

# Sorø Sund og Stærk

---

Pia Knudsen

Sundhedskonsulent

Prof. Bach i ernæring og sundhed

Speciale i Sundhedskommunikation

Sundhedscentret

Sorø Kommune

Sorø Kommune



## **”Sundhedspolitik i børnehøjde”**

- Udvikling af måltids- og bevægelsespolitikker, der styrker sundhedsindsatsen i skoler og daginstitutioner.
- Udvalgt 2 pilotskoler, deres erfaringer skal blive til en model, der kan bruges af andre skoler og daginstitutioner



## “Livsstilsværkstedet”

- Et aktivitetsværksted, hvor familier kan få viden og inspiration til en sundere hverdag gennem oplæg, praktisk madlavning, rådgivning om sundhed og fysisk aktivitet



## "PLAY"

- Idrætstilbud til børn, der er overvægtige eller på vej til at blive det. Motion og bevægelse på en anderledes og sjov måde



## **“Trivselsteam”**

- Rådgivningsteam bestående af:
  - 2 sundhedsplejersker
  - 1 motorikkonsulent
  - 1 psykolog og
  - 1 sundhedskonsulent
- Identificere og hjælpe familier indenfor målgruppen



## **“Udvikling af netværksstyring”**

- Styrke eksterne netværk, som selvstændigt eller i samarbejde med Sorø Kommune kan udvikle nye initiativer til kost, motion og bevægelse blandt børn og unge



## Afholdt

- 1 hold i efteråret 2008
- 1 hold foråret 2009
- 1 hold efteråret 2009 (kører lige nu)



## Kriterier

- Være mellem 6-12 år
- Være lidt for rundt
- Have lyst til at leve sundere
- Kunne mødes med os 2 timer om ugen
- Have mindst 1 af dine forældre til at støtte dig og selv deltage



## Familier

- 22 familier heraf 26 børn fordelt på de 3 kurser



## **Annoncering/rekruttering**

- Kommunens hjemmeside
- PLAY
- Forældre-intra
- Skolerne
- SFO
- Sundhedsplejersker
- Familierådgivning
- Overvægtsenheden i Holbæk
- Avisen



# Sorø Sund og Stærk, Trivselsteamet

---

## **Teamet**

2 sundhedsplejersker

1 motorikkonsulent

1 psykolog

1 sundhedskonsulent

Mødes ca. 4 gange årligt til fælles sparring



## Målgruppen

- Børn fra 0. -6. klasse, der lever med en overvægt eller er på vej dertil samt deres familie



## Samtalerne

- Samtalerne foretages af de 2 sundhedsplejersker og sundhedskonsulenten
- Samtalerne foregår typisk i hjemmet
- Børnene vejes og måles



## Familierne

- Der har været og er ca. 20 familier i Trivselsteamet



## Henvisning

- Sundhedsplejerske
- Lærere
- Pædagoger
- Læger



## **Annoncering/rekruttering**

- Kommunens hjemmeside
- PLAY
- Forældre-intra
- Skolerne
- SFO
- Sundhedsplejersker
- Familierådgivning
- Overvægtsenheden i Holbæk
- Avisen



## Tak for i dag

Har I yderligere spørgsmål er I velkomne til at kontakte mig på mail: **[pgkn@soroe.dk](mailto:pgkn@soroe.dk)**

