

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Færdigheds- og vidensmål, som EAT-timen kan understøtte:

Efter 6. klassetrin	Sundhedsfremme • Eleven kan vurdere, hvad der fremmer sundhed og trivsel på skolen • Eleven har viden om, hvad der fremmer sundhed og trivlsen
Efter 6. klassetrin	Livsstil • Eleven har viden om normer og idealer for sundhed
Efter 9. klassetrin	Livsstil og levevilkår • Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer i relation til eget liv • Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge

EAT-timen, eksempler på hvordan målene understøttes:

- EAT-menuen er sammensat på en sund måde. Menuen afspejler sundhedsidealene om at spise varieret, spise fisk, spise mange grøntsager, mindre kød mv. Indimellem er der et sødt indslag, men i begrænset mængde.
- EAT repræsenterer en sund livsstil. Maden er sundere end langt de fleste af de frokosttilbud, som de store elever ellers kan købe i nærheden af skolen.
- Fællesskabet i EAT-loungen kan fremme trivslen og give en oplevelse af betydningen af at spise sammen.



EAT