

SKOLAN

ELEVERNAS CHECKLISTA



Ett idé- och arbetsmaterial för
miljö- och hälsoarbete i skolan



November 2001



MILJÖ- OCH SAMHÄLLSBYGGNADSFÖRVALTNINGEN

Bakgrund

Elevernas checklista för miljö- och hälsodiplomerings är en bilaga till skolans checklista "Diplomerings för miljö- och hälsoarbete" som finns på alla skolor i Ekokommun Nynäshamn. Syftet är att lyfta fram elevernas delaktighet och ge tips och idéer om hur man kan arbeta med checklistans olika punkter.

Eleverna organiserar sig lämpligast i miljøråd och det är där som arbetet med miljö- och hälsofrågor samordnas. Varje år anordnar Naturskolan en miljørådsutbildning för elever i åk 4 till 9 och gymnasiet för att stimulera befintliga miljøråd och för att elever ska starta miljøråd på skolor där det ännu inte finns. I elevernas checklista finns ett urval av punkter från skolans checklista. Dessa punkter har vi bedömt att eleverna skulle kunna vara med och påverka och arbeta med. Det förhindrar givetvis inte eleverna att arbeta med punkter som vi inte tagit med. Checklistan ska vara ett levande dokument som utvecklas och blir bättre med tiden. Det är därför viktigt att få in synpunkter på denna från både elever och lärare.

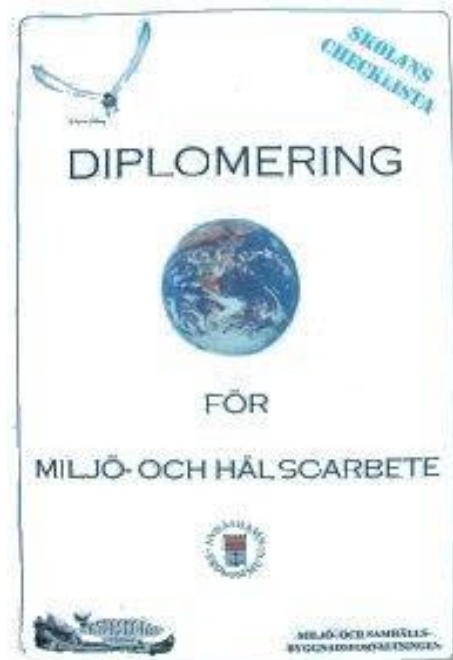
Vad är en checklista?

En checklista är en lista där man kan bocka av de punkter (miljö- och hälsoåtgärder) som man har klarat av. På så sätt kan skolan få hjälp att se var man ska fortsätta miljö- och hälsoarbetet. Det hjälper alltså skolan att få ordning (struktur) på arbetet och det är lätt att utifrån checklistan göra en handlingsplan.

Checklistan

Checklistan består av 17 rubriker eller områden. Under varje rubrik finns ett antal kriterier eller åtgärds punkter som var och ett ger en poäng om det uppfylls. För att den enskilda skolan skall bli miljödiplomerad krävs att ett visst antal poäng uppnås (poängkrav finns under varje rubrik). Vid diplomerings första året erhålls ett diplom med bronsram. För att driva miljö- och hälsoarbetet framåt höjs poängkraven till år 2 (diplom med silverram) och ytterligare till år 3 då diplommet förgylls av en guldram.

Observera att de 3 åren inte nödvändigtvis behöver innebära 3 år i tid, de ska istället ses som nivåer att uppnå. Det tredje året (guldnivån) kanske inte uppnås förrän efter 5 år och det första året (bronsnivån) kanske uppnås i samma stund som man gått igenom checklistan och konstaterat att vår skola faktiskt har kommit ganska långt redan nu med miljö- och hälsoarbetet.



Skolans checklista



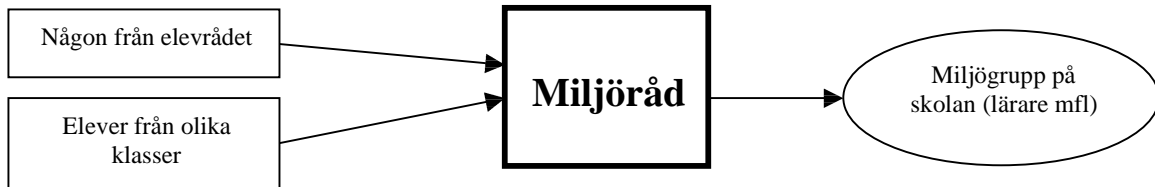
Elevinflytande

Varje år kommer bästa åtgärd som föreslagits av elever att uppmärksammas. Priset för bästa elevförslag till miljö- och hälsförbättrande åtgärd är en vandringspokal som delas ut under festliga omständigheter.



För att ytterligare understryka elevens och den enskildes ansvar och möjlighet att påverka kommer också klasserna att arbeta med planetskötarkontrakt och/eller hälsokontrakt (se bilagor). I dessa kontrakt förbinder sig den enskilde eleven att uppfylla vissa krav under en termin. Ett pris på 5000 kr lottas varje år ut till den klass som klarat de löften som framgår av planetskötarkontraktet.

Organisationsmodell



Miljö- och hälsodiplomeringen

Arbetet med checklistan för miljö- och hälsodiplomering inom skolan och förskolan påbörjades i oktober 1997 av Gun Svedman, Ingvar Jundén och Mats Wejdmark.

Den nya reviderade checklistan, november 2000, för skolan och förskolan har utarbetats och drivs av :

Gun Svedman	Miljö- och samhällsbyggnadsförv.	08 520 68354
Mats Wejdmark	Nynäshamns Naturskola	08 520 73565
Robert Lättman	Nynäshamns Naturskola	08 520 73565

För mer information om något speciellt område kan du ringa till:

Energi	Ulf Ekberg	Nynäshamn Energi AB	08 520 60500
Inköp	Gunvor Klevare	Administrativa kontoret	08 520 68183
Dricksvatten	Tomas Rosén	Vattenverket	08 520 10084
Avlopp	Jörgen Måhlgren	Avloppsreningsverket	08 520 14186
Mat	Ingerd Olofsson	Kostenheten, skolkontoret	08 520 68158



Innehåll

Undervisning.....	4
Energi	6
Transporter.....	8
Kontor och inköp	9
Vatten	11
Disk, tvätt och rengöring	12
Avfall och avlopp.....	13
Skolgården	15
Lokaler.....	17
Säkerhet	18
Skolmåltider, cafeteria mm.....	20
Hälsa allmänt.....	22
Astma och allergi	23
Psykosocial miljö	24
Alkohol, narkotika och tobak	25
Fysisk aktivitet.....	26
Samlevnad	27
Tips om hemsidor.....	28



Ingen kan göra allt men
alla kan göra något.



Undervisning



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
En årlig handlingsplan tas fram med tydliga resultatmål för miljöundervisningen.	Hur ser handlingsplanen för miljöundervisningen ut på er skola (enligt skolplanen ska en sådan plan finnas på varje skola)? Följer lärare och elever sin handlingsplan?
På skolan finns ett miljöråd som sorterar under elevrådet och består av elever och en kontaktlärare.	Starta ett miljöråd på er skola. (se organisationsmodell s. 2). Med ett miljöråd på skolan kommer miljö- och hälsoarbetet kunna organiseras lättare och ni som elever får större möjlighet att påverka vad som ska göras.
Läroplanens miljömål följs i alla ämnen.	Studera vad som står i läroplanen. Finns det några miljömål där som inte följs på er skola? (se citat i checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan sidan 5)
Vi har minst en årlig temadag om miljö (dokumenterad).	Miljörådet kan i samarbete med skolans miljögrupp ta fram förslag på årliga miljöteman. Exempel på teman är maten och jordbruket, energi (fossila och förnyelsebara), vatten, livsstil och konsumtion, kretslopp i stort och smått.
Varje läsår genomförs något elevförslag på miljö- och hälsoförbättrande åtgärder. Vandringspokal delas ut till elever för bästa miljöåtgärd.	Genom att det avsätts tid för miljö- och hälsoarbete på er skola kommer massor av bra idéer att kläckas. Det bästa förslaget som genomförts på skolan kommer att uppmärksammas genom denna vandringspokal.
Vi arbetar med något arbetsområde ur WWF:s naturvaktarna (kust-, sjö-, å-, jordbruk- eller ekovaktarna.)	Se bilaga och www.wwf.se och www.naturvaktarna.wwf.se
Vi har internationellt miljösamarbete med:	Har ni några idéer om ett samarbete med andra länder? Hur ser man på natur och miljö utomlands? Kan vi lära oss något av hur skolor i andra länder arbetar med miljöfrågor?
Vi arbetar med "Air Pollution in Europe" som är Naturskyddsföreningens tema där man gör en lokal lavinventering för att se luftföroreningarnas påverkan.	



Skolan arbetar med miljö och samhällbyggnadsförvaltningens projekt butiksväktare för åk 5.	Se bilaga
Skolan arbetar med miljö och samhällbyggnadsförvaltningens projekt bilvårdsväktare för åk 9.	Se bilaga. På www.miljo.goteborg.se finns lista över bilvårdsprodukter.
Vi arbetar med "Science Across the World". (14 olika teman, bland annat vatten, vad äter du, regnskogar, avfall och våtmarker. Huvudkontoret ligger i England. Temabeskrivningar finns på Naturskolan).	Se bilaga och www.scienceacross.org
Skolan arbetar med planetskötarkontrak.	Se bilaga
Skolan arbetar med hälsokontrakt.	Se bilaga
Miljörådet har fastställt fem miljömål med utgångspunkt från Grön Flaggs teman.	Se bilaga om Grön Flagg och Håll Sverige rens hemsida www.hsr.se
Varje läsår genomförs något miljörådsförslag på miljöförbättrande åtgärder.	Se bilaga om Grön Flagg.
Vi är Grön Flagg-certifierade, dvs vi har tilldelats den stora flaggan under festliga omständigheter med bla en kontaktpolitiker närvarande.	Om ni har flaggstång får ni en stor flagga annars finns det en mindre som kan sättas på fasaden på skolan. Se bilaga om Grön Flagg där det står vad som krävs för att få flaggan.
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

"Alla barnen vandrar i naturen utom Abel som har den på kabel"
Ulla-Britt Jansson



Energi

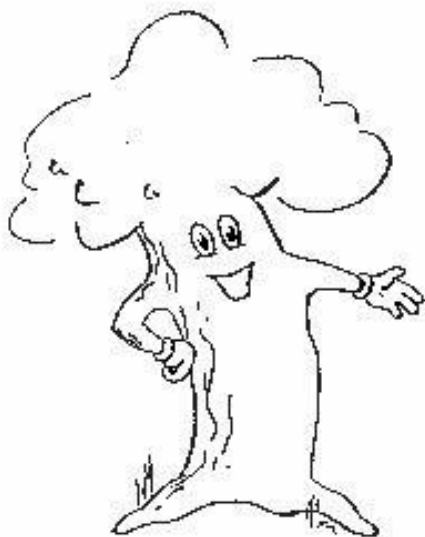
Mål: Energianvändningen ska minska och ändliga energikällor ersättas med förnyelsebara. (Mål och budget, Ekokommun Nynäshamn)



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Vi har lågenergilampor där så är lämpligt.	Hur mycket energi kan ni spara med lågenergilampor? Vad innebär 1 Watt. Hur mycket lyser en 11 W lågenergilampa? Vad kostar en lampa och vad kostar energin? Se bilaga
En gång per år får personalen en redovisning om hur mycket energi och pengar som sparats genom att släcka lampor och sätta in lågenergilampor (matteuppgift).	Inventera lampor i skolans olika utrymmen och gör beräkningar på energiåtgång per klassrum och för hela skolan. Läs av skolans elmätare! Hur mycket har energianvändningen minskat? Gör en energisparplan för varje klass och för hela skolan. Andra frågor är: Varifrån kommer energin till er skola? Använder skolan ”grön el”?
Vi håller en inomhus-temperatur på högst 20°C. (Varje grads sänkning sänker uppvärmningskostnaden med 5%).	Hur varmt är det på er skola? Mät temperaturen i skolans olika klassrum och utrymmen! Hur mycket kan er skola sänka uppvärmningskostnaden om ni sänker temperaturen med 1°C?
Fönstren har täta fönsterlistor.	Undersök fönstren på er skola.
Elever konstruerar vindkraftverk, solfångare eller dylikt som driver exempelvis en akvariepump eller annan energikrävande anordning.	Tillverka solceller eller vindkraftverk som kan driva exempelvis en akvariepump. Se bilaga och hemsidan www.sagitta.se
Vi har räknat ut vad energibesparingen och den ekonomiska besparingen skulle bli om vi bytte gamla maskiner mot nya energisnålare alternativ (matteuppgift).	Gör en undersökning. Vilka maskiner finns på skolan och hur mycket energi går åt för att driva dem? Finns det nya energisnålare alternativ? Hur lång tid måste man använda det energisnålare alternativet för att spara så mycket pengar att det täcker inköpskostnaden?



Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska energiåtgången på skolan.	Hur kan ni minska energiåtgången och sänka energikostnaden på er skola? Vilken verksamhet i skolan kräver mest energi? Se Energimyndighetens hemsida www.stem.se
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Den miljövänligaste energin är den som inte används och därmed inte behöver utvinnas.



Transporter

Mål: Fordon ska drivas med miljövänliga och förnyelsebara bränslen.
Transporter ska utföras med det transportslag som förbrukar minst energi.

(Mål och budget, Ekokommun Nynäshamn)

Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Vi försöker påverka inköpsansvarig att köpa lokalproducerat där så är möjligt genom att:	Hur mycket av skolans material är tillverkat i Ekokommun Nynäshamn, på Södertörn, inom Stockholms län eller i Sverige. Hur långt har ditt suddgummi färdats innan den kom till ditt klassrum? Finns det några företag i Nynäshamn som tillverkar suddgummin?
Vi beställer främst svenskproducerat.	Hur mycket av skolans material är tillverkat i Sverige? Vad säger EU-reglerna om att bara köpa svensktillverkat?
Skolans transportmedel drivs med förnyelsebara bränslen (tex biogas).	Vad är förnyelsebara bränslen? Ta reda på vilka drivmedel som används på er skola!
Miljöanpassade skolskjutsar finns.	Vilka drivmedel används till era skolskjutsar? Intervjua förarna!
Under miljöveckan cyklar personalen i största möjliga mån.	Cyklar din klass till skolan? Hur mycket bensin går åt och hur mycket koldioxid släpps ut när du får skjuts till skolan i bil? Vad skulle hända om alla elever åkte bil till skolan varje dag? Vilket samband finns mellan bilåkande och klimat?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska transporter inom skolans verksamhet.	Vilka transporter sker inom skolans verksamhet? Är alla transporter nödvändiga? Kan transporter samordnas på något sätt? Vilket samband finns mellan förpackningar och transporter?
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Kontor och inköp

Mål: Resursförbrukningen ska minska, förnyelsebara material ska användas och miljöskadliga ämnen ska bort. (Mål och budget, Ekokommun Nynäshamn)

Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Inga engångsartiklar används.	Inventera engångsprodukter i ert klassrum eller i hela skolan.
Vi har bytt ut Tippex mot miljövänligare alternativ.	Hur ser man att en produkt är miljövänligare än en annan?
Vi väljer kartongmappar i stället för plast vid nyanskaffning.	Vad är kartong tillverkat av och vad är plast tillverkat av? Finns det miljövänlig plast?
Vi använder oss huvudsakligen av elektronisk kommunikation istället för papperspost.	Gör en undersökning! Hur mycket papper går åt vid utdelning av information med hjälp av papper jämfört med E-post.
Datorer har automatiska skärmstängare.	Hur mycket energi drar en dataskärm som står på en hel dag?
Vi har renoverat en del av skolans gamla möbler under den gångna perioden.	Anordna stora lagardagen! Renovera möbler och laga utrustning som gått sönder. I slöjd- och tekniksalar kan mer svårlagade saker fixas. I varje klassrum kan ni laga trasiga pennvässare, slitna bänkar, stolar och dylikt.
Endast miljömärkt papper används.	Är pappret på er skola miljömärkt? Vilken miljömärkning finns i Sverige?
Vi kopierar på båda sidor när det är lämpligt.	Vet lärare och elever på skolan hur man kopierar på båda sidor i skrivare och kopiatorer? Om inte – utbilda de som inte vet hur man gör! Miljörådet kan anordna en kort kurs.
Behållare för pappersinsamling finns i alla klassrum.	Samlar ni in papper i ert klassrum? Vem tar hand om det sen?
Papper lämnas till pappersåtervinning.	Vad händer med pappret när det lämnat er skola? Titta på www.ilreturpapper.se



Tavla eller overhead används vanligen till läxförhör mm i stället för stenciler.	Hur används stenciler i era klasser? Delas några papper ut i onödan?
Vi använder vattenlösliga pennor till overhead så att OH-arken kan återanvändas.	Om man håller ett föredrag en gång går det utmärkt att sudda bort vattenlöslig färg efteråt. Vattenlösliga pennor är inte heller lika hälsofarliga.
Anslagstavla, E-mail eller muntlig information används där det är möjligt i stället för att ge papper till alla.	Hur får ni information från er lärare? Går det att göra på något annat sätt?
All viktig information samlas till veckoblad som elektroniskt läggs ut på intranät eller som e-mail.	Har ni ett veckoblad eller liknande på er skola? Har ni ett fungerande datanätverk?
Baksidan på begagnat papper används som kladdpapper.	Baksidan är utmärkt för minneslappar, rita teckningar eller använda som brevpapper (med ovanlig baksida).
Vi minskar förbrukningen (slöseriet) av pennor och anteckningsmaterial genom att:	Hur gör ni?
Vi minskar antalet stenciler genom att	Hur gör ni?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska förbrukningen av resurser inom skolans verksamhet.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

”Utan reklam skulle vi vara tvungna att satsa på kvalitet”
Henrik Tikkanen



Lev inte på naturens kapital, lev istället på dess ränta.



Vatten

Allmänt miljömål: Vattenförbrukningen ska minska.

Ur checklisten för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Vi har installerat snålspolande kranar (munstycke som blandar luft och vatten).	Hur mycket vatten kan man spara genom att ha en snålspolande kran? Gör en undersökning!
Vi har installerat snålspolande duschar (munstycke som blandar luft och vatten).	Hur mycket vatten kan man spara genom att ha en snålspolande dusch? Hur mycket vatten går åt efter en idrottslektion? Gör en undersökning!
Vi har installerat snålspolande toaletter	Om ni inte har snålspolande toaletter, hur kan man få en toalett att bli snålspolande?
Vi arbetar med "En droppe vatten" i årskurs 1 och 4.	Materialet "En droppe vatten" finns på er skola. Fråga lärare för åk 1 och 4.
Vi utnyttjar insamlat regnvatten för bevattning av rabatter och dylikt.	Hur kan man samla in regnvatten? Går det att anordna ett bevattningssystem? Var tar vattnet vägen som rinner ner i gatubrunnen eller i stuprännan?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska förbrukningen av vatten.	Inom vilken verksamhet i skolan går det åt mest vatten? Hur mycket vatten går det åt när man spolar på toaletten? Var kommer vattnet ifrån och var tar det vägen. Se hemsidan www.svensktvatten.nu
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

"Hur kan det komma sig att vatten, som är så nyttigt att liv vore omöjligt utan det, har ett så lågt pris medan diamanter som är ganska onödiga, har ett så högt pris"
Adam Smith



Disk, tvätt och rengöring

Allmänt miljömål: Kemikalieanvändningen ska minska.

Ur checklisten för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Endast miljögodkända disk-, tvätt- och rengöringsmedel används.	Inventera rengöringsmedel och intervjua städ- och kökspersonalen! Vilken miljömärkning finns i Sverige? Titta på hemsidan www.miljomarkarna.se
Användningen av städkemikalier har kunnat minskas genom städmetoder med "mirakeltrasan".	Används den så kallade mirakeltrasan på er skola?
Disk- och tvättmedel köps i returemballage.	Hur gör köks- och städpersonal på er skola?
Disk- och tvättmaskiner körs fulla.	Hur gör köks- och städpersonal på er skola?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska förbrukningen av kemikalier inom skolans verksamhet.	Var används det mest kemikalier i skolan? Måste man använda kemikalier vid rengöring? Finns det några alternativ? Vad använde man förr i tiden? Intervjua mormor, morfar, farmor, farfar, gammelmormor, gammelfarmor, gammelmorfar eller gammelfarfar.
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

”Förgiftar du en människa genast får du antagligen livstid. Förgiftar du tiotusen under trettio år så är du antagligen en så kallad toppman”



Avfall och avlopp

Mål : Allt material ska länkas in i ett kretslopp.

(Mål och budget, Ekokommun Nynäshamn)

Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Vi undviker onödiga förpackningar genom att:	Hur kan ni på er skola minska förpackningsmängden? Vad är förpackningen till för? Kan man använda förpackningar till något annat?
Hela skolan källsorterar i följande fraktioner och lämnar till återvinning:	Vad händer med soporna på Sofielunds sopsorteringsanläggning? Gör ett studiebesök! Titta på SRVs hemsida www.srv-atervinning.se eller www.forpackningsinsamlingen.se
- papper	Titta på IL-Recyclings hemsida www.ilreturpapper.se
- kartong	Titta på Svensk Kartongåtervinnings hemsida www.kartongatervinning.se
- wellpapp	Titta på Returwells hemsida www.returwell.se
- plast	Titta på Plastkretsens hemsida www.plastkretsen.se
- glas	Titta på svensk Glasåtervinnings hemsida www.svenskglasatervinning.se
- metall och restavfall	Titta på Metallkretsens hemsida www.metallkretsen.se
- lysrör	
- batterier	Titta på Batteriinsamlingens hemsida www.batteriinsamlingen.viron.se och informationssidan www.hemtillholken.nu
- miljöfarligt avfall	Titta på SAKABs hemsida www.sakab.se



Vi har en varmkompost där matrester läggs (alt. till djuruppfödning).	Starta en varmkompost på er skola där ni lägger matrester. Vad bryts ner snabbast-ett bananskal eller ett äppelskrutt? Vad bryts inte ner alls? Hur skall man sköta komposten för att det ska bli fin jord och inte lukta illa? Vad kan ni göra med jorden? Se bilaga med komposttips.
Vi har trädgårdskompost (kall).	Starta en trädgårdskompost där ni lägger sånt som krattats ihop på skolgården! Vilka löv bryts ner fortast? Vilka djur trivs i komposten? Spika fast olika saker på en plank, lägg den i komposten och se vad som bryts ner.
Gamla datorer lämnas till återvinning eller bistånd.	Titta på www.recyclingnet.se en elektronisk marknadsplats för avfall och återvinning.
Eleverna har gjort studier i och vid Alhagens avloppsvåtmark och/eller arbetat med temat "Etikett på toalett".	Se bilaga. Titta också i häftet för åk 6 "Inventering av flora och fauna i en våtmark" från Naturskolan..
Miljöskadliga kemikalier i undervisningen (kemi mm) minimeras och restprodukter från undervisningen tas om hand på ett miljögodkänt sätt.	Titta på Kemikalieinspektionens hemsida www.kemi.se och www.sakab.se
Eleverna undervisas om vad man får slänga i avloppet.	Vad händer med avloppsvattnet? Se hemsidan www.svensktvatten.nu
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska avfallsmängden inom skolans verksamhet.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

Elfte budordet:
Du skall sluta
kretsloppen.
Nils Tiberg

Ordet resurs kommer av
latinets *resurgere* som betyder
återuppstå.



Skolgården

Allmänt miljö- och hälsomål: En levande skolgård som inbjuder till lek och rörelse.

Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Vi har en levande skolgård som uppmuntrar till utomhuslek.	Hur ser er skolgård ut? Finns det möjlighet att leka olika sorts lekar? Vilka lekar kan man inte leka och varför? Vilka lekar skulle ni vilja leka? Läs om skolgårdsprojekt i Lund skrivet av lärare och elever www.skolor.lund.se/naturskola/gronasko
Skolgården har planerats för att kunna användas i undervisningen.	Hur kan er skolgård anpassas för undervisning utomhus? Hur skulle man kunna ha matematik och språkundervisning utomhus?
På skolgården finns platser som erbjuder skugga.	Hur kan man ordna skuggiga platser på skolgården?
Vi arbetar aktivt med utveckling av skolgården genom att:	Starta en utegrupp med både elever och lärare som arbetar med skolgården. Titta på www-uterum.slu.se
Vi har bärbuskar	Plantera bärbuskar. Se hemsidan om växter och växtodling för både proffs och amatörer www.for.a.se
Vi har fruktträd	Plantera fruktträd.
Vi har en skolträdgård	Anlägg en skolträdgård. Se böckerna: ”Gröna skolgårdar” av Titti Olsson ”Tio år med skolträdgård” av Maud Andersson ”Skolträdgårdens ABC” av Petter Åkerblom ”Levande skolgård” av Fältbiologerna



Vi har fågelbord och fågelholkar	Tillverka fågelholkar och fågelbord på slöjden. Sätt upp dem på skolgården eller i närheten. Hur stort ska ingångshålet vara för olika fåglar? Blev det några fågelungar? Vilka fåglar kom till fågelbordet? Det finns böcker på biblioteket om hur man tillverkar holkar. Boktips: "Vilda grannar" av Per Bengtson och Maria Lewander (SNF).
Konstgödsel och bekämpningsmedel används inte.	Hur kan man få bort ogräs utan att använda kemikalier? Vilka olika metoder finns? Finns det några biologiska bekämpningsmedel?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att utveckla skolgården.	Hur vill ni att er skolgård ska se ut? Starta en utegrupp med elever och lärare.
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Lokaler

Allmänt miljömål: Byggnader ska vara kretsloppsanpassade med miljövänliga material och energisnåla lösningar.



Ur checklisten för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Öppningsbara fönster finns i alla klassrum.	Undersök fönstren i era klassrum!
Alla har sittriktiga stolar.	Sitter ni bra?
Elever, eventuellt tillsammans med elevskyddsombud, gör mätningar vad gäller ljusförhållanden, luftkvalitet, temperatur (max 23°C) och ljudnivå (max 85 dB eller 30 dB för bakgrundsljud) i skolans olika lokaler.	Vem är elevskyddsombud på er skola? Hur kan man mäta ljus, ljud, luft och temperatur? Kan ni låna mätutrustning någonstans?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att utveckla skolans inomhusmiljö.	Vad kan ni göra för att förbättra inomhusmiljön?
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Säkerhet

Allmänt miljö- och hälsomål: En säker miljö där risken för olyckor har minimerats.



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerung i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Brandsläckare finns i anslutning till varje rum.	Kontrollera om det finns brandsläckare på er skola!
Eleverna instrueras varje år om hur brandsläckarna ska användas.	Vet ni hur dom fungerar?
Utrymningsövningar genomförs varje år.	Gör ni utrymningsövningar varje år?
Alla elever i årskurs 9 och gymnasiet får undervisning i hjärt- och lungräddning.	Har ni fått denna utbildning?
Elevskyddsombud finns	Vem är elevskyddsombud på er skola?
Elevskyddsombuden ges utbildning för att klara sina uppgifter (elevorganisationen har utbildningar och en elevskyddshandledning).	Har ert elevskyddsombud fått denna utbildning? Titta på elevorganisationens hemsida www.elevorg.se Titta också vad som står i skolplanen om utbildning för elevskyddsombud.
Eluttag är jordade och petskyddade.	Undersök eluttagen i era klassrum eller på hela skolan!
Hyllor och skåp är förankrade mot vägg mot tippning.	Undersök skåp och hyllor i era klassrum.
Vi undervisar om trafiksäkerhet.	Har ni fått undervisning i trafiksäkerhet?



Vägen vid skolan är så trafiksäker så att barnen utan risk kan gå eller cykla hit.	Hur ser er väg till skolan ut? Finns det cykel- och gångvägar? Vem har ansvaret för att vägen till skolan är säker för eleverna?
Skolpersonal och elever arbetar kontinuerligt med att förbättra skolvägarnas trafiksäkerhet genom att:	Vad gör ni på er skola?
Skolan arbetar med Vägverkets forska-lära-projekt.	Se Vägverkets hemsida www.vv.se
Skolan uppmuntrar elever och personal att använda cykelhjälm genom att:	Vad gör personalen på skolan för att ni elever ska använda hjälm? Använder personalen hjälm?
Alla skolans elever kan simma eller får simundervisning.	
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska riskerna för olyckor inom skolans verksamhet.	Se hemsidan www.ntf.se
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

**Tekniken är
lösningen, men
vilken är
uppgiften?
Amory Lovins**



Skolmåltider, cafeteria mm

Allmänt miljömål: Att skapa goda matvanor och matglädje. Maten ska vara näringsriktig och framställd med minsta möjliga miljöpåverkan.



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerung i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Inga engångsmaterial förekommer.	Använder ni engångsmaterial? Om man ska använda saker bara en gång, vad bör de vara tillverkade av då?
Inga onödiga portionsförpackningar förekommer.	Hur många portionsförpackningar går det på ett paket eller ett storpack av någon matvara? Går det att räkna ut hur mycket mer material som går åt?
Vi serverar minst en KRAV-märkt rätt per månad (eller motsvarande).	Vad är det för skillnad på KRAV-godkänd mat och konventionellt (det vanligaste sättet) odlad mat?
Vår skola är KRAV-certifierad.	Information på www.krav.se eller telefon 018-1002901.
All inköpt potatis har odlats inom kommunen.	Var odlas potatisen som ni äter på er skola?
Vi serverar minst en vegetarisk måltid per vecka.	Vilken är skillnaden mellan vegetarisk mat och animalisk mat när det gäller näringsinnehåll och miljöbelastning? Kan vi leva utan kött? Se www.vegan.nu
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att diskutera matvanor och komma på lösningar för att minska matens miljöbelastning både inom skolans verksamhet och privat.	Se Lantbruksuniversitetets sida www.livsmedelssverige.org Svenskens vanor kan man läsa om i rapporten "Hur många svenskar tål världen?" från Naturskyddsföreningen 2000. Den finns på Internet www.snf.se/pdf/rap-intersvenskar.pdf
Eleverna anser att det råder lugn och ro i matsalen (intervjuer eller enkät).	Intervjua era klasskamrater och lärare.



Frukt serveras dagligen som mellanmål.	Barn har upp till 12 års ålder 1 ½ gånger högre energiförbrukning än vuxna. Det innebär att barn måste äta oftare än vuxna för att inte tappa koncentrationsförmågan.
Lunchtiderna schemaläggs så att varje elev äter ungefär vid samma tid varje dag.	
Matråd finns där elever, föräldrar och personal finns representerade.	
Skolhälsovården uppmärksammar och stödjer elever med under- eller övervikt genom att:	Hur kan ni som elever stödja varandra? Varför är vissa tjocka och andra magra? Viken syn har "samhället" på under- och övervikt? Vilka faror finns för under- och överviktiga? Vilken syn har massmedierna på under- och övervikt?
Eleverna äter lunch tillsammans med en vuxen och sitter minst 20 minuter.	Hur länge sitter ni och äter?
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Vi ärver inte jorden av våra föräldrar, vi lånar den av våra barn.



Hälsa allmänt

Mål: Förbättrad folkhälsa och välfärd. (Mål och budget, Ekokommun Nynäshamn)



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Skolan har en uttalad ”värdegrund” som alla känner till.	Vad är en värdegrund? Vilken värdegrund har er skola?
Eleverna är delaktiga i att arbeta fram ett dokument som visar vilka värderingar som gäller för skolan.	Hur ska vi behandla varandra på skolan? Elever, lärare, killar, tjejer, personal, ovanliga, vanliga, blyga, tuffa, religiösa, rika, fattiga – vilka gemensamma värderingar ska gälla på er skola?
Etik, värderingar och attityder diskuteras kontinuerligt.	Exempel på hemsidor om etik är www.fakta.org.etik och www.hedbergska.sundsvall.se
Skolan har hälsoteam där t.ex. skolsköterska, skyddsombud, idrottslärare, skolans idrottsförening, hemkunskapslärare och Hem och skola finns med.	Har ni ett hälsoteam på er skola?
Skolan har temadagar med hälsa och livsstil.	Vilka teman skulle ni vilja ha på er skola? Hur hänger hälsa och livsstil ihop med ett hållbart samhälle?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att må bättre eller att undvika att bli sjuk.	Vilka orsaker finns det till att man blir sjuk? Vilka förlorar och vilka vinner på att elever och lärare är sjuka?
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

Glädje i ditt inre
är bättre än rikedom.

Isländskt ordspråk



Miljö- och samhällsbyggnads-
förvaltningen

Om du inte tar hand om din
kropp var skall du då bo?
Peggy Ayala

Astma och allergi

Allmänt miljö- och hälsomål: En sund miljö där alla kan vistas och må bra.

Ur checklisten för miljö- och hälsodiplomerung i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
En "allergirond" utförs varje år och ett handlingsprogram upprättas hur förbättringar ska ske.	Hur ser handlingsplanen ut på er skola? "Allergirond i skolan" finns som bilaga i skolans checklista.
Alla lokaler är rökfria.	
I klassrummen används "Whiteboardtavla" med "lukt fria" pennor istället för "svarta tavlan" med kriterior.	
Eleverna är ute på rasterna och klassrummen vädras.	Är ni ute på rasterna? All form av rörelse ger ökad kondition, ökad förbränning, starkare muskler och bättre motorik.
Golv städas varje dag.	Hur skulle det se ut om det inte städades. Gör en undersökning.
Storstädning då armaturer, ventilationsdon, golvbrunnar mm städas sker minst en gång om året.	Intervjua städpersonalen.
Ytterskor används inte inne i klassrummet.	
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att minska riskerna att bli allergisk inom skolans område.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Psykosocial miljö



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
En plan finns för hur mobbing ska hanteras.	Mer om mobbing finns på hemsidorna www.rb.se/mobbing och www.tillsammans.gov.se
Vuxna finns alltid bland eleverna på raster, luncher mm.	
En enkät för att kartlägga problem inom arbetsmiljön besvaras årligen av elever och skolpersonal (Skolverkets enkät finns på Naturskolan).	Har ni besvarat en enkät med frågor om arbetsmiljön?
Skolan arbetar aktivt för att ge eleverna en god psykisk hälsa genom att:	Vad innebär god psykisk hälsa? Finns det ett samband mellan psykisk hälsa och fysisk hälsa?
En elev som har bekymmer har alltid någon person på skolan att vända sig till för att prata.	Ställer ni upp om någon har bekymmer på er skola? Vems ansvar är det att ta hand om elever eller personal som har problem?
Såväl personal som elever ges kunskap om stresshantering och avslappning.	Vad är stress? Vilket samband finns mellan stress och hälsa? Varför stressar vi? Låttips: ”Stress” med Daddy Boastin.
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att förbättra den psykosociala miljön.	Vad betyder psykosocial?
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	



Det gäller att ha mod att vara
den man är
och inte tappa modet, för att
man är den man är.
Thorvald Gahlin

Alkohol, narkotika och tobak



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Skolan har ett handlingsprogram för hur ANT-undervisningen ska bedrivas.	Se hur man har jobbat i Huddinge med ANT på sidan www.kvarnbergsskolan.huddinge.se
Eleverna undervisas (årigen) om tobak, alkohol, narkotika och anabola steroider.	Se CANs (Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning) hemsida www.can.se och hemsidan www.drugsmart.com
Skolan arbetar kontinuerligt med ungdomars attityder till tobak och alkohol genom att:	Hur arbetar ni på er skola med dessa frågor? Vad är en drog? Hur ser samhällets syn på olika droger ut? Förändrades synen på droger under 1900-talet?
Externa föreläsare (t.ex. fältassistenter, tidigare missbrukare) inbjuds för att hålla föredrag om alkohol och andra droger.	Vilka föreläsare har varit på er skola? Varför är det så viktigt att f.d. missbrukare får komma och berätta om sin situation?
Gymnasieelever informeras om rattonykterhet.	Se NTFs material om ungdom och rattfylla på sidan www.ntf.se.aktuellt
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar på missbruksproblem, stå emot gruppträck och hitta alternativ till droger.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

”Om man hade lite mindre av det man inte behöver, och lite mer av det man behöver, så skulle man vara rikare även om man hade lite mindre”

Karl Erik Olsson

Fysisk aktivitet



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Någon form av fysisk aktivitet finns alltid med under skoldagen.	Vad gör ni på rasterna?
Rörelselekar ingår alltid i skoldagen för de yngre barnen.	Finns det lekar som ni kan dela med er till andra skolor. Har ni hittat på egna lekar?
Skolgården har planerats för att inbjuda till lek och rörelse.	Är er skolgård gjord så att ni känner att ni vill ut och leka och röra på er?
Skolgården har anläggningar som erbjuder fysisk aktivitet.	Vilka anläggningar finns det på er skola. Hur slitet är det på er gård?
Eleverna är ute på rasterna.	
Någon form av rastaktiviteter anordnas regelbundet, till exempel organiserade sportaktiviteter.	Vilka organiserade aktiviteter har ni på er skola? Kan ni lära något av andra skolor?
Skolan har en "skolskog" med permanent lägerplats och tillstånd från markägaren att exempelvis elda, bygga vindskydd och röja.	Prata med någon inom parkförvaltningen på kommunen. Dom kan hjälpa till med lägerplatser, ved och annat.
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på lösningar för att öka den fysiska aktiviteten inom skolans verksamhet.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

Den som inte har tid med motion
får snart avsätta tid för sjukdom.

Aristoteles



Samlevnad



Ur checklistan för miljö- och hälsodiplomerering i skolan.	Förslag på arbetsuppgifter och frågeställningar samt tips, hemsidor och bilagor.
Flickor och pojkar får möjlighet att i grupper var för sig diskutera angelägna frågor.	
Skolan arbetar med att påverka attityder, hur man pratar med varandra och hur man fungerar tillsammans.	Hur vill ni att det ska vara på er skola? Hur ska ni behandla varandra? Vem bestämmer hur vi ska behandla varandra i skolan och i samhället?
Eleverna övar sig i problem- och konflikthantering.	”När inte orden räcker till tar nävarna vid”. Vilket samband finns mellan våld och svårigheter att uttryckas sig i ord?
I skolan diskuteras regelbundet hur en bra kompis ska uppträda genom att:	Hur ska en bra kompis vara?
Samlevnad tas upp i olika ämnen i alla årskurser.	Se Landstingsförbundets hemsida www.lf.se/kropposjal
Eleverna får undervisning i sexualkunskap.	Har ni fått undervisning i sexualkunskap som gett er svar på de frågor ni har? Hur ska sexualundervisningen gå till?
Minst en gång per läsår arbetar eleverna aktivt med att komma på nya idéer om hur man kan öka kunskapen, förståelsen, respekten och empatin för andra människor.	
Egna idéer om miljö- och hälsoarbete på skolan.	

”Jag har något att lära av varje människa jag möter.”
Kay Pollak



Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen

Det Per tänker om Pål säger ofta mer om Per än det säger om Pål.

Tips om hemsidor

Hemsidor om miljö, hållbar utveckling och länkar

http://lansskafferiet.skolverket.se	Databas för skolbruk granskat av Skolverket.
www.skolverket.se/skolnet	Skolverkets databas med länkar om bl.a. lärande.
www.lib.kth.se	Databas med miljölänkar.
www.environ.se	Naturvårdsverkets hemsida.
www.miljobokhandeln.com	Böcker till salu.
www.agenda21forum.org	Om Agenda 21.
www.hallbarasverige.gov.se	Vad regeringen gör för en hållbar utveckling.
www.slu.se	Lantbruksuniversitetets hemsida.
www.rvf.se	Svenska Renhållningsföreningen om avfall.
www.worldwatch.org	Om globala miljöproblem.
www.nmc.a.se	Nätverk för miljöchefer.
www.miljo.regeringen.se	Miljödepartementet.
www.umr.se	Ungdomens miljöriksdag. Hur man påverkar beslut.
www.slv.se	Livsmedelsverket.
www.scb.se	Statistiska Centralbyrån om bl.a. miljöstatistik.
www.eea.dk	Miljöinformation från EU.
www.novator.se/kretslopp	Tidningen Kretslopp.
www.naturskola.a.se	Naturskoleföreningen med länkar till naturskolor.
www.returpack.se	Pantsystemet med burkar och PET-flaskor.
www.framtiden.skapas.nu	Gratis studiematerial för mellanstadiet.
www.ieh.se	Statens Institut för Ekologisk Hållbarhet.

Miljöorganisationer på Internet

www.hsr.se	Håll Sverige Rent
www.detnaturligasteget.se	Det naturliga steget
www.greenpeace.org	Greenpeace
www.snf.se	Svenska Naturskyddsföreningen
www.wwf.se	Världsnaturfonden
www.faltbiologerna.se	Fältbiologerna
www.mjv.se	Miljöförbundet Jordens Vänner
www.krav.se	Kontrollföreningen KRAV
www.miljomarkarna.org	Samarbete mellan de fyra miljömärkena i Sverige
www.svanen.nu	Svanenmärkningens sida (SIS)

