

## Princip vedrørende KOST

- Barrit Skole, Børnehus & SFO

Redigeret og godkendt i forældrebestyrelsen den 25.11.2020

### Formål med princippet vedrørende kost

- At gøre børn, forældre og personale bevidste om, at sund kost giver øget trivsel og fremmer koncentration og indlæring
- At skabe motivation for sund levevis
- At sikre fokus på området gennem hele dagen

Den grundlæggende daglige kost er forældrenes ansvar. Derfor opfordres der til, at børnene har spist morgenmad hjemmefra, og at børnene har madpakke med. BKI's frokosttilbud kan ikke udgøre en hel dags mad, men skal ses som et supplement.

### Princip vedrørende Kost

1: Skolen/Børnehuset/SFOen har en klar holdning til kostens betydning for et barns indlæring og trivsel. Holdningen skal kommunikeres til og diskuteres blandt personalet, samarbejdspartnere, forældre og børn.

2: Måltiderne skal tillægges værdi så det opleves som betydningsfuldt og et naturligt samlingspunkt. Der skal skabes en rolig stund omkring måltiderne med fokus på, at børnene får spist et tilstrækkeligt måltid samt indtagelse af væske.

3: Der skal sikres et højt kvalitetsniveau af den mad og drikke der sælges til skolens elever, og at de eksterne samarbejdspartnere lever op til den beskrevne princip vedrørende kost.

4. De enkelte forældre skal have mulighed for at have en holdning der kan efterleves omkring deres egne børns indtag af sukker. Derfor serveres og/eller indtages der som udgangspunkt ikke slik, kage eller sukkerholdige drikkevarer på en almindelig dag.

5. Ved nedenstående særlige lejligheder/mærkedage kan der afviges fra ovenstående, det kan f.eks. være mærkedage som nedenstående. Skolen og børnehus & SFO forholder sig aktivt til, om der kan være sundere alternativer. - Barnets fødselsdag - Skolefest - Skole, børnehusets og SFOs arrangementer knyttet til vores traditioner - Sidste skoledag (uddeling af karameller)

6. Barrit Skole, Børnehus & SFOs princip vedrørende kost følger Miljø- og fødevareministeriets officielle kostråd: <https://altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/de-officielle-kostraad/>.

7. I Barrit Børnehus & SFO samt skole serverer vi økologi som princip ud fra hvad økonomien tillader os.

8. Det er forældrenes ansvar, hvad der er i madpakken. Barnet bestemmer selv rækkefølgen det spises i. Kun hvis barnet ikke er i trivsel, går vi i dialog med forældrene, hvis vi tænker der kan være en forbindelse. Måltidet i Børnehuset er et pædagogisk måltid, personalet skaber rammen om måltidet, så der er en god atmosfære, tid og ro til at spise madpakken. Vi serverer vand til måltiderne. I Børnehuset & SFO drikker vi vand af krus, derfor ingen drikkedunke med.

9. I Børnehuset & SFO er der mulighed for morgenmad for de børn der møder tidligt ind.

10. Se også hjemmeside vedrørende fødselsdagsfejring i Barrit Børnehus & SFO.

11. Der kan være særlige forhold gældende for nogle børn, dette er altid aftalt med personalet.

## Et fælles ansvar

### Personalet:

- Emnet tages op til dialog, med det formål at skabe en fælles holdning herom.
- Skolens personale tager op som en del af undervisningen – meget gerne som et årligt emne.
- Personalet går forrest og viser et godt eksempel i samværet med børnene
- Vi spiser/er sammen med børnene og er gode rollemodeller.

### Forældre:

- Kost forventes at være et punkt på et forældremøde hvor der kan drøftes ideer og meninger omkring fejring af fødselsdage og andre sociale arrangementer.
- Skolen/SFO/Børnehus kan evt tage emnet op i forbindelse med rutine samtaler.

### Fællesbestyrelsen:

- Udarbejder materiale omkring princip for kost, som er tilgængeligt på hjemmesider.
- Princippet vedrørende kost drøftes og evalueres løbende i Fællesbestyrelsen.

