



Inspirasjonsdag for lærere i faget mat og helse under økouka 2015

Sted: Mære landbruksskole, kjøkken
Tid: Onsdag 30. september kl 09.00 – 15.00
Pris: Kr 300,-
Kursholder: Line Hofstad, Smak Kreativ Catering
Påmelding på www.matnavet.eventweb.no, kun 12 plasser
Påmeldingsfrist: 16. september (førstemann til mølla)

Målgruppe: Lærere som underviser i faget mat og helse i grunnskolen.

Innhold

Innaktivitet er et av samfunnets stor utfordringer. Oppvekstprogrammet Nord-Trøndelag har satt i gang en egen satsing. En arbeidsgruppe har laget en perm med 273 forslag, som noen skoler har testet ut, der målet har vært å få fram hvordan man gjennom ulike aktiviteter kan kombinere fysisk aktivitet og læring i fag. Erfaringer fra dette vil bli presentert.

Koblingen mellom fysisk aktivitet og å øke motivasjonen for å lage variert mat er også nært knyttet sammen med helseutfordringer. Dere vil lære å lage enkle, smakfulle retter med bruk av økologiske og lokale råvarer av fisk, grønt, bær, frukt, bønner og linser. Dette er produkter som vi både av helsemessige og bærekraftige grunner bør spise mer av.

Program

09:00 Velkommen med kaffe og noe attåt
09:15 Oppvekstprogrammet - fysisk helse og mat v/Anders Bjøru
09:45 Hvorfor velge økologiske råvarer ved Oikos Nord-Trøndelag
10:15 Praktisk kurs med Line Hofstad fra Smak Kreativ Catering, Levanger. Line er en erfaren kokk som driver eget firma og holder ulike kurs bla. i regi Kokkenes mesterlaug Nord-Trøndelag. Dere vil få lage ulike retter basert på økologiske og lokale råvarer med fokus på fisk, linser, erter, frukt, bær og grønnsaker.
12.00 Lunsj, retter dere har laget på kjøkkenet
13.00 Enkle og sunne og desserter
14.30 Oppsummering
15:00 Vel hjem.

Velkommen!

Se også: Veiledning til læreplan i Mat og helse.

<http://veiledninger.udir.no/flere/Mat%20og%20helse/www.udir.no/Lareplaner/Veiledninger-til-LK06/Mat-og-helse/Mat-og-helse/Veiledning-til-lareplan-i-Mat-og-helse/index.html>