



Invitation til projekt **Generation Sunde Børn**

I forskningsprojektet Generation Sunde Børn ønsker vi at undersøge, hvordan vi kan skabe de bedste rammer for et sundt børneliv i trivsel for alle børn. Projektet er målrettet **børn i 1. og 2. klasse** og strækker sig over to skoleår (2023/2024 og 2024/2025). Projektet har et særligt fokus på mad, bevægelse, søvn og skærmvaner med omdrejningspunkt i barnets skole, SFO og lokalområde. Du kan læse mere om projektet på vores hjemmeside: www.generationsundebørn.dk.

I projektet indgår følgende **kerneaktiviteter**:

- Indførelse af 3x45 min. ekstra fysisk aktivitet om ugen (FIT FIRST 10).
- Gratis skolemad til børn i de involverede klasser i to skoleår.
- Udstyr til at understøtte mere bevægelse i frikvarterer.
- Fire forældre-workshops om børns søvn- og skærmvaner.
- Tilbud om familieaftener og andre aktiviteter for børn og forældre.

Projektet indebærer et **samarbejde med lokalområdet** omkring skolen, bl.a. med lokale sportsforeninger om at inkludere flere børn i foreningslivet. Endvidere indgår **valgfri elementer** som fx samarbejde med jeres SFO omkring mad- og måltidstilbuddet i SFO'en.

I projektet vil jeres personale som minimum modtage:

- 6 timers kursus for klassernes idrætslærere og skolepædagoger i FIT FIRST 10 (samt undervisningsmaterialer til dette).
- 4 timers kursus for lærere og pædagoger vedr. skolemadsindsatsen.
- 3 timers kursus for klassens mest centrale lærere og pædagoger vedr. søvn- og skærmvaner.

Alle aktiviteter tilpasses, så de harmonerer med skolens hverdag og rammer.

Forskningsprojektet er baseret på et såkaldt **lodtrækningsdesign**. Det betyder, at deltagende skoler ved lodtrækning bliver fordelt til enten at være en indsatskole (intervention) eller en sammenligningsskole (kontrol). På den måde kan vi undersøge, om projektindsatsen gør en forskel i sammenligning med de skoler, hvor der ikke gennemføres de ekstraordinære indsatser.

Projektet gennemføres i et samarbejde mellem Syddansk Universitet, Københavns Universitet samt Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Region Hovedstaden. Projektet er støttet af Novo Nordisk Fonden.

Vi kommer meget gerne ud på skolen og giver jer yderligere information om projektet samt svarer på eventuelle spørgsmål.

Vi ser frem til at høre, om I kunne have interesse i at være med.

Med venlige hilsner,
Teamet bag Generation Sunde Børn