

# SKAPA ETT HÄLSOTEAM

För att driva ett välfungerande hälsoarbete behövs ett team som arbetar tillsammans. Därför föreslår vi att ni bildar ett hälsoteam på förskolan som har huvudansvaret för att titta på vilka strukturella förändringar som behövs för att arbetet med rörelse och hälsosam mat ska få ta plats. Hälsoteamet ansvarar också för att inspirera sina kollegor och planera aktiviteter som sedan förankras i arbetsgruppen.

Förslag på uppdragsbeskrivning för hälsoteamet:

- Teamet ansvarar för att jobba med att engagera barn, kollegor och vårdnadshavare.
- Teamet ansvarar för att införa fysisk aktivitet på schemat.
- Teamet ansvarar för att eftersträva näringsriktiga och varierade måltider.
- Teamet ansvarar för att presentera arbetet för arbetsgruppen och föräldrarna.
- Teamet sätter tillsammans med hela arbetsgruppen upp MÅL som man ska uppnå.

Checklista till hälsoteamet för att komma igång:

- Skapa ett hälsoteam.**  
Hälsoteamet bör bestå av en till två pedagoger och en matansvarig.
- Gör en tydlig rollfördelning för hälsoteamets medlemmar.**  
Förskolan bör ha en till två Hälsopeppare (pedagoger) och en Hälsokock (matansvarig).
- Planera för vilka strukturella förändringar ni vill genomföra i arbetet.**  
Ex: Hur många rörelseaktiviteter ska ni ha i veckan? Hur ska ni jobba med mer hälsosam mat. Hur kan ni involvera föräldrarna?
- Presentera för och involvera övriga arbetsgruppen t.ex. vid APT.**
- Lägg upp en årsplanering.**

