



Vi är pepp på våra barns hälsa!

Forskning har visat att fyraåringar sitter stilla hälften av sin vakna tid. Vi vet också att få barn idag når upp till den rekommenderade mängden fysisk aktivitet per dag. Likaså är det få barn som äter tillräckligt av exempelvis frukt och grönsaker. Goda levnadsvanor får vi med oss tidigt i livet, och goda levnadsvanor kan även minska risken för en rad sjukdomar senare i livet.

Därför har vi bestämt att vi på vår förskola ska jobba lite extra med våra barns hälsa. Här jobbar vi med rörelse varje dag och vi ser också till att våra måltider följer de nordiska näringsrekommendationerna.