



Vejledning om sundhed og sikkerhed i dagtilbud

Januar 2019



Forord

Et stigende fokus på folkesundheden trækker naturligt tråde til dagtilbudsområdet, hvor børn tilbringer rigtig mange af deres vågne timer. I dagtilbud hvor der ikke er tilbud om en frokostordning er der stadigvæk behov for at se nøje på, hvordan vi forholder os til mad og måltider. Vi skal også have fokus på en række andre områder, der relaterer sig til sundhed.

Med denne vejledning vil vi gerne inspirere til løbende overvejelser og dialog om sundhed i dagtilbud i Vordingborg Kommune. Med et sundhedspædagogisk afsæt kan mad, måltider og bevægelse blive en del af arbejdet med de pædagogiske læreplaner.

Sundhed er både fysisk og psykisk. Denne vejledning handler primært om det fysiske.

Den dækker emner som:

- Indholdet i kosten
- Hvornår og hvordan vi har vores måltider
- Bevægelse og motion
- Søvn
- Brug af seler
- Administration af medicin
- Hygiejne
- Legepladssikkerhed
- Solsikkerhed

Der er gode råd, forslag, inspiration og vejledning både i forhold til det vi gør hver dag, og til det der kun sker ved særlige lejligheder.

INDHOLDSFORTEGNELSE

1.	SUNDHED	4
2.	MÅLTIDER.....	5
2.1	Hvornår spiser vi	5
2.2	Hvad gør vi, når vi spiser.....	5
2.3	Hvad spiser vi.....	6
2.4	Drikkevarer.....	7
2.5	Særlige anledninger	8
3.	BEVÆGELSE	9
4.	SØVN.....	10
4.1	Søvn i dagtilbud.....	10
5.	HYGIEJNE	13
6.	ADMINISTRATION AF MEDICIN.....	14
7.	LEGEPLADSSIKKERHED	15
8.	SOLSIKKERHED.....	16

1. SUNDHED

Sundhed er uddannelse i form af kundskaber og færdigheder og det er også dannelse. Dannelsesperspektivet i forhold til sundhed er når vi også lærer at træffe det sunde valg "pr automatik" og det gør vi blandt andet ved, at vokse op i et sundt miljø og dermed se, hvordan voksne handler omkring sundhed.

Da vi kun lærer af det, vi er en del af, er det vigtigt hele tiden at have fokus på at skabe deltagelsesmuligheder for alle børn i dagtilbud. Med fokus på ressourcer og med beslutningen om at "gribe hinanden – både børn og voksne - i det der er godt", øger vi sandsynligheden for at arbejdet med at skabe rutiner om det sunde lykkes.

Sundhed kan bruges som afsæt for læring, f.eks. ved at sætte fokus på sansestimulering, sociale kompetencer, sund livsstil, "madens vej fra jord til bord", årstidernes råvarer eller madkulturens mangfoldighed. Det kan både handle om dagligdags rutiner og om særlig pædagogisk tilrettelagte forløb med børnene.

Forslag/eksempel

I det følgende er en række forhold omkring sundhed, der er vigtige at overveje i planlægning af det pædagogiske arbejde og de daglige rutiner i institutionen. Der er også en række konkrete eksempler på, hvordan sundhed kan indgå som en naturlig del af det, der foregår i institutionen.

De voksne udviser glæde ved bevægelse

- *de voksne leger med børnene på legepladsen – der er hver dag nogle forskellige tilbud om forskellige lege, hvor børn og voksne er aktive sammen.*

Daglige rutiner er med til at skabe tryghed og forudsigelighed, som er en forudsætning for børnenes læring

- *alle daglige rutiner, er gennemgået og besluttet ud fra, hvad det er meningen børnene skal lære gennem rutinerne, hvad der er hensigtsmæssigt og ikke mindst hvem, det er hensigtsmæssigt for*

Skærpet opmærksomhed på sansemæssige oplevelser

- *tale om hvad, der smager sødt/surt/stærkt, eller hvad der er blødt/ hårdt, glat/ ru, koldt/ varmt*

Lave projekter med børnene om forskellige emner

- *madens vej fra jord til bord, hvilke råvarer hører de forskellige årstider til*

Se på dagtilbuddets indretning og voksne og børns måde at være sammen på

- *børnene har mulighed for at fordybe sig, fordi der er indrettet små lærings- og lege miljøer både indenfor og udenfor. Indretningen ændrer sig løbende med børnenes behov og optagethed. Møblerne passer til børnene i størrelse.*
- *De voksne sikrer, at indretningen er rolig og understøtter de aktiviteter, der er med børnene i det daglige. God orden, rolige farver er med til at skabe fokus på de sansemæssige oplevelser, der er i det daglige. Børn tager ofte alle indtryk ind, og dermed kan de blive overstimulerede.*
- *Der er generelt en behagelig lyd i institutionen, hvor børnene er optagede, og hvor de voksne taler anerkendende til børnene.*

2. MÅLTIDER

Mad og måltider handler både om, hvad vi spiser, hvornår vi gør det, og hvordan vi gør det.

2.1 HVORNÅR SPISER VI

I tilrettelæggelsen af de daglige rutiner i de enkelte dagtilbud er det vigtigt, at overveje hvornår på dagen, vi tilbyder børnene at spise deres mad.

Undersøgelser peger i retning af at

- en del af børnene får for lidt kost i dagens løb i forhold til deres behov
- den tidlige frokost og den sparsomme kost om eftermiddagen i mange tilfælde betyder, at børnene er sultne, når de skal hjem.

Dette kostmønster er det stik modsatte af, hvad lægevidenskaben anbefaler. Mange små måltider (naturligvis med rigtig kost), hvor barnet ikke når at blive meget sulten ind imellem, er det optimale, hvis vi vil forebygge fedme, diabetes type 2 og andre livsstilssygdomme.

Utilstrækkelig kost og sultoplevelse, som evt. pludselig kompenseres med slik eller fastfood kan lægge grunden til senere usunde spisevaner og spiseforstyrrelser.

Overvej derfor om:

- der er behov for en bedre kostforplejning, især om eftermiddagen
- det er det rette tidspunkt, der er valgt til frokost og mellemmåltider.

I det øvrige samfund har vi de fleste steder indrettet os med frokost kl. 12-13 og aftensmad kl. 18 eller senere. For mange børn i dagtilbud vil der derfor gå 7 timer mellem dagens to store måltider, hvilket er alt for længe.



2.2 HVAD GØR VI, NÅR VI SPISER

Det er vigtigt, at have fokus på, hvordan måltidet kan bruges i det pædagogiske arbejde.

Måltidskulturen i det enkelte dagtilbud skal fremme børnenes lyst til at spise i fællesskab. Det betyder, at det skal foregå i ro, og der skal være en hyggelig samtale, der kommer børnene ved, og som de derfor kan blive optaget af. Det er vigtigt, at der er afsat tid til alle måltider, og at der er fokus på, hvordan vi organiserer dem, og at der er genkendelige rutiner for børnene.

Forslag/eksempel

Hvilke overvejelser har I gjort jer for at minimere støjen ved måltidet?

→ *spise i små grupper, lægge støjdæmpende materiale under en voksdug*

Hvordan kommer børnene til bordet

→ *f.eks. har børnene deres egne synlige pladser, så I undgår kamp om pladserne?*

Tænk over overgange fra en aktivitet til en anden?

→ F.eks. at børnene til et bord af gangen rejser sig og går hen til bordet

Hvordan er borddækningen organiseret?

→ F.eks. at samle børnene, hvor I synger og taler med børnene, mens nogle af børnene er med til at dække bord

Hvordan har I tænkt læring ind i borddækningen?

→ F.eks. flest/færrest, lige mange, størst/mindst, overbegreber og underbegreber (service: tallerkner, kopper, kander, krus) (bestik: knive, gaffler, spiseskeer, teskeer)



2.3 HVAD SPISER VI

Når der **ikke** er valgt en koordineret madordning i dagtilbuddene, så er det som udgangspunkt forældrene, der er ansvarlige for at sørge for mad til eget barn til alle måltiderne. For Dagplejen gælder at her sørger den enkelte dagplejer for alle måltider.

I det følgende er der bud på, hvad der er godt for børnene at få tilbud i løbet af dagen - med andre ord hvad måltidet kan indeholde, for at sikre at barnet hele dagen kan føle sig mæt og have energi til det, der skal ske.

Morgenmåltid

Til de børn der møder tidligt i dagtilbuddet er der mulighed for at dagtilbuddet tilbyder dem et morgenmåltid. Dette måltid kan bestå af:

Grød lavet på vand, gryn med mælk eller A38 eller anden neutral yoghurt. Der kan evt. sødes med tørret eller frisk frugt og med lidt kakao eller kanel. Groft knækbrød/rugbrød/fuldkornsbrød med mager ost.

Der kan serveres mælk eller vand til måltidet.

Formiddagsmad

Grøntsager og fuldkornsbrød i form af rugbrød, knækbrød eller en bolle.

Frokost

Frokosten kan med fordel indeholde fisk og kødpålæg, groft brød og grøntsager.

Der kan være god inspiration til dette og andre måltider i fødevareministeriets kostråd:

- Spis varieret, ikke for meget og vær fysisk aktiv
- Spis frugt og mange grøntsager - børn 4-10 år skal have 300-500 gram om dagen
- Vælg fuldkorn
- Spis mere fisk
- Vælg magre mejeriprodukter
- Vælg magert kød og kødpålæg
- Spis mindre mættet fedt
- Spis mindre salt
- Spis mindre sukker
- Drik vand

Eftermiddagsmad

Groft brød, grøntsager, frugt og nødder er alle gode muligheder. Frugt og grønt bør ikke stå alene.

Sen eftermiddagsmad

For de børn der bliver hentet sidst og tæt på lukketid, skal der være et tilbud om mad, som er tilsvarende de øvrige mellemmåltider.

Forslag/eksempel

- *Overvej om det er hensigtsmæssig for de pædagogiske aktiviteter, der foregår, at børnene løbende henter mellemmåltider fra deres madpakker. Det kan måske være en bedre løsning, om der er en skål med grønt og/eller knækbrød tilgængelig på de enkelte grupper, så aktiviteten ikke afbrydes.*
- *I Vordingborg Kommunes institutioner er der på nuværende tidspunkt ikke en koordineret frokostordning. Vi har derfor ikke køkkener, der er godkendt til fremstilling af mad. Lovgivningen giver dog mulighed for at institutioner, der ikke har et registreret køkken, kan have **max 10** lejlighedsvis arrangementer om året. Det kan f.eks., være i forbindelse særlige temaer, bålmad, smør-selv-dage eller særlige middage. Der er ingen begrænsninger på, hvilken mad, der må håndteres/serveres og arrangementer må strække sig i op til max 2-3 dage i træk.*

2.4 DRIKKEVARER

Det er vigtigt, at børnene altid har adgang til noget at drikke. Det bedste tilbud mellem måltider er vand. Ved måltiderne kan mælk være et alternativt tilbud.

Sundhedsstyrelsen anbefaler:

I barnets **første leveår** tilbydes udelukkende modermælk eller modermælkserstatning som drikkemælk.

Letmælk kan introduceres, når barnet er 1 år.

Fra barnet er 2 år kan det gives mini- skummet eller kærnemælk.

Vuggestuebørn skal have mælk i løbet af dagen ellers får de ikke energi nok.



Fra barnet starter på overgangskost kan det begynde at få modernælkserstatning i en kop til måltiderne.

Børn skal ikke have mere end en ½ liter mælk om dagen. Mere mælk tager "pladsen" for andre vigtige fødevarer.

Forslag/eksempel

- *Om sommeren, hvor det kan være svært at få børnene til at drikke vand nok, kan det være en løsning at tilbyde vand med noget i, for at gøre det mere spændende. Det kan være isterninger (nogle med sjov facon), agurkeskiver, appelsinskiver, bær og mynte eller citronmelisse.*

2.5 SÆRLIGE ANLEDNINGER

Vi ønsker at begrænse brugen af sukker, fedt og hvidt mel, og derfor tilbyder vi som udgangspunkt heller ikke børnene slik eller kage i dagtilbud.



Undtagelser kan være, når vi bruger traditioner og årstider i det pædagogiske arbejde. Det kan være, at vi bager i december måned, eller når børnene holder fødselsdag eller afskedsfest, hvor forældre kan medbringe noget, som barnet kan dele ud. Det medbragte skal være valgt under hensyntagen til, at både dagtilbud og forældre har en fælles opmærksomhed på, at begrænse tilbuddet af slik og kage.

Vi skal huske, at fødselsdage er en stor oplevelse for børnene og også en god anledning til at udfordre sanserne og lade børnene se, føle og smage. Vi har fokus på, at børn ikke har brug for den enorme mængde sukker, der ofte serveres til børnefødselsdage. Vi lægger derfor vægt på, at der bliver tilbudt andre lækre snacks, som både ser indbydende ud og giver sund og nærende energi. Fødselsdagen kan sagtens fejres med mad, der ikke er kage, dessert og slik. Lad derfor fødselsdage være med til også at bidrage til børnenes fysiske sundhed og trivsel.

Forældre har meget forskellige holdninger til, hvad deres barn må få at spise, og for nogle børn kan der være forskellige ingredienser eller fødevarer, de ikke kan tåle. Derfor er det vigtigt, at det, forældrene medbringer, også er i overensstemmelse med, hvad de andre forældre med børn i dagtilbuddet ønsker.

Det er vigtigt, vi respekterer hinandens holdninger og overbevisninger, uden vi ender i en kultur, der ikke levner plads til forskellighed.

Forslag hvis det skal være sødt

- *Frugtspyd*
- *Konfektkugler lavet af forskellige nødder og tørrede frugter (abrikoser, figner, dadler, hasselnødder og mandler)*
- *Smoothies, som er hjemmelavede*
- *Hjemmelavet is sødet med forskellige frugter.*
- *Bagte æbler med nødder og kanel*

- Grovboller farvet og sødet med fint revet rødbede (prinsesseboller)
- Grovboller sødet med banan og æble
- Kiks sødet med bananer
- Lave et idékatalog med sundeopskrifter og gode idéer til brug både i det pædagogiske arbejde, og som forældre og børn kan finde inspiration i.

Hvor er der mere information at hente

Der er en lang række informationer om kost og måltider på www.altomkost.dk. Siden indeholder blandt andet links til pjecerne "Gi madpakke en hånd" og "Snack n' Snack".

I begge pjecer er der en lang række forslag til frokost og mellemmåltider.

3. BEVÆGELSE

Bevægelseskulturen i det enkelte dagtilbud skal fremme lysten til og glæde ved at røre sig. Det enkelte dagtilbud skal give børnene udfordrende og alsidige tilbud om leg og bevægelse

ude som inde og medvirke til, at børnene er fysisk aktive. Pulsen skal op og børn og voksne må gerne svede. Børn under 6 år skal være fysisk aktive i mindst 1 time dagligt. 60 procent af den daglige bevægelse bør forgå i dagtilbuddet dvs. minimum 35 minutter dagligt. Bevægelsesaktiviteter implementeres i de daglige aktiviteter og tager udgangspunkt i det enkelte barns forudsætninger, udvikling og de pædagogiske læreplaner.

I indretningen af det enkelte dagtilbud kan børnenes muligheder for bevægelse og leg med fordel indgå som et væsentligt kriterium.



Det er samtidig vigtigt at være opmærksomme på de styrker, der er ved at arbejde med børnene i mindre børnegrupper. I dagplejen er arbejdet med børnene i små grupper en almindelig del af hverdagen, og her er det vigtigt at have en opmærksomhed på det udbytte børnene samtidig kan have af engang imellem at deltage i aktiviteter i større grupper med flere jævnaldrende, når dagplejerne mødes i grupper på tværs. Her er der ofte særlig gode muligheder for at igangsætte fysiske aktiviteter, der styrker børnenes motorik.

I daginstitutionerne kan skiftende opdeling i både små og store grupper i løbet af dagen give en bedre pædagogisk kvalitet, og udfordre børnene mere individuelt på det niveau de er. Samtidig giver det ofte giver en tættere og mere direkte interaktion mellem børn og voksne, som fremmer børns sundhed, udvikling og trivsel.

Højstole

Der må **ikke** anvendes seler i højstole.

Forslag/eksempel

- *Børn har forskellige behov for bevægelse, både i forhold til om de er drenge eller piger, men også i forhold til deres alder. Gennemgå indretningen og overvej, om børnene har muligheder for at bevæge sig på en hensigtsmæssig måde indendørs.*
- *Når de daglige rytmer planlægges, er det en god ide at sikre, at der er et flow i forhold til bevægelse og ro. F.eks. kan man lege nogle lege eller bevæge sig til musik, lige før man skal arbejde i grupper.*
- *Organisere forskellige fysiske lege på legepladsen hver dag.*
- *Bevægelse skal være positivt, derfor skal de voksne også vise glæde ved bevægelse.*
- *Løb og anden voldsom bevægelse kan være forstyrrende på andre indendørs, derfor bør det fortrinsvis ske udendørs. Til gengæld er det en god ide at alle børn hver dag udfordres med bevægelse, der får pulsen op.*

Hvor er der mere information at hente

Guldguiden - læring i dagtilbud som findes på www.uvm.dk

Motorikpakken- dagtilbud fra Dafolo.

4. SØVN

Søvnen er en af de vigtigste grundsten for et sundt helbred, og for at kunne klare alle de stimuli, som vi udsættes for såvel fysisk, psykisk og socialt. Derfor kan man ikke undvære søvnen. Søvnen bruges til at opretholde balance i kroppen, og under søvnen får kroppen ro til at forny sin energi.



Hvis ikke barnet får tilstrækkelig søvn, kan det blive fysisk sårbar overfor infektioner og/eller psykisk stresset med bl.a. manglende koncentration, overskud og øget uro, irritabilitet og gråd til følge.

Søvnen bruges også gennem drømmene til at forarbejde livet og dets hændelser, og dermed spiller god søvn en stor rolle for barnets psykiske velbefindende. God søvn opnås ofte gennem gode sovevaner, og det er forældrene, der skal være deres børns vejledere gennem søvnjungen.

Søvn mængden og søvnkvaliteten påvirker kroppen den øvrige tid af døgnet. Søvnen har således stor betydning for barnets liv. Derfor er det vigtigt med gode sovevaner og faste rammer for sengetider.

4.1 SØVN I DAGTILBUD

Hvornår og hvor meget et barn skal sove, når det er i dagtilbud, er meget individuelt. Det er det enkelte barns behov, der som udgangspunkt er afgørende for, hvornår og hvor længe søvnen skal vare. Men det skal selvfølgelig ske under hensyn til rytmen i barnets hjem og i dagtilbuddet.

Sove ude eller inde

I Danmark er der tradition for, at små børn sover ude. Derfor er der et udtalt ønske fra forældrene om, at børnene sover ude. Der er ikke sundhedsfagligt belæg for, at børn bør sove ude – et velventileret værelse med en tilpas temperatur er lige så godt for barnet.

Børn må ikke sove udenfor, når temperaturen er under 10 minus grader, eller i rimtåge eller meget fugtigt eller diset vejr, eller i direkte sol. En liggehal regnes ikke som en ude. Barnets kropstemperatur vurderes løbende, ved at mærke barnet i nakken, hvor huden skal føles tilpas varm. Hvis det ikke er tilfældet skal barnet bringes indendørs.

Tilsyn med sovende børn

Overvågning og tilsyn med små børn er helt fundamentalt, især fordi små børn ikke kan beskytte sig selv, og derfor er overladt til de voksnes omsorg og opsyn. Desuden er børn, der er overladt til sig selv, sårbare overfor insekter, fugle og dyr. Spørgsmålet om overvågning af – og et jævnt tilsyn med – sovende småbørn drejer sig således ikke alene om, hvor sikkert det er at sove med eller uden sele.

Barnevogn/krybber skal placeres, så det er muligt for dagplejer/personale at se og høre børnene (så vidt det er muligt). Der tages ved placering af barnevogn/krybbe hensyn til vejrlig.

Overvågningen må tilrettelægges efter omstændighederne, herunder kendskabet til barnet.

Blæst, lav temperatur, mistanke om begyndende sygdom, påfaldende passivitet, uro, hyperaktivitet eller hvis barnet opfører sig anderledes, end det plejer kan begrunde, at barnet tilses oftere. I hver dagpleje/børnehus **skal** der udarbejdes en lokal instruks om opsyn med sovebørn, instruksen bør være synlig for ansatte, forældre, hos dagplejeren, børnehuset og på hjemmesiden.

Sovestillinger

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn der ikke kan vende sig selv, skal lægges til at sove på ryggen for at forebygge vuggedød. Børn, der af sig selv vedvarende forsøger at vende til en alternativ sovestilling, må aldrig placeres i en sele – og skal derfor sove inde.

Børn i sele skal altid lægges til at sove på ryggen.

Med eller uden soveseler

Ingen barnesele kan anses for at være fuldkommen sikker, hvilket støtter behovet for tilsyn/overvågning. Soveselen skal være godkendt og passe til formålet, den skal opfylde gældende kvalitetskrav. Soveselen skal henvise til den europæiske sikkerhedsstandard EN 13210: 2004 og være godkendt af Dansk Varefakta Nævn, dvs. mærket VAREFAKTA.

Den skal efterses for eventuelle mangler, og brugsanvisningen skal følges

hver gang, soveselen anvendes. Soveselen, skal passe til barnets alder og størrelse. Det betyder, at den skal sidde tæt ind til kroppen uden at stramme, at barnet ikke kan arbejde sig fri af den, og den skal være nem at justere – både til større og til mindre størrelse.

Soveselen skal være fastspændt med remme i bunden af barnevognen/krybben, og remmene skal være strammet helt til, så barnet ikke kan løfte sig fra madrassen.

Vælg en sovesele med skridtstrop (skridtgjord). Beslag, knapper og spænder skal/bør være nikkelfrie. Soveselen skal installeres og benyttes i overensstemmelse med brugsanvisningen hver gang, den bruges. Seler, der vurderes som slidte, må ikke bruges. Der skal i umiddelbar nærhed af barnevogn/krybber være en selesaks.

Børn der sover med sele i barnevogn/krybbe, **skal** tilses hyppigt. Selernes korrekte montering kontrolleres før hver soveperiode af dagplejer/personale. Inden barnet forlades kontrolleres spænder eller lynlåse i selen for slitage og korrekt funktion.

Vågne børn i sele må ikke være alene.

Børn kan opleve at føle ubehag og bryder sig som regel ikke om at blive spændt fast i en sovesele, og i deres kamp for at blive fri for den, kan de vikle sig ind i selen med risiko for, at de får selemærker eller sår, eller i værste fald bliver kvalt. Store børn der sover i krybbe og barnevogn er i stand til at vurdere, at de ligger i barnevogn/krybbe, og dermed kan der være en risiko for, at de forsøger at komme ud. Har de mulighed for at rejse sig op, kan de vælte barnevognen eller krybben. Det gælder især vågne, motorisk aktive og urolige børn.

Det er altid personalets ansvar at tage vare på barnet, når barnet er i dagtilbud, derfor er det medarbejderen samt lederen for medarbejderen, der vurderer om et barn over 2 år må ligge med sele i barnevogn/krybbe.

Børn over 2 år, der sover uden sele i krybbe eller barnevogn, skal være under konstant opsyn.

Af hensyn til medarbejdernes arbejdsmiljø og af ergonomiske hensyn til personale, skal tunge løft og vrid undgås.

Børn der sover uroligt og fastspænding i sele, er en dårlig kombination, hvorfor disse børn ikke skal sove i barnevogn/krybbe, men sove inde på en egnet soveplads.

Barnevogne/krybber

Alle barnevogne og krybber skal være i sikkerhedsmæssig korrekt stand og være godkendt af Dansk Varefakta.

Private barnevogne brugt i Dagplejen kontrolleres også efter at den har været med hjemme på weekend.

Barnevogne og krybber skal være forsynet med sele godkendt af Dansk Varefakta.

Babyalarm

Babyalarmer kan give falsk tryghed og kan ikke erstatte hyppige tilsyn – derfor kan alarm og hyppige tilsyn kombineres.

Suttekedder

Suttekedder kan udgøre en sikkerhedsmæssig risiko og må derfor ikke anvendes, når barnet sover.

Puder

Puder kan ifølge Sundhedsstyrelsen udgøre en risiko for børn under et år og må derfor ikke anvendes.

Brug af regnslag og fluenet

Barnevogne skal i regnvejr altid placeres under et halvtag, i liggehal, carport o.l., for at undgå brug af regnslag. Regnslag må kun bruges under tur, så der er konstant opsyn med det.

Når barnet sover ude, kan fluenet anvendes, hvis det skønnes nødvendigt af hensyn til at holde insekter eller andre dyr væk. Dog bør brug af fluenet begrænses, da fluenet kan give dårlig ventilation. Der må kun anvendes fluenet som passer til vognens størrelse. Fluenet skal fastgøres

korrekt og kontrolleres før brug af dagplejer/personale Hvis fluenet udgør en risiko for barnet, skal barnet sove inde.

Seleskærer

I liggehaller, legestuer og dagplejehjem skal der være seleskærer - vi anbefaler 1 pr. 5 barnevogn eller krybbe - placeret i voksenhøjde, til brug ved risiko for kvælning eller ved behov for akut evakuering.

Forslag/eksempel

- *Sikkerhed og aftalte rutiner i forbindelse med sovende børn i dagtilbud tager udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens anbefalinger.*
- *Udarbejd skriftlige retningslinjer for hvordan overvågning af sovende børn sker.*

Hvor er der mere information at hente

Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sundhedsstyrelsen.dk

5. HYGIEJNE

Der bør stilles høje krav til den daglige hygiejne og til miljøforholdene i dagtilbuddene med det formål at mindske sygeligheden og fremme sundheden blandt de børn og voksne, der opholder sig i daginstitutioner. Når der stilles krav skal det ske med udgangspunkt i både den aktuelle videnskabelige viden på området, som i løbende erfaringer i de enkelte dagtilbud.

Hygiejne beskriver en ren(lig)hedstilstand. At noget er hygiejnisk, fortæller noget om, at det er rent og fri for forurening med uønskede kemiske stoffer, snavs og smitstoffer. Den vigtigste nuværende betydning af begrebet hygiejne er, at det signalerer forebyggelse af sygdom og forurening. Til begrebet hører fx indeklima, indretning, inventar og udstyr, rengøring, allergi og ophobninger af smitsomme sygdomme hos mindre børn.

Det enkelte dagtilbud skal være med til at sikre, at børnene får gode hygiejnevener herunder håndvask, som forebygger smitsomme sygdomme. Ved at være synligt bevidste om dagtilbuddets hygiejneregler og efterleve dem i form af gode indarbejdede rutiner, fungerer medarbejderne som gode rollemodeller for børnene.

Forslag/eksempel

- *Sundhedsstyrelsens anbefaling ved bleskift er, at personale, der står og skal skifte ble på flere børn, ikke altid behøver at vaske hænder efter hvert bleskift. Det er tilstrækkeligt at tage handskerne af, spritte hænderne og efterfølgende skifte handsker.*
- *Når madlavning sker som en pædagogisk aktivitet er det oplagt at have særlig fokus på håndhygiejne før, under og efter arbejdet.*



Hvor er der mere information at hente

Sundhedsstyrelsen har udgivet "*Hygiejne i daginstitutioner*" som indeholder en række anbefalinger om forebyggelse og sundhedsfremme for børn inden for områderne hygiejne, miljø og sikkerhed. Derudover er der faglige anbefalinger i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker "Hygiejne" og "Indeklima i skoler".

På <http://vordingborg.dk/borger/sundhed/hygiejneguide/> er der en lang række anbefalinger i forhold til hygiejne i forhold til en række emner på dagtilbudsområdet.

Kommunens sundhedsplejersker tilbyder at komme på hygiejnebesøg, hvor de gennemgår institutionen og kommer med råd og vejledninger i forhold til de konkrete rammer den enkelte institution har.

På hjemmesiden www.astma-allergiiskolen.dk er der også for daginstitutionsoområdet inspiration at hente i forhold til arbejdet med overfølsomme børn.

6. ADMINISTRATION AF MEDICIN

Medicingivning bør så vidt muligt foregå i hjemmet uden for det tidsrum, børnene er i dagtilbud. Har et barn en sygdom af kortere varighed, så som astmatisk bronkitis eller infektionssygsomme kan det dog være nødvendigt at give medicin flere gange i løbet af dagen og personalet bør, i det omfang det er muligt, påtage sig opgaven at give barnet lægeordineret medicin.

Beholderen med medicin skal have let læselig påskrift med oplysning om, hvem det er udskrevet til og dosering. I de fleste tilfælde vil dette være tilstrækkelig instruktion om medicingivningen. Det anbefales at anvende skema/logbog over medicingivning.

Når der er tale om en længerevarende sygdom/kronisk lidelse, er det lederens opgave, at sikre at forældrene modtager folderen om medicingivning i dagtilbud i Vordingborg Kommune og at skemaet "*Instruks vedrørende medicingivning til børn i dagtilbud*" bliver udfyldt af forældrene i samarbejde med barnets læge.

Det er forældrenes ansvar at sørge for logbog/ skema til dokumentation for medicingivning. Logbog/skema skal være individuelt og tilpasset det enkelte barn, for at sikre at sidste nye forskrifter/procedurer bliver overholdt. Dette sikrer personalets dokumentation for givet medicin.

Der gælder følgende for medicingivning:

- Medicinen skal medbringes i original emballage.
- Barnets navn og cpr. nummer skal være tydeligt angivet på medicinen.
- Forældrene har ansvaret for, at udløbsdatoer på medicinen er i orden.
- Medicinen skal opbevares efter retningslinjerne og utilgængeligt for børn.
- For at undgå fejlmedicinering og for at kunne orientere barnets forældre korrekt, bør personalet registrere medicingivningen: hvem har givet barnet medicin, hvor meget blev givet og hvad tid blev medicinen givet?
- Hvis barnet skal have specialkost eks. diabeteskost eller laktose og glutenfri produkter, skal disse tages med hjemmefra.

Hvis en mere grundig instruktion af personalet er nødvendig, eks. i forbindelse med tildeling af insulin, insulinpumpe, EPI-pen eller andet kan ledelsen af dagtilbuddet, i samarbejde med forældrene søge oplæring hos relevant fagperson.

Vigtige opgaver

- *Inviter forældrene til en samtale med forventningsafstemning om opgaven.*
- *Indhent individuel logbog/skema hos forældrene til det barn der har brug for medicingivning.*
- *Medicinskabe i dagtilbuddet uden for rækkevidde af uvedkommende.*
- *Placer om nødvendigt flere medicinskabe – især hvor dagtilbuddet er i mere end et hus.*
- *Lav skriftlig instruktion om opbevaring og håndtering af medicin.*
- *Tal evt. med kommunens sundhedsplejersker om generelle forhold vedrørende medicingivning og medicinopbevaring.*

Hvor er der mere information at hente

Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.sundhedsstyrelsen.dk

- Sundhedsstyrelsens vejledning om ordination og håndtering af lægemidler:
<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=168156>
-
- Smitsomme sygdomme hos børn. Vejledning for daginstitutioner, skoler og forældre:
https://sundhedsstyrelsen.dk/da/udgivelser/2013/~/_media/218F8342350D401680A5F35EF5FCCAB5.ashx
- <https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=133849>

7. LEGEPLADSSIKKERHED

Legepladser der er sikre og indrettede efter pædagogiske principper har stor betydning for børns trivsel, læring og udvikling.

Aktiviteter på legepladsen tager udgangspunkt i de pædagogiske læreplaner og fremmer en bevægelseskultur. I dagplejen er der ofte nogle lokale legepladser i nærområdet, som kan give børnene nogle andre oplevelser og udfordringer og de indgår som et godt supplement til de øvrige aktiviteter i hverdagen. Her er det naturligvis samtidig vigtigt, at dagplejen sikrer at sikkerheden er i orden, og der ikke er ting eller genstande, som er farlige for børnene.

I daginstitutioner skal der daglig (morgen) udføres et tjek af legepladsen for at sikre at redskaber er i forsvarlig stand, og at der ikke er affald, skarpe fremmedlegemer (kanyler/flasker/dåser), ekskrementer fra dyr og giftige svampe på legepladsen.

En gang om året skal legepladskonsulenten tillige gennemføre en kontrol af alle daginstitutionernes legepladser og efterfølgende udarbejde en rapport.

Forslag/eksempel

- *Udarbejd en plan for, hvem der de enkelte dage har ansvar for at gennemføre et legepladstjek. Dokumenter det udførte tjek i en logbog som alle ansatte dagligt har pligt til at læse.*

Hvor er der mere information at hente

På Teknik- og Miljøområdet er der medarbejdere, der har specialviden om legepladssikkerhed. Bogen "Legeplads sikkerhed" af Gert Olsen gennemgår på en overskuelig og illustrativ måde en række standarder, regler og giver en række eksempler på legepladser og redskaber.

8. SOLSIKKERHED

Vi følger som udgangspunkt anbefalinger fra Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden om minimum én gang daglig indsmøring i solcreme. Derudover skal børnene have mulighed for at søge skygge, når solen står højest, og at børnenes hud skal dækkes med tøj og en solhat. Vi forventer, børnene er smurt med solcreme hjemmefra og personalet/dagplejeren smører supplerende midt på dagen.



Forslag/eksempel

- *Sikre indretningen af legepladsen med skyggesteder*
- *Opfordre børn til at bære solhat/kasket*
- *Opfordre forældre til at give børnene let tøj på med lange ærmer*

Hvor er der mere information at hente

Der er flere gode råd på www.skrunedforsolen.dk og i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke "solbeskyttelse".





Vejledning om sundhed og sikkerhed i dagtilbud

Udgivet af Vordingborg Kommune 2013

Redigeret januar 2019

Udarbejdet af: Afdelingen for Dagtilbud og Skoler



Vordingborg Kommune

Postboks 200

Østerbro 2

4720 Præstø

Tlf. 55 36 36 36