

Mad, måltider & bevægelse.

I vores notat december 2003 har vi påpeget vigtigheden af arbejdet med forebyggelse af overvægt hos børn og unge. Siden har vi i sundhedstjenesten haft "Mad, måltider & bevægelse" som fokusområde i vores arbejde med kommunens børn og unge.

I Embedslægernes og Sundhedsstyrelsens fælles publikation "Så gør det dog" pointeres det, at ansvarsplaceringen for kommunens forebyggende indsats bør ligge på et højt forvaltningsniveau og have en politisk forankring.

I Sundhedsstyrelsens "Oplæg til national handlingsplan mod svær overvægt" beskrives forskellige indsatstyper på 3 forskellige niveauer, det private, fællesskaberne og det offentlige. Det bemærkes, at det er staten, amterne og kommunerne, der har ansvaret for at skabe rammerne om borgernes sundhed.

I oplægget til national handlingsplan mod svær overvægt nævnes 4 typer indsats:

Strukturelle indsatser; lovgivning, etablering af behandlingstilbud og mærkning.

Normative indsatser; politikker, retningslinier, vejledninger.

Oplysningsindsatser; uddannelse, motivation, vidensformidling.

Forskning og metodeudvikling.

Den første pind, "Strukturelle indsatser", ligger overvejende i statsligt regi, hvorfor vi ikke beskæftiger os yderligere med den i denne sammenhæng.

Anden pind, "Normative indsatser", har vi kun indirekte arbejdet med. Vi vurderer i overensstemmelse med indledningen, at der kræves en politisk forankring og en forvaltningsindsats for at fuldføre dette arbejde hensigtsmæssigt. For os forekommer det indlysende at indarbejde sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende elementer i alle kommunens beslutninger. Eksempelvis kunne det handle om idrætstimer og anden form for bevægelse i skoler og daginstitutioner, planlægning af cykelstier, mulighed for selvtransport (cykel/gående) til og fra skole, fysisk aktivitet i modsætning til brug af computer i børnehaver etc. Vores indsats i denne sammenhæng har fortrinsvis været at stå til rådighed for institutioner, skoler og fritidsordninger ved forældremøder og temaaftener i pædagogisk råd, hvor der er arbejdet med udfærdigelse af politik inden for området "Mad, måltider & bevægelse".

Inden for, "Oplysningsindsatser" har vi været meget aktive med vores fokusområde:

Vi har deltaget i forældremøder på skoler, i børnehaver og fritidsordninger,

deltaget i arbejdsgrupper vedrørende madordninger/skolebod,

iværksat projektet "ung livsstil" i ungdomsskolen,

givet foredrag for forældre i skoler, børnehaver og legestuer,

vi har i vores kontakter med børn og unge både individuelt og i grupper været ekstra opmærksomme på vores fokusområde og vejledt om mad, måltider og bevægelse.

Med hensyn til den fjerde pind, "Forskning og metodeudvikling", har vi iværksat en monitorering. Alle elever i 8. klasse udfylder et spørgeskema om livsstil, herunder om motionsvaner, i 9. klasse vejes og måles alle elever, og deres Body Mass Index (BMI) registreres. Det vil således være muligt de kommende år at følge udviklingen i motion og BMI for skolerens ældste klasser. For at iværksætte processen med metodeudvikling var vi i oktober 2003 på konference i København om overvægt hos børn og unge, og i marts 2005 skal sundhedsplejerskerne på kursus om fedme blandt børn og unge.

Liste over institutioner i kommunen, der har udarbejdet eller er ved at udarbejde politik på området "Mad, måltider & bevægelse":

	Har om mad og måltider	Har om bevægelse	Under udarbejdelse
Vester Hassing Skole	Ja	Nej	
Vester Hassing SFO	Fælles med skolen	Nej	
Gandrup Skole	Nej	Nej	
Gandrup SFO	Nej	Nej	
Ulsted Skole			Ja
Ulsted SFO			Fælles med skolen
Hou Skole	Nej	Nej	
Hou SFO	Nej	Nej	
Hals Skole	Nej	Nej	
Hals SFO	Nej	Nej	
Skovtrolden	Nej	Nej	
Hals Børnehave	Nej	Nej	
Hou førskole	Nej	Nej	
Hvepsereiden	Nej	Nej	
Mariehønen			Ja
Ulvereden	Ja	Nej	
Kastanien	Nej	Nej	
Østerladen	Ja		Ja om bevægelse
Dagplejen	Nej	Nej	
Gandrup ungdomsklub	Nej	Nej	
Hals ungd. Klub	Nej	Nej	
Hou ungd. Klub	Nej	Nej	
Ulsted ungd.klub	Nej	Nej	
Vester Hassing ungdomsklub	Nej	Nej	
Ungdomsskolen	Nej	Nej	

Overvejelser om indholdet i en Mad- måltids- og bevægelsespolitik:

Der er forskel i børnepopulationens sammensætning både i skoler og daginstitutioner; og så institutionernes/skolernes størrelse og ressourcer er forskellige, hvilket naturligt vil afspejle sig i mad- måltids- og bevægelsespolitikken. Til trods for forskellene vil der være en række centrale spørgsmål, det er væsentligt for alle institutioner og skoler at forholde sig til:

Baggrund

- Hvad er formålet med mad- måltids- og bevægelsespolitikken?
- Hvilke mål vil man nå ved at arbejde med mad, måltider og bevægelse? Er det udelukkende bespisning, eller er der også pædagogiske mål med arbejdet?
- Hvilke økonomiske og tidsmæssige ressourcer er der mulighed for at bruge på arbejdet med mad- måltids- og bevægelsespolitikken?
- Er der behov for konsulenthjælp eller kurser?

Ansvar (Fordeling mellem leder, pædagogisk råd, personale, forældrebestyrelse)

- Hvem har ansvaret for udarbejdelse og vedtagelse af mad- måltids- og bevægelsespolitikken?
- Hvem har ansvaret for gennemførelse af de forskellige aktiviteter og handlinger, som mad- måltids- og bevægelsespolitikken resulterer i?

Mad og drikke

- Hvilken mad og drikke skal børnene tilbydes, hvordan og hvornår?
- Skal maden leveres udefra, eller skal der på skolerne være en kantine eller bod?
- Hvilke ernærings- og smagsmæssige krav er der til mad og drikke?
- Skal der tilbydes både varme og kolde retter?
- Skal der være adgang til fastfood, kage og saftvand/sodavand?
- Skal der være adgang til koldt drikkevand?
- Skal der etableres en frugtordning?
- Skal der tages særlige hensyn til børn på diæt, vegetarer eller til børn, hvor der kulturelt eller religiøst foreskrives bestemte regler med hensyn til mad og drikke?
- Skal der fortrinsvis vælges økologisk fremstillede fødevarer?
- Hvem skal tilberede og have ansvaret for udvalget af mad og drikke?
- Skal eleverne inddrages i skolens eventuelle madordning?
- Er der ønsker/krav til børnenes medbragte mad?
- Hvordan får børnene viden om og handlekompetence vedrørende sund mad og drikke?
- Skal der være fokus på sund mad og drikke i læreplaner og undervisning?

Måltidet

- Hvilke krav og ønsker er der til de fysiske, tidsmæssige og sociale rammer for måltiderne?
- Hvor skal maden spises?
- Hvordan skal spiseområdet indrettes?
- Skal der være køleskabe til madpakkerne?
- Hvem spiser sammen, og skal der være voksne til stede?
- Hvor lang tid skal børnene have til måltidet?
- Skal viden om vigtigheden af socialt samvær under måltidet indgå i læreplaner og undervisning?

Bevægelse

- Hvilke ønsker og krav er der til de fysiske og tidsmæssige rammer for fysisk aktivitet?
- Skal skoleeleverne have generel tilladelse til at være inde i frikvartererne?
- Skal der indlægges bevægelsespauser i skolernes undervisningsmoduler?
- Skal antallet af og indholdet i skolernes idrætstimer øges/ændres?
- Skal børnehaverbørn/dagplejebørn have et seneste mødetidspunkt visse dage for at kunne deltage i fysiske aktiviteter uden for institutionen?
- Kan skolens gymnastiksal være åben for brug i frikvartererne?
- Skal der være tidsmæssige begrænsninger i børns brug af computer eller anden stillesiddende i institutionerne?
- Skal betydningen af fysisk aktivitet indgå i læreplaner og undervisning?

Konsekvenser i sundhedstjenestens prioritering

I sundhedstjenesten har vi i forbindelse med arbejdet med fokusområdet børn og overvægt brugt megen tid på udvalgte børn og deres familie samt på temadage, forældremøder etc. (se bilag). Som konsekvens af prioriteringen er nogle undersøgelser og sundheds-pædagogiske aktiviteter fravalgt, men vi har alligevel ikke kunnet undgå i nogle sammenhænge at arbejde hurtigere og ekstra tid for at nå vigtige børne- og forældresager.

De opgaver der aktuelt er prioriteret bort er:

Sundhedsplejerskeundersøgelse af 5. klassetrin på Hals Skole,
Sundhedsplejerskens pubertetsundervisning af 4. klassetrin på Vester Hassing Skole,
Børn- og ungelægens og sundhedsplejerskens undersøgelse af eleverne på Bisnapgård.
Planlagt tiltag (besøg til børn på 1½ år) udsat indtil videre.

Bilag: Sundhedstjenestens notat fra december 2003

Sundhedsstyrelsens notat "Mad og måltider" 2000

Fødevarerministeriet "Mad- og måltidspolitik i skoler" side 6/16

Liste over deltagelse i diverse temadage, forældremøder etc.

Referencer i øvrigt:

Sundhedsstyrelsen "Oplæg til national handlingsplan mod svær overvægt 2003

Embedslægerne & Sundhedsstyrelsen "Så gør det dog" 2004

Fødevarerministeriet Mad- og måltidspolitik i skoler 2004

Mad- og måltidspolitik i klubber 2004

Mad- og måltidspolitik i børnehaver 2004

Magasinet "Køkkenliv" nr.2 2005 "Nye anbefalinger"