



Kostpolitik på Gl. Hjortespringskole

Princippet:

Skolen skal sikre sundhed ud fra et helhedsprincip, hvor viden og holdninger formidles til eleverne som en naturlig del af den daglige undervisning, udvikling og trivsel. Skolen tager udgangspunkt i de officielle kostråd: <https://altomkost.dk/>

- Det er skolens ansvar at sikre de rette rammer og forhold for indtagelse af sund mad og drikke.
- Det er forældrenes ansvar, at eleverne hver dag har god og sund mad med i skolen.

Idégrundlaget for princippet:

Sund mad og drikke er en af forudsætningerne for gode vilkår for læring, sundhed og trivsel.

Det er derfor vigtigt, at eleverne allerede fra en tidlig alder får etableret sunde mad- og måltidsvaner. Dette muliggøres bedst gennem samarbejde mellem skole og hjem.

Det er et fælles ansvar for hjemmet og skolen, at understøtte en god måltidskultur, hvor man tager hensyn, viser bordskik og øver sig i at indgå i den sociale kontekst, som måltidet er.

Som specialskole er det vigtigt med de tværfaglige samarbejdspartnere, der har rette viden, der kan støtte arbejdet omkring elevens generelle sundhed.

Princippet i praksis:

- Kost behandles som en naturlig del af undervisningen og i SFO/klub.
- I de enkelte klasser drøftes det, hvordan man får spisetider til at forløbe så roligt og hyggeligt som muligt, samt sikrer at den fornødne tid er til rådighed til at spise.

Følgende måltider og retningslinjer danner rammerne for indtagelse af mad og drikke på skolen:

Mad

Det anbefales, at eleverne har spist morgenmad, når de møder i skolen.

Ti-mad: Det anbefales, at eleverne medbringer en sund og mættende ti-mad til den første pause.

Frokost: Madpakken bør være varieret og sund. Der er mulighed for, at der kan forudbestilles frokost til eleverne fra et firma.

Eftermiddagsmad: Skolen sikrer, at eleverne tilbydes en sund snack i fritidsdelen.

Drikke

Eleverne bør slukke tørsten i vand og mælk i løbet af skoledagen.

Særlige lejligheder

Fødselsdage og andre begivenheder fortjener at blive markeret. Til disse særlige dage må eleverne gerne medbringe kage eller slik i moderate mængder.

Principperne tages op på forældremøderne og evalueres løbende i personalegruppen.

Udarbejdet af PU forår 23