



1134 Budapest, Tüzér u. 56-58.
Tel./fax: 320-2655; 329-0804

Egészségnevelési Program 2026 – 2031.

**„A gyermek fejlődésének szabadsága nem azt jelenti, hogy egyszerűen magára hagyjuk,
hanem azt, hogy segítő szeretettel emeljük köré a megfelelő környezetet.”**

(Maria Montessori)

Készítette:

Olcsvári Nyí Éva

Olcsváriné Nyíri Éva
bölcsődei szaktanácsadó

Ellenőrizte:

Németh Borbála

Németh Borbála
intézményvezető

Kelt: Budapest, 2026. január 01.



Tartalom

Az egészségfejlesztési terv az alábbi jogszabályok felhasználásával készült:	3
Bevezetés	4
Az egészségnevelési program elméleti háttere:	5
Fogalmak meghatározása	6
Helyzetkép	8
A Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat bemutatása	8
Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat szervezeti felépítése:	9
A kerületi bölcsődék és családi bölcsődék adatai	9
A személyi és tárgyi feltételrendszer:	10
A bölcsődei egészségnevelés módszerei, az egészséges életmód kialakításának lehetőségei/szinterei a bölcsődei ellátásban:	12
Napirend:	12
Életkorak megfelelően összeállított étlap/táplálkozás:	13
Gonddozási folyamatok:	14
Mozgás - játék a szabad levegőn, tornaszoba, sószoza használata:	14
Mondókázás, meseolvasás, ének, alkotó tevékenységek:	16
Környezeti nevelés:	16
Szakmai programban megjelenő lehetőségek:	17
Helyzetértékelésre épülő SWAT analízis:	18
Egészségnevelési program feladatterve 2026 – 2031	19
Az egészségnevelési program célja:	20
Az egészségnevelési program lépései:	20
Egészségnevelési munkacsoport tagjai:	20
Az egészségnevelési program feladatkörei és általános feladatai:	21
Az egészségnevelési program fejlesztési feladatai	22
Rövid távú, a következő nevelési éven belül tervezett célkitűzések:	22
Középtávú céljaink, 2-3 évre tervezett célkitűzések	23
Hosszú távú céljaink, 4-10 évre tervezett célkitűzések	24
Legitimációs záradék:	24

Az egészségfejlesztési terv az alábbi jogszabályok felhasználásával készült:

1997. évi XXXI. törvény: A gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról.

15/1998. (IV.30.) NM rendelet: A személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről.

37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet: A közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás – egészségügyi szabályokról.

6/2021. (VII.19.) CSTNM rendelet 4. § 1. melléklete mely, Jegyzék a bölcsődei ellátás kötelező eszközeiről és felszereléséről.

1/2000. (I.7.) SzCsM rendelet: A személyes gondoskodást nyújtó szociális intézmények szakmai feladatairól és működésük feltételeiről

78/2003. (XI.27.) GKM rendelet: A játszótéri eszközök biztonságáról.

18/1998. (VI.3.) NM rendelet: A fertőző betegségek és a járványok megelőzése érdekében szükséges járványügyi intézkedések.

2011. évi CXCV. törvény: A nemzeti köznevelésről. 47.§ (4) bekezdés: meghatározza az óvodák és bölcsődék feladatait, kötelező feladataik között szerepel az egészségfejlesztés, a testi és lelki egészség védelme, fejlesztése. A törvény kötelezi az intézményeket arra, hogy az egészségfejlesztési programokat, terveket kialakítsák és megvalósítsák.

15/2013. (II.26.) EMMI rendelet: A pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről.

Bölcsődei nevelés-gondozás országos Alapprogramja

Magyar Bölcsődék Egyesülete módszertani kiadványai

Bevezetés

Egészségfejlesztési programunk mottóját Maria Montessori szavaiból vettük **„A gyermek fejlődésének szabadsága nem azt jelenti, hogy egyszerűen magára hagyjuk, hanem azt, hogy segítő szeretettel emeljük köré a megfelelő környezetet.”**

Magyarországon a bölcsődei ellátás, olyan gyermekgondozási szolgáltatás, amely a 20 hetes kortól 3 éves korig nyújt napközbeni ellátást, gondozást, és nevelést azon gyermekek számára, akik szülei valamilyen oknál fogva nem tudják megoldani gyermekük napközbeni felügyeletét. Célja, a gyermekek fejlődésének támogatása, szociális készségeik fejlesztése, valamint a szülők munka- és családi életének összeegyeztethetőségének elősegítése. A bölcsőde biztosítja a gyermekek megfelelő környezetét, fejlődésükhöz szükséges tevékenységeket és egészséges ellátást, figyelembe véve a gyermekek korai fejlődési szakaszának sajátosságait. Az intézmény kiemelt nevelési feladatai közé tartozik az egészségvédelem, az egészséges életmód megalapozása, az egészség megőrzése. Nevelőtevékenységük szerves része az egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretek átadása, készségek, szokások kialakítása. Ennek során olyan harmonikus, biztonságos és egészséges környezet kialakítása szükséges, melyben biztosítható a kisgyermekek megfelelő szomatikus, emocionális, kognitív, pszichés és szociális fejlődése. A „Bölcsődei gondozás-nevelés országos alapprogramja” segítséget nyújt ezen feladat megvalósításához.

Mai rohanó világunkban sokaknak „nincs ideje” egészséges életmódot élni. Éppen ezért bölcsődei szakemberekként kiemelten fontosnak tartjuk, hogy intézményeinkben a kisgyermeket már ebben a korai életszakaszban az egészséges életmódra neveljük, lefektessük annak alapjait, elkezdjük szokásokká alakítani őket, hiszen később a gyerekek ezeket a szokásokat viszik magukkal. Életkoruknál fogva ebben a szakaszban a legfogékonyabbak, legszenzitívebbek ezeknek a készségeknek az elsajátítására. Az egészségnevelés szerves része a személyi higiéné, az egészséges táplálkozás, a rendszeres testmozgás, a szabadidő aktív eltöltése, az egészséges és biztonságos tárgyi környezet kialakítása és az egészségkárosító magatartásformák kerülése. Ebben a folyamatban kiemelt szerepe van a pozitív példának, személyes példamutatásnak. Az intézményben a kisgyermek számára a mintát a kisgyermeknevelő adja, ezért ő személyes példamutatásával pozitív, hiteles forrásként jelenik meg a gyermek szemében.

Az egészségnevelési program elméleti háttere:

A bölcsődében az egészségfejlesztés elméleti háttere komplex, amely magában foglalja a fejlődéslélektan elméleteit, a preventív és holisztikus szemléletet, valamint a környezeti és pedagógiai tényezőket egyaránt. Ez biztosítja, hogy a gyermekek egészséges, kiegyensúlyozott fejlődése megfelelő alapokra helyeződjön már kisgyermekkorban.

➤ Fejlődéslélektan alapelvei:

- *Piaget-i kognitív fejlődéslélektan:* A gyermekek kognitív képességei folyamatosan fejlődnek, ezért az egészségfejlesztési programokat a fejlődési szintekhez igazítva kell kialakítani.
- *Erikson pszichoszociális fejlődéslélektana:* A bizalom kialakítása az első életévben alapvető, így az egészségfejlesztés támogatja a biztonságos kötődés és önbizalom kialakítását.
- *Vygotsky szociokulturális elmélete:* A társas interakciók és a környezet szerepe a tanulásban és fejlődésben, így az egészségnevelési tevékenységek is szociális kontextusban zajlanak.

➤ Egészségnevelés és egészségfejlesztés elméleti megközelítései:

- *Biopszicho-szociális modell:* A testi, lelki és társas tényezők együttes szerepét hangsúlyozza az egészség kialakításában.
- *Holistic (egész-szemléletű) megközelítés:* A gyermek egész személyiségét, életkörülményeit figyelembe véve támogatja az egészséges életmód kialakítását.
- *Prevenziós szemlélet:* A betegségek megelőzése érdekében a korai intervenció és az egészségtudatosság kialakítása fontos.

➤ Korai intervenció és preventív szemlélet:

- A bölcsődei élet első évei kritikusak az egészséges szokások kialakításában, ezért az elmélet szerint a pedagógusok és szülők közös felelőssége az egészségnevelés.
- A prevencióra fókuszáló programok támogatják a gyermekek megfelelő fizikai, lelki, szociális fejlődését.

➤ **Környezeti tényezők szerepe:**

- A biztonságos, higiénikus, támogató környezet kialakítása alapvető a gyermekek egészségének megőrzésében.
- A környezeti nevelés (pl. tisztaság, mozgás, táplálkozás) szintén az egészségfejlesztés szerves része.

➤ **Pedagógiai elvek és módszertani megközelítések:**

- *Játék alapú tanulás:* A játék révén könnyebben és hatékonyabban közvetíthetők az egészséghöz kapcsolódó ismeretek.
- *Tapasztalati tanulás:* A gyermekek saját élményeiken keresztül sajátítják el az egészséges életmód alapjait.
- *Szociális tanulás elve:* A példamutatás és a társas interakciók támogatják az egészségre vonatkozó tudás elsajátítását.

Fogalmak meghatározása

- Egészség:** Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) szerint az egészség a teljes testi, lelki, és szociális jólét állapota, és nem csupán a betegség vagy fogyatékosság hiánya. Az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) az ENSZ egészségügyért felelős irányító és koordináló szakosított szerve.
- Egészségnevelés:** Az egészségnevelés, a pedagógia egy résztudománya, amely az egészség megőrzésére és javítására irányuló ismeretek és magatartásformák kialakítását célozza meg. Célja, olyan pozitív magatartásformák és szokások kialakítása az egyéneken és a közösségekben, mely hozzájárul az egészség megőrzéséhez és a betegségek megelőzéséhez. A folyamat során fontos szerepet játszanak a bölcsődék, óvodák iskolák és családok együttműködése, mivel a gyermekek egészséggel kapcsolatos ismeretei és szokásai már nagyon korai életkorban kialakulnak.
- Egészségfejlesztés:** A WHO (Ottawai Charta, 1986.) meghatározása szerint az egészségfejlesztés az a folyamat, mely képessé teszi az embereket arra, hogy felügyeljék és javítsák saját egészségüket. Az egészségfejlesztés nem csupán az egészségügy feladata,

átfogó társadalmi és politikai tevékenység, mely magában foglalja az egyének ismereteinek és készségeinek fejlesztését, a közösségek aktív részvételét, valamint az egészség, illetve az azt támogató környezet kialakítására irányuló társadalmi, jogszabályi és gazdasági háttérfeltételek kialakítását, biztosítását.

- d) **Prevenzió/egészségmegőrzés:** A betegségek megelőzését, az egészség fejlesztését, és már meglévő egészségkárosodás esetén az egészség mielőbbi visszaállítását jelenti. Célja az egészségkárosodások megelőzése, a már kialakult károsodások súlyosbodásának illetve progressziójának megállítása.

1. Egészségfejlesztési programunk készítésének elvei:

Az egészségfejlesztési program sikeressége érdekében, fontos az integrált megközelítés, ahol bölcsődei szakemberek, szülők, egészségügyi szakemberek és a gyermekek közösen vesznek részt a célok elérésében.

a) Célkitűzések meghatározása

- ✓ Egészséges életmód kialakítása
- ✓ Betegségek megelőzése és az immunrendszer erősítése

b) Pedagógiai és nevelési módszerek megfogalmazása

- ✓ Egészséges táplálkozás szokásainak alakítása
- ✓ Testmozgás és mozgásfejlesztő tevékenységek beépítése
- ✓ Higiénés szokások kialakítása (kézmosás, orr- és szájhigiénia)
- ✓ Érzelmi biztonság megteremtése

c) Környezeti tényezők meghatározása

- ✓ Tiszta, biztonságos és higiénikus intézményi környezet biztosítása
- ✓ Szellőztetés, fertőtlenítés, megfelelő berendezés

d) Szülőkkel és közösséggel való együttműködés

- ✓ Tájékoztatás és edukációs programok szervezése
- ✓ Egészséges életmód példamutató megosztása

e) Szakmai fejlődés és képzés

- ✓ Pedagógusok, nevelők egészségügyi és fejlesztési ismereteinek bővítése
- ✓ Workshopok, tréningek szervezése

f) Egészségügyi szűrések és felügyelet

- ✓ Védőoltások nyomon követése
- ✓ Egészségügyi dokumentáció vezetése

g) Program értékelése és folyamatos fejlesztése

- ✓ Eredmények nyomon követése
- ✓ Visszacsatolások gyűjtése a gyermekektől, szülőktől és szakemberektől

Helyzetkép

A Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat bemutatása

Az intézmény neve: Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat

Címe: 1134 Budapest, Tüzér utca 56-58.

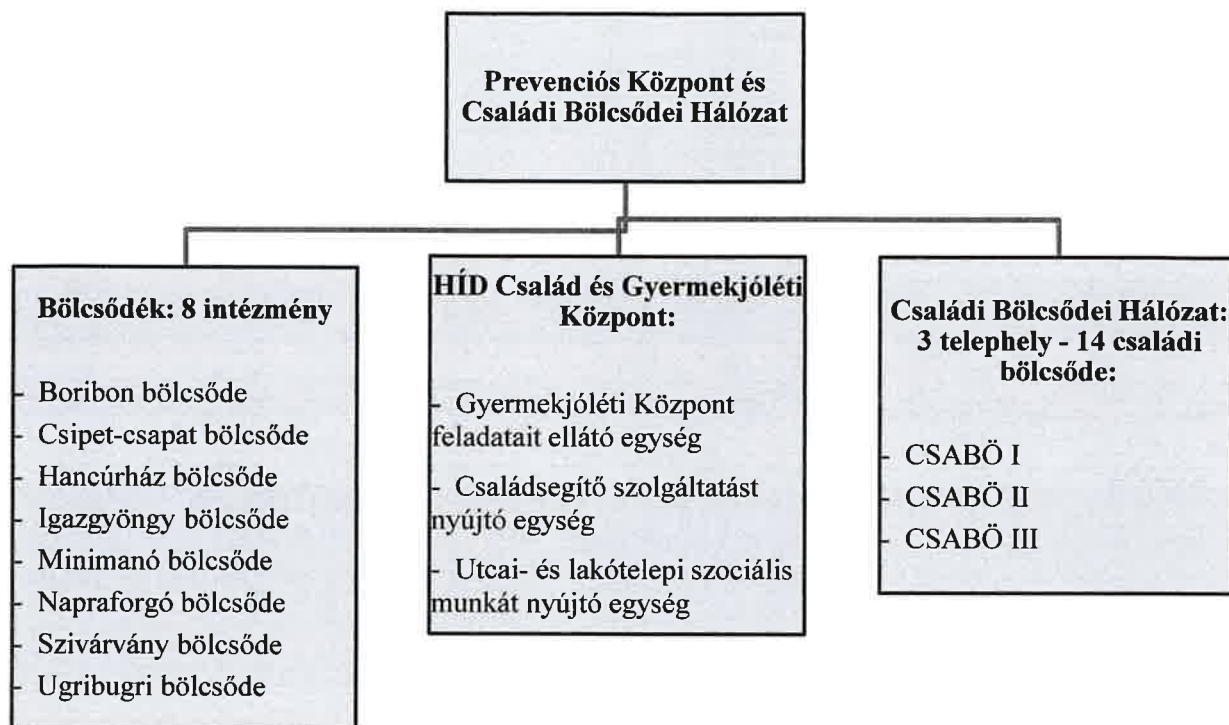
Elérhetősége: prevencio@szoc.bp13.hu, 06-1/320-2655

Az intézmény fenntartója: Budapest Főváros XIII. Kerületi Önkormányzat

Címe: 1139 Budapest, Béke tér 1.

2005-ben a XIII. Kerületi Önkormányzat létrehozta a Prevenációs Központot, melynek integrált intézményként irányítása alá került a HÍD Családsegítő, a Gyermejkölési Központ, valamint a kerületi Bölcsődei hálózat. A bölcsődei férőhelyek növelésének érdekében 2010-ben a kerületi önkormányzat megnyitotta az első önkormányzati fenntartású családi napközijét az Esküvő közben, majd az újabb igények kielégítése érdekében a hálózat tovább bővült a Petneházy utcában és végül a Tátra utcai telephely megnyitásával érte el mai állapotát, 14 családi bölcsőde működtetésével. 2016-ban a HÍD Családsegítő és Gyermejkölési Központ összevonásra került és HÍD Család és Gyermejkölési Központ néven működött tovább. A Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat irányítása alá tartozik 8 önálló telephelyen működő bölcsőde, valamint a 3 telephelyen 14 családi bölcsőde.

Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat szervezeti felépítése:



A kerületi bölcsődék és családi bölcsődék adatai

Férőhelyek száma:

- Bölcsődei férőhelyek száma: **896**
- A CSABŐK férőhely száma: **98**
- A kerületi kisgyermekintézmények összesen **994** gyermeket tudnak fogadni.

S.sz	Bölcsőde neve	Címe	Férőhely szám	2025. október 31-én beíratott gyermekek száma
1	Boribon bölcsőde	1133. Budapest, Pannónia u. 92-94.	140	114
2	Csipet-csapat bölcsőde	1139. Budapest, Hajdú u. 21.	140	85
3	Hancúrház bölcsőde	1138. Budapest, Jász u. 113-117.	84	69
4	Igazgyöngy bölcsőde	1138. Budapest, Gyöngyösi sétány 3.	140	113
5	Minimanó bölcsőde	1133. Budapest, Visegrádi köz 4.	56	20
6	Napraforgó bölcsőde	1134. Budapest, Angyalföldi út 43	112	66
7	Szivárvány bölcsőde	1132. Budapest, Gogol u. 32.	84	46
8	Ugribugri bölcsőde	1138. Budapest, Vízafogó sétány 6.	140	71
	Összesen:		896	584

S.sz	Családi Bölcsőde	Címe	Férőhely szám	2025. október 31-én beíratott gyermekek száma
1	CSABŐ I: Bóbita, Galagonya, Mókaház	1139. Budapest, Esküvő köz 1-3.	21	18
2	CSABŐ II: Vidám lurkók, Ficánka, Fecsegő Tipegők, Gyermekvár, Kíváncsi Fáncsi, Kukucska, Hét törpika, Játéksziget	1135. Budapest, Petneházy u. 83.	56	37
3	CSABŐ III: Pagony, Micimackó, Zsebibaba	1136. Budapest, Tatra u. 48-52.	21	14
	Összesen:		98	69

A személyi és tárgyi feltételrendszer:

Humán erőforrás:

S. sz.	Név	Álláshely	Betöltött	Betöltetlen	Pedagógus végzettségű	Pályakezdő	Főiskolára jár
1.	Boribon bölcsőde	31	30	1	11	2	3
2.	Csipet-csapat bölcsőde	31	29	2	5	0	1
3.	Hancúrház bölcsőde	20	19	1	2	1	0
4.	Igazgyöngy bölcsőde	30	30	0	5	1	5
5.	Minimano bölcsőde	13	10	3	3	1	1
6.	Napraforgó bölcsőde	25	23	2	8	1	0
7.	Szivárvány bölcsőde	20	14	6	4	2	1
8.	Ugribugri bölcsőde	30	30	0	3	1	3
9.	CSABŐ	32	31	1	3	0	1
	Összesen:	232	216	16	44	9	15

Tárgyi felszereltség:

Sorszám	Tárgyi feltételek	Mennyiség
1.	Csoportszoba	78 db
2.	Játzóudvar	11 db
3.	Udvari zuhany	8 intézmény
4.	Sószoba	10 intézmény
5.	Tornaszoba	10 intézmény
6.	Fejlesztőszoba	8 intézmény
7.	Szelektív hulladékgyűjtés	11 intézmény
8.	Magaságyás	6 intézmény
9.	Komposztálás	2 intézmény
10.	Párapu	6 intézmény
11.	Udvari mosdó	7 intézmény
12.	Légtechnika az épületben	5 intézmény

Egészségneveléshez kapcsolódó tevékenységek a kerületi bölcsődékben és családi bölcsődei hálózatban:

Sorszám	Program megnevezése	Érintett intézmények száma
1.	Zöld minősítés	11 intézmény
2.	Madárbarát kert cím	6 intézmény
3.	Egészségnap	7 intézmény
4.	Környezetvédelmi nap	10 intézmény
5.	Állatasszisztált foglalkozás	11 intézmény

A bölcsődei egészségnevelés módszerei, az egészséges életmód kialakításának lehetőségei/színterei a bölcsődei ellátásban:

A bölcsődei ellátásban az egészségnevelés nem csupán a testi jólét támogatásáról szól, hanem az érzelmi és szociális fejlődés része is, mely hosszú távon hozzájárul az egészséges életmód kialakításához. Ezekben a korai életévekben biztosítani kell a lehetőséget, hogy a kisgyermek a játékon, gondozási helyzeteken és egyéb tevékenységeken keresztül ismeretekhez, élményekhez tapasztalatokhoz juthassanak, átélhessék a spontán tanulás örömét, megerősödjön bennük a világ megismerésének vágya. A szoros együttműködés a családok és a szakemberek között biztosítja, hogy ezek az értékek és szokások tartósan rögzüljenek a gyermekek életében.

Napirend:

Az intézményekben nagyon fontos, a gyermekek életkorának és egyéni fejlettségének megfelelő napirend kialakítása, hiszen, ezzel tudjuk megteremteni azokat a feltételeket, melyben a gyermekek jól érzik magukat, és optimális fejlődésükhöz is elengedhetetlen. A gyermekek kíváncsisága, érdeklődése, a pozitív tapasztalatok, a játék és utánpótlás fontos színterei a tanulásnak, melynek során az egészséges életmód alapjai elsajátíthatóak, ehhez biztosít időt és teret a napirend. Mely kiszámítható, mégis rugalmas, a gyermekek életkorához, igényeihez igazodik, biztosít elegendő időt, hogy a kisgyermeknevelő támogatása mellett, a gyermek aktív részese legyen a folyamatoknak. A megerősítő légkör, az elfogadás, jelentős mértékben befolyásolja a szokások kialakulását. A tevékenységek során szempont az is, hogy a kisgyermek önkéntes alapon bármikor bekapcsolódhatnak, vagy kiléphetnek a tevékenységekből. A 2025 – ben végzett szülői felmérés alapján a családok 95%-a (270 fő) a kerületi bölcsődék napirendjét jónak ítélte meg, csupán 6 fő jelezte, hogy nem teljesen elégedett vele.

Szülői észrevételek:

- Fertőző betegségek, nátha, orrfolyás esetén a gyermekek ne látogathassák az intézményt, mivel nagy a felülfertőzés veszélye.
- Betegségek esetén orvosi igazolás birtokában vehesse újra igénybe a bölcsődei ellátást.
- Fogmosás bevezetése az intézményekben.

Életkornak megfelelően összeállított étlap/táplálkozás:

A táplálkozási szokások kisgyermekkorban alakulnak ki, ezért kiemelt feladata a bölcsődének, hogy a gyermekek számára kiegyensúlyozott, változatos étrendet biztosítson, mely tartalmazza a friss zöldségeket, gyümölcsöket, megfelelő fehérjéket és gabonaféléket egyaránt. Ebben a korban dől el, hogy életük folyamán milyen ételcsoportokat, ízeket, italokat fognak előnyben részesíteni. A bölcsőde napi 4-szeri étkezést biztosít a gyermekek számára, melyet dietetikus állít össze, a törvényi előírásoknak megfelelően. Amennyiben, valamelyik gyermek ételtoleranciával rendelkezik, számára szakorvosi igazolásra, diétás étkezést biztosítunk. Az étlap összeállítása során, figyelembe vesszük, a jogszabályi előírásokat, a változatosságot valamint, hogy lehetőleg friss, szezonális gyümölcsöket és zöldségeket fogyasszanak a gyermekek. A folyadékpótlás során előnyben részesítjük vizet, a cukros folyadékok helyett. A 2025. évi felmérés alapján a családok 30 %-a kiválónak, 44 %-a megfelelőnek, 14 %-a kielégítőnek tartja a kerületi bölcsődékben az egészséges táplálkozást célzó intézkedéseket, a válaszolók közül többen tettek javaslatokat a témakörben.

Észrevételek a szülők részéről:

- A legtöbb észrevétel az étkezések/ételek cukor tartalmával kapcsolatban érkezett, például a cukros italok (tea, karamell, kakaó) helyett kapjanak vizet a gyerekek, a cukros ételek (tejszelet, tejbegríz, gabonagolyó) számát csökkentsék, vagy helyette, kaphassanak a gyermekek, valamilyen egészségesebb alternatívát a szülő kérése alapján. Volt olyan hozzászóló, aki felhívta a figyelmet, hogy a szakemberek/kutatók ajánlása szerint 2 éves kor alatt nem szabad cukrot kapnia a gyerekeknek.
- A reggelire és az uzsonnára kapott kenyérféle helyett kapjanak inkább gyümölcsöt, vagy joghurt a gyermekek.
- Kevesebb főzelék legyen, lehetne többször másfajta köret, például bulgur, rizs, burgonyapüré.
- Legyen változatosabb az étkezés, kevés féle zöldség, gyümölcs szerepel az étlapon.

- Csökkenjen a finomított szénhidrátok jelenléte a menüben, helyette egészséges alternatíva felhasználása.
- Az ételek minőségén kellene javítani.
- Több párolt zöldségnek és kevesebb sertéshúsnak kellene szerepelnie a menüben.
- Margarin helyett vaját kapjanak a gyermekek.

Észrevételek a szakemberek részéről:

- Az adagok mennyiségét kevésnek tartják, a nagyobb gyermekek esetében nincs lehetőség repetára.
- Az ételek sokszor ismétlődnek, a menü egysíkú.

Gondozási folyamatok:

A kisgyermeknevelők a gondozási folyamatok közben, minden esetben nevelési feladatot is végrehajtanak, hiszen nem lehet kettéválasztani a kettőt, például fürdősoba használat közben a gyermekek megismerik és begyakorolják a helyes higiénés szabályokat, megtanulják a helyes kézmosás formáját, fázisait. De étkezés közben, ismerkednek az egészséges, kulturált étkezés szabályaival, evőeszközök, szalvéta használatával, az ételek fajtaival, ismerkednek a zöldségekkel, gyümölcsök formáival, ízeivel, színeivel valamint bővül szókincsük is. Ezek a folyamatok mindegyike hozzájárul a helyes szokások kialakításához, az egészséges életmód megalapozásához, amennyiben a gyermekek nevelésében résztvevő felnőttek együttműködve és felelősséggel használják ki, az egészséges életmód megalapozására ezeket a lehetőségeket.

Mozgás - játék a szabad levegőn, tornaszoba, sósoba használata:

A gyermekek alapvető lételeme a különböző mozgásformák gyakorlása, folyamatos mozgásban vannak. A mozgás által fejlődik az idegrendszerük, nagymozgásaik, finommotorikájuk, mozgáskoordinációjuk, beszédük stb. De a mozgás nemcsak fejleszt, de egyben örömforrás is számukra, a játék, a mozgásos játékok ebben az életkorban a legfontosabb tevékenységek a gyermekek életében. A friss levegőn végzett tevékenységek által, pedig edzettebbek lesznek, valamint a nagyobb tér, többfajta mozgásforma begyakorlására ad számukra lehetőséget. A bölcsődei napirend kialakításban fontos szempont, hogy lehetőséget biztosítson a kicsiknek ezekre a tevékenységekre. Amennyiben a szabad levegőn való tartózkodásnak bármilyen akadálya van – jellemzően az időjárási viszonyok miatt

–, úgy a gyermekeknek lehetősége van a tornaszoba, vagy a sószoa használatára. Kerületünkben az Önkormányzat fejlesztési tervének köszönhetően több bölcsőde is a legmodernebb só-, fény-hang vagy alkotóterápiás szobával rendelkezik. A játszóudvar, tornaszoba, sószoa eszközínél a legfontosabb szempont, hogy biztonságosak legyenek, felkeltsék a kicsik figyelmét, érdeklődését, fenntartsák a kisgyermekek mozgásaktivitását. 2025-ben a családok 55 %-a kiválónak, 40 %-uk pedig jónak ítélte meg az intézmények tárgyi felszereltségét, csupán 4 %- nyilatkozott úgy, hogy csak kielégítő. 80 %-uk elegendőnek tartja a gyermekek szabad levegőn tartózkodását, 14 % szerint többet lehetnének a gyermekek a szabadban.

Szülői javaslatok:

- Az intézmény udvara nagyon kicsi, és nincsenek valódi kihívást jelentő játékeszközök a picit nagyobb korosztály számára.
- A játszóudvaron lehet több eszköz, vagy néha használják a gyerekek a bölcsőde nagy udvarrészét.
- Két családi bölcsőde esetében, az intézménynek nincs saját udvarra, hanem a gyerekek a szomszédos játszóteret használják, ezt nehezítette 2 szülő, hogy ez nehézséget okoz valamint, hogy ezáltal a területen sok a szemét, elhanyagoltak a játékok.
- Nyáron melegek a csoportszobák hasznosnak tartanak légkondicionáló beépítését vagy másfajta hűtési rendszer kialakítását az intézményekben.
- A szabadban való altatás jó hatással lenne a gyermekekre.
- Néhányan kevésnek tartják a szabadban töltött idő, akár enyhe esőben is kivihetnék a gyermekeket.
- Több csoportszobai foglalkozás hasznos lenne a gyermekek számára.
- A játszóudvar burkolatának kiválasztásakor figyelembe kellene venni, hogy nedves idő esetén ne csússzon.
- Sokan úgy nyilatkoztak, hogy nincs információjuk arról, mennyit tartózkodnak a gyermekek a só illetve a tornaszobában, valamint, ne csak akkor használják, ha nem tudnak udvarra menni.
- Nincs tornaszoba az intézményben.
- A téli járványos időszakban többet használhatnák a sószobát a kicsik.

Szakemberek javaslatai:

- A gyermekek szabadban altatását vissza kellene hozni.
- A só illetve tornaszoba fejlesztő lehetőségeket többet kellene használni.
- Hasznos lenne, ha gyógypedagógussal rendelkezne az intézmény, visszakaphatnák az intézmények a gyógypedagógus státuszát.

Mondókázás, meseolvasás, ének, alkotó tevékenységek:

Az egészséges életmódra való nevelés megjelenhet a kisgyermeknevelővel közös mondókázás, éneklés, meseolvasás során, vagy alkotó tevékenységek közben is. Mindezek, nagy hatással vannak a kisgyermek értelmi, érzelmi fejlődésére és jelentős mértékben befolyásolják a jó szokások kialakulását. A tapasztalatok segítik a világról való ismeretek megszerzését és alapjai lehetnek az egészséges életmódnak. Mesék, dalok, játékok és rajzok segítségével ismerhetik meg a gyermekek az egészséges életmód alapelveit. A gyermek olyan tapasztalatokra (a környezet hangjainak megfigyelése), ismeretekre tesz szert, amelyeknek megszerzésére más helyzetekben nincs lehetőség. Alkotó tevékenység közben átélheti az „én csináltam” érzést, közben pedig megismeri a természetes anyagokat, azok tulajdonságait.

Szülői javaslatok:

- Több rajzolásra, mondókázásra, gyurmázásra, egyéb foglalkozásra lenne igény a szülők részéről.
- Jó lenne, ha az intézményekben elérhető lenne fejlesztő torna a gyermekek számára.
- Sokan úgy nyilatkoztak nincs ismeretük ezekről.

Környezeti nevelés

Az egészségnevelés magában foglalja a környezetvédelmet, az állatok védelmét és környezetünk megóvását is. A környezetvédelem a 0 – 3 éves korú gyermekek számára egy megfoghatatlan dolog, nem értik. Ezért egy olyan világon keresztül szeretnénk közelebb hozni hozzájuk, ami a kicsiknek élményeket ad, fejlesztí érzelmi, értelmi intelligenciájukat, szókincsüket, feloldja a bennük lévő feszültséget stb. A minél korábban elkezdett környezeti neveléssel tudjuk elérni, hogy a környezettudatos gondolkodás és a környezetünk védelme iránti igény készséggé, szokássá váljon, beépüljön a gyermekek személyiségébe. A kisgyermekek játékosan, utánzással tanulnak, így nagyon fontos, hogy a szülőket is el tudjuk érni, hiszen közösen, velük együtt személyes példamutatással tudjuk lefektetni ezek alapjait. A

megkérdezett szülők 99 % - a fontosnak tartja, hogy a bölcsődei ellátásban szerepet kapjon az egészség- illetve a környezeti nevelés egyaránt. A mesék, versek, mondókák, színezők, zenés foglalkozás keretében, játékos formában ismerhetik meg a növényeket, az állatokat, életterüket, szokásaikat. Megtanulhatják, hogy az állatoknak is szükségük van megfelelő táplálékra, folyadékra, pihenésre. Az intézményekben kialakított magaságysokban megfigyelhetik a növények fejlődését, de mindennapi gondozásuk közben tapasztalatot szereznek, hogy növekedésükhöz tápanyagra és vízre szükségük. Látható tehát, hogy a kisgyermekkorban kialakított helyes szokások az élet minden területén összefüggést mutatnak, megeremtik a lehetőséget a harmonikus fejlődésre, tapasztalatok és ismeretek megszerzésére. Mindezek a megismerési folyamatok hozzájárulnak a helyes döntési folyamatok kialakulásához is, mely alapja az egészséges életmódnak. A kerületi bölcsődékben nagy hangsúlyt fektetnek a gyermekek környezeti nevelésére. A XIII. kerület minden bölcsődéje és családi bölcsődéje rendelkezik a „Zöld minősítéssel”, valamint mindegyik telephelyen elérhető az állatasszisztált foglalkozás a kisgyermekek számára, 6 bölcsőde „Madárbarát kert” címmel is büszkélkedhet. 2025-ben 10 bölcsődében környezetvédelmi illetve 7 intézményben egészségnapot is tartottak.

Szakmai programban megjelenő lehetőségek

- Dietetikussal való konzultációs lehetőség a szülők számára: A családoknak lehetőséget biztosítunk, a dietetikussal való egyéni konzultációra, melyhez a helyszínt a Prevenációs Központ biztosítja. A szakemberrel a szülők egy előre egyeztetett időpontban tudják átbeszélni (vagy éppen tanácsot kérni) a helyes étkezési szokásokat, problémákat, mely gyermekük helyes táplálásához tartozik.
- Családokkal tartott külön rendezvények, például egészségnap, környezetvédelmi nap, népmesék napja, jeles napok, kézműves foglalkozások. Ezek mindegyike teret és időt biztosít a szakemberek és a szülők számára egyaránt, hogy jobban megismerjék egymást, egymás nevelési elveit vagy éppen egy konkrét problémát, elakadást megbeszéljenek. A gyermekek egészségtanításában nagyon-nagyon szorosán kell együttműködni a szakembereknek és a szülőknek, egymást segítve, támogatva tud megfelelően haladni a folyamat.
- Tematikus szülőcsoportos beszélgetések szervezése az egészséges életmód, táplálkozás, mozgás, személyes példamutatás, személyi higiéné stb. témakörökben. A megkérdezett

szülők döntő többsége úgy nyilatkozott, hogy nem találkozott edukációs a családoknak szóló programmal az intézményben, volt, aki megfogalmazta, hogy ezek által például az ételallergiák, a cukorbetegség és egyéb ilyen alapbetegségek kapcsán több információt kaphatnának így a szülők. Főleg a problémával nem érintett családok, ez segítséget nyújthatna az érintett gyermekek beilleszkedésében, valamint a csoporttársak szülei számára nagyobb látószöget és háttér tudást biztosítana.

- A szülők rendszeres tájékoztatása az intézmény egészségnevelési programjának teljesüléséről. Visszajelzéseik alapján a program változtatása.

Helyzetértékelésre épülő SWAT analízis:

Erősségeink: - a fenntartó együttműködő és támogató háttérrel biztosít - kimagasló tárgyi felszereltség - a humán és a tárgyi erőforrások rendelkezésünkre állnak - széles kapcsolatrendszerrel rendelkezünk - a 8 bölcsőde és a 3 telephelyen működő családi bölcsődei hálózat között szoros és támogató szakmai kapcsolat áll fenn - szoros kapcsolat a gyermekjóléti szolgálattal - elkötelezett munkatársi közösség, mely a gyermekek mindenek felett álló érdekét tartja szem előtt, az egészségnevelés területén is	Gyengeségeink: - a bölcsőde dolgozók fizikai és mentális állapota, kiégés megjelenése - a kisgyermeknevelők és a szülők közötti kommunikáció szűk lehetőségei - a szakemberek tudását megkérdőjelezzik a szülők, nem fogadják el
Lehetőségeink: - pályázati lehetőségek kihasználása - a szülőkkel való kapcsolattartás erősítése, az együttműködés hatékonyabbá tétele - együttműködési lehetőségek keresése - a munkatársak ismeretinek bővítése, tréningek, képzések szervezése - a szülőkkel való kommunikáció lehetőségeinek a bővítése	Veszélyeink: - a családok túlterheltsége - az egyszülős családok számának növekedése, nagyobb teher a jelen lévő szülőkön - egyre több megélhetési problémával küzdő család - a családok elszigetelődése - a korai digitális eszközök használata okozta idegrendszeri fejlődési zavarokkal rendelkező gyermekek számának növekedése - a nevelési problémák

Egészségnevelési program feladatterve 2026 – 2031.

Az egészségnevelési program célja:

- Egészséges, kiegyensúlyozott gyermekek nevelése.
- Biztosítani az általunk nevelt gyermekek fejlődéséhez az optimális feltételeket.
- Az egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretek átadása, készségek, szokások kialakítása. A rendszeres mozgás, pihenés, az egészségmegőrző szokások alapjainak kialakítása, belső igényé fejlesztése.
- A környezeti nevelés, a környezetvédelem, az állatvédelem alapjainak megismertetése a kisgyermekkel.

Az egészségnevelési program lépései:

- Egészségfejlesztő program összeállításáért, végrehajtásáért és nyomonkövetéséért felelős munkacsoport létrehozása
- Igények, szükségletek felmérése
- Célok meghatározása
- Programterv összeállítása, felelősök, ütemezés meghatározása
- Egészségnevelési program nyomonkövetés, ha szükséges a program módosítása

Egészségnevelési munkacsoport tagjai:

A bölcsődei egészségnevelési munkacsoport, az intézményvezető irányításával és aktív részvételével, tervezi a bölcsőde és a családi bölcsőde hálózat egészségnevelési tevékenységeit, kezdeményezi, szervezi, koordinálja, monitorozza és értékeli az elvégzett feladatokat. Nevelési évenként minimum 3 alkalommal szakmai értekezletet tart, melyről jelenléti ív és jegyzőkönyv készül.

Tagjai:

- Intézményvezető
- Bölcsődevezetők
- CSABŐ koordinátor
- Bölcsődei szaktanácsadó
- Szülői érdekképviselő delegált tagja/tagjai
- A bölcsődék gyermekvédelmi felelőse

Az egészségnevelési program feladatkörei és általános feladatai:

- **Tárgyi környezet javítását célzó feladatok:** ebbe a kategóriába tartozik az intézmények tárgyi környezete: az épületek és azok speciális helyiségei, játszóudvarok, csoportszobák. Ezek tisztántartása, folyamatos karbantartása, felülvizsgálata és fejlesztése. Az épületek rendszeres karbantartása, biztonsági előírások maximális betartása. A játszóudvarok tisztaságának biztosítása, szépítése, megújítása, növények pótlása, virágoskertek, zuhanyzók illetve pancsolók kialakítása. A higiénés feltételek biztosítása az intézményen belül (csoportszoba, fürdő, átadó stb.) és kívül (udvari zuhany, mosdó) egyaránt. A felújításoknál figyelni kell rá, hogy mindenkor a gyermekek életkorának, mozgásigényének megfelelő játszóeszközök kerüljenek beépítésre. A bölcsődék melegítőkonyhái esetében kiemelt figyelmet kell fordítani a higiénés előírások betartására, a HACCP rendszer előírás szerinti működésére.
- **A gyermekek testi fejlődését célzó egészségnevelési feladatok:** A gyermekek testi edzettségét elősegítő, illetve a balesetvédelmi feladatok összessége tartozik ide. Olyan napirend kialakítása, mely elegendő időt biztosít a szabad levegőn való tartózkodáshoz, a mindennapi mozgás megvalósítására (edzettség elősegítése érdekében), rossz idő esetén a só- vagy a tornaszoba igénybevétele (tervezett mozgásos játékok ösztönzése). A tornaeszközök biztosítása. A dolgozók tűz valamint balesetvédelmi oktatásának megtartása.
- **Egészséges életvitel igényének a kialakításához kapcsolódó feladatok:** A személyi higiénés, az egészséges táplálkozás, öltözködés, a pihenés, a szabad levegőn való tartózkodással kapcsolatos feladatokat foglalja egybe. Ilyen például, hogy a gyermekek elsajátítsák az egészséges, kulturált étkezés szabályait (evőeszköz, szalvéta használat, nyugodt légkör stb.), a réteges öltözködés fontosságát, a délutáni pihenés feltételeinek a biztosítása valamint, hogy a kisgyermeknevelők birtokában legyenek, azoknak az ismereteknek, mellyel ezeket feltételeket biztosítani tudják. Éppen ezért fontos, hogy folyamatos legyen a kapcsolattartás, egyeztetés a főzőkonyhával, hogy a gyermekek étrendje megfeleljen az életkori sajátosságainak, a korszerű, egészséges táplálkozás ajánlásainak (kevesebb cukor, több zöldség, gyümölcs, kevesebb finomított szénhidrát). Fontos, hogy a dolgozóknak biztosítsunk, olyan tréningeket, ahol bővíthetik az

egészségneveléssel, egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteiket, amit beépíthetnek a munkájukba.

- ***Az egészségneveléshez kapcsolódó példamutatáshoz, szokások kialakításához kapcsolódó feladatok:*** A betegség megelőzési, egészségneveléshez kapcsolódó programok, szülőik, nyílt napok szervezése. A környezettudatos szemlélet megerősítése: Zöld Bölcsőde, Madárbarát kert kritériumoknak való megfelelés. A bölcsődékben veteményeskertek, virágoskertek kialakítása, a kézműves foglalkozás alkalmával a természetes anyagok használata. Minden intézményben szelektív hulladékgyűjtés, esetlegesen komposztálás megvalósítása.

Az egészségnevelési program fejlesztési feladatai

Rövid távú, a következő nevelési éven belül tervezett célkitűzések:

1. A szülőkkel való kommunikációs csatornák bővítése, új lehetőségek keresése, tematikus szülőcsoportos értekezletek bevezetése. Célunk, a családok figyelmének a felhívása, hogy mennyire fontos, már ebben a korai életszakaszban megalapozni az egészséges életmód alapjait, hiszen csak így épülhetnek be teljes egészében.
2. Minden intézményünkben évente 2 alkalommal az egészségneveléshez kapcsolódó szülőkkel közös rendezvény megtartása (Egészségnap, Környezetvédelmi nap stb.) Közösségépítő és szemléletformáló hatását szeretnénk kihasználni, ezzel is segítve a kisgyermekes családok kapcsolatépítését, az elmagányosodás megakadályozást.
3. Minden évben szeretnénk megtartani a mobilitás napot, mellyel a szülők figyelmét a mozgás fontosságára hívnánk fel.
4. Intézményeink mindegyikében a Madárbarát kert cím megszerzése. A madarakról való gondoskodás, láthatatlanul formálja a gyermekek szemléletét, megalapozza későbbi életükben a környezettudatos életmódot.
5. Ahol lehetséges, azokban az intézményekben a magaságyások telepítése, hogy a gyermekeknek lehetőséget biztosítsunk a növények megismerésére, megfigyelésére. Hogyan kell elültetni őket, miért kell locsolni, hogyan/milyen gyorsan növekszenek – ezekre a kérdésekre a növények gondozása közben választ kapnak a gyermekek.

6. Komposztálók kihelyezése azokban az intézményekben ahol erre lehetőség van, ezzel is csökkentve az intézmény ökológiai lábnyomát.
7. Szeretnénk egészségneveléssel, környezetvédelemmel foglalkozó képzéseket szervezni, hogy munkatársaink a legfrissebb ismeretekkel rendelkezzenek munkájuk során. Valamint a kollégák mentális és fizika egészségének segítése érdekében szemléletformáló vagy éppen a feldolgozást segítő tréningeket szeretnénk biztosítani számukra.
8. A munkatársak szűrővizsgálaton való részvételének ösztönzése. Szűrővizsgálatok szervezése.
9. Elsősegély tanfolyam szervezése a bölcsődei dolgozók számára, hogy biztos tudással rendelkezzenek a balesetek megelőzéséről, valamint sérülések ellátásával kapcsolatban.
10. Megvizsgáljuk a cukros italok mennyiségének csökkentésének a lehetőségét, valamint a cukor mennyiségének a csökkentését ezekben az innivalókban.

Középtávú céljaink, 2-3 évre tervezett célkitűzések

1. Az „Okos tányér” program elindítása az intézményekben.
2. Szorosabb kapcsolatot alakítunk ki a szülői érdekképviselletekkel az intézményekben, folyamatosan vizsgáljuk, keressük az új lehetőségeket a gyermekek egészségesebb nevelésével kapcsolatban.
3. Vizsgáljuk a lehetőségeket, hogy légkondicionáló nélkül is lehessen biztosítani a csoportszobák megfelelő hőmérsékletét, a nyári hőség idején.
4. A kollégák mentális és fizikai egészségének a megőrzése érdekében az egészséges életvitellel kapcsolatos tréningeket, képzéseket biztosítunk, hogy a megfelelő tudás birtokában javíthassanak életminőségükön.
5. A Prevenációs Központban biztosítunk olyan edzéseken való részvételt a kollégák számára, amellyel megőrizhetik és fejleszthetik fizikai aktivitásukat és mozgáskultúrájukat.

6. A családokkal végzett igényfelmérés alapján, tervezzük bővíteni az edukációs szülőknek szóló programokat, mint például tematikus szülőcsoportos értekezlet, konzultációk, tematikus egészséggel kapcsolatos nyílt napok.
7. Felülvizsgáljuk az intézmények tárgyi környezetét (udvari zuhany, szelektív szemetesek a játszóudvaron/csoportszobákban, udvari mosdó, árnyékolók). A cél kielégíteni minden gyermek igényét/szükségletét, amely az egészséges életmód megalapozását szolgálja.
8. Edukációs szülőknek szóló előadások esetleg Workshopok szervezése egészségnevelési, egészségfejlesztési témakörökben. Érintett témakör lehet: az ételallergiák, a cukorbetegség és egyéb ilyen alapbetegségek stb.

Hosszú távú céljaink, 4-10 évre tervezett célkitűzések

1. Célunk, hogy intézményhálózatunk a környezeti változásokra gyorsan és adekvátan tudjon válaszolni.
2. Cél, a kollégák egészségmegőrzésének támogatása, melyhez megfelelő tudást, egészségügyi szűréseket és fizikai jólétükhöz kapcsolódóan számos mozgásforma kipróbálását és rendszeres gyakorlását szeretnénk biztosítani.
3. Szeretnénk egy olyan szervezeti kultúra megalapozását, ami a tudatosságon, az empátián alapul, mely a munkatársaink fizikai és mentális egészségének alapjául szolgálna.

Legitimációs záradék:

A Prevenációs Központ és Családi Bölcsődei Hálózat egészségnevelési programját elfogadta:

S.sz	Intézmény megnevezése (melynek munkatársai nevében elfogadta)	Intézményvezető neve	Aláírás
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			

1 számú melléklet cselekvési terv a Budapest Főváros XIII. Kerület Prevenció Központ és Családi Bölcsődei Hálózat Egészségnevelési Programjához

Feladat	Cél	Felelős / Határidő	A megvalósítás helye
Fejlesztési terület: Gyermekek egészségmegőrzésének, egészségnevelésének támogatása			
Mobilitás nap szervezése	A sport, a mozgás népszerűsítése. A gyermekek edzettségének elősegítése.	Bölcsődevezető, családi bölcsődei koordinátor/ 2025 szeptembertől minden nevelési évben	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Madárbarát kert cím megszerzése	A madarakról való gondoskodás, láthatatlanul formálja a gyermekek szemléletét, megalapozza későbbi életükben a környezettudatos életmódot.	Bölcsődevezető/ 2024-2025 nevelési év	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Magasággyászok telepítése	A gyermekek ismereteinek bővítése, tapasztalatszerzés a növényekről való gondoskodás terén.	Prevenció Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor/ 2025 januártól folyamatosan	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
A cukor csökkentése a gyermekek étkezésében: megvizsgálni ennek lehetőségét	Egészségmegőrzés támogatása	Prevenció Központ intézményvezető, dietitikus/2025-2026-s nevelési év	Prevenció Központ
Tudatos táplálkozás program (Okos tányér módszertan alapján)	Egészséges étkezés elősegítése, egészségmegőrzés	Prevenció Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor, dietitikus/2026-2027 nevelési évben	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Fejlesztési terület: Szülői kompetenciák támogatása			
Tematikus szülői értekezletek bevezetése	A családok ismereteinek bővítése, a szülők megtanulhadják a gyermekek fejlődését és nevelését segítő legújabb ismereteket és módszereket, hogy megértsék a gyermekek fejlődési szakaszait és igényeit.	Bölcsődevezetők és Családi Bölcsődei koordinátor	Bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei
Dietetikai tanácsadás	A szülők kompetenciájának erősítése az egészséges táplálkozás terén	Bölcsődevezető, családi bölcsődei koordinátor/2025.januártól	Bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei

Edukációs Workshopok szervezése	A családok ismereteinek bővítése, az egészséges életmód, környezetvédelem témakörökben	Prevenációs Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor, dietetikus/2025-2026 nevelési évben	Bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei
Fejlesztési terület: Családi és közösségi erőforrások erősítése, kapcsolat erősítése			
Szülővel közös egészségneveléshez kapcsolódó programok szervezése: Egészségnap, környezetvédelmi nap stb.	Közösségépítés, a szociális háló erősítése.	Bölcsődevezető, családi bölcsőde koordinátor / 2025 januártól folyamatosan	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Egyeztetés az intézményekben működő érdekvédelmi fórumokkal egészségnevelés témakörben.	Partneri kapcsolat erősítése	Bölcsődevezető, családi bölcsőde koordinátor / 2025-2026 nevelési évtől	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Fejlesztési terület: Szakemberek szemléletformálása, egészségmegőrzésük segítése			
Komposztálók beszerzése, kihelyezése.	Szemléletformálás, az intézmények ökológiai lábnyomának csökkentése.	Prevenációs Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor / 2025 januártól folyamatosan	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Egészségneveléssel, kapcsolatos tréningek szervezése	Ismeretszerzés, tudásbővítés.	Prevenációs Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor / 2025 januártól folyamatosan	
Szupervízió biztosítása	A kollégák mentális egészségének megőrzése	Prevenációs Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor / 2025 januártól folyamatosan	Kerületi bölcsődék és Családi Bölcsődei Hálózat telephelyei.
Elsősegély tanfolyam szervezése	Tudásbővítés, balesetek megelőzése	Prevenációs Központ intézményvezető, bölcsődevezetők, családi bölcsődei koordinátor / 2025 januártól folyamatosan	Prevenációs Központ
Edzéseken való részvétel biztosítása	A kollégák fizikai jóllétének segítése, mozgáskultúrájuk fejlesztése	Prevenációs Központ intézményvezető	Prevenációs Központ