

Korallens hälso- och kostpolicy

Dessa riktlinjer har tagits fram i syfte att underlätta för Korallens personal, elever samt elevernas föräldrar att efterleva målet att Korallen skall vara en "hälsoinspirerad" skola. På Korallen vill vi skapa en nyttig kostmiljö och ett sunt förhållningssätt kring mat och mellanmål. Vi vill vara måna om att inte särbehandla barnen kring kostfrågor om det inte är föranlett utifrån dokumenterade specifika behov.

I enlighet med Korallens hälsoprofil har följande beslut tagits av all personal på Korallens Friskola.

Medhavd frukt/grönsak till mellis

För att minska småätande och främja elevernas hälsa har vi på Korallen beslutat att barnen enbart får ta med sig frukt, grönsak eller smörgås för eget bruk, som får ätas på förmiddagsrasten, eller i klassrummet efter överenskommelse med mentor. Självklart kan man ta med sig frukt, grönsak eller smörgås till eftermiddagen om man som förälder hyser oro för att barnens energi dippar under dagen. Det viktiga är att det är mellis med näring, detta utesluter riskakor eller liknande.

Förhållningssätt vid måltider

På Korallen har vi pedagogiska måltider. Här äter personal och elever tillsammans. Vi tränar bordsskick, samkväm, förhållningssätt till måltidsstunden. Måltidstillfället skall vara avkopplande och njutbar.

Vi på Korallen tvingar ingen att äta. Vi uppmuntrar däremot eleverna att smaka och ta mer av det man tycker om. Korallen erbjuder alltid hårt bröd till måltiderna, lunch såväl som till mellis på eftermiddagen.

Födelsedagsfirande

En del i livsmedelsverkets rapporter fokuserar på den stora mängd socker som svenska barn generellt konsumerar. Man rekommenderar att kraftigt minska ätandet av godis, läsk och glass. Att göra skolan till en godisfri zon har diskuterats inom politiken.

Vi på Korallen har mycket sällan serverat glass, godis eller läsk. Däremot äter barnen ofta sötsaker i samband med födelsedagar och andra firanden på skolan, då barnen själva bjuder på sötsaker som de har tagit med sig hemifrån.

Vi har beslutat att göra Korallens Friskola till en, i det närmaste, godisfri zon.

Undantag kan eventuellt ske vid i samråd med mentor vid extraordinära tillfällen. Vi kommer inte att servera glass eller dylikt som medtagits hemifrån. Barnens födelsedagar kommer självklart att uppmärksammas och firas minst lika mycket, men fokus kommer att vara på födelsedagsfirande och inte på ätande.

Vad serverar vi på Korallen

På Korallen serverar vi sällan sötsaker, vi prioriterar att de måltider vi erbjuder skall vara så nyttiga som möjligt. Undantag kan naturligtvis ske. Vi har som tradition att servera festis och solbulle vid målgången i Vasaloppet en gång om året. Vi kanske bakar godsaker med eleverna inom hemkunskap/matematik för att på ett roligt och lärorikt sätt nå ett pedagogiskt mål.

Kostrestriktioner/specifika behov kring kost

Ansvar för eventuella kostrestriktioner kring ett barn går via skolsköterska eller läkare. Andra skäl kan naturligtvis föreligga som inte kräver underlag från skolhälsovård, här avses exempelvis matallergi eller överkänslighet. Allergi eller överkänslighet redovisas på blankett för kontaktinformation.

Kostrestriktioner berör barnens hela vardag, dvs. samtliga måltider inom skol- och fritidsverksamheten.

Uppföljning av barnens åsikter kring måltider och kost

På Korallen följer vi kontinuerligt upp barnens åsikter om måltidssituationer och det som erbjuds att äta, via enkäter och klassråd. Utifrån enkäterna följer vi upp med vår matleverantör. Likaså återkopplar vi till leverantören om vi märker att något som serveras inte faller majoriteten av barnen i smaken.