

FAGDAG FOR FRITIDSKLUBBER I TRØNDELAG

11. FEBRUAR 2019, OLE VIG VIDEREGÅENDE SKOLE
STJØRDAL

PROGRAM

09.30 - 10.00 **Registrering** – servering av kaffe, te og snack

Del 1 **Praktisk del**

10.00 - 13.00 **«Klubbprell» med Rune Sandø**

Demonstrasjon og praktisk deltakelse med tips til sunn og god mat som kan lages i fritidsklubben. Klubbansatte involveres i matlagingen.

13.00 - 13.45 **Lunsj**

Del 2 **Foredrag og diskusjon**

14.00 - 16.00 **Kostrådene som utgangspunkt for mat, drikke og matlaging på fritidsklubben** – Eva Rustad de Brisis, seniorrådgiver Helsedirektoratet

Gode valg – Karoline Westerberg, ernæringsfysiolog Frisklivssentralen Værnesregionen

Workshop – Nina Glærum, folkehelserådgiver Trøndelag fylkeskommune

Matservering ved fritidsklubber – regelverk og krav – Gunnhild Okkenhaug, Mattilsynet

16.00 **Avslutning**

Med forbehold om endringer.

