

NYHEDSBREV

December 2022



Børneliv i sund balance er godt i gang i alle 10 lokalområder i de tre kommuner; Aalborg, Frederikssund og Albertslund. De mange initiativer, som I aktører sætter i gang, viser tydeligt, at lokalsamfundene rummer masser af styrke og drivkraft til at fremme et sundt børneliv.

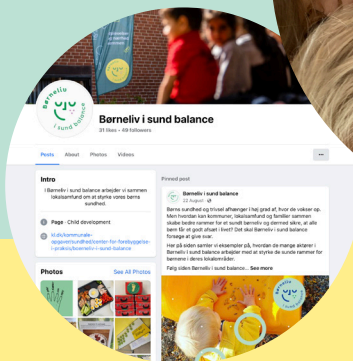
I Børneliv i sund balance arbejder vi sammen om at give alle børn muligheder for masser af **Leg & Bevægelse, Sund mad & Drikke og Oplevelser & Nærhed**. Tilgangen bygger på nyeste forskning og andre videnbaserede indsatser, som peger på, at vi ved at stå sammen i lokalsamfundene, kan styrke sundheden og trivslen hos børnene.

Der er forskningsmæssig interesse for den måde, vi arbejder på i Børneliv i sund balance. Vi har derfor fået bevilget 6,3 mio. fra Novo Nordisk Fonden til følgeforskning. Viden herfra vil supplere den viden, vi får fra evalueringen, som foretages af Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet.

Her i nyhedsbrevet giver vi indblik i, hvad der sker på tuers af de forskellige dele af Børneliv i sund balance. I indsatserne i sundhedsplejen, dagtilbud og skole/SFO samt i fritidsliv og lokalsamfund.

Følg også vores nye side på Facebook, her samler vi løbende eksempler på hvordan der bliver arbejdet med Børneliv i sund balance:

Børneliv i sund balance | Facebook 



En sund start for alle børnefamilier – indsatsen i sundhedsplejen

Sundhedsplejen er nået langt med at inddrage målsætningerne om **Leg & Bevægelse, Sund mad & Drikke og Oplevelser & Nærhed** i dialogen med alle forældre. Ved sundhedsplejerskesøgget, når barnet er 4-6 måneder, bliver der sat ekstra fokus på måltidet, tumlelege, skærmvaner, nærvær og oplevelser i lokalområderne.

Ud over indsatsen til alle familier, arbejder Sundhedsplejen også med særlige indsatser til udvalgte familier. Disse består af telefonsamtaler med mødre til helt nyfødte for at fremme at flere børn ammes. Til udvalgte familier tilbydes også en telefonsamtale, når barnet er omkring 1 år og et ekstra hjemmebesøg, når barnet er ca. 1,5 år.

Legbaseret undersøgelse af motorik i 4 årsalderen

Sundhedsplejen er sammen med dagtilbud i gang med at afprøve en legebaseret undersøgelse af motorik, når børnene er 4 år. Målet er at understøtte børnenes motorik og bevægelsesglæde. Undersøgelsen bygger på erfaringer fra sundhedsbesøget i Aalborg Kommune og foregår ved, at en gruppe børn på 4-6 børn leger sig igennem en række øvelser. Herefter vil sundhedsplejens og pædagogernes blik på børnene tilsammen give en pejling på, hvordan børnehuse bedst understøtter en børnegruppes motoriske udvikling.



Tryllestav, perler, bolde og mange flere rekvisitter til den legebaserede undersøgelse er samlet i denne røde kuffert.



Den nye motorikbane er tegnet og bliver testet af.

Leg med bolde øver balancen i pedaleme.

Mad, bevægelse og brug af naturen i dagtilbud

I dagtilbud har I udviklet **7 fælles principper** for, hvordan I sammen med forældre og lokalsamfund vil arbejde med Børneliv i sund balance. Principperne tager afsæt i projektets målsætninger. De bygger på vidensbaserede indsatser, den styrkede pædagogiske læreplan og på gode erfaringer fra andre kommuner.

Det er en fornøjelse at opleve, hvordan arbejdet med principperne flere steder bliver en fast del af hverdagen, og bidrager til en sundere hverdag for børnene. Flere dagtilbud rækker også ud til forældre og lokalsamfund, så flere og flere voksne omkring børnene arbejder sammen og skaber bedre muligheder for, at børnene kan bevæge sig, spise sundt og indgå i sunde fællesskaber.

Her et lille udpluk af de mange nye initiativer: Flere børnehuse i de tre kommuner arbejder med 'månedens grøntsag' og i Albertslund har flere børnehuse kontakt til lokale supermarkeder, som leverer råvarer til sunde snacks til børn og forældre. I Aalborg er der rigtig mange steder fokus på cykling og mange børnehavene sætter jævnligt gang i cykelleg. I Frederikksund har flere børnehuse, sammen med en naturvejleder, lagt skatte ud i nærområdet, som børnene efterfølgende kan gå ud og finde sammen med deres forældre. Dagtilbuddene bruger nærhedscirkelen som skattekort og besøger også hinandens skatte.

Vi udforsker dyrelivet i nærhedscirklen.



Skatten ligger klar i nærhedscirklen til at blive fundet.



Ud på tur og klar op oplevelser i naturen.

Bevægelse i en sundhedsfremmende skole og SFO

Skolerne arbejder med egne handleplaner for Børneliv i sund balance på skolen. Handleplanerne er bygget op efter de tre målsætninger om **Leg & Bevægelse**, **Sund mad & Drikke** og **Oplevelser & Nærhed** og fungerer som et værktøj til at få hold på de mange gode ideer, beslutte hvad der skal ske, hvordan og hvornår.

Ligesom dagtilbud, er I skoler/SFO'er gode til at række ud til forældre og lokalsamfund. Det er positivt at se, hvordan I alle arbejder med at implementere en lang række initiativer, der alle støtter op om en sundere hverdag for børnene.

Her et lille udpluk af de mange nye initiativer: I Albertslund har en skole gjort et hjørne af lære værelset til inspirationsvæg. Her er det nemt at dele ideer til brain breaks og fag-faglige aktiviteter til mere bevægelse i undervisningen. I Aalborg har en skole jævnligt sund festivalsuge, hvor de får besøg af instruktører fra foreninger, de tager på tur i lokalområdet, samarbejder med børnehaven og laver bålmad, hvor det lokale supermarked leverer maden. I Frederikssund holder skolerne madpakkeværksteder, hvor børnene skal smøre deres egen madpakke efter Fødevarerstyrelsens madpakkehånd. Der er også planer om, at forældrebestyrelsen skal drøfte, hvordan skolen kan blive bedre til at understøtte sundere rammer for mad og måltider.

Elevecollage med de fem fingre i Fødevarerstyrelsens madpakkehånd.



Det er nemt at dele gode ideer til mere bevægelse i skoledagen i inspirationshjørnet.



Vi smører madpakke efter Fødevarerstyrelsens madpakkehånd.

Suppe bliver lavet over bål med overskudsmad fra det lokale supermarked.



Balancen bliver udfordret når fægteklubben kommer på besøg.

Indsatser i fritidsliv og lokalsamfund

I Børneliv i sund balance arbejder vi for, at flere børn oplever fællesskab og bevægelsesglæde gennem styrkede samarbejder mellem de lokale foreninger, dagtilbud og skoler. Det er besluttet, at de tre kommuner arbejder hen imod en model for 'Åben Forening', hvor dagtilbud og skoler kommer ud i foreningerne eller omvendt. Der er allerede flere gode initiativer i gang - lige fra Åben Hal arrangementer til et løbende godt samarbejde mellem foreninger, dagtilbud og skoler.

Projektlederne i kommunerne er også godt i gang med at inddrage lokale aktører og butiksliv i lokalområderne. Der viser sig flere og flere muligheder for at inddrage lokale kræfter og skabe synergi til de øvrige dele af Børneliv i sund balance.

Eksemplerne er mange: I Albertslund samarbejder man med Albertslund Boligsociale Center om familieaktiviteter og fællesspisning i boligområderne. I Aalborg har Børneliv i sund balance, i fællesskab med en genbrugsbutik i Nørresundby, givet nyt liv til gamle børnecykler i børneinstitutionerne. I Frederikssund samarbejder en skole med ældresagen om et cykelprojekt, hvor indskolingsbørnene får hjælp til at cykle hver uge.

Vil du vide mere

Læs mere om Børneliv i sund balance vores hjemmeside www.kl.dk/bornelivisundbalance. Du er også altid meget velkommen til at kontakte os:

KL

Karen Karlsson Eriksen
Projektkoordinator
kae@kl.dk
tlf. 2383 1928

Aalborg Kommune

Kristina Thitgaard Poulsen
Projektleder
kristina.thitgaard@aalborg.dk
tlf. 2520 0927

Albertslund Kommune

Caroline Eie Buskov
Projektleder
cvuf@albertslund.dk
tlf. 2335 8898

Frederikssund Kommune

Anja Sørensen
Projektleder
asoer@frederikssund.dk
tlf. 5132 4465