

Handleplan for mad og måltidsstrategi på Langhøjskolen og Langhøjskolens SFO

Center/afdeling	Skole- dagtilbud /Langhøjskolen
Dato for udarbejdelsen	September 2018
Udarbejdet af	Skolebestyrelsen, personalet og eleverne
Formål med handleplanen	At skabe en fælles fokus på området
Målgruppe	Børn på Langhøjskolen og i Langhøjskolens SFO
Sund mad for alle	<p>Førskolen: På forældremødet i februar orienteres forældrene om vigtigheden og betydningen af en sund og nærende madpakke. Her bliver handleplanen for mad og måltider vist.</p> <p>SFO: I den frivillige eftermiddagsmad planlægges ud fra et sundt og nærende princip med plads til afvigelser.</p> <p>Madordningen – Mandagsmad: Der arbejdes på, i samråd med planlæggeren af ordningen, at menuen er sund og nærende.</p> <p>Madkundskab: I en del af læringsmålene i madkundskab handler om sund og nærende mad og tilberedning af dette, så med lærerens metodefrihed i mente tænkes sund mad ind i faget.</p>
Måltidet er mere end bare mad	<p>Spisepausen i skolen: Pausen planlægges således, at alle børn har mulighed for god tid til at spise deres madpakke (minimum 15. min).</p> <p>Madro: I klasserne er der madro i en del af spisepausen, så eleverne kan koncentrere sig om at spise. Det vil sige, at her er der helt ro og ikke tilladt at snakke sammen. Det kan man gøre i den del, hvor madroen ikke gælder altså, de sidste 5. min af spisepausen.</p> <p>Vandautomater: På skolen har alle børn nem tilgang til vandautomater, så de kan få koldt vand at drikke.</p> <p>Mælkeordning: Skolen tilbyder mælkeordning igennem Skole mælk.</p>

	<p>Køleskabe: Skolen stiller køleskabe til rådighed, så madpakken kan opbevares køligt, indtil den skal spises.</p>
Borgernes medbestemmelse	<p>Forældrene bestemmer selv, hvad de evt. sender med til f.eks. fejring af fødselsdage.</p> <p>Det er forældrenes ansvar, at der er madpakke med og at der er nok til hele skoledagen.</p> <p>Skolen informerer forældrene, hvis deres barn virker uoplagt, mere sulten, ikke vil spise eller andet i det omfang det opdages.</p>
Hverdagens mange fester	<p>På skolen ønsker vi at fejre højtiderne med bl.a. sukkerholdige fødevarer. Vi tænker sundere alternativer ind, når det giver mening.</p> <p>I forbindelse med fødselsdage opfordrer vi også via forældremøder m.m. til at det også kan være andet og sundere alternativer, der sendes med.</p> <p>På skolen fejrer vi hverdagens små fester både med sunde tiltag og mere sukkerholdige fødevarer, og det ønsker vi ikke at ændre på p.t.</p> <p>En særlig lejlighed kan være klippedag i forbindelse med julemåneden eller sidste dag før jul, hvor det holdes en anderledes dag, det kan være indholdet i fastelavnstønden.</p> <p>Vi ønsker at holde indtaget af sukkerholdige fødevarer nede på et lavt niveau.</p>
Professionel tilgang	<p>Medarbejderne arbejder med mad og måltider i de fag, hvor det er oplagt. Det kunne være ud over madkundskab, N/T og idræt.</p> <p>Medarbejderne kan f.eks. henvende sig til skolens sundhedsplejepersonale og de tilknyttede tandlæger, hvis de mangler viden inden for området.</p> <p>Tandlægerne kommer på besøg i 4. klasse</p> <p>Sundhedsplejen kommer på besøg i 0., 4. og 6. klasse.</p>
Kendskab til de valgte indsatsområder	<p>Personalet aftaler i den sammenhæng, det giver mening hvilket indsatsområde der er fokus på og hvornår. Det kan være på afdelings, klasse eller skoleniveau.</p>
Løbene fokus	<p>Deltage i diverse kampagner som f.eks. aktiv rundt i Danmark – ligger i efteråret.</p> <p>Vi afholder hvert år skolernes motionsdag fredag i uge 41.</p>
Information	<p>Handleplanen for Mad og måltider ligger på skolens hjemmeside, hvor forældre og andre interesserede kan orientere sig.</p>
Opfølgning	<p>Handleplanen revideres i august hvert år.</p> <p>Opdateret oktober 2021</p>