

Z OBSAHU...

Slovo úvodem

str.1

Život s omezením
aneb složení
stravy u dětí

Jak na to v MŠ

str.1

Děti a zdraví

str.2

SLOVO ÚVODEM

Vážení rodiče, ačkoli stravování ve školce podléhá pravidelným hygienickým kontrolám, je pestré a výživově vyvážené, přesto přibývá dětí, které mají problém s běžným stravováním doma i v MŠ. Ať už jde o děti alergické na lepek, laktózu, děti s cukrovkou, kuchyně školky se snaží dětem i rodičům vycházet maximálně vstříc. Je to často velmi náročné nejen pro děti, rodiče, ale i kuchařky i učitele školky. Proto bude tento občasník zaměřen především na stravování dětí a podmínek, za kterých toto odlišné stravování v MŠ může úspěšně fungovat. Děkujeme za spolupráci.

Kolektiv MŠ

Život s omezením – celiakie, alergie na laktózu a cukrovka u dětí



vychází maximálně vstříc speciální úpravou jídelníčku nebo individuálním přístupem ke stravování.

Jaké to je, když nemůže vaše dítě jíst cokoli?

Běžný den dítěte doma i v dětském kolektivu znamená především pravidelnou a pestrou stravu. Některé děti však všechno jíst nemohou, ze zdravotních důvodů pro ně platí jistá omezení. Setkáváme se s nimi v MŠ čím dál častěji a je třeba se jim přizpůsobit jak ze strany rodičů, tak i školského zařízení. Naše MŠ těmto dětem

Jak na to v MŠ



Pokud má dítě v MŠ dostávat speciální stravu, v případě dětí s cukrovkou (diabetes) i zvýšenou péči zaměstnanců MŠ, je nutné doložit vyjádření dětského nebo jiného odborného lékaře.

CELIAKIE – nelze ochutnat vše, co by si dítě přálo. Alergie na lepek v podstatě znemožňuje těmto dětem celodenní stravu v MŠ. Lepek je obsažen ve velké většině pečiva, těstovin, buchet atd., uzenin i mléčných výrobků, tedy všude, kde se vyskytuje mouka a moučné výrobky z většiny obilnin, nebo jejich přísada ve formě zahušťovadel. Vyžaduje speciální stravu.

ALERGIE NA LAKTÓZU

Dětské tělo není schopné zpracovat mléčné bílkoviny a mléčný cukr.

Děti trpí kopřivkou, dušností, rýmou, bolestí břicha a průjmy. Lze vybrat i mléka rostlinná – rýžová, ořechová, mandlová, sójová, kokosová atd.

S přibývajícím věkem by příznaky alergie na laktózu měly odeznít.

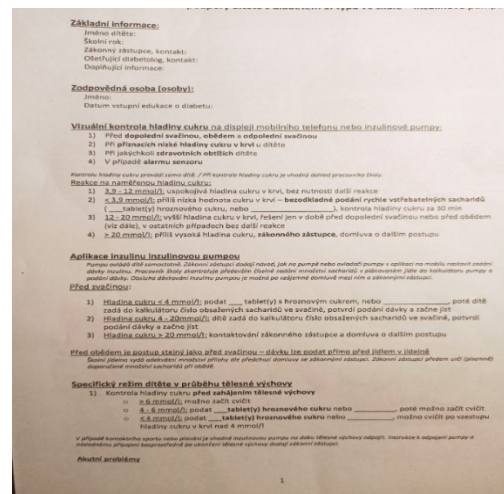




Cukrovka u dětí

Cukrovka neboli diabetes je upravena podpůrným opatřením MŠMT.

Děti s tímto omezením mají specifický režim v průběhu celého dne. **Kontrolu hladiny cukru provádí samo dítě pomocí speciální pumpy**, která uvádí hladinu inzulínu. Je však nutná kontrola dospělé osoby, a to učitele nebo kteréhokoli zaměstnance školského zařízení, **za naprosto nezbytné spolupráce a informací od rodičů dítěte.**



Děti a zdraví v naší školce

Nejen zdravá a vyvážená strava napomáhá dětem v MŠ podporovat zdravý životní styl. Od jara do konce prázdnin děti tráví velkou většinu času na školní zahradě, procházkách po okolí školky, v městských parcích a také areálech určených pro volný čas. Na školní zahradě jsou děti i přes zimu, kde se především vydovádí. Od jara se ale mohou do její úpravy dobrovolně zapojit. Zapojily se do výsevu ředkviček, salátu i rajčat. Pokud počasí přálo, děti výsledky své práce mohly i ochutnat. S přicházejícím podzimem děti s radostí odklízí na malých dětských kolečkách například větvičky, listí, spadaná jablka, oříšky a na podzim z kompostu sklízí okrasné dýně. S významem zdravé výživy se děti seznamují po celý rok téměř při všech činnostech v rámci školního vzdělávacího programu „PUTOVÁNÍ SE SLUNÍČKEM“

Dvouleté až tříleté děti se nejprve potřebují seznámit s novým prostředím školky. Zahrada je pro ně zatím velkou neznámou, ale postupem času zdrojem zábavy a dobrodružství. Zkušenější děti samy od sebe velmi rády s péčí o zahradu pomáhají. Proto máme ve školce vybudované záhonky, na bio odpad kompost a kompostéry. Ale také hromady kletí, které slouží užitečným živočichům jako hmyzí hotel či noclehárna k přezimování. Děti to velmi baví a s radostí objevují svět kolem sebe. Děti se tak v průběhu vzdělávání seznamují s významem péče o přírodu, kulturu a čistotu ve svém nejbližším okolí.



Důležité kontakty:

Ředitelka MŠ Jiráskova a odloučeného pracoviště MŠ Tyršova: 461 316 782 ,reditelka@skolkamt.cz
Účetní MŠ Jiráskova a odloučeného pracoviště MŠ Tyršova: 461 313 505, 605 076 471
Vedoucí stravování MŠ Jiráskova a odloučeného pracoviště MŠ Tyršova: 461 313 504, 731564500
Pavilon A MŠ Jiráskova: 461 316 782
Pavilon B MŠ Jiráskova: 461 313 506
MŠ Tyršova: 461 316 716, 732 368 217