

## Vabruari – årets sjukaste månad

Månaden februari är känd (eller rättare sagt okänd) för att vara den av årets månader då antalet vab-dagar är som flest. Rekordet i antalet sjukdagar inträffade i februari 2012 då 438 013 anmälningar strömmade in till Försäkringskassan. Att det är så här beror på att förekomst av snö, regn och kyla gör att personalen på konventionella förskolor oftast håller sig inomhus med barnen under denna period. De täta kontakterna barnen emellan och kontakterna barn-personal utgör en perfekt grogrund för spridning av virus och bakterier med förkylningar, magsjukor och influensor som en direkt påföljd. Vid familjedaghem och förskolor som bedriver sin verksamhet m.h.a. utomhuspedagogik är däremot antalet sjukdagar för personal såväl som barn betydligt färre. Genom att vistas utomhus större delen av dagen så kan de exempelvis tillgodogöra sig de för oss så viktiga D-vitaminerna via dagsljuset. Familjedaghemmen Tessan Fahlberg & Lorina Svanberg i Hagviken och föräldrakooperativet Vikingen i Skörby (båda i Bålsta) samt naturförskolan Kåsan i Gånsta (Enköping) är exempel på verksamheter som bedriver utomhuspedagogik i vårt närområde. I Brännskogen har förskolan Kåsans barn en helt fantastisk lekplats där de kan leka affär, köra bil, båt eller flygplan, gå balansgång eller följa vägarna i labyrinten. Denna har byggts upp helt ideellt av föräldrar, personal och sommarjobbare och är ett praktexempel på vad man kan göra tillsammans för att utveckla barns fantasi, leklust och grovmotorik samt ge dem en stor tillgång av starka sinnliga upplevelser. Vill du som förälder vara säker på att inte missa viktiga möten eller kundbesök på jobbet välj då att placera ditt/dina barn i en verksamhet som bedriver utomhuspedagogik. Det är inte bara en investering i färre vab-dagar för dig och din familj. Det är också en investering i barnen. Alltför mycket stillasittande framför datorer och TV-apparater kommer att leda till ryggont, diabetes och fetma redan i unga år.

Håkan Nihlman  
Ordförande Håbo Naturskyddsförening