

Diabetesforeningen: Husk sundhed i skolereformen

**Af Henrik Nedergaard, adm. dir. i
Diabetesforeningen**

Kommer dine børn oftere kommer hjem fra skole med svedigt tøj eller skal de flere dage om ugen have pakket idrætstøj med i tasken? Så vær glad for, at dine børn går på en skole, der har taget sundheden i den nye skolereform alvorligt.

Det er nemlig langt fra alle steder, skolereformens formuleringer om 45 minutters daglig bevægelse er udmøntet i regulær fysisk aktivitet, som gavner børnene.

Diabetesforeningen frygter, at sundheden – trods de gode intentioner – bliver glemt i den nye skole og bliver til stående læsning og luntetrav frem for reel motion, der giver eleverne sved på panden.

De første erfaringer viser desværre, at der er grund til at være bekymret. Skolereformens aftaletekst er nemlig så løst formuleret, at "bevægelse" kan være, at eleverne står op og øver talemåder frem for at sidde ned. Det er helt skævt i forhold til Sundhedsstyrelsens motionsanbefaling til børn, som er en times daglig motion og tre gange en halv times intensiv fysisk aktivitet om ugen.

De løse formuleringer gør heller intet for at sikre en aktiv hverdag, så fedme og diabetes forebygges.

Med udsigten til mindst 600.000 danskere med diabetes i 2025 er det afgørende, at samfundet tager sine forholdsregler og indretter sig på en måde, der fremmer folkesundheden og forebygger, at så mange som frygtet udvikler type 2-diabetes. Forskningen viser klart, at skole-motion nytter: De skoleelever i Svendborg, der fik seks ugentlige idrætstimer i et stort studie, reducerede deres diabetes-risiko med 45 procent og antallet af overvægtige faldt markant.

De gode vaner skal grundlægges i barndommen, og der kan og skal skolen spille en afgørende rolle. Skolereformen er en chance, som vi ikke må forpasse.