

Inspirasjonsdag for mat og helse lærarar 26.03.2026

Stad: SmaksLab på ViteMeir, Kaupanger

Tidspunkt: Torsdag 26.mars 2026 kl 09.00-14.30

Målgruppe: Mat og helse lærarar i Sogn. **Me har 15 plassar – så førstemann til mølla!**

Lunsj: Ja, inkludert. Meld frå om evt. allergiar i påmeldinga

Deltakaravgift: Nei, samlinga vert dekkja av gode samarbeidspartar

Velkommen til inspirasjonsdag på SmaksLab, ViteMeir!

Dette er ein invitasjon til alle lærarar som underviser i mat og helse.

Tema for dagen er berekraft og vegetarmat.

Dagen vil bli gjennomført på smaksLab'en til ViteMeir, dette er eit samarbeid mellom Bama, Sogndal vidaregåande skule og ViteMeir.

På starten av dagen vil de få praktisk gjennomføring av forskjellige rettar til inspirasjon for bruk i undervisninga ved dykkar skule. Den praktiske delen vil innehalde både demonstrasjon frå profesjonelle kokkar og de vil sjølve få moglegheit til å lage nokre av rettane. Det som bli produsert vil seinare bli sett fram som ein lunsj buffé slik at alle kan få teste dei forskjellige rettane.

Etter lunsj vil det bli litt teoretisk gjennomgang av stoffet og demonstrasjonar på korleis andre måtar ein kan vere kreativ med grønnsaker.

Temaet berekraft og vegetar er sterkt kopla opp mot overordna del i LK20, både med berekraftig utvikling, folkehelse og livsmeistring. Styresmaktene anbefaler at alle skal ete meir grønnsaker både med tanke på eiga helse, men også med tanke på den berekraftige utviklinga. Samtidig anbefaler dei at me skal ete mindre raudt kjøtt, då er det viktig å kunne lage gode vegetaralternativ.

Har du spørsmål til samlinga, ta gjerne kontakt med initiativtakar og faglærar i restaurant- og matfag ved Sogndal vidaregåande skule - Steffen Furehaug Hovland Steffen.Furehaug.Hovland@vlfk.no eller ingrid.steine.bortne@sogndal.kommune.no

Påmeldingsfrist: Måndag 23.februar kl 23. Meld frå om evt. allergiar i merknadsfeltet i påmeldinga. Merk at det berre er 15 plassar, så her er det førstemann til mølla..

Velkommen!

Beste helsing frå

Steffen Furehaug Hovland

Initiativtakar og faglærar Sogndal VGS

Ingrid Steine Bortne

Programleiar barnehage- og skuleutvikling