



# Strategi for helsefremmende skoler Viken fylkeskommune 2021-2023



## Innhold

Forord .....	3
Fase 1.....	4
1. Strategi .....	4
Definisjon på helsefremming .....	4
Formål.....	4
Verdier.....	4
Mål.....	4
Forankring .....	5
2. Kjennetegn på en helsefremmende skole.....	5
3. Handlingsdel .....	7
Formål.....	7
Mål.....	8
Forankring .....	8
Delmål.....	8
Fase 2.....	8



## Forord

Elever som har god helse og som trives med skolen og med livet, lærer bedre. Denne sammenhengen mellom god psykisk og fysisk helse og læring er dokumentert gjennom forskning. Strategien har som mål å videreutvikle det systematiske arbeid med for hvordan skolene i Viken kan bidra til å fremme helse.

Strategien for helsefremmende skoler skal støtte arbeidet i skolene med å realisere de forventningene som Overordnet del og læreplanverket setter for skolene og deres helsefremmende arbeid:

*«Opplæringen skal danne hele mennesket og gi hver og en mulighet til å utvikle sine evner. Grunnopplæringen er en viktig del av en livslang dannelsesprosess som har enkeltmenneskets frihet, selvstendighet, ansvarlighet og medmenneskelighet som mål. Opplæringen skal gi elevene et godt grunnlag for å forstå seg selv, andre og verden, og for å gjøre gode valg i livet. Opplæringen skal gi et godt utgangspunkt for deltakelse på alle områder innenfor utdanning, arbeids- og samfunnsliv. Samtidig lever barn og unge her og nå, og skolen må anerkjenne barndommens og ungdomstidens egenverdi.» (fra overordnet del)*

Strategien er en start på arbeidet med å forsterke og samle innsatsen for å gjøre våre skoler til en aktiv arena for trivsel og helse. Den er likevel i første rekke en invitasjon om et forsterket samarbeid der alle gode krefter tas i bruk og spiller på lag til beste for elever og læring i Viken. Sammen gjør vi Viken raus og nytenkende!

Fylkesråd for utdanning og kompetanse  
Siv Henriette Jacobsen



## Fase 1

### 1. Strategi

Arbeidet med helsefremmende skoler i Viken fylkeskommune er forankret i Opplæringsloven §9 A-2 *Alle elever har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring, og* og Folkehelseloven §20 *Fylkeskommunen skal fremme folkehelse innen de oppgaver og med de virkemidler de er tillagt.*

#### Definisjon på helsefremming

Med **helsefremmende skoler** forstås Viken fylkeskommune skoler som styrker elevenes og personalets fysiske og psykiske helse gjennom et godt arbeid med skolemiljøet, undervisningstilbudet og undervisningssituasjonen.

**Helsefremmende arbeid** forstås i denne sammenheng som alle handlinger, på lærer-, skole- og skoleeiernivå som indirekte eller direkte bidrar til å skape mer helsefremmende skoler.

#### Formål

Strategi for helsefremmende skoler skal være et verktøy for skolene i arbeidet med å gi elevene en best mulig opplæring frem mot fullført og bestått.

#### Verdier

Vi jobber sammen med hverandre og innbyggerne våre for å skape de beste løsningene, og ser på hverandre som **l i k e v e r d i g e**.

Vi viser tillit og deler kunnskap.

Vi anerkjenner hverandres initiativ og ideer, verdsetter mangfold og aksepterer at vi har ulike forutsetninger.

Vi utvikler nye ideer og framgangsmåter.

Vi ser muligheter, utfordrer **h v e r a n d r e s r u t i n e r o g v a n e r o g t a**

#### Mål

Strategien skal bidra til å understøtte Viken fylkeskommunes arbeid med å;

- *sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder*
- *sikre inkluderende, rettferdig og god utdanning og fremme muligheter for livslang læring for alle"*



## Forankring

Folkehelse og livsmestring skal gjennomsyre hele skolens arbeid, og inkluderes i undervisningen i alle fag. Et inkluderende læringsmiljø er også en forutsetning for at en skole skal kunne kalle seg helsefremmende. *Skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læringsmiljø.* (Einkludering i opplæringsplanen)

Arbeidet med helsefremme med utgangspunkt i læreplanverket for norske skoler, og verdigrunnlaget definert i Overordnede læreplaner for skole og utdanning.

*Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tross fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg.*

*Et samfunn som legger til rette for gode helsevalg hos den enkelte, har stor betydning for folkehelsen.*

*Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske livsmestring.* (Kvalitet i opplæringsplanen)

Folkehelseloven presiserer også at fylkeskommunen skal jobbe med formålet om «helse i alt vi gjør».

Østfold fylkeskommune har i mange år jobbet med helsefremmende skoler og har hatt kjennetegn på en helsefremmende skole. Erfaringer fra Østfold er videreført i denne strategien.

## 2. Kjennetegn på en helsefremmende skole

### 1. Helsefremmende arbeid er forankret i skolen

Det helsefremmende arbeidet er forankret i skolens planer og arbeidsmåter. Arbeidet med strategi for helsefremmende skoler er et felles arbeid som alle i læringsfellesskapet deltar i. Arbeidet med strategien fremgår av skolens årsplan og årsrapport.



## **2. Skolen har en handlingsplan for helsefremmende læring**

Skolen utarbeider en lokal handlingsplan under de kjennetegnene som er satt som ramme for handlingsplanen. Tiltakene som utarbeides skal være universelle og kunnskapsbaserte, og det skal være bred medvirkning i arbeidet med utvikling av handlingsplanen. Gode relasjoner mellom elevene og mellom skolens ansatte og elever skal vektlegges. Nulltoleranse til mobbing legges til grunn.

## **3. Skolen utvikler metoder å jobbe med helsefremmende læringsmiljø**

Skolen arbeider systematisk for at elever og ansatte hver dag skal oppleve trygghet, trivsel og sosial tilhørighet. Identifisering, kartlegging og oppfølging legges til grunn for arbeidet med helsefremming. Det oppfordres til at tema knyttet til helsefremming tas opp som tema i elev- og medarbeidersamtalen.

## **4. Skolen jobber tverrfaglig med livsmestring og folkehelse**

Skolen jobber tverrfaglige med livsmestring og folkehelse, både i form av undervisning jfr. læreplaner og gjennom det øvrige arbeidet som legger til rette for god læring.

## **5. Skolen tilrettelegger for at elevene skal få oppleve bevegelsesglede**

Skolen oppfordrer til at ungdom bør være fysisk aktiv i 60 minutter hver dag. En del av denne aktiviteten bør kunne gjennomføres i forbindelse med skolehverdagen. Det oppfordres til at skolen tar i bruk aktiv læring som metode i fag. Kroppsøvingundervisningen må være tilrettelagt for bevegelsesglede og mestring for alle elever.

## **6. Skolen har et godt universelt utformet læringsmiljø**

Skolen og arealene bør være tilrettelagt slik at det er lett å velge ulike aktiviteter i løpet av skoledagen, både i undervisning og i fritid. Elevene skal oppleve trivsel og føle seg trygge på skolens områder.

## **7. Skolen følger nasjonale retningslinjer for mat og måltider i videregående skole**

Skolen bør ha en kantine som tilrettelegger for gode opplevelser og sunne matvalg i løpet av skoledagen. Kantina skal følge Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i videregående skole. Maten som serveres skal være sunn, bærekraftig og ha en økologisk andel på 30%. Viken fylkeskommune vil basere kantinedriften på prinsippet om bærekraft, og vurdere om kantine bør være driftet av skolene selv.

#### **8. Skolen tilbyr et gratis skolemåltid hver dag**

Skolen bør tilby et gratis skolemåltid hver dag til elevene. Tilbudet utredes og utvikles på sikt til å gjelde alle elever i videregående skole i Viken fylkeskommune.

#### **9. Skolen har en tverrfaglig elevtjeneste – «laget rundt eleven»**

Skolen inkluderer skolehelsetjenesten, rådgivnings- og veiledningstjenesten, PPT, OT. Tjenesten kan også inkludere miljøarbeidere, NAV-veiledere, karriereveiledere og minoritetsrådgivere, og skal utgjøre en helhetlig del av det tverrfaglige laget rundt elevene.

#### **10. Skolen har tverrfaglige samarbeid**

Skolen skal samarbeide med kommune og stat om sammenhengen i skoleløpet, skolehelsetjenesten og andre tjenester for å støtte elevenes læring og gjennomføring av opplæringsløpet.

#### **11. Skolen samarbeider med aktører i nærmiljøet og frivilligheten**

Skolen samarbeider tett med elevene og foresatte om god fysisk og psykisk helse og trivsel. Skolen inngår samarbeid med aktører i nærmiljøet, frivillige organisasjoner og andre som kan bidra til bedre helse, trivsel og læring.

### 3. Handlingsdel

#### Rammer for lokalt utarbeidet handlingsplan

Skolene utarbeider sine lokale handlingsplaner med utgangspunkt i *kjennetegn for helsefremmende skoler* (Punkt 2 i Strategien for helsefremmende skoler).

Det anbefales at skolene gjennomfører en kartlegging av skolens status (statusanalyse) som helsefremmende skole, jfr. kriteriene. Et kartleggingsverktøy utvikles høsten 2020, basert på tilgjengelige data, undersøkelser med mer. Arbeidet støttes av rådgivere ved rådsområde folkehelse og rådsområde utdanning og kompetanse.

E l e v e n e , d e r e s f o r e s a t t e o g s k o l e n s a n s a t t e  
skolens lokale handlingsplan for helsefremmende arbeid.

#### Formål

Strategi for helsefremmende skoler skal være et verktøy for skolene i arbeidet med å gi elevene en best mulig opplæring frem mot fullført og bestått.



## Mål

Sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder.

Sikre inkluderende, rettferdig og god utdanning og fremme muligheter for livslang læring for alle.

## Forankring

Alle elevar har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring (Opplæringslova §9 A-2).

Fylkeskommunen skal fremme folkehelse innen de oppgaver og med de virkemidler de er tillagt (Folkehelselova §20).

## Delmål

Oppnå bedre helse, økt trivsel og læring.

Skape gode undervisnings- og læringsforhold.

Stimulere til en helsemessig gunstig livsstil.

## Fase 2

I fase 2 inviteres fylkesting, Viken samfunn, skolene og elevene med til å komme med innspill. I denne prosessen bør man både beskrive hva som er utfordringer og hvilke tiltak som skal prioriteres videre.