



STRAND KOMMUNE

FAMILIENS HUS

Jørpeland helsestasjon 51 74 21 80

Tau helsestasjon 51 74 21 60

INFORMASJON TIL FORESATTE OM VEIING OG MÅLING I SKOLEN

Vekt og høydeutvikling er en viktig indikator på barns utvikling og trivsel. Forekomst av overvekt er økende i Norge som i resten av Europa. Med det følger økende risiko for sykdom hos både barn og voksne.

Det er derfor særlig viktig å legge vekt på forebygging av overvekt hos barn og unge. Helsedirektoratet anbefaler rutinemessige målinger av høyde og vekt på gitte alderstrinn i det forebyggende helsearbeidet i skolehelsetjenesten. Dette for å sikre god oppfølging av det enkelte barn og for å følge med utviklingen i barnepopulasjonen.

For skolehelsetjenesten innebærer anbefalingene veiing og måling i **3. og 8. klasse**. Veiing og måling vil foregå individuelt, med formål om å avdekke uheldig vektutvikling.

Ved avvik fra de nasjonale/faglige retningslinjene vil foresatte få en tilbakemelding på barnets vekt og høyde.

Helsesøster tar kontakt, med tilbud om samtale og videre oppfølging. Det er langt enklere å forebygge enn å behandle overvekt. Det er også viktig å fange opp hvis barnet legger for lite på seg.

Ved å etablere gode levevaner tidlig, reduseres risiko for sykdommer senere i livet. Gode levevaner som riktig kosthold og fysisk aktivitet, vil gi en helsegevinst for hele familien.

For mer informasjon: <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/nasjonale-faglige-retningslinjer-for-veiing-og-maling-i-helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>

I **3. klasse** vil helsesøster i nærmeste fremtid hente inn elevene for å måle høyde og vekt.

I **8. klasse** vil høyde og vekt bli målt ved 8. klasse helseundersøkelse.

Dersom det er spørsmål rundt denne undersøkelsen, vennligst ta kontakt med helsesøster på

Telefon 51 74 21 80

Med vennlig hilsen

Irene A. Sandal

.....
Helsesøster