

## **öAlt om kost ö smag for livetö**

### **ö hjælp til skoler og SFOér, der önsker en måltidsordninger eller en aktiv mad- og måltidspolitik**

#### **Børn har brug for mad**

Børns sundhed er ikke en opgave skolen skal eller kan løfte alene, men skolen spiller en vigtig rolle, da børn tilbringer mange timer i skolen. Børns vaner og aktiviteter formes bl.a. af de rammer som skolen giver. At børn og unge har adgang til at kunne købe et sundt måltid mad eller dele af det i form af brød, frugt og grønt, mælk mv. er vigtigt. Ikke mindst fordi børn og unge har brug for mad til at klare dagens mange opgaver, samtidig med at nyere forskning dokumenterer en sammenhæng mellem børns indlæring, koncentrationsevne og deres madvaner.

Har I på jeres skole ikke ressourcer eller muligheder for at etablere en madordning eller skolebod kan et andet positivt skridt være at arbejde for en aktiv mad- og måltidspolitik. En fælles holdning til sund mad i skolen, hvad enten det er til madpakker eller madordning, giver de bedste muligheder for at børnene lærer at spise sundt.

#### **Hjælp at hente**

öAlt om kost smag for livetö, er Fødevarestyrelsens projekt målrettet børn og unge. Formålet med projektet er at fremme sunde madordninger i bl.a. skoler samt støtte skoler og institutioner i at arbejde med mad- og måltidspolitikker.

öAlt om kost smag for livetö, består af et rejsehold, en hotline og en hjemmeside. De lokale rejseholdsmedarbejdere giver gratis rådgivning og hjælp til bl.a. skoler, der önsker at sætte fokus på den sund mad og drikke til eleverne i løbet af skoledagen . Rejseholdet kan dagligt kontaktes på 80 60 10 60 mellem kl. 9-12.

På [www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk). kan I finde information om madordninger og læse om de mange og gode erfaringer forskellige skoler har med at have en madordning. På hjemmesiden kan der også bestilles et idékatalog öMad- og måltidspolitikker i skoler hvorfor og hvordanö, og der er ideer at hente til mad I kan servere, regler på området, hygiejne mv.

#### **Rejseholdet på besög**

Rejseholdet kommer gerne ud på jeres skole og diskuterer mulighederne med jer. Vores primære målgruppe i skoleregi er; lærer, skolebestyrelser samt skolesundhedsplejersker. Har I planer om at etablere en madordning, eller give jeres skolebod et sundhedstjek eller önsker I inspiration til arbejdet med mad- og måltidspolitikken, er I velkommen til at kontakte rejseholdet på 80601060 og I kan også sende en e-mail til rejseholdet, hvis I eksempelvis önsker et besög eller har et spørgsmål omkring etablering af en madordning ol.