



Program ZDRAVJE V VRTCU

Pogosti klici iz vrtcev glede pravih postopkov za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni, preprečevanja poškodb in zastrupitev ter drugih z zdravjem povezanih vsebin kažejo na potrebo po dodatnih aktivnostih.

Poslanstvo ali namen programa

S programom želimo razviti in okrepiti zmožnosti (capacity building) vrtcev za oblikovanje okolij, ki postavljajo dobro počutje in zdravje kot pomembno vrednoto in si prizadevajo ustvariti pogoje za dobro počutje in zdravje ter krepijo sposobnosti posameznika za ohranjanje in izboljševanje zdravja v celotnem življenju.

Želimo, da se vrtci oblikujejo v zdravo in varno okolje, ki pozitivno vpliva na počutje in zdravje celotne populacije.

V družbi želimo povečati zavedanje o pomembnosti vplivov posameznih dejavnikov v najzgodnejšem obdobju življenja na zdravje in počutje v kasnejšem življenju.

Program želi posredno vplivati tudi na večanje pomena dobrega počutja in zdravja v družbi kot celoti, posebej še v okoljih, kjer sprejemajo odločitve, ki vplivajo tudi na zdravje.

Z željo, da bi bili otroci zdravi, vzgojitelji usposobljeni, starši informirani, ustanovitelji vrtcev pa motivirani, v program vključujemo različne strokovnjake. Ustrezno znanje in dostop do potrebnih podatkov so zagotovo osnova za pravilno ravnanje - tako v kritičnih trenutkih, kot pri vzgoji za zdrave navade oz. zdrav način življenja.

Za doseganje željenih sprememb uporabljamo različne pristope in metode dela. Program vključuje ugotavljanje problemov, ukrepanje vseh partnerjev v projektu ter spremljanje in vrednotenje rezultatov.

Programski cilji

Pri oblikovanju programa skušamo slediti dvema temeljnima ciljema:

1. oblikovanje vrtčevskega okolja kot skupnosti, ki je zavezana skrbi za dobro počutje in zdravje ter utrjevanju pozitivnega odnosa do zdravja in
2. delovanje v smeri zmanjševanja nastanka bolezni in poškodb.

Ciljne skupine

Za vzpostavljanje dobrega sožitja, zdravih pogojev in zadovoljstva so pomembni vsi vključeni: otroci, vzgojitelji, starši in ustanovitelji vrtcev. Zato vsi predstavljajo ciljne skupine v programu. Nudimo različne aktivnosti in jih skušamo motivirati za aktiven pristop, da bomo skupaj lažje dosegli cilje programa.

Vodilno mesto partnerjev v projektu je namenjeno vrtcem, tako vodstvom kot celotnemu kolektivu, otrokom in staršem. Vendar pa je potrebna tudi aktivna vključitev ustanoviteljev vrtcev, lokalne skupnosti, strokovnjakov pedagoške, psihološke in zdravstvene ter drugih strok, nevladnih organizacij, različnih proizvajalcev in dobaviteljev opreme ter storitev.

Ključne naloge

Med številnimi komponentami zdravja je delovanje programa usmerjeno predvsem v dobro počutje ter preprečevanje in obvladovanje nastanka bolezni iz sklopov: kronične nenalezljive bolezni, poškodbe in zastrupitve ter nalezljive bolezni. Znotraj teh pa se bomo posvečali zlasti naslednjim temam:

A) Kronične nenalezljive bolezni

- *Nezdrava prehrana:* Problem narašča z modernim načinom življenja. Za zajezitev epidemije je nujno delovanje na več ravneh. Promocija na tem področju že poteka in se bo še nadaljevala.
- *Telesna nedejavnost:* Je med najhitreje naraščajočimi dejavniki tveganja. Sedeč način življenja je potrebno zmanjševati z aktivnimi pristopi.
- *Kajenje:* Čeprav kajenje opuščajo odrasli, narašča kajenje med mladimi. Vse več je podatkov o škodljivosti pasivnega kajenja, elektronskih cigaret, .. kar je za mlade zelo pomembno.
- *Duševno in čustveno zdravje:* Izredno pomembno za dobro počutje in delovanje vsakega posameznika, odvisno je od več dejavnikov.
- *Medosebni odnosi* (med otroci in vzgojitelji, med samimi otroci, med vzgojitelji, med vzgojitelji in starši) so generator počutja oseb v določenem okolju. Posledice slabih odnosov se kažejo v nerazumevanju, povečani napetosti, stresnih situacijah,..
- *Razvijanje pozitivne samopodobe* je ključno za razvoj osebnosti, ki se je sposobna spopadati z ovirami v življenju in sprejemati ustrezne odločitve
- *Nasilje v družbi in družini* je tudi pri nas še vedno pojav pred katerim si zakrivamo oči. Ozaveščanje na tem področju sodi tudi v vrtčevsko okolje.
- *Odnos do škodljivih razvad:* se gradi že v najzgodnejši mladosti in zahteva ustrezne pristope ter dobre zglede.

B) Poškodbe in zastrupitve

- *Varno fizično okolje* je tisto, v katerem so možnosti za poškodbe ali zastrupitve ter možnosti širjenja nalezljivih obolenj minimalne in kjer ni dejavnikov iz okolja, ki bi negativno vplivali na kasnejše zdravje otrok. Osnovne pogoje za to nudi varna gradnja objektov, ustrezna razporeditev prostorov in oprema prilagojena potrebam in možnostim otrok, varna igrala in igrače.
- *Varno vedenje:* Zavedanje nevarnosti in veščine za obvladovanje nevarnih situacij niso vsakomur prirojene. Vzgoja v zgodnjem obdobju in zgled odraslih pomembno vplivata na stališča do varnosti v kasnejšem obdobju.

C) Nalezljive bolezni

- *Dobre higienske navade:* Otrokom v predšolskem obdobju je potrebno higienske navade še privzgojiti. Od dobrih higienskih praks vseh udeleženih je odvisno dobro počutje vseh in zdravje posameznika.
- *Prenos infekcij v notranjem okolju:* V vrtcu otroci sobivajo na relativno majhnem prostoru. Vsak klicenosec lahko hitro povzroči izbruh nalezljive bolezni.

- *Promocija cepilnih programov:* Za dobro precepljenost, ki zaščiti populacijo, je potrebno doseči določeno raven precepljenosti. Želimo okrepiti pozitiven odnos do cepljenja.

Koordinatorica: Matejka Polak