



## Kostpolitik på Nordvestskolen

### Vision:

- At skabe sunde kostvaner hos børn og unge i skolen med henblik på fremme af sundhed og velvære.
- At fremme elevenes koncentration og energi med henblik på øget udbytte af undervisningen.
- At forebygge kostrelaterede sygdomme på længere sigt.
- At fremme sundhed og trivsel både gennem sund og varieret kost og gennem tilegnelse af viden om og holdninger til kost.
- At skolens kostpolitik er levende, i forsat udvikling.

### Målsætninger:

#### 1. Kantinesortimentet er sundt og et attraktivt tilbud som supplement til madpakken.

##### 1.1 Sådan forstår vi det:

- Nordvestskolens (Lundergårdskolen, Bjergby og Højene skole) kantinesortimentet er udarbejdet med udgangspunkt i fødevareministeriets aktuelle anbefalinger om kostråd og tilberedning. Skolen giver garanti for en varieret og ernæringsrig kost.

## **1.2 I praksis betyder det:**

**Kantinerne på Lundergårdskolen, Bjergby og Højene har en række særlige kendetegn:**

- Frugt og grønt er en væsentlig del af kantinekosten.
- Der er reduceret i varernes fedt-og sukkerindhold.
- Der tilbydes altid friskbagt brød.
- Det sikres, at alle elever har mulighed for køb af en varm ret.
- Der er mulighed for frisk koldt vand fra hane og flaske.
- Vi har tilbud, der imødekommer forskellige madkulturer.
- Vi vil så vidt muligt tage hensyn til elevønsker.
- Vi arbejder på at gøre et måltid lækker og indbydende.
- Vi vejleder eleverne til et aktivt sundt valg og understøtter gode madvaner.
- Vi arbejder til stadighed med at forbedre madens sundhed og sortimentet.
- Vi arbejder på at variere udbuddet af sortimentet året igennem.
- Der nedsættes et kantineråd (Kantine leder, medarbejder, elevråd, sundhedsplejerske, ledelse) på hvert undervisnings sted

## **2. Der er en god madkultur på Nordvestskolen.**

### **2.1 Sådan forstår vi det:**

- Der skabes en hyggelig atmosfære og der er ro og ordnede forhold, når eleverne spiser mad og måltider. Mad og måltider skal være en integreret og prioriteret del af skoledagen.

### **2.2 I praksis betyder det:**

- Vi har pauser med voksentilsyn. Voksentilsynet sørger for ro, også for de langsomme spisere.
- Skolen skal give eleverne mulighed for at spise et mellemmåltid om formiddagen, frokost samt et mellemmåltid om eftermiddagen.

### **3. Elever forældre og medarbejdere har et fælles ansvar for skolens kostpolitik**

#### **3.1 Sådan forstår vi det:**

- På Nordvestskolen påtager alle parter sig ansvar for elevernes kost.

#### **3.2 I praksis betyder det:**

- Alle skolens medarbejdere går foran som gode rollemodeller.
- Alle skolens forældre og medarbejdere medtænker sund kost, når der skal markeres en festlighed på skolen eller klassen.
- Klasseforældrerådene drøfter muligheder for at leve op til skolens kostpolitik i relation til børnefødselsdage på skolen. Der arbejdes på en liste, der anfører mulige alternativer til det traditionelle.
- Kantinen tilbyder sunde fødselsdagspakker, som skolens forældre kan bestille og købe.

### **4. Alle elever, forældre og medarbejdere kender skolens kostpolitik**

#### **4.1 Sådan forstår vi det:**

- Skolens kostpolitik fungerer som en rettesnor for elever, forældre og medarbejdere.

#### **4.2 I praksis betyder det:**

- Skolen har udarbejdet informationsmateriale om skolens kostpolitik. Materialet vises på skolens hjemmeside.
- Skolens medarbejdere og skolebestyrelsen informerer ved forældremøder i 0. og 1. klasse samt ved given anledning om skolens kostpolitik.

- Klasseforældrerådene drøfter årligt mulighederne for at øge sundheden i kosten i kantine samt sunde madpakker.
- Klasseforældrerådene drøfter aftaler – indenfor kostpolitikens rammer – om fejring af fødselsdage, klassesammenkomster og andre mærkedage på skolen.
- Skolebestyrelsen har samarbejde med lokalområdet/kantinen/skolen vedr. arrangementer om sund kost for skolens forældre og elever.

## **5. Mad, der indeholder en høj andel fedt – og/eller sukker begrænses mest muligt i skolens hverdag**

### **5.1 Sådan forstår vi det:**

- Skolens elever udsættes ikke for unødigt fedt- og sukkerholdig mad og drikke i skolen.

### **5.2 I praksis betyder det:**

- Kager, slik, sodavand og energidrikke indgår ikke i elevernes kost i skolens dagligdag.
- At lære eleverne at skelne mellem hverdagsmad og mad ved festlige lejligheder fx skolefeste

#### Note:

For at ovennævnte kostpolitik kan gøre sig gældende, betyder det, at elever ikke i skoletiden kan købe andre steder end i kantinerne på skolerne.

#### Evaluering:

Kostpolitikken evalueres hvert andet år i elevråd, MED-udvalg og skolebestyrelse.

#### Referenceliste:

- Forebyggelsespakke – mad og måltider. Sundhedsstyrelsen 2012.
- Hjørring Kommunes overordnede mad- og måltidspolitik. Høringsudkast. September 2016.
- Hjørring Kommunes sundhedspolitik 2015-2018. Udgivet februar 2015.
- Udredningsopgave for fødevarestyrelsen. Kostens betydning for læring og adfærd hos børn. En gennemgang af den videnskabelige litteratur. Københavns Universitet 2009.

