


Nr.: STS-018	<b>Tækniskólinn</b>	
Útgáfa: 3.0		
Dags: 12.12.2013	<b>Heilsustefna</b>	
Höf: Björg Jónsdóttir		
Ábm: Skólameistari		
Síða 1 af 1		

### Markmið:

Að skólinn sé heilsuefandi framhaldsskóli og vinni samkvæmt markmiðum landlæknisembættisins. Þannig mun skólinn stuðla markvisst að velferð og góðri heilsu bæði nemenda og starfsfólks.

### Heilsustefna Tækniskólans á m.a.:

- Að auka vitund nemenda og starfsfólks um mikilvægi góðrar andlegrar og líkamlegrar heilsu.
- Að gera heilbrigðan lífsstíl sýnilegan
- Að leggja áherslu á og bjóða upp á hollt mataræði nemenda og starfsfólks
- Að leggja áherslu á og bjóða upp á fjölbreytta daglega hreyfingu nemenda og starfsfólks
- Að leggja áherslu á öryggi nemenda og starfsfólks

### Aðgerðir:

Stýrihópur um Heilsuefandi framhaldsskóla skal vera starfandi.

Matur sem í boði er skal í megindrátum fylgja [Handbók um mataræði í framhaldsskólum](#), sem útgefin er af Landlæknisembættinu.

Heilsuvika/-dagar skal vera árviss viðurður auk þess sem taka skal þátt í amk 1 almenningsíþróttaviðburði á ári.

Íþróttaaðstaða skólans er opin öllu starfsfólki skólans og íþróttir í boði fyrir alla nemendur.

Til staðar skal vera öryggis- og viðbragðsáætlun sem endurskoðuð er reglulega.

### Heilsuefandi framhaldsskóli – markmið og viðurkenningar:

- Næring – brons
- Hreyfing – silfur
- Geðrækt –
- Lífsstíll –