



Sundhed i folkeskolen

Der findes mange statistikker om helbredsproblemer blandt børn og unge. De fleste peger desværre i den forkerte retning.

Vi ved at der er en sammenhæng mellem læring, trivsel og sundhed. Det er derfor i alles interesse . elevernes, forældrenes og lærernes . at der bliver ydet en fælles indsats for at fremme børnenes sundhed.

DCUMs undersøgelse om mobning (2004):

+10,4 % af eleverne i 7. klasse er blevet mobbet indenfor de seneste 2 måneder!+

Målet er sunde vaner

I Skole og Samfund tror vi ikke på løftede pegefingre, men mener at et konstruktivt samarbejde mellem skolen, forældrene og eleverne kan skabe gode sundhedsbetingelser for vores børn i folkeskolen. Både forældrene og skolen har et stort ansvar når børn skal lære sunde vaner. At spise sund mad, at dyrke idræt og at bevæge sig i fritiden skal være sjovt og skal give velvære og masser af energi. Både lærere og forældre må huske at de

Skolebørns undersøgelse (2002)

+Der er begrundet håb om, at indsatsen i skolerne og blandt forældrene er skyld i den positive effekt vi ser på rygeudviklingen blandt vores skolebørn!+

er vigtige rollemodeller for deres børn og for deres elever, og at de har indflydelse på hvordan de kommende voksne kommer til at leve deres liv. I børnealderen bliver mange holdninger grundlagt, og derfor skal man huske at der er tale om meget langsigtet indflydelse.

Indsatsområder

Skole og Samfund mener, at der skal afsættes ressourcer til følgende 4 indsatsområder. Disse indsatsområder skal have høj prioritet i samarbejdet mellem Undervisningsministeriet, kommunen, skolen og skolebestyrelsen.

* måltidsordninger på alle skoler i appetitlige omgivelser

Skole og Samfund mener, at der skal være en måltidsordning på alle skoler, hvor man **som et minimum** skal kunne tilbyde elever et sundt supplement til deres madpakke og skal kunne tilbyde mælk og frugt. Det er også vigtigt, at der bliver sat fokus på, i hvilken atmosfære børnene spiser deres mad. Rummet man spiser i (kantinaen), må gerne være anderledes, appetitligt i forhold til selve klasselokalet, fx med hensyn til (opstilling af) møbler og udsmykning.

* motion, idræt og bevægelse

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn og unge skal være fysisk aktive i mindst en time om dagen. Skoleelever tilbringer en stor del af deres hverdag i skole, SFO eller fritidsordning. Derfor mener vi at skolen skal tilbyde eleverne mulighed for at bevæge sig både ved at

give (mere) idrætsundervisning, udvidede pauser, friluftundervisning og ved at stille idrætsfaciliteter og . materialer til rådighed før og efter skoletid.

*** oprettelse af sundhedsråd**

Der bør på alle skoler oprettes et sundhedsråd. Sundhedsrådet kan bestå af skolens sundhedspersonale, lærerrepræsentanter, elevrepræsentanter og af forældre. Sundhedsrådet diskuterer aktuelle sundhedsemner samt udarbejder forslag til skolens sundhedspolitikker (f.eks. kostpolitik, trivselspolitik, alkoholpolitik, rygepolitik, slikpolitik).

*** sikre trafikveje**

For at øge antallet af cyklende og gående børn til og fra skolen skal skolebestyrelserne i dialog med kommunen og diskutere sikre trafikveje, etablering af gang- og cykelstier og bilfrie zoner i nærheden af skolen.

Principper

Skole og Samfund har udarbejdet eksempler på principper for sundhed, som kan bruges som oplæg til debat for skolebestyrelser. De kan findes på Skole og Samfunds hjemmeside www.skole-samfund.dk

Sundhedsstyrelsen om forebyggelsen af overvægt hos børn og unge

Indsatser i skolen kombineret med involvering af familien, synes at have en vis effekt.+

Godkendt af
forretnings-
udvalget oktober
2004