

VI BRYR OSS OG VIL BEVEGE

Drammens Tidende

LØRDAG

13. september 2014 • Uke 37 • Nr 211

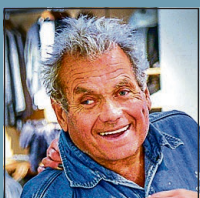
FLERE NYHETER PÅ DT.NO

Løssalg kr. 30,-

TIPS: 03232

GULSKOGEN-JOBB I 50 ÅR

Øyvind Eie har jobbet femti år på Gulskogen. - Han er sola vår, sier senteransatte. SIDE 8-9



VELGER SUNN SKOLEMAT

Kantinekort hjelper elever ved Hokksund ungdomsskole til å velge sunn skolemat. SIDE 4-5



Sliping og lakking

av alle typer parkett og tregulv!

Legging av belegg og parkett.

Pål's GULV SERVICE AS

Tlf. 32 83 00 60/91 54 03 50

David Nielsen etter 100 dager som Godset-sjef:

“Når et lag taper, er det like mange fotballtrenere som innbyggere i byen. Men for en klubb og en by er det alltid best at det er én trener.

STORT INTERVJU PÅ SIDE 50 - 55

MOTESKAPER PER SPOOK

Fra jetsetliv i Paris til bærtur i Sigdal

LØRDAG SIDE 17-22



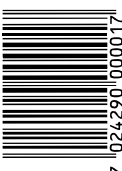
FOTO: SVEN-ERIK RØED

SIF VS BRANN

LØRDAG
13.09. KL. 18:00



ekte kjærlighet



7 024290 000017



JA-MAT: Helsedirektoratet gir tomme opp for frukt og grønt.

Retningslinjer for skolemåltidet

Helsedirektoratet har utarbeidet egne retningslinjer for skolemåltidet. Målet er gode måltider og et sunt mat- og drikketilbud på skolen, sier de.

Her er direktoratets retningslinjer for hva skolene bør tilby og ikke tilby av matvarer:

Skolene bør tilby elevene:
Frukt og grønnsaker
Lettmelk, ekstra lett lettmelk eller skummet melk
Enkel brødmat
Tilgang på kaldt drikkevann
Et trivelig spisemiljø
Minimum 20 minutter matpause
Fullt tilsyn i matpausen i 1.-4. klasse, helst også på høyere klassetrinn
Måltider med maksimalt 3-4

timers mellomrom
Kantine eller matbod på ungdoms- og videregående skole

Skolene bør ikke tilby:
Brus og saft
Potetgull, snacks og godteri
Kaker, vafler og boller til daglig

Skolekantinene bør ha et mattilbud basert på:
Varierte og grove brødvarer

Lettmargarin eller myk margarin
Variert pålegg
Frukt - hele, i stykker eller som pålegg og tilbehør
Grønnsaker - skåret opp og lagt i vann, som pålegg, salat eller varmrett
Skummet melk, ekstra lett lettmelk og lettmelk
Juice og kaldt drikkevann



SKOLEMATENS VENNER: Unn Karin Olsen, daglig leder.

- Positivt tiltak

Skolematens Venner er positive til kantinekortet, men ønsker seg aller helst et gratis skolemåltid ved norske skoler.

- Det er veldig bra at mulighetene til å velge usunn skolemat begrenses, samtidig som foreldrene får mulighet til å følge med på hva ungene spiser, hvis de ønsker det, sier daglig leder i Stiftelsen Skolematens Venner, Unn Karin Olsen.

Hun presiserer at det viktigste er at skolene har sunn mat tilgjengelig for alle som ikke har matpakke. For Skolematens Venner er målet et gratis skolemåltid for alle elevene, i regi av skolen. Det ville hatt positiv effekt på en rekke av utfordringene den norske skolen opplever i dag, mener hun.

- Det første som skjer på skoler som innfører felles skolemåltid, er at trivselen øker. Elever har det rett og slett bedre når de spiser sammen. Mange undersøkelser viser også at når elevene spiser sunn og god mat, lærer de bedre, sier hun.

- Det blir bedre læringsmiljø i klassen når alle har fått riktig næring. Uro og trøtte elever er et vanlig fenomen i norske skoler, fordi mange elever spiser søtsaker og boller eller ikke spiser i det hele tatt i løpet av dagen.

Olsen mener at et ernæringsmessig godt sammensatt skolemåltid er den beste måten å sikre at elevene får det de trenger for å holde konsentrasjonen oppe.

Hokksund ungdomsskole først i Norge

Kantinekort sikrer

Med kantinekortet i hånden kan Birk (12) kjøpe hva han vil til lunsj. Samtidig vet mamma hva han spiser. Ved Hokksund ungdomsskole får elevene nå hjelp til å velge sunn skolemat.

CAMILLA Ø. ONDRCKOVA
camilla.ovrebo.ondrckova@dt.no
916 86 803

Ikke en skolebolle i sikte. Ei heller brus. Derimot sirlige rader med grove bagetter, rundstykker og dagens varmrett - boboli med pesto, mozzarella og tomat. Kun sunne fristelser er å skimte bak disken i kantine på Hokksund ungdomsskole.

På fremsiden står elevene klare til å velge fra dagens utvalg av skolemat, med et kantinekort i hånden til hjelp.

- Da har du 425 kroner igjen på kortet, sier kantineansvarlig Hanne Merete Andersen, og sveiper betalingskortet til nestemann i køen over leseren.

Pilotprosjekt

Ved Hokksund ungdomsskole innførte de kantinekort som betalingsløsning i vår. Som den første og eneste skolen i Norge kan elevene nå betale med kortet som foreldrene fyller penger på, samtidig som de foresatte har kontroll på hvor barna kjøper skolematen.

Andersen var den som kom opp med ideen om å innføre et kantinekort. Med kokkeutdanning og fartstid som kostøkonom så hun bare fordeler med å innføre et eget kantinekort:

- Jeg kjente til bruken av kort i kantiner, og flere av elevene nevnte det samme. Vi ønsket å slippe å håndtere kontanter, samtidig som jeg som forelder så fordelene ved å ha kontroll på hva ungene kan kjøpe.

Maset om penger og pengehåndtering i kantine forsvinner. Det samme gjelder tilgangen på usunne fristelser i butikken ved siden.

Andre boller

En kjapp prat med noen av



KANTINEKORT: Når Birk Andersen kommer til kassen, kan han nå betale med kortet foreldrene setter inn penger på. Kortet kan bare brukes i kantine og forhindrer kjøp i butikken. **FOTO: FREDERIK RINGNES**

elevene rundt bordene, viser at kortet gjør sin misjon.

- Skolebrød og cola, svarer Andreas Nilsen (12) kontant, på spørsmålet om hva som blir skolemat, når kantine byttes ut med nærmeste matbutikk.

Birk Andersen (12) lar seg også friste til å skifte ut dagens grove baguett, med mer usunne varianter, når handleturen ender i butikken:

- Ostebriks, skolebrød og brus, svarer han ærlig.

- Jeg kjøpte croissant og sjokolademelk i dag. Men jeg kjøper ofte ostebriks altså, legger Andrea Kirstine Thon Saksum (12) kjapt til. Hun er dog klar over at det finnes bedre påfyll enn tomme, franske kalorier:



Mange undersøkelser viser at når elevene spiser sunn og god mat, lærer de bedre.

Unn Karin Olsen, Stiftelsen Skolematens Venner

29 prosent

av elevene på ungdomsskolen har ikke med seg matpakke på skolen. Det er også bare ni prosent som har med seg frukt, og kun seks prosent grønnsaker.

KILDE: Helsedirektoratet, Mat og måltider i grunnskolen



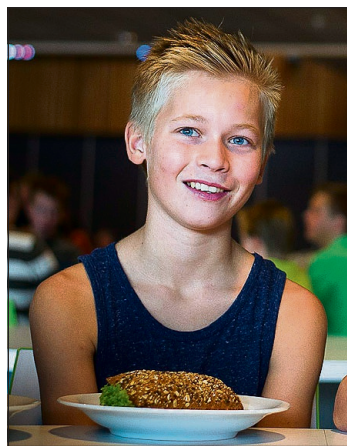
Barn og unge tilbringer mange timer på skolen hver dag. Et sunt skolemåltid og gode rammer rundt måltidet kan fremme helse og trivsel på skolen.

Knut Inge Klepp, Helsedirektoratet

sunne matvaner



BIRK ANDERSEN: - Hvis jeg handler på butikken, kjøper jeg ostebriks, skolebrød og brus.



ANDREAS NILSEN: - Skolebrød og cola, hvis jeg handler på butikken.



ANDREA KIRSTINE T. SAKSUM: - Croissant i dag.



BLID: Forretningsutvikler Stian Hellegaard ved Espos Norge er fornøyd med prosjektet ved Hokksund.

Ønsket av flere

Drammensfirmaet som leverer kantinekortet til Hokksund ungdomsskole satser nå på å kunne tilby kortet til skoler over hele landet.

Det er drammensfirmaet Espos Norge som har utviklet og leverer kantinekortet til Hokksund ungdomsskole.

Firmaet, som jobber med kontantløse betalingsløsninger, er strålende fornøyd med erfaringen. Etter pilotprosjektet ved skolen i Hokksund, er det nå klart for at kantinekortet kan tilbys til skoler over hele landet, sier Stian Hellegaard, forretningsutvikler i Espos.

- Vi har kjørt pilot i Hokksund i et halvt år, og tilpasset og forbedret det etter tilbakemeldinger fra foreldre, ansatte og elever.

Nå kan kantinekortet tas i bruk av flere:

- På mandag implementerte vi kortet på en skole på Hamar. Fra neste uke kommer vi til å gå aktivt ut med å selge kortet til flere skoler.

KANTINEKORTET

- En kontantløs betalingsløsning for skolekantiner.
- Kortet kan kun brukes i kantina ved skolen.
- Brukeren fyller på penger via egen hjemmeside, og registrer kortet til sin brukerprofil.
- Kortet er personifisert.
- Drammensfirmaet Espos Norge A/S leverer kortet.
- Hokksund ungdomsskole er den første skolen i Norge som bruker kortet.

- Jeg tror ikke akkurat det er bra for kroppen min, nei.

Billig, god og sunn mat

Samtlige elever synes derimot det er bra å slippe stresset med å ha med penger. De skryter

også av den gode maten og de lave prisene. Ti kroner koster et grovt rundstykke med pålegg.

- Vi selger til kostpris, målet er å gå i null, forklarer Andersen, som baker rundstykker hver morgen. I tillegg kan elev-

ene velge mellom ulike varmretter i løpet av uken. Kortet blir stadig mer populært, og tilbakemeldingene er positive. Samtidig ønsker Andersen seg enda mer bevisste foreldre, og flere elever som handler i kanti-

nen.

- Det er nå engang slik at grovt brød med pålegg er sunnere enn skolebrød, smiler hun. Det har i alle fall elevene skjont.

SE VIDEO PÅ DT.NO