

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.

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 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.

[Læs hele holdningspapiret om sundhed i skolen](#)

Forslag til principper for sundhed i skolen

Vi ved, at der er en sammenhæng mellem læring, trivsel og sundhed. Desuden kan vi konstatere, at mange børn bliver fristet af usunde vaner. Det er derfor i alles interesse - elevernes, forældrenes og lærernes - at der bliver ydet en fælles indsats for at fremme børnenes sundhed. Indsatsen bør starte så tidligt som muligt og fortsætte på alle klassetrin, og den bør omfatte skolens/SFO'ens tid såvel som fritiden.

Skole og Samfund har udarbejdet en række forslag til principper for sundhed i skolen, som skolebestyrelserne kan lade sig inspirere af, hvis de vil arbejde med emnet.

[Læs forslagene til principper for sundhed i skolen](#)

Alt om kost – smag for livet

En hjælp til skoler og SFO'er, der ønsker en måltidsordning eller en aktiv mad-og måltidspolitik

”Alt om kost - smag for livet” er

Fødevarestyrelsens projekt målrettet børn og unge. Formålet med projektet er at fremme sunde madordninger i bl.a. skoler samt at støtte skoler og institutioner i at arbejde med mad- og måltidspolitikker.

[Læs mere](#)