

Kostpolitik i Rødvig Børnecenter ved fødselsdage og andre festlige lejligheder.

I Rødvig Børnecenter fejrer vi i årets løb traditionelle højtider som jul med besøg af Julemanden, fastelavn med tøndeslagning m.m.

Ude på stuerne fejrer vi hinandens fødselsdage, hvor børnene nyder at dele medbragte godter med kammeraterne.

Det er til stor fornøjelse for alle. - Ikke mindst for fødselaren.

Ved både fødselsdage og højtider, er det et socialt og hyggeligt aspekt at vi sammen nyder lidt lækkert guf som enten er medbragt hjemmefra, eller måske uddelt af den rare Julemand.

Det er noget af det, der skiller den særlige dag fra de almindelige hverdage, og gør fødselsdagen lidt ekstra hyggelig.

Men hvad så med alt det ekstra sukker, på disse dage?!

Vi har haft emnet oppe i bestyrelsen. Her er der enighed om at der intet ønske er, om at trække et regelsæt ned over den stund det er at børnene stolt deler frugt, boller eller kage med kammeraterne på deres fødselsdag.

Sukkerpolitik er en individuel sag i de enkelte familier, og det mener vi skal respekteres og gives plads til.

I RBC prøver vi så vidt muligt, at lave en fornuftig kombination af sunde og sukkerholdige snacks, når Julemanden kommer, eller fastelavnstønderne skal fyldes.

Det kan f.eks. være mandariner/pebernødder eller figurer lavet af figenstænger/boller. Det fungerer rigtig fint.

Slikposer til uddeling er **IKKE** tilladt! Hverken fra huset, Julemanden eller forældre/børn.

Vi har lavet denne enkle guideline, tiltænkt som inspiration.

Guideline til uddeling af snacks og godter i RBC

- Hold det simpelt.
- Tilpas mængden, så det passer til snackstørrelse/lille mellemmåltid pr. barn.
- Spørg gerne om der er eventuelle allergier på dit barn stue.
- Gør det gerne let, både at servere og spise for små pillefingre.
- Kombiner gerne sundt og sødt.
- F.eks. boller/frugtspyd, kage/frugt, kagemand/grøntsagsstave, mad-muffins.