

Zdravje v vrtcu

Nekdanji Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana je v letu 2006 oblikoval program promocije zdravja v vrtcih Ljubljanske zdravstvene regije "Zdravje v vrtcu", ki ga je kasneje razširil in ga danes Nacionalni inštitut za javno zdravje uspešno izvaja skupaj z vrtci po vsej Sloveniji. Program promovira zdravje ter usmerja izvajanje aktivnosti za ohranjanje in krepitev zdravja v vrtčevskem okolju in izven njega. Izpostavljeni so predvsem: dobro počutje, ustvarjalnost, izmenjava dobrih praks in sodelovanje s strokovnjaki NIJZ.

V okviru programa so organizirana tudi izobraževanja za vzgojitelje, ki nudijo strokovne vsebine povezane z zdravjem.

TEMA ZDRAVJA V VRTCU V ŠOLSLEM LETU 2020/21

Rdeča nit je Počutim se dobro. Počutim se dobro je tema, ki zajema tako psihično kot fizično dobro počutje. Kljub vsem omejitvam v povezavi z epidemijo, smo se v našem vrtcu trudili zagotoviti dobro počutje vseh otrok. Še posebej smo se morali truditi, da so imeli otroci čim lažje prihode nazaj v vrtec po vseh zaprtjih.

Počutim se dobro je tema, ki je vključena v vsakodnevno življenje. Tako na nivoju vrtca, ko se strokovni delavci trudimo zagotavljati dejavnosti in omogočati otrokom, da se počutijo dobro, kot na ravni družine.

V letošnjem letu smo se morali veliko prilagajati in še posebej uvajati ukrepe na področju skrbi za zdravje. Starši smo morali biti še posebej pozorni na fizično zdravje tako sebe kot otrok. Ker pa so nas ukrepi kar precej obremenjevali, smo morali veliko delati na fizični podpori tako zaposlenih kot staršev in ne nazadnje otrok. Veliko smo se pogovarjali in izvajali aktivnosti, ki so krepile naše psihično in fizično zdravje.

Dejavnosti:

- Veliko smo se gibali na vseh notranjih in zunanjih površinah.
- V času odprtja in ko so nam ukrepi dovoljevali, smo izvajali pohode in druženja v naravi skupaj s starši.
- Veliko smo se pogovarjali in organizirali izobraževanja na daljavo, na temo skrbi za svoje psihično zdravje.
- V različnih starostnih obdobjih so strokovne delavke poskrbele za ogled vsebin in izvedbo dejavnosti na temo Covid 19.

Kot vrtec skrbimo, da otroci veliko časa preživijo v naravi (igra v naravi, raziskovanje narave), uživajo kvalitetno in zdravo hrano, preprečujemo širjenje nalezljivih bolezni (Covid 19). Naš moto je vsakodnevno gibanje, na vseh površinah (telovadnica, igralnica, igrišče, gozd...) v vseh vremenskih razmerah.

POROČILO ZDRAVJE V VRTCU (šolsko leto 2020/2021)

V letošnjem letu je iz našega vrtca v projektu Zdravje v vrtcu sodelovalo 10 skupin:

- Skupina Kobacajčki, vzg. Vilma Peternel in Tea Drnovšček;
- Skupina Plezalčki, vzg. Katja Trojar in Mateja Kavčič;
- Skupina Zaspančki, vzg. Lara Gantar in Urška Menegatti;

- Skupina Plesalčki, vzg. Ačenka Trček Buh in Nina Starman;
- Skupina Godrnjavčki, vzg. Živa Kramperšek in Karla Kunc;
- Skupina Dobrovoljčki, vzg. Barbara Dodič in Helena Mozina;
- Skupina Muzikalčki, vzg. Polona Burnik in Blažka Mivšek;
- Skupina Navihančki, vzg. Urška Trček in Katjuša Pečelin;
- Skupina Ustvarjalčki, vzg. Mirjam Tavčar in Andreja Podobnik;
- Skupina Skakalčki, vzg. Vanja Poljanšek in Vesna Oblak.

Imeli smo gibalne dejavnosti v večnamenskem prostoru, na igrišču in v gozdu, kjer so sodelovale različne starostne skupine. Pred novim letom so se otroci starejših skupin pod mentorstvom ge. Bernarde Lukančič, ki vodi Skupino starejših občanov, odpravili na sprehod, kjer so pod okni in balkoni upokojujencem na domovih zapeli pesmi in jim zaželeli lepe praznike. V pomladanskem času, ko so se sprostili ukrepi smo s starši izvedli zaključne prireditve, ki so se večinoma odvijale na prostem.

Kljub vsem protokolom in ukrepom v povezavi z epidemijo smo v letošnjem letu zelo veliko sodelovali z NIJZ. Dobra stvar je bila, da so bila vsa izobraževanja v povezavi z Zdravjem v vrtcu organizirana na daljavo in so se jih zaposleni udeležili v zelo velikem številu.

Ker smo bili v letošnjem letu zelo omejeni z izvedbo dejavnosti na temo Zdravja v vrtcu, si želimo, da bo v prihodnjem letu potekalo vse po normalnih tirnicah, brez omejitev.

Koordinatorica Zdravja v vrtcu, Andreja Oblak Kavčič