

## Dragi starši!

Želja nas vseh  
tako staršev,  
kot tistih,  
ki z otroki oziroma zanje delamo  
je,  
da bi bili naši otroci zdravi  
in bi se v vrtcu dobro počutili.  
In prav zato  
smo pripravili ta priporočila.



Zloženkā želi odgovoriti na dve  
pomembni vprašanji:

*Kdaj otrok ne sme v vrtec?*  
in  
*Kako je s prinašanjem hrane v vrtec?*

## KDAJ OTROK NE SME V VRTEC?

Starši,  
v vrtec pripeljite  
le zdravega otroka.

Bolan otrok se bo bolje počutil in se  
hitreje pozdravil v domačem okolju.  
S tem bomo preprečili tudi  
prenos nalezljive bolezni  
na druge otroke v vrtcu.

- ➡ Starši ste tisti, ki najprej  
prepoznate bolezen pri otroku:  
vročina, bruhanje, driska,  
gnojen izcedek iz noska s kihanjem  
in kašljanjem, gnojne oči, uši, gliste ...
- ➡ Starši imate pravico in dolžnost,  
da bolnega otroka negujete doma.
- ➡ Ne pripeljite v vrtec otroka,  
ki je v zadnjih 24 urah bruhal,  
imel povišano telesno temperaturo,  
imel več kot dvakrat drisko ...
- ➡ Če je otrok odsoten  
zaradi nalezljive bolezni  
o tem obvestite vrtec.
- ➡ Otrok sme ponovno v vrtec, ko je  
zdrav in vsaj 2 dni nima vročine,  
vsaj 1 dan ne bruha in  
vsaj 1 dan nima več driske.



**SPREJEM OTROKA V VRTEC  
LAHKO OSEBJE ZAVRNE,**  
kadar ima otrok katerega  
od naštetih znakov bolezni:

- ➡ Vročina
- ➡ Izpuščaj z ali brez vročine (razen  
v primeru neinfekcijskih izpuščajev  
- piki insektov, alergijski izpuščaj ...),  
gnojni izcedek iz noska s kihanjem  
in kašljanjem, gnojno vnetje oči,  
impetigo - gnojno vnetje kože,  
dokler zdravnik ne potrdi,  
da ni kužen
- ➡ Težko dihanje
- ➡ Razjede v ustih, razen kadar je  
izključen infekcijski vzrok bolezni
- ➡ Uši
- ➡ Driska (vodeno blato več kot  
dvakrat dnevno, primes sluzi ali krvi)
- ➡ Bruhanje več kot dvakrat v 24 urah,  
razen kadar to ni povezano z okužbo

Pri drugih nalezljivih boleznih  
upoštevamo navodila zdravnika.

## PRINAŠANJE HRANE V VRTEC

O prehrani vašega otroka na izletu ali ob praznovanju rojstnega dne v vrtec se predhodno dogovorite z vzgojiteljico.

### Prehrana na izletu

Posamezen obrok lahko vsebuje:

- ➔ žemljo,
- ➔ navadne kekse brez nadeva,
- ➔ sadni sok, čaj ali vodo (v originalni ali čisti embalaži),
- ➔ trajno mleko v tetrapaku,
- ➔ oprano sadje

➔ ...

Priložimo:

- ➔ papirnat prtiček,
- ➔ higienski vlažen prtiček za brisanje rok pred jedjo in
- ➔ vrečko za smeti.

Nikakor NE:

- ➔ hitropokvarljivih mesnih izdelkov (šunkarice, posebne salame ...),
- ➔ paštete,
- ➔ majoneze
- ➔ sladice z nadevi
- ➔ ...



Oblikovanje:  
Kati Rupnik

Vrtec je dolžan otrokom zagotavljati varno hrano.

Da bi hrana bila varna, mora biti ustrezno pripravljena, transportirana in tudi postrežena. Nekatera živila predstavljajo večje tveganje, zato so pri izboru jedi, ki jih prinašamo v vrtec, potrebne omejitve.

### Praznovanje rojstnega dne

Otroci v vrtec lahko prinesejo:

- ➔ sadje,
- ➔ industrijsko embalirane sadne sokove,
- ➔ industrijsko pripravljeno suho pecivo (v originalni embalaži).

V vrtec NE prinašajte:

- ➔ doma pripravljenih slaščic,
- ➔ kremnih slaščic iz slaščičarne,
- ➔ industrijskih kremnih slaščic, (tort, pit, kremnih rezin, pudingov, krem, sladoledov ...)



Avtorice:

Jana Svetičič Marinko, dr. med.  
Tjaša Jerman, dr. med.  
Nives Letnar Žbogar, dr. med., spec. higiene

Izdajatelj:

Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana  
Zaloška cesta 29, 1000 Ljubljana

Recenzorka: Tatjana Grmek Martinjaš, dr. med.,  
spec. pediatrije, spec. šolske medicine

Tisk: Tiskarna knjigovoznica Radovljica

Naklada: 20.000 izvodov

Leto prve izdaje: 2007

Prvi ponatis: 2009

Izdajo zloženke je - na podlagi javnega razpisa (Ur. l. RS, št. 26/07) - sofinanciral Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije



Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana



ZDRAVJE  
V VRTCU

PREPREČUJMO  
ŠIRJENJE  
NALEZLJIVIH  
BOLEZNI

priporočila  
za starše

