



Kostpolitik for Lemtorpskolen

Baggrund:

Læring kræver næring.

Sund og ernæringsrigtig kost gavner helbredet, giver mere energi og forbedrer koncentrationsevnen. Derfor ønsker Lemtorpskolen i samarbejde med forældre og elever at medvirke til, at det eleverne spiser og drikker i skoletiden er sundt og ernæringsrigtigt.

Skolen vil medvirke til at give eleverne forudsætninger for at fremme egen sundhed for derigennem at sikre optimale betingelser for indlæring. Eleverne skal lære at tage medansvar for egen læring.

Den mad og de drikkevarer som eleverne indtager på skolen kommer i dag fra:

- Skolemælk
- Madpakker og drikkevarer som eleven har med hjemmefra

Mål

1. At medvirke til at skabe sunde kostvaner hos eleverne.
2. Skabe en forståelse hos eleverne for samspillet mellem sunde kostvaner og motion på den ene side og evnen til lære og trives på den anden side.
3. Det skal være nemt og attraktivt at vælge sundt, og svært og uinteressant at vælge usundt.
4. At der skabes en fælles forståelse af sund/usund kost blandt elever, lærere, forældre og samarbejdspartnere.
5. At skolens rammer inviterer til at eleverne får spist deres mad i en god atmosfære.

Handleplaner (aktiviteter)

Skolen og det samlede personale arbejder løbende gennem tema/emnearbejde på at bevidstgøre elever på alle klassetrin om vigtigheden af at spise sundt og ernæringsrigtigt.

Det sundhedsfaglige personale kommer ud i klasserne f. eks. i forbindelse med temauger og taler om sundhed/sund kost.

Madkundskab prioriteres således, at der er midler og tid til at lave et sundt og ernæringsrigtigt måltid. Faget er tilrettelagt således at 6. og 7. klasserne har 2 timers Madkundskab om ugen hele året, desuden tilbydes madkundskab som valgfag i overbygningen.

Skolernes motionsdag er en god anledning til, at der undervises/tales om sundhed og ernæring.

Eleverne/Elevrådet skal tages med på råd, for at sikre forankring og fortsat udvikling af skolens kostpolitik

Således præsenteret i :

MEDudvalget den 30. august 2016

Skolebestyrelsen den 29. september 2016