

Referat frå FAU-møte, tysdag 27.mai 2025:

1. **Reglar for skulemat.** FAU har blitt spurt om å utarbeide reglar for skulemat på Naustdal skule. FAU tek utgangspunkt i dei nasjonale kostråda til Helsedirektoratet. Der står det tydeleg at tilsett sukker i kosten bør avgrensast, og det rådest til å skilje mellom kvardagar og helg. Dei fleste born og unge i Noreg får servert mat tilsett sukker minst 100-200 dagar i året. Dette gjeld til dømes i helger, bursdagar, konfirmasjonar, høgtider, påskeferie, sommarferie (is), halloween, desember (sjokoladekalendar, lucia, skuleavslutning, julefeiring, juleselskap, nyttår ++). Omlag 1 av 4 born er overvektige, og over halvparten av vaksne har overvekt. Mykje sukker i kosten aukar risikoen for overvekt, fedme, diabetes, hjarte-/karsjukdom, demens og kreft, med meir. Vi ønskjer difor å bidra til å redusere inntaket av sukker blant born på Naustdal skule. Alle medlemmer i FAU som er på møtet, ønskjer tydelege reglar for dette. Vi meiner at det ikkje er nødvendig å ha med tursjokolade eller kakao på turar. Det er heller ikkje nødvendig å bruke is eller anna usunn mat som belønning. Siste skuledag før jul og sommarferie er det ikkje nødvendig med godteri. Elevane kan heller få oppkutta frukt/grønsaker, og ha fokus på kjekke aktivitetar framfor usunn mat. Alle er einige om at energidrikk ikkje bør vere tillate på skulen, slik det står i råda til helsedirektoratet.
2. **Reglar som gjeld på skulevegen.** Vi oppmodar til at dei som kan, går eller sykklar til og frå skulen. Vi oppmodar foreldre til å legge til rette for dette ved å hjelpe elevane til å avtale møteplassar med faste klokkeslett, samt danne inkluderande gågrupper. Vi oppmodar elevane til å la mobiltelefonane ligge i skulesekken eller vere heime. Det er viktig at elevane inkluderer andre. Reglane for god åtferd gjeld også på skulevegen (både dei som går/syklar og dei som tek buss).
3. Vi planlegg å lage **retningslinje for skjermbruk**, som kan hjelpe foreldre på Naustdal skule å ha meir like reglar i heimane. Vi går gjennom spørjeskjema som handlar om skjermbruk, med utgangspunkt i dei spørsmåla Vassenden skule nytta i samband med utarbeiding av reglar for skjermbruk. Vi ønskjer å få spørjeskjemaet sendt ut før sommarferien.

Referent: FAU v/ Kjersti I Garfors