

# Sundhedspolitik

## Vi anser det for værdifuldt,

- at eleverne stilles overfor fysiske udfoldelsesmuligheder i skolen, bl.a. i form af et ekstra "bevægelsesfrikvarter"
- at eleverne hver dag medbringer en sund madpakke. Som alternativ har skolen etableret mulighed, for at man kan købe mad, der følger de officielle anbefalinger om sund og varieret kost. Mere om mulighederne kan læses på [www.sundskolemad-kolding.dk](http://www.sundskolemad-kolding.dk).
- at eleverne får information om sunde kostvaner og betydningen af fysiske udfordringer
- at vi på skolen har et demokratisk og trygt samarbejds-klima, både mellem børn og voksne

## Vores intentioner er:

- at give eleverne et legemiljø som er udfordrende og sikkerhedsmæssigt forsvarligt
- at motivere eleverne til fysiske aktiviteter, i det omfang det kan indpasses i dagligdagen
- at styrke den forebyggende sundhedsindsats gennem løbende information

## Vi gør som minimum flg.:

- sørger for at lufte ud i klasserne flere gange dagligt, uanset vejret
- arrangerer deltagelse i idrætsaktiviteter på alle årgange
- evaluerer årligt i medarbejderrådet, forældrerådet og elevrådet på de sundhedsmæssige tiltag
- sørger for at skolen er røgfri

## Vi forventer af forældrene:

- at de sørger for at eleverne har fået morgenmad, når de kommer i skole, eller som minimum har et par stykker mad/frugt med til første frikvarter, hvis det er helt umuligt at spise lige fra morgenstunden
- at eleverne møder veludhvilede
- at slik, kager og sodavand som hovedregel kun medbringes ved særlige lejligheder, så der er forskel på hverdag og fest

- at skolen informeres, hvis der er ting i dagligdagen, som barnet oplever som utrygt i forbindelse med skolegangen. Der er nær sammenhæng mellem den fysiske og den psykiske trivsel i skolen og begge dele er en forudsætning for, at børnene får det bedste mulige udbytte af undervisningen

**Sundhedsteamet har bl.a. taget initiativ til:**

- motionsfrikvarter
- frugtuge
- morgenmads event
- udarbejdelse af sundhedspolitik
- indkøb af koldtvands automat