



## Vejlebroskolens principper for kost og ernæring

### Formål:

På Vejlebroskolen er elevernes ernæring og levevis naturligvis forældrenes ansvar. Men da eleverne tilbringer en stor del af deres dag i skolen, er det naturligt, at forældre og skole samarbejder om elevernes kost og levevaner.

### Mål:

- At efterleve Ishøj Kommunes ernæringsprincipper og kostpolitik.
- At eleverne gennem deres kost og ernæring trives og får de bedste udgangspunkter for at lære, både socialt og fagligt.

### Vejlebroskolens ansvar:

- Skolens elever undervises i sunde kostvaner, madglæde og mad-mod. Dette er med til at give eleverne et grundlag for at træffe fornuftige valg af mad. Dermed fremmes elevernes lyst til at tage ansvar for egne mad- og levevaner.
- Alle måltider der udbydes i skolens regi, er mindst 50% økologiske og ernæringsmæssigt tilpasset den gode læring og trivsel.
- Der bliver ikke tilbudt slik, saft, sodavand eller lignende i kantinen.
- Den mad der tilbydes i skolens regi, understøtter læring og trivsel.
- Emnet "sund kost" indgår i undervisningen mindst en gang på hvert klassetrin.
- Forældre informeres om Ishøj Kommunes ernæringsprincipper og kostpolitik.
- Alle måltider indtages i en hyggelig og ren atmosfære.
- At der tilbydes et sundt alternativ til de børn, som ikke må spise usundt, når der ved specielle lejligheder serveres noget usundt.

**Forældrenes ansvar:**

- Børnene har ernæringsmæssigt gode madpakker eller lignende med, som kan mætte gennem hele dagen.
- Eleverne kun medbringer slik eller lignende, når det er aftalt med klassens voksne.

**Gensidigt ansvar:**

- Eleverne får mulighed for at spise regelmæssigt, for at undgå lavt blodsukker og koncentrationsbesvær.
- Eleverne lære at skelne mellem hverdagsmad og festmad
- Alle forældre og elever ved, at det er u hensigtsmæssigt at tage slik, sodavand eller lignende sukkerholdige madvarer med i skole jf. Sundhedsstyrelsens anbefalinger.

Skolebestyrelsen på Vejlebro skolen.