

VRTCI SO PRIMERNO OKOLJE ZA PROMOCIJO ZDRAVJA

- Vrtci so v Sloveniji tradicionalno uveljavljena organizirana oblika varstva otrok. Zagotavljajo ustrezno okolje in razmere za varno, zdravo otroštvo in za razvoj telesnih in duševnih sposobnosti otrok. Poleg tega pa omogočajo izboljšanje kakovosti življenja družin.
- V letu 2004/05 je bilo v celotni Sloveniji v vrtce vključenih 60,8% otrok.
- Otroci, ki živijo v zdravem okolju, spoznajo zdrav način življenja, osvajajo zdrave navade in veščine, lahko odrastejo v zdrave odrasle osebe in pri tem lahko kaj naučijo tudi starše.
- V predšolskem obdobju si otroci pridobivajo izkušnje, stališča in vzorce vedenja, ki jih obdržijo več inoma vse življenje.
- Dobro usposobljeno in izobraženo vzgojno osebje veliko prispeva k osvajanju načel zdravega življenja.
- Pomembno je osebno stališče in zavzetost zaposlenih, (ki so vzor otrokom in na očeh staršem) do dejavnikov, ki imajo pozitivni in negativni vpliv na zdravje.

KAKO BOMO SODELOVALI?

Vabimo vas, da se nam pridružite pri projektu Zdravje v vrtcu, ki je namenjen otrokom, zajema pa tudi pedagoške delavce, ustanovitelje vrtcev, starše in širšo skupnost.

Z vašo pomočjo lahko v vzgojne programe v vrtce uvedemo dodatne zdravstvenovzgojne vsebine, ki bodo našim otrokom pomagale odrasti v zdrave, samozavestne in uspešne ljudi, pedagoškim delavcem pa bodo olajšale vsakodnevno delo.

V začetni fazi projekta želimo narediti posnetek stanja na terenu, na podlagi katerega bomo predlagali in spodbujali aktivnosti, ki se bodo izvajale v vrtcih.

Poslali vam bomo vprašalnike, s katerimi nam lahko pomagate pri pregledu stanja in načrtih za naprej.

Prosili vas bomo za vaše strokovno mnenje pri pregledu možnosti in pomanjkljivosti na področju varovanja in krepitev zdravja.

Za dodatne informacije se obrnite na:

**ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO
VARSTVO LJUBLJANA**

Zaloška cesta 29
1000 Ljubljana

Tel: 01/ 586 39 00
fax: 01/ 540 31 90

www.zzv-lj.si
Info@zzv-lj.si



**ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO VARSTVO
LJUBLJANA**



**ZDRAVJE
V VRTCU**



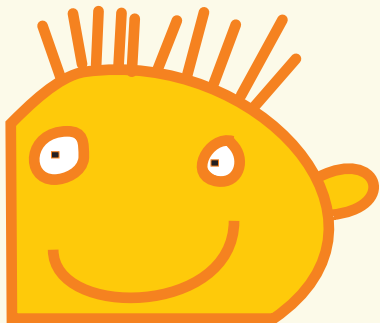


NAŠI OTROCI SI ZASLUŽIJO NAJBOLJŠE

Vsakodnevni klici iz vrtcev glede preprečevanja širjenja nalezljivih bolezni, preprečevanja poškodb in zastrupitev kažejo, da zadeve na tem področju še zdaleč niso urejene in da so potrebne dodatne aktivnosti.

Za vzpostavljanje dobrega sožitja, zdravih pogojev in zadovoljstva so pomembni vsi: zdravi otroci, usposobljeni vzgojitelji, informirani starši ter motivirani ustanovitelji vrtcev. Vrtcem bomo ponudili različne aktivnosti s katerimi bomo skušali pedagoške delavce in ravnatelje motivirati za aktiven pristop pri doseganju zadovoljive zdravstvene vzgoje otrok.

Zbrali bomo stališča, ugotovili želje in potrebe vrtcev po širjenju zdravstveno vzgojnega znanja ter nato to znanje ponudili.



BOLJE PREPREČITI KOT ZDRAVITI

Z nezdravim načinom življenja so povezane kronične nenalezljive bolezni (bolezni srca in ožilja, rak, kronične bolezni dihal in prebavil), ki so v Sloveniji in drugod v razvitem svetu glavni vzrok umrljivosti. Znaki teh bolezni se običajno pokažejo šele v odrasli dobi, njihovo preprečevanje pa se začne že v otroštvu.



NA KAJ ŽELIMO VPLIVATI?



Zdrava prehrana

Promocija na tem področju že poteka in se bo še nadaljevala z uvajanjem standardov zdravega prehranjevanja v vrtce.

Telesna dejavnost

Sedeč način življenja je potrebno zmanjševati z aktivnimi pristopi.

Pasivno kajenje

Vse več je podatkov o škodljivosti pasivnega kajenja, kar se pri mladih organizmih še hitreje pokaže.

Odnos do škodljivih razvad

Gradi se že v najzgodnejši mladosti in zahteva ustrezne pristope ter dobre zgled.

Medosebni odnosi

Posledice slabih odnosov se kažejo v pojavu različnih bolezni.

Osebna higiena

Navade osebne higiene se pridobijo v otroštvu. So pomemben dejavnik preprečevanja širjenja nalezljivih in drugih bolezni.

Varno vedenje

Vzgoja v zgodnjem obdobju in zgled odraslih pomembno vplivata na stališča do varnosti v kasnejšem obdobju (okrepitev varnega obnašanja v vrtcu, doma in v prometu)

Varno fizično okolje

Osnovne pogoje za to nudi varna gradnja objektov, ustrezna razporeditev prostorov in oprema prilagojena potrebam in zmožnostim otrok, varna igrala in igrače.