

## ODGOVORI RESPONDENTA

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Osnovni kazalniki zdravja v vrtcu

\include-

graphics[width=3cm]/var/www/nijz.si/anketa/uploads/editor/1656066152zdravje\_v\_vrtcu\_logo

Delovanje vrtcev v Sloveniji pravno-formalno ureja kar nekaj predpisov. Osnovni je Zakon o vrtcih (Uradni list RS, št. 100/05). Skladno s tem morajo vrtci zadostiti normativom in standardom, ki določajo prostorske pogoje, ter normativom in standardom za prostor in opremo. Programe za predšolske otroke, ki jih izvajajo javni vrtci, sprejme Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje. Organizacijo in podrobno vsebino življenja in dela vrtca določi vrtec z letnim delovnim načrtom, ki ga sprejme svet vrtca.

Strokovno podlago za delo v vrtcu predstavlja Kurikulum za vrtce, kjer so opredeljena temeljna načela in cilji predšolske vzgoje. V kurikulumu je zdravje predšolskih otrok zajeto v področje dejavnosti narava in gibanje. Seveda mora vrtec kot delovna organizacija omogočati tudi primerne delovne pogoje, ki ohranjajo zdravje zaposlenih, kar je med drugim opredeljeno z Zakonom o varnosti in zdravju pri delu (Uradni list RS, št. 43/11).

Poleg izpostavljenega ima vodstvo in strokovni kader v vrtcu tudi dodatne možnosti za sprejemanje odločitev in ustvarjanje pogojev, ki krepijo zdravje otrok in zaposlenih. Npr. povezovanje z različnimi deležniki oz. vključevanje dodatnih vsebin, programov, ki krepijo in varujejo zdravje predšolskih otrok. Med slednjimi je tudi program Zdravje v vrtcu, ki ga že dobro desetletje vodimo na NIJZ.

Vsi vrtci morajo torej že v izhodišču izpolnjevati določene pogoje, neposredno ali posredno povezane z zdravjem otrok in zaposlenih. Program zdravje v vrtcu predstavlja nadgradnjo osnovnega programa vrtcev, predvsem na področju ohranjanja in krepitve dobrega počutja in s tem povezanega zdravja. Zato smo se odločili oblikovati še nekaj podrobnejših kazalnikov, ki naj bi jih skladno z našo vizijo izpolnjevali vrtci, vključeni v ta program.

Gre za nabor osnovnih usmeritev, »check-list«, ki se nanašajo na delovanje vrtca oz. delo strokovnega kadra v vrtcu v povezavi z zdravjem. Predvsem vodstvu in zaposlenim pa tudi ostalim deležnikom (starši, občinski funkcionarji, lokalna zdravstvena služba ... in ne nazadnje regijski/ nacionalni koordinator programa Zdravje v vrtcu) omogočajo podani kazalniki hiter vpogled v »trenutno situacijo« na tem področju. Rezultate oz. odgovore na zastavljena vprašanja je v večini primerov možno enos-

tavno razbrati.

Kazalniki, ki so oblikovani v obliki preprostega vprašalnika, pomagajo, da se lahko na enostaven način (samo)preveri, kako uspešno se vodstvo vrtca in strokovno osebje posvečajo skrbi za zdravje svojih varovancev in zaposlenih. Kot izhodišče so določene vsebine duševnega zdravja, ki se tesno prepletajo z vsebinami prehranjevanja, telesne dejavnosti in higiene - temeljna področja, ki so potrebna za zdrav razvoj otroka. Ob tem spodbujamo tudi dobro sodelovanje z zdravstveno službo.

### **Soglasje za zbiranje osebnih podatkov v vprašalniku**

**Vprašalnik, ki je pred vami, zbira osebne podatke in podatke, ki jih posredujete v anketi:**

**Posredovanje anketnih in osebnih podatkov je prostovoljno in pogoj za sodelovanje v anketi. V primeru, da podatkov ne posredujete, ne morete nadaljevati z izpolnjevanjem ankete. Podrobnosti o zbiranju, hranjenju in obdelovanju vaših podatkov v tej anketi si lahko preberete [tukaj](#). Politika zasebnosti in splošni pogoji so dostopni na tej povezavi. Podatke sodelujočih bo NIJZ uporabil izključno za potrebe evalvacije.**

**Prosimo, označite, ali se strinjate z zbiranjem vaših osebnih podatkov:**

[Da, strinjam se z zbiranjem mojih osebnih podatkov](#)

**Regijski koordinator za vaš vrtec je na NIJZ OE:**

[Ravne na Koroškem](#)

**Vpišite naziv vrtca:**

[VRTEC PRI OŠ MEŽICA](#)

**Naslov vrtca - ulica in hišna številka:**

[PARTIZANSKA CESTA 16](#)

**Poštna številka:**

[2392](#)

**Pošta:**

[MEŽICA](#)

**Ime in priimek poročevalca:**

ROMANA ŠEPUL

**E-naslov poročevalca:**

(npr. janez.novak@example.com)

vrtec@os-mezica.si

**V letnem načrtu dela vrtca je opredeljeno in v vrtcu spodbujajo starosti primerno čustveno opismenjevanje vseh otrok (pogovor o čustvih in izražanju čustev, učenje prepoznavanja in obvladovanja čustev ...):**

DA

**Kako?**

V LDN vrtca tega nimamo posebej opredeljenega se pa v sklopu izvedbe različnih vsebin otroke spodbuja k izražanju čustev, kontroli vedenja, obvladovanju čustev. Tako s pogovori, kot lutkami in različnimi dejavnostmi.

**Strokovno osebje vrtca izvaja aktivnosti, ki krepijo pozitivno samopodobo in dobro počutje otrok ter njihovo vključenost v skupino:**

DA

**Na kakšen način oz. katere aktivnosti?**

S pogovori, opazovanjem in ustreznimi reakcijami. Kolektivno pa samopodobodo krepimo s kolegijskimi hospitacijami, primeri dobrih praks ter pogovori.

**V vrtcu se zaposlene spodbuja k varovanju in krepitvi duševnega zdravja, dobrim medsebojnimi odnosom in se jim omogoča izobraževanje na tem področju:**

DA

**Na kakšen način oz. katere aktivnosti?**

Na strokovni aktivih izvajamo različne socialne igre, pogovore ter izobraževanja, ki pripomorejo h krepitvi odnosov. Spodbujamo pogovor ter sprotno reševanje konfliktov in dilem. Učimo se, da ima vsak pravico do svojega mnenja, ki mora biti slišano. Organiziramo skupna neformalna druženja.

**Katerih tovrstnih izobraževanj so se udeležili oz. kako se izpopolnjujejo:**

na aktivih, v okviru ZRSŠ ter izobraževanja v sklopu Zdravje v vrtcu.

**Zaposleni v vrtcu imajo na voljo možnosti in poti za razbremenitev:**

DA

**Na kakšen način oz. katere aktivnosti?**

V času "pavze" lahko izvajajo aktivnosti po želji.

**V vrtcu vsaj 1-krat letno vključujejo vsebine promocije dobrega duševnega zdravja za starše vseh otrok (npr. predavanje, delavnice, ...):**

DA

**Na kakšen način oz. katere aktivnosti?**

Na roditeljskih sestankih se strokovne delavke s starši pogovarjajo o teh vsebinah. Načrtovali smo izobraževanje Krepitev dobrih odnosov, pa je zaradi COVID ukrepov odpadlo.

**V vrtcu se otrokom ves čas bivanja zagotavlja pitna voda oz. nesladkani/malo sladkani čaj (10 g sladk. na 1 liter čaja) oz. voda z iztisnjenim limoninim, pomarančnim sokom, dodanimi zelišči in hkrati se ne ponuja pijač z dodanim sladkorjem (npr. sirup za redčenje, nektar):**

DA

**V vrtcu sta v vsak obrok vključena zelenjava in/ali sadje:**

DA

**V vrtcu se ne ponuja odsvetovane hrane skupaj več kot 6-krat (v primeru, ko vrtec zagotavlja tri dnevne obroke) oz. ne več kot 8-krat (v primeru, ko vrtec zagotavlja štiri dnevne obroke) na mesec (npr. pašteta, hrenovke, topljeni sir, mlečni izdelki z dodanim sladkorjem, žitne/čokoladne rezine, ...):**

DA

**Polnovredna žita oz. izdelki iz njih se na jedilniku vrtca pojavljajo v 1/3 vseh ponujenih obrokov:**

DA

**V vrtcu se preko različnih aktivnosti vključuje vsebine promocije zdrave prehrane, priporočenih živil, postopkov priprave hrane za otroke (npr. demonstracija priprave jedi ali pridelave živil - npr. stiskanje soka; degustacija izbranih živil; pedagoške tehnike s prehransko vsebino - risanje, branje zgodbic v povezavi s prehransko vsebino, ...) vsaj 6-krat na leto:**

DA

**Katere aktivnosti?**

Obisk zaposlenih NIJZ-ja ter ozaveščanje o zdravi prehrani, uporaba živil iz eko vrtca, Teden za zdrave zobke, Dan zdravja.

**V vrtcu otroci praznujejo rojstne dneve brez prinašanja živil od doma in brez odsvetovanih prigrizkov:**

DA

**V vrtcu vsaj 1-krat letno vključujejo vsebine promocije zdrave prehrane za starše vseh otrok (npr. predavanje, zbiranje predlogov za izboljšanje prehranske ponudbe,...):**

DA

**Kako oz. katere aktivnosti?**

Starše povprašamo o idejah na roditeljskih sestankih. Ugotavljamo pa, da imajo doma več težav s pripravo zdravih obrokov, kot jih imamo v vrtcu. zato jim pogosto svetujemo mi.

**V vrtcu se s ciljem zdravega prehranjevanja spodbuja strokovne delavce, da uživajo obroke skupaj z otroki:**

DA

**Kako?**

Strokovne delavke uživajo hrano skupaj z otroki in za to plačajo pavšalni prispevek. Tako oblikujemo skupaj prehranjevalne navade.

**V vrtcu vsak dan zagotavljajo telesno dejavnost zunaj (prilagojeno vremenskim pogojem) za vse skupine otrok (npr. sprehod v naravi, igranje na vrtčevskem dvorišču, sankanje, ...):**

DA

**V času bivanja v vrtcu posvetijo telesni dejavnosti otrok več kot 60 min dnevno:**

DA

**Vodeno telesno dejavnost otrok v vrtcu izvajajo vsaj 2-krat tedensko:**

DA

**Prosto telesno dejavnost otrok v vrtcu omogočajo vsaj 2-krat tedensko:**

DA

**Strokovni delavci vrtca z vključevanjem različnih aktivnosti poskrbijo, da otroci ne sedijo neprekinjeno več kot 1 uro:**

DA

**V vrtcu vključujejo vsebine telesne dejavnosti za vzgojitelje in strokovne sodelavce:**

DA

**Na kakšen način, kako?**

Pohodi kolektiva vsaj 2x letno, v spetmebru bomo pričeli z izvajanjem JOGE za odrasle.

**V vrtcu vsaj 2-krat letno organizirajo druženje vseh otrok in staršev, ki vključuje telesno dejavnost:**

DA

**Aktivnosti:**

Pohodi, srečanja v telovadnici, tabori.

**V vrtcu vsaj 5-krat dnevno temeljito prezračujejo vse igralnice, hodnike, sanitarije:**

DA

**V vrtcu vse otroke učijo in opozarjajo na higieno rok in pravilen postopek umivanja rok (prilagojeno starosti otrok).**

**I. Starostna skupina: Vsaj 4-krat tedensko prikažejo otrokom postopek pravilnega umivanja rok:**

DA

**V vrtcu vse otroke učijo in opozarjajo na higieno rok in pravilen postopek umivanja rok (prilagojeno starosti otrok).**

**II. starostna skupina: Vsaj 1-krat mesečno prikažejo otrokom postopek pravilnega umivanja rok:**

DA

**V vrtcu nadzorujejo postopek umivanja rok pri vseh otrocih (vsaj 1-krat tedensko v I. starostni skupini oz. 1-krat mesečno v II. starostni skupini):**

DA

**V vrtcu izvajamo aktivnosti z namenom osveščanja staršev o preprečevanju širjenja različnih nalezljivih bolezni (npr. predavanje, individualni pogovori, rod. sestanek, promocijsko gradivo):**

DA

**Navedite aktivnosti:**

V LDN vrtca imamo opredeljeno vsebino s področja nalezljivih bolezni. Starše obveščamo preko e-pošte, izvedemo predavanje v primeru hitrega širjenja (uši), promocijsko gradivo je dostopno na za to dogovorjenih mestih.

**V vrtcu omogočajo izvajanje aktivnosti vzgoje za zdravje in zobozdravstvene vzgoje, ki jih izvajajo zdravstveni delavci iz zdravstvenih domov v posameznih starostnih skupinah otrok:**

DA

**Vrtec organizira predstavitve zdravstveno vzgojnih vsebin za zaposlene in starše otrok, ki jih izvajajo zdravstveni delavci iz zdravstvenega doma:**

DA