

The logo for Matís, featuring the word "matís" in white lowercase letters on a blue rectangular background.

Útrás Krakkar kokka:

Aðlögun og prófun Verkefnis- og verklagslýsingar

The edutainment Kids cuisine for engagement, education and empowerment of the next generation towards more healthy and sustainable food habits

Kolbrún Sveinsdóttir^{1,2}

Þóra Valsdóttir¹

Margrét Geirsdóttir¹

¹Matís Ltd

²Faculty of Food Science and Nutrition, University of Iceland

Skýrsla Matís 25-24

Ágúst 2024

ISSN 1670-7192

DOI nr. 10.5281/zenodo.13605128



Titill	Útrás Krakkar kokka: Aðlögun og prófun Verkefnis- og verklagslýsingar The edutainment Kids cuisine for engagement, education and empowerment of the next generation towards more healthy and sustainable food habits		
Höfundar	Kolbrún Sveinsdóttir ^{1,2} , Þóra Valsdóttir ¹ , Margrét Geirsdóttir ¹ ¹ Matís Ltd ² Faculty of Food Science and Nutrition, University of Iceland		
Skýrsla nr.	25-24	Útgáfudagur / Date:	Ágúst 2024
Verknr.nr.	62762		
Styrktaraðilar	EEA Grants/Iceland Liechtenstein Norway grants/Bluegrowth Programme		
Ágríp á íslensku:	<p>Megin viðfangsefni verkefnisins BlueProject var verðmætasköpun úr vannýttu fisktegundinni "Sarrajão" (<i>Sarda sarda</i>), sem finnst undan ströndum Portúgals. Þessi fisktegund er hinsvegar ekki markaðssett í dag til mannelis þar sem hún hefur töluvert magn af beinum og þykkt roð sem erfitt er að fjarlægja. Hins vegar er næringargildi sarrajão töluvert hátt.</p> <p>Aðkoma Matís að verkefninu var að styðja við að efla áhuga og fræðslu til næstu kynslóðar í átt að hollum og sjálfbærum matarvenjum í Portúgal. Þetta var framkvæmt með því að aðlaga verkefnis- og verklagslýsingu Krakkar Kokka (e. Kids Cuisine) sem byggir á skemmtimennt, og þá hugmyndafræði sem áður hefur verið þróuð, prófuð og innleidd í íslenskum grunnskólum (Krakkar Kokka: https://matís.is/matis_projects/krakkar-kokka/) að almennari aðstæðum en þeim sem finnast á Íslandi t.d. hvað varðar þætti eins og loftslag og ræktunarmöguleika. Efnið var gefið út á ensku og portúgölsku, og hugmyndafræði Krakka Kokka innleidd í portúgalska grunnskóla.</p> <p>Verkefnis- og verklagslýsing Krakkar kokka á ensku fyrir skóla, ásamt kynningarefni og leiðbeiningum er aðgengilegt á vefsíðu Matís: https://matís.is/en/matis_projects/blueproject/.</p> <p>Verkefnið Blue Project (Bioeconomy, PeopLe, SUstainability, Health) var styrkt af EEA Grants/Iceland Liechtenstein Norway grants/Bluegrowth Programme. Það var tveggja ára samstarfsverkefni milli Matís, GUIMARPEIXE – Comércio de Produtos Alimentares, SA, Portugal TINTEX Textiles, SA, Portugal UNIVERSIDADE DO MINHO, Portugal INSTITUTO POLITÉCNICO DE VIANA DO CASTELO, Portugal CÂMARA MUNICIPAL DE ESPOSENDE, Portugal AEP - Associação Empresarial de Portugal, CCI og Portugal VISUAL THINKING - Digital Organization, Lda, Portugal</p>		
Lykilorð á íslensku:	Krakkar Kokka, skemmtimennt, nærumhverfisneysla, sjálfbærni, þekking, fræðsla, lýðheilsa, Blue Project		

<p><i>Summary in English:</i></p>	<p>The BlueProject aim was to increase value creation, the sustainable growth of the blue economy, scientific research, and literacy in Blue Economy, based on the Marine Resources available on the North Atlantic Coast of Portugal. The focus was placed on the fish species "Sarrajão" (<i>Sarda sarda</i>), It is found by the Portuguese coast, but is not marketed today in Portugal for human consumption as it has considerable quantities of bones and a thick skin which is difficult to remove. However, its nutritional value is considerably high.</p> <p>The main focus of Matis in the project, is to contribute to the engagement, education and empowerment of the next generation towards healthy and sustainable food habits in Portugal. This was done by adjusting the Krakkar Kokka (e. Kids Cuisine) edutainment concept, previously developed, tested and implemented in Icelandic compulsory schools (Krakkar Kokka: https://matis.is/matis_projects/krakkar-kokka/) to more general situations compared to Iceland, e.g. regarding climate and agriculture. The edutainment material was published in English and Portuguese, and the Kids Cuisine concept implemented in Portuguese primary schools.</p> <p>The Kids Cuisine Project and procedure description, introduction slides and guidelines are accessible via Matis website: https://matis.is/en/matis_projects/blueproject/.</p> <p>The Blue Project (Bioeconomy, PeopLe, SUstainability, Health) was supported by EEA Grants/Iceland Liechtenstein Norway grants/Bluegrowth Programme. It was a two-year collaborative project between Matis, GUIMARPEIXE – Comércio de Produtos Alimentares, SA, Portugal TINTEX Textiles, SA, Portugal UNIVERSIDADE DO MINHO, Portugal INSTITUTO POLITÉCNICO DE VIANA DO CASTELO, Portugal CÂMARA MUNICIPAL DE ESPOSENDE, Portugal AEP - Associação Empresarial de Portugal, CCI and Portugal VISUAL THINKING - Digital Organization, Lda, Portugal</p>
<p><i>English keywords:</i></p>	<p><i>Kids cuisine, edutainment, local consumption, sustainability, knowledge, education, public health, Blue Project</i></p>

Efnisyfirlit

1. Inngangur.....	1
2. Framkvæmd	2
2.1 Undirbúningur.....	2
2.2 Námsfnið.....	2
2.3 Þátttökuskólar og nemendur	3
2.4 Afrakstur verkefnisins Kids Cuisine (Krakkar kokka)	3
3. Niðurstöður.....	4
3.1 Efni tengt Krakkar kokka á ensku.....	4
3.2 Afrakstur skóla í Portúgal.....	4
3.3 Kynning frá Íslandi.....	7
4. Umræður og ályktanir.....	8

1. Inngangur

Megin viðfangsefni verkefnisins BlueProject sem styrkt var af EEA Grants/Iceland Liechtenstein Norway grants/Bluegrowth Programme var verðmætasköpun úr vannýttu fisktegundinni "Sarrajão" (*Sarda sarda*), sem finnst undan ströndum Portúgals. Verkefnið miðaði einnig að aukinni sjálfbærni innan bláa hagkerfisins og bættum skilningi á hvað það felur í sér.

Sarrajão er hinsvegar ekki markaðssett í dag til manneldis þar sem hún hefur töluvert magn af beinum og þykkt roð sem erfitt er að fjarlægja. Hinsvegar er næringargildi sarrajão töluvert hátt. Meginmarkmið verkefnisins voru þrjú: 1) Þróa vinnslu til að framleiða flök úr sarrajão t.d. fyrir skólamötuneyti. Áherslu átti að leggja á að kynna bragðgóðar, hollar og næringarríka rétti í skólum, hvetja til fiskneyslu. 2) Þróa nýjar virðisaukandi afurðir úr hliðarafurðum flakavinnslunnar á borð við textílefni úr roðinu og hámarka nýtingu fisksins. 3) Veita sveitarfélögum tæki til að styðja portúgalska borgara framtíðarinnar til að taka betri ákvarðanir varðandi mat sem þeir borða með tilliti til eigin heilsu og áhrifa á staðbundin hagkerfi.

Megináherslur Matis í verkefninu voru að stuðla að áhuga, fræðslu og valdeflingu næstu kynslóðar í átt að hollum og sjálfbærum matarvenjum í Portúgal í gegnum Krakkar Kokka (e. Kids Cuisine) hugmyndafræðina sem áður hefur verið þróuð, prófuð og innleidd í íslenskum grunnskólum (Krakkar Kokka: https://matis.is/matis_projects/krakkar-kokka/). Þetta var gert með því að aðlaga Verkefnis- og verklagslýsingu Krakka kokkar að almennari aðstæðum en þeim sem finnast á Íslandi t.d. hvað varðar þætti eins og loftslag og ræktunarmöguleika. Þá var efnið þýtt yfir á ensku og portúgölsku, reynslu deilt og aðstoð veitt við að innleiða Krakka kokka hugmyndafræðina í portúgalska grunnskóla.

Skýrsla þessi lýsir framkvæmd og afrakstri innleiðingar Krakka kokka innan verkefnisins BlueProject.

2. Framkvæmd

2.1 Undirbúningur

Niðurstöður funda með portúgölskum þátttakendum verkefnisins sýndu að hugmyndafræði Krakkar kokka myndi henta vel fyrir portúgalskt skólastarf en nauðsynlegt yrði að aðlaga efnið svo betur væri hægt að taka mið að öðrum samfélags- og umhverfisaðstæðum en á Íslandi. Jafnframt var staðfest að til að efnið myndi nýtast sem best, yrði það að vera á Portúgölsku. Innleiðing efnisins yrði á höndum portúgalskra þátttakenda, með aðstoð frá Mátis.

2.2 Námsefnið

Krakkar Kokka skemmtimentt

Helstu breytingar sem gerðar voru við útgáfu Krakkar kokka á ensku undir heitinu Kids Cuisine snéru að því að bæta við upplýsingum um prófanir á framkvæmd verkefnisins á Íslandi (Krakkar kokka Verkefnis- og verklagslýsing var prófuð í nokkrum skólum eftir fyrstu útgáfu og ávinningur metinn). Einnig voru tenglar sem vísað var í uppfærðir þar sem þeir voru margir á íslensku og/eða fjölluðu um íslenskar áherslur um t.d. hollustu og sjálfbærni. Þá þurfti að uppfæra umræðuefni sem tengjast því hvernig verkefnið fellur að heimsmarkmiðum 11, 12 og 13 en mörg hver snéru að séríslenskum aðstæðum.

Efni Krakkar Kokka var uppfært á ensku af Kolbrúnu Sveinsdóttur, í samvinnu við Þóru Valsdóttur. Enska útgáfan (Mynd 1) var send portúgölskum þátttakendum á pdf og word formi, sem nýttu það til þýðingar yfir á portúgölsku (Mynd 2).



Project management

Project Manager at Matis:

Kolbrún Sveinsdóttir, PhD, Project manager at Matis and Guest professor at the Faculty of Food Science and Nutrition at the University of Iceland.

Design and testing of the project:

Sveinn Margeirsson, drafted the idea, which was then implemented by Rake Halldórsdóttir in collaboration with participating schools on testing the project, master chefs Sveinn Kjartansson and Hinrik Carl Ellertsson, and Brynja Laxdal, project manager at Matarauður Islands (e. Iceland's culinary treasures). Testing of the implementation of the project took place in the northern part of Iceland (Skagafjörður) during the school year 2018. The initial design and testing was financially supported by Matarauður Islands.

Further testing aimed at measuring children's food engagement and teacher's feedback took place in the Capital area of Iceland (Reykjavik area) and was carried out in the school year 2020 under the supervision of Kolbrún Sveinsdóttir, project manager at Matis, in collaboration with Anna Sigríður Ólafsdóttir, professor in nutrition within the Faculty of Health promotion, and sport and leisure studies at the University of Iceland. Further testing was financially supported by EIT Food, co-funded by the European Union (WeValueFood, Ref: 19152-20).

Publisher:

Matis with financial support from Blue Growth programme of EEA Grants (Blue Project, PT-INNOVATION-0105).

Photographs:

Rake Halldórsdóttir photo on page 1, 4, 10, 14, 16. Kolbrún Sveinsdóttir photo on page 12. Page 8 - photo obtained from: www.plujuin-magazine.com

Design: Matis

Digital design: Þormóður Dagsson, web manger at Matis

The brochure was originally published by Matis in 2018, in Icelandic.

Adaption and translation to English: Kolbrún Sveinsdóttir

© Matis 2024 Content from the brochure may be published if reference to source is provided.

Digital version of the brochure is available at Matis's homepage: www.matis.is

Mynd 1. Krakkar kokka (Kids Cuisine) verkefnis- og verklagslýsing (enska).



Mynd 2. Krakkar kokka (Kids Cuisine) verkefnis- og verklagslýsing (portúgalska).

Auk Verkefnis- og verklagslýsingar, voru útbúnar kynningaglærur fyrir nemendur, og leiðbeiningar fyrir myndbandsgerð á ensku. Hvorutveggja er aðgengilegt á Matís síðu verkefnisins: [BlueProject - Matís \(matís.is\)](http://BlueProject - Matís (matís.is)).

2.3 Þátttökuskólar og nemendur

Innleiðing Krakkar kokka var á höndum þátttakenda innan BlueProject í Portúgal, í samstarfi við nokkra skóla í Norðurhluta Portúgal. Nemendur voru á aldrinum 6 til 10 ára og innan hvers skóla tók að lágmarki einn bekkur þátt.

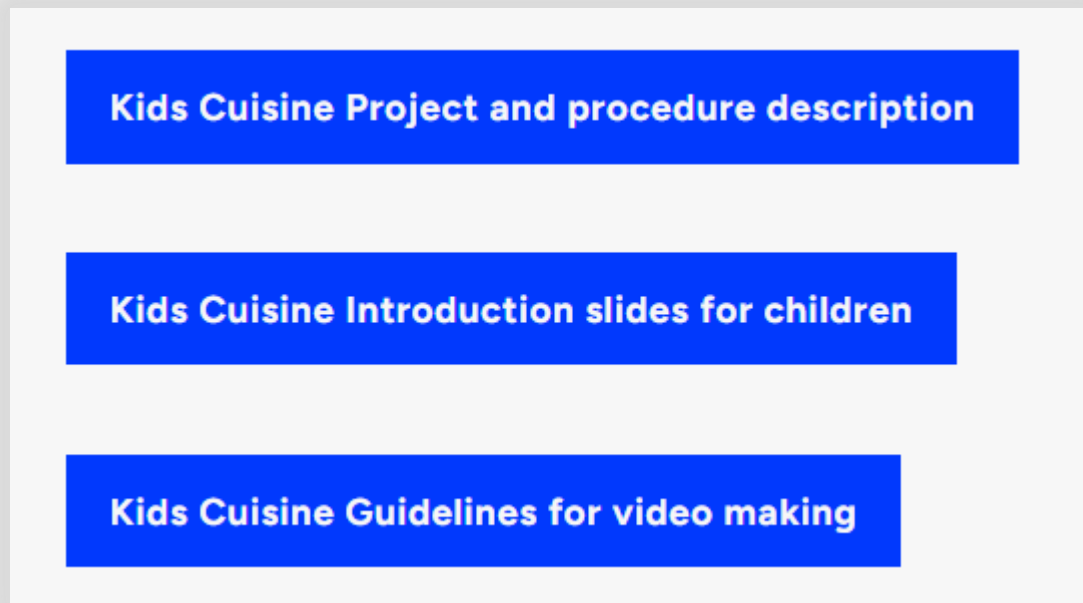
2.4 Afrakstur verkefnisins Kids Cuisine (Krakkar kokka)

Heimsóknir voru skipulagðar í tvo grunnskóla (skóli 1 og skóli 2) sem innleiddu Krakkar kokka verkefnið. Útbúin var slæðukynning á efni sem tengist Krakkar kokka verkefninu á Íslandi, sem kynnt var fyrir skólabörnunum í Portúgal. Fyrir heimsóknirnar höfðu börnin undirbúið kynningar og sýningu á afrakstri Krakkar kokka fyrir þátttakendum BlueProject verkefnisins.

3. Niðurstöður

3.1 Efni tengt Krakkar kokka á ensku

Efni sem útbúið var í tengslum við verkefnið er aðgengilegt á síðu þess: [BlueProject - Matís \(matis.is\)](https://www.matis.is) eins og Mynd 3 sýnir.



Mynd 3. Enska útgáfa Krakkar kokka (Kids Cuisine) verkefnis- og verklagslýsingarinnar, kynningarglærur og leiðbeiningar fyrir myndbandsgerð. Skjáskot af verkefnissíðu.

3.2 Afrakstur skóla í Portúgal

Skólarnir tveir sem heimsóttir voru tóku á móti þátttakendum BlueProject verkefnisins. Í báðum skólum kynntu nemendur það sem þau höfðu lært (á portúgölsku, með fyrirlestrum eða í gegnum frumsamin leikrit). Í báðum skólum höfðu nemendur útbúið sýningar í tengslum við Sarrajão, sjálfbærni, hollustu og nýtingu. Myndir 4-7 lýsa afrakstri verkefnisins Kids Cuisine í skóla 1 og 2.



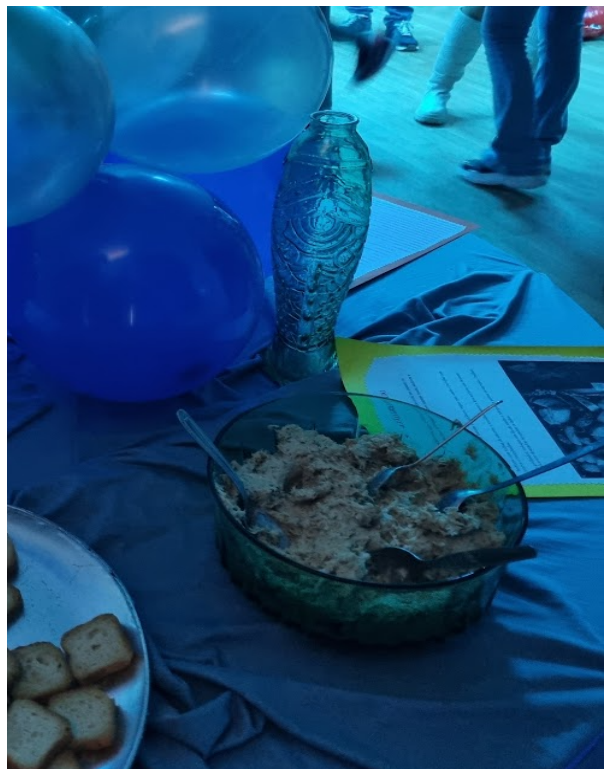
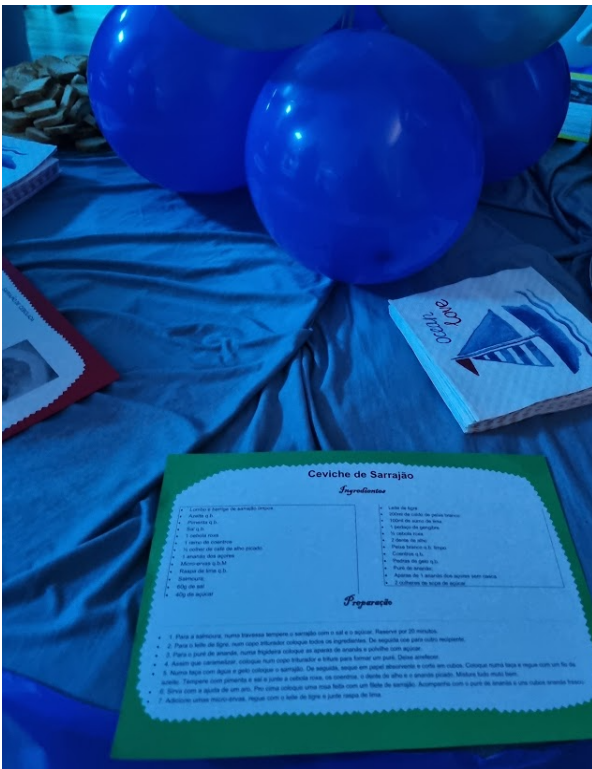
Mynd 4. Hluti afrakstur þemaverkefnis nemenda í verkefninu Krakkar kokka (Kids Cuisine) í skóla 1.



Mynd 5. Til vinstri: Sjömaður sem kom að þemaverkefni nemenda í Krakkar kokka (Kids Cuisine) í skóla 1 útskýrir veiðar og veiðarfæri. Til hægri: Uppskriftir að réttum með Sarrajão í skóla 1 í tengslum við verkefnið.



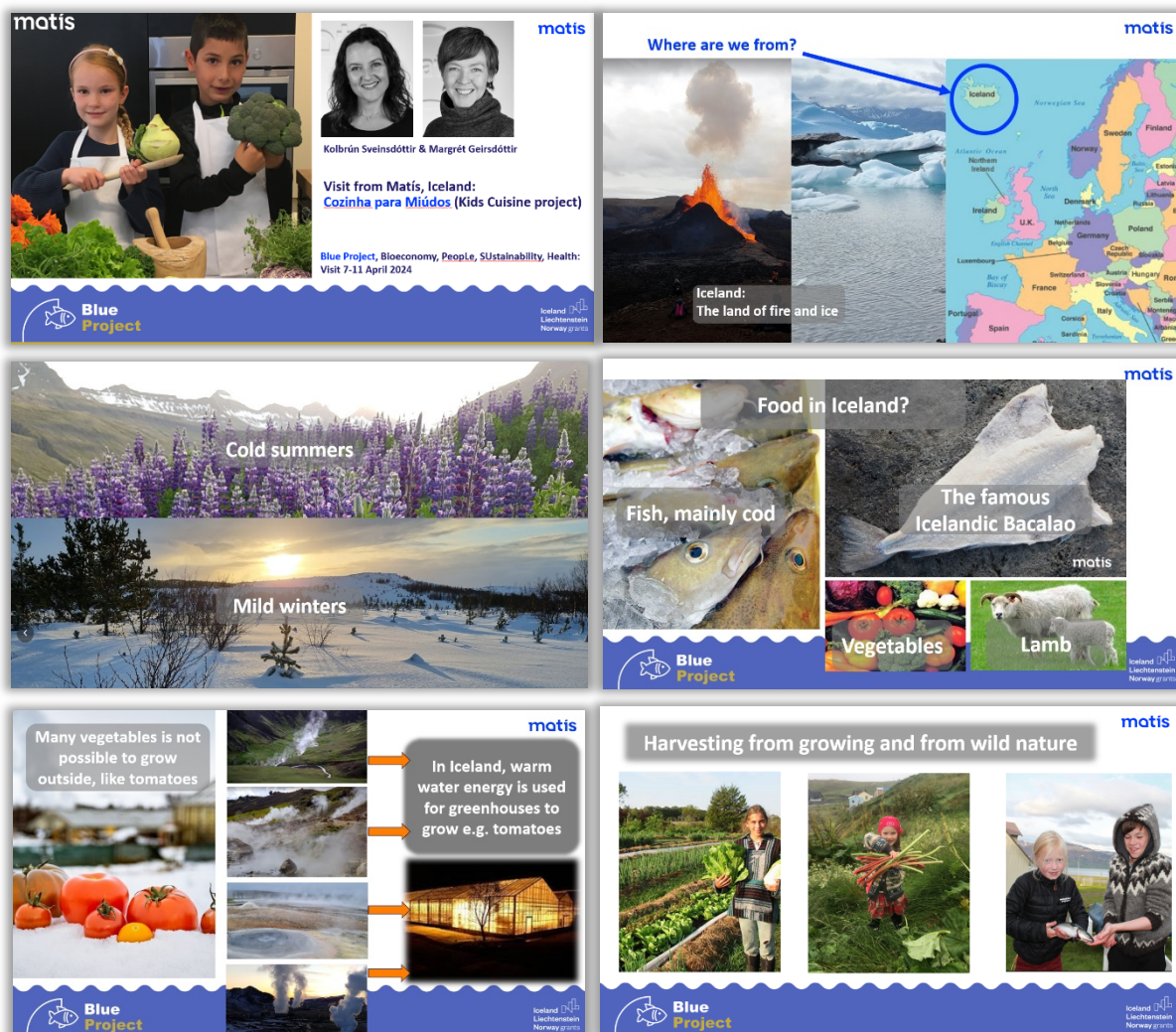
Mynd 6. Hluti afraðstur þemaverkefnis nemenda í verkefninu Krakkar kokka (Kids Cuisine) í skóla 2.



Mynd 7. Sarrajão uppskriftir og veitingar í tengslum við þemaverkefni nemenda í verkefninu Krakkar kokka (Kids Cuisine) í skóla 2.

3.3 Kynning frá Íslandi

Matís kynnti fyrir skólabörnunum helstu aðstæður og fæðuöflun á Íslandi. Á einfaldan hátt var sýnt hvernig hægt er að nýta orku heita vatnsins til ræktunar á Íslandi (Mynd 8).



Mynd 8. Hluti kynningarefnis um helstu aðstæður og fæðuöflun á Íslandi sem kynnt var grunnskólanemendum í skólum 1 og 2.

4. Umræður og ályktanir

Krakkar kokka eða Kids Cuisine Verkefnis- og verklagslýsing hefur verið aðlöguð að almennari aðstæðum en þeim sem finnast á Íslandi t.d. hvað varðar þætti eins og menningu, loftslag og ræktunarmöguleika. Kids Cuisine er nú aðgengilegt á ensku af heimasíðu Matís undir verkefnissíðu BlueProject.

Innleiðing verkefnisins í skólum í Portúgal gekk vel fyrir sig. Hluti verkefnis- og verklagslýsingu Krakkar kokka gerir ráð fyrir að nemendur fari í hugarflug undir umsjón kennara um mögulega nýtingu hráefnis í nærumhverfinu. Við framkvæmd verkefnisins innan BlueProject, var þemað nýting ákveðinnar vannýtttrar fisktegundar sem veiðist við strendur Portúgal og unnið út frá því í tengslum við menningu, sjálfbærni, nýtingu og hollustu. Þar sem auðvelt er að aðlaga Krakkar kokka verkefnið að aðstæðum hverju sinni, gekk það vel eins og afraksturinn bar með sér. Almennt var mikil ánægja og jákvæðni gagnvart verkefninu Kids Cuisine/Krakkar kokka og innleiðingu þess í grunnskólunum í óformlegum samtölum við kennara barnanna sem þátt tóku í verkefninu í Portúgal.

Af þessu má álykta að verkefnis- og verklagslýsing Krakkar kokka í ensku útgáfunni Kids Cuisine geti nýst grunnskólum með ólíka menningu og umhverfi sem skemmtimennt um matarhefðir, nærumhverfisneyslu og sjálfbærni.