

Sundhedspolitik i Harevænget.

Forældrebestyrelsen har den 24. april 2018 besluttet følgende sundhedspolitik for alle børn i Harevænget.

Forplejning til vuggestuebørnene;

- Børnene får fuld forplejning i vuggestueafdelingen. Det vil sige morgenmad indtil kl. 8.00, formiddagsmad, frokost og eftermiddagsmad.
- Maden er 90-100 % økologisk, og består af fisk, kød, vegetarmad, grød mm. Hvis der er særlige behov, ex. i tilfælde af allergi aftales dette med køkkenmedarbejderen, og der skal indhentes en erklæring fra lægen.
- Der serveres ikke søde sager til fødselsdage, afslutninger, arrangementer mm.

Forplejning til Børnehavebørnene;

- Børnene får morgenmad indtil kl. 8.00, samt hjemmebagt økologisk brød om eftermiddagen.
- Børnehavebørnene medbringer dagligt 2 stykker frugt hjemmefra.
- Børnene har egen madpakke med.
 - Bestyrelsen henstiller til at madpakken er sund!
 - Undgå så vidt muligt søde sager i madpakken.
 - Der afsættes ca. 30 minutter til frokosten. Børnene pakker maden ud på tallerkner, og bestemmer selv, hvad der skal spises først og sidst. Personalet opfordrer børnene til at spise mest muligt. Rester pakkes ind i madkassen igen og stilles i køleskabet, så det eventuelt kan spises senere på dagen.
 - Personalet rådgiver gerne, om den sunde madpakke.
- Medbragte drikkedunke, er kun til vand.

Sukker:

- Bestyrelsen henstiller til, at børnenes sukkerindtag minimeres mest muligt,
 - Ved børnehavebørnenes fødselsdag er det muligt at dele et enkelt stykke kage eller lignende ud til børnene. Dette gælder også, når børnehaven kommer på hjemmebesøg.
 - Slikposer, chokolade mm. frabedes.
 - I vuggestuegrupperne kan man tage frugt, boller eller lignende med til fødselsdage. Ingen kage eller andet sukkerholdigt.
 - I forbindelse med særlige traditioner, såsom jul eller fastelavn får børnene ex. sukkerglasur på fastelavnsbollen, eller pebernødder i posen som julemanden deler ud.

Frisk luft;

- I Harevænget er alle børn så vidt muligt udenfor hver dag. Det ved man nedsætter smitterisici og øger immunforsvaret.

Krop og bevægelse;

- I Harevænget er det et vigtigt fokusområde, at alle børn får mulighed for at bevæge sig mest muligt hver dag.
- Der lånes et lokale i Hollænderhallen hver uge, hvor børnene skiftevis deltager i bevægelsesaktiviteter.
- Børnehalebørnene har ”afslapning” hver dag mellem 13.30-14.00. Det giver børnene mulighed for at hvile lidt og ”stresse ned”. Mange børn tager en lille power nap.

Søvn;

- I vuggestueafdelingen sover børnene således:
 - De yngste børn typisk flere gange dagligt efter behov. Børnene sover i barnevogne. Egen vogn kan medbringes. Børnene sover udendørs.
 - Når børnene sover 1 gang dagligt, kommer de ud og sove i krybbe. Dette foregår i et krybberum udendørs. Børnene sover med sele, og der er overvågningsalarm.
 - Når børnene bliver 2 år, sover de indendørs på madraser. På det tidspunkt, må de ikke længere anvende sele.
 - Harevænget efterlever Sundhedsstyrelsens anbefalinger, og vækker ikke børnene. Mellem 14-15 er langt de fleste børn vågnet af middagsluren.
 - Børnenes sovetimes skrives ikke ned, men personalet vil altid fortælle, hvis et barns søvnrytme har ændret sig.
- I børnehaveafdelingen:
 - Det er muligt at sove middagslur mellem 12-14. alt efter behov og aftaler med forældre.
 - Børnene sover enten på en af stuerne, eller sammen med vuggestuebørnene.

Hygiejne;

- I Harevænget bestræber man sig på at holde en god hygiejne, og dermed nedsætte mulige smitekilder.
- Der henstilles til, at man vasker hænder med/på barnet ved aflevering og ved afhentning.
- Det henstilles til at man anvender opsatte spritdispensere ved indgangsdørene, ved aflevering og afhentning.

Vi ser sundhed som et fælles ansvar, og ser frem til et godt samarbejde omkring dette.