

SUNDHEDSTEGN TIL
VUGGESTUER, BØRNEHAVER
OG FRITIDSHJEM



2006



SUNDHEDS
TEGNET.DK

2006



Der er i dag stor fokus på kvaliteten af dagtilbuddene. Det er ikke uden grund, for ca. 9 ud af 10 børn tilbringer en stor del af dagen i en institution.

Derfor er det vigtigt, at institutionen er med til at give børn en god og tryk barndom og støtter børnenes personlige udviklingsforløb og tilegnelse af sociale og almene færdigheder, og det er vigtigt, at institutionen her tænker børnenes sundhed og trivsel ind i dagligdagen.

Dagtilbuddet skal give muligheder for oplevelser og aktiviteter, der bidrager til at stimulere fantasi, kreativitet og sproglig udvikling samt give plads til indlæring og fysisk udfoldelse, samvær og mulighed for udforskning af omgivelserne.

Selv om børnenes sundhed og trivsel først og fremmest er forældrenes ansvar, er det også et fælles ansvar. At sikre en bedre sundhed og trivsel for børn forudsætter, at sundhed får en mere fremtrædende plads i børnenes hverdag i institutionen. Børn er ikke små voksne. Børn har en særlig følsomhed over for påvirkninger i det omgivende miljø.

Det handler i høj grad om at understøtte forældrenes bestræbelser på at lære deres børn gode og fornuftige sundhedsvaner i en tidlig alder. Dagtilbuddene har med den stærke tradition for forældresamarbejde og samarbejde med sundhedsfaggrupperne gode muligheder for at sætte fokus på det sundhedsmæssige og på den måde medvirke til at forme børnenes nuværende og fremtidige sundhed.

Sundhedstegnet er et redskab for landets institutioner m.v. for børn og unge til at sætte sundhed på dagsordenen og arbejde med sundhed i bred for-

stand. Emnerne i Sundhedstegnet er valgt med udgangspunkt i det brede og positive sundhedsbegreb.

Foruden at medvirke til at nye initiativer sættes i gang, vil det sundhedsarbejde, der allerede er i gang, også blive synliggjort med Sundhedstegnet.

Emnerne er:

- A. Sundhedspolitik for institutionen.**
- B. Trivsel og sundhed.**
- C. Leg og bevægelse.**
- D. Udeliv og indeliv.**
- E. Mad og måltider.**
- F. Indeklima, støj og hygiejne.**
- G. Tobak og alkohol.**

Rigtig god fornøjelse med arbejdet.



**SUNDHEDS
TEGNET.DK**

2006



	VELKOMMEN	SIDE 03
	SUNDHEDSPOLITIK FOR INSTITUTIONEN	SIDE 04
	TRIVSEL OG SUNDHED	SIDE 06
	LEG OG BEVÆGELSE	SIDE 08
	UDELIV OG INDELIV	SIDE 10
	MAD OG MÅLTIDER	SIDE 12
	INDEKLIMA, STØJ OG HYGIEJNE	SIDE 16
	TOBAK OG ALKOHOL	SIDE 20
	INSPIRATION	SIDE 24

A. Sundhedspolitik for institutionen

a. Sundhestema.

b. Uddannelse og inspiration af personale.

c. Forældreinddragelse og inddragelse af børn.

d. Kontaktperson for Sundhedstegnet.



Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.

Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.

Så kan I år for år følge jeres proces.

Den enkelte institution skal understøtte børn i at træffe sunde valg og udvikle en bevidsthed om, hvad der er sundt. Ved at gøre det sunde sjovt kan institutionen bidrage til udviklingen af en positiv dynamik om sundhed. Også for helt små børn kan man arbejde ud fra dette perspektiv. Ved at give børnene gode oplevelser med at gøre noget, der er sundt, f.eks. gennem musik, sang, bevægelse og leg, kan børnene udvikle en positiv indstilling til at leve sundt og med kompetencer hertil. Samtidig vil en sund levevis understøtte børns lærings- og udviklingsmuligheder.

Med kostpolitik og elementære hygiejneregler sætter institutionen sundhed på børnenes – og forældrenes - dagsorden. Også de pædagogiske tilbud og tilbuddene om fysisk aktivitet mv. rummer et sundhedsfremmende perspektiv, ligesom den fysiske indretning og anvendelsen af lokaler kan anskues i et sundhedsperspektiv.

a. Sundhestema

Institutionen og dens forældrebestyrelse har indarbejdet et sundhestema i institutionens virksomhedsplan. Initiativet kan

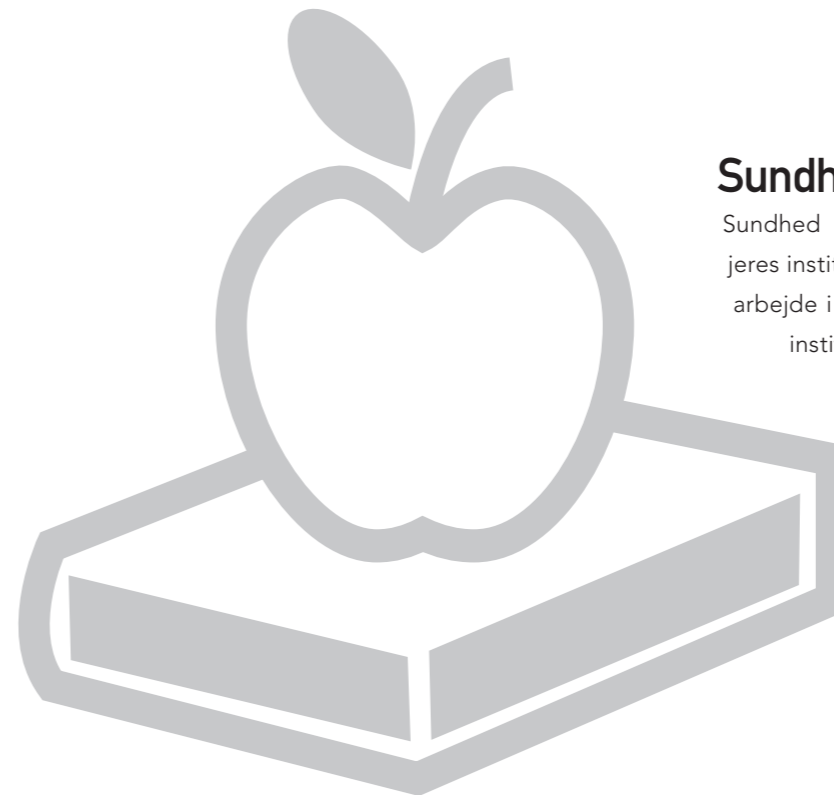
komme fra generelle kommunale initiativer, kommunens sundhedsplan eller udspringe af overvejelser i den enkelte institution. Valget af sundhestema afspejler den vægtning af sundhedsarbejdet, som den enkelte institution beslutter sig for. Man kan fx vælge at sætte fokus på leg og bevægelse, på mobning eller oplevelser i nærmiljøet.

Sundhestemaet indarbejdes i institutionens aktivitetsplaner.

b. Uddannelse og inspiration af personale

Institutionen prioriterer uddannelse af personale i sundhedsfremme, fx ved tilrettelæggelse af temadage.

Institutionen nedsætter en arbejdsgruppe, hvor man systematisk mødes med sundhedsplejerske eller andre med sundhedsfaglig baggrund. Arbejdsgruppen nedsættes med det formål at orientere om aktuelle temaer om sundhed og sundhedsfremme og opkvalificere og inspirere det sundhedsfaglige arbejde i institutionen.



Sundhedspolitik for institutionen.

Sundhed er sandsynligvis allerede en del af hverdagen i jeres institution. Sundhedstegnet handler om at sætte dette arbejde i system. Læg en sundhedsplan, der omfatter hele institutionen. Prioriter uddannelse for pædagoger og medhjælpere, så de får inspiration til sundhedsarbejdet. Sørg for at inddrage børnenes forældre – og børnene – i sundhedsprocessen. Vælg en kontaktperson, der sørger for kommunikation med andre institutioner og samarbejder med bl.a. sundhedsplejersker.

Institutionen opretter – eller indgår i - tværgående grupper med andre institutioner. I de tværgående grupper udveksles erfaringer og ideer om det sundhedsfremmende arbejde.

c. Forældreinddragelse og inddragelse af børn

Institutionen og forældrebestyrelsen inddrager forældrene i arbejdet med sundhed i institutionen.

Institutionen fokuserer på metoder til inddragelse af børnene i sundhedsarbejdet og på de voksne som rollemodeller for børnene. At få børnene med i formuleringen af sundhedsmål kan være et skridt i udviklingen af børnenes handlekompetencer og være med til at sætte sundhed i fokus i institutionens dagligliv.

d. Kontaktperson for Sundhedstegnet

Institutionen udpeger en kontaktperson for Sundhedstegnet.

Kontaktpersonen samarbejder med kontaktpersoner fra andre institutioner.

Kontaktpersonen samarbejder med sundhedsplejersker eller andre fra sundhedssektoren.

Kontaktpersonen informerer løbende forældrene om arbejdet med sundhed og Sundhedstegnet.

LOV OM BØRNEMILJØ I DAGTILBUD

Den 1. juli 2006 trådte loven om børnemiljø i dagtilbud i kraft. Den betyder, at alle landets dagtilbud i fremtiden skal udarbejde børnemiljøvurderinger, der kortlægger dagtilbuddets fysiske, psykiske og æstetiske børnemiljø. Børnemiljøvurderingen skal desuden indeholde en beskrivelse af eventuelle børnemiljøproblemer samt en handlingsplan.

TRIVSEL OG SUNDHED

B. Trivsel og sundhed

a. Aktiviteter om trivsel og sundhed.

b. Samvær og fællesskab.

c. Psykisk udviklingsmiljø for børn.

d. Børn med særlige behov.

- Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.**
Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.
Så kan I år for år følge jeres proces.

Tryghed og omsorg er et mål i sig selv, men er også en forudsætning for en god og sund udviklingsproces for det enkelte barn. Dagtilbuddene skal medvirke til at give barnet en tryk barndom samt støtte barnets personlige udviklingsforløb.

De sundhedsfremmende perspektiver ligger i den målrettede indsats for at skabe trivsel i børnegruppen og i omsorgen for det enkelte barn, men også i et godt samspil mellem de voksne og i samarbejdet med forældrene. Ved en bred pædagogisk indsats kan skabes en sammenhæng i hverdagen, som fremmer børnenes trivsel og modvirker stress, sygdom og udvikling af usunde adfærdsformer.

Trivsel og sundhed i fokus

Børnenes trivsel hænger ofte sammen med gode rutiner i hverdagen, fx omkring aflevering og hentning, men også når barnet skal skifte fra et dagtilbud til et andet. Sørg for trykke og genkendelige regler. Det er en god ide at invitere forældrene til temadage om deres børns udvikling og til indretning af såvel ude- som indendørsarealer. Sørg for et godt psykisk udviklingsmiljø og skab rum for børn med særlige behov.

Personalet skal være opmærksom på, om det enkelte barn og familie har problemer, der kræver en særlig indsats. Det kan være generelle trivselsproblemer, men det kan også være spørgsmål om kost, motion, fysisk udvikling eller andet, som har betydning for barnets sundhed og udvikling. Personalet må være opmærksom på, om der er børn, der udsender signaler om, at de har vanskeligheder, som de må have støtte til at overvinde. Dagtilbuddene må her medvirke til, at barnet får den nødvendige støtte. Det kan fx ske ved den måde, man tilrettelægger det pædagogiske arbejde eller ved, at der iværksættes en særlig støtte til barnet i samarbejde med forældrene.

a. Aktiviteter om trivsel og sundhed

- Institutionen har en rutine for aflevering og hentning af barnet. Det er med til at give både børn og forældre tryghed.
- Institutionen har en rutine for indkøring af nye børn, der fx kan indeholde besøg i institutionen, inden barnet optages, besøg i hjemmet m.v.
- Institutionen har en rutine for overgang mellem to dagtilbud og mellem dagtilbud og skole for at forberede barnet på det nye.

b. Samvær og fællesskab

- Forældrearrangementer om udvalgte temaer, fx emner som vedrører børnenes udvikling.
- Børnene og forældrene er med i projekter om fx indretning af indendørs arealer og legeplads/uderum.

c. Psykisk udviklingsmiljø for børn

- Institutionen har fokus på, at alle børn er med i fællesskabet. Pædagogerne er særlig opmærksomme på, at der ikke er børn, der holder sig for sig selv. Nogle børn skal støttes til at indgå i sociale relationer. Det handler om børns indbyrdes samspil, fx stille piger og vilde drenge.
- Institutionen arbejder bevidst med at undgå mobning og skrider ind, hvis der foregår mobning. Det er vigtigt for barnets udvikling, at det lærer sociale færdigheder, fx også ikke at mobbe andre.
- Institutionen har fokus på personalets samspil med børnene. Pædagoger / pædagogmedhjælper m.fl. kan fx i en periode iagttage hinandens samspil med børnene og give tilbagemelding på, hvordan de har registreret samspillet.

d. Børn med særlige behov

- Institutionen har en målsætning og en plan for at arbejde med rummelighed for støttekrævende børn.
- Institutionen har fagligt fokus på og kompetencer til at "spotte" børn med særlige behov og understøtte dem sammen med relevante samarbejdspartnere.
- Institutionen har udarbejdet en guide eller lignende for dialog med forældrene, hvis barnet viser tegn på mistrivsel.
- Institutionen har fokus på integrationen af og støtte til tosprogede børn.
- Institutionen har udarbejdet en handleplan for børn i sorg.
- Institutionen sørger for, at børn med funktionsnedsættelse har mulighed for at indgå bedst muligt i hverdagen, herunder på udflugter.



Vidste du at:

Allerede blandt to-årige kan børn, der sandsynligvis vil blive mobbet, udpeges.

www.sundhedstegnet.dk



LEGG OG BEVÆGELSE

C. Leg og bevægelse

- a. Leg og bevægelse indgår i dagligdagen.
- b. Fællesaktiviteter for børn og voksne (inkl. forældre).
- c. Undersøg og brug muligheder for leg og bevægelse i institutionen og nærmiljøet – ude og inde.
- d. Særligt fokus på fysisk inaktive børn.

Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.
Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.
Så kan I år for år følge jeres proces.

Børn erobrer verden, når de leger og bevæger sig. Når de udvikler deres motoriske færdigheder, muskelstyrke, udholdenhed, bevægelighed og knoglestyrke, styrker de samtidig deres forudsætninger for at udvikle sig. For børn er det vigtigt, at fysisk aktivitet er en lystbetonet, naturlig og integreret del af hverdagen. Motoriske færdigheder har betydning for barnets selvtillid, status, popularitet og sociale udvikling. Erfaringen viser, at børns evne til at lære forbedres, hvis de er fysisk aktive. Ligeledes styrker børnene deres sociale kompetencer via leg. Men samtidig skal man være opmærksom på, at manglende sociale kompetencer hos børn kan afholde dem fra at deltage i leg og bevægelse.

Det er vigtigt at motivere alle børn uanset al-

der til at være fysisk aktive – ikke mindst de børn, der ikke bevæger sig så meget. Dem er det særligt vigtigt at tage i hånden, så de også kan opleve glæden ved at bevæge sig. Dette er både pædagogers og forældres ansvar.

a. Leg og bevægelse indgår i dagligdagen

- Leg og bevægelse inddrages bevidst og naturligt i hverdagen. Børnene henter fx selv mælk, opfordres til selv at gå, når man er på tur, eller man går en omvej på vej ud eller tilbage. Forældrene tilskyndes til at lade børnene komme til institutionen ved fx at gå eller cykle.
- Børnene er aktive udendørs hver dag, så de fysisk udfordres og bliver forpustede.

b. Fællesaktiviteter for børn og voksne

- Institutionen har en årlig temadag for børn og forældre, hvor leg og bevægelse indgår. Det kan fx være en fælles legedag, en klatre/gemmelegedag i skoven, en skattejagt eller lignende.
- Institutionen bruger hver dag tid på at lege eller spille spil, hvor der indgår fysisk aktivitet.

c. Undersøg og brug muligheder for leg og bevægelse i institutionen og nærmiljøet – ude og inde

- Institutionen undersøger mulighederne for at bruge lokaler og områder i nærmiljøet til leg og bevægelse.
- Ved køb af nye legeredskaber stimulerer disse til, at børnene bevæger sig aktivt. Der bør kunne vælges blandt en vifte af rekvisitter, der befordrer fysisk aktivitet, som fx bolde, sjippetove, balanceredskaber, tove, kæmpebolde osv.

d. Særligt fokus på fysisk inaktive børn

- Institutionen laver en plan for, hvordan forældrene kan medvirke til, at inaktive børn bliver mere aktive.
- Der gives alsidige tilbud til børn med forskelligt aktivitetsniveau. Jo flere forskellige aktiviteter institutionen kan tilbyde, desto større er chancen for, at børn får en god oplevelse ved at bruge kroppen.
- Der skal være opmærksomhed på, at alle børn får rørt sig i løbet af dagen.

Leg og bevægelse

Stimuler børnenes lyst til at bevæge sig, så det bliver en naturlig del af deres hverdag. Tilrettelæg dagligdagen så leg og bevægelse indgår i så mange aktiviteter som muligt – både inde og ude – hold temadage, hvor også forældrene er med.



SUNDHEDSBOX

Vidste du at:

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at alle børn og unge er fysisk aktive med mindst moderat intensitet i 60 minutter om dagen. Mindst to gange om ugen bør aktiviteterne fremme og vedligeholde kondition, muskelstyrke, bevægelighed og knoglesundhed. Dette kan sikres i træningsprogrammer eller anden aktivitet med høj intensitet af 20-30 minutters varighed.

www.sundhedstegnet.dk



UDELIV OG INDELIV

D. Udeliv og indeliv

a. Udearealer, der muliggør alsidig fysisk aktivitet og socialt samvær.

b. Beskyttelse mod sol.

c. Inderum, der muliggør alsidig fysisk aktivitet og socialt samvær.

d. Kvalitet i institutionens fysiske miljø.



Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.

Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget. Så kan I år for år følge jeres proces.

Børnenes verden er bevægelse og handling. De fleste børn bevæger sig, hvis der ikke sættes hindringer i vejen for dem. Derfor er det vigtigt, at de har gode rammer at være og bevæge sig i. Indendørs- og udendørsarealer skal indbyde til aktiviteter af forskellig art, der er med til at fremme sundheden og trivslen og udvikle og stimulere børnenes nysgerrighed, motorik og sociale kompetencer.

Børn er ikke i stand til at forudse ulykker. Det er derfor vigtigt, at legearealerne er i forsvarlig sikkerhedsmæssig stand, så risikoen for at børnene kommer til skade under leg minimeres.

Ved udendørs ophold er det desuden vigtigt, at børnenes hud beskyttes mod solen. Små børns hud er mere følsom end den voksne hud, og kraftig solpåvirkning kan give solskoldning eller soleksem.

a. Udearealer, der muliggør alsidig fysisk aktivitet og socialt samvær

Institutionens legeplads og udearealer

inspirerer til leg og bevægelse og area-lerne er indrettet, så der er mulighed for flere samtidige aktiviteter.

Institutionen har en prioriteret plan til forbedring af sikkerheden for udendørs legeredskaber.

b. Beskyttelse mod sol

Børnene er beskyttet af solhatte og let tøj, når de leger i solen. På dage med få skyer på himlen april-september er børnene smurt med solcreme, hvor tøjet ikke dækker.

Der er mulighed for skygge på de udendørsarealer, hvor børnene leger og spiser.

Børnene bliver aldrig lagt til at sove i solen.

Institutionen bruger parfumefri vandfast solcreme faktor 15.

c. Inderum, der muliggør alsidig fysisk aktivitet og socialt samvær

Der er mulighed for at rykke rundt på inventaret, så der nemt kan etableres særlige legeområder, der tilgodeser børnenes behov for forskellige lege.

Institutionen har en prioriteret plan til forbedring af sikkerheden for indendørs legeredskaber.

d. Kvalitet i institutionens fysiske miljø

Institutionens farvevalg og fordelingen af lys og skygge er tilpasset børn.

Institutionen har en prioriteret plan for vedligeholdelse.

Institutionen har en ergonomisk korrekt og hensigtsmæssigt placeret pusleplads til blebørn.



Udeliv og indeliv

Såvel ude som inde skal børnene inspireres til at være fysisk aktive, og rammerne skal være trygge. Det betyder, at sikkerheden på legearealerne skal være i top. Institutionen skal have en plan for, hvordan sikkerheden kan udvikles. Det er også vigtigt, at børnene ikke får megen sol, når de leger ude, og at rammerne inden døre er gode såvel fysisk som psykisk.



SUNDHEDSBOX

Vidste du at:

Ifølge engelske undersøgelser, er der børn helt ned til 2 – 4 års alderen, der ikke bevæger sig tilstrækkeligt. Ny dansk forskning viser, at det er muligt at påvirke selv små børn i retning af mere bevægelse ved eksempelvis at gøre legepladsen mere bevægelsesvenlig.

www.sundhedstegnet.dk



MAD OG MÅLTIDER

E. Mad og måltider

- a. Koldt drikkevand og fokus på sunde måltider/mellemmåltider
- b. Slik, sodavand og andre søde læskedrikke hører ikke til i hverdagen
- c. Aktivitet om sundhed og mad mindst to gange om året
- d. Kosthensyn til børn med særlige behov

**Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.**

Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.
Så kan I år for år følge jeres proces.

Børn tilbringer meget tid i institutionerne, og institutionerne bliver derfor en vigtig ramme for børns spisevaner. Det er derfor vigtigt, at institutionerne har en mad- og måltidspolitik, der kan medvirke til, at børn udvikler gode madvaner samt sikre, at de får sunde måltider og mellemmåltider i institutionen. Det er også vigtigt, at den mad, børnene får med hjemmefra, er sund, nærende og giver energi.

Et væsentligt element ved måltiderne i institutionerne er glæden ved at spise sammen. Det er vigtigt, at der gives god tid til at spise og hygge om maden, så der skabes et godt socialt miljø og nogle gode rammer og rum, der fremmer børns trivsel.

For både børn og voksne gælder det, at højst 10% af energien i den daglige kost bør komme fra sukker, men især børn får for meget sukker – i gennemsnit op til 40% mere end det anbefalede. Børn får meget sukker fra læskedrikke som fx sodavand, saftvand og kakaomælk/milkshake, samt fra slik, kiks, mini-yoghurt, kager og lign.

Sukkerholdige fødevarer, indeholder meget energi, men er fattige på vitaminer, mineraler og fibre, og kan tage pladsen fra den sunde mad. For at sikre børns trivsel og velvære er det vigtigt, at den mad, de spiser i løbet af dagen – både hovedmåltider og mellemmåltider - er sund og nærende.



SUNDHEDSBOX

Vidste du at:

Børns og unges kost indeholder for meget sukker, og omkring 8 ud af 10 danske børn spiser og drikker mere sukker end anbefalet.

www.sundhedstegnet.dk



Mad og måltider

Sund og energirigtig mad er vigtigt for, at børnene trives i hverdagen, men det er ligeså vigtigt, at børnene lærer betydningen af at spise sundt, så det bliver en vane gennem hele livet.

Her har institutionen en vigtig rolle. Udarbejd en måltidspolitik for institutionen.

Tal med forældrene om at sammensætte en sund og ernæringsrigtig madpakke og arranger aktiviteter mindst to gange om året omkring mad og sundhed.

MAD OG MÅLTIDER

a. Koldt drikkevand og fokus på sunde måltider/mellemmåltider

- Koldt og frisk drikkevand er let tilgængeligt for børnene dagen igennem. Der tilbydes koldt og frisk drikkevand fra vandhanen til alle måltider. Det er vigtigt at sikre tilgængeligheden af koldt vand, så det bliver den foretrukne drikkevare til at slukke børns tørst. Tilgængeligheden er afgørende for, at det bliver naturligt for børn at drikke vand.
- Institutionen har en mad- og måltidspolitik for måltider og mellemmåltider, om bl.a. sunde tilbud.

b. Slik, sodavand og andre søde læskedrikke hører ikke til i hverdagen

- Forældrebestyrelsen har sat rammer for, hvad der tilbydes til fødselsdage, der fejres i institutionen. Mad- og måltidspolitikken indeholder en holdning til, at institutionen ikke tilbyder slik, sodavand og andre søde læskedrikke til hverdag.
- Det tages op med forældrene, hvis madpakkerne indeholder meget sukker eller kage. Eksempelvis kan forældrene opfordres til at skifte slik ud med frisk frugt og grønt, flere mellemmåltider bestående af brød med fx rosiner, banan samt drikkevand og mælk i stedet for sodavand og saftevand.

EGNE NOTATER:

c. Aktivitet om sundhed og mad mindst to gange årligt

- Der holdes to gange årligt en temadag eller andet, hvor mad og sundhed indgår som en del af aktiviteterne.
- Forældrene opfordres til ved fællesarrangementer at komme med sunde retter.

d. Kosthensyn til børn med særlige behov

- I institutionens madtilbud og ved fællesarrangementer tages der hensyn til, at nogle børn skal have en særlig mad. Det kan dreje sig om børn, der kræver en særlig kost, fx religiøse eller lægeligt begrundede kosthensyn.

INDEKLIMA, STØJ OG HYGIEJNE

F. Indeklima, støj og hygiejne.

- a. Hygiejne og rengøring.
- b. Fokus på luftskifte og temperatur.
- c. Opmærksomhed på støjdæmpning.
- d. Fokus på allergi.

**Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.**

Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.
Så kan I år for år følge jeres proces.

En stor del af børnenes ophold i dagtilbuddet tilbringes indendørs. Det er derfor vigtigt, at der sættes fokus på indeklima, støj og hygiejne i institutionen. Årsagen til langt de fleste indeklimaproblemer kan identificeres, hvis en sagkyndig gennemgår institutionen. Ofte kan enkle foranstaltninger have en stor effekt på både sygelighed og velbefindende.

Børn – især mindre børn – reagerer særlig følsomt over for en række påvirkninger fra indeklimaet, støjniveauet og hygiejnen. Ved et for højt støjniveau reduceres børns evne til at opfatte

og gengive enkeltord. Støj hæmmer børns udvikling af koncentrationsevnen og dermed udvikling af forskellige tankefunktioner i forbindelse med behandling af viden og information.

Hvor der er mange mennesker samlet på ét sted, er der større risiko for at blive smittet med en infektion. Især mindre børn er modtagelige for smitte, da børnenes immunforsvar ikke er helt udviklet. Derfor er god hygiejne, rengøring og plads omkring det enkelte barn særlig vigtig for at mindske smittespredningen i institutionen.

Indeklima, støj og hygiejne

Det fysiske og psykiske miljø påvirker børnenes udvikling. Det er derfor vigtigt, at institutionen har fokus på støjdæmpning og fx etablerer stilleområder. Rengøringsniveauet og den daglige hygiejne har betydning for børnenes velbefindende, derfor bør begge dele være af høj standard. Sørg for regelmæssig udluftning og sæt fokus på faktorer, som kan fremkalde allergi.

a. Hygiejne og rengøring.

- Børn og voksne vasker ofte hænder. Der bør vaskes hænder både før og efter, at børnene har spist, efter toiletbesøg og bleskift, når barnet kommer ind udefra, efter kontakt med forkølede næser og lommetrøklæder o.lign.
- Der er beholdere med sæbe og éngangshåndklæder. Sæbebeholderne er hele tiden fyldt op og er rene. Éngangshåndklæderne kan være af papir eller stof.

- Puslefaciliteter og toiletter er renholdte.
- Grundig rengøring foretages dagligt ud fra rengøringsprogram.
- Der anvendes rengøringsmidler uden parfume.
- Legetøj afvaskes jævnligt efter rengøringsprogram.



INDEKLIMA, STØJ OG HYGIJENE

b. Fokus på luftskifte og temperatur.

- Institutionens lokaler luftes ud 5-10 minutter mindst 3 gange i løbet af dagen samt ved dårlig luftkvalitet - og om muligt under rengøring.
- Evt. ventilationsanlæg efterses jævnligt, og filtre skiftes efter forskrifter.
- Personalet kender i hovedtræk anlægget og véd, hvordan det betjenes.
- Emhætte/punktsug anvendes i forbindelse med fx madlavning og bagning.
- Temperaturen ligger inden døre mellem 20 og 24 grader.

c. Opmærksomhed på støjdæmpning.

- Institutionen har indført "stilleområder".
- Institutionen har taget initiativ til støjdæmpning.

d. Fokus på allergi.

- Ved vækst af skimmelsvampe i institutionen kontaktes kommunen med henblik på faglig rådgivning, så årsagen til fugten udbedres, og skimmelsvampe fjernes.
- Institutionen har ikke dyrehold (pelsdyr) i opholdslokaler, og der er ikke adgang for dyr på besøg inden døre.
- Institutionen er uden gulvtæpper i alle indendørs lokaler.
- Institutionen har rengøringsvenlige indre overflader.
- Institutionen opbevarer madrasser og krybber inden døre, når de ikke er i brug.
- Institutionen vasker dyner, puder og rulle-madrasser mindst 4 gange om året på 60 grader.



TOBAK OG ALKOHOL

G. Tobak og alkohol

- Institutionen er røgfri døgnet rundt – indendørs og udendørs.
- Institutionen er røgfri i åbningstiden.
- De ansatte må ikke ryge sammen med børnene.
- Formuleret alkoholpolitik for institutionen.



Brug inspirationskataloget som et aktivt værktøj.

Indsæt jeres sundhedsvinger her i kataloget.
Så kan I år for år følge jeres proces.

Rygning

Den eksisterende lovgivning forbyder rygning i daginstitutioner og fritidshjem for børn i lokaler, hvor børnene opholder sig. I disse institutioner må der kun ryges i et særligt rygerum. Røgen vil imidlertid ofte alligevel kunne komme ud i de andre rum - gennem sprækker, eller når døren åbnes.

Børn – især mindre børn – er specielt følsomme over for tobaksrøg og bør ikke udsættes for røgen. Børn, der udsættes for tobaksrøg, har større risiko for at få sygdomme end børn, der ikke udsættes for røg. Luftvejssygdomme som astmatisk bronkitis, astma og lungebetændelse samt mellemørebetændelse er især typiske lidelser. Børn med astma får forvær-

ret deres symptomer og får hyppigere anfald, når de udsættes for tobaksrøg. Børn, der udsættes for røg, har derfor flere sygedage end børn, der vokser op/lever i et røgfrit miljø.

Det er vigtigt, at børnene, også når det drejer sig om røg, prægnes af sunde vaner på et tidligt tidspunkt.

Børn, der er sammen med voksne, der ryger, opfatter det mere naturligt selv at begynde at ryge. Rygning udendørs på legepladsen, eller når man er på tur med børnene, bør derfor undgås, og samtidig er det vigtigt, at institutionen fortæller forældrene, hvad reglerne er ved fælles sammenkomster.

Tobak og alkohol

Rygning bør ikke finde sted på institutionen, og det må tilstræbes, at den bliver helt røgfri på alle tider af døgnet – både ude og inde. Institutionen bør formulere klare regler for rygepolitikken og såvel nyt personale som forældre skal informeres om den. Ligeledes bør institutionen formulere en alkoholpolitik, der også omfatter et beredskab i tilfælde af, at børns forældre har et alkoholmisbrug.



SUNDHEDSBOX

Vidste du at:

22 % af alle daginstitutioner var helt røgfrie i 2002.

www.sundhedstegnet.dk



TOBAK OG ALKOHOL

Alkohol

Institutionen vil sandsynligvis på et tidspunkt opleve situationer med forældre eller personale, der har problemer med alkohol. Det kan være svært at gennemskue, hvornår der er tale om et alkoholproblem, men når der er gentagne tegn på beruselse eller lugt af alkohol, er det på tide at reagere. Konkret kan problemerne vise sig i institutionen på forskellig måde. Der kan være børn, der bliver hentet af alkoholpåvirkede forældre eller pårørende. Der kan være børn, der mistrives, fordi deres forældre har et alkoholproblem.

Alkoholmisbrug er et tabu-emne. Derfor kan pædagoger let opfatte interesse for forældres alkoholforbrug som en snagen i privatlivet, i stedet for en faglig opgave der vedrører børnenes trivsel. Det er vigtigt, at pædagoger ved, at de skal handle på mistanke om forældres alkoholproblemer. Det er også vigtigt, at det ikke bliver et individuelt problem for den enkelte pædagog. Institutionen bør derfor have en vejledning for, hvordan man kommer fra bekymring for et barns mistrivsel, fx som følge af alkoholproblemer i hjemmet, til at reagere over for problemet.

a. Institutionen er røgfri døgnet rundt – indendørs og udendørs

- Ingen må ryge på institutionens område, hverken indendørs eller udendørs – i åbningstiden eller uden for åbningstiden – eller på ture o.lign.
- Institutionen informerer personale, forældre og øvrige brugere af institutionen om institutionens rygepolitik, eksempelvis via tydelig skiltning.
- Institutionen tilbyder hjælp til rygestop til personalet.
- Institutionen gør ved ansættelse af nye medarbejdere opmærksom på institutionens rygepolitik.

b. Institutionen er røgfri i åbningstiden

- Ingen må ryge på institutionens område, hverken indendørs eller udendørs, i åbningstiden.
- Ingen må ryge til arrangementer, hvor der er børn til stede, hverken indendørs eller udendørs, eller når der er arrangementer med børnene uden for institutionen.
- Institutionen informerer om reglerne til forældre, når børnene begynder i institutionen.

c. De ansatte må ikke ryge sammen med børnene

- Det er kun tilladt for personalet at ryge i et særligt rygerum, hvis det ligger et sted,

hvor børnene ikke kommer, og hvor den udsivende røg ikke kan komme i nærheden af dem. Rummet kan fx være i en kælder eller i en facilitet, hvor børnene ikke kommer.

- Det er ikke tilladt for personalet at ryge, når de er sammen med børnene. Det gælder både indendørs og på udendørsarealer, og når institutionen er på tur.
- Hverken ansatte eller andre personer må ryge til arrangementer, hvor børnene deltag.
- Hvis der er rygerum, er der ventilation.

d. Formuleret alkoholpolitik for institutionen

- Institutionen har en politik for personalets brug af alkohol. Herunder regler når institutionen er på koloni etc.
- Institutionen har udarbejdet et beredskab, så der kan gribes ind over for børn i familier med misbrugsproblemer, fx i forbindelse med dårlig trivsel eller sygefravær.
- Personalet informerer forældrene om, hvordan det påvirker børn at være sammen med berusede voksne og forældre med alkoholproblemer.
- Institutionen – primært lederen -skal være rustet til at tage samtaler med forældre om alkohol og kunne henvise til videre hjælp.

INSPIRATION – VUGGESTUER, BØRNEHAVER OG FRITIDSHJEM

A. Sundhedspolitik for institutionen

- Vejledning nr. 53 af 6. marts 1998 om dagtilbud m.v. til børn efter lov om social service. Vejledningen kan downloades fra www.retsinfo.dk

- Publikationen "Leg og lær – en guide om pædagogiske læreplaner", udg. af Ministeriet for Familie- og Forbrugeranliggender, august 2004. Hæftet er inspiration til arbejdet med pædagogiske læreplaner i daginstitutioner og dagpleje. Guiden kan downloades på: www.minff.dk/1/laereplaner

B. Trivsel og sundhed

- Hent inspiration til integration af tosprogede børn på Undervisningsministeriets og Socialministeriets hjemmesider (www.uvm.dk og www.sm.dk). Se fx "Integration af tosprogede småbørn i dagtilbud - vejen til integration i det danske samfund" og "Sådan gør vi – integration af tosprogede småbørn i store og små kommuner".

- Kvalitet i Dagtilbud er et fælles projekt mellem Socialministeriet, Kommunernes Landsforening og BUPL, som startede i december 2000. KiD-projektet skal være med til at skabe et godt og udviklende børneliv for de helt små børn, bl.a. gennem støtte til en række udviklingsprojekter om leg og læring, overgangen mellem to institutionstyper, samspil mellem børn og voksne, børns særlige behov, rummelighed i daginstitutionen mm. I forbindelse med KID-projekter er udgivet en "Sølvguide" (sept. 2003) og en "Guldguide" (marts 2005) med erfaringer fra projekter, der specielt arbejder med forskellige indfaldsvinkler for læring i dagtilbud og artikler om arbejdet med læring i dagtilbud. Sølvguiden er udsolgt, men kan ses på www.kidld.dk. Guldguiden kan købes gennem: ekspedition@nordisk-bog-center.dk

- I pjecen "Tidlige spor – forebyggelse af mobning blandt de mindste børn", Socialministeriet 2004, kan hentes inspiration til personale i dagtilbud, kommuner og småbørnsforældre til dialog og åbenhed om tidlig forebyggelse af mobning. Publikationen "Opdragelse til fællesskab – indsats mod mobning og udstødelse i daginstitutioner", Børns Vilkår, kan bestilles på www.bornsvilkar.dk

- I "Håndbog om hjælp til børn og unge gennem dialog og samarbejde med forældrene", Socialmi-

nisteriet 2004, er der en handleguide ved mistanke om omsorgssvigt. Håndbogen rummer i øvrigt anvisninger på, hvordan personalet skal reagere, og hvordan der kan gribes ind så tidligt som muligt. Håndbogen indeholder herudover en grundig indføring i reglerne om tavshedspligt og underretning for fagpersoner, der er i kontakt med børn og unge, der har brug for støtte. Håndbogen kan købes i papirudgave fx ved henvendelse til netboghandelen på www.danmark.dk. Håndbogen kan også ses på Socialministeriets hjemmeside www.social.dk under publikationer: Børn, unge og familie.

- En nedskrevet OmSorg handleplan forpligter enkelt og overskueligt de ansatte til at handle i de for barnet stærkt belastende situationer. Det drejer sig især om situationer, der udløser sorg hos børn – oftest i forbindelse med dødsfald i familien eller hvis en pædagog, som barnet har været særligt knyttet til dør. Få inspiration til at udarbejde en OmSorg-handleplan på Kræftens Bekæmpelses hjemmeside.

- Oplysninger om omsorgssvigtede børn, seksuelle overgreb mod børn m.v. kan også findes på Red Barnets hjemmeside www.redbarnet.dk.

- Organisationens Børns Vilkår – hjemmeside www.bornsvilkar.dk.

C. Leg og bevægelse

- På Cykelby Odenses hjemmeside www.cyclecity.dk kan man bl.a. læse om, hvilke tiltag Odense – som i 2000 blev udnævnt til Danmarks nationale cykelby – har sat i gang for at få flere børn og voksne til at bruge cyklen.

- På Diabetesforeningens hjemmeside www.diabetes.dk kan man finde information om bl.a. motion, sund mad og rygestop, og man kan læse om, hvordan type2-diabetes forebygges.

- Motions- og Ernæringsrådet har til opgave at styrke den faglige, videnskabelige indsats på motions- og ernæringsområdet. Med udgangspunkt i den nyeste viden sætter Motions- og Ernæringsrådet fokus på fysisk inaktivitet for at skabe viden om de helbredsmæssige konsekvenser heraf.

- DF's legedatabase indeholder over 1.000 lege

som fx gemmelege, fangelege, naturlege, samarbejdslege m.v. Det svarer til ca. 350 timers koncentreret leg uden pauser.

- På Hjerteforeningens hjemmeside www.hjerteforeningen.dk kan man bl.a. få oplysninger om forebyggelse af hjertesygdomme med vægt på kost, motion og rygning. Der kan bestilles pjecer via hjemmesiden.

- Modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse: På projektets hjemmeside www.boernmadbevaegelse.dk kan man bl.a. læse om, hvordan institutionen udarbejder mad- og bevægelsespolitikker og handlingsplaner.

- Rumlerikkerne: Hjerteforeningen, Indenrigs- og Sundhedsministeriet og Tryk i Danmark står bag "Rumlerikkerne - Børn Mad Motion" (www.rumlerikkerne.dk), der skal øge børnefamiliers interesse for sund mad og motion. Klubben inviterer forældre med børn på 3-4 år til at melde barnet ind i klubben. Som medlem modtager barnet/familien materiale med gode råd om mad og bevægelse to gange om året. To gange årligt får medlemmerne desuden et elektronisk nyhedsbrev. Medlemmer har adgang til særlige sider på hjemmesiden. Abonnementet koster 185 kr. pr. år og følger barnet til 6-års alderen. Hvert år inviteres nye 3-4-årige ind i klubben.

- Hjemmesiden www.tjek sundheden.dk udspringer af regeringens sundhedsprogram "Sund hele livet". Børn er en af programmets primære målgrupper og børneinstitutioner et af de prioriterede indsatsområder. Hjemmesiden indeholder hjælp, anvisninger og forslag til bl.a. mad og madpakker, indendørs og udendørs lege, den gode legeplads, legeredskaber mm.

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet publikationen: Børn og Unge – fysisk aktivitet, fitness og sundhed. Publikationen indeholder dokumentation for, at fysisk aktivitet, ud-over at fremme sundheden, også forebygge sygdomme. Publikationen kan downloades her:

D. Udeliv og indeliv

- På Ballerup Kommunes hjemmeside www.ballerup.dk kan man læse om, hvordan man kan indrette

en spændende og udfordrende legeplads: Man kan bl.a. læse om, hvilke principper kommunens landskabsarkitekt tager udgangspunkt i ved indretningen af rum og anlæg til børn.

- Se publikationen "Udemiljø til leg og undervisning – viden og inspiration" fra Dansk Center for Undervisningsmiljø. Dokumentet findes kun som net-publikation og er i PDF-format.

- Motions- og Ernæringsrådet har til opgave at styrke den faglige, videnskabelige indsats på motions- og ernæringsområdet. Med udgangspunkt i den nyeste viden sætter Motions- og Ernæringsrådet fokus på fysisk inaktivitet for at skabe viden om de helbredsmæssige konsekvenser heraf.

- Friluftsrådet præsierer børnehaver og vuggestuer, der gør noget særligt ud af udeliv, natur og miljø. Deltagende institutioner får via ordningen tilbudt relevante kurser og materiale, der støtter pædagogerne i at bruge naturen som ramme for børnenes hverdag. De pædagogiske læreplaners tema om natur og naturfænomener samt temaet om krop og bevægelse er integreret i ordningen. Læs mere på Friluftsrådets hjemmeside: www.friluftsradet.dk eller tag kontakt for at høre nærmere: Tlf.: 33790079 eller e-mail: kam@friluftsradet.dk

- På hjemmesiden www.idraetssjov.dk kan institutionen få inspiration til idræts- og bevægelsesaktiviteter, og der er forslag om, at institutionen deltager i "idrætssjov-dagen".

- Få gode råd fra Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen (www.cancer.dk og www.sst.dk) om, hvordan man kan beskytte sig mod solen, om hvorfor det er vigtigt at beskytte huden, og hvordan man undgår at blive rød og forbrændt.

- Læs mere om vejen til den sikre legeplads, herunder om legepladsudstyr, faldunderlag, gældende regler, hvordan man bestiller en legepladsinspektør m.v. på hjemmesiderne www.legepladskontrol-len.dk og www.legepladssikkerhed.dk.

- På www.solen.dk kan man se hvilken solbeskyttelsesfaktor, der skal bruges inden for en periode på 6 dage.

- Statens Byggeforskningsinstitut: På instituttets

INSPIRATION – VUGGESTUER, BØRNEHAVER OG FRITIDSHJEM

hjemmeside www.sbi.dk kan man læse mere om bl.a. udnyttelse af dagslys, luftkvalitet og ventilation samt om bygningers tilgængelighed.

- Hjemmesiden www.tjeksundheden.dk udspringer af regeringens sundhedsprogram "Sund hele livet". Børn er en af programmets primære målgrupper og børneinstitutioner et af de prioriterede indsatsområder. Hjemmesiden indeholder hjælp, anvisninger og forslag til bl.a. [mad og madpakker](#), [indendørs og udendørs lege](#), den gode legeplads, legeredskaber mm.

- På Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk kan man bl.a. se generelle anbefalinger for børn og fysisk aktivitet samt de sundhedsfaglige gevinster ved bevægelse. Her kan du også downloade brochuren "[Beskyt børnene i solen](#)" og få flere solråd om børn.

E. Mad og måltider

- [Tryk her](#) for at downloade pjecen, som Fredericia Kommune har udgivet i forbindelse med projektet "Drik vand – det klarer hjernen".

- På Diabetesforeningens hjemmeside www.diabetes.dk kan man finde information om bl.a. motion, sund mad og rygestop, og man kan læse om, hvordan type2-diabetes forebygges.

- På hjemmesiden www.frugtfest.dk kan man finde forskellige forslag til sjove og sunde fester og fødselsdage.

- På Hjerteforeningens hjemmeside www.hjerteforeningen.dk kan man bl.a. få opskrifter til hjertesund mad for hele familien. Man kan få oplysninger om forebyggelse af hjertesygdomme med vægt på kost, motion og rygning. Der kan bestilles pjecer via hjemmesiden.

- På hjemmesiden www.altomkost.dk findes gode råd og vejledning om [mad til spædbørn og småbørn](#). Sundhedsstyrelsens pjece "[Mad til spædbørn og småbørn](#)", 2003, giver anbefalinger om ernæring til spædbørn og småbørn. - Via hjemmesiden www.madpakkeservice.dk kan du få gode råd fra Kræftens Bekæmpelse og Forbrugernes Hus til madpakkerne.

- Fødevarestyrelsen har lavet en [ny vejledning](#) om regler for køkkener og madlavning i børneinstitutioner. Faste madordninger skal som udgangspunkt godkendes af fødevaremyndighederne, men for lettere madlavning og særlige arrangementer, som fx fester, børnefødselsdage og kolonier, gælder andre regler.

- Modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse: På projektets hjemmeside www.boernmadbevægelse.dk kan man bl.a. læse om, hvordan institutionen udarbejder [mad- og bevægelsespolitikker og handlingsplaner](#).

"Motions- og Ernæringsrådet har til opgave at styrke den faglige, videnskabelige indsats på motions- og ernæringsområdet. På hjemmesiden www.meraadet.dk fremlægges dokumentation om ernæringsspørgsmål og sammenhængen mellem kost og sundhed/sygdom."

- Projekt Alt om Kost er Fødevarestyrelsens portal om sund mad og ernæring: På hjemmesiden www.altomkost.dk, kan man finde opskrifter, få inspiration til at udarbejde en måltidspolitik, læse om hygiejne og børn og unges kostvaner. Der er tilknyttet et rejsehold til projekt Alt om Kost til at give råd og vejledning om madordninger.

- Hjemmesiden www.tjeksundheden.dk udspringer af regeringens sundhedsprogram "Sund hele livet". Børn er en af programmets primære målgrupper og børneinstitutioner et af de prioriterede indsatsområder. Hjemmesiden indeholder hjælp, anvisninger og forslag til bl.a. [mad og madpakker](#), [indendørs og udendørs lege](#), den gode legeplads, legeredskaber mm.

- På Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk kan man bl.a. se generelle anbefalinger for børn og fysisk aktivitet samt de sundhedsfaglige gevinster ved bevægelse. Her kan du også downloade brochuren "[Beskyt børnene i solen](#)" og få flere solråd om børn.

- På Forbrugernes Hus' hjemmeside www.forbrug.dk kan man bl.a. læse om madpakkeservice, børnenes maddag, få opskrifter og information om sund mad m.v.

F. Indeklima, støj og hygiejne

- På Arbejdstilsynets hjemmeside www.at.dk kan man læse mere om bl.a. [udluftning](#), [ventilation](#), [mekanisk ventilation](#), [mange mennesker og indeklima](#), vejledning og regler for [rengøring](#) samt støj-dæmping.

- På Astma-Allergi Forbundets hjemmeside www.astma-allergi.dk kan man bl.a. læse gode råd om [rengøring](#) samt om [allergi og kæledyr](#), [skimmel-svampe](#), [indeklima](#) mm. Der er også et særligt afsnit for personalet i daginstitutioner.

- På hjemmesiden www.skruned.dk kan man få gode råd om støj-dæmpning.

- Socialministeriet, Undervisningsministeriet og Kommunernes Landsforening har udgivet tre hæfter om støj i bl.a. daginstitutioner. Publikationerne kan downloades fra Socialministeriets hjemmeside www.social.dk under "udgivelser". De har titlerne "Støj og uderum", 2001, "Støj i daginstitutioner", 2001, samt "Støj og pædagogik", 2001.

- Læs mere om rengøring og hygiejne i Sundhedsstyrelsens vejledning om hygiejne i daginstitutioner, 2004, på www.sst.dk.

G. Tobak og alkohol

- På Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk kan man i pjecen "Alkoholpolitik på arbejdspladsen: jo før – jo bedre" finde inspiration til, hvordan man laver en alkoholpolitik.

- På Diabetesforeningens hjemmeside www.diabetes.dk kan man finde information om bl.a. motion, sund mad og rygestop, og man kan læse om, hvordan type2-diabetes forebygges.

- På Hjerteforeningens hjemmeside www.hjerteforeningen.dk kan man bl.a. få opskrifter til hjertesund mad for hele familien. Man kan få oplysninger om forebyggelse af hjertesygdomme med vægt på kost, motion og rygning. Der kan bestilles pjecer via hjemmesiden.

- På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside www.cancer.dk kan man få ideer til, hvordan man laver en [rygepolitik](#).

- "Lillebror og Storesøster" er en film, der tager udgangspunkt i en daginstitutioners vanskeligheder med at tale med forældre med alkohol- og stofproblemer. Der hører en vejledning til filmen. Filmen fås hos Sundhedsstyrelsen, tlf. 72 22 74 00.

- Modelprojekt Børn i misbrugsfamilier i Fyns amt har udarbejdet en række [handlingsvejledninger](#), herunder for daginstitutioner.

- Information om rygestop kan fås på Kræftens Bekæmpelses hjemmeside www.cancer.dk. Her kan man se hvilke amter, der tilbyder rygestop. Desuden er der mulighed for at gennemgå et on-line rygestop program, eller man kan ringe til STOP-linien, der yder gratis rådgivning på tlf: 80 31 31 31.

- "Rygning forbudt"-skilte til daginstitutioner kan rekvireres hos Sundhedsstyrelsen på www.sst.dk.

- Sundhedsstyrelsen har produceret filmen: "Børn og passiv rygning", der følger en sundhedsplejerske på besøg hos familier, hvor rygning er et problem for børnene. Filmen uddyber konsekvenserne af den passive rygning og kommer med forslag til, hvordan børnene undgår at blive udsat for den passive røg. Filmen kan rekvireres hos Sundhedsstyrelsen på www.sst.dk og er primært beregnet til familier, der ikke har dansk som første sprog. Filmen fås på flere forskellige sprog.

- Sundhedsstyrelsen og Socialministeriet har udarbejdet et informationsmateriale om børn i misbrugsfamilier. Materialet omfatter såvel en fagbog "Børn som lever med forældres alkohol- og stofproblemer", 1996, som et hæfte om de professionelle opgaver og ansvar lokalt for at støtte disse børn.

-Pjecen "Børn bliver også påvirket, når forældrene drikker", 2002, henvender sig til personalet i daginstitutioner. Begge pjecer kan ses på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sst.dk.

Hent mere inspiration her:

- [Learning Lab Denmark](#) er en praksisorienteret forskningsorganisation med fokus på læring, kompetenceudvikling og videnskabelse for individer, organisationer og samfundet generelt. Dele af hjemmesiden har særligt fokus på børn.

SUNDHEDSTEGNET

Sundhedstegnet er tilgængeligt på www.sundhedstegnet.dk. Det er herfra institutionerne udfylder og printer hver deres diplom. Et nyt diplom er tilgængeligt hvert år. Læs mere på www.sundhedstegnet.dk



1. Sundhedstegnet

Det glade vingetegn signalerer, at arbejdet er en positiv proces. Sundhedstegnet vender aldrig mundvigene nedad!

2. Følger året

Sundhedstegnet skal opdateres hvert år. Næste gang er i år 2007.

3. Ving af

På www.sundhedstegnet.dk vinger I de emner af, hvor I opfylder kravene og printer et diplom ud.

5. Jeres institution

Institutionerne udprinter hver sit diplom.

4. Syv emner

Sundhedstegnet omfatter syv emner fra 'Leg og bevægelse' over 'Mad og måltider' til en overordnet sundhedspolitik.



SUNDHEDS
TEGNET.DK
2006

