

Policy för den fysiska hälsan på Kompiskraft

Vid utformandet av det här dokumentet har vi utgått från Folkhälsomyndigheten, bl.a. *Smitta i förskolan*. Vi har också utgått ifrån rekommendationer från 1177 vårdguiden (<https://www.1177.se/stockholm/>) exempelvis vid rekommendationer vid springmask.

För vårdnadshavare:

För att vara på förskolan måste barnet vara så friskt att det utan problem orkar vara delaktigt i vår verksamhet. Barnet ska orka vara med i alla våra lekar och aktiviteter, inne och ute, och ha ett gott allmäntillstånd.

Om vi ringer er har vi gjort bedömningen att allmäntillståndet är så nedsatt så att barnet inte orkar vara på förskolan, dvs. trött, håglöst, utan aptit, feber, etc. Vid **feber** ska barnet få vara hemma en hel feberfri dag för att sedan komma till förskolan frisk och utvilad.

Vi ringer också om barnet verkar ha **ont** någonstans, har så mycket **snuva** eller **hosta** att det är besvärligt för dem, eller om **utslag** dyker upp. Även där vill vi att barnet får en frisk dag hemma innan det kommer åter.

Vid **kräkningar** ska barnet hämtas omgående, likaså vid **diarréer**. Vid **maginfluensor** måste vi alla hjälpas åt extra mycket för att slippa spridning. Barnet får inte komma tillbaka till förskolan förrän **tidigast 48 timmar efter sista** kräkningen eller diarrén. Barnet ska ha fått ett helt friskt allmäntillstånd igen och **klarat av att äta vanlig mat en hel dag**. Om någon i familjen har maginfluensa kan de andra vara smittbärare. Därför önskar vi att syskon ska stanna hemma när ett barn är sjukt. En magsjuk förälder får inte komma in på förskolan men vi hjälper gärna till med hämtning och lämning på gården.

Smittspridning på förskolan förekommer även vid:

Springmask – barnet behöver inte stanna hemma men ska omedelbart medicinerats liksom resten av barnets familj. Information om att springmask har konstaterats ska utgå till samtliga vårdnadshavarna på förskolan. Vårdnadshavare ska vidta hygieniska åtgärder i enlighet med rekommendationer från 1177 Vårdguiden.

Ögoninflammation måste helt sluta vara och göra ont.

Impetigo ”svinkoppor” måste behandlas och sårskorporna torka innan barnet återkommer till förskolan.

Huvudlöss ska behandlas och hela familjen finkammas och inspekteras dagligen under två veckor.

Vattkoppor ska ha torkat.

Skabb barnet ska vara hemma 1 dygn i samband med behandling

Vid alla dessa typer av smittor vill vi att ni tar hem barnets gosdjur, snuttefilar, nappar osv. för en extra tvätt. Det som tillhör förskolan tvättar pedagogerna.

Även vid andra typer av smittor än dem som listas här är vi av smittskyddsskäl tacksamma om ni meddelar förskolan.

När ni anser att barnet är friskt och piggt igen, och inte längre kan smitta andra, då är ni mycket välkomna tillbaka!

Ring före kl. 08.00 vid sjukdom samt den dag ni kommer tillbaka så att vi kan planera för dagens verksamhet, mat och ev. jour/vikarier. Ni kan tala in på våra svarare dygnet runt, 08-720 30 70 eller maila innan kl 8 (info@kompiskraft.se)

En allmän regel på Kompiskraft är att **alla barn ska tvätta sina händer vid toalettbesök samt innan måltider.**

För personal:

Alla barn bör få vara **ute** varje dag. När förskolan drabbas av många infektioner är det bra att vara ute så mycket som möjligt.

Före alla måltider, och när vi kommer in efter utelek, ska alla barn och vuxna **tvätta händerna** med tvål. Vi använder engångshanddukar på båda avdelningarna. En pedagog ska vara i badrummet för att hjälpa de barn som behöver hjälp med att tvåla in sina händer. Pedagogerna hjälper barnen att förstå hur länge en behöver tvåla in sina händer för att det ska få avsedd effekt genom att ha infört "Blinka lilla stjärna" som tvätta händerna-sång (den tar cirka 20 sekunder).

De örngott, påslakan, och filter, som används på vilorna ska **tvättas** enligt följande: Örngott 1 g/vecka, påslakan och filter 1-2 ggr/månad. När det är många infektioner eller när det går magsjuka på förskolan är det bra om påslakan/filter kan tvättas oftare, och även de leksaker som barnen ofta stoppar i munnen (främst i lekvrån). Vi försöker också vid sådana tillfällen att sprita handtag, vattenblandare spolknappar, pottor och handfat varje dag.

På Gula Fjädern används engångsunderlägg vid **blöjbyten**, och efter varje blöjbyte torkas skötbordet av med desinfektion. Bord och stolar tvättas av med varmt vatten och rengöringsspray efter varje måltid. Nappar namnas och förvaras i egna muggar, vårdnadshavare ska byta ut dem regelbundet och vid behov.

Personalen ska **tvätta och/eller sprita sina händer** varje gång de snutit, torkat, eller bytt blöjor på ett barn. All personal ska även tvätta sina händer när de kommer till förskolan och när de går hem. Personalen ska alltid använda **skyddshandskar vid kontakt med blod**, exempelvis omplåstring av skador. Vid eventuell kräk/avföring/blod på golv används ett speciellt pulver, Sanitaire, som effektivt absorberar och desinfekterar ytan.

Personalen på förskolan ger endast medicin vid kroniska sjukdomar * eller svåra allergier *, och då på uppmaning av barnets vårdnadshavare som också ansvarar för att informera om och tillhandahålla rätt medicin, samt för att personalen får den information som krävs för att den ska kunna sköta medicineringen. Vårdnadshavare ansvarar för att byta ut eventuell gammal medicin.

*Läkarintyg måste finnas samt skriftlig ordination

Vid sällsynta fall kan små barn drabbas av feberkramp som kan komma i början av en sjukdomsperiod då febern stiger snabbt (vilket gör att det skulle kunna hända när barn är på

förskolan). De flesta barn som får feberkramper får det bara en gång. Det kan se dramatiskt ut men är vanligtvis inte allvarligt. En feberkramp kan se ut på följande sätt: Hela kroppen blir stel, huvudet böjs bakåt och armar och ben kan rycka och ögonen rulla. Anfallet brukar gå över efter ett par minuter, vid feberkramp är det bra att:

- Se till att barnet inte har några varma kläder, ta gärna av alla kläder
- Lagg barnet på sidan, barn har svårt att svälja så länge krampen pågår och kommer få mycket saliv i munnen
- Om krampen inte är över inom fem minuter, ring 112

Det är bra att skriva upp hur länge ett anfall pågått och hur det sett ut för eventuell vidare kontakt med sjukvård. Vårdnadshavarna kontaktas alltid om en feberkramp inträffar på förskolan.

Kosten på förskolan är vällagad och i möjligaste mån ekologisk. Vi serveras rikligt med grönsaker varje dag. Den som arbetar i köket är mycket noga med att kasta den mat som kommer tillbaka från avdelningarna. Maten serveras därför oftast på små uppläggningsfat, och när den tar slut hämtas påfyllning i köket. I köket följs noggranna hygienföreskrifter som är utformade av kommunens miljö- och hälsosektion.

Många vårdnadshavare har uttryckt ett starkt önskemål om att deras barn inte ska behöva lära sig äta **socker**. Vi respekterar det genom att undvika att servera sötsaker till barnen. Enbart vid tillfällen då det är motiverat för att följa en tradition som t.ex. semla på fettisdagen, äppelpaj under hösten, pepparkaka och lussebulle vid lucia och sommartårta gör vi undantag.

Handlingsplanen utvärderas på personalens planeringsdagar i samband med varje årsslut. Vid behov förändras planen.

Uppdaterad i personallaget dec 2025 (inga ändringar) Draget i styrelsen feb 2026