

# Ny mad- og måltidspolitik i Dagplejen

november 2018

Fagligt grundlag: nye publikationer (august og september 2018) fra Fødevarestyrelsen:

- Guide til sundere mad i daginstitutioner
- Rammer om det gode måltid

## Trin 1: Måltidets pædagogiske fundament

Vision	<p><b>Madens kvalitet:</b> Maden i dagplejen skal være afvekslende, indbydende og sund i overensstemmelse med de officielle anbefalinger.</p> <p><b>Børnenes læring om mad og måltider:</b> Når børnene spiser i dagplejen, er det målet, at de skal lære at spise i et fællesskab, hvor man hygger sig. Det vil sige, at de skal lære, at:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- deles om maden de fælles oplevelser, der knytter sig til måltidet.</li><li>- være opmærksomme på hinanden, fx inddrage og hjælpe hinanden</li><li>- være opmærksomme på dem selv, fx opnå madmod, egne madpræferencer, kroppen og sansningen i forbindelse med mad og måltider</li></ul> <p>Børnene i dagplejen skal også kende til arbejdsprocesser i forbindelse med mad og måltider – før, under og efter. Deres nysgerrighed i forhold til fysiske (natur-) processer skal pirres og stimuleres.</p> <p>Børnene skal lære, at deres indsats – praktisk og socialt - har betydning for mad og måltider.</p> <p>Læreplanstemaer, som kan komme i spil i forbindelse med mad og måltider:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- social udvikling</li><li>- alsidig personlig udvikling</li><li>- kultur, æstetik og fællesskab</li><li>- Krop, sanser og bevægelse</li><li>- Kommunikation og sprog</li><li>- Natur, udeliv og science)</li></ul>
Ledelse og samarbejde (Hvordan er madarbejdet i Dagplejen organiseret? Hvordan arbejder vi med at realisere visionen?)	<p>Strategi for, hvordan målene realiseres:</p> <p><b>Madens kvalitet:</b> <u>Økologi</u> Succesen med at indføre økologi i dagplejen skal fejres. Fx i forbindelse med juletræsfesten. Dagplejerne får (uddelt) et Hvidovre Øko-mærke, eller det markeres på anden vis. Dagplejens hjemmeside opdateres, så det fremgår, at maden i dagplejen er hovedsageligt økologisk.</p>

	<p><u>Ernæringsrigtig</u>  En ny milepæl for dagplejen er at gå efter et Hvidovre-Måltidsmærke á la Måltidsmærket for daginstitutioner (og stadig holde fast i økologien).</p> <p>Første skridt er at dagplejere og forældre får et miniforedrag om de nye officielle anbefalinger for mad i institutioner i forbindelse med forældremøderne i efteråret 2018</p> <p>Næste skridt er at kostkonsulenten deltager i frokostmøderne og uddyber de nye anbefalinger og drøfter med dagplejerne, hvilke udfordringer og muligheder der er i forbindelse med at leve op til anbefalingerne.</p> <p>Når dagplejerne i 2019 er færdige med uddannelse i Sammen om Barnet starter et kompetenceudviklingsprogram om børneernæring. Et AMUkursus med fx Kirsten Mikkelsen, som har erfaring med at undervise dagplejere i emnet.</p> <p><b>Børnenes læring om mad og måltider:</b></p> <p>Pædagogerne har løbende fokus på at understøttelse af kvalitetsarbejdet med mad og måltider i forbindelse med tilsyn/vejledning af dagplejerne.</p> <p>I efteråret 2018 er det disse punkter, der er i fokus:  <u>Ernæring:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kvaliteten, som den beskrives i råvareoversigten – herunder forskellen på basis og supplerende råvarer (hverdag og indimellem).</li> <li>• frugt/grønt til alle måltider. Mindst halvdelen grønsager – heraf ca. halvdelen grove grønsager.</li> <li>• tilbyd ikke udelukkende rugbrød i de kolde frokostretter til børn under 3 år – især ikke til de yngste under 2 år. Varier med andre brødtyper med lavere fiberindhold.</li> <li>• tilbyd mælk i løbet af dagen – ca. 1. dl. pr. barn.</li> <li>• Fedtstof skal være plantebaseret – en gang i mellem kan man tilbyde smør i begrænset mængde</li> </ul> <p><u>Pædagogisk:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fokus på rollemodeller, sidde sammen med børnene under måltidet i legestuen og i dagplejehjemmet (se trin 2, 3. punkt: Måltidet rummer forbilleder)</li> <li>• Leg og læring ved måltidet – selvhjulpethed og inddragelse af børnene i at hælde, smøre, skære m.m.</li> <li>•</li> </ul>
Måltidspædagogik (hvad er aktørernes ansvar og rolle? Hvad skal der helt konkret foregå?)	<p><b>Ansvar og rolle – hvad skal de?</b></p> <p><i>Børn</i>  Deltager aktivt under måltidet – før, under og efter – afhængigt af udviklingstrin.</p> <p><i>Forældre</i>  Taler og koordinerer viden og vaner om mad og måltider med dagplejere</p>

	<p><i>Dagplejere</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sikre madens sundhedsværdi (følge anbefalingerne)</li> <li>• Købe ind, tilberede, servere og spise maden – i videst muligt omfang sammen med børnene.</li> <li>• Være rollemodeller for børnene og arbejde med at børnene er rollemodeller for hinanden, så de understøtter gode mad- og måltidsvaner i forhold til visionen. Det vil sige, at dagplejerne sætter sig ned sammen med børnene under måltidet og gør måltidet til en læringsituation jf. visionen.</li> <li>• Hjælper børnene med det, de ikke selv kan.</li> <li>• Understøtter, at børnene får valgt mad, som de bliver mætte af, og som er varieret og udfordrer deres sanser. Det vil sige, at børnene skal tilbydes både noget kendt og noget ukendt ved måltiderne (måske ikke nødvendigvis hver gang, men jævnligt).</li> </ul> <p><i>Pædagoger og kobling til daginstitutionernes arbejde med mad og måltider</i>  Understøtte dagplejerne i forhold til mad- og måltidspædagogikken  Lotte er stadig kost-kontaktperson for dagplejepædagogerne.  Lotte inviteres til/deltager i de fælles køkkenmøder, der afholdes for køkkenpersonalet i daginstitutionerne. Conny deltager i de fælles køkkenmøder, hvis institutionslederne også gør.</p> <p><i>Leder</i>  Sætte mål og sikre rammer indenfor Hvidovre Kommunes og dagtilbuddenes formål og kvalitetsstrategi.</p> <p><i>Kontaktpersonudvalg</i>  Kostudvalget nedlægges og erstattes med at kontaktpersonudvalget får en rolle i at konkretisere strategien og hjælper med at komme med konkrete eksempler og ideer, som kan inspirere kollegerne.</p> <p><i>Reference-person(er)</i>  Der udnævnes en referenceperson (Jette Reimann), som kan spørges til råds i forhold til forståelighed af materialer m.m.</p> <p>MEDudvalget bliver orienteret om denne mad- og måltidsstrategi.</p>
--	---

## Trin 2: Fem råd om det gode måltid:

<p>Måltidet har plads til leg og læring</p>	<p>Hvad er et succeskriterium? Hvordan ser det ud, når der er plads til leg og læring?  Fx:  Fordybelse – øve sig i noget og glæden ved at kunne.  Rum for eksperimenter og selvbestemmelse – hvordan ser det ud? Giv børnene plads og spørg nysgerrigt til, hvad de gør og hvorfor de gør det.  Hvad forstår vi ved "bordskik" – har vores bordskik plads til leg og læring?  Fordeling af praktiske opgaver – både børn og voksne.  Forskellige måder at spise på.  Undgå forstyrrelser – sluk telefonen.  Tænkt på overgangsrutinerne – hvordan bygger vi op til frokosten?</p>
---	--

	Optag måltidet på video og kig på det sammen – hvor ser I leg og læring?
Måltidet styrker selvhjulpenhed	Sørg for børnevenligt service Gør ikke ting for børnene, som de selv kan. Vær afventende og se, hvad de kan selv. Lad børnene få indflydelse på den rækkefølge, de spiser deres mad i. Lad børnene være med til praktiske opgaver før, under og efter måltidet.
Måltidet rummer forbilleder	Sid sammen med børnene under måltidet og smag gerne den samme mad Giv rum til at børnene selv kan udvikle gode spiseoplevelser Hold jer til jeres madpædagogik og undgå at private mad-præferencer bliver en barriere for børnene eksperimentering og madglæde.
Måltidet er fuld af smag	Server mad med variation i smag, konsistens og udseende. Præsenter maden og retterne for børnene inden I går i gang med at spise. Spørg åbent og nysgerrigt til barnets smagsoplevelse. Hjælp børnene til at sætte ord på deres madoplevelse ud fra fx sanserne. Tænk over, hvordan børnenes smagssanser kan stimuleres under måltidet og i løbet af dagen. Flyt fokus fra lide/ikke lide til at tale om teksturer, farver, hvor maden kommer fra, og grundsmagene. Respekter hvis børnene ikke har lyst til at smage, og brug situationen til at spørge om, hvad det skyldes.
Måltidet involverer forældrene	Beskriv jeres rutiner for forældrene – fx ved opslag og fotos. Fortæl forældrene, hvordan de kan bakke op om at give børnene madmod og gode madvaner. Sæt mad og måltider på dagsordenen ved forældremøder Inviter forældrene til at smage, hvad børnene spiser.