



NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
ISTARSKE ŽUPANIJE
ISTITUTO FORMATIVO DI SANITÀ PUBBLICA
DELLA REGIONE ISTRIANA



VRTIĆ
ZDRAVLJA

Temeljne postavke
vrijednosti i načela
javnozdravstvenog projekta

Vrtić zdravlja

pedagoška godina 2025./2026.





NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
ISTARSKE ŽUPANIJE
ISTITUTO FORMATIVO DI SANITÀ PUBBLICA
DELLA REGIONE ISTRIANA



pedagoška godina 2024./2025.

DV "Neven" Rovinj – Rovigno, DV „Vrtuljak“ Marčana, DV „Kockica“ Kršan DV „Tičići“ Novigrad – Cittanova.

pedagoška godina 2025./2026.

DV-SM“ Girotondo“ Umag – Umago,
DV “Duga” Umag - Umago
DV „Balončić“ Svevinčenat,
DV-SI „Bubamara – Coccinella“ Ližnjan – Lisignano,
DV “Tići” Vrsar – Orsera,
DV „Pjerina Verbanac“ Labin,
DV „Pula“ Pula – Pola,
DV“ Mali svijet“ Pula – Pola,
DV „Rapčići“ Žminj,
DV Olga Ban“ Pazin,
Montessori vrtić “Mali Princ”, Pazin,
TDV-SMI „Girasole“ Novigrad – Cittanova,
DV „Buje“ Buje – Buie

Zašto vrtić zdravlja?

„Making lifelong learning a reality“ (UNESCO, 2022)

- Sustavan i kvalitetan rad dječjih vrtića na unaprjeđenju zdravlja.
- Dječji vrtić: mjesto zdravog odrastanja s visoko fleksibilnom razinom odgojno obrazovnih procesa.
- Vrijednosti, ključne riječi: dobrobit, sukonstrukcija, suradnja.
- Okruženje potiče, stvara, razvija i jača dobrobit pojedinca i zajednice.



vrtić, obitelj, zajednica

Važnost suradnje za dobrobit
djece.

pretilost

Zahtijeva pozornost i
predstavlja javnozdravstveni
problem.

prehrana

Je li uravnotežena i pravilna?

tjelesna aktivnost

Sjedilački način
života. Preporuke?

Ciljevi

- Posredno utjecati na povećanje važnosti dobrobiti i zdravlja u društvu u cjelini, posebice u sredinama u kojima se donose odluke koje također utječu na zdravlje.
- Stvarati okruženje vrtića kao zajednice koja je opredijeljena za brigu o dobrobiti i zdravlju te jačanju pozitivnog stava prema zdravlju.
- Djelovati u smjeru smanjenja pojave bolesti i ozljeda.
- Jačanje zdravstvene i tjelesne pismenosti.



VRTIĆI = ZDRAVO MJESTO

U dječjim vrtićima se sustavno,
kontinuirano i kvalitetno radi na unapređenju zdravlja
čime se doprinosi prepoznatljivosti vrtića kao zdravim mjestom.

**Ovim projektom želimo pružiti stručnu podršku i
naglasiti važnost unapređenja i očuvanja
cjelokupnog zdravlja u predškolskim
ustanovama i zajednici.**

**Time će se i snažnije povezati svi dionici koji
utječu na kvalitetu života u vrtićima te dati
vrtićima dodatna vrijednost u lokalnoj zajednici.**



Misija i ciljevi programa

Misija programa:

Programom želimo razvijati i jačati sposobnosti (capacity building) dječjih vrtića za stvaranje okruženja u kojem:

1. Dobrobit i zdravlje imaju važnu vrijednost (politika zdravlja u vrtiću).
2. Stvara uvjete za dobrobit i zdravlje te jača sposobnost pojedinaca za održavanje i poboljšanje zdravlja tijekom života.

Ciljevi programa:

1. Stvaranje okruženja vrtića kao zajednice koja je opredijeljena za brigu o dobrobiti i zdravlju te jačanju pozitivnog stava prema zdravlju.
2. Djelovanje u smjeru smanjenja pojave bolesti i ozljeda.
3. Posredni utjecaj na povećanje važnosti dobrobiti i zdravlja u lokalnoj zajednici.



IZAZOVI

- **Pretilost** kod djece je složen problem koji zahtjeva multidisciplinarnan pristup, uključujući obrazovne, zdravstvene i zakonodavne mjere.
- **Rano prepoznavanje i intervencija** ključni su za sprječavanje dugoročnih zdravstvenih posljedica i osiguranje boljeg zdravlja budućih generacija.
- **Uravnotežena prehrana** za razvojnu dob djece rane i predškolske dobi, pravilan unos kalorijskih i nutritivnih vrijednosti, tjelesna aktivnost i povećanje zdravstvene i tjelesne pismenosti odrasle populacije (roditelji, odgojitelji i ostali radnici u vrtiću) su faktori koji će utjecati na kvalitetu zdravlja djece.
- **Tjelesna aktivnost** : sjedilački način života, uključujući dugotrajno gledanje televizije, igranje videoigara i korištenje računala, smanjuje vrijeme provedeno u tjelesnoj aktivnosti.
- **Boravak na otvorenom** kao važan čimbenik zdravlja je nužno poticati i kroz organizirane aktivnosti za djecu rane i predškolske dobi tijekom boravka u vrtiću.



Timeline pilot projekta "Vrtić zdravlja 2"

lipanj - rujan 2025

- iskaz interesa DV u IŽ (lipanj 2025.)
- prvi susret svih DV u NZZJZIŽ
- koordinacija DV i NZZJZIŽ
- imenovanje koordinatora projekta DV
- uvrštavanje projekta u Kurikulume DV, izjave ravnateljica, prijavni obrasci
- sukonstrukcija aktivnosti u projektu

listopad - studeni 2025

- oblikovanje sadržaja i metode rada, sastanak koordinatora
- **jesenska edukacija** NZZJZIŽ
- evaluacija videopredavanja i samoprovjera
- samostalne projektne aktivnosti DV
- CFQ Upitnik o prehrambenim navikama djece, za roditelje.

veljača - ožujak 2026

- sastanak koordinatora
- **zimska** edukacija NZZJZIŽ
- obrada podataka upitnika za roditelje
- evaluacija videopredavanja i samoprovjera
- predstavljanje projekta na XIV. znanstveno stručnom skupu PU IŽ
- upitnik o tjelesnoj pismenosti

lipanj 2026

- sastanak koordinatora
- prikaz aktivnosti svih odgojno obrazovnih skupina DV u projektu na završnom danu projekta
- završna evaluacija projekta
- primjeri dobre prakse "Vrtić zdravlja"

CHILD FEEDING QUESTIONNAIRE (CFQ)

- Ispituju se stavovi roditelja o prehrambenim navikama i ponašanju djece.
- Roditelji imaju presudnu ulogu u razvoju prehrambenih navika i zdravlja djece.
- Roditeljske prakse hranjenja u ranim godinama doprinose razvoju dječje prehrane u smislu količine i kvalitete dnevnog energetskeg unosa, posebno tijekom obroka.
- Interakcije hranjenja roditelja i djeteta mogle bi razjasniti putanju ranog razvoja prehrambenih navika i rizika od prekomjerne tjelesne mase i pretilosti.
- Kontrola hranjenja utječe na prehrambene preferencije djece i sposobnost samoregulacije konzumacije hrane (jedenje u odsutnosti, osjetljivost gladi i sitosti), što povećava rizik za prekomjernu tjelesnu masu ili pretilost.



OBVEZE DV UKLJUČENIH U PROJEKT Vrtić Zdravlja

1. ISKAZATI INTERES POPUNJAVANJEM OBRASCA ✓
2. Popuniti upitnik NZZJZIŽ : Zdravlje i sigurnost (Izjava ravnateljice).
3. Uvrstiti projekt Vrtić zdravlja u Kurikulum DV pedagoške godine 2025./26. i poslati izjavu ravnateljice.
 - Uvrstiti bar 30% odgojnih skupina DV u projekt.
 - Imati bar 5 ciljanih samostalnih aktivnosti unutar projekta.
 - Sudjelovati na najmanje 1 javnozdravstvenoj akciji u zajednici.
 - Informirati te uključiti roditelje i obitelji.
 - Informirati Osnivača o projektu.
3. Izjava ravnateljice o sudjelovanju DV u projektu i kratko izvješće.

(po završetku pedagoške godine)
4. Antropometrijska mjerenja djece odgojnih skupina uključenih u projekt.
5. Upitnik za odgojitelje i roditelje, listopad 2025. i travanj 2026.
6. Presentacija projekta u javnosti i u vrtiću:
 - a) primjeri dobre prakse među vrtićima koji su uključeni u projekt,
 - b) stručno znanstveni skup NZZJZIŽ predškolskih ustanova IŽ,
 - c) razmjena iskustava sa NIJZ Koper,
 - d) presentacija projekta roditeljima





Ciljana skupina: djeca, odgojitelji, roditelji, osnivači dječjih vrtića i lokalna zajednica.

Projekt promiče zdravlje i usmjeren je na provođenje aktivnosti očuvanja i jačanja zdravlja u vrtićkom okruženju i izvan njega.

Dječji vrtići će poticati dobrobit provodeći samostalne aktivnosti.

- Dobrobit, kreativnost, razmjena dobrih praksi i suradnja sa drugim DV i NZJZIŽ.
- Realizacija aktivnosti u odgojnim skupinama i DV.
- Poticanje roditelja na suradnju i aktivno uključivanje u projekt.
- Uključivanje u aktivnosti za zdravlje koje se organiziraju u zajednici i/ili poticanje aktivnosti u zajednici.

NZZJZIŽ će, uz redoviti godišnji stručni skup predškolskih ustanova, organizirati dodatne ciljane edukacije za odgajatelje i druge stručne suradnike u dječjim vrtićima partnerima u pilot projektu.

- **Edukacije:** snimke video predavanja dostupne na linku svima u vrtiću kad god su slobodni (u bilo koje vrijeme) i žele se educirati.
- Za sudjelovanje u ovakvom obliku edukacije (pasivnom i aktivnom) izdavat će se poimenične potvrdnice koje će služiti stručnom usavršavanju i napredovanju odgajatelja i drugih suradnika.
- Planirat će se edukativni sadržaji za roditelje.

Hvala na sudjelovanju i Vašem uključivanju u javnozdravstveni projekt NZZJZIŽ.

koordinatorka projekta: Tamara Brussich, univ.mag.praesc.edu.

Služba za javno zdravstvo i promicanje zdravlja, NZZJZIŽ

 tamara.brussich@zzjiz.hr