



## Kostpolitik

### Ahlmann-Skolen er en sund skole

Et godt måltid er forudsætningen for en vellykket skoledag. Det giver kræfter og ny energi til sociale aktiviteter og forbedrer indlæringssevnen.

#### Forældrenes opgave og ansvar

På Ahlmann-skolen har vi den grundlæggende holdning, at det er forældrenes opgave og ansvar at lære børnene at spise sundt.

Dvs. det er forældrene, som bestemmer og vurderer, hvad der skal med i børnenes madpakker.

Vi opfordrer dog til at følge samme ledestjerne, som skolen.

#### Ahlmann-skolens ledestjerne

- Vi ønsker at fremme muligheden for sund og indbydende kost ved f.eks. at have koldtandsautomater og køleskabe.
- Vi ønsker at skabe nogle rammer for børn og voksne, så det gode valg er muligt. F.eks. opfordres skolebodens sælger til at prioritere det sunde og indbydende.
- Vi ønsker at opfordre forældre og elever til at vælge sund kost og ernæringsrige produkter, så eleverne kan fungere hele skoledagen.
- Vi forventer, at alle elever møder undervisningsparate med et godt morgenmåltid som fundament.

- Vi ønsker at opfordre de større elever til at medbringe sund og ernæringsrig kost, så besøg i nærliggende dagligvarebutikker er en undtagelse.
- Vi ønsker at slik, chips og sukkerholdige drikkevarer er forbeholdt særlige lejligheder arrangeret af skolen eller forældre



Da vi som skole ønsker at følge kommunens overordnede politik omkring sund kost, så vil skolen altid stå til rådighed, hvis forældre eller elever ønsker vejledning mht. sund og ernæringsrig kost.

Har du som forældre eller elev behov for rådgivning kan du altid kontakte skolens ledelse eller tilknyttede sundhedsplejerske.