

**Projekt navn:** (Sund) krop og Sjæl // Sundheds-Lab

**Projektansvarlig:**

**Hvad vil vi opnå med projektet?:**

at sætte fokus på et sundt og aktivt liv via et børne-sundhedslaboratorium . Sekundært at skabe positiv opmærksomhed omkring Ellebjerg Skole for kommende potentielle elever og forældre.

**Hvorfor vil vi det?:**

**Målgruppe(r):**

aktiviteterne skal appellere bredt til alle elever, men niveauet skal kunne matche kommende 0. klasser, så deres forældre har et incitament til at dukke op med deres børn.

**Hvilke aktivitet(er) består projektet af?:**

10-15 stationer med prøver/aktiviteter som eleverne skal igennem for at modtage et sundhedsbevis og evt. lille gave (sund drikkedunk eller andet). Stationer skal bemandedes af lokale aktører, skolen eller andre aktører med fokus på sundhedsfremme. Aktiviteterne bør udfolde sig inden for en ramme af sjove og opsigtsvækkende aha-oplevelser og gerne med masser af praktiske, visuelle forsøg, der planter idéer til sund levevis.

**Eksempler på stationer:**

- Morgenmadforsøg (sund/usund), madens funktion for velvære
- kroppens opbygning/styrke – hvad skal der til for at opbygge muskler, knogler m.v.
- Kroppens organer og funktion – sæt dem på plads i demomodel
- Kend din bydel: spørgsmål om foreningslivet; hvor kan man klatre, hvor mange fodboldforeninger er der osv.
- En eller to foreninger og Foreningsguiderne med en leg/prøve
- Leg med motion og dets betydning for velvære –motion i hverdagen
- Madpakker; lav en lækker, sund, nem frokost/mellemmåltid til dig selv.
- Måle farten i et skud på mål e.lign.
- Kroppens ydre kropsdele

Planen er at afsætte midler til, at alle stationer kan ”søge” lidt til aktivitetsudstyr, så de ikke har de store udgifter ved at deltage.

**Oplæg:**

- Vi forestiller os, at Ellebjerg Skole og Lokaludvalget byder velkommen og at invitere Sundheds- og Omsorgsborgmester Ninna Thomsen og/eller Børne- og Ungdomsborgmester Anne Vang til at åbne arrangementet.
- Desuden vil vi prøve at få et oplæg om ”Mental sundhed i skolen” af Karen Wistoft på plads, som evt. kunne lægges i slutningen af dagen, så forældre og interesserede lærer kunne lytte med de sidste 45 min, mens børnene rydder op.

# Projektskabelon



**Hvorfor er de aktiviteter egnede til at opnå formålet?:**

**Forventede resultater:**

**Kort sigt:**

**Langt sigt:**

**Samarbejdspartnere:**

**Tidsplan:**

Projektet afholdes en dag i september kl. 11-14 på Ellebjerg Skole.

**Hvilke forventninger er der til sekretariatet?:**

**Budget: 57.000 kr.**

Projektmedarbejder	20 dage á 7 timer (150 kr.)	21.000
2 x ½ side annonce, porto, grafik	10.000+2.000+1.000	13.000
Oplægsholder		5.000
Understøttelse af de 10-15 stationer (materialer, udstyr, evt. honorar)		15.000
Præmier	Lokaludvalgets merchandise benyttes, Aarstiderne, lokale supermarkeder m.fl.	0
Evt. frikøb af læretimer til koordinering		3.000
I alt		57.000