

Heilsustefna Stapaskóla

- ### Nemendur
- Hvetjum nemendur til:
 - Notkun virkrar ferðamáta
 - Borða 5 ávexti/grænmeti á dag.
 - Að vera virkur þátttakandi í skólasamfélaginu.
 - Að hafa jákvæða sjálfsmynd.
 - Veitum jöfn tækifæri fyrir alla

- ### Mataræði/Tannheilsa
- Hvetja til aukinnar ávaxta/grænmetisneyslu.
 - Næringaríkur matur í boði í mötuneyti.
 - Fræðsla um mataræði og tannheilsu.

- ### Starfsfólk
- Skólinn hugi að heilsu, vellíðan, góðu umhverfi og aðstöðu starfsfólks.
 - Gott upplýsingaflæði til starfsmanna skólans.

- ### Hreyfing
- Hvetja nemendur og starfsfólk
 - Að stunda hreyfingu á hverjum degi, fullorðnir í 30 mín og börn í 60 mín.
 - Að taka þátt í skipulögðu íþróttar- eða tómstundarstarfi sem felur í sér hreyfingu.
 - Brjóta upp kennsludag nemenda með hreyfingu yfir daginn.
 - Ýmsir íþróttaviðburðir á vegum skólans, t.d. íþróttadagur, Ólympíuhlaup, göngum í skólann, o.fl.

- ### Öryggi
- Tryggja öryggi nemenda í skólanum.
 - Slys verði skráð niður.
 - Hvetja nemendur og starfsfólk að notast við hjálm þegar á við: hjóla, hjólabretti, hlaupahjól, rafhlaupahjól, o.fl.

- ### Heimili/fjölskylda
- Hvetja til samverustundar fjölskyldunnar.
 - Gott upplýsingaflæði til foreldra/forráðamanna.
 - Stuðla að góðu samstarfi heimili og skóla.

- ### Geðrækt
- Nemendur fá tækifæri til að njóta styrkleika sinna.
 - Efla núvitund nemenda með t.d. hugleiðslu, jóga, öndun, o.fl.
 - Einkunnarorð skólans birtast í öllu starfi: gleði, vinátta, samvinna, virðing.

- ### Nærsamfélag og Lífsleikni
- Gott samstarf við nærsamfélagið.
 - Forvarnarfræðsla til nemenda og starfsfólks
 - Vímuefni, netnotkun, svefn, útlitsviðmið, kynheilbrigði, fjármál og fleira.