

# MILJØHANDLINGSPLAN 2011/2012

## SANDBAKKEN BARNEHAGE

### Kort beskrivelse av enheten:

Sandbakken barnehage er en liten privat barnehage, som holder til i Kvenildveien på Heimdal, en mil sør for Trondheim. Barnehagen har vært i drift siden november 1985. Vi kan totalt ta 15 barn, derom alle barna er over 3 år. Årets barnegruppe har 4 barn under 3 år, og teller derfor 9 barn. Personalet består av to assistenter og en førskolelærer/styrer.

### Periodens tema:

Sunt og variert kosthold, og matlaging sammen med barna.

### Beskrivelse:

Vi har i flere år vært opptatt av å tilby barna et sunt og variert kosthold. Vi har smøremat til alle måltider. Barna har med matpakke hjemmefra kun til turer. Vi har en turdag i uka. Ansvar for barnas kosthold den tiden de er i barnehagen hviler derfor på barnehagens personale. Vi har også i to år nå jobbet med å trekke barna med i matlagingen, og har laget oss «kokkegrupper». En «kokkegruppe» har bestått av 3 - 4 barn og en voksen. En dag i uka har en av «kokkegruppene» laget mat til dagens lunsj. Hvilket betyr at hvert barn har deltatt i matlaging hver tredje uke. Rettene har variert fra baking av brød, rundstykker og knekkebrød, til smoothies, salater og varmmat. Vi har sett betydningen både av at barna tilbys et sunt og variert kosthold, at de får kjennskap til hva kroppen vår trenger, hvor maten kommer fra og at de selv får være med å tilberede maten. Vi har ønsket å skape interesse for, og glede ved å lage mat. Vår hypotese har vært: *MAT VI LAGER SELV, SMAKER GODT.* ☺ Gjennom å utarbeide en miljøhandlingsplan og søke om registrering til *Grønt Flagg*, ønsker vi å videreføre dette arbeidet. Kunnskap og oppskrifter knyttet til sunn mat har vi tilegnet oss gjennom deltakelse i to kurs i regi av Trondheim kommune: *Matglede og Fiskesprell*. Vi har også deltatt på *Grønn Barnebys Grønt Flagg-kurs*. Vi vil også bruke oppskrifter fra kokekortene «Godt», utgitt av GAN Aschehoug. Årets barnegruppe består av 4 barn under 3 år, og fem barn over. Vi lager derfor i år en «kokkegruppe» bestående av de 5 eldste barna, der de yngste barna deltar når aktiviteten tillater det, som f. eks. ved baking. Vi veksler mellom å ha «kokkegruppe» hver eller annen uke.

### Tidligere prosjekter:

- Se beskrivelse av «kokkegrupper» ovenfor.
- Noen år tilbake arbeidet vi med energisparing. Bl. a. med avlesing av strømmåler og registrering av energiforbruk. Også med fokus på

strømsparing, som å slukke lys i rom der ingen var og lukke vinduer og dører når det var kaldt ute.

- Inneværende år skal vi også arbeide med «Ida og Markus», energiopplæring i barnehagen utarbeidet av Grønn Barneby.
- Søppelsortering er en godt innarbeidet rutine i barnehagen. Barna er kjent med de tre gruppene vi sorterer i, papir, plast og restavfall.
- Vi har tidligere kompostert matavfall, men bingene våre er for tiden ikke i bruk. Kvaliteten på bingene opplevdes ikke som god nok.
- Sist sommer anla vi en liten kjøkkenhage, der vi dyrket sukkererter.

#### Videre planer:

- ✓ Matlaging sammen med barna har vi så positive erfaringer med, at det nok vil forbli en fast aktivitet ved barnehagen.
- ✓ Kanskje lager vi et hefte med oppskrifter på matretter ofte brukt i barnehagen, som foreldre (sammen med barna) kan benytte hjemme. Styrking av bånd mellom barnehagen og hjemmene.
- ✓ Videreføre og kanskje utvide kjøkkenhagen vår.
- ✓ Fortsette med søppelsortering.
- ✓ Videre arbeid med energiopplæring er et annet aktuelt område.

#### Organisering av prosjektet:

Miljørådet vil bestå av barnehagens personale på 3. To av oss har deltatt på matlagingskursene *Matglede* og *Fiskesprell*. Begge kursene inneholdt både teori og praktisk matlaging. En av oss har deltatt på Grønt flagg-kurs. Foreldrene vil bli informert om prosjektet på foreldremøte 5. oktober, og foreldrerådets leder vil få et eksemplar av denne *Miljøhandlingsplanen*. Barna vil bli involvert i prosjektet gjennom aktiv deltakelse i matlaging, og gjennom tema, turer og andre aktiviteter knyttet til prosjektet.

#### Mål:

- Tilby barn et variert og sunt kosthold i barnehagen. Jmf Rammeplanens punkt 3.2 Kropp, bevegelse og helse: *få kunnskap om menneskekroppen og forståelse for betydningen av gode vaner og sunt kosthold.*
- Gi barna kunnskaper omkring mat og matlaging. Jmf Rammeplanens punkt 3.2 Kropp, bevegelse og helse: *få kunnskap om menneskekroppen og forståelse for betydningen av gode vaner og sunt kosthold.*
- Inkludere barna i matlaging. Jmf Rammeplanens punkt 1.4: *Barn er sosiale aktører som selv bidrar til egen og andres læring... I nær samarbeid med omgivelsene skal de få være aktive på alle områder, og Rammeplanens punkt 1.5: Barns medvirkning (og Barnehageloven § 3 Barns rett til medvirkning): *Barn har rett til å uttrykke seg og få innflytelse på alle sider ved sitt liv i barnehagen.**

- Skape gode rammer rundt måltid. Jmf bl.a. Rammeplanens punkt 2.4 Sosial kompetanse: *Sosial kompetanse handler om å kunne samhandle positivt med andre i ulike situasjoner.*
- Ha god hygiene knyttet til matlaging og måltider. Jmf Rammeplanens punkt 3.2 Kropp, bevegelse og helse: *få kunnskap om menneskekroppen og forståelse for betydningen av gode vaner og sunt kosthold.*

#### **Delmål:**

- Gi barna kunnskap om hvor maten kommer fra.
- Gi barna kunnskap om hva de ulike matrettene inneholder.
- Gi barna kjennskap til hva kroppen vår trenger.
- Skape interesse for å lage mat.
- Skape glede ved å tilberede og servere mat.
- Skape god stemning rundt matbordet.
- God tid til å innta maten.
- Innarbeide god hygiene ved matlaging og måltid; håndvask, holde bord, redskaper og hender rene under matlagingen. Unngå hår i maten, ved at langt hår settes opp.
- Oppmuntre barn til å smake på all mat, gjerne flere ganger. Kanskje du liker det neste gang du smaker. Bruke egne erfaringer; de voksne forteller om mat de ikke likte tidligere, men som de nå synes smaker godt.
- Samarbeide med foreldre/foresatte om sunne matpakker til turer.

Vår hypotese og vårt motto: **MAT VI HAR LAGET SELV, SMAKER GODT.** ☺

#### **Samarbeidspartnere:**

Grønn Barneby, Trondheim kommune.

Delta på flere matlagingskurs, dersom det skulle dukke opp noen. ☺

#### **Finansiering/ressurser:**

Prosjektet har ingen utgifter ut over det som dekkes av matbudsjettet.

**Aktivitetsplan:**

<b>Aktivitet:</b>	<b>Tidspunkt:</b>	<b>Deltakere:</b>	<b>Ansvarlig:</b>	<b>Kommentarer:</b>
Gjennomgå miljøhandlingsplan på personalmøtet	3. oktober	Grethe Mette Randi	Randi	
Informere foreldre/foresatte om prosjektet på høstens foreldremøte.	5. oktober	Foreldre/ foresatte og personalet	Randi	
Høsten første «kokkegruppe». Vi baker grove pizzahorn til foreldremøtet.	5. oktober	Kokkegruppa	Randi	Vi baker nok til at vi kan spise pizzahorn til lunsj, og servere på foreldremøtet.
Presentere Miljøhandlingsplanen for barnehagens samarbeidsutvalg.	Uke 41	Samarbeids- utvalget	Randi	
Sende søknad om registrering	Uke 42		Randi	
Tema fisk. Med hovedfokus på torsk og laks. Kunnskap om, og lage retter av. Tegning/ formingsaktiviteter.	November 2011	Kokkegruppa	Mette og Randi	
Julebakst, med fokus på norsk julebaksttradisjon.	Desember 2011	Alle	Grethe, Mette og Randi	
Tema grønnsaker. Kunnskap om, og lage retter av. Tegning/ formingsaktiviteter.	Januar 2012	Kokkegruppa/ alle	Grethe, Mette og Randi	
Tema korn. Kunnskap om, og lage retter av. Tegning/ formingsaktiviteter.	Februar 2012	Kokkegruppa/ alle	Grethe, Mette og Randi	
Tema kylling. Kunnskap om, og lage retter av. Tegning/ Formingsaktiviteter.	Mars 2012	Kokkegruppa/ alle	Grethe, Mette og Randi	
Videreføring av tema fisk. Kunnskap om, og lage retter av. Tegning/ formingsaktiviteter	April 2012	Kokkegruppa/ alle	Grethe, Mette og Randi	

Ferdigstille prosjektrapporten og ny/oppdatert Miljøhandlingsplan	Uke 17/2012 (April)	Personalet	Randi	I samarbeid med Samarbeids- utvalget
Sende søknad om sertifisering	Uke 18/2012 (April)	Personalet	Randi	I samarbeid med Samarbeids- utvalget
Sertifiseringsseremoni (?)	Uke 24/2012 (Juni) (?)	Alle	Randi	

# MILJØREGLER

for tema

## MAT OG MATLAGING

ved

### SANDBAKKEN BARNEHAGE:

- I. Alle skal få delta i matlaging, de eldste barna i større grad enn de yngste.
- II. De voksne skal legge til rette for at matlagingen blir lystbetont, gir glede og mestringsfølelse.
- III. Maten skal være sunn og variert.
- IV. Maten skal tilberedes slik at den ser innbydende ut for både barn og voksne.
- V. De voksne skal legge til rette for god stemning rundt matbordet, slik at måltidet blir en positiv sosial arena.
- VI. Vi gir oss selv god tid til å spise.
- VII. Barna skal oppfordres til å prøve nye smaker, gjerne flere ganger. Kanskje du i «dag» liker det du ikke likte i «går». De voksne deler sine erfaringer om «mat de ikke likte før, men som de nå synes smaker godt» med barna.
- VIII. De voksne skal åpne opp for nysgjerrighet på hvor maten kommer fra, hva den inneholder og hva kroppen vår har behov for.
- IX. Bord, redskaper og hender holdes rene under matlagingen. Langt hår settes opp, for å unngå hår i maten.
- X. Håndvask før hvert måltid.

Vår hypotese og vårt motto er at

**MAT VI HAR LAGET SELV, SMAKER GODT. ☺**