green Planet – de fem kriterierna
- Vad innebär förändringsarbete?

Studiebesök (Träff 2) 9-10 september

- Träff 2:** **Studiebesök** i valda delar av livsmedelskedjan - lantbruk, förädlare och en restaurang som tillämpar Diets for a Green Planet. Samtal om hållbarhetsutmaningar inom de olika delarna i livsmedelssystemet.

Förändringsledning (Träff 3)

10-11 november

Träff 3 **Introduktion** till och start av praktiskt förändringsarbete. Stegen i en förändringsprocess, förankring, arbete med vision, strategi och taktik.

Reflektion av arbetet hitintills.
Vilka viktiga frågor är fortfarande olösta?

Introduktion av examensuppgiften: Din personliga vision i arbetet och början till en strategi.

Examen (Träff 4)

15-16 april 2020

Träff 4: Avslutning på kursen med gemensamma presentationer av examensuppgifterna!

Studier & Uppgifter i Google Classroom

Studier: En serie kortare läs- och reflektionsuppgifter som återkopplas till i grupp via Google Classroom.

Tema 1: Diets for a Green Planet, DGP - kriterierna (5 st.)

Tema 2: Råvarukollen och råvaruproduktionens villkor

Tema 3: Förändringsledning

Uppgift 1 Råvarukollen

Spåra en råvara till en verklig jordyta

Varför är det viktigt? I allmänhet - och just en specifik råvara

Metoder för spårning och att tolka certifieringar

Om att dra slutsatser av spårning - och att fatta beslut

Strategier för det vardagliga beslutsfattandet

Uppgift 2: Lokalt odlat i säsong

Råvarornas naturliga säsonger

Säsongsanpassade måltider under olika förutsättningar

Vad menar vi med "lokalt"?

Naturens årsrytm och olika sätt att leva med den

Uppgift 3 - Sommaruppgift - Gårdsbeskrivning

Förstå råvaruproducentens synvinkel

Ekologisk hållbarhet på marken - ekologisk intensifiering

Hur kan en konsument - stor eller liten - påverka råvaruproducenten i ekologisk positiv riktning?

Vad är viktigt för att skapa förutsättningar för konkreta gårdar till en ekologiskt hållbar utveckling?

Uppgift 4 - Ekologiskt odlat/kretsloppsjordbruk

Varför är det viktigt?

Att välja mellan ekologiskt och lokalodlat

Mätbara målsättningar för odlingsmetod

Kritiken mot ekologiskt - vad vill kritikerna och vad är sant och vad är falskt?

Uppgift 5: Näringsrikt & smakrikt

Utmaningar kring vitt socker och vitt mjöl

Att se, erkänna och ändra sina egna dåliga vanor

Att få andra att ändra sina dåliga vanor

Att hantera reaktionerna när man tar bort en onyttig eller miljöskadlig råvara ur menyn

När det som är både nyttigt och gott spräcker budget

Uppgift 6: Minskat svinn

Förstå hela kedjan - svinn i olika led från odling till tallriksskrap

Mer eller mindre problematiskt svinn - att ha fokus där miljöeffekten är störst

Spill, spill och spill - avfallshierarkin

Praktik - metoder som fungerar "på golvet"

Uppgift 7: Minskad mängd kött.

Varför är det viktigt?

Nyanserna - det hållbara köttet och den goda djurhållningen

Anatomiskt ansvar

Hur miljövänliga är alternativen till kött?

Nordiska baljväxter i maten

Köttätandets attityder - och hur vi möter dem

Mätbara mål

Uppgift 8: Vad vill jag förändra och vilken är min roll. Inför 3.e träffen tar vi med oss vår intention. Vad är det du vill förändra - och vilken roll vill du ha i den förändringen?

Att smalna av uppgiften

Uppgift 9: Examensarbete. Efter träff 3 handlar allt om examensarbetet som skall ta dig ett verkligt steg framåt och bli en viktig del av den förändring till bättre ekologisk hållbarhet som vi alla längtar efter. Du har under träff 3 fått en riktning och kommit igång. Nu checkar vi av i början när du fått struktur och när du är nästan färdig. När du är helt färdig kommer vi till presentationsteknik. Under tiden lägger vi in studieteman som kan vara till nytta i arbetet - och där anpassar vi oss efter era behov.

Övrigt

Sekretessavtal:

För tillåta transparens ombuds deltagarna att underteckna ett sekretessavtal

Egen studietsid

Diets for a Green Planet är en deltidsutbildning. Det innebär att deltagarna arbetar totalt 8 h/vecka. Studenterna disponerar således ca 8 h/vecka för egna studier. Med egna studier menas tid för att läsa kurslitteraturen, arbete med inlämningsuppgifter, grupparbeten samt förberedelser inför redovisningar.

Kurslitteratur

"Morgondagens Jordbruk", "Östersjövänlig mat i praktiken" och "Vi delar ett hav" ingår i kursen. Dessa är alla gratis tillgängliga som nedladdningsbar pdf. "Vi delar ett hav" delas dessutom ut i samband med första kursträffen (ingår i kursavgiften). För den som önskar tryckt upplaga av "Morgondagens Jordbruk" erbjuds en möjlighet att köpa dem i samband med första träffen för 200 kr. Upplagan av "Östersjövänlig mat i praktiken" är slut, nytryck är planerat - om det finns, så kan det också köpas.

I samband med de olika studieuppgifterna kommer även material från internet och specialskrivna texter att läggas upp.

Tre filmer som periodvis finns på SVT Play rekommenderas i kursen. Det är "Vita guldet", "Köttets lustar" och "Maträddarna". Passa på att se dessa filmer när de är tillgängliga - d.v.s. när svt har dem uppe.

Följande material görs tillgängligt elektroniskt i samband med uppgifter där de behövs:

"Gårdsbeskrivning i ett nötskal"

"Matkassen kompendium - Jordbrukets roll i samhället"
sid 35-43 Gårdsexempel från hela Sverige.

"Ekologiskt Kretsloppsjordbruk - Handböcker för lantbrukare och rådgivare" -
volym 4 Gårdsexempel

Södertälje kommun kostpolicy

Tips på övrig litteratur:

"Happy food" Niklas Ekstedt & Henrik Ennart (frivillig - rekommenderas i samband med uppgift 5.

Studieplan

Timplan: Motsvarande 2 h/v under hela studietiden. Kunskap och kännedom om jordbruk och tillämpade metoder av Diets for a Green Planet är en förutsättning för att varje kursdeltagare ska kunna leda en förändring i en verksamhet. Varje studiebesök planeras och genomförs i samråd med kursdeltagarna för att därmed säkerställa både nyttan och kvalitén med avseende på kursens form och funktion.

Lärare

Hans von Essen (huvudlärare och koordinator),

hans@berasinternational.se, 073 562 77 38

Fredrik Birath,

fredrik@berasinternational.se, 070 757 90 87

Sara Jervfors,

sara.jervfors@sodertalje.se, 08-5230 64 66