

## Princip for kost og bevægelse

Da sundhed er et vigtigt vilkår, skal sundhedsfremmeinitiativer (kost, motion, trivsel) integreres i Vestre Skoles fritids- og undervisningstilbud.

I forhold til kost og motion bør følgende være opfyldt:

- Alle har hver dag spist morgenmad
- Alle medbringer en sund madpakke, som spises i fællesskab i klassen
- Alle inspireres til motion og bevægelse
- Gode og udviklende frikvartersaktiviteter (legepatrulje mv).
- Der er et sundt og nærende tilbud om skolemad i skoletiden.
- Udfordrende klasseaktiviteter med inddragelse af bevægelse

Skolen tilbyder individuel og kollektiv rådgivning/læring med henblik på at fremme sundhed og trivsel.

Revideret af skolebestyrelsen, Vestre Skole d. 1. november 2021