



Anmeldelse: Pris og kvalitet fulgtes ikke ad, da vores madanmelder besøgte Sortebro Kro i Odense. **Side 6-7**

Test: Kvaliteten på video, som er optaget med spejlflekskamera, er generelt meget høj. **Side 8**



Kirstine Ørbæk, Anne Kierch, Ida Solvang, Ulrikke Mathisen og Emma Kærsgaard fra 5. a på Nibe Skole løber en tur hver dag i skoletiden.
Foto: Lars Horn

Mere fysisk aktivitet til skolebørn

Motion: Alle børn skal være fysisk aktive mindst syv timer om ugen, lyder det fra regeringen. Nye tal viser, at børn sidder mere ved skærmen.

MORTEN ZAHLE
morten.zahle@jp.dk

I dag er det skolernes motionsdag, og flere end 700.000 elever løber, kører mooncar, spiller rollespil og laver støvlekast. Regeringen har meget passende valgt dagen til at lancere en national handlingsplan for, at alle børn fremover skal have mulighed for mindst syv timers fysisk aktivitet om ugen.

Initiativet fremgår af den sundhedspakke, som sundhedsminister Jacob Axel Nielsen (K) offentliggør i dag. Baggrunden for forslaget er, at danske børn er i dårlig kondition. Mange er overvægtige og dyrker for lidt motion. Samtidig viser en ny undersøgelse af de 11-15-åriges livsstil og sundhedsvaner, som Sundhedsstyrelsen har fået foretaget, at udviklingen går den forkerte vej.

Andelen af piger, der bruger tre eller flere timer foran computeren eller fjernsynet, er steget fra 49 pct. i 2003 til 69 pct. i 2008. Andelen af drenge er steget fra 72 pct. i 2003 til 82 pct. i 2008. Tallet viser desuden, at de unge, som bevæger sig mindst i løbet af ugen, også er dem, der tilbringer mest tid foran fjernsynet eller computeren. »Vi er nødt til at gøre noget. 40 pct. af al sygdom og

for tidlig død skyldes livsstilssygdomme. Sunde vaner grundlægges tidligt i livet, og vi kan spare millioner på livsstilskontoen, hvis vi kan ændre på vores motionsvaner, alkoholvaner, rygevaner og kost. Folk får et bedre liv,« siger sundhedsministeren.

Løb i skoletiden

Professor, overlæge, dr.med. Bente Klarlund Pedersen, Rigshospitalet, der er med-

lem af Forebyggelseskommissionen, er glad for regeringens initiativ. Hun oplever i disse år en polarisering.

»Nogle børn og unge er i enormt god form, men der er også en stor gruppe, som er fuldstændigt inaktive og har kondital, man bliver forskrækket over,« siger hun.

Mange skoler har gang i forsøg, der skal få børnene til at motionere ud over idrætstimerne. Det gælder f.eks. Ni-

be Skole, hvor eleverne op til 5. klasse løber 900 meter hver dag – selv om løbeturene kolliderer med en dansktime. Den idé er lige efter sundhedsministerens hoved.

»Det er rigtig godt at få grundlagt sunde vaner tidligt i barndommen. Den energi, som man bruger på at motionere, går ikke fra noget andet. Tværtimod får man noget ekstra tid,« siger han.

side 4-5

musik, kunst, film og teater

Hver dag i Morgenavisen Jyllands-Posten og på kp.dk

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten
hvis du vil vide mere

McPHONE
Telemarketing

Vi booker dine møder

www.mcphone.dk - tlf. 8920 2020

På SVT1 i aften

WALLANDER - DET NÆSTE SKRIDT

Tekstet på DANSK

Se den roste film af Henning Mankell "Wallander - Det næste skridt" med Peter Gantzler.
WALLANDER, DET NÆSTE SKRIDT, KL. 22.00

svt1
verdenstv.dk