



Opsamling af forslag til konkrete handlinger fra høring vedr. strategien ”Det Sunde Liv for børn og unge i Ishøj”

5. april 2024

Gratis/billig sund skolemad for at sikre alle børn får en god og nærende kost, så de har energi til leg og læring
Inddrage uddannet personale på skolerne fx kantinepersonalet til undervisning af elever og forældre i sund kost
Hverdagsbevægelse fx cykeltransport til og fra skole. Understøtte brug af cykel som transportmiddel, men det kræver en sikker cykelvej
Større samarbejde med lokale idrætsforeninger
Inddragelse af foreningslivet og et tværfagligt samarbejde så flere aktører kommer i spil og en målrettet forebyggende indsats.
Fokus på sundhed, kost og bevægelse i overgangen fra børnehave til skole/SFO. Fx skolemadpakken
En fritidsplads eller en anden løsning for økonomisk dårligt stillede familier
Dagplejen for sin egen børnehave til at understøtte det daglige udendørs aktivitet
Tale om kost og overvægt som en del af det samlede velkomstmateriale til forældre ved indskrivning til dagtilbud
Fokus på andre spiseforstyrrelser udover overvægt
Invitere frivillige til forældremøder og forældrecaféer for at reklamere om sportstilbud (et eksisterende tilbud)
Gratis gymnastik til børn og ansøgning om midler til fritidsaktiviteter hos kommunen. Opslag om fritidsaktiviteter og hjælp fra kommunen i daginstitution.
Genindførelse af ”Afrikaturen” som sundhedsplejen har stået for i daginstitutionerne
SSP/gadeplan kommer til dagtilbuddene for at tale med børn og forældre og bliver kendte ansigter, hvilket vil lette deres adgang til børn og forældre fremadrettet.
Invitere de unge der vil gerne hjælpe og støtte børn til at komme til et fritidsaktivitet i børnehaven og til et forældremøde
Klubtilbud på hver skole for at støtte trivsel i mindre sammenhænge. Der kan værges frivillige til at støtte op om klubberne fx madlavning med de unge.



Dialog om hvad er "det sunde børneliv", da det kan være forskelligt tolket af forskellige grupper og kulturer
En oversigt over fritidsaktiviteter for børn. Evt. en folder med billeder og henvisning til internettet, der kan uddeles i børnehaverne. Personalet støtter op omkring fritidslivet og taler med forældre om fritidsmuligheder i Ishøj. Fx kan der komme en fritidsrepræsentant og fortælle på et forældremøde, og der kan tilbydes et besøg for forældre i de forskellige tilbud og en prøveordning.
Evaluering af de eksisterende tilbud vedr. hjælp og aktiviteter til børn, unge og deres familier.
99% økologisk kost som er meget grønsagsbaseret. Kun frugt til fødselsdage og nul sukker (god erfaring).
En stillestund/mindfulness (god erfaring)
De nuværende tilbud gøres mere tilgængelige. Fx information i forbindelse med overgangen fra hjem til dagtilbud og dagtilbud til skole.
Overlevering af information om tidligt tegn på mistrivsel og muligheder for hjælp, kan føre til flere forældre beder om hjælp.
Tilbuddene skal bredes ud i kommunen og skal også være tilgængelige for børn med diagnoser.
Kommunal tilbud skal tage højde for at øge viden om kombinationen mellem overvægt og især psykiatriske diagnoser samt sørge for inklusion.
Hjælpe familier evt. med støtte fra Specialsport eller Parasport Danmark.
Elevtillidsrepræsentant fra lærerpersonalet, som fungerer som en fortrolig samtalepartner og er tilgængelige for alle elever.
Det pædagogiske personale på skolerne i højere grad skal være nysgerrige på elevernes trivsel igennem samtalerne med dem.
Fritidsforeninger som udbyder aktiviteter skal sætte deres priser ned, så flere børn og unge kan dyrke sport og motion.
Fritidstilbuddene bliver spredt ud i Ishøj, så børn og unge kan gå til et tilbud tæt på deres hjem.
Flere oplysningskampagner, så børn og unge har større kendskab til udvalget af fritidsaktiviteter.