

## Kære efterskole

Tak for din interesse i dette forskningsprojekt om miljøvenlige madvaner hos unge mennesker, som er en del af Louise Randers' ph.d.-projekt på Institut for Virksomhedsledelse ved Aarhus Universitet. Herunder findes en beskrivelse af studiet, hvad det indebærer at deltage, og hvad I som efterskole ville kunne få ud af at deltage.

### FORMÅL

Danmarks officielle kostråd fra 2021 tager nu højde for både sundhed og klimavenlige madvalg, fx ved at appellere til et mindre kødforbrug. Sunde madvaner grundlægges i barn- og ungdommen og unge mennesker er mere modtagelige over for nye indtryk, herunder ift. kost, end ældre aldersgrupper. Efterskoler er interessante i denne sammenhæng, da de tilbyder unge mennesker optimale rammer for at udvikle sunde og klimavenlige kostvaner i en vigtig periode af deres liv. Forskning i, hvordan man fremmer sunde og bæredygtige madvaner, især længerevarende feltstudier, er dog sjældne, da det er tidskrævende og kræver et stort antal frivillige deltagere. Vi ved derfor ikke nok om, hvordan unge mennesker etablerer vedvarende sunde og bæredygtige madvaner, eller hvordan de kan understøttes i dette livsprojekt. Vi vil derfor gerne invitere efterskoler til et forskningssamarbejde, som har til formål at klarlægge forskellige psykologiske mekanismer og tiltag, som kan medvirke til at unge udvikler og vedligeholder sunde og miljøvenlige kostvaner.

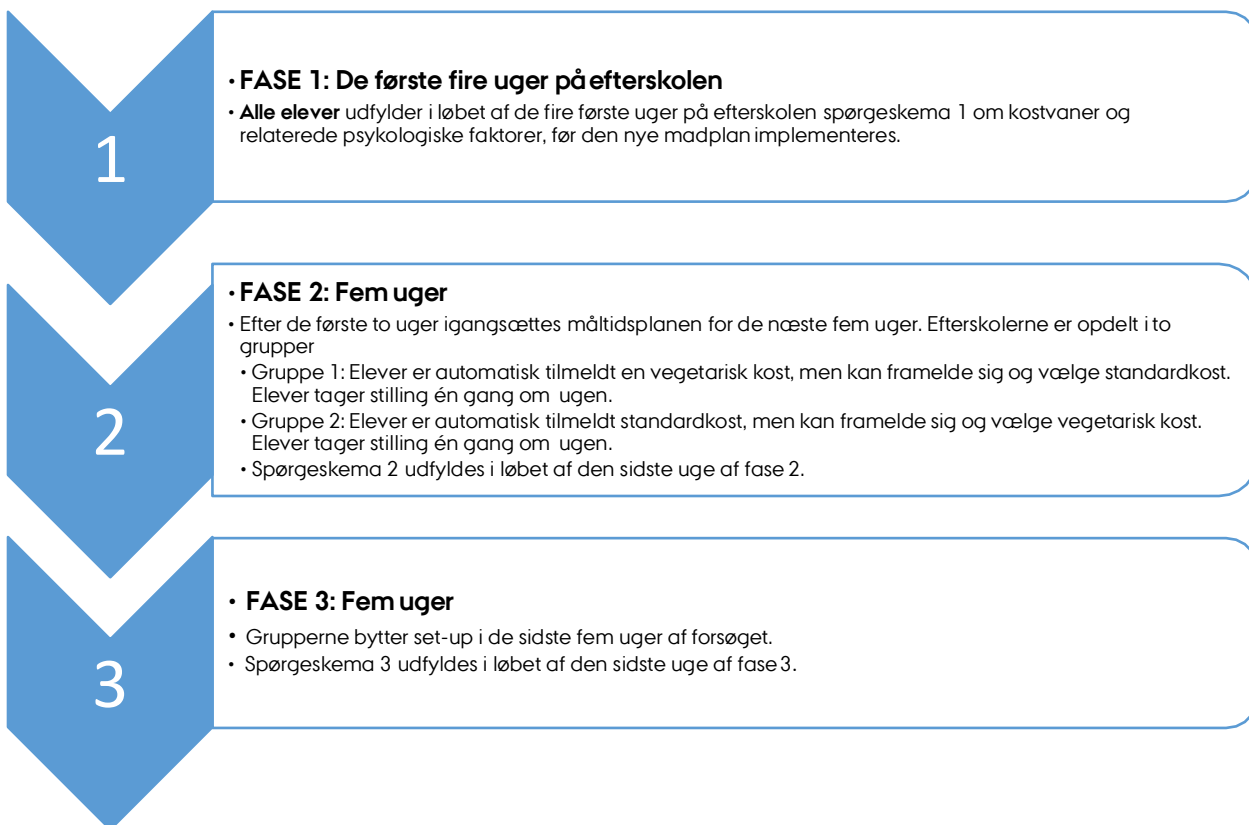
### BESKRIVELSE AF UNDERSØGELSEN

Deltagende skoler skal give eleverne mulighed for at spise vegetarisk mad til alle måltider. Så vidt vi ved, gælder det på ganske mange skoler allerede. Vi planlægger at inddrage 10 efterskoler i studiet i perioden fra skolestart i efteråret 2021 og ca. tre måneder frem, hvoraf den første måned blot involverer besvarelse af et spørgeskema. Efterskolerne opdeles i to grupper, og hver gruppe har sit eget set-up:

Gruppe 1: I en periode på fem uger er man som elev automatisk skrevet op til at spise en vegetarisk kost, men det er frivilligt, og man kan uden videre framelde sig/vælge "standard" kost i stedet, hvis man ikke ønsker at spise vegetarisk. Vi forestiller os, at man vælger for én uge af gangen. Vil man ikke spise vegetarisk, skal man derfor melde sig fra hver uge. Hvordan man gør det rent praktisk, afgør skolen.

Gruppe 2: I en periode på fem uger er man som elev automatisk skrevet op til at spise en "standard" kost, men det er frivilligt, og man kan uden videre tilmelde sig vegetariske måltider i stedet. Igen forestiller vi os, at man vælger for én uge af gangen og altså tager stilling hver uge.

Figur 1. Tidsplan over forsøg



Efter fem uger byttes set-uppet mellem de to grupper, således at man som elev i Gruppe 1 aktivt skal tilmelde sig vegetariske måltider for den næste uge og omvendt i Gruppe 2. Denne ordning kører ligeledes i fem uger.

I begge grupper skal eleverne udfylde et spørgeskema om kostvaner og relaterede psykologiske faktorer tre gange i løbet af forsøgsperioden (umiddelbart ved forsøgets start, efter de første fem uger, og ved forsøgets afslutning). Elevernes identitet vil forblive ukendt for os, der håndterer deres data. Se gerne figur 1, som viser de forskellige faser i forsøget.

*Frivillighed er en vigtig præmis for eksperimentet, så det er vigtigt at understrege over for eleverne, at det er frivilligt, om de vælger vegetarisk eller "standard" kost, uanset hvad udgangspunktet er.*

Vi er klar over, at deltagelse i studiet kræver en del af efterskolerne - især for køkkenpersonalet. Derfor er vi åbne for at tilpasse studiet en smule, så længe alle deltagende skoler følger den samme fremgangsmåde. Der vil blive afholdt et eller flere koordineringsmøder med efterskolerne for at afklare tvivlsspørgsmål. Ellers er I velkomne til at kontakte os.

#### **FORÆLDRETISSAGN**

Elever på 15 år og derover kan uden videre deltage i studiet (det er naturligvis frivilligt), da de selv kan give samtykke til deltagelse ifølge gældende anbefalinger jf. Datatilsynet. Vi forventer dog, at efterskolerne informerer alle forældre om studiet, og på den måde giver forældrene mulighed for at give besked, hvis man ikke ønsker, at ens barn deltager i undersøgelsen. Eventuelle elever på 14 år kan ikke besvare spørgeskemaerne, med mindre forældrene giver deres eksplicitte samtykke til det. Vi laver gerne et informationsbrev, som kan bruges af efterskolerne til at informere samtlige forældre, ligesom vi gerne hjælper med at udforme en samtykkeerklæring, som kan sendes ud til forældre til børn under 15, og/eller hvis skolen ønsker at indhente eksplicitte forældretillsagn til samtlige børn.

#### **HVAD FÅR EFTERSKOLERNE UD AF DET?**

Vi tilbyder deltagende efterskoler et indblik i studiets resultater som helhed samt i, hvordan den enkelte efterskoles elever udviklede sig undervejs i forsøget, når resultaterne er analyseret. Dette kan ske gennem et oplæg (om resultaterne samt om unge mennesker, bæredygtighed og sundhed generelt), som vi afholder på selve skolen, og vi kan også sende en rapport. Deltagelse i studiet vil kunne give eleverne en oplevelse af at have bidraget til noget vigtigt i arbejdet frem mod en sundere og mere bæredygtig fremtid. Desuden kan deltagelsen i studiet styrke efterskolernes grønne profil, da projektet er relateret til flere af FN's 17 verdensmål.

Deltagende efterskoler vil bidrage med unikke data til forskningen i, hvordan sunde og miljøvenlige vaner etableres. Resultaterne fra denne undersøgelse vil kunne anvendes i lignende kontekster, fx på uddannelsesinstitutioner og arbejdspladser, til at accelerere optaget af mere bæredygtige og sunde kostvaner, hvilket står højt på agendaen i mange private og offentlige institutioner.

#### **HVEM KONTAKTER VI?**

Hvis I er blevet overbevist om, at jeres efterskole gerne vil deltage, eller hvis I blot er blevet nysgerrige, så hører vi meget gerne fra jer!

Jeres kontaktperson er Emma-Louise Albæk Schnedler, som er studentermedhjælper på projektet. Hun vil registrere jeres deltagelse, informere jer om praktiske aspekter ved studiet og afklare jeres spørgsmål. Desuden vil hun invitere jer til et eller flere møder, hvor I får mulighed for at høre mere om studiet og stille spørgsmål.

Ph.d.-studerende Louise Randers, som er ansvarlig for studiet, er på barsel fra maj 2021-marts 2022, hvorfor Emma-Louise er blevet klædt på til at varetage administrationen af undersøgelsen i samråd med professor John Thøgersen og lektor Alice Grønhøj.

Vi håber meget på at høre fra jer.

Venlig hilsen,

Primær kontakt:  
Emma-Louise Albæk Schnedler  
E-mail: [elas@mgmt.au.dk](mailto:elas@mgmt.au.dk)  
(Studentermedhjælper)

Professor John Thøgersen  
E-mail: [jbt@mgmt.au.dk](mailto:jbt@mgmt.au.dk)

Lektor Alice Grønhøj  
E-mail: [alg@mgmt.au.dk](mailto:alg@mgmt.au.dk)

&

Ph.d.-studerende Louise Randers  
E-mail: [lora@mgmt.au](mailto:lora@mgmt.au)