



Lier kommune



www.lier.kommune.no

Sunne og aktive Livinger

Halvårsrapport Juli-desember - 2019



Modell for livsmestring i barnehage og skole

Innholdsfortegnelse

1	Sammendrag og hovedbudskap.....	3
2	Modellen Sunne og Aktive Liunger (SAL)	4
2.1	Bakgrunn og forankring	4
2.2	Helsefremmende levevaner – et smart valg	4
2.3	Målgruppe og målsetning.....	4
2.4	Kontinuerlig utvikling	5
3	Deltagelse i SAL modellen	6
3.1	Status høst 2019	6
4	Deltagelse på SAL aktiviteter høst 2019	7
4.1	Ernæring høst 2019	7
4.2	ABC for mental sunnhet og livsmestring høst 2019	8
4.3	Status deltagelse høst 2019	9
5	God nytteverdi – tilbakemeldinger og evaluering.....	9
5.1	Status nytteverdi høst 2019	9
6	Smart ressursbruk	9
6.1	Frisklivsveileder	9
6.2	Status ressurser høst 2019	10
7	SAL er i kontinuerlig utvikling – planer for våren 2020	10
7.1	Barnehage.....	10
7.2	Barneskole	10
7.3	Ungdomsskole	10
7.4	SAL årshjul – sammen om livsmestring	11
7.5	Status utvikling vår 2020	11
		12
8	Vedlegg 1 Årshjul SAL – skoleåret 2019/2020	12
9	Vedlegg 2 Årshjul SAL BHG– skoleåret 2019/2020	13

1 Sammendrag og hovedbudskap

Sunne og Aktive Liunger (SAL) er en modell for livsmestring i skole og barnehage. Livsmestring er sentralt i et helsefremmende samfunn og en forutsetning for å utvikle robuste liunger som takler hverdagen og er rustet for fremtidige utfordringer. Kort sagt handler SAL om å kunne forstå og ha mulighet til å påvirke avgjørende faktorer for å mestre eget liv.

Målsetningen med SAL er å videreutvikle og styrke barn og unges læringsmuligheter ved å bidra til helsefremmende levevaner og livsmestring. Det settes fokus på trivsel, bevegelsesglede og sunne matvaner. Mer informasjon om SAL finner du på www.lier.kommune.no/sal

SAL modellen har siden 2013 vært i stadig utvikling. Modellen er nå introdusert til totalt 21 barnehager, 9 barneskoler og 2 ungdomskoler i Lier. Målet er at samtlige skoler og barnehager tar del i SAL, og at SAL modellen lokalt tilpasses for å styrke barnehage og skole sitt fokus på livsmestring.

Status og resultater

- God framdrift på innføring av SAL modellen
- Høy aktivitet og god deltagelse på SAL aktiviteter
- God nytteverdi
- Smart ressursbruk
- Kontinuerlig videreutvikling.



2 Modellen Sunne og Aktive Liunger (SAL)

Sunne og Aktive Liunger (SAL) er Lier sin modell for folkehelse og livsmestring i skole og barnehage. Formålet med modellen er å videreutvikle og styrke barn og unges læringsmuligheter ved fokus på livsmestring og evnen til å ta gode helse og trivselsvalg (helsefremmende levevaner). Det settes fokus på trivsel, bevegelsesglede og sunne matvaner.

2.1 Bakgrunn og forankring

Livsmestring er sentralt i et helsefremmende samfunn og en forutsetning for å utvikle robuste liunger som takler hverdagen og er rustet for fremtidige utfordringer. SAL handler om å kunne forstå og ha mulighet til å påvirke avgjørende faktorer for å mestre eget liv.

Satsning på helsefremmende barnehager og skoler er forankret i

- Kommuneplanens samfunnsdel
- Folkehelsestrategien med handlingsdelen
- Kvalitetsplan for skole og barnehage

Utdanningsdirektoratet sier i overordnet del lærerplanen om Folkehelse og Livsmestring:

Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende.

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 utfordringer på en best mulig måte.

Aktuelle områder innenfor temaet er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner hører også hjemme under dette temaet.

2.2 Helsefremmende levevaner – et smart valg

Vi satser på helsefremmende barnehager og skoler fordi forskning og erfaring viser at:

- **Barn og unge som tar gode helse og trivselsvalg har bedre forutsetninger for å lære.** Aktive barn med gode matvaner blir opplagte og friske barn med bedre forutsetninger for å lære.
- **Helsefremmende levevaner gir bedre helse og forebygger helseplager.** Helseplager kan gi frafall fra videre utdanning.
- **Tidlig innsats gir best resultater.** I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende. Læring om gode helse og trivselsvalg i barnehage og skole påvirker vaner for resten av livet.

2.3 Målgruppe og målsetning

Målgruppe:

Ca. 5000 barn og unge i barnehager og skoler i Lier.

Målsetning

Livsmestring – robuste liunger som takler hverdagen og er rustet for fremtidige utfordringer

2.4 Kontinuerlig utvikling

SAL modellen har siden 2013 vært i kontinuerlig utvikling. Sunne og Aktive Liunger (SAL) ble innført høsten 2013 som et treårig utviklingsprosjekt i øvre Lier. I pilotprosjektet deltok ca 500 barn og unge fra 2 skoler: Sylling, Oddevall og 3 barnehager: Dambråtan, Merikroken og Sylling FUS.

Resultatene fra de fem pilotvirksomhetene og tilsvarende tiltak i andre kommuner var svært gode. Det ble i kommunestyre 15. des. 2015 vedtatt en moderat og trinnvis innføring av Liermodellen Sunne og Aktive Liunger i alle barnehager og skoler i Lier. Innføringen startet høsten 2016 og skal pågå fram til 2020.

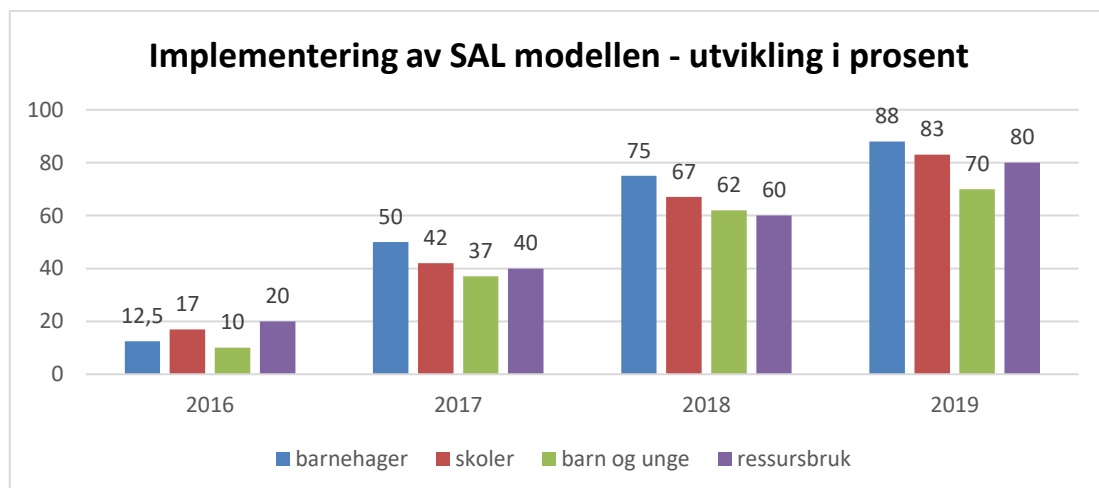
Så langt er modellen introdusert til totalt 21 barnehager, 9 barneskoler og 2 ungdomskoler i Lier. Målet er at samtlige skoler og barnehager tar del i SAL, og at SAL modellen lokalt tilpasses for å styrke barnehage og skole sitt fokus på livsmestring.

Parallelt med implementering blir SAL modellen videreutviklet og lokalt tilpasset den enkelte barnehage og skole. I Handlingsdelen til folkehelsestrategien er det beskrevet følgende utvikling/innovasjonsområder:

- *SAL i friluft* – videreutvikle bruk av uteskole og naturskole
- *SAL aktive lokalsamfunn* – videreutvikle samarbeid med frivilligheten om trygge og gode nærmiljøer
- *SAL mental sunnhet og trivsel* – videreutvikle bruk av sosial, emosjonell læring og ABC for mental sunnhet
- *SAL kunst og kultur* – videreutvikle samarbeidet med kulturskolen om bruk av kunst/kultur opplevelser og aktiviteter
- *SAL trygg i vann* – utvikle tilbud om svømmeopplæring barnehage 5 år
- *SAL hjertesoner* – gjøre det enklere og sikrere for elevene å gå eller sykle til skolen
- *SAL ungdom* – sammen om livsmestring ungdom

Tabellen under synliggjør implementering av SAL modellen fra 2016 til 2019. Utviklingen er beskrevet i prosent utfra andel barnehager, skoler og barn og unge i Lier. Det er også beskrevet ressursbruk som prosent andel utfra trinnvis opptrapping med en kostnadsramme på 500 kr pr barn og unge.

I handlingsprogrammet (HP) 2020-2023 ble det bevilget 2.000.000 til SAL årlig, dvs 400 kr pr barn og unge. Det betyr at det i 2020 blir tilsvarende ressursnivå som i 2019 med kommunale midle. I tillegg kommer SAL relaterte tilskuddsmidler.



3 Deltagelse i SAL modellen

Det var totalt **3403** barn/elever med i SAL modellen høsten 2019, dvs 70% (3403 av 4877)

Skoler som har innført SAL modellen:

- **10 av 12 skoler = 83 % skoledeltakelse**
2147 elever av 3407 elever på barne- og ungdomsskole i Lier kommune tilsvarer en elevdeltakelse på 63 %.

Barnehager som har innført SAL modellen:

- **21 av 24 barnehager = 88% barnehagedeltakelse**
1256 barnehagebarn som utgjør 85 % av totalt 1470 barnehagebarn i Lier kommune

År	Barnehage	Antall barn	Skole	Antall barn
2013	Dambråtan	48	Sylling	290
	Merikroken	29	Oddevall	76
	Sylling FUS	45		
2016	Bakkeli	48		
	Borgestad	42		
	Sprellopp Linnesbakken	104		
	Hennummarka	60		
	Veslefrikk FUS	79		
2017	Utsikten	67	Heia skole	270
	Regnbuen	29	Hennummarka	258
	Heia FUS	81	Egge skole	111
	Linnestranda	55		
2018	Foss	52	Hallingstad	195
	Gunnersbråtan	54	Gullaug	217
	Nøste	81	Hegg	445
	Akebakken	58		
	Tranby	85		
	Helgerud	51		
2019	Jordbærkollen	20	Nordal	30
	Eikenga Espiria	80	Lierbyen	255
	Hasselbakken FUS	88		
	Totalt 21 barnehager	1256	Totalt 10 skoler	2147
	Planlagte deltagere barnehage		Planlagte deltagere skole	
2020	Noas Ark miljøbarnehage	90	Tranby	375
			Høvik	Ca 900

3.1 Status høst 2019

God framdrift på innføring av SAL modellen

- 88% deltagelse barnehage
- 83 % deltagelse skole
- 70% deltagelse barn og unge
 - 85% deltagelse barnehagebarn – 1470 barn
 - 63 % deltagelse skoleelever – 2147 elever

4 Deltagelse på SAL aktiviteter høst 2019

Tabellen under beskriver de 22 SAL aktivitetene som SAL veiledere har bidratt til høsten 2019:

Tiltak SAL Barnehage	Antall barn og unge	Antall voksne
Frukt- og grøntdag på gård	283	48
Aktivitetssprell	206	28
Aktiv i friluft nærmiljø	19	4
Matkurs for barnehageansatte		20
Personalmøter		53
Mat og måltider i barnehagen, foredrag retningslinjer		24
Faglig arena og 1 barnehage personalgruppe		17
Inspirasjonsseminar		500
Sum barnehage	508	694
Tiltak SAL barneskole		
Frukt- og grøntdag 6. trinn	274	22
Oslofjordens friluftsråd/SAL – Aktiv i nærmiljø 5. trinn	258	22
Aktivitetssprell	30	3
SFO Inspirasjonskurs for ansatte		27
Oslofjordens friluftsråd/SAL kurs for lærere 5. trinn		10
TL kurs	190	
Sum barneskole	752	84
Tiltak SAL ungdomsskole		
Lunsj-inspirasjon	255	5
Aktivitet	255	5
ABC for mental sunnhet	255	5
Dans og drama	180	5
Verdensdagen for psykisk helse 9. trinn	350	
Kickoff åpen hall Lierbyen og Tranby	70	
Bonfire Lierbyen	50	
Oslofjordens friluftsråd - Kurs for lærere ved valgfaget «Friluftsliv»		5
Sum ungdomsskole	1415	25
Andre tiltak i regi av SAL		
Smart kosthold for aktive ungdommer – Reistad IL	70	8
Sum andre tiltak	70	8
Totalt antall treff høst 2019 er 3556	2745	811

4.1 Ernæring høst 2019

SAL ernæring har i hovedsak fokus på praktiske tiltak med mål om å øke kunnskap og matglede hos barn og unge i Liers barnehager og skoler. Formålet er å inspirere til å gjøre gode og sunnere matvalg via teori, praktiske oppgaver og eksponering for ulike matvarer og smaker. Det settes også fokus på å bevisstgjøre de ansatte i barnehager og skoler om viktigheten av gode matvaner og hvilket ansvar som ligger i de nasjonale retningslinjene for mat og måltider i barnehage og skole.

Gjennom SAL aktive lokalsamfunn hadde ernæringsveileder foredrag for ungdommer i Reistad IL, et resultat av avtale gjort på Frivilligbørsen.

SAL ernæringsveileder jobber inn mot både barnehage, barneskole og ungdomsskole. Under følger oversikt/uttrekk på de matrelaterte SAL aktiviteter for barn og unge høst 2019

Tiltak SAL Barnehage	Antall barn og unge	Antall voksne
Frukt- og grøntdag på gård	283	48
Aktiv i friluft nærmiljø	19	4
Matkurs for barnehageansatte		20
Personalmøter		53
Mat og måltider i barnehagen, foredrag retningslinjer		24
Faglig arena og 1 barnehage personalgruppe		17
Sum barnehage	302	166
Tiltak SAL barneskole		
Frukt- og grøntdag 6. trinn	274	22
SFO Inspirasjonskurs for ansatte		27
Sum barneskole	274	49
Tiltak SAL ungdomsskole		
Lunsj-inspirasjon	255	5
Sum ungdomsskole	255	5
Andre tiltak i regi av SAL		
Smart kosthold for aktive ungdommer – Reistad IL	70	8
Sum andre tiltak	70	8
Totalt antall treff SAL ernæring	901	228

4.2 ABC for mental sunnhet og livsmestring høst 2019

Lier kommune iverksatt i 2019 trinnvis etablering av ABC for mental sunnhet. Høsten 2019 ble det besluttet at veileder ABC for mental sunnhet skal knyttes mot SAL og ha hovedfokus på mental sunnhet og livsmestring knyttet til ungdom. Arbeidet inngår i prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom»

Det er etablert et samarbeid med 2 ungdomsskoler, hvor det jobbes med å utvikle samarbeidstiltak som styrker mental sunnhet og livsmestring.

Ved siden av den direkte kontakten med ungdomskolene, har det høsten 2019 vært prioritert å etablere et samarbeid med en rekke kommunale instanser som jobber med ungdom. Dette har vært viktig for å gi informasjon om ABC for mental sunnhet og prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom», få informasjon om andre instansers arbeid med ungdom, og opprette et tverrfaglig samarbeid hvor vi kan dra best mulig nytte av komplementerende erfaring og kompetanse.

Under følger oversikt/uttrekk på ABC for mental sunnhet relaterte SAL aktiviteter høst 2019

Aktiviteter ABC for mental sunnhet	Antall barn og unge	Antall voksne
Del av SAL dager – ABC for mental sunnhet (aug)	255	5
Verdensdagen for psykisk helse for 9.klasse (okt)	350	
Verdensdagen for psykisk helse for 2 kl vgs Lier og st. Hallvard (okt)	350	
Samarbeidsmøter		50
- Opprettelse av samarbeid med ungdomshuset V2 ved Rune Drangslund (nov)		
- Opprettelse av samarbeid med ungdomshjelpa ved Kristin Sveaas (nov)		
- Opprettelse av samarbeid med ungdomsteamet NAV Lier. (nov)		
- Opprettelse av samarbeid med familieteamet ved Pernille Elvebredd og Mona Kristiansen. (nov)		
- Opprettelse av samarbeid med helsestasjonen gjennom fagmøte (nov)		
- Opprettelse av samarbeid med PPT ved Kristin Eggum Ege (Des)		
- Opprettelse av samarbeid med Tranby ungdomsskole ved Anette Fossnes (Des)		
- Videreføring av dialog med Lierbyen ungdomsskole (Des)		
Intervju i Lierposten og Drammens tidende om ABC og livsmestringsprosjektet (nov)		2
Opprettelse av dialog med doktorgradsstipendiat Heidi Bjøntegård ved NMBU. (des)		3
Totalt antall treff	955	60

4.3 Status deltagelse høst 2019

Høy aktivitet og god deltagelse på SAL aktiviteter

- Totalt 3556 treff høsten 2019. Målet er minimum 8000 treff for skoleåret 2019/2020
 - 2745 barn og unge
 - 811 voksne

5 God nytteverdi – tilbakemeldinger og evaluering

Det er gjennomført 22 SAL tiltak og tilbakemeldingene er gode. SAL veilederne benytter ulike evalueringsverktøy for å vurdere effekt av SAL tiltakene. De benytter blant annet IGP metoden, «Ringstadbekk- krysset og GLL. Vi vil i rapporten for skoleåret 2019/2020 ytterligere konkretisere funn fra evalueringene.

5.1 Status nytteverdi høst 2019

SAL tiltakene vurderes å ha god nytteverdi

Noe som også fremkommer av de SAL relaterte nyhetssaker høsten 2019

- [Aktive frukt- og grønndager for femåringer](#)
- [Fortalte om psykisk helse til skoleungdommen](#)

6 Smart ressursbruk

Det er utarbeidet en trinnvis økonomisk opptrappingsplan for drift av SAL tiltak i skole og barnehage. I 2016 var økonomisk ramme 500.000, 1.000.000 i 2017 og 1.500.000 i 2018. Rammene for 2019 var 2.000.000, og i HP 2020-2023 er det bevilget 2.000.000 årlig til SAL. Det er 400 kr pr barn og unge.

SAL modellen tilrettelegger for **smart ressursbruk**. 2/3 av tiltakene er videreutvikling og dekkes innenfor eksisterende rammer til barnehage og skole, mens 1/3 er nye SAL tiltak. SAL ressursene brukes til nye SAL tiltak som ledes/koordineres av SAL veiledere.

SAL midlene har høsten 2019 blitt benyttet til

- 180% SAL veiledere
- 22 SAL tiltak – se punkt 4 deltagelse på SAL aktiviteter høst 2019
- Aktivitetsutstyr til barnehage og skole
- Matvarer til ernæringstiltak i barnehage og skole
- Trykksaker og informasjonsmateriell
- Kompetanseutvikling

6.1 Frisklivsveileder

Det er 5 personer som er SAL veiledere og jobber systematisk med å støtte barnehage og skole med å implementere og videreutvikle SAL modellen. Høsten 2019 delte de 180% stilling eller 1,8 årsverk.



Anette Larsen
Akselsen
Idrettspedagog 20%



Iren Vagstad
Ellingsen
Ernæring 60%



Annette Rud
Fysioterapeut 30%



Thomas S. Røilid
Fysioterapeut 50%



Ida Steen Eriksen
Familieterapeut 20%

6.2 Status ressurser høst 2019

SAL modellen bidrar til smart ressursbruk.

- 2/3 videreutvikling av eksisterende tiltak og 1/3 nye innovative tiltak.
 - Ressursbruk 2019 2.000.000

7 SAL er i kontinuerlig utvikling – planer for våren 2020

7.1 Barnehage

- Videreutvikle SAL barnehage – vurdere metodikk for evaluering av effekt
- Gjennomføre pakkevalg for SAL barnehager:
 - 2 Fisk på menyen
 - 4 Smaksopplevelser
 - 7 Aktiv i friluft - Nærmiljø
 - 13 Dans og lek for de miste (2-3 år)
 - 6 Kompetansepakker for ansatte – lekekurs, matkurs m.m
- Trygg i vann for 5 åringer – 5 økter for 90 deltagere. Samarbeid med Lier svømmeklubb
- Vurdere metodikk for SAL kartlegging i barnehage
- Markere Verdens aktivitetsdag

7.2 Barneskole

- Videreutvikle SAL barneskole – vurdere metodikk for evaluering av effekt
- Sunn og aktiv i friluft Eiksetra for 7.trinn – ca 300 elever
- Inn på tunet for 3. trinn – fellesmåltid – ca 300 elever
- BUA Aktiv turné - bevegelsesglede
- Gjennomføre pakkevalg fra SAL skoler våren:
 - 9 Aktivitetssprell
 - 6 Smaksopplevelser (1-3 trinn)
 - 8 Matpakkeverksted (4-7 trinn)
 - 1 Inspirasjonskurs for SFO ansatte
 - 1 Inspirasjon til bevegelsesglede og læring for lærere
- Avklare oppstart SAL Høvik barneskole
- Vurdere videreutvikling av metodikk for SAL kartlegging i barneskole
- Markere Verdens aktivitetsdag

7.3 Ungdomsskole

- Gjennomføre fase 2 i prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom». Se prosjektbeskrivelse
- Følge opp initiativ fra pilotskole Lierbyen og Tranby om livsmestring og ungdom
 - 2 Tankevirus (av 3 økter)
 - 1 «Who am I» kurs med inkludert tankevirus (6 økter)
 - 2 Lekekurs ansatte
 - 2 Matkurs og veiledning med kantinedrift
- Etablere SAL, ABC og livsmestringssamarbeid med Høvik – avklare form
- Reetablere SAL samarbeid med Sylling, utvide med ABC og livsmestringssamarbeid.

7.4 SAL årshjul – sammen om livsmestring

Det ble våren 2018 etablert et SAL årshjul for barnehager og skoler for å sikre ønsket fremdrift fra skoleåret 18/19. Evalueringen av dette årshjulet gjorde at vi har gjort enkelte justering, samt er aktivitetene for 2019/2020 lagt inn i «Aktivitet og kompetanseplan for Liers barnehager og skoler», se vedlegg.

Målet er at SAL årshjul i større grad bli en integrert del av lærerplanen for skole året 2020/2021, slik at vi er **sammen om livsmestring** i barnehage og skole.

7.5 Status utvikling vår 2020

SAL er i kontinuerlig utvikling

- **SAL barnehage** – videreutvikle, kontaktperson SAL og Friskliv veileder Anette Larsen Akselsen
- **SAL barneskole** – videreutvikle, kontaktperson SAL og Friskliv veileder Thomas S. Røilid
- **SAL ungdomsskole** – etablere og utvikle, kontaktperson v/SAL og Friskliv veileder Annette Rud
- **SAL ernæring** – videreutvikle, kontaktperson SAL og ernæringsveileder Iren Vagstad Ellingsen
- **SAL og ABC for mental sunnhet** – etablere og utvikle, kontaktperson veileder SAL og ABC for mental sunnhet Ida Steen Eriksen
- **Innovasjon og utviklingsområder** kontaktperson Folkehelsekoordinator Live Brekke
 - *SAL i friluft* – videreutvikle bruk av uteskole og naturskole
 - *SAL aktive lokalsamfunn* – videreutvikle samarbeid med frivilligheten om trygge og gode nærmiljøer
 - *SAL mental sunnhet og trivsel* – videreutvikle bruk av sosial, emosjonell læring og ABC for mental sunnhet
 - *SAL kunst og kultur* – videreutvikle samarbeidet med kulturskolen om bruk av kunst/kultur opplevelser og aktiviteter
 - *SAL trygg i vann* – utvikle tilbud om svømmeopplæring barnehage 5 år
 - *SAL hjertesoner* – gjøre det enklere og sikrere for elevene å gå eller sykle til skolen
 - *SAL ungdom* – sammen om livsmestring ungdom

Sunne
og aktive
Livunger

8 Vedlegg 1

Årshjul SAL – skoleåret 2019/2020

Bevegelsesglede, matglede, trivsel og livsmestring i skolen

Årstid	Samarbeidstiltak for livsmestring:	Elever:	Foreldre:	Ansatte:	Ansvar:	Beskrivelse av pakker:	Oppgi: -valgt pakke - antall elever -ønsket ukedag - tidspunkt
Høst	➤ Praktisk aktivitet og matkurs for ansatte SFO v/Siv Olsen og Frisklivssentralen ➤ Frukt og grønt dag på gård for 6.trinn ➤ Aktiv på skoleveien Buskerudbyen v/Siv ➤ TL Lekekurs Kompetansepakker for ansatte 1. Inspirasjonskurs til mat- og helsefaget v/Ernæringsveileder og Mat- og helsefaglærer 2. Lekekurs v/ Frisklivsveileder	x x x x		x x x x x x	SAL v/Siv Olsen SAL Skolen TL/skolen SAL SAL	1. Ideer til godt innhold i mat og helsetimene. Hva er det smart å fokusere på. Teori og praksis. 2. Praktisk lekekurs med innspill til lekbasert aktivitet med fokus på tilfeldige vinnere, bevegelsesglede og mestringsopplevelse.	
Vinter	➤ TL Lekekurs ➤ Aktiv i friluft – nærmiljø 5. trinn ➤ Aktiv i friluft – nærmiljø ➤ Inspirasjonskurs for lærer ved 5.trinn ➤ Sunn og aktiv i friluft på Eiksetra 7.trinn Matgledepakker (Velg ut <u>ett</u> trinn) 3. Smaksopplevelser (målgruppe 1.-3. trinn) 4. Matpakkeverksted (målgruppe 4.-7. trinn)	x x x x x x		x x x x x x	TL/skolen Oslofjordens friluftsråd Oslofjordens friluftsråd SAL SAL SAL	3. Utfordre sansene våre i møte med ulike matvarer. 4. Inspirasjon til fargerike og næringsrike matpakker.	
Vår	➤ Årlig evaluering ➤ Kartlegging av vaner og trivsel ➤ Aktiv på skoleveien Buskerudbyen v/Siv Olsen ➤ Landbruksdagen 3.trinn ➤ Markere Verdens aktivitetsdag 10.mai ➤ BUA Aktiv Turnè Aktivitetspakker (Velg ut <u>ett</u> trinn) 5. Aktivitetssprell i gymsal 6. Aktivitetssprell ute	x x x x x x x x		x x x x x x x x	Kari-Ann Dale Skolen Buskerudbyen/Skolen Inn på tunet gårdene Skolen BUA SAL SAL	5 og 6 Lekbasert aktivitet med fokus på tilfeldige vinnere, bevegelsesglede og mestringsopplevelse.	

9 Vedlegg 2

Årshjul SAL BHG- skoleåret 2019/2020

Bevegelsesglede, matglede, trivsel og livsmestring i skole

Årstid	Samarbeidstiltak for livsmestring:	Barn:	Ansatte	Foreldr	Ansvar:	Beskrivelse av opplegg:	Oppgi:
Høst	➤ Frukt og grønt dag på gård for 5.åringene(førskolegruppa)	x	x		SAL	Alle 5-åringene(førskolegruppa) i barnehagen får en dag på gård med fokus på «fem om dagen»	
	Aktivitetspakker (velg 1-2 årstrinn)						
	1. Aktivitetssprell ute/gymsal	x	x		SAL	1. Aktivitetssprell inne eller ute er praktisk læring og tips til ulike aktiviteter v/SAL veileder. Målgruppe store barn 3-5 år.	
	2. Dans og lek	x	x		SAL	2. Dans og lek for de minste er bevegelsesglede i praksis med musikk og moro. Målgruppe 1-2 år.	
Vinter	➤ Inspirasjonsdag for ansatte		x		SAL	Egen dag for alle ansatte i SAL-barnehagene på Lier kulturscene med fokus på livsmestring med trivsel, matglede og bevegelsesglede	
	Kompetansepakke for ansatte						
	3. Matkurs		x		SAL	3. Teori, litt om retningslinjer for mat og måltider i barnehagen fra Helsedirektoratet, og så skal vi selvsagt lage mat ☺	
	❖ Årlig evalueringsmøte		x		Barnehagen	4. Et praktisk matkurs om ulike smaker og varierte matvaner v/SAL ernæringsveileder. Målgruppe små og store barn 2-5 år.	
Vår	Matgledepakker (Velg 1-2 årstrinn)						
	4. Smaksopplevelser	x	x		SAL	5. Et praktisk matkurs og tips til ulike fiskeretter som barn liker v/SAL ernæringsveileder. Målgruppe store barn 4-5 år.	
	5. Fisk på menyen	x	x				
	Mat og bevegelses glede (velg 1-2 årstrinn)						
Vår	6. Sunn og aktiv i friluft i nærmiljø	x	x		SAL	6. Praktisk læring og tips til ulike aktiviteter og matretter på tur v/SAL veileder. Vi går på tur i barnehagens eget turområde og har matlaging på bål. Målgruppe store barn 4-5 år.	
	❖ Kartlegging av vaner og trivsel (Hvert 2 år)		x	x	SAL og bhg		
	❖ Markere Verdens aktivitetsdag 10.mai	x			Barnehagen		
	Kompetansepakke for ansatte						
Vår	7. Aktivitetslederkurs/Lekekurs		x		SAL	7. Aktivitet og lekekurs v/ SAL veileder. Det settes fokus på bevegelsesglede, tilfeldige vinnere og «alle skal med»	

Første år med SAL – modellen barnehage:

Barnehagen gjennomfører de obligatoriske SAL aktivitetene, i tillegg er noe flere tiltak fastsatt:

- Høst:**
- Oppstartsmøte med leder og informasjon om SAL på personal møte/planleggingsdag
 - Kartlegging 3,4 og 5 åringer- mat, aktivitet og trivsel
 - Matglede utstyrspakke utdeles på Fukt og grønt dag
 - Aktivitetsprell m/ utstyrskasse i september/oktober
- Vår:**
- 1 Matglede eller aktivitetsglede pakke utfra kartlegging og Årshjul 2019/2020

Sunne
og aktive
Lunger

Beskrivelse av Årshjul - fremgangsmåte

Fargekoder:

➤ **Obligatoriske SAL aktiviteter (fet skrift)**

Blå Kompetansepakker for ansatte

Rød Aktivitetspakker

Grønn Matgledepakker

Valg av pakker barnehage:

1. Barnehagen gjennomfører alle de obligatoriske SAL aktivitetene i løpet av barnehageåret
2. Barnehagen velger **1 grønn** og **1 rød pakke** i årshjulet- altså to pakker igjennom et barnehage år
3. Barnehagen står fritt til å velge **1 blå** kompetansepakke for de ansatte
4. Utfylt årshjul returneres til oppvekstsjef, Kari-Ann Dale pr. epost.
Epost: kari-ann.dale@lier.kommune.no
5. **Svarfrist 31. august 2019**

Valg av pakker:

1. Skolen gjennomfører alle de obligatoriske SAL aktivitetene i løpet av skoleåret.
2. Skolen kan ønske 1 til 2 pakker og kurs for skoleåret 2019/2020.
3. Utfylt årshjul returneres til oppvekstsjef, Kari-Ann Dale pr. epost.
Epost: kari-ann.dale@lier.kommune.no
4. **Svarfrist 30.august 2019**