

Kjennetegn for SAL-barnehager

SAL-barnehager jobber kontinuerlig med innsatsområdene fysisk aktivitet, kosthold, søvn, ABC for god psykisk helse og inkludering. Innsatsområdene integreres i barnehagens daglige aktiviteter og rutiner.



Kjennetegnene setter ofte fokus på flere av områdene samtidig. For eksempel bidrar daglige turer ut til allsidig fysisk aktivitet, dagslys som er bra for søvn, inkludering, og at barna gjør noe aktivt, sammen og meningsfullt.

SAL-barnehagene har følgende kjennetegn:

- Vi jobber **helsefremmende og inkluderende** i tråd med nasjonale anbefalinger
- Vi har allsidig aktivitet og utetid **hver dag**, og tur og organisert aktivitet for alle barn hver **uke**
- Vi legger til rette for **risikofyllt lek** hvor barna lærer å **vurdere risiko, ta egne valg og oppleve mestring**
- **Vi serverer alltid grønnsaker og gjerne frukt** til alle måltider. Gjennom god dialog med foresatte legges det til rette for at også medbrakt mat følger nasjonale anbefalinger
- Vi **feirer bursdager med barnet i fokus**. De fleste feiringer og markeringer gjennomføres uten servering av søt mat og drikke. Eventuell servering av kaker, kjeks, is, saft og lignende begrenses til 4-6 ganger i året
- Vi tilrettelegger for **daglig hvile** og har dialog med foresatte om **gode vaner for søvn/hvile** ut ifra alder på barnet
- Vi deltar i **SAL-samarbeidsaktiviteter** for barn og ansatte, og **årlige tverrfaglige samarbeidsmøter** i barnehagen koordinert av SAL veileder