



norden

Umhverfi og heilsa barna í norrænum leikskólum



Valin viðfangsefni:
Mengun
Hreyfing og náttúra
Fæða
Efni og efnasambönd

11. júlí 2007

Tillögur að aðgerðum

Tryggja ber núlifandi og komandi kynslóðum heilbrigð lífsskilyrði. Norræna ráðherranefndin hefur sett sér það markmið að Norðurlöndin verði fyrirmyndarstaður fyrir börn. Því þarf að grípa til þverfaglegra aðgerða með hagsmuni barna að leiðarljósi. Þegar leitað er leiða til að ná settum markmiðum um umhverfi og heilsu barna er vert að líta til þess sem vel hefur tekist í norrænu grannríkjunum.

Í þessum bæklingi er greint frá úrræðum sem yfirvöld á Norðurlöndum hafa gripið til til þess að bæta umhverfi og heilsu barna. Hann byggir á skýrslunni „Umhverfi og heilsa barna í norrænum leikskólum“, um tilraunaverkefni sem framkvæmt var á vegum Norrænu ráðherranefndarinnar.¹





1. Þess ber að geta að ýmis önnur atriði, ekki síst umönnun og öryggi, ráða einnig úrslitum um lífsgæði og heilsu barna. Verkefnið fjallar ekki um innanhúss andrúmsloft, áhrif hreinlætis á umhverfi innandryra, hávaða af mannavöldum og skjól gegn sól utandyra.

Yfirlit – 10 norræn boðorð um umhverfi og heilsu barna í leikskólum – á völdum sviðum.

- 1. Nægileg fjarlægð frá umferðargötum og iðnaði**
Staðsetjið leikskólann í a.m.k. 200 metra fjarlægð frá umferðargötum og iðnaðarrekkstri til þess að forðast svifryksmengun og hávaða. Gerið reikningslíkan til þess að ákveða æskilega fjarlægð í hverju tilvik.
- 2. Nánd við græn svæði – skóga, almenningsgarða, náttúrusvæði**
Staðsetjið leikskóla nálægt grænum svæðum sem hentug eru til leikja og dvalar. Græn svæði skulu ekki vera fjær en svo að börnin komist fótgangandi á leikja- og afþreyingarsvæði, t.d. 200 m.
- 3. Hreinn jarðvegur**
Forðist að staðsetja leikskóla þar sem jarðvegur er mengaður. Gætið þess að hylja menguð jarðsvæði við núverandi leikskóla.
- 4. Stór útisvæði**
Gætið þess að útisvæði leikskóla séu nægilega stór – setjið t.d. 30–40 fermetra sem lágmark á hvert barn.
- 5. Græn og fjölbreytt útisvæði**
Gætið þess að útisvæðin séu græn og fjölbreytt með miklum gróðri, trjám og hæðum.
- 6. Farið í daglegar ferðir ef núverandi staðsetning veldur vandræðum**
Tryggið akstur, t.d. með áætlunarbifreið, til dvalar á skógar- og náttúrusvæðum, ef ekki gefst kostur á að bæta aðstæður við leikskólann þar sem hann er staðsettur.
- 7. Hreyfing**
Tryggið að börnin fái eins mikla hreyfingu og kostur er á, að minnsta kosti í 60 mínútur á dag.

8. Bjóðið upp á ávexti og grænmeti

Berið fram ávexti og grænmeti á milli mála, ef leikskólinn býður upp á slíkt. Ráðlagðir dagsskammtar barna á ávöxtum og grænmeti eru 400 g. Veljið vistvæna ávexti ef kostur er.

9. Takmarkið sykur

Takmarkið neyslu á sykrudum drykkjarvörum, nasli, sælgæti o.þ.h. Viðbættur sykur á ekki að nema meira en 10 % af orkugildi fæðunnar. Veljið matvörur með næringarmerki um hollustu vöru ef hægt er.

10. Merkingar á leikföngum og öðrum vörum

Svipist um eftir Svaninum eða Blóminu – og berið saman við mat á heilsufars-hættu á heimasíðum umhverfismerkingastofnana.





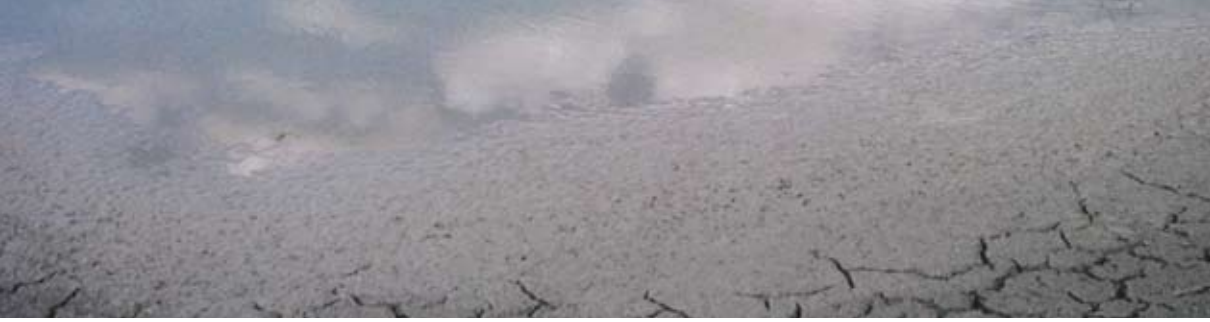
Staðbundin svifryksmengun andrúmslofts

Umferðin er aðalorsök svifryksmengunar í andrúmslofti. Svifryksmengun er næstum helmingi meiri á umferðargötum en utan þéttbýlis. Þá er samþjöppun á fínu og mjög fínu svifryki mest við mjög umferðarþungar götur.

Því er ástæða til að staðsetja leikskóla fjarri umferðargötum. Köfnunar-efnisdíóxíð (NO_2) úr umferðinni er önnur ástæða fyrir því að halda ber dvalarstöðum barna langt frá umferð.

Tæki

- Almennt skipulag sem stemmir stigu við mengun andrúmslofts og tekur mið af heilsu barna.
- Mælt er með að leikskólar séu í mikilli fjarlægð frá stærri umferðaræðum. Gert er ráð fyrir að hægt sé að draga úr áhrifum svifryksmengunar á leikskólabörn ef skólinn er staðsettur í 50–100 m fjarlægð frá umferðargötum, en það fer eftir stærð götunnar og öðrum aðstæðum á staðnum. Ef leikskóli er í meira en 200 m fjarlægð frá umferðargötu eru hverfandi líkur á að svifryksmengun hafi áhrif á andrúmsloftið. Vindátt, nærliggjandi hús o.þ.h. hafa áhrif á hvað getur talist æskileg fjarlægð hverju sinni. Hægt er að gera reikningslíkön til þess að ákvarða staðsetninguna í hverju tilviki.
Þá hafa loftmælingar leitt í ljós að rekja má 20–40 % heildarryksvifmengunar á Norðurlöndum til lítilla brennsluofna, sem geta verið í einkaeigu. Þetta ber að hafa í huga þegar staðsetning leikskóla er ákveðin.
- Sérlegar kröfur til gæða andrúmslofts á útisvæðum leikskóla.



Hávaði að utan

Umferðin er ein helsta ástæða hávaða að utan. Nálægð leikskóla við miklar umferðargötur ræður því úrslitum um hvað börn þurfa að þola mikinn hávaða á útisvæðum.

Tæki

- Almenn skipulag sem kemur í veg fyrir hávaðamengun og tekur tillit til heilsu barna. Gera má reikningslíkön til þess að ákveða staðsetningu í hverju tilviki.
- Hávaðamörk á útisvæðum leikskóla eru mikilvægt atriði í almennu skipulagi.

Jarðvegsmengun

Iðnaður, verkstæði, umferð og brennsla jarðefniseldsneytis hafa valdið því að jarðvegur víða á Norðurlöndum er mengaður af m.a. þungmálmum, olíu og tjöruefnum. Blý er sá þungmálmur sem veldur mestri mengun.

Tæki

- Framkvæmdaáætlanir um kortlagningu á umhverfiseitri og hreinsun þess á útisvæðum barna í stærri bæjum og á iðnaðarsvæðum og tímaáætlun fyrir framkvæmd nauðsynlegra aðgerða.



Hreyfing og náttúruupplifanir

Offita barna á Norðurlöndum eykst stöðugt og nemur nú 15–20%. Hægt er að sporna við offitu með aukinni hreyfingu. Yfirvöld mæla með því að öll börn og ungmenni stundi hóflega hreyfingu a.m.k. 60 mínútur á degi hverjum.

Lasleiki leikskólabarna er oftast vegna sýkinga en u.þ.b. 30% sýkingar-sjúkdóma má rekja til þrengsla innanhúss. Forvarnir felast í því að láta börnin dveljast meira úti. Rannsóknir sýna að börn sem leika sér á leikvöllum úti í náttúrunni eru hraustari og hafa betri einbeitingu og hreyfigetu en jafnaldrar þeirra sem leika sér að mestu innandyra eða á hefðbundnum leikvöllum. Því er mikilvægt að hanna græn og fjölbreytt útisvæði.

Hreyfing og útivist krefjast rýmis, bæði á útisvæðum leikskóla og góðs aðgengis barna að náttúrusvæðum.

Staðsetning leikskóla ræður úrslitum um aðgengi barna að náttúru- og skógasvæðum. Því er almennt skipulag mikilvægt tæki. Þegar nýir leikskólar eru skipulagðir ber að tryggja nálægð þeirra við náttúru- og skógasvæði.

Tæki

Staðsetning leikskóla feli í sér að

- leikja- og dvalarsvæði (a.m.k. 0,5 ha) séu ekki fjær en 200 m frá leikskóla
- nálæg svæði (stærri en 20 ha) séu ekki fjær en 500 m frá leikskóla.



Leikskólinn hafi nægilega stór og græn útisvæði. Dæmi um kröfur:

- lágmarksstærð útisvæðis sé t.d. 30–40 fermetrar á hvert barn
- hönnun með miklum gróðri, trjám og hæðum

Hvert ríki geri áætlun um endurnýjun útisvæða leikskóla, þannig að þau hvetji til leikja og hreyfingar.

Fæða – hollur matur

Yfirvöld mæla með því að börn á aldrinum 4–10 ára borði a.m.k. 400 g af ávöxtum og grænmeti á dag og að viðbættur sykur í fæðu sé ekki meiri en 10 % af orkugildi fæðunnar, eða sem nemur 30–40 g af sykri á dag á hvert leikskólabarn.

Yfirvöld geta haft áhrif á mataræði barna á meðan þau dveljast í leikskóla með því að gera kröfur til matar sem dagvistarstofnunin býður upp á. Leikskólar gegna mikilvægu hlutverki í viðleitni til að auka hollustuhætti barna og því er brýnt að gæði og framboð á leikskólum fullnægi þörfinni.

Tæki

- Næringarkröfur til fæðu sem boðið er upp í leikskólum.
- Þjóða upp á ávexti og grænmeti en takmarka sykurneyslu í leikskólum.
- Auðskiljanlegar merkingar og herferðir til að auka hollustu.

Efni og efnasambönd

Börn þurfa að þola efni og efnasambönd bæði í fæðu og öðrum vörum.

Pekkingarþörf – almennt

Pekkingar er þörf á því hvernig börn þurfa að þola ýmis efnasambönd, því börn eru viðkvæmur hópur sem huga þarf sérstaklega að þegar heilsufarshætta er metin.

Efnasambönd – ávextir

Þegar við neytum matar innbyrðum við oft um leið margar tegundir af meindýraeitri. Því er brýn þörf á að rannsaka afleiðingar þessa á hefðbundið mat á heilsufarsáhættu af völdum meindýraeiturs, þar sem það miðar við áhrif hvers eiturefnis fyrir sig. Ekki hafa enn fundist ásættanlegar aðferðir til þess að meta samfelld og uppsöfnuð áhrif þeirra.

Mest er hættan á meindýraeitursleifum í ávöxtum og grænmeti. Þegar tekið var handahófsúrtaf á Norðurlöndunum árið 2005 fundust meindýraeitursleifar í 62 %–76 % ávaxta sem rannsakaðir voru. Börn eru mjög viðkvæmur hópur gagnvart meindýraeitri.

Pekkingarþörf

– Safna niðurstöðum sem varpa ljósi á samfelld áhrif fleiri meindýraeiturs – með sérlegu tilliti til barna.

Tæki

– Opinberir aðilar setji sér markmið um neyslu vistvænnar fæðu.

Í skýrslunni er mælt með því að bjóða leikskólabörnum upp á vistvæna ávexti og sé það liður í neyslu á vistvænni fæðu á vegum hins opinbera.

Efnasambönd – afurðir

Alldrei hefur verið lagt mat á áhrif sem ýmsar vörur hafa á börn út frá umhverfis- og heilbrigðissjónarmiði. Þekking á áhrifum ýmissa efnasambanda á börn er mjög takmörkuð.

Engar hámarksreglur eru um innihald vafasamra efna í ýmsum leikföngum. Engar kröfur eru gerðar um merkingar og ógerlegt er að gera sér í hugarlund hvaða efnasambönd geta leynst í leikföngum. Reglur um svamerkingar á leikföngum eru væntanlegar.

Umhverfismerkin Svanurinn og Blómið eru fyrst og fremst vistvæn trygging. Ekki er ljóst hvort þau tryggja að heilsufarsáhætta hafi verið metin og því er ekki hægt að vita hvort heilsu barna stafar ögn af vörunni.

Verkefni um eftirlit með leikföngum sem framkvæmt var 2005 leiddi í ljós að leikfangaframleiðendur skortir þekkingu á efnasamböndum í leikföngum. Í niðurstöðum verkefnisins kemur fram að það sé alvarlegt mál hve margir framleiðendur treysta því í blindni að CE-merkið sé nægjanleg áhættutrygging hvað leikföng snertir. Því er mikilvægt að auka þekkingu leikfangaframleiðenda á efnasamböndum í leikföngum svo börnum og umhverfi stafi ekki óþörf hætta af þeim. Ef upplýsingar eru veittar um að leikföng innihaldi hættuleg efni og þær fylgja vörunni í gegnum allt söluferlið, eru auknar líkur á því að leikfangainnflytjendur geri tilhlýðilegar kröfur.

Tæki

- Framkvæmdaáætlun um umhverfis- og samfélagsábyrgð opinberra aðila við innkaup á vörum sem innihalda umhverfiseitur.
- „Barnamerking“ sem beinir sjónum að heilsu barna.
- Aukin þekking framleiðenda á efnasamböndum í leikföngum.
- Umhverfis-, heilbrigðis- og neytendamálafyrirvöld hanni neytendavef í sameiningu, og annist aðra fræðslu fyrir foreldra smábarna og stofnanir um hvernig forðast megi eitrefni í daglegu lífi smábarna eins og kostur er á.
- Fræðsluefni með ráðleggingum um hvernig velja má vörur sem taka mið af umhverfi og heilsu.



norden

Norræna ráðherranefndin

Store Strandstræde 18
DK-1255 København K
www.norden.org

Norrænt samstarf

Norræna samstarfið er eitt umfangsmesta svæðasamstarf í heiminum. Samstarfið byggir á landfræðilegri legu, sameiginlegri sögu og menningu og nær til Danmerkur, Finnlands, Íslands, Noregs og Svíþjóðar auk sjálfstjórnarsvæðanna Færeyja, Grænlands og Álandseyja.

Norræna samstarfið er pólitískt, efnahagslegt og menningarlegt og skiptir miklu í evrópsku og alþjóðlegu samstarfi. Í norrænu samstarfi er unnið að því að styrkja stöðu Norðurlandanna í sterkri Evrópu.

Með norrænu samstarfi er unnið að því að efla norræna og svæðisbundna hagsmuni í alþjóðlegu umhverfi. Sameiginleg gildi landanna styrkja stöðu Norðurlandanna og skipa þeim meðal þeirra svæða í heiminum þar sem nýsköpun og samkeppnishæfni er mest.

ANP 2008:713

© Norræna ráðherranefndin, Kaupmannahöfn 2007

ISBN 978-92-893-1649-1

Prentun: Clausen Offset A/S, Odense 2008

Umbrot: Kjell Olsson

Fjöldi eintaka: 800

Printed in Denmark

Prentað á umhverfisvænan pappír sem uppfyllir kröfur sem settar eru fyrir norræna umhverfismerkið Svanin. Annað efni sem Norðurlandaráð og Norræna ráðherranefndin hafa gefið út er á www.norden.org/ publikationer

