

Program ZDRAVJE V VRTCU

Poslanstvo ali namen programa

Pogosti klici iz vrtcev glede pravih postopkov za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni, preprečevanje poškodb in zastrupitev kažejo na potrebo po dodatnih aktivnostih.

S programom želimo **razviti in okrepiti zmožnosti** (capacity building) **VRTCEV ZA OBLIKOVANJE OKOLIJ**, ki postavljajo zdravje kot pomembno vrednoto in si prizadevajo ustvariti pogoje za dobro zdravje ter krepijo sposobnosti posameznika za ohranjanje in izboljševanje zdravja v celotnem življenju.

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

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

V družbi želimo povečati zavedanje o pomembnosti vplivov v najzgodnejšem obdobju na zdravje v kasnejšem življenju.

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 zdravje in 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 jim 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 bo za uspeh programa 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, bo delovanje programa usmerjeno predvsem na preprečevanje in obvladovanje nastanka bolezni iz dveh obsežnih sklopov: kronične nenalezljive bolezni ter poškodbe in zastrupitve. 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 z uvajanjem standardov zdravega prehranjevanja v vrtce.
- **Telesna nedejavnost:** je med najhitreje naraščajočimi dejavniki tveganja. Sedeč način življenja je potrebno zmanjševati z aktivnimi pristopi.
- **Pasivno kajenje:** Čeprav kajenje opuščajo odrasli, narašča kajenje med mladimi. Vse več je podatkov o škodljivosti pasivnega kajenja, kar se pri mladih organizmih še hitreje pokaže.
- **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 so otroci primorani sobivati na relativno majhnem prostoru. Vsak klicenosec lahko hitro povzroči izbruh nalezljive bolezni.
- **Promocija cepilnih programov:** Za dobro precepljenost, ki zaščiti populacijo, je potrebno doseči doktrinarno raven precepljenosti. Populacija mladih staršev in vzgojiteljic je tista, v kateri želimo okrepiti pozitiven odnos do cepljenja.

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, ustreznost razporeditev prostorov in oprema prilagojena potrebam in zmožnostim 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.
- **Duševno in čustveno zdravje**

- **Medosebni odnosi** (med otroci in vzgojitelji, med samimi otroci, med samimi vzgojitelji, med vzgojitelji in starši) so generator počutja v določenem okolju. Posledice slabih odnosov se kažejo v pojavu različnih bolezni.
- **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.

Literatura

- Mramor M, Gruntar-Činč M, Domicelj M. Zdrav vrtec – projekt promocije zdravja v vrtcih. Ljubljana: Slovenski sklad za zdravje otrok, Zdravstveni dom Ljubljana, CINDI-Slovenija, 1993.
- Healthy kindergartens Slovakia.
- [WHO/Europe Children's Health and Environment Case Studies Summary Book – Actions and Interventions](#)
- The european health report 2005. Public health action for healthier children and populations. WHO-regional office for Europe, Copenhagen, 2005
- Stergar E, Bevc Stankovič M Širimo mrežo slovenskih zdravih šol, IVZ RS, 1997
- Bilten slovenske mreže zdravih šol 1/99, IVZ RS, Ljubljana, 1999
- Listina o pravicah otrok, OZN, Ženeva, 1989
- Promoting Mental and Emotional Health in the European Network of Health Promoting Schools, WHO Europe 1995
- First meeting on strategies for Child Protection, WHO report; Padua, 1998