



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

MATJUNGELN

Informasjon om Matjungelen - et aktivitetsprogram for SFO

Matjungelen er et gratis aktivitetsprogram for SFO/AKS der barn kan leke og lære om mat som er bra for kroppen og kloden. Matjungelen inneholder kompetanseheving for personalet, aktiviteter for barna og oppskrifter til bruk på SFO. Innholdet er i tråd med Helsedirektoratets kostråd og forankret i rammeplanen for SFO. Alt er tilgjengelig digitalt.

Påmelding og oppstart

Det er kostnadsfritt for kommunen, foreldre og SFO å delta i prosjektet. SFO kan melde seg på via www.matjungelen.no, her er det åpent for påmelding to perioder i året, for høstsemesteret og vårsemesteret. De 50 første påmeldte SFOene i hver periode får en utstyrs pakke med kjøkkenutstyr i posten.

Matjungelens formål og visjon

Matjungelen har som formål å skape engasjement og nysgjerrighet rundt matens betydning for helse og miljø for barn på SFO. Med Matjungelen får barna oppdage en jungel av mat, de får rom til å utforske ulike råvarer og smaker, og oppleve matglede i fellesskap.

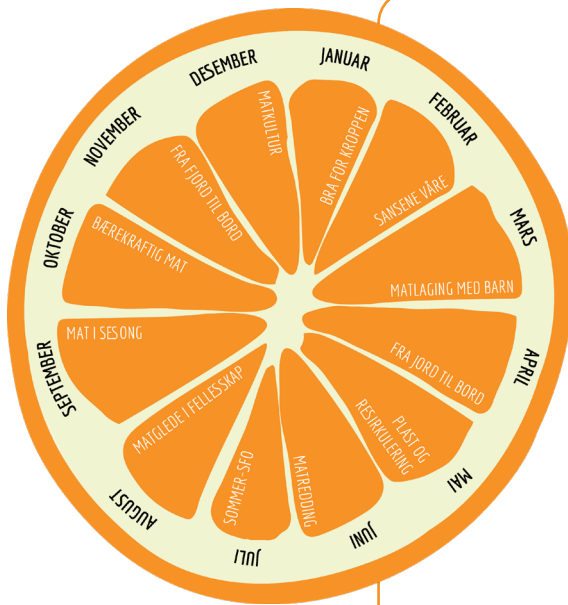
På oppdrag fra Helsedirektoratet

Matjungelen er utviklet av Folkelig, i partnerskap med Opplysningskontoret for frukt og grønt, Høgskulen på Vestlandet og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet på oppdrag fra Helsedirektoratet. Tilbudet er et ledd i oppfølging av Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold.

Matjungelen består av:

- Kompetansehevingspakke for personalet
- Aktivitetsopplegg til bruk med barna
- Oppskrifter
- Inspirasjon og andre verktøy





Innholdet er delt opp i et årshjul med månedens tema

- Bra for kroppen
- Sansene våre
- Matlaging med barn
- Fra jord til bord
- Plast og resirkulering
- Matredding
- Sommer-SFO
- Matglede i fellesskap
- Mat i sesong
- Bærekraftig mat
- Fra fjord til bord
- Matkultur

Hva krever det av SFO?

Prosjektet krever at SFO setter av litt tid til planlegging og kompetanseheving, men aktivitetene i seg selv krever lite forberedelser og er enkle og fleksible å gjennomføre. Aktivitetene kan tilpasses SFO-hverdagen lokalt, med eksisterende budsjetter.

Vi i Matjungelen kan gi SFO veiledning til å gjennomføre aktivitetene og kan hjelpe med å planlegge aktivitetene inn i årshjulet på SFO. Vi kan også gi konkrete tips til gjennomføring av aktiviteter og svare på spørsmål dere måtte ha. Bare ta kontakt på post@matjungelen.no

All informasjon, e-læring, aktivitetsopplegg og oppskrifter finnes på Matjungelens nettsider.

Velkommen til jungelen
Jungelbrøl fra alle oss i Matjungelen



www.matjungelen.no

#matjungelen

