



# SUNDHEDSPOLITIK FOR



Forsidebillede fra Børnehusene Syvstjernens fælles OL 2011

# BØRNEHUSENE SYVSTJERNEN

## Indholdsfortegnelse:

Indledning	2
Via handling giver viden mening	3
Lovgivning	3
Værdier	3
Mål	3
Trivsel	4
Mad og måltider	5
Sammenhæng med de pædagogiske læreplaner	5
Mad og måltider i det enkelte børnehus	6
Bevægelse	6
Sammenhæng med de pædagogiske læreplaner	6
Bevægelse i det enkelte Børnehus	6
Dokumentation og Evaluering	7
Opfølgning	7

## Indledning

Børnehusene Syvstjernen er ved omlægning til områdeledelse i Kalundborg Kommune august 2008 blevet et fælles team med samarbejde på tværs af seks børnehuse. I forbindelse med dagplejens udlægning til områdeinstitutionerne indgår dagplejen ligeledes i dette samarbejde. Børnehusene Syvstjernen består således pr. 1. januar 2011 af følgende daginstitutioner: Børnegården<sup>1</sup>, Dagplejen<sup>2</sup>, Engen<sup>3</sup>, Kløvergården<sup>4</sup>, Mariehønen<sup>5</sup>, Rørby Børnehave<sup>6</sup> og Troldebo<sup>7</sup>. Hver institution er unik og skal beholde sit særkende. Derfor vil der indimellem være henvisninger til det enkelte børnehus' konkrete dagligdag, for at gøre omfattende politik virkelighedsnær og give bedre mulighed for at handle sundhedsfremmende.

Vi ved, at det er vigtigt at daginstitutioner arbejder sundhedsfremmende, for at give børnene det bedste grundlag for at leve et sundt liv. Sundhed forstår vi ud fra Sundhedsstyrelsens brede tilgang til begrebet: *"Sundhed er en tilstand hos et individ eller en gruppe af individer karakteriseret ved fysisk, mental og social trivsel"*<sup>8</sup>. I forhold til børn er Sundhedsstyrelsens nærmere definition:

- *en udvikling, der er alderssvarende mht. vækst, sanser og motorisk, psykisk og social udvikling*
- *funktionsevner eller kompetencer på et alderssvarende niveau*
- *en grundstemning præget af livsmod og glæde*
- *fravær af alvorlig eller tilbagevendende sygdom*

Det er med udgangspunkt i den forståelse af sundhedsbegrebet, at Børnehusene Syvstjernens Sundhedspolitik er udarbejdet.

---

<sup>1</sup> Ærtevangen 9, Kærby, 4400 Kalundborg

<sup>2</sup> Dagplejen/Administration Industrivej 23 4490 Jerslev

<sup>3</sup> Agervej 31 og 36, 4400 Kalundborg

<sup>4</sup> Tømmerupvej 10 4400 Kalundborg 4B, 4490 Jerslev Sjælland

<sup>5</sup> Skolevej 4 B 4490 Jerslev

<sup>6</sup> Sandbjergvej 30, 4400 Kalundborg

<sup>7</sup> Hvidebækvej 1, 4490 Jerslev Sjælland

<sup>8</sup> Fra Sundhedsstyrelsens pjece: " Børn og Unges Sundhed – forebyggelse og sundhedsfremme i kommunen" nov. 2008

### *Via handling giver viden mening.*

I forhold til at arbejde sundhedsfremmende finder vi det vigtigt at handle i hverdagen, for det er kun via handling at vores viden om sundhed og det sundhedsfremmende arbejde giver mening.

## Lovgivning

Vi arbejder ud fra den gældende lovgivning i Danmark.

- Lov om dagtilbud for børn
- Lov om forebyggende sundhedsordninger for børn og unge
- Finanslovsaftalen fra nov. 2008, som betyder, at alle daginstitutioner skal tilbyde børnene et sundt frokostmåltid senest fra 1. januar 2010 –udsat ved lov til d.1.august 2011.<sup>9</sup>

Derudover er Børnehusene Syvstjernens sundhedspolitik udarbejdet med henblik på at leve op til Kalundborg Kommunes Børn og Unge politik<sup>10</sup>, Sundhedspolitik<sup>11</sup>

## Værdier

I Børn og Unge politikken er beskrevet syv værdier, som er grundlaget for arbejdet med børn i Kalundborg Kommune. Børnehusene Syvstjernens Sundhedspolitik er også omfattet af disse værdier. Det er Trivsel, Selvværd, Glæde, Fællesskab, Respekt, Læring, Viden. En uddybende forståelse af værdierne kan læses i Børn og Unge politikken.

## Mål

Overordnet har Børnehusene Syvstjernen et mål om at handle sundhedsfremmende i hverdagen. Det betyder, at tænke sundhed ind i dagligdagen med børnene med udgangspunktet om at "Via handling giver viden mening."

Derudover vil alle børnehuse arbejde med fokus på sundhed i det daglige pædagogiske arbejde.

---

<sup>9</sup> Syvstjernens forældre har fravalgt det sunde frokostmåltid frem til august 2013. Der vil forinden blive afholdt ny afstemning om fravalg.

<sup>10</sup> [http://www.kalundborg.dk/Politik\\_-\\_demokrati/Politikker,\\_planer\\_og\\_visioner/Børn\\_og\\_familie.aspx](http://www.kalundborg.dk/Politik_-_demokrati/Politikker,_planer_og_visioner/Børn_og_familie.aspx)

<sup>11</sup> [http://www.kalundborg.dk/Politik\\_-\\_demokrati/Planer\\_og\\_politikker/Politikker/Sundhedspolitik.aspx](http://www.kalundborg.dk/Politik_-_demokrati/Planer_og_politikker/Politikker/Sundhedspolitik.aspx)

Ud over det generelle fokus på sundhed har vi nedenfor konkretiseret tre mål, som for os dækker sundhedsbegrebet i praksis: Trivsel, Mad og Måltider samt Bevægelse.

### *Trivsel*

Vi ønsker fokus på trivsel, fordi det er grundlaget for et sundt, lærerigt og udviklende børneliv. Det, at trives, betyder at udvikle sig godt og være veltilpas.<sup>12</sup> En uddybelse kan også læses i Børn og Unge Politikken.

Et fokus på trivsel indbefatter også et fokus på barnets alsidige personlighedsudvikling og sociale kompetencer, som er beskrevet i det enkelte børnehus' pædagogiske læreplan.

Det betyder:

At vi i de syv børnehuse helt konkret vil fokusere på børnenes trivsel ved at:

- Støtte børnene i at blive afleveret og hentet i det enkelte børnehus, sådan at det bliver en god start og afslutning på dagen for det enkelte barn.
- Byde nye børn og forældre velkommen i vores børnehus, vise institutionen frem og give relevante informationer til den enkelte familie. Forældrene tilbydes en samtale efter ca. tre mdr. for at få talt med personalet omkring opstarten for familien og barnet, samt om hvordan det generelt går med barnet i børnehuset.
- Have et tæt forældresamarbejde. Både i hverdagen via den daglige dialog, informationer osv., samt ved forældrearrangementer og forældresamtaler.
- Arbejde på at forebygge social ulighed i sundhed ved at have fokus på børn med særlige behov. Det gør vi bl.a. ved at observere barnet og udfylde iagttagelsesskema til brug for eventuelt at udarbejde handleplan<sup>13</sup> for det enkelte barn med særlige behov, hvilket bl.a. kan omfatte tæt samarbejde med talepædagoger, psykologer og pædagogiske konsulenter.
- Have fokus på overgangen mellem to dagtilbud, f.eks. dagpleje til børnehave eller børnehave til skole. Det betyder, at sundhedspolitikken også indbefatter arbejdet omkring "Den røde tråd"<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Politikens store nye nudansk ordbog.

<sup>13</sup> Forarbejdet til udarbejdelsen af handleplanen er bl.a. observationer, TRAS skemaer og tæt samarbejde med forældre.

<sup>14</sup> Alle dagtilbud arbejder med "Den røde tråd" for at skabe gode overgange for børnene mellem dagpleje/vuggestue over børnehave til skole. se KK hjemmeside under Småbørn

- Arbejde i dagligdagen med børnenes indbyrdes relationer, ud fra en tanke om anerkendende relationer, for at modvirke drilleri og mobning.

### *Mad og måltider*

Børnehusene Syvstjernen ønsker fokus på mad og måltider, fordi det har betydning for børnenes:

- Fysisk helbred. *Maden vi indtager, er en eller flere faktorer, som har betydning for vores fysiske sundhedstilstand. Forkert kostsammensætning forårsager vægtforstyrrelser og disponerer for sygdomme.*
- Psykisk helbred. *En forkert kostsammensætning kan bl.a. medføre træthed og uoplagthed. Modsat kan forkert kost også medføre hyperaktivitet og aggressioner.*
- Evnen til at lære. *Evnen til at lære er stærkt præget af barnets psykiske tilstand. Herved bliver maden en forudsætning for at barnet kan lære.*
- Sociale relationer. *Mad og måltider danner udgangspunkt for fællesskab; både i fysisk og psykisk forstand.<sup>15</sup>*

Det betyder:

At vi er bevidste om Fødevarestyrelsens 8 kostråd - og indtænker disse råd i vores kostpolitik:

- 1) Spis frugt og grønt – 6 om dagen
- 2) Spis fisk og fiskepålæg flere gange om ugen
- 3) Spis kartofler, ris, pasta eller fuldkornsbrød - hver dag
- 4) Spar på sukker – især fra sodavand, slik og kager
- 5) Spar på fedtet – især fra mejeriprodukter og kød
- 6) Spis varieret og bevar normalvægten
- 7) Sluk tørsten i vand
- 8) Vær fysisk aktiv – mindst 60 min. om dagen for børn

### *Sammenhæng med de pædagogiske læreplaner*

Mad og måltider hænger tæt sammen med arbejdet med de pædagogiske læreplaner. Under et måltid er der fokus på barnets alsidige personlige udvikling og de sociale kompetencer, ved at barnet både skal kunne fokusere på sig selv og samtidig være en del af fællesskabet omkring måltidet. De sproglige kompetencer benyttes også under måltidet, da der her er mulighed for at få talt med det enkelte barn om små og store ting. Krop og bevægelse er

---

<sup>15</sup> Anette Schulz, CVU Sønderjylland, Børnehaver i bevægelse, 2005

også en del af måltidet, barnet skal f.eks. have balance til at sidde på en stol og samtidig bruge armene til at føre maden til munden. De kulturelle udtryksformer benyttes, fordi der er en kultur omkring måltidet, som videregives til børnene. Natur og naturfænomener kan også være en del af måltidet, enten via samtalen omkring maden, hvor den kommer fra osv. eller fordi måltidet engang imellem indtages i naturen.

Helt konkret er den daglige kultur omkring mad og måltider, samt festlige lejligheder som fødselsdage i Børnehusene Syvstjernen forskellig.

#### *Mad og måltider i det enkelte børnehus.*

Overordnet spises der i alle børnehuse morgenmad, formiddags- eller eftermiddagsmad, samt frokost, men der kan være forskelle f.eks. for hvad forældre selv skal medbringe til deres barn og hvordan der fejres fødselsdag. Vi henviser derfor til det enkelte børnehus' forældreoplysningsmateriale/kostpolitik.

#### *Bevægelse*

Børnehusene Syvstjernen ønsker at børn skal bevæge sig, fordi

- Det er sjovt og sundt.
- Børn med alsidige motoriske færdigheder har større selvværd og indgår lettere i sociale sammenhænge.
- Bevægelse og fysisk aktivitet styrker hjerte, muskler, knogler, sener og ledbånd.
- Stofskiftet øges, hvilket betyder større sukkeromsætning og fedtforbrænding.
- Børns evne til at lære forbedres ved at bevæge sig.
- Børn er ikke kun hoved, men i høj grad krop. De er til stede i verden gennem kroppen og bruger den til at sanse og kommunikere med.
- I kroppen lagres erfaringer, følelser og viden. Børnene skal støttes i at udforske, nyde og forstå det fysiske miljø, naturen og kulturen.<sup>16</sup>

Det betyder:

At alle børn skal sikres mulighed for at bevæge sig og komme ud hver dag.

#### *Sammenhæng med de pædagogiske læreplaner*

Bevægelse hænger tæt sammen med arbejdet med de pædagogiske læreplaner. Når barnet bevæger sig og er deltagende i fælles

---

<sup>16</sup> Lene B. Terp, CVU Sønderjylland, Børnehaver i bevægelse, 2005

bevægelseslege kan det også indbefatte de øvrige temaer i de pædagogiske læreplaner, udover temaet om krop og bevægelse. Barnets alsidige personlige udvikling og sociale kompetencer er grundlæggende for at kunne bevæge sig både sammen med andre og alene. De sproglige kompetencer benyttes ofte i udvikling af lege og beskrivelse af regler i lege. De kulturelle udtryksformer er også en del af bevægelse, fordi der f.eks. leges gamle danske sanglege eller årstids orienterede bevægelses lege, som f.eks leg i sne osv.

Natur og naturfænomener er også en del af bevægelse, fordi bevægelse ofte foregår i naturen.

De fysiske rammer i det enkelte børnehus er forskellige og der er en tæt sammenhæng mellem de fysiske rammer og børnenes mulighed for bevægelse. Den enkelte institutions konkrete mål for bevægelse er derfor beskrevet i temaet krop og bevægelse i de respektive pædagogiske læreplaner.

## Dokumentation og evaluering.

Hvert børnehus dokumenterer og evaluerer på forskellig vis arbejdet med de pædagogiske læreplaner/ sundhedspolitikken. Dokumentations- og evalueringsmetoder bliver nærmere beskrevet via de pædagogiske læreplaner.

## Opfølgning

Mindst hvert andet år forpligter Børnehusene Syvstjernen sig til at tage denne sundhedspolitik op til overvejelse og opdatering, både i ledelses teamet, blandt medarbejderne i de syv Børnehuse samt i områdeforældrebestyrelsen.