

Princip for sunde kostvaner og hygiejne

Baggrund

Grundlaget for sunde kost- og hygiejnevner skabes i barndommen. Det er vist at madens kvalitet og måltidsrammerne har betydning for elevernes læringsforudsætninger, sundhed og generelle trivsel. God hygiejne nedsætter risikoen for sygdom og øger børnenes trivsel (rapport om "Rammer for mad og måltider i skolen").

Mål

- At der i undervisningen lægges vægt på sammenhængen mellem kost og trivsel
- At skabe rum for en god madkultur med ro omkring måltiderne og tid til at spise
- At nedsætte risikoen for sygdom ved fokus på håndvask, god hygiejne og godt indeklima

Skolens ansvar

- Viden og fakta omkring sund kost og gode spisevaner formidles til eleverne som en naturlig del af den daglige undervisning
- Der prioriteres ressourcer på til at opbygge en madkultur allerede fra de små klasser, så måltiderne kommer til at fungere som et samlingspunkt og ramme om fællesskabet
- I madkundskab sættes der fokus på "den gode madpakke"
- Til forældremøder i indskolingen tales der om vigtigheden af et godt morgenmåltid samt gives eksempler på "den gode madpakke"
- Der prioriteres tid til spising i både 10- og 12-frikvateret
- I indskolingen er der personale til stede når børnene spiser, som kan understøtte dem i at få spist deres madpakker. Der ses ikke skærm i forbindelse med spising.
- Der drikkes kun mælk og vand i skoletiden
- Skolen sikrer adgang til frisk, koldt drikkevand
- Cafeen i SFO'en sørger for et sundt og varieret eftermiddagsmåltid til børnene og inddrager dem i processen omkring tilberedning og uddeling
- I løbet af børnehaveklassen besøger sundhedsplejersken klassen og fortæller om håndhygiejne og toiletbesøg
- Der vaskes hænder inden måltiderne
- Skolens toiletter rengøres dagligt
- Der luftes ud i klasserne flere gange dagligt for at optimere indeklimaet

Forældrenes ansvar

- Eleverne har hver dag en varieret og nærende madpakke med i skole
- Eleverne opfordres til at vaske hænder når de møder i skole og går hjem