

## **Handelsskoleelever i Ballerup på skrap kur Sund kost og fast motion på skemaet. Det er, hvad atten hg-elever i Ballerup udsættes for i et tre måneders langt sundhedsprojekt.**

Målsætningen er, at eleverne med en kostoplægning og hård træning vil få mere energi og selvtillid og dermed motivation til at fuldføre deres uddannelse.

Erhvervsuddannelserne har i de seneste år kæmpet med et stort frafald, og på BEC Business har man derfor gjort en dyd af nytænkende tiltag på området. Det har bl.a. medført senere mødetider og fraværskonkurrencer på skolen, og nu satses der altså på sundhed og motion.

Ideen til projektet er undfanget af undervisningsminister Bertel Haarder og Chris McDonald på et møde sidste efterår. Undervisningsministeriet har støttet projektet med 500.000 kroner. Målet er, at der skal langt flere tilbud til eleverne om fysisk aktivitet på erhvervsskolerne og at forbedre sundheden hos eleverne.

- Jeg har altid synes, at det er sært, at idræt er obligatorisk på gymnasierne, mens man end ikke kan få det som valgfrit fag på erhvervsskolerne. Jeg har selv opfordret dem til det. Det er et meget spændende projekt BEC Business nu går i gang med – sved på panden og sund kost giver energi og overskud. Jeg har selv set, hvor meget der kan komme ud af det ved et lignende projekt på et gymnasium,” siger Bertel Haarder.

Projektleder på BEC Business Jan Brochdorf vil følge eleverne tæt gennem de tre måneder, hvor de vil motionere i skoletiden to gange om ugen og få serveret to sunde måltider på skolen hver dag. Jan Brochdorf er overbevist om, at de unge vil mærke en markant forbedring af både deres fysiske og psykiske tilstand samt deres faglige niveau. Men det kræver, at de lægger kræfter og engagement i projektet.

- Det her er jo en kæmpe chance for eleverne, og jeg håber virkelig, at de griber den og lever sundt i de tre måneder – også udenfor skolens regi. Vi vil løbende lave sundhedstjek af dem, og når projektet er overstået, vil vi kunne se om en evt. fysisk fremgang har haft indvirkning på deres fravær, faglige niveau og ikke mindst selvværd – og det er vi faktisk overbevist om, at det vil have, siger Jan Brochdorf.

En af de udvalgte elever er Nadia på 18 år. Hun har gået på hg i et halvt år, og hun føler sig ofte træt i timerne og har ind imellem svært ved at komme op om morgenen.

- Jeg håber helt klart, at projektet vil give mig mere energi, så jeg ikke er så træt i timerne. Det kan måske gøre lysten til at lave lektierne større, og forhåbentlig give nogle bedre karakterer. Og kunne jeg smide et par kilo, så ville det bestemt heller ikke gøre noget, siger Nadia.

Projektet skydes officielt i gang fredag 4. september, hvor sundhedsguruen over dem alle, Chris McDonald, slår vejen forbi BEC Business for at give de atten elever en peptalk.

*BEC Business fusionerede torsdag den 20. august med CPH WEST. Derfor vil navnet BEC Business blive ændret i løbet af oktober måned.*

Til redaktionen:

For yderligere oplysninger kontakt kommunikationsmedarbejder Claus Voldum på e-mail [cvo@bec-education.dk](mailto:cvo@bec-education.dk), telefon 44 20 02 03 eller mobil 61 71 68 38.