

Sunnere ansatte



PRESENTASJON: Fredrik Heimdal, Celine Drevland, William Seljevoll, Mia Sandaa, Oliver Johnsen og Martin Sandberg fra Ørnes skole fortalte både om sunne matvarer og om lure treningsøker for alle de ansatte i Meløy Energi AS.

MELØY: Elevene ved Ørnes skole skal gjøre de ansatte ved Meløy Energi AS både sprekere og sunnere, og er nå igang med oppgaven.

Hanne Hammernes
hanne@meloyavisa.no

Rett før jul var elevene og presenterte opplegget, og nå viser det seg at alle de 27 ansatte ved Meløy Energi AS (ME), har meldt seg på kurset som skal gå over seks uker fra og med neste uke. Kurset har fokus på sunt kosthold og trening.

Vinn/vinn

– Dette er en vinn/vinn-situasjon for begge parter, sier kontorsjef Einar Rosting ved ME. Firmaet får sprekere og sunnere ansatte og elevene lærer mer om energi. – Vi har laget oppgaver for elevene som handler om strøm og energi og vi får et kursopplegg av elevene som

gjør oss både sunnere og sprekere, sier han.

Presentasjon

Denne uka fortalte elevene de ansatte hvilken type mat som er sunn og hva de bør spise og hva de bør holde seg unna for å leve et sunnere liv. I tillegg presenterte de fem måter å trene på, som inngår i prosjektet. I neste uke skal alle ansatte gjøre en «før-test» med de fem treningsøvelsene som skal gjøres i løpet av uka. I tillegg skal det gjennomføres en intervalltreningsøkt en gang i uka. Etter seks ukers trening og fokus på et sunt kosthold, skal de ansatte gjennomføre en «etter-test» for å se om det er gjort noen framgang. Etter presentasjonen fikk de ansatte noen oppgaver om kosthold som skulle løses, og satte igang med stor iver.

– Vi har nok lært noe nytt både om sunne matvarer og fått endel tips om lure treningsøvelser, sa Einar Rosting.

Lektor 2

Prosjektet er i regi av Lektor 2-ordningen, som er en nasjon-



GRUPPEOPPGAVER: Hvor mye sukker er det i Nugatti? Dyp konsentrasjon for å finne korrekt svar på det og andre spørsmål om ingredienser i forskjellige matvarer.

al realfagsatsing som finansieres av Kunnskapsdepartementet og ledes og driftes av Naturfagsenteret. Ordningen deler ut midler til ungdomsskoler og videregående skoler som ønsker

å involvere fagpersoner fra arbeidslivet direkte i undervisningen. Gjennom Lektor2-ordningen får skolen ressurser til å etablere og utvikle læreplanrettede undervisningsopplegg i sam-

beid med bedrifter og institusjoner som bruker realfag i sitt arbeid.