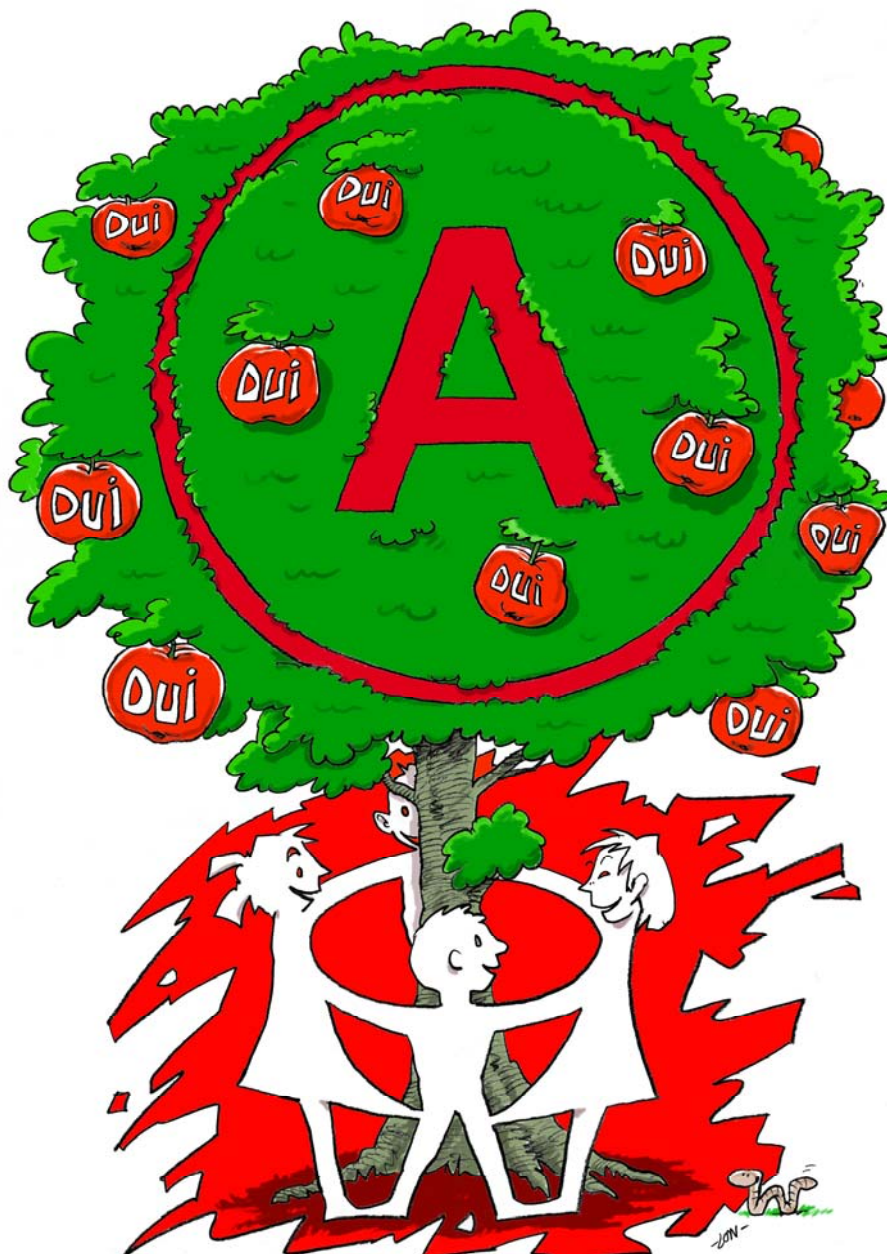


Udspil fra DUI:

Fælles ansvar – sunde vaner for livet

- en fælles indsats for alle børn og unge i folkeskolen



Fælles ansvar – sunde vaner for livet

- en fælles indsats for alle børn og unge i folkeskolen

Vi skal give alle børn og unge de bedste muligheder for at skabe en sund og aktiv start på livet. En tidlig indsats er afgørende. Gode og sunde kostvaner i barndommen gør, at børnenes sundhedstilstand forbedres, og at de overfører de positive kostvaner til voksenlivet. Sunde kostvaner forebygger overvægt og andre kostrelaterede sygdomme. Erfaringen viser, at oplysningskampagner ikke gør det alene. Derfor skal der sættes ind med mange flere sunde alternativer, hvis man ønsker at give alle børn lige muligheder for en sund start på livet – og dermed knække den voksende ulighed i sundhed.

Sund mad i skoler

Efter års erfaringer med en stor indsats for at fremme børn og unges sundhed kan man konstatere, at oplysning ikke hjælper alle til et sundere liv. Særligt forældre med lave indkomster ændrer ikke nødvendigvis livsstil på trods af viden om konsekvenserne af en usund livsstil. Sundhedsproblemer som fattigdom er også samfundsskabte. Derfor skal vi i højere grad skabe de bedste rammer for en fælles indsats for alle børn og unge i folkeskolen.

Undersøgelser viser, at en sund kost giver bedre koncentrationsevne og dermed et øget udbytte af undervisningen. Alle børn uanset social baggrund fortjener en sund og god fremtid. DUI mener, at Danmark i langt højere grad skal være på forkant med sundhedsproblemer og livsstilssygdomme. Samfundet skal derfor gennem en sundhedsfremmende og forebyggende indsats sikre, at alle børn får lige muligheder for en sund start på livet.

Alle skoler skal have et sundhedsudvalg

Muligheden for at vælge et sundt liv er også et fælles ansvar. Vi skal derfor gennemføre en række konkrete tiltag i folkeskolen, som giver mulighed for at skabe de sunde rammer, som oplysningskampagner og undersøgelser har påvist. Andelen af danske børn, der er overvægtige, er stigende. Ifølge Statens Institut for Folkesundhed er hele 14 procent af børn i aldersgruppen 11-15 år overvægtige. Tiden er inde til at gå meget mere konkret til værks. Hvis vi ønsker at knække kurven, kræver det, at skolerne gennemfører en række konkrete tiltag, der skal være med til at skabe den sunde folkeskole.

Vi skal skabe et større fælles ansvar og samarbejde mellem børn, forældre, pædagoger og lærere i målet om at skabe en sund folkeskole. Vi foreslår derfor, at alle folkeskoler nedsætter et sundhedsudvalg. Et sundhedsudvalg er et forum, hvor der kan træffes beslutninger om en forebyggende og sundhedsfremmende politik på skolen. Et sundhedsudvalg skal repræsentere både elever, forældre, pædagoger og lærere. Udvalget skal være med til at skabe nogle sunde rammer ud fra den enkelte skoles

faciliteter, traditioner og erfaringer. Udvalget skal fremme nye initiativer og videreformidle viden om sunde vaner for børn og unge. Man skal have direkte og let adgang til den nyeste viden indenfor forebyggelse, få tilsendt tilbud om kampagner og idéer til sunde tilbud på skolen. Det giver mulighed for en fælles indsats uanset, om man er barn eller lærer. Oplysningskampagner skaber ikke i sig selv sundere rammer. Her skal et sundhedsudvalg skabe de rammer, som undersøgelser har påvist er nødvendige for at få den sundhedsfremmende og forebyggende indsats, vi ønsker for alle børn.

De sunde valg skal være de nemme valg

For at skabe de bedste rammer foreslår DUI derfor, at skolerne og disse sundhedsudvalg indfører en række konkrete tiltag, der skal være med til at knække den negative udvikling med et stigende antal overvægtige børn og unge. De følgende forslag er eksempler på tiltag, som besluttet med involvering af alle parter på skolen:

- Ud med sodavand og slikautomater – ind med frugtautomater
- Alle børn skal have let adgang til koldt vand fra vandkølere
- 1 stk. gratis frugt til alle børn i folkeskolen
- Alle børn skal have let adgang til at købe et sundt og billigt måltid mad i skolens madbod
- Skolerne og elevrådet skal indføre et forbud mod, at eleverne ikke går udenfor skolens område for at købe slik og sodavand
- Fælles morgensang skal laves til fælles morgenmotion
- Årlig ”Spis sundt dag” – temadag på skolen

Ud med sodavand og slikautomater – ind med frugt

Vi skal gøre en langt større indsats for at give børn lækre og sunde alternativer frem for slik og sodavand i pauserne. I stedet for at have slik- eller kakaoautomater stående, skal pladsen skiftes ud med en frugtautomat. Her kan børn købe sunde alternativer som frugt og grønt i små praktiske poser. Det er et let og sundt alternativ, som vi skal give børnene adgang til. Mange skoler er gået foran med et forbud mod slik og sodavand. Det har gjort, at børnene i stedet vælger det sunde alternativ som frugt og vandflasker frem for sodavand og slik. Det skaber sunde vaner hos børnene. Vaner der følger dem fremover – og som resulterer i langt færre livsstilssygdomme og indlæringsmuligheder både til fordel for børnene og samfundet.

Børn skal have let adgang til koldt vand fra vandkølere

Børn skal have adgang til frisk og koldt vand fra smarte vandkølere. På den måde kan børn let fylde deres drikkeflasker op. Det gør, at de i langt højere grad fravælger sodavand. Mange skoler har erkendt, at lunkent vand fra hanen på toilettet ikke lokker. I stedet har mange sat vandkølere op – og det virker. Vi skal derfor sikre, at alle børn har adgang til vandkølere på skolerne. Vi skal skabe et sundt og godt miljø for alle børn uanset, hvilken skole børn tilfældigvis går på.

1 stk. frugt til alle i folkeskolen

Alle børn i folkeskolen skal have 1 stykke gratis frugt om dagen. Det skal give børn sunde vaner – så tidligt som muligt. Ifølge Forebyggelseskommissionen vil et stykke frugt dagligt øge børnenes koncentration, forbedre indlæringen og nedsætte risikoen for livsstilssygdomme. Alt tyder på, at hvis man skal påvirke børns sunde vaner gælder det om at sætte ind så tidligt som muligt. Derfor skal vi være med til at skabe gode vaner for alle børn i folkeskolen. Frugten kan være et godt samlingspunkt. Det kan også give en god anledning til at tale om og mærke betydningen af sund mad i relation til læringsparathed og sundhed. Det er vigtigt, at frugtordningen ikke er forældrebetalt. Hvis den sociale ulighed i sundhed skal til livs, har vi brug for tiltag, som gavner alle børns sundhed. Derfor er det vigtigt, at denne frugtordning bliver et gratis tilbud. En del af maddannelsen er også at præsentere børnene for forskellige typer frugt. Så lærer børnene at se og smage på forskellig slags frugt.

Let adgang til at købe en sund frokost

Alle børn skal, uanset om de får madpakke med eller ej, have mulighed for at købe et sundt og billigt måltid i en madbod på skolen. Erfaringer viser, at hvis børn har fået et sundt måltid midt på dagen, kan de bedre koncentrere sig om undervisningen sidst på dagen. Det vil både kunne forebygge, at børn bliver overvægtige og bidrage til ændrede spisevaner i familien.

Daglig motion

God motion forebygger stort set alle typer sygdomme og giver børn livsglæde. Sunde motionsvaner i barndommen gør, at børnenes sundhedstilstand forbedres, og at de overfører de positive motionsvaner til voksenlivet. Vi ønsker at give børn og unge de bedste rammer for en god fremtid på baggrund af gode indlæringsvilkår i folkeskolen og en hverdag med glæde ved motion i fællesskab med andre børn.

Børn engagerer børn til mere motion

Det er afgørende, at børn og unge selv har et medansvar og indflydelse på en hverdag med sunde vaner. Det er vigtigt at starte så tidligt som muligt med at give børn en sund tilgang til livet. De rammer skal være tilgængelige i en moderne folkeskole. Det er vigtigt, at der er let adgang til sjove motionsmuligheder.

For at skabe de bedste rammer foreslår DUI derfor, at folkeskolen indfører en række konkrete tiltag, der skal være med til at give børn en hverdag med sjov og god motion:

- Skoler skal sikre, at børn og unge får en times motion eller bevægelse dagligt
- Indføre Legepatruljeordningen på alle skoler
- I højere grad at indføre sjove og nye teknologiske motionsformer som Wii
- Åbne gymnastiksalen op for børnene i vinterperioden så de har let adgang til sjove lege og redskaber

1 times daglig motion i skolen

Skoler skal sikre, at børn og unge får en times daglig motion. DUI går ind for metodefrihed, så skolerne selv kan bestemme, hvordan eleverne skal aktiveres til en times motion. Motion og bevægelse er vigtig, fordi der blandt andet er en sammenhæng mellem fysisk aktivitet og læring hos børnene.

Børn skaber leg og motion for andre børn

DUI foreslår, at skolerne indfører Legepatruljen som et tilbud til alle børn og unge. Legepatruljen er et eksisterende tilbud fra Dansk Skole Idræt, der har til formål at få børn til at bevæge sig mere i løbet af skoledagen gennem leg i frikvartererne. De ældre elever bliver uddannet til legepatruljer på éndagskurser. På skolen er det legepatruljens opgave at sætte gang i leg og sjov motion for de yngre skoleelever. Legepatruljen er på den måde med til at skabe mere liv i skolegården både fysisk og socialt. Legepatruljen giver børnene et medansvar og indflydelse på en sjov og aktiv skoledag med motion. Børnene kan som en del af Legepatruljen gøre en forskel for sig selv og deres kammerater i frikvartererne og skaber nye aktiviteter på skolen.

Flere nye spændende teknologiske motionsformer i folkeskolen

Vi skal give alle børn mulighed for at spille fodbold både virtuelt og på græsplænen. Det er vigtigt, at vi får alle børn til at dyrke mere motion. Derfor skal skolerne også tilbyde nye former for motion af mere teknologisk karakter som eksempelvis Wii, spillekonsoller og lignende. På mange skoler er der positive erfaringer med, at man får alle børn til at dyrke mere motion, hvis man også tilbyder nye teknologiske muligheder. Det kan i højere grad appellere til bestemte børn, som interesserer sig for dette. Det er vigtigt, at skolerne løbende tænker sjove og nye motionsformer ind i skolens faciliteter, så vi sørger for at engagere alle børn til at dyrke mere motion.

Forbrug skal sættes på skoleskemaet

Børn skal i højere grad have redskaberne til at være kritiske forbrugere. Det er nødvendigt at beskytte børn mod reklamer. I dagens Danmark er børn målet for mange virksomheder, der målretter deres reklamer til at påvirke børnenes og dermed familiernes indkøbsvaner.

Mange virksomheder målretter deres reklamer børns lommepenge, hvorfor børn oplever de mange tilbud hver eneste dag. Hvis forældre giver børnene lommepenge i en tidlig alder uden, at børnene arbejder for dem, kan forældrene derfor være med til at skabe et usundt forhold til penge, som kan ramme børnene hårdt senere i livet. Det viser ny forskning fra Rockwoolfondens Forskningsenhed. Ifølge forskningen optager hver tredje unge et dyrt forbrugslån allerede inden de er 25, og en gæld på 50.000 allerede som 21-årig er ikke ualmindeligt. Det er derfor vigtigt, at skolerne er med til at undervise og bevidstgøre konsekvenserne af forbrug og overforbrug.

En god start på livet for alle børn og unge

Ifølge Gallups Børneindex bliver der i gennemsnit brugt 1.074 kroner pr. barn mellem 8 og 18 år hver måned. Det er vel at mærke til ting som tøj, spil og biografbilletter. I det store regnskab svarer det til 740 millioner kroner pr. barn mellem 8 og 18 år om måneden. Vi skal derfor klæde børn og unge meget bedre på til at kunne håndtere den påvirkning, som reklamer udsætter dem for.

DUI foreslår derfor:

- Al markedsføring af usunde fødevarer rettet mod børn og unge skal forbydes
- At folkeskolerne gennemfører en koordineret indsats i eksisterende fag, hvor man underviser børn i at kunne håndtere spørgsmål om forbrug

Børn som kritiske og ansvarlige forbrugere

Skolerne skal i højere grad være med til at give børnene færdighederne til at kunne være kritiske og ansvarlige forbrugere. Skjulte reklamer er en daglig del af børnenes hverdag, som de med fordel kan lære at forholde sig bevidst og kritisk i forhold til.

Der skal ikke indføres et nyt fag i folkeskolen – men skolen skal målrettet lave en koordinerende indsats i forskellige eksisterende fag, hvor man underviser børn i at håndtere deres forbrug. Skolerne kan i eksempelvis matematik undervise børn i at håndtere forbrug ved at lade dem undersøge et reklametilbud om mobiltelefoner, der sælges for en krone. Regnestykket kan gå ud på at undersøge den reelle købspris. Børn kan lære at regne den ud – og gennemskue købsaftaler. Det er færdigheder børn med stor fordel vil kunne trække på hele livet igennem, så de ikke ender med store lån og overforbrug.

I faget dansk kan man eksempelvis undervise i viral marketing. Indholdet af viral marketing er typisk et spil, en video eller et link til en hjemmeside. Det er en teknik, hvor virksomhederne udnytter eksisterende sociale netværk til at sprede et budskab. Det er derfor vigtigt, at skolen underviser børn i at gennemskue nye marketingsformer, der udnytter internetbrugernes tendens til at videresende beskeder til hinanden.

I sagens natur vil virksomheder altid søge nye og effektive veje for deres budskaber. Derfor handler det om, at skolen er med til at gøre børn bevidste om reklamernes påvirkning, så de har mulighed for at tage kritisk stilling. De gode vaner skal læres mens, de stadig bor hjemme og går i skole. På den måde giver vi alle børn og unge en lige mulighed for en god start på livet uden økonomisk gæld.