

KOSTPOLITIK

Tangsø Skole vil medvirke til at vores elever får viden om sund kost. Det vil vi gøre i samarbejde med forældre.

Vi forventer

- at eleverne har spist morgenmad, inden de møder i skolen, samt at de har madpakker med hjemmefra – gerne en lille "frugtmadpakke" og en større til spisepausen. Frugt og grønt giver hurtig og sund energi og stiller den værste sult, så koncentrationen kan holdes til spisepausen.

Vi lægger vægt på

- at skabe sunde kostvaner hos børn og unge i skolen med henblik på fremme af sundhed og velvære.
- at fremme elevernes koncentration og energi med henblik på øget udbytte af undervisningen.
- at skoledagens struktur inviterer til, at eleverne får spist deres mad, og at de oplever måltidet som noget selvfølgeligt og værdifuldt at samles om.
- at skolen arbejder bevidst på en fælles forståelse af sund/usund mad blandt elever, lærere/pædagoger og forældre.
- at skolens kostpolitik hele tiden er i udvikling, at vi lader os inspirere af og igangsætter nye tiltag

God Skolemad

På Tangsø Skole kan alle elever bestille mad via "God Skolemad", to gange om ugen.

Bestillingen foregår på internettet og vores leverandør er Bækmarksbro Pleje-og dagcenter.

Fra skolens side, stiller vi krav til leverandøren om, at den mad der bliver leveret, skal være god og sund og give energi, så eleverne kan klare den lange skoledag.

Skoleboden

Skolens 6. klasse har en skolebod. Skoleboden holder åbent i 10.frikvarteret. I skoleboden kan alle elever købe en snack i form af grovbolle, pizzasnagl o.l. Der må ikke sælges "usunde" drikke-og madvarer. 6. klasse får hjælp af klassens lærere til indkøb og bestilling af varer.

Hverdagens spisesituation

I formiddagspausen holder skoleboden åben, og her kan eleverne købe små sunde snacks, som kan give energi indtil spisepausen.

I spisepausen fra kl. 11.05 – 11.25 spiser eleverne i eget klasselokale. Fra indskolingen til og med 6. klasse spiser en lærer eller pædagog sammen med klassen og der spises under rolige og trygge forhold, så alle får ro og mulighed for at spise deres mad samt have en god oplevelse omkring spisesituationen

Koldt vand og kølige madpakker

Eleverne har igennem hele skoledagen adgang til koldt drikkevand fra drikkevandsfontænen, som er opstillet neden for trappen til indskolingen. Alle elever på Tangsø Skole, har mulighed for at placere deres madpakke i et køleskab.

Undervisning omkring sund kost:

Eleverne i 6. og 7. klasse undervises i madkundskab. Faget følger ministeriets undervisningsmål, hvor læren om sund kost indgår. Det vægtes, at den mad eleverne laver i undervisningen følger sundhedsstyrelsens anbefalinger – dog vil en kage og en dessert også være på programmet en gang imellem.

Målet med undervisningen er også, at eleverne tager de gode og sunde madvaner og opskrifter med hjem til glæde og inspiration.

MOTION & BEVÆGELSE



Herudover prioriterer skolen motion og bevægelse i hverdagen på følgende områder

- På Tangsø Skole har alle elever og personale gode muligheder for bevægelse, både ude og inde. Vi har hele tiden fokus på, at udvikle vores muligheder for bevægelse.
- Leg og bevægelse som en integreret del af undervisningen og skoledagen herunder udeskole
- Lange frikvarterer – så det kan "betale sig" at komme i gang med en leg eller et spil
- Udefrikvarter hver dag – hvor alle elever fra 0. -6. klasse skal være ude i mindst 25 min.
- Udeområder som lægger op til bevægelse: Multibane, flere fodboldbaner, Pannabane, sandkasser, stor legeplads med forskellige redskaber
- Multisal og Multibane ved Tangsø Centret er åben i frikvartererne efter aftale med lærerne.
- Aktiviteter udenfor idrætstimerne, - flere gange om ugen.
- I forbindelse med både idrætstimer og andre undervisningssituationer, lægger vi også vægt på at benytte den smukke og indbydende natur i og omkring Bækmarksbro.

Skolen har i løbet af skoleåret flere hele dage med motion og bevægelse

F.eks.:

- Skolernes Motionsdag (træning i idrætstimerne op til)
- Deltagelse med 3. og 4. klasse i skolebasket, arrangeret af Lemvig Basket
- Samarbejde med eksterne foreninger og organisationer
- Deltagelse i Håndboldkaravanen for 1., 2., 3. og 4. klasse
- Danseforløb for hele skolen med ekstern instruktør
- Alle børn cykler
- 5. kl. til gymnastikstævne i Bøvling
- Fodboldstævne i Lemvig for 3. -6. klasse
- Skolen er tilmeldt "Aktiv Rundt"

MENTAL SUNDHED



Det betyder i praksis, at skolen har følgende mentale sundhedsfremmende aktiviteter

- Arbejder fra skoleåret 2016/2017 med robusthed som en del af et fælleskommunalt projekt
- Lange frikvarterer, hvor man kan pleje sine sociale relationer
- Emneuge på tværs af alle klassetrin
- Medbestemmende elevråd
- Der tales og arbejdes hele tiden med sunde omgangsformer og god tone
- Forældre gøres bekendt med de forventninger, vi som skole har til dette og generelt til sundhed i forbindelse med forældremøder

Derudover prioriterer skolen mental sundhed i hverdagen på følgende områder

- At det fælles kommunale projekt omkring robusthed bliver en del af eleverne hverdag
- Personalet arbejder ud fra en anerkendende tilgang til både børn og voksne
- Der udarbejdes hvert år en trivselsplan for hver enkelt klasse
- Fælles retningslinjer for adfærd og "en god time"
- Flere hyggemiljøer rundt på skolen, som muliggør socialt samvær mellem eleverne. F.eks. på biblioteket, på multibanen og i cafeen
- Der arbejdes meget med trivsel og inklusion i klasserne
- Ekstra gårdvagter, for at frikvarterene kan blive gode for alle
- Udarbejdelse af UMV (undervisningsmiljøvurderinger) for eleverne
- Skolen har en [anti-mobbepolitik](#) og sorgpolitik
- Herudover er der i hver klasse valgt Kontaktførelse, som bl.a. har til opgave at have fokus på hele klassens trivsel

Mental sundhed for ansatte

- Udarbejdelse af diverse politikker til omsorg (f.eks. stress-, volds, arbejdsmiljøpolitikker)
- Udarbejdelse af psykisk APV
- Flexibilitet i arbejdets tilrettelæggelse – vilje til at hjælpe hinanden
- Opfølgning på MU-Samtaler
- Fokus på personalets trivsel i MED-udvalget

ALKOHOLPOLITIK



Alkoholpolitik for ansatte

Alkoholproblemer er ikke en privat sag. Derfor er det alles ansvar at tage alkoholproblemer op.

Ansatte med alkoholproblemer tilbydes hjælp, og har samtidig pligt til at medvirke aktivt. Lemvig Kommunes misbrugskonsulent kan gå ind med råd og vejledning både i forhold til den ansatte der måtte have et alkoholproblem, men også i forhold til de øvrige medarbejdere.

Det accepteres ikke, at medarbejdere eller ledere under udførelse af deres arbejde er påvirket af alkohol, uanset om dette er indtaget uden for arbejdstiden. Ikke påvirket af alkohol betyder: nul alkohol.

Under udførelse af arbejde vil bl.a. sige

- I den daglige tilstedeværelse på skolen (undervisning/frikvarterer/møder)
- Ved skolefester
- Ved overnatning
- På ture ud af huset sammen med elever

Der er tradition for at alkohol i bestemte situationer kan accepteres

- Ved personalets jule- og sommerfrokoster
- Ved velfærdsarrangementer i personalegruppen
- Ved leje af skolens lokaler til et privat arrangement

Alkoholpolitik for elever på Tangsø Skole

Alkohol på skolen

Elever drikker ikke alkohol på skolen, hverken til fester eller ved arrangementer i skolens regi.

Sundhedsundervisning vedr. alkohol og andre rusmidler Undervisningen begynder i 5. kl. og tages op igen i 6., 7. og 8. kl. med emner der svarer til elevernes udvikling og til det behov, der registreres i de forskellige klasser. Undervisningen tilrettelægges under hensyntagen til elevernes oplevelser og opfattelser, samt deres fysiske, psykiske og sociale udvikling.

Samarbejde med forældre når forældre mødes på f.eks. forældremøder vil der være mulighed for at diskutere og lave aftaler om håndtering af alkohol og fester.

Hvis skolen erfarer at en elev drikker alkohol

Kontaktlæreren orienteres herom, hvorefter vedkommende kontakter ledelse og forældre.

Alkoholpolitik ved afhentning af børn på skolen

Det accepteres ikke, at børn afhentes af berusede personer. Skulle det alligevel forekomme, vil personen blive konfronteret med det.

Personalet vil:

- Sikre sig, at der ikke køres bil

- Sikre sig, at der er andre i hjemmet til at tage sig af barnet
- Hjælpe med at rekvirere en taxa
- Hvis personen alligevel kører – vil politiet blive kontaktet

RYGEPOLITIK

”På institutioner og skoler for børn og unge under 18 år, er det ikke tilladt at ryge på institutionens område”
dette er et uddrag af Lemvig Kommunes rygepolitik, som vi også er omfattet af.

Fra august 2017 indføres røgfri arbejdstid for alle kommunens ansatte – herunder også ansatte ved Tangsø Skole

Det betyder i praksis

At skolens område er røgfrit i alle døgnets 24 timer.

Rygepolitik for ansatte

Overordnede regler gælder for alle - også skolens personale.

Lemvig Kommune tilbyder med jævne mellemrum rygestopkurser, personalet informeres hver gang et nyt kursus starter op.

Brug af elektroniske cigaretter

Vi tillader ikke brug af elektroniske cigaretter på skolens område. Produktet opfattes på lige fod med almindelige cigaretter – der lægges vægt på den signalværdi, det sender, at bruge disse produkter.