

Hälsa och Elevhälsa i skolan



Hälsa och lärande går hand i hand

Knivsta kommun driver sedan några år ett utvecklingsarbete i skolan med fokus på elevers hälsa och välmående. Vår utgångspunkt är att hälsa och välmående är viktigt för att prestera bra i skolan.

Vi vill involvera både elever, personal och föräldrar i det här utvecklingsarbetet. Till exempel erbjuds föräldrar föreläsningar i aktuella ämnen kring barns välmående och vår personal utbildas kontinuerligt. I den här broschyren har vi sammanfattat vilka insatser eleverna erbjuds.

”Den som mår bra har bättre förutsättningar att lära och den som lär har bättre förutsättningar att må bra”

I centrum för vårt utvecklingsarbete står Elevhälsan, med uppdrag att verka för elevernas välbefinnande och stödja deras utveckling mot utbildningens mål. Elevhälsan arbetar framför allt hälsofrämjande och förebyggande, med medicinska, psykologiska, psykosociala och specialpedagogiska insatser. Varje skola i Knivsta kommun har sitt eget elevhälsoteam, EHT.

Alla elever erbjuds ett medicinskt basprogram med hälsosamtal och vaccinationer. Vi har också infört ett hälsofrämjande basprogram på gruppnivå i klassrummen. Som ett komplement till skolans hälsoundervisning finns Hälsoäventyret i Knivsta.

Medicinskt basprogram hos skolsköterskan

Förskoleklass

Hälsobesök med elev och vårdnadshavare, med samtal om inlärnin, hälsa och livsstil. Hälsoundersökning med längd, vikt, syn och hörsel.

Årskurs 2

Hälsobesök med samtal om inlärnin, trivsel och kamratrelationer. Hälsoundersökning med längd och vikt. Vaccination mot mässling, påssjuka och röda hund.

Årskurs 4

Hälsobesök med samtal om inlärnin, hälsa och livsstil. Hälsoundersökning med längd, vikt och ryggkontroll.

Årskurs 5

Vaccination mot HPV för flickor. Vaccinationen omfattar två doser.

Årskurs 7

Hälsobesök med samtal om inlärnin, hälsa, livsstil, ANT (alkohol, narkotika, tobak) samt sex- och samlevnadsfrågor. Hälsoundersökning med längd, vikt och ryggkontroll.

Årskurs 8

Vaccination mot stelkramp, difteri och kikhosta för elever födda år 2002 och senare.

Gymnasiet, årskurs 1

Hälsobesök med samtal om inlärnin, hälsa, livsstil, ANT (alkohol, narkotika, tobak) samt sex- och samlevnadsfrågor. Hälsoundersökning med längd och vikt.

Syn- och hörselundersökning erbjuds om behov finns vid alla hälsobesök.

Vill du veta mer? Kontakt till din skolas Elevhälsa finns på knivsta.se

Hälsofrämjande basprogram i klassen

Ett hälsofrämjande basprogram kompletterar det medicinska basprogrammet hos skolsköterskan. Programmet äger rum i klassen, på gruppnivå, tillsammans med skolans pedagoger och med personal från Elevhälsan.

Undervisningen handlar om att väcka frågor och lära ut kring temat "Må bra" på olika nivåer. Eleverna diskuterar olika ämnen kring hälsa och mående som:

- Sömn
- Rörelse
- Kost
- Stress
- Skärmar
- Pubertet
- Återhämtning
- Relationer/vänskap
- Självkänsla
- Prestation
- Psykisk hälsa



Eleverna har också möjlighet att göra en egen "livsstilskoll" som kan följas upp individuellt eller på gruppnivå. Diskussioner och ämnen anpassas efter elevernas åldrar.

Det hälsofrämjande basprogrammet erbjuds i årskurs 1, 3, 5, 8 och årskurs 2 på gymnasiet.

Vill du veta mer? Läs mer på unglivsstil.se

Hälsöäventyret

I Knivsta kommun finns Hälsöäventyret - ett samarbete mellan Region Uppsala och Knivsta kommun. Hälsöäventyret är en hälsopedagogisk verksamhet som fungerar som ett komplement till skolans egen hälsoundervisning. På Hälsöäventyret erbjuds skolklasser att delta i undervisning om:

Årskurs 2

Kropp och livsstil –

”Stort och smått som rymts i vår kropp”

Årskurs 4

Sömn och stress –

”Nattugglor och sömntutor”

Årskurs 6

Tobak –

”Typ tobak liksom ... del 1”,

”Typ tobak liksom ... del 2”

Årskurs 7

Alkohol –

”Ditt val, du bestämmer”

Årskurs 9

Kärlek, sexualitet och relationer –

”(K)ärligt talat”

Hälsöäventyret gör besök i skolklasserna och genomför också andra hälsofrämjande insatser riktade mot barn och unga i Knivsta kommun.

Vill du veta mer? Läs mer på knivsta.se under Hälsöäventyret.

