



I Matjungelen kan barn utforske, leke og lære om mat som er bra for kroppen og kloden.

Oppstartsinformasjon til SFO/AKS - våre viktigste medspillere i Matjungelen

Vi skal gi barna en matglad fremtid!

Nå gleder vi oss til å samarbeide med dere om å sette fokus på mat og bærekraft på SFO/AKS! Matjungelen har som formål å øke barnas engasjement og nysgjerrighet rundt matens betydning for helse og miljø, og dere er våre viktigste medspillere for at Matjungelen gjennomføres på en god måte. Her er praktisk informasjon om det som skal skje fremover.

Matjungelen består av:

- E-LÆRINGSMODULER
- SELVSTYRT MATKURS
- AKTIVITETSOPPLEGG
- OPPSKRIFTER
- AKTIVITETSHEFTE
- INFORMASJONSMATERIELL



Spesialtilpasset for SFO

Vi har lagt vekt på at SFO-tiden er barnas fritid, og aktivitetene vil derfor være lekpreget og aktiviserende. SFO er svært ulike med tanke på størrelse, timeplan, måltider, bemanning, budsjett og fasiliteter. Derfor er aktivitetene lagt opp slik at dere har fleksibilitet til å tilpasse aktivitetene og innholdet etter deres SFO-hverdag. Alt materiell er tilgjengelig på nettsidene.

Slik er Matjungelen-året

Matjungelen følger et årshjul med en aktivitet for barna og en tilhørende e-læringsmodul for ansatte hver måned. Det er til sammen 12 aktivitetsopplegg dere skal gjøre sammen med barna på SFO og 12 e-læringsmoduler for ansatte - altså et tema i fokus hver måned. Det er opp til dere hvordan dere vil legge opp Matjungelåret men vi har laget et forslag til årshjul og månedsplan, som kan være til hjelp for planlegging av SFO-året.



I Matjungelen kan barn utforske, leke og lære om mat som er bra for kroppen og kloden.

Alt du trenger finnes på nettsidene

Vi bruker nettsidene som kommunikasjonskanal. Her finner dere alt innholdet i Matjungelen, som aktivitetsopplegg og e-læring. Vi har også samlet en del [materiell](#) og infodokumenter på nettsiden for SFO, blant annet mal for planlegging av Matjungelen inn i månedsplan, informasjon til foreldre og ansatte etc. Vi kommer også til å sende dere månedlige eposter om månedens tema, og annen viktig info om prosjektet.

Første steg - selvstyrt matkurs

Dere skal starte med å gjennomføre et "selvstyrt matkurs". Det innebærer å teste en av aktivitetene og en av oppskriftene fra Matjungelen. Matkurset munner ut i et sosialt måltid, der dere også skal diskutere gruppeoppgaver. Alt du trenger for å gjennomføre selvstyrt matkurs er samlet i en pakke med videoer, presentasjoner, program, opplegg og huskelister og finnes på nettsidene til Matjungelen under "For SFO". Målet er å øke engasjement, eierskap og kompetanse blant ansatte som skal gjennomføre aktiviteter i Matjungelen, og gi alle en felles forståelse av hva prosjektet går ut på og hvorfor det er viktig. Vi anbefaler å starte med dette så tidlig som mulig. Finn et tidspunkt for gjennomføring som passer med deres planer, for eksempel en sosialfaglig kveldssamling eller som en del av en planleggingsdag.

Beregnet tid på Matjungelen:

- Månedlig e-læringsmodul for SFO-ansatte (ca. 10-15 minutter pr. stk.)
 - Selvstyrt matkurs for SFO-ansatte (ca. 3 timer. Gjennomføres én gang.)
 - Månedlig aktivitetsopplegg med barn på SFO (30-90 minutter pr. gruppe.)
- Dere bestemmer antall og størrelse på gruppene som skal delta på hver aktivitet.

Oppfølging underveis

Alle aktivitetsopplegg har veiledere med trinnvis forklaring av aktiviteten, huskeliste og tips til ulike måter å gjennomføre oppleggene på – avhengig av antall barn, tid og fasiliteter. Bare ta kontakt med oss dersom dere trenger hjelp til å gjennomføre aktivitetene.

Evaluering og logg

Vi vil gjerne høre om deres erfaringer med Matjungelen, og i løpet av perioden vil dere derfor motta et kort spørreskjema til ansatte og et til foreldrene som vi ønsker at dere videresender. Bruk gjerne også loggskjema der dere kan skrive ned deres og barnas erfaringer med aktivitetene. Dette kan også brukes som referat for SFO/AKS.



I Matjungelen kan barn utforske, leke og lære om mat som er bra for kroppen og kloden.

Oppstartspakke

De første 50 påmeldte SFO/AKS får tilsendt en gratis utstyrspakke. Den inneholder et sett med 10 barnekniver, rotskrellere og skjærebrett og 1 stavmikser. Dere får også tilsendt en pakke med aktivitetshefter og mat og miljø som barna kan holde på med på SFO eller ta med hjem. Oppstartspakkene blir sendt ut kort tid etter oppstart. Dersom dere ikke var blant de 50 første påmeldte denne puljen kan aktivitetsheftene også bestilles [her](#).

Matjungelfolket

SFO-ansatte kan melde seg inn i lukket Facebook-gruppe: [Matjungelen SFO](#). Her kan dere dele erfaringer og tips med hverandre. Ellers kan dere gjerne oppfordre foresatte og andre til å følge oss via Facebook, Instagram eller nettsidene for å få med seg det siste fra Matjungelen. [Nyhetssaker deler vi via Jungeltelegraf](#). Send oss gjerne også oppdateringer på e-post med bilder og videoer fra aktivitetene på SFO. Om dere skulle ha noen spørsmål er det bare til å ta kontakt: post@matjungelen.no

FØLG OSS!

Facebook: www.facebook.com/matjungelen
Lukket Facebook-gruppe for SFO - "Matjungelen SFO"
Instagram: [@matjungelen](https://www.instagram.com/matjungelen)



Velkommen til jungelen
Jungelbrøt fra alle oss i Matjungelen

www.matjungelen.no #matjungelen

