

Sundhedspolitik for Bække Skole

På Bække Skole ønsker vi, at alle børn trives bedst muligt, og i dette perspektiv er denne sundhedspolitik udarbejdet.

På Bække Skoles matrikel er alle former for energidrikke, rusmidler og euforiserende stoffer forbudt - herunder også snus og e-cigaretter.

Det er skolens ansvar at

- Eleverne modtager undervisning i den obligatoriske del af Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab
- Der er plads og ro til spisning
- Inddrage bevægelse i undervisningen og skabe gode rammer for dette
- Der er mulighed for, at eleverne kan være ude hver dag
- Højtider fejres med et afbalanceret forhold til usunde mad- og drikkevarer
- En drøftelse af sunde madpakker tages op som punkt på forældremøder tidligt i skoleforløbet

Det er - uanset barnets alder - forældrenes ansvar at

- Deres barn er udhvilet og parat til undervisning, når skoledagen starter
- Deres barn har spist en god morgenmad, der giver energi til at lære
- Deres barn har en sund madpakke med i skole. En sund madpakke indeholder et minimum af sukker, og vi opfordrer til at den følger Sundhedsstyrelsens 7 kostråd. ([Link](#))
- Fødselsdage fejres med et afbalanceret forhold til usunde mad- og drikkevarer.
Det betyder i praksis, at man gerne må dele slik ud til fødselsdage, men at det skal være i små mængder - fx i størrelsesordenen én flødebolle eller ét stykke kage pr. elev.

Det er elevens ansvar at

- Vaske hænder efter toiletbesøg og inden spisning
- Spise den medbragte mad
- Deltage aktivt i bevægelsesaktiviteter
- Medbringe idrætstøj og at gå i bad efter idræt