



## Vill du veta mer om hälsosam mat för barn och unga?

Nedan finner du både tips för mer läsning samt tips på färdigt material.

### **SKR – Metodstöd för elevhälsan**

<https://metodstod.se/>

### **Generation Pep – verktyg för elevhälsan**

<https://generationpep.se/sv/verktyg/elevhalsan/>

### **Livsmedelsverket – kostråd – barn och ungdomar 2-17 år**

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-2-17-ar>

### **Livsmedelsverket – vegetarisk mat till barn**

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/vegetarisk-mat-till-barn>

### **Livsmedelsverket – vegansk mat till barn**

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/vegansk-mat-till-barn>

### **Svensk sjuksköterskeförening – levnadsvanor**

<https://www.swenurse.se/om-oss---profession-vision-politik/kampanjer-och-projekt/levnadsvanor>

### **Region Stockholm – Elevhälsoprotalen – mat**

<https://www.elevhalsoportalen.se/skola/halsoomraden/mat/>

### **Västra Götalandsregionen – Angereds hjältar – mina mellanmål**

<https://www.angeredsnarsjukhus.se/om-angereds-narsjukhus/halsoframjande-sjukhus/mina-mellanmal/>