



FOLKELIG

Lekne løsninger på viktige
samfunnsutfordringer

1



FOLKELIG

.Folkelig er en Bergensbasert sosial
entreprenør som utvikler verktøy for lokalt
og nasjonalt folkehelsearbeid.

Målet er å redusere sosiale ulikheter i
helse, og skape sosiale møteplasser og
inkluderende og bærekraftige
lokalsamfunn.

Siden 2013 har vi brukt mat som verktøy
for å skape sosiale mestringsarenaer for
barn og unge, og har flere landsdekkende
prosjekter som involverer både offentlige,
private og ideelle aktører.

2



Matjungelen
 Aktivitetsprogram for
 barnehage og SFO/AKS



Smaksverkstedet
 Aktivitetsprogram og
 matkurs for barn og unge



Gategym
 Utendørs nabolags-
 trening for voksne

3



4



Målet med Matjungelen

..Er å gi barn kunnskap og engasjement for mat som er bra for kroppen og kloden..

..Øke ansattes kompetanse om næringsrik og bærekraftig mat og øke kvaliteten på innholdet i SFO og barnehage med lekbasert læring.

..Og legge til rette for at barn kan være endringsagenter som engasjerer folk rundt seg til å ta gode valg for helse og miljø.

5


Samarbeidsforum

MATJUNGELEN

FOLKELIG

 Helsedirektoratet

 **OPPLYSNINGSKONTORET
FOR FRUKT OG GRØNT**
 Høgskulen
på Vestlandet

 Nasjonalt senter
for mat, helse og
fysisk aktivitet

 GjensidigeStiftelsen

 LERØY

 Mills

6



7



1
Aktiviteter for
barna



2
Kompetanseheving for
personalet



3
Materiell og
oppskrifter

8



Grøtbar på Ny
Krohnborg SFO
Bergen

9



Dyrkere på
Høybråten AKS
Oslo

10



Matreddere på
Gomalandet SFO
Kristiansund

11



Sanseløype på
Nattland SFO
Bergen

12



Plastjakt på
Sannidal SFO
Kragerø

13



Kålforskning på
Dønna SFO
Dønna

14



Potetdyrking på
Borge SFO
Porsgrunn

15



1
Aktiviteter for
barna



2
Kompetanseheving for
personalet



3
Materiell og
oppskrifter

16

MATJUNGELEN [HJEM](#) [FOR SFO](#) [OPPSKRIFTER](#) [JUNDELTELEGRAFEN](#) [OM MATJUNGELEN](#) [FÅMELDING](#) [KONTAKT](#) [Søk i kunnskapsportalen SFO](#) 

KOMPETANSEBYGGING

DYPDYKK

I denne kunnskapsportalen kan du dykke dypere ned i inspirerende og faglig jungelpåfyll som er forankret i rammeplanen for SFO. Innholdet er utviklet spesifikt for SFO som arena, og kan brukes på flere måter, både individuelt og sammen i personalgruppen. Her finnes korte videosnutter med refleksjons spørsmål, timeskurs til personalmøter og fulle halvdagsprogrammer som kan brukes i planleggingsdager.

15 MIN **1 TIME** **3 TIMER**

17

MATJUNGELEN [HJEM](#) [FOR SFO](#) [OPPSKRIFTER](#) [JUNDELTELEGRAFEN](#) [OM MATJUNGELEN](#) [FÅMELDING](#) [KONTAKT](#) [Søk i kunnskapsportalen SFO](#) 

KOMPETANSEBYGGING

DYPDYKK

 **CA 15 MIN**

Her finner du korte filmer på under 15 minutter til de anledningene der du har lite tid og bare har behov for litt inspirasjon. Disse kan du fint se alene, eller sammen i personalgruppen. Får du lyst til å se flere filmer på rappen er det bare å klikke seg videre til neste tema.

		
15 MIN Kjøring av mat på SFO	15 MIN Møte	15 MIN Matlagning med barn
		

© 2022 MATJUNGELEN. Alle rettigheter reservert.

18



1
Aktiviteter for
barna

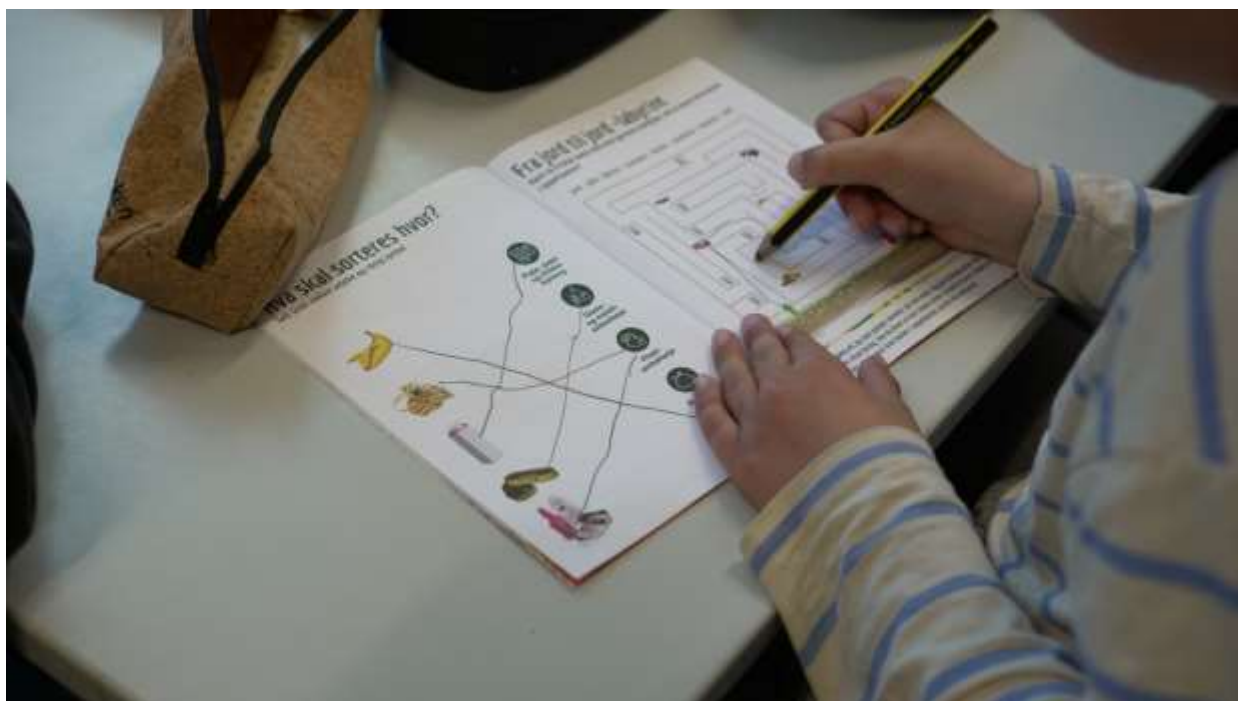


2
Kompetanseheving for
personalet



3
Materiell og
oppskrifter

19



20



21



22

Matjungelåret



12 temaer med fokus på næringsrik og bærekraftig mat, matglede og måltider

- Næringsrik mat
- Sansene våre
- Matlaging med barn
- Fra jord til bord
- Finne frem i jungelen av mat
- Matsvinn
- Plast og resirkulering
- Matglede i fellesskap
- Mat i sesong
- Fra fjord til bord
- Bærekraftig mat
- Matkultur

23



Mat som verktøy i rammeplanarbeidet

Mat kan brukes som utgangspunkt for å sette fokus på mange av temaene som rammeplanen tar opp. Blant annet lek, kreativitet og utforskertrang, naturglede, bevegelesglede, bærekraftig utvikling og kultur.

24

"Vi har fire temaområder i AKS, men mat og helse er det eneste temaområdet hvor det føles ut som vi har et helt lag som samarbeider med oss utenfor skolen. Dette er mye takket være Matjungelen og alt det gode arbeidet som ligger tilgjengelig der! "

AKS-leder på Korsvoll skole og deltaker i brukerpanel.



25



Påmelding

Påmelding har vært 2 ganger i året, nå blir det snart åpent hele året.

Forankring: Rektor må også godkjenne deltakelse i prosjektet

Alt innholdet er tilgjengelig og åpent digitalt

Utstyrspakker med kjøkkenutstyr til de 50 første påmeldte hver kampanjerunde.

26



537 SFO



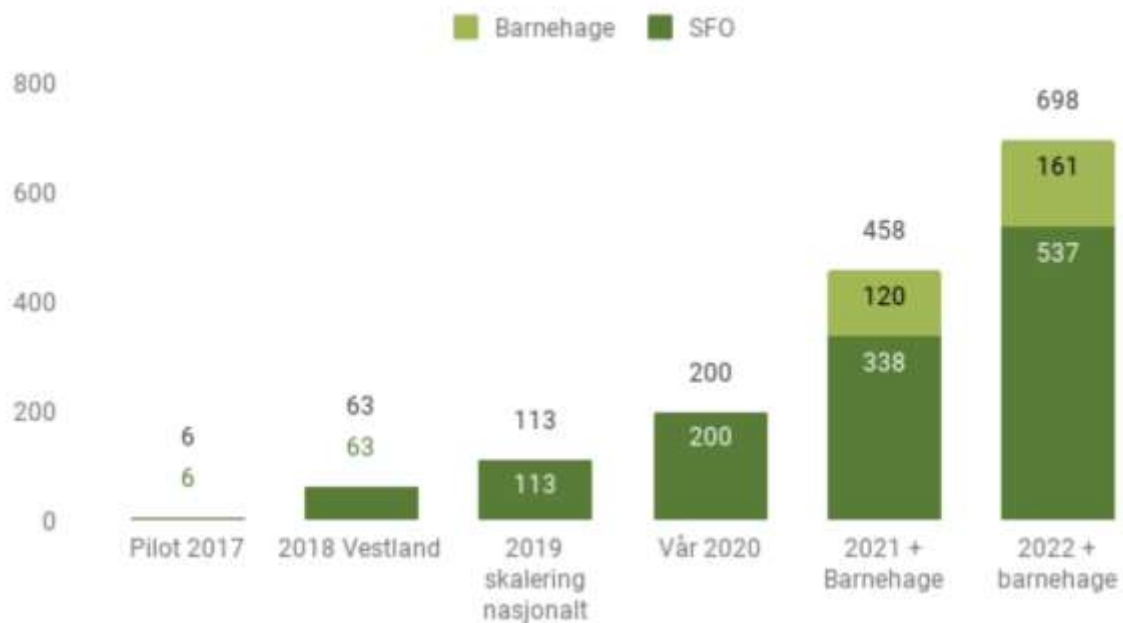
161 barnehager



150+ kommuner

27

SFO og Barnehage



28



29

Evaluering med Høgskolen på Vestlandet

Oppsummerte resultater måloppnåelse

1. SFO-ansatte, barn og foreldre er generelt svært fornøyd med opplegget. Ansatte mener det skaper engasjement og begeistring hos barna.
2. Det er sannsynlig at Matjungelen kan bidra til at retningslinjer for mat og måltider følges
3. Det er sannsynlig at tiltaket kan gjøre barn til gode formidlere av mat



30

Evaluering med Høgskolen på Vestlandet

Resultater fra 2 masteroppgaver

Det ser ut til at Matjungel-SFO-ene har en større grad av medvirkning av barn ved tilberedning av måltider.

Det ser ut til at Matjungelbarna har mer kunnskap og engasjement omkring enkelte tema innen bærekraft.



31

Erfaringer

Barrierer

- Rammebetingelser (tid, budsjett, bemanning, lokaler, innkjøpsordninger mm)
- Oppfølging og forankring i ledelsen
- Kontinuitet i personalet, engasjere hele personalgruppen
- Kompetanse i personalet (fra teori til praksis)



32

Erfaringer

Suksesskriterier

- Gjennomarbeidet innhold med referansegruppe og brukerpanel
- Innhold testet med barn og voksne i pilotprosjekt.
- Aktivitetene er gøy å holde på med for voksne og barn.
- Lav terskel, tilpasset rammene til de som skal bruke det.
- Fokus på inspirasjon, positivt - ikke pekefinger.
- Mat som verktøy for rammeplanarbeidet, ikke noe ekstra
- Utvikler barnas matmot - øve på å like nye matvarer
- Forankring med påmelding



33



34



35



36