



LÝÐHEILSUSTÖÐ

allt hefur áhrif
einkum við sjálf

Stöðumat í upphafi verkefnis
Viðauki 1
Töflur fyrir svör skólastjóra

Martkektarpróf Efnisyfirlit

Bls

Er fjallað um eftirfarandi atriði í stefnu skólans;.....	
-hollustu skólamáltíða.....	1
-hreyfingu nemenda utan íþróttatíma.....	1
-framboð sætinda og drykkja í skólanum.....	2
-ferðamáta nemenda til og frá skóla	2
-aðrar leiðir til þess að bæta andlega líðan/geðheilsu	3
Er eftirfarandi í skólanum;	
-sérkennsla í boði fyrir þá sem standa höllum fæti í íþróttum	3
-hreyfing eða útileikir fyrir nemendur í 1.-4. bekk með starfsmanni eftir skóla.....	4
-skipulagt starf með starfsmanni í frímínútum þar sem börnin eru hvött til leikja	4
-nemendur í 5.-7. bekk hvattir til að koma gangandi/hjólandi í og úr skóla	5
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 5.bekkur.....	5
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 6.bekkur.....	6
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 7.bekkur.....	6
Hversu oft í venjulegri viku eftirfarandi máltíð er í matinn fyrir nemendur í 5.-7.bekk	
-fiskur	7
-grænmetisalat eða hrátt grænmeti	7
-soðið eða steikt grænmeti	8
-ferskir ávextir	8
Hversu oft í venjulegri viku eru ferskir ávextir í boði fyrir nemendur í 5.-7.bekk í morgunhléi?	9
Hversu oft í venjulegri viku eru svali/djús í boði fyrir nemendur í 5.-7.bekk í morgunhléi?	9
Hversu oft í venjulegri viku eru svali/djús í boði fyrir nemendur í 5.-7.bekk í hádeginu?	10
Hlutfall skóla sem hafa aldrei eftirfarandi á boðstólnum;	
-kex eða sætar bakarísvörur	10
-sælgæti.....	11
-gosdrykkir	11
Unnið í samræmi við handbók Lýðheilsustöðvar fuyrir starfsfólk skólamötuneyta	12
Mat skólastjórnenda á hávaða í matsal á annatíma	12
Mat skólastjórnenda á góðu kennsluefni varðandi;	
-næringu.....	13
-hreyfingu	13

Martkektarpróf Skólastjóra

	Lands- hlutar	Höfuðb.- svæðið landsbyggðin
Er fjallað um eftirfarandi atriði í stefnu skólans;		
-hollustu skólamáltíða		
-hreyfingu nemenda utan íþróttatíma		
-framboð sætinda og drykkja í skólanum		
-ferðamáta nemenda til og frá skóla		
-aðrar leiðir til þess að bæta andlega líðan/geðheilsu		
Fjöldi kennslustunda í íþróttum á viku fyrir nemendur í 5.-7. bekk	?	?
Er eftirfarandi í skólanum;		
-sérkennsla í boði fyrir þá sem standa höllum fæti í íþróttum	?	
-hreyfing eða útileikir fyrir nemendur í 1.-4. bekk með starfsmanni eftir skóla		
-skipulagt starf með starfsmanni í frímínútum þar sem börnin eru hvött til leikja		
-nemendur í 5.-7. bekk hvattir til að koma gangandi/hjólandi í og úr skóla		+
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 5.bekkur	?	?
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 6.bekkur	?	?
Hversu oft í venjulegri viku máltíð er í boði fyrir nemendur í hádegishléi; 7.bekkur	?	?
Hversu oft í venjulegri viku eftirfarandi máltíð er í matinn fyrir nemendur í 5.-7.bekki		
-fiskur	?	
-grænmetisalat eða hrátt grænmeti	?	?
-soðið eða steikt grænmeti	?	
-ferskir ávextir	?	**
Hlutfall skóla sem hafa aldrei eftirfarandi á boðstólnum;		
-kex eða sætar bakarísvörur		
-sælgæti	?	?
-gösdrykkir	?	?
-djús	?	
Mat skólastjórnenda á hávaða í matsal á annatíma	?	*
Mat skólastjórnenda á góðu kennsluefni varðandi;		
-næringu	?	
-hreyfingu	?	

+ Marktækt við 90% öryggi , * Marktækt við 95% öryggi, ** Marktækt við 99% öryggi , ? Of fá svör fyrir marktæktarpróf

Viðauki 1

		Er fjallað um í stefnu skólans: Hollustu skólamáltíða		
		Nei, ekki fjallað um	Já, fjallað um	Fjöldi
Allir		29,5%	70,5%	132
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	27,5%	72,5%	51
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	28,6%	71,4%	28
	Norðurland	30,8%	69,2%	26
	Austurland	23,5%	76,5%	17
	Suðurland	50,0%	50,0%	10

		Er fjallað um í stefnu skólans: Hreyfingu nemenda utan íþróttatíma		
		Nei, ekki fjallað um	Já, fjallað um	Fjöldi
Allir		50,0%	50,0%	132
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	49,0%	51,0%	51
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	46,4%	53,6%	28
	Norðurland	65,4%	34,6%	26
	Austurland	41,2%	58,8%	17
	Suðurland	40,0%	60,0%	10

Viðauki 1

		Er fjallað um í stefnu skólans: Framboð sætinda og drykkja í skólanum		
		Nei, ekki fjallað um	Já, fjallað um	Fjöldi
Allir		41,7%	58,3%	132
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	41,2%	58,8%	51
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	42,9%	57,1%	28
	Norðurland	46,2%	53,8%	26
	Austurland	41,2%	58,8%	17
	Suðurland	30,0%	70,0%	10

		Er fjallað um í stefnu skólans: Ferðamáta nemenda til og frá skóla		
		Nei, ekki fjallað um	Já, fjallað um	Fjöldi
Allir		50,0%	50,0%	132
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	52,9%	47,1%	51
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	53,6%	46,4%	28
	Norðurland	46,2%	53,8%	26
	Austurland	41,2%	58,8%	17
	Suðurland	50,0%	50,0%	10

Viðauki 1

		Er fjallað um í stefnu skólans: Aðrar leiðir til að bæta andlega líðan/geðheilsu		
		Nei, ekki fjallað um	Já, fjallað um	Fjöldi
Allir		51,5%	48,5%	132
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	51,0%	49,0%	51
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	42,9%	57,1%	28
	Norðurland	42,3%	57,7%	26
	Austurland	64,7%	35,3%	17
	Suðurland	80,0%	20,0%	10

		Er sérkennsla í boði fyrir nemendur sem standa höllum fæti í þróttum?		
		1 Nei, sérkennsla er ekki í boði	2 Já, sérkennsla er í boði.	Fjöldi
1,00	Allir	33,1%	66,9%	133
Landshlutar	1,00 Höfuðborgarsvæði	31,4%	68,6%	51
	3,00 Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	39,3%	60,7%	28
	4,00 Norðurland	23,1%	76,9%	26
	5,00 Austurland	33,3%	66,7%	18
	6,00 Suðurland	50,0%	50,0%	10

Viðauki 1

Er skipulagt starf með starfsmanni (eða eldri nemanda þar sem það á við) í frímínútum þar sem börnin eru hvött til leikja?							
		Já, daglega	Já, nokkrum sinnu í viku	Já, um það bil einu sinni í viku	Já, en sjaldnar	Nei, aldrei	Fjöldi
Allir		28,2%	10,7%	6,1%	41,2%	13,7%	131
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	22,4%	8,2%	8,2%	49,0%	12,2%	49
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	25,9%	22,2%	7,4%	33,3%	11,1%	27
	Norðurland	40,7%	,0%	3,7%	37,0%	18,5%	27
	Austurland	38,9%	22,2%	5,6%	22,2%	11,1%	18
	Suðurland	10,0%	,0%	,0%	70,0%	20,0%	10

Byður skólinn upp á skipulagða hreyfingu eða útileiki fyrir nemendur með starfsmanni, 1.-4. bekkur							
		Já, daglega	Já, nokkrum sinnum í viku	Já, um það bil einu sinni í viku	Já, en sjaldnar	Nei, aldrei	Fjöldi
Allir		10,9%	12,6%	11,8%	16,0%	48,7%	119
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	9,3%	23,3%	11,6%	25,6%	30,2%	43
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	16,0%	4,0%	8,0%	8,0%	64,0%	25
	Norðurland	8,0%	12,0%	12,0%	12,0%	56,0%	25
	Austurland	12,5%	6,3%	12,5%	12,5%	56,3%	16
	Suðurland	10,0%	,0%	20,0%	10,0%	60,0%	10

Eru nemendur í 5.-10. bekk hvattir af starfsmönnum skólans til að koma gangandi í og úr skóla þegar veður leyfir?						
	Nei, skólinn hefur engin afskipti af ferðamáta nemenda til o	Nei, aðstæður nemenda eru of fjölbreytilegar til að unnt sé	Já, nemendur eru almennt hvattir til þess	Á ekki við, (t.d. ef skólinn er í dreifbýli)	Fjöldi	
Allir	14,4%	12,1%	49,2%	24,2%	132	
Landshlutar						
Höfuðborgarsvæði	16,0%	14,0%	58,0%	12,0%	50	
Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	18,5%	14,8%	40,7%	25,9%	27	
Norðurland	7,4%	7,4%	48,1%	37,0%	27	
Austurland	16,7%	5,6%	55,6%	22,2%	18	
Suðurland	10,0%	20,0%	20,0%	50,0%	10	

Hversu oft í venjulegri viku er máltíð í boði fyrir nemendur í hádegishléi: 5. bekkur								
	Aldrei	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi	
Allir	12,6%	,8%	,8%	,8%	11,8%	73,1%	119	
Landshlutar								
Höfuðborgarsvæði	4,8%	,0%	,0%	,0%	2,4%	92,9%	42	
Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	23,1%	3,8%	,0%	,0%	15,4%	57,7%	26	
Norðurland	11,1%	,0%	3,7%	,0%	22,2%	63,0%	27	
Austurland	21,4%	,0%	,0%	7,1%	14,3%	57,1%	14	
Suðurland	10,0%	,0%	,0%	,0%	10,0%	80,0%	10	

Viðauki 1

		Hversu oft í venjulegri viku er máltíð í boði fyrir nemendur í hádegishléi: 6. bekkur						
		Aldrei	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		11,8%	,8%	,8%	,8%	13,4%	72,3%	119
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	4,8%	,0%	,0%	,0%	2,4%	92,9%	42
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	22,2%	3,7%	,0%	3,7%	18,5%	51,9%	27
	Norðurland	11,1%	,0%	3,7%	,0%	22,2%	63,0%	27
	Austurland	23,1%	,0%	,0%	,0%	15,4%	61,5%	13
	Suðurland	,0%	,0%	,0%	,0%	20,0%	80,0%	10

		Hversu oft í venjulegri viku er máltíð í boði fyrir nemendur í hádegishléi: 7. bekkur						
		Aldrei	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		12,3%	1,8%	,9%	1,8%	12,3%	71,1%	114
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	4,9%	2,4%	,0%	,0%	2,4%	90,2%	41
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	22,2%	3,7%	,0%	3,7%	18,5%	51,9%	27
	Norðurland	8,0%	,0%	4,0%	4,0%	20,0%	64,0%	25
	Austurland	23,1%	,0%	,0%	,0%	15,4%	61,5%	13
	Suðurland	12,5%	,0%	,0%	,0%	12,5%	75,0%	8

		Hversu oft í venjulegri viku er fiskur að jafnaði í matinn fyrir nemendur? 5-7. bekkur					
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjöldi
Allir		1,0%	1,9%	35,9%	60,2%	1,0%	103
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	,0%	2,7%	29,7%	64,9%	2,7%	37
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	,0%	,0%	28,6%	71,4%	,0%	21
	Norðurland	4,0%	,0%	44,0%	52,0%	,0%	25
	Austurland	,0%	,0%	63,6%	36,4%	,0%	11
	Suðurland	,0%	11,1%	22,2%	66,7%	,0%	9

		Hversu oft í venjulegri viku er grænmetisalat eða hrátt grænmeti í bitum, borið fram með hádegismatnum í skólanum? 5-7. bekkur							
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		1,0%	3,8%	7,6%	11,4%	28,6%	23,8%	23,8%	105
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	,0%	5,1%	5,1%	12,8%	33,3%	17,9%	25,6%	39
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	,0%	,0%	4,8%	9,5%	33,3%	38,1%	14,3%	21
	Norðurland	4,0%	,0%	4,0%	12,0%	24,0%	24,0%	32,0%	25
	Austurland	,0%	,0%	27,3%	18,2%	18,2%	27,3%	9,1%	11
	Suðurland	,0%	22,2%	11,1%	,0%	22,2%	11,1%	33,3%	9

Viðauki 1

		Hversu oft í venjulegri viku er soðið eða steikt grænmeti borið fram með hádegismatnum? 5-7. bekkur							
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		6,8%	34,0%	17,5%	26,2%	11,7%	2,9%	1,0%	103
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	7,9%	28,9%	21,1%	31,6%	7,9%	2,6%	,0%	38
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	,0%	23,8%	14,3%	38,1%	14,3%	9,5%	,0%	21
	Norðurland	4,2%	50,0%	25,0%	12,5%	8,3%	,0%	,0%	24
	Austurland	9,1%	36,4%	9,1%	18,2%	18,2%	,0%	9,1%	11
	Suðurland	22,2%	33,3%	,0%	22,2%	22,2%	,0%	,0%	9

		Hversu oft í venjulegri viku eru ferskir ávextir með hádegismatnum? 5-7. bekkur							
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		11,5%	9,7%	19,5%	21,2%	8,8%	7,1%	22,1%	113
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	,0%	,0%	20,0%	30,0%	12,5%	5,0%	32,5%	40
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	12,5%	12,5%	16,7%	25,0%	4,2%	12,5%	16,7%	24
	Norðurland	15,4%	11,5%	26,9%	3,8%	11,5%	11,5%	19,2%	26
	Austurland	33,3%	26,7%	13,3%	20,0%	6,7%	,0%	,0%	15
	Suðurland	12,5%	12,5%	12,5%	25,0%	,0%	,0%	37,5%	8

		Hversu oft í venjulegri viku eru ávextir í boði fyrir nemendur í morgunhléi? 5-7. bekkur							
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fjórum sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		63,8%	2,6%	1,7%	6,0%	1,7%	3,4%	20,7%	116
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	80,5%	4,9%	,0%	2,4%	2,4%	,0%	9,8%	41
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	52,0%	4,0%	,0%	8,0%	,0%	12,0%	24,0%	25
	Norðurland	61,5%	,0%	3,8%	11,5%	,0%	,0%	23,1%	26
	Austurland	60,0%	,0%	,0%	,0%	6,7%	,0%	33,3%	15
	Suðurland	33,3%	,0%	11,1%	11,1%	,0%	11,1%	33,3%	9

		Hversu oft í venjulegri viku standa eftirfarandi drykkir nemendum til boða í morgunhléi?: Svali/djús					
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		74,0%	6,5%	3,9%	1,3%	14,3%	77
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	66,7%	,0%	3,7%	,0%	29,6%	27
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	83,3%	11,1%	,0%	,0%	5,6%	18
	Norðurland	80,0%	6,7%	6,7%	6,7%	,0%	15
	Austurland	80,0%	10,0%	,0%	,0%	10,0%	10
	Suðurland	57,1%	14,3%	14,3%	,0%	14,3%	7

Hversu oft í venjulegri viku standa eftirfarandi drykkir nemendum til boða í hádeginu?: Svali/djús								
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		61,0%	20,8%	3,9%	2,6%	1,3%	10,4%	77
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	80,8%	7,7%	,0%	,0%	,0%	11,5%	26
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	57,9%	10,5%	10,5%	5,3%	,0%	15,8%	19
	Norðurland	47,1%	41,2%	5,9%	5,9%	,0%	,0%	17
	Austurland	50,0%	25,0%	,0%	,0%	12,5%	12,5%	8
	Suðurland	42,9%	42,9%	,0%	,0%	,0%	14,3%	7

Hversu oft í venjulegri viku standa nemendum til boða eftirfarandi í skólanum? Kex og bakarísvörur								
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Einu sinni	Tvisvar sinnum	Þrisvar sinnum	Fimm sinnum	Fjöldi
Allir		75,6%	8,7%	8,7%	2,4%	1,6%	3,1%	127
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	74,5%	6,4%	12,8%	,0%	,0%	6,4%	47
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	72,0%	8,0%	12,0%	4,0%	,0%	4,0%	25
	Norðurland	81,5%	11,1%	3,7%	3,7%	,0%	,0%	27
	Austurland	77,8%	11,1%	,0%	5,6%	5,6%	,0%	18
	Suðurland	70,0%	10,0%	10,0%	,0%	10,0%	,0%	10

Viðauki 1

		Hversu oft í venjulegri viku standa nemendum til boða eftirfarandi í skólanum? Sælgæti		
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Fjöldi
Allir		97,6%	2,4%	126
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	97,9%	2,1%	47
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	100,0%	,0%	25
	Norðurland	100,0%	,0%	27
	Austurland	94,1%	5,9%	17
	Suðurland	90,0%	10,0%	10

		Hversu oft í venjulegri viku standa nemendum til boða eftirfarandi í skólanum? Gosdrykkir		
		Aldrei	Sjaldnar en einu sinni	Fjöldi
Allir		97,6%	2,4%	126
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	100,0%	,0%	47
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	100,0%	,0%	25
	Norðurland	96,3%	3,7%	27
	Austurland	94,1%	5,9%	17
	Suðurland	90,0%	10,0%	10

Viðauki 1

Er unnið í samræmi við handbók Manneldisráðs/Lýðheilsustöðvar fyrir starfsfólk skólamötuneyta?					
	Já, að mestu eða öllu leyti	Já, að miklu leyti	Já, en að litlu leyti	Nei, handbókin er ekki notuð	Fjöldi
Allir	23,1%	41,3%	12,4%	23,1%	121
Landshlutar					
Höfuðborgarsvæði	31,8%	50,0%	2,3%	15,9%	44
Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	16,0%	36,0%	12,0%	36,0%	25
Norðurland	28,0%	32,0%	20,0%	20,0%	25
Austurland	17,6%	29,4%	23,5%	29,4%	17
Suðurland	,0%	60,0%	20,0%	20,0%	10

Hvað lýsir best, að þínu mati, andrúmslofti í matsal/svæði nemenda á annatíma?						
	Mjög mikill hávaði er í matsal/svæði nemenda	Frekar mikill hávaði er í matsal/svæði nemenda	Ásættanlegur hávaði	Lítill hávaði er í matsal/svæði nemenda	Ró og spekt er yfirleitt í matsal/svæði nemenda	Fjöldi
Allir	2,4%	17,7%	45,2%	21,0%	13,7%	124
Landshlutar						
Höfuðborgarsvæði	4,2%	29,2%	39,6%	20,8%	6,3%	48
Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	4,2%	12,5%	41,7%	20,8%	20,8%	24
Norðurland	,0%	,0%	61,5%	15,4%	23,1%	26
Austurland	,0%	31,3%	25,0%	25,0%	18,8%	16
Suðurland	,0%	,0%	70,0%	30,0%	,0%	10

Viðauki 1

		Að þínu álit, hversu mikið framboð er af góðu kennsluefni um heilsusamlega lífshætti? næringu					
		Framboð er mjög mikið	Framboð er frekar mikið	Framboð er hvorki mikið né lítið	Framboð er fremur lítið	Framboð er mjög lítið	Fjöldi
Allir		7,1%	28,3%	39,4%	24,4%	,8%	127
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	17,0%	23,4%	36,2%	23,4%	,0%	47
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	3,8%	38,5%	38,5%	19,2%	,0%	26
	Norðurland	,0%	30,8%	50,0%	15,4%	3,8%	26
	Austurland	,0%	16,7%	44,4%	38,9%	,0%	18
	Suðurland	,0%	40,0%	20,0%	40,0%	,0%	10

		Að þínu álit, hversu mikið framboð er af góðu kennsluefni um heilsusamlega lífshætti? hreyfingu					
		Framboð er mjög mikið	Framboð er frekar mikið	Framboð er hvorki mikið né lítið	Framboð er fremur lítið	Framboð er mjög lítið	Fjöldi
Allir		3,9%	35,4%	36,2%	22,8%	1,6%	127
Landshlutar	Höfuðborgarsvæði	10,6%	34,0%	29,8%	25,5%	,0%	47
	Reykjanes, Vesturland og Vestfirðir	,0%	42,3%	38,5%	19,2%	,0%	26
	Norðurland	,0%	26,9%	50,0%	15,4%	7,7%	26
	Austurland	,0%	27,8%	44,4%	27,8%	,0%	18
	Suðurland	,0%	60,0%	10,0%	30,0%	,0%	10