



Stævnesnacks i stedet for slik og usunde sager har debut på Østerbro Stadion ved det årlige Skole OL netop nu. Foto: Stoic A/S

Snacks med knas til stævneungdommen

Sundhed: Frugt og grønt i bægevris skal bane vej for bedre brændstof på landets idrætsaktive børn og unges rugbrødsmotorer.

METTE VOLANDER

mette.volander@jp.dk

Spørde gulerødder, friske æblestykker, ananashaps og friske druer i stedet for pomfritter, chips og chokoladebarer.

Både unge og ældre vil gerne have flere og sundere snacks at vælge mellem, når de dyrker idræt i foreningsregi, og det har Danmarks Idrætsforbund og FDB nu omsat til et nyt tilbud til landets idrætsforeninger. "Stævnesnacks" kalder de det, og idéen har Danmarkspremiere i disse dage, hvor knap 4.000 københavnske skolebørn fra 4.-6. klasse tørner sammen på Østerbro Stadion til det årlige Skole OL.

Ifølge projektlederen for det knasende tilbud til nationens yngste sportsudøvere, Sidsel Rytcher Lauridsen, er målet at give børn og unge et sundere hurtigmadsalternativ under sportsstævner og idrætstræf.

Bedre kultur

»Vores forsøg viser, at børnene gerne vil spise frugt og grønt til stævnerne, og det prøver vi at udnytte til at skabe en bedre stævnekultur. Stævnesnacks er nemt og praktisk, de kan tages med overalt og deles med vennerne – ligesom pomfritterne kan. Hvis vi kan lære børnene, at frugt ikke bare er det kedelige, velkendte fra mors og fars frugtskål, og hvis vi

kan grundlægge nogle bedre vaner i forbindelse med stævner, er vi nået langt,« siger Sidsel Rytcher Lauridsen.

At landets idrætsklubber ikke for længst selv har fundet på at skære frugt i stykker og sælge dem i bægre til børn og voksne, skyldes ifølge pro-

jektlederen ikke ond vilje. Klubberne vil gerne tilbyde sundere snacks, siger hun, men finder det besværligt at tilbyde appetitlig frugt og grønt, da sagerne skal skæres ud, og holdbarheden og dermed avancen på de sunde valg er mere begrænset.

Nemmere end før

»Alt det gør stævnesnacks op med. Vi tilbyder et nemt og enkelt koncept, hvor klubberne både vejledes i, hvordan de griber sagen an, hvor meget de kan sælge til et stævne o.s.v. Frugt, grøntsager og bægre bestilles via nettet og afhentes i den lokale Coop-butik. Og så får klubberne råvarerne til en så favorabel pris, at de kan opnå en

» Vores forsøg viser, at børnene gerne vil spise frugt og grønt til stævnerne, og det prøver vi at udnytte til at skabe en bedre stævnekultur. «

Sidsel Rytcher Lauridsen, projektleder

pæn fortjeneste. Det eneste, de derudover skal, er at få forældre eller andre frivillige til at give en hånd med til at forberede stævnesnacksene,« siger Sidsel Rytcher Lauridsen.

Idéen til de grønne snacks kommer fra Norge og blev allerede for et par år siden testet i et dansk pilotprojekt. Her viste det sig, at 20 pct. af de unge deltagere ved sportsstævner faktisk køber de sundere snacks, når de får dem tilbudt.

HOVEDPUNKTER

■ Det skal være lettere at få sunde snacks ude i idrætsforeningerne.

■ Et nyt tilbud fra Danmarks Idrætsforbund og FDB har premiere netop nu.