

## Det gode måltid i Solstrålen☺

I Solstrålen vil vi skabe gode og udviklende rammer om måltiderne, så de fremmer børns trivsel, udvikling, læring og dannelse. Vi ønsker en god og rar stemning ved måltiderne, Måltider som børn og voksne ser frem til med forventning og lyst. Den bevidsthed er med i vores forberedelser af måltidet, under måltidet og ved afslutningen af måltidet.

Børnene inddrages i forberedelserne og oprydningen efterfølgende. Der er mange lege- og læringsmuligheder, når man i fællesskab dækker rullevojn, gør bordet klar, finder pladser, rydder op osv.

De voksne skal være gode rollemodeller og gode gruppeledere, blandt andet ved selv at være forberedte til måltidet, ved at sætte ord på, hvad der skal ske, skabe forudsigelighed, og sikre, at alle børn er med.

Børnene har faste pladser, der som udgangspunktet besluttet af de voksne. Det sikrer tryghed og forudsigelighed for mange. Det kan også opleves som begrænsende i nogle sammenhænge, fordi børnene får lyst til at sidde ved siden af hinanden, fx når en god leg afbrydes pga. et måltid. Vi inddrager børnene og deres ønsker og udsagn, fordi medbestemmelse er vigtig. Den voksnes vurdering af, hvad der er godt og udviklende for det enkelte barn/den enkelte børnegruppe, er også vigtig, og den voksne skal tage beslutningen om, hvad der siges ja og nej til.

De voksne placerer sig ved bordet, så de kan se - og have øjenkontakt - med de børn, de spiser med. Vi begynder og slutter samlet, evt. med en sang, et klap, et ritual.

Måltidsro betyder for os mulighed for fordybelse, mulighed for samtaler, mulighed for snak om maden, mulighed for oplæsning osv. Måltiderne er en anledning til at understøtte børnenes sociale kompetencer, et sted at øve at udtrykke sig for andre, og måltidet er et godt sted at erfare, at mennesker er forskellige, også når vi spiser.

Børns behov for støtte i forhold til fx struktur varierer. Det pædagogiske personale vurderer med udgangspunkt i børnenes alder og behov, og der skal være plads til individuelle behov og ønsker.

Børnene spiser deres madder og indhold i madpakken i den rækkefølge, de selv foretrækker det. Snak omkring maden er relevant og vigtig, og respekt for, at det er forældrene, der laver børnenes madpakker, er vigtig. De voksne i børnehaven forholder sig fordomsfrit til børns måde at tilgå deres mad, vejleder og hjælper uden at tage kontrollen med madpakken. Hvis indholdet i madpakken giver anledning til bekymringer, problemer eller lignende, så tager stuens faste personale hånd om det i et samarbejde med forældrene.