



Styrk madlivet i jeres fritidstilbud

Få et gratis rådgivningsforløb om mad, måltider og fællesskaber, der også hjælper jer til at nå målene i vores Mad- og Måltidsstrategi

Vil I skabe endnu bedre rammer for trivsel, fællesskab og maddannelse i hverdagen? Som fritidstilbud i Københavns Kommune kan I få gratis rådgivning, der gør det lettere og sjovere at arbejde med mad og måltider som en del af jeres pædagogiske praksis.

HVAD KAN I ARBEJDE MED I FORLØBET?

- **Fællesskaber om mad**

Skab måltider, der styrker relationer og gør maden til et naturligt samlingspunkt i hverdagen.

- **Eftermiddagsmåltidet som pædagogisk aktivitet**

Gør eftermiddagsmåltidet til et trygt og nysgerrigt rum, hvor børn og unge får mod på at eksperimentere med madlavning.

- **Pædagogiske madværksteder**

Giv børn og unge mulighed for at lære om råvarer, smag og samarbejde gennem leg og praksis.

- **Indkøb og økonomi**

Få hjælp til at planlægge smartere indkøb, så budgettet rækker længere – også til økologi og kvalitet.

- **Bæredygtige måltider**

Bliv beviste om, hvordan I kan indtænke madspild, klima og sæsoner i jeres menuplaner.

SÅDAN FOREGÅR DET

Sammen med en rådgiver sammensætter vi et Madlivs-forløb, der passer til netop jeres ønsker og behov.

Vi starter med et opstartsmøde – og afslutter med en fælles kickstart af jeres egen måltidsguide, så indsatsen lever videre.

KURSER I MEYERS MADHUS

Som en ekstra mulighed kan I deltage i kurser, der giver inspiration og praksisnær viden.

Læs mere på: bornemenuen.kk.dk

VIL I VÆRE MED?

Forløbene er gratis for fritidstilbud i Københavns Kommune. Tilmeld jer hos Meyers Madhus.

Telefon: 26 77 31 16

Mail: raadgivning-kk@meyers.dk



Nå målene i vores Mad- og Måltidsstrategi

Som fritidstilbud i Københavns Kommune skal I som andre institutioner leve op til kommunens Mad- og Måltidsstrategi, hvor der bl.a. er krav om 90% økologi og at arbejde med klimareduktion, mindre madspild og måltider uden rødt kød. Dertil er velsmag og madglæde blandt målsætningerne samt potentialet i måltiderne som fællesskaber, der kan styrke maddannelse og trivsel.

I kan få hjælp til at arbejde med alt dette via vores tilbud Madliv København, som er et forløb, hvor en rådgiver kommer til jer, og I sammen arbejder med udvalgte temaer.

Madliv med stort potentiale

Rådgivningen skal understøtte og styrke jeres arbejde med at skabe rammer for det gode måltid og pædagogiske madaktiviteter, der styrker maddannelse og fællesskab. Samt at planlægge, tilberede og servere velsmagende, bæredygtige, klimavenlige måltider. Og dermed omsætte Københavns Kommunes Mad- og Måltidsstrategi til konkrete handlinger.

BESØG BØRNEMENUEN

Se mere om Madlivsforløb og kurser på bornemenue.kk.dk, hvor I også finder pædagogiske madaktiviteter, opskrifter og anden inspiration [her](#)

De seks målsætninger, som omsætter Mad- og måltidsstrategien i praksis:

1. Maden skal give den rette ernæring og styrke sundheden
2. Velsmag, kvalitet og madglæde skal være i højsædet
3. Vi bruger 90% økologiske varer
4. Klimaaftrykket fra fødevarer skal reduceres med 25% inden 2025
5. Vi vil mindske madspildet med 50% inden 2030
6. Vi vil styrke sociale fællesskaber, madkultur og maddannelse