



Det gode liv, sundhed og trivsel:

## Ung i Sønderborg

Forslag og kommentarer til sundhedspolitikken

Fagcenter Sundhed for livet

### Fra borgermøde på Alsion

- Billigere sund mad i skolebød
- Sund gratis mad på skolen
- Frisk frugt i skolen
- Ung til ung
- Fortælle om alkohol; virker bedre
- Kampagne  
- "du er sej når du tør sige nej"
- Fredagsaktiviteter uden alkohol
- Aktiviteter/ arrangementer på tværs af alder omkring motion m.m. + evt. afslutte med koncert
- Wii – IT leg
- Kondicykler
- Kinnball
- Paintball
- Gokart
- Bibeholde klub 54 i Dybbøl (lukker til nytår pga lejeforhold) = trivsel og omsorg + nærvær
- Alkohopolitik allerede i folkeskolen  
– på dagsordenen tidligt  
– unge begynder tidligt
- Sund mad i hjemkundskab
- Lære at lave sund mad
- Bedre mulighed for fysisk aktivitet i frikvarterer
- Redskaber, alternative legeting, også til store elever
- Undervisere udefra
- Alternative idrætsformer i skolerne  
– ikke alle er til bold
- Mobbepatrulje på folkeskoler
- mobbepolitik
- Udbygge ung til ung
- Mentorordninger, vigtig
- Elevinvolvering
- Konkurrenceelement med ind ved fokus på f.eks. Sund mad
- Fysisk aktivitet som uv-metode / inkarneret del af undervisning  
– med til at styrke det sociale netværk
- Gælder både folkeskoler, gym. og universitet
- Rabatordninger til studerende v. motion - studierabat (som pensionistpriser)

# Fra borgermøde i Broager

## (Børn og unge samlet som ét tema)

- Mobbepolitik på alle skoler.
- Længere stort frikvarter
- Bedre madkultur på skolen
- Flere idrætstimer
- Cykelstier/"cykelsystemer" m. aktiviteter
- Kreative fag i skolen
- Hjemmekundskab fra 5. kl.
- Mere inspirerende undervisning
- Lektie café
- Sundere udvalg i Skoleboden/kantinen
- Frugtordning
- Sund mad i idrætshaller
- Manglende sportstilbud i lokalområderne
- Elevinvolvering
- Lærere/skoleinspektører deltage i aktiviteter
- Sund mad i skolen
  - Frokost (salat m.m)
  - Morgenmad
- Trivsel i familierne
- Dyrepark
- Bedre idrætsmuligheder også i lokalområderne
- Motionspark for børn
- Alsidig undervisning
- Fritidsklub efter 4. klasse for elever frem til 7. kl.
- Mangler noget i skolen for 6. klasse og opefter til frikvartererne (bl.a. udendørs spil)
- Musikundervisning
- Bedre motionstimer/-tilbud i skolen

# Fra borgermøde i Nordborg

- Mindst ét langt frikvarter á 45 min. hvor der er mulighed for aktivitet. (Evidens for at længere frikvarterer øger aktiviteten)
- Sorgpolitik på alle skoler og institutioner.
- Kampagne: "Hvordan er vores kultur?"
  - Rollemøder
  - Etniske grupper
  - Utilpassede unge
- Voksenvenner
  - Uddanne nogle til hvervet m. mulighed for supervision.
- Overvægtige børn/familier
  - Forebygge inaktivitet
  - Forebygge mobning
- Det er sejt at være sund – utraditionel kampagne i samarbejde med Fagcenter Børn og Uddannelse.
- Sikre Cykelstier (for at børn trygt kan cykle til alt)
- Bedre cykelfaciliteter. Odense har brugt 20 mil. på cykelfaciliteter og sparet 40 mil. på sundhedsudgifter.
- Skolemad til alle elever
  - sund kost – bedre indlæring.
- Giv plads til unge i klubber, foreninger og bestyrelser.
- Inddrage de unge i beslutninger/ Elevinvolvering
  - De voksne skal turde at give slip
- Bedre legepladser i skoler + byens rum
- Gøre opmærksom på naturens "legepladser"
  - Skoven.
  - Målt til bl.a. skoler, idrætsforeninger, ungdomsskoler.
- Familier skal være opmærksomme på skoven.