

## **Sundhedspolitik for Strandgårdskolen**

Landsdækkende sundhedsundersøgelser viser, at børn i Ishøj Kommune ligger i den nederste del af landet inden for en række sundhedsvariabler. Kigger man isoleret på Strandgårdskolen, ligger sundhedsniveauet hos de unge helt i bund i landet og internt i kommunen (jf. Undersøgelse af bl.a. børnelæge Tove Billeskov).

I Skolebørnsundersøgelsen fra 2010 (lavet af Statens Institut for Folkesundhedsvidenskab) bliver KRAM-faktorene (Kost, Rygning, Alkohol og Motion) undersøgt på landsplan. Undersøgelsen sammenligner Strandgårdskolen med resten af landet, og den viser tydeligt, at det er indenfor områderne kost og motion, at Strandgårdskolens elever halter efter, mens vi ligger godt placeret ift. resten af landet mht. rygning og alkohol. Derfor er sundhedspolitikken på Strandgårdskolen også særligt koncentreret omkring kost og motion.

Sundhedspolitikken gælder for hele Strandgårdskolen og gælder således alle de tilbud, som findes på skolen og i SFO.

### Mål for sundhedspolitik:

***At man oplever trivsel, velvære og udvikler kompetencer for at leve et sundt liv***

### Principper for Strandgårdskolen – bevægelse

- Alle elever bør få pulsen op min. 10-15 minutter hver dag
- Vi indtænker fysiske aktiviteter i undervisningen og i SFO
- Vi indtænker aktiviteter med teoretisk indhold omkring sundhed
- Vi ansporer eleverne til at bevæge sig mest muligt i deres skolehverdag generelt og i frikvartererne
- Vi ansporer eleverne til selv at dyrke motion udenfor skoletiden
- Vi er rollemodeller

## Principper for Strandgårdskolen – den sunde mad

1. Usunde og sukkerholdige mad- og drikkevarer fx slik, sodavand, saft, kage, chips og grillmad forekommer ikke i skolens dagligdag
2. Skolens kantine tilbyder og sælger udelukkende økologisk og ernæringsmæssigt rigtig sammensat mad
3. Alle elever og personale skal kende og være fortrolige med de gratis tilbud, som Strandgårdskolens kantine tilbyder
4. Gode og positive rutiner omkring måltider skal oparbejdes, så alle elever får en positiv oplevelse ud af måltidet
5. Pædagogiske aktiviteter omkring sund mad i teori og praksis tænkes ind i undervisningen og kantinens virke
6. Arbejdet i hjemkundskab sker også i henhold ovenstående punkter
7. Forældrene tager ansvar for, at deres børn har fået morgenmad, at børnene har nok mad med, og at madpakkerne er sunde og i overensstemmelse med punkt 1

### Særlige lejligheder

- Evt. uddeling ved fødselsdage på årgangene skal tage hensyn til punkt 1
- Ved fester på Strandgårdskolen suppleres eller udskiftes de usunde produkter med mere sunde
- Ved møder på Strandgårdskolen for forældre, personale, eksterne medarbejdere og gæster skal forplejningen afspejle ovenstående sundhedsprincipper

## Principper for Strandgårdskolen – implementering

- Det er årgangenes ansvar at inddrage sundhedsprincipperne i deres årsplan og sikre følgende:
- Vi alle på Strandgårdskolen kender sundhedspolitikken
- Alle forældre kender Strandgårdskolens sundhedspolitik
- Alle elever kender Strandgårdskolens sundhedspolitik