

Revideret 2.10.2015

## **Nørrebjergskolens Sundhedspolitik**

*Sundhed er et bredt begreb, der omfatter både det fysiske, mentale og sociale velbefindende og drejer sig derfor ikke blot om fravær af sygdom. Sundhed kan ikke betragtes som en fælles standard, der gælder for alle, men forudsætter at den enkelte selv forholder sig til – eller støttes i – at fremme sin egen sundhed. (Odense Kommunes Sundhedspolitik 2015)*

### **Forældresamarbejde**

Sundhed er en fælles udfordring. At sikre eleverne en bedre sundhed forudsætter, at alle i fællesskab handler aktivt.

Forældrenes kærlighed, tryghed og omsorg i hjemmet er fundamentet i barnets og den unges liv. Forældrene har en afgørende indflydelse på barnets og den unges liv og har ansvaret for at stimulere og støtte barnet og den unge til udvikling af sunde vaner.

Det betyder at:

- Nørrebjergskolen arbejder for at forældre og medarbejdere omkring eleverne ser sundhed som en fælles opgave og et fælles ansvar og at de handler aktivt
- Skolens medarbejdere skal samarbejde med forældrene og tage afsæt i barnets og den unges sundhed og trivsel. Dette drøftes på forældremøder.
- Skolens sundhedskultur understøtter sunde vaner og medvirker til en god trivsel.

### **1. Kost og fysisk aktivitet / motion**

For at opnå fysisk og psykisk velvære, herunder en positiv kropsforståelse, er det vigtigt, at eleverne både er fysisk aktive og spiser en sund kost.

Mange elever med fysiske og kognitive handicaps har svært ved af sig selv at være fysisk aktive og selv sørge for sund kost, hvorfor der især skal være fokus på at støtte disse elever til sunde vaner ud fra netop deres forudsætninger.

- Skolen skal være med til at fremme elevernes viden om vigtigheden af sund kost og daglig motion.
- Skolen skaber muligheder for gode og udfordrende lege- og bevægelsesfaciliteter. Der tilbydes min. 45 min. Bevægelse hver dag jf. folkeskoleloven
- Skolen skal arbejde med indsatser i forhold til kost og fysisk aktivitet i samarbejde med forældrene.
- Skolen informerer forældrene via Intra, når der serveres mad/kage og lign, ud over deres medbragte madpakker.
- Forskel på hverdag og fest. Klassens forældre og medarbejdere aftaler, hvordan fødselsdage og lignende festligheder afholdes.
- Forældre opfordres til ikke at sende søde eller usunde sager med i skole på hverdage.
- Der er en bevidst madkultur på skolen. Dette indebærer fokus på indkøb og anvendelse af sunde madvarer til aktiviteter med eleverne.

## **2. Skoleboden**

Skolebodens produkter er et supplement til elevens madpakke.

Eleverne laver små sunde madprodukter, der sælges i skoleboden. Den er åben 1 x om ugen.

Der er fokus på sunde produkter.

## **3. Rygning, alkohol og rusmidler**

- Skolen skaber rammer for, at børnene får viden om risici ved at ryge og indtage alkohol og andre rusmidler
- Nørrebrojergskolen er røg, rus og alkoholfri for eleverne.

## **3. Seksuel adfærd**

*Elever med fysiske og kognitive handicaps kan have svært ved at forstå og efterleve almindelige normer for seksuel adfærd.*

- Skolen skal støtte eleverne i hensigtsmæssige og almindelige adfærdsmønstre hvad angår seksualitet
- Skolen skal støtte eleverne i at træffe bevidste og ansvarlige valg
- Seksualvejledning er obligatorisk for alle elever (§7)

## **4. Hygiejne**

*Elever med fysiske handicaps lider ofte af tilstødende sygdomstilstande, hvorfor der skal tages særlig hensyn til dette. Skolen sammenlignes – hvad angår hygiejneforholdsregler – med dagsinstitutioner pga. elevernes fysiske og kognitive handicaps.*

- Eleverne skal støttes i at få viden om vigtigheden af god hygiejne og at øve sig på dette i praksis