



GRATIS TILBUD TIL KOMMUNER

DAGINSTITUTIONER



SUNDE BØRN ER GLADE BØRN

Børn, der udvikler mod, lyst og vilje til at lære at træffe sunde valg, får sunde vaner. Når de bliver voksne, går de i højere grad uden om fedme og typiske livsstilssygdomme. Fødevestyrelsen tilbyder kommuner gratis hjælp til at udvikle jeres daginstitutioner.

Dagligdagen i institutionen og den pædagogiske praksis har afgørende betydning for om børnene trives og får sunde mad- og bevægelsesvaner, de har glæde af hele livet. I kommunen er det vigtigt, at I forholder jer til, hvordan I skaber synergi imellem det pædagogiske og sundhedsfremmende arbejde i daginstitutionerne. Det indebærer, at I som kommune:

- Tager politisk stilling til, hvad I gerne vil opnå
- Har et sundhedspædagogisk afsæt, hvor mad, måltider og bevægelse er en del af institutionernes arbejde med de pædagogiske læreplaner
- Udvikler personalets kompetencer til at arbejde bevidst med at fremme børnenes sundhed
- Skaber sunde rammer for sund mad og måltider – hvad enten der er madpakker eller madordning

FØDEVARESTYRELSENS 'ALT OM KOST REJSEHOLD'

Fødevestyrelsens 'Alt om kost rejsehold' kan bistå med at skabe sunde rammer for mad, måltider og bevægelse, så børnenes hverdag afspejler kommunens overordnede politikker.

LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE ANBEFALER 'ALT OM KOST REJSEHOLD'

Lyngby-Taarbæk Kommune har i 3 år samarbejdet med 'Alt om kost rejseholdet' om at uddanne pædagoger til sundhedsambassadører. Ambassadørerne sætter fokus på, hvordan institutionen arbejder med sund mad og bevægelse ved at tage emner op til debat i personalegruppen. Fx hvordan vil vi arbejde med sundhed, hvad spiser vi, når vi fester og hvordan inddrager vi bedst børnene?



DET ER GLADERE BØRN FORÆLDRENE HENTER EFTER SUNDHEDSAM-BASSADØRERNE HAR SAT FOKUS PÅ SUND MAD, MÅLTIDER OG BEVÆGELSE I INSTITUTIONERNE.

Kirsten Dahlgaard, sundhedsplejerske i Lyngby-Taarbæk

NY VIDEN OG INSPIRATION

Der bliver uddannet to pædagoger fra hver institution, og rejseholdet underviser dem én hel dag. "På kurserne har rejseholdet formidlet den nyeste viden om sundhed og ernæring og haft fingeren på pulsen med hvad der sker i andre kommuner." siger Kirsten Dahlgaard.



GRATIS HJÆLP TIL AT UDVIKLE DAGINSTITUTIONER

Fødevarestyrelsens 'Alt om kost rejsehold' tager rundt til alle kommuner og tilbyder gratis procesbistand, sparring og viden. Kontakt os og fortæl om jeres arbejde, så finder vi ud af, hvordan vi bedst kan hjælpe jer.

FRA POLITIK TIL PRAKSIS

En fælles sundhedspolitik for kommunens daginstitutioner er vigtig, så der er synergi mellem børnenes udvikling, trivsel og sundhed. Men det pædagogiske personale skal inddrages i processen og have viden, indflydelse og redskaber til at omsætte kommunens politikker til den pædagogiske praksis i hverdagen med børnene.

'ALT OM KOST REJSEHOLDET' KAN BIDRAGE TIL:

- Jeres arbejde med at formulere og implementere politikker for mad, måltider og bevægelse
- Madordninger med smag, smil og samvær:
 - anbefalinger for maden og menuplanlægning
 - viden om krav til indretning og hygiejneforhold
 - skabe bro mellem den pædagogiske praksis og køkkenet
- Kompetenceudvikling af personale:
 - planlægning af efteruddannelse
 - undervisning
- Indblik i hvad andre kommuner gør, og hvad der skal til for at få succes
- Sparring med kolleger i et lokalt netværk af kommuner

HVAD KAN I FORVENTE AF ET SAMARBEJDE?

Et samarbejde med 'Alt om kost rejseholdet' betyder, at jeres kommune får skabt sunder rammer for mad, måltider og bevægelse i daginstitutionerne, så børnene udvikler sunder vaner, de har glæde af hele livet.

MATERIALER TIL DAGINSTITUTIONER

Du kan gratis downloade alle materialerne på www.altomkost.dk under Materialer og undervisning > Publikationer.

Trykte materialer kan købes hos Komiteen for Sundhedsoplysning på tlf. 3526 5400 eller www.sundkom.dk



Mad, måltider og bevægelse. Pjece, der giver inspiration til sundhedspædagogik i daginstitutioner. Pris: 25 kr.*



Glad mad i børnemaver. Bog med anbefalinger for sund mad i daginstitutioner og over 100 opskrifter. Indeholder også 6 små bøger med Ruth og Rasmus, der undersøger madens vej fra jord til bord. Pris: 150 kr.*



BørneBoxen. En værktøjskasse til daginstitutioner, der ønsker at fremme sunde vaner med udgangspunkt i de pædagogiske læreplaner. Pris: 800 kr.*



Gi' madpakken en hånd. Pjece med gode råd til en sund madpakke med grønt, brød, pålæg, fisk og frugt. Pris: 1,88 kr.*

* pris er ex. omkostninger til forsendelser

KONTAKT 'ALT OM KOST REJSEHOLDET'

Går I med de første tanker om at udvikle jeres daginstitutioner og har I brug for inspiration til at komme videre? Har I allerede en idé til et projekt eller måske bare brug for en snak? Så tøv ikke med at kontakte os.

'Alt om kost rejseholdet' findes over hele landet. Kontakt os på:

Web: www.altomkost.dk – under Kontakt

Telefon: 7227 6900 – spørg efter 'Alt om kost rejseholdet'

Mail: rejsehold@altomkost.dk