

## Krav for å oppfylle anbefalte kriterier for helsefremmende barnehager

### 1. Helsefremmende arbeid er forankret i barnehagen

- Helsefremmende arbeid er beskrevet i barnehagens vedtekter, årsplan og andre styringsdokumenter.
- Barnehagen har en plan for prioritering, implementering og vedlikehold av kriteriesett for helsefremmende barnehager.
- Ansvarsområder er prioritert og fordelt.
- Selvevaluering gjennomføres årlig.

### 2. Barnehagen arbeider systematisk for å fremme psykisk helse og et godt psykososialt miljø

- Barnehagen har rutiner for å ta opp psykisk helse og psykososialt miljø på personalmøter
- Barnehagen har skriftlige rutiner for:
  - Håndtering av alvorlige, uforutsette hendelser (ulykker/dødsfall).
  - Oppfølging av hendelser (mobbesituasjoner o.l).

### 3. Alle barn er fysisk aktive minst 90 minutter hver dag

- I løpet av en vanlig barnehagedag er det tilrettelagt for fysisk aktivitet i 90 minutter eller mer.
- I løpet av en vanlig barnehagedag er alle barna fysisk aktive i 90 minutter eller mer.
- Barnehagen har god observasjonspraksis for å kartlegge barnas aktivitetsmønster
- Barnehagen har gode rutiner for å kartlegge motoriske ferdigheter.
- Barnehagen har tiltak for de som deltar lite i lek og fysisk aktivitet

### 4. Nasjonale retningslinjer for mat og måltider i barnehagen følges

- Det legges til rette for to faste, ernæringsmessig fullverdige måltider hver dag.
- Minimum 30 minutter til å spise, slik at barna får i seg tilstrekkelig med mat.
- Det legges til rette for å kunne spise frokost for de som ikke har spist frokost hjemme.
- Maksimum 3 timer mellom hvert måltid.
- Voksne tar aktivt del i måltidet og spiser sammen med barna
- Det legges til rette for et godt fungerende og trivelig spisemiljø
- Måltidenes pedagogiske funksjon ivaretas
- Vann er tørstedrikk mellom måltidene, og bør også tilbys til måltidene.

### 5. Barnehagen er tobakksfri

- Barnehagens område er tobakksfritt.
- Arbeidsgiver pålegger barnehagens ansatte å avstå fra bruk av tobakk i arbeidstiden.

### 6. Barnehagen har fokus på god hygiene

- Det sørges for god hygiene før og under måltidene og ved oppbevaring og tilberedning av mat.
- Såpe (evt. spritdispenser) og papirhåndklær finnes ved alle håndvasker.
- Det brukes engangshansker ved stell av blødende sår og neseblødninger.
- Barnehagen har rutiner for varsling til smittevernlegen og foreldre/foresatte om utbrudd av eller hyppig forekomst av smittsomme sykdommer.

### 7. Barnehagen bidrar til at barna erfarer og lærer hva som er helsefremmende

- Ansatte har samtaler med barna om:
  - Hvorfor gode venner er viktig.
  - Hvorfor det er lurt å være ute og leke, løpe, løfte og hoppe.
  - Hva riktig mat betyr for vekst og utvikling.
  - Hvorfor røyk og snus er dumt
  - Hvorfor det er lurt å vaske hendene.
- Barnehagen har en plan for kompetanseheving, basert på behov, knyttet til følgende tema:
  - Mat og helse.
  - Fysisk aktivitet.
  - Barns medvirkning.
  - Fysisk og psykososialt miljø.

### **8. Barnehagen har godt samarbeid med foresatte og tverrfaglige tjenester etter behov**

- Barnehagen har rutiner for:
  - Samarbeid mellom barnehagen og foresatte om det forebyggende og holdningsskapende arbeid.
  - Samarbeid med helsestasjon, PPT og barnevern.

### **9. Barns medvirkning vektlegges**

- Det settes av tid til å samtale med barna.
- Det oppmuntres aktivt til å uttrykke tanker og meninger.
- Barna støttes til å undre seg og stille spørsmål.
- Personalet diskuterer hvordan man tolker barns uttrykksmåter.

### **10. Barnehagen arbeider systematisk med sikkerhetsfremmende og ulykkesforebyggende arbeid**

- Sikkerhet er en naturlig del av planlegging av turer.
- Barnehagen sikrer at det finnes kompetanse i førstehjelp/livredning.
- Barnehagen driver systematisk trafikkopplæring.
- Barnehagen har rutiner for sjekk/kontroll og utbedring av aktivitetsanlegg og lekeplasser på barnehagens uteområde.

### **Miljørettet helsevern**

- Barnehagen har driftsgodkjenning etter forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler.