**SFOlappen mai og juni**

**Fokusområde: Mat og måltidsglede**

|  |
| --- |
| **Mål:**   * Tilby barna sunn mat og sunne vanar i tråd med Folkehelseinstituttets tilrådingar. * Serverar frukt/grønt kvar dag. * Gi kunnskap om viktigheita av hygiene. |
| **GRUNNGIVING:**  Måltida i SFO skal innebera eit sunt kosthald og vera med på å utvikla ei god helse og sunn livsstil.  Måltida skal vera ein arena for å oppleva god sosial læring i samspel med andre. Dei skal læra om helse, kosthald og hygiene.  Barna får gjennom si tida i SFO moglegheita til å vera med på å laga mat og få kunnskap om maten me serverer på SFO. |
| **SLIK GJER MED DET PÅ BORE SFO:**   * Serverer gode og sunne måltider og eit godt miljø under måltidet. * Personalet bidreg til god sosial læring i samspel med andre. * Matjungelen, dekker områder som matkultur, måltidsglede, matmot, naturens ressursar og matlaging. |

Mat og måltidsglede har en viktig plass i kvardagen på SFO og i den nasjonale rammeplanen for skulefritidsordninga. Mat handlar om så mye meir enn berre råvarene vi spisar. SFO skal legge til rette for daglege mattider som gir barna grunnlag for å utvikle matglede, fellesskapsfølelse og gode helsevaner. Når mat blir servert i SFO legge vekt på et helsefremmende kosthold og bygge på Helsedirektoratets kostråd.

SFO legger til rette for aktiviteter og tiltak som stimulerer elevenes nysgjerrighet rundt og interesse for mat, matlaging og matkultur. Det at barn får lære om maten «fra jord til bord» og samtidig deltar og får erfaring med matlaging, legger til rette for at de får prøve nye råvarer og matretter, som igjen kan bidra til utvikling av et variert og sunt kosthold.

«**Ha med leike-dag»** denne månaden blir kvar fredag. Hugs og merke leiken med namn.

**HUGS: ha badetøy, handklede og solkrem liggjande på SFO, for plutselig finner vi fram vannspredar.**

Fortset med den gode jobben de gjer i visma, det hjelper oss mykje i kvardagen. Me veit at det av og til kan vera nokon utfordringar, så spør oss om de treng hjelp til noko. Hugs å sletta gamle repeterande meldingar som ikkje gjeld lenger, og legg inn meldingar før kl 11.00 gjeldene dag.

**De kan ringa oss på tlf: SFOleder Edel: 926 18 325 Blå base: 94855626, Grøn base: 415 16 803 og Rød base: 90049620**