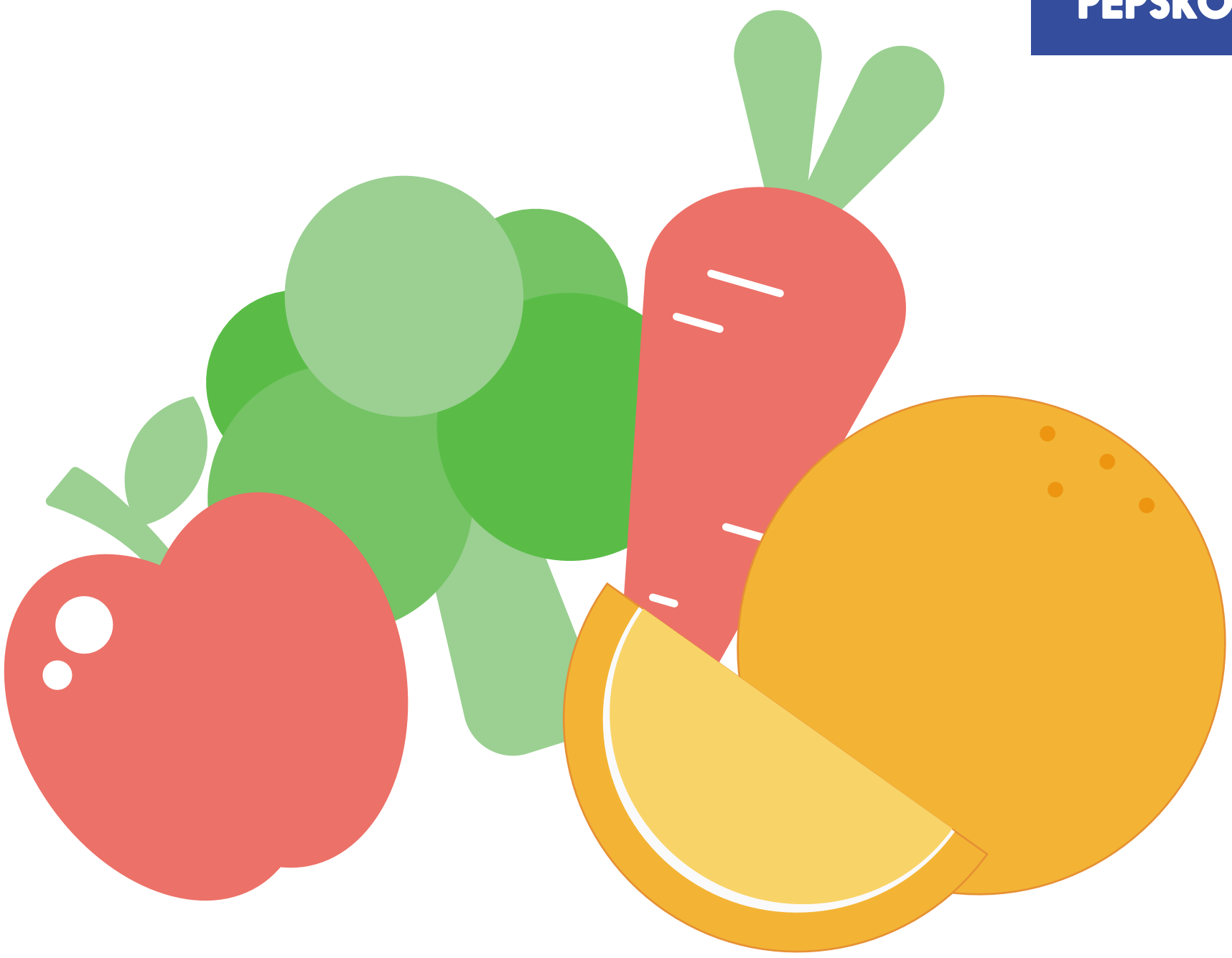
GRÖNT ÄR SKÖNT FÖR BÅDE KNOPP & KROPP!

Med en god, näringsrik och trivsam lunch blir hela skoldagen roligare! Vad vi äter, men också hur vi äter, påverkar oss mer än vad vi ofta tror och kan göra stor skillnad för hur vi mår både idag, imorgon och om 10 år.

PEPSKOLA.SE



Tips!

Se till att eleverna alltid kan välja grönsaker och frukt till skolmåltiden. Att grönsaker och frukt finns tillgängliga har visat sig vara en av de viktigaste faktorerna för att främja den faktiska konsumtionen hos barn och unga.

Att skapa tydliga instruktioner, förenkla aktiviteten och ge möjligheter att prova på tillsammans med en lärare eller kompis gynnar alla elever oavsett förutsättningar och funktionsvariationer. Det kan kräva lite mer planering men kan vara avgörande för att elever med kognitiva funktionsnedsättningar ska kunna delta och nå sin fulla potential.

VI ARBETAR MED PEPSKOLA.SE

Vår skola har valt att gå med i Generation Peps nätverk för skolor – Pep Skola. Pep Skola ger skolor stöd i arbetet med fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor som en naturlig del under skoldagen. Elever som rör på sig och äter bra har en bättre hälsa och bättre förutsättningar att lyckas i skolan

Läs mer på www.pepskola.se eller www.generationpep.se och följ oss gärna i sociala medier!
FB @generationpep - Instagram @gen.pep