



**STRUER  
KOMMUNE**



# Sundhedspolitik

2013

Godkendt af  
Thyholm Skolebestyrelse  
maj 2013

## Læsevejledning

Sundhedspolitikken består af to dele: selve sundhedspolitikken og en arbejdsudgave. Selve sundhedspolitikken beskriver visioner og mål for sundheden på Thyholm Skole. Arbejdsudgaven er mere omfattende og beskriver konkrete forslag og ideer til, hvordan der kan arbejdes med at føre visioner og mål ud i livet. Indholdet i arbejdsudgaven omhandler fysiske rammer, aftaler om adfærd og omgang på skolen, muligheder for tidlig opsporing af sundhedsproblemer samt undervisning i og omkring sundhed.

Sundhedspolitikken er et ønske fra skolebestyrelsen.

Sundhedspolitikken er udarbejdet på baggrund af en lang proces med inddragelse af skolebestyrelsen, ledelse, ansatte og elever på skolen samt forældre.

Projekt SundhedscenterThyholm er inddraget som sundhedsfaglige sparringspartnere og proceskonsulenter.

## Sundhedspolitik Thyholm Skole

### Vision

Thyholm skole skal sikre elevernes alsidige og personlige udvikling.

Derfor har skolen stor fokus på elevernes sundhed med henblik på at sikre elevernes trivsel såvel fysisk, psykisk som socialt samt deres faglige niveau. Der er et positivt samspil mellem elevernes faglige, sociale og sundhedsmæssige udvikling.

Thyholm skole arbejder sundhedsfremmende over for såvel elever som ansatte.

Thyholm skole er en positiv rollemodel, og skolen har en anerkendende tilgang til såvel elever, ansatte som forældre og samarbejdspartnere.

### Indhold

Sundhedspolitikken omhandler emnerne:

- trivsel, samvær og omgangstone
- mad og måltider
- fysisk indretning og indeklime
- rygning
- alkohol
- bevægelse og fysisk aktivitet
- seksuel sundhed og familieliv
- hygiejne
- sundhedskompetencer
- fritid

#### ***Struer Kommunes sundhedspolitik:***

Struer Kommune vil arbejde for, at der fastholdes og udvikles sunde rammer og gode rollemodeller bredt i kommunens institutioner for at sikre god trivsel og godt helbred blandt børn og unge

## Trivsel, samvær og omgangstone

**Vision:** Det er værdifuldt,

- at såvel elever som ansatte oplever tryghed og glæde,
- at såvel elever som ansatte oplever og udviser gensidig tillid,
- at såvel elever som ansatte oplever anerkendelse.

**Mål:** derfor vil vi skabe en skole, hvor fællesskab opretholdes og udbygges i klasserne, på tværs af klasserne, blandt de ansatte og på tværs af elever og ansatte.

Vi vil skabe en skole, hvor samvær og en god omgangstone vægtes højt.

Jeg har det meget godt, men  
det kunne godt blive bedre  
(Elev 6. klasse)

### ***Serviceoven § 153:***

Personer, der udøver offentlig tjeneste eller offentligt hverv, skal underrette kommunen, hvis de under udøvelsen af tjenesten eller hvervet får kendskab til eller grund til at antage,

at et barn eller en ung under 18 år kan have behov for særlig støtte, eller at et barn eller en ung under 18 år har været udsat for vold eller andre overgreb.

## Mad og måltider

**Vision:** Det er værdifuldt, at elever og ansatte får ernæringsrigtig mad og drikkevarer i løbet af skoledagen, så de er klar til at koncentrere sig om undervisningen.

**Mål:** Derfor vil vi skabe en skole, hvor sund mad og sunde måltider er en naturlig del af dagligdagen.

Usunde og sukkerholdige mad- og drikkevarer f.eks. slik, sodavand og saft forekommer kun undtagelsesvis i skolens dagligdag.

## Fysisk indretning og indeklima

**Vision:** Det er værdifuldt, at der er en sundhedsfremmende indretning og et godt indeklima på skolen.

**Mål:** Der for vil vi skabe en skole med et fysisk arbejdsmiljø, der tilgodeser elever og ansatte med hensyn til fysisk helbred og ergonomi, samt psykisk velbefindende.

## Rygning

**Vision.** Det er værdifuldt,

- at børn og unge hverken direkte eller indirekte opfordres til at ryge,
- at ingen, hverken elever eller ansatte udsættes for røg,
- at rygere tilbydes hjælp til rygestop.

**Mål:** Derfor vil vi skabe en røgfri skole og tilbyde hjælp, hvis rygere gerne vil holde op med at ryge.

### ***Lov om røgfrie miljøer:***

På børneinstitutioner, skoler, opholdssteder og lign., der fortrinsvis har optaget børn og unge under 16 år, er det ikke tilladt for børn og unge samt elever at ryge på institutionens område.

### ***Struer Kommunes sundhedspolitik:***

Struer Kommune vil arbejde for:

- at alle, der ønsker hjælp til rygestop, kan få en hurtig og professionel støtte og vejledning
- at kommunens borgere ikke begynder at ryge
- at mindske den passive røg i det offentlige og private rum, specielt i private hjem med børn

## Alkohol

**Vision.** Det er værdifuldt,

- at børn og unge hverken direkte eller indirekte opfordres til at drikke alkohol,
- at børn og unge, som lever i familier med alkoholproblemer, tilbydes hjælp,
- at elever eller ansatte, der har et storforbrug, skadeligt eller afhængigt forbrug af alkohol tilbydes hjælp

**Mål:** Derfor vil vi skabe en alkoholfri skole. Vi vil støtte elever, der lever i familier med alkoholproblemer og tilbyde hjælp til personer i skolen med et storforbrug, skadeligt eller afhængigt forbrug af alkohol

### ***Struer Kommunes alkoholpolitik:***

Af hensyn til de ansattes trivsel, sikkerhed og sundhed på arbejdspladsen og Struer Kommunes omdømme og produktivitet, er det holdningen, at arbejde og misbrug (alkohol og euforiserende stoffer) ikke hører sammen.

## Bevægelse og fysisk aktivitet

**Vision:** Det er værdifuldt og anbefales af Sundhedsstyrelsen,

- at børn og unge er fysisk aktive mindst 60 minutter om dagen med moderat til høj intensitet
- at børn og unge mindst tre gange om ugen er fysisk aktive med høj intensitet af mindst 30 minutters varighed

**Mål:** Derfor vil vi skabe en skole med gode og inspirerende muligheder for fysisk aktivitet både i timerne og i frikvartererne

Jeg kan godt lide idræt, og jeg har meget idræt, men jeg kunne godt tænke mig lidt mere idræt. (Elev 6. klasse)

### ***Struer Kommunes sundhedspolitik***

Struer Kommune vil arbejde for:

- at flere borgere er fysisk aktive hver dag
- at flere borgere dyrker idræt eller regelmæssig motion i fritiden
- at der er let adgang for alle til at være fysisk aktiv og dyrke motion

## Seksuel sundhed og familieliv

**Vision:** Det er værdifuldt, at eleverne får indsigt i seksualitet og familieliv og områdernes betydning for sundhed.

**Mål:** Derfor vil skolen medvirke til, at eleverne vokser op med et sundt og naturligt forhold til egen krop, egne og andres grænser, seksualitet og familieliv, herunder viden om, hvordan man undgår kønssygdomme og uønsket graviditet.

## Hygiejne

**Vision:** Det er værdifuldt,

- at skolen er behagelig at opholde sig på,
- at smittespredning og smitsomme sygdomme begrænses eller helt undgås.

**Mål:** Derfor vil vi skabe en skole, der fremstår ren og imødekommende, og sørge for, at der findes en god hygiejne på skolen

### *Uddrag fra Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke om hygiejne:*

Hos børn i alderen 0 – 15 år er infektioner, som fx forkølelse, influenza og mellemørebetændelse, den hyppigste årsag til akut sygdom. Mave-tarm-infektion er den næsthypigste årsag til akut sygdom.

Ved et mindre håndhygiejne-interventionsprojekt blandt danske skolebørn sparede hver elev i interventionsperioden på tre måneder samfundet for 1.323 kr. på grund af færre sygedage.

## Sundhedskompetencer

**Vision:** Det er værdifuldt, at eleverne tilegner sig viden og indsigt i forhold, der påvirker egen og andres sundhed.

**Mål:** Derfor vil vi skabe en skole, hvor der er overensstemmelse mellem rammer, adfærd og undervisning i sundhed, således at eleverne oplever og tilegner sig indsigt og viden på forskellig vis.

## **Fritid**

**Vision:** Det er værdifuldt, at eleverne oplever en passende balance mellem skoletid og fritid

**Mål:** Derfor vil vi skabe en skole, som bidrager til, at eleverne trives både i skolen og i fritiden.

Skolen skal ikke blande sig i,  
hvad man laver i fritiden,  
med mindre man har  
problemer (Elev 8. klasse)