Handlingsplan for kosthald og ernæring 2015

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Målgruppe** | **Mål og tiltak** | **Målgruppe(r)** | **Verktøy/Lenker** |
| **ERNÆRING** | **Gjennom vidareføring av eksisterande tiltak vil fylkeskommunen**  **- få auka fokus på ernæring og sunt kosthald**  **- få arbeidet implementert i fleire kommunar og på ulike arenaer**  **- få auka deltaking på kurs og samlingar**  **-** | Innbyggjarane i Sogn og Fjordane |  |
| **Helsestasjon** | Spedbarnsmat, utarbeide og tilby kurs  «Mat for minsten» - ferdigstille hefte og tilbod til 3 kommunar | Barselgrupper |  |
| **Barnehage og grunnskule**  **(kunne gå vidare her til eiga side for barnehage og ei for skule** | **Kurs**  - mat og måltid med *Fiskesprell*  - 5 om dagen  **Informasjon**  - foreldremøte  - næring og læring i matpakken | Tilsette i barnehage, SFO, skule, foreldre og barn | [www.fiskesprell.no](http://www.fiskesprell.no)  <http://www.frukt.no/gronne-fakta/aktuelt1/bli-en-5-om-dagen-barnehage/> |
| **Vidaregåande skular** | - forankring i skulane sine planar  - årleg samling og kurs for kantinepersonell  - marknadsføre kantineheftet  - ha regelmessig tilbod om oppskoren frukt | Skuleleiing, folkehelsegruppene ved leiar og kantinepersonell  Elevane | **Link til kantineheftet** |
| **Innbyggjarar i Sogn og Fjordane, alle aldersgrupper** | - ernæring som tema i frivillig sektor  - matkurs | Frivillige lag og organisasjonar,  skular og andre aktuelle  Helselag i enkelte kommunar |  |
| **Sunnare og grønare kantiner i Sogn og Fjordane** | Nettverk mellom ulike kantiner i næringslivet | Kantinetilsette i privat og offentleg sektor |  |
| **Mat og måltid i pleie- og omsorgssektoren** | Mat og måltid i eldreomsorga/pleie- og omsorgstenesta | Kjøkentilsette og leiarar i pleie og omsorg | <http://helsedirektoratet.no/publikasjoner/kosthandboken-veileder-i-erneringsarbeid-i-helse-og-omsorgstjenesten/Sider/default.aspx> |
| **Idrett og fritid** | Oppkutta frukt på idrettsarenaen  Spreie informasjon | Alle | [www.frukt.no](http://www.frukt.no) |
| **Kunnskap om kosthald og ernæring** | Kosthaldskurs, teori og praksis | Elevar på norskopplæring/vaksenopplæring. Samarbeid med norskopplæringa i dei einskilde kommunane. |  |