

## Principper for Sorring Skoles Kost og hygiejne politik:

### Mål med principperne

### Skolebestyrelsens Principper:

<p>At give børnene forståelsen af nødvendigheden af måltidet, og øge deres bevidsthed omkring sundhed og trivsel. Således at de ”opdrages” til at være bevidste om deres valg ifht kost og motion – og på den måde forstår sammenhængen mellem kost og trivsel, motion, velvære og gode spisevaner, samt konsekvenserne af deres valg omkring disse emner.</p>	<p>Det er forældrenes ansvar at eleverne hver dag har en varieret og nærende madpakke med i skole og sfo. I skoletiden drikkes kun vand og evt. mælk.</p> <p>Skolebestyrelsen henviser til sundhedsstyrelsens anbefalinger.</p>
<p>At skolen i hverdagens undervisning og generelle holdning ligger stor vægt på sammenhængen mellem kost og trivsel – kost og indlæring.</p>	<p>Det er vigtigt at skolen tænker og signalerer sundhed ud fra et helhedsprincip – hvor viden og fakta formidles til børnene som en hel naturlig del af den daglige undervisning.</p> <p>I madkundskab sættes der fokus på varieret og nærende madpakker.</p> <p>På forældremøde i indskolingen gives eksempler på hvad varieret og nærende madpakker er for en størrelse.</p>
<p>At skabe rum for en god madkultur, med ro omkring måltiderne og tid til at spise.</p>	<p><b>Madpakkespisning:</b></p> <p>Den fælles spisetid op til den stor pause omkring kl. 12 er en del af undervisningen sammen med lærer/pædagog. Der gives her tid til at børnene får mulighed for ro og hygge omkring måltidet.</p> <p>Inden 10 pausen har eleverne kun lidt tid i undervisningen til at tage en bid mad og frugt. Men de må her tage maden og frugten med ud til frikvarter.</p> <p><b>Eftermiddagsmad i sfo</b></p> <p>Det er vigtigt at børn er i kontakt med deres krop, derfor skal de sammen med personalet lære hvordan man mærker sult. Børnene skal lære følelsen at kende, før de kan tage ansvar for at handle ud fra en følelse. Børnene kan derfor altid spise når de føler sult derfor vigtigt, at de har en madpakke med i sfo. Hvis der er enkelte børn der i perioder har svært ved at huske madpakken, er der mulighed for at få hjælp af sfo’ens personale.</p> <p><b>Eftermiddagsmad i klubben</b></p> <p>I klubben har medlemmerne selv eftermiddagsmad med, og de kan lige som i sfo, bestemme selv, hvornår de har behov for at spise. Har børnene glemt madpakken, er det muligt at købe en toast eller en bolle.</p>
<p>At nedsætte sygeligheden blandt Sorring skoles elever ved at have fokus på håndvask. Det er videnskabelig bevist at håndvask blandt skoleelever nedsætter</p>	<p>Sundhedsplejersken underviser i korrekt håndvask samt i hvorfor vi skal vaske hænder efter toiletbesøg, når vi har pudset næse og inden vi spiser.</p>



skoleelevers infektionsbetingede sygefravær

- Fremme indeklima og hygiejnen i klasselokalerne

Lærerne og pædagoger opfordrer til at eleverne får vasket hænder før frokost og eftermiddagsmad og gerne efter.

Forældrene kan opfordres til at deres børn vasker hænder, når de kommer hjem.

Forældrene informeres på forældremøde i indskolingen om fordele ved hyppig håndvask og årsagen til skolen indsats.

Indeklimaet søges forbedret ved året rundt at lufte ud flere gange dagligt.

Principperne er revideret og godkendt af skolebestyrelsen d.14 .januar 2019.

Revideret i skolebestyrelsen i januar 2023.