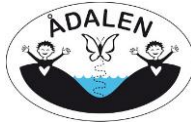


Kostpjece - Alferne



Det er sjovere at tale med nogen, som ikke bruger lange indviklede ord, men i stedet korte og lette ord som "Hvad med frokost?"

- Peter Plys



Praktisk info omkring madpakker

Hos Alferne har børnene madpakker med hjemmefra.

Vi anbefaler, at maden deles i 2 madpakker, hvor formiddag og frokost måltider er i en madpakke, og frugt og brød til eftermiddag er for sig selv. Vi anbefaler derudover at f.eks. ostehaps, frugtstænger, salami åbnes hjemmefra og brød skæres i mindre stykker. Vi har på stuen en mikroovn, hvori vi kan varme modermælkserstatning og grød.

Modermælkserstatning og sutteflasker medbringes hjemmefra.

Der spises 3 fælles måltider om dagen i vuggestuen:

Kl. 08.30 Formiddagsmad

Kl. 11.00 Frokost

Kl. 14.00 Eftermiddagsmad (alt afhængig af soverytme)



Den pædagogiske ramme omkring måltidet

Måltidet er et vigtigt pædagogisk læringsrum. For at skabe forudsigelighed har børnene derfor faste pladser, og vi prioriterer hos Alferne at have fokus på fællesskabet omkring bordet, hvor der er ro og tid til den gode samtale.

Omkring måltidet vægter vi at arbejde med selvhjulpenhed. At være selvhjulpen er med til at styrke børns selvtillid og selvværd og øger motivationen for at lære mere. Derfor har vi fokus på, at Alferne vasker "selv" hænder, henter tallerkner, kopper og bestik i skabet og dækker "selv" bord. Børnene henter deres egen madpakke og evt. drikkedunk i køleskabet.

Fødselsdage, afslutning og traditioner

Hos Alferne fejrer vi gerne fødselsdage og afslutning, hvor forældre er meget velkomne til at deltage. Tag fat i personalet så aftaler vi detaljer omkring tidspunkt og hvad I evt. medbringer. I forhold til traditioner, så følger Alferne Ådalens traditioner, men vi tager højde for, at man som vuggestuebarn ikke spiser det samme som et børnehavebarn.



GI' MADPAKKEN EN HÅND



Se Sundhedsstyrelsens bog "Mad og måltider til små børn – fra 8 mdr. og op til 3 år" for inspiration:

https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2021/Boernesundhed/Mad-og-maaltider-til-smaaboern-DK.ashx?sc_lang=da&hash=C704AFE79A5BDC63B6C3D6D9DAD5880A