

Mad – og bevægelsespolitik i Syddjurs kommune for børn og unge i skoler, dagtilbud og juniorklubber.

En overordnet mad- og bevægelsespolitik for Syddjurs Kommune blev vedtaget på et udvalgsmøde den 6. august 2008 af Udvalget for Familie og Institutioner. En mad- og bevægelsespolitik skal ses i sammenhæng med øvrige relaterede politikker, bl.a. Syddjurs Kommunes Sundhedspolitik.

Baggrund

Syddjurs Kommune er som led i projekt Krop, mad og bevægelse i gang med en målrettet indsats for at forebygge overvægt hos børn og unge. Igennem de senere år har flere undersøgelser vist, at antallet af overvægtige børn og unge i Danmark er stærkt stigende, og en undersøgelse fra 2005 anslår, at op mod 20% af alle danske børn er overvægtige. Overvægt hos børn giver øget risiko for (livsstils)sygdomme senere i livet, fx type 2 sukkersyge og hjerte-karsygdomme. Derudover har overvægtige børn større risiko for at få psykosociale problemer, fx mobning og lavt selvværd. Samtidig viser undersøgelser, at forøget fysisk aktivitet og kostændringer hos overvægtige børn – udover at forebygge livsstilssygdomme – også har betydning for forbedring af trivsel og selvværd. Det er derfor vigtigt at forebygge overvægt så tidligt som muligt, og at skoler og dagtilbud udgør et sundt miljø med en sundhedskultur, der understøtter sunde vaner og befordrer trivsel. Sunde mad- og bevægelsesvaner lærer børnene af forældrene, men vanerne grundlægges også i skolen og dagtilbuddet. Et af redskaberne til forbedring kan være at formulere en mad- og bevægelsespolitik på skoler, i dagtilbud og i juniorklubber

Målgruppen:

er børn og unge, deres forældre, professionelle fra børnenes institutions- og skoleliv, samt frivillige fra foreningslivet

Mål for mad - og måltider:

1. at fremme børns sunde kostvaner
2. at skoler, dagtilbud og juniorklubber i Syddjurs Kommune, i samarbejde med forældre og forældrebestyrelser, formulerer egen mad – og måltidspolitik, der følger gældende anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen
3. at dagtilbud, skoler og juniorklubber sikres et sundt madtilbud ifølge gældende anbefalinger fra sundhedsstyrelsen, som supplement eller erstatning for madpakken.
4. at dagtilbud, skoler og juniorklubber udgør et sundhedsfremmende miljø, der understøtter trivsel og gode vaner

Delmål:

- Sætte fokus på sund mad fx gennem inspiration, oplysning, og information til forældre og professionelle.
- Give børn og unge medindflydelse på mad og måltider.
- Dagtilbud, skoler og juniorklubber, der tilbyder mad, gør det i overensstemmelse med de gældende anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen, herunder de 8 kostråd.
- Skabe inspirerende, sunde og sjove aktiviteter/temadage, hvor børn og unge deltager i planlægning, indkøb og fremstilling af mad.
- Etablere god atmosfære og positiv stemning omkring måltiderne.
- Børnene deltager i aktiviteter, hvori madlavning og kendskab til råvarer mv. indgår
- De institutioner, der tilbyder morgenmad, serverer sunde morgenmadstilbud
- Fastsætte rammer for medbragt morgenmad, der er i overensstemmelse med gældende anbefalinger fra sundhedsstyrelsen.
- Øge fokus på sukkerfrie alternativer og tilbyde sund frugt/eftermiddagsmad.
- Sikre at børn har adgang til rent og koldt drikkevand.
- I den daglige fremstilling af mad skabes mulighed for at trække på ressourcepersoner, fx til inspirationsmateriale til madpakker
- Kvalificere medarbejdere gennem oplysning, uddannelse, kurser og temadage.

Mål for bevægelse:

1. at fremme børns sunde bevægelsesvaner
2. at skoler, dagtilbud og juniorklubber i Syddjurs Kommune, i samarbejde med forældre og forældrebestyrelser, formulerer egen bevægelsespolitik, der følger gældende anbefalinger på mindst 60 minutters bevægelse om dagen.
3. at skoler, dagtilbud og juniorklubber udgør et sundhedsfremmende miljø, der understøtter trivsel og gode vaner
4. at de fysiske rammer i og omkring skoler og dagtilbud understøtter og fremmer gode bevægelsesvaner, herunder gode og inspirerende legepladser/udearealer, opprioritering af gang/cykelstier samt mulighed for at benytte sports- og svømmehaller

Delmål:

- Give mulighed for daglig fysisk udfoldelse, og medvirke til at børnene bevarer glæden ved bevægelse.
- Flest mulige børn bevæger sig mindst 60 min om dagen
- Flest mulige børn går eller cykler til og fra dagtilbud, skoler og juniorklubber
- Skabe inspirerende miljøer, der inviterer til bevægelse på mange niveauer, både ude og inde i institutioner og skoler.
- Give børn og unge medindflydelse på bevægelse/aktiviteter.
- Bevægelse integreres som en naturlig del af den almindelige hverdag
- Orienter sig og gøre brug af lokale muligheder for bevægelse: naturområder, haller, gymnastiksale, foreninger, anlæg osv.
- Inspirerende voksne deltager sammen med børnene, og er gode rollemodeller og igangsættere.
- Medvirke til, at børnene bliver gode til selv at tage initiativ til bevægelse.
- Arrangere fx fælles motionsdage og "OL-dage" med aktiviteter og lege.

- Lægge bevægelsesaktiviteter ind i planlægningen af ture og lejre.
- Flest mulige børn deltager i de tværgående motionsaktiviteter på landsplan. (fx "Get Moving" og skolernes motionsdag.)
- Være inspirerende og aktive voksne
- Kvalificere medarbejdere gennem oplysning, uddannelse, kurser og temadage.

Formidling:

Den overordnede mad- og motionspolitik er tænkt som en ramme og inspiration for skoler og dagtilbud i deres arbejde for at formulere en politik i deres skole eller dagtilbud (eller arbejde videre på en politik). Som led i denne proces har skoler og dagtilbud mulighed for at få støtte af projektleder Iris Nielsen samt projektmedarbejderne lærer Ann Bødker og fysioterapeut Gitte Horup. Som yderligere hjælp er der et afsnit om mad- og motionspolitik i Inspirationskataloget med bl.a. forslag til udarbejdelse af handleplan, som er omdelt til Sundhedsambassadørerne på skoler og dagtilbud .

Politikken gøres tilgængelig, bl.a. via kommunens hjemmeside og inspirationskatalog

Økonomi:

Kræver ikke umiddelbart yderligere ressourcer tilført.

Der er igangsat en evaluering med henblik på at undersøge muligheden for at indføre et kommunalt tilbud om mad i skoler og daginstitutioner ifølge gældende anbefalingen fra Sundhedsstyrelsen samt at støtte sunde skolekantiner.

Tids- og aktivitetsplan.

Tidspunkt	Aktiviteter	Bemærkninger
Maj 2008	Udkast til mad – og bevægelsespolitik foreligger fra arbejdsgruppen.	
9 maj til 6 juni	Høringsrunde	Sendes til høring til relevante parter
Sommer 2008	Udkast til politisk behandling.	SÆ-, FI- og PUK-udvalg. Evt. Byrådet.
Eftersommer/Efterår 2008	Overordnet mad – og motionspolitik sendes til alle dagtilbud, skoler og juniorklubber i Syddjurs kommune. Politikken offentliggøres bl.a. på kommunen hjemmeside.	
Eftersommer 2008 – Forår 2010	Alle dagtilbud, skoler og institutioner arbejder videre med lokale mad – og bevægelsespolitikker.	
Forår 2010 – Efterår 2010	Evaluering af mad – og bevægelsespolitik.	

Evaluering:

Mad - og bevægelsespolitikken evalueres og videreudvikles årligt.

Godkendt på Udvalgmøde for Familie og Institutioner d. 6 august 2008.

Udarbejdet af arbejdsgruppen for
Mad- og motionspolitik, april 2008:
Pia Jørup, Børnehaven Ågården
Ann Bødker, Kolind Centralskole
Bente Nielsen, Margrethebørnehaven
Jonna Ravn, Juniorklubben, Ebeltoft
Joan Stenberg, dagplejen
Birgitte Bach Thomsen, PUK
Eva Kierkegaard, Thorsager SFO
Iris Nielsen, Sundhedsteam