

Veilig slapen

Soort document Beleid

Toepassingsgebied KDV

Wat willen we bereiken?

Slapen is belangrijk voor de ontwikkeling van jonge kinderen. Op de opvang willen we dat kinderen zo veilig en gezond mogelijk kunnen slapen. In dit beleidsstuk vind je hoe we dat doen en welke afspraken er gelden.

Hoe doen we dit?

Op het kinderdagverblijf slapen kinderen in een ledikant in de slaapkamer of in een buitenslaaphuisje. Baby's die nog niet kunnen omrollen mogen ook onder toezicht in een Kids-F baby wiegje van Heutink op de groep slapen. Zij slapen niet in de box of een kinderwagen.

Wanneer een kind toch op één van deze plekken in slaap valt, leggen we het in bed.

Tijdens het kennismakingsgesprek stemmen de pedagogisch medewerker en de ouder af wat de slaapgewoontes thuis zijn en hoe we hier op de locatie mee omgaan.

Slaaphouding

We baseren ons beleid op de richtlijnen van VeiligheidNL om het risico op wiegendood zo klein mogelijk te houden. We leggen daarom baby's altijd op de rug te slapen, omdat dit de meest veilige slaaphouding is. Wanneer een baby naar de buik is gerold, draaien we de baby weer terug op de rug. Pas als een baby zelf vlot van rug naar buik en terug kan rollen, is het kind sterk genoeg om zelf de slaaphouding te bepalen. We maken geen uitzonderingen voor zij- of buikslapen, ook niet als ouders hierom vragen. Als een baby thuis wel op de buik slaapt, is het belangrijk om het gesprek met ouders aan te gaan. Zoek samen naar de beste aanpak om de baby op een rustige en ontspannen manier op de rug in slaap te laten vallen.

Bijzonderheden bij het slapen

- *Inbakeren*

Als een baby behoefte heeft aan meer geborgenheid in bed dan stoppen we de baby bij voorkeur strak in met een lakentje. Dit heeft net zoveel effect als traditioneel inbakeren, maar is een veiligere optie. Traditioneel inbakeren doen we alleen op verzoek en met toestemming van ouders (digitaal via het ouderportaal). We gaan voor gebruik van een inbakerdoek of -slaapzak in gesprek met ouders over onderstaande voorwaarden. Ouders dragen zorg voor een goedgekeurde inbakerdoek of een inbakerslaapzak (met handleiding). Ook geven zij instructies over het gebruik van de inbakerslaapzak of -doek, zodat we dit op de juiste manier kunnen gebruiken. Bij onderstaande situaties wordt een kind niet ingebakerd;

- Als er geen pedagogisch medewerker aanwezig is die een instructie heeft gehad;
- Als de baby pogingen doet om naar de buik te draaien;
- Wanneer een kind 6 maanden of ouder is (we stoppen eerder als het kind zelfstandig gaat draaien);
- Bij koorts of ziekte (o.a. spugen);
- De eerste 24 uur na een vaccinatie;

- Bij een ernstige luchtweginfectie of benauwdheid.
- *Buiten slapen*
De afspraken over het buiten slapen vind je in de bijlage onderaan dit document.

Slaapruimte

Temperatuur

Zorg dat een kind het niet te warm heeft;

- Gebruik niet te veel beddengoed en kleding, zeker niet als een kind koorts heeft.
- Check de temperatuur van een kind in de nek.
 - Let op: baby's die zweten, hebben het al gevaarlijk warm!
 - Koude handjes en voetjes betekenen niet dat een baby het te koud heeft.
- We streven naar een temperatuur tussen de 15 en de 19°C in de slaapruimtes. Als de temperatuur in de slaapruimtes te hoog dreigt te worden dan treedt de werkwijze Hitte in werking.

Ventilatie

We ventileren alle ruimtes dagelijks goed volgens de afspraken in de werkwijze 'Binnenklimaat'. Groeps- en slaapruimtes luchten we in ieder geval aan het begin en eind van de dag. Als we de groeps- en slaapruimtes gebruiken, staan als het kan de ventilatieroosters open.

Inrichting

Vanuit veiligheidsoverwegingen zorgen we ervoor dat de slaapruimte niet te donker is als kinderen slapen. Dit is ook beter voor het ontwikkelen van een gezond dag- en nacht ritme. We delen de slaapruimtes overzichtelijk in en zorgen te allen tijde dat ze vrij zijn van onnodige obstakels. Zo kunnen we kinderen gemakkelijk in en uit bed te halen. We hangen geen doeken en dergelijke aan de bedden of het plafond.

Waar letten we zeker op?

Kleding en beddengoed

Kinderen jonger dan 2 jaar slapen het meest veilig in een slaapzak van de locatie. Deze slaapzakken zijn goedgekeurd voor gebruik in de kinderopvang. Zorg dat de slaapzak goed past en de armsgaten en hoofdopening niet te groot zijn.

Wanneer een baby ook met een laken slaapt dan zorgen we dat het bed stevig en kort wordt opgemaakt, met de voeten bijna tegen het voeteneinde aan. Zo verkleinen we de kans dat het kind met het gezicht onder het beddengoed kan komen.

Toezicht op slapende kinderen

Door toezicht wordt de veiligheid van de kinderen zoveel mogelijk gewaarborgd.

- We streven ernaar om minimaal elk half uur bij het slapende kind te kijken. We beoordelen op dat moment of alles goed gaat (zijn de hekjes gesloten, ligt de baby nog op de rug, heeft het kind het niet te koud of te warm, etc.).
- We hebben extra aandacht voor jonge baby's, wenkinderen en kinderen die niet helemaal fit zijn.

- We zijn extra alert in de periode dat de kinderen beginnen met omrollen. Omdat het kind nog niet altijd in staat is zelf terug te rollen, is in deze fase het risico op wiegendood het grootst.
- Er is een babyfoon aanwezig op slaapkamers die niet grenzen aan de groepsruimte.

Materialen in bed

We maken in bed geen gebruik van overbodige materialen. Enkel het noodzakelijke beddengoed en een knuffel en/of speentje (zonder koord). We zorgen ervoor dat het kind geen kleding aan heeft met een capuchon of koordjes; dat haarspelden, elastiekjes of sieraden af en uit gaan.

Evacuatiebedje

Op iedere groep is er in (één van) de slaapkamer(s) een evacuatiebedje aanwezig. In een evacuatiebedje vervoeren we, als nodig, kinderen bij een ontruiming. Het bed mag worden gebruikt om een kind in te laten slapen. We gebruiken het bed niet als opslag.

Incident

De afspraken beschreven in dit document zijn bedoeld om kinderen zo veilig mogelijk te laten slapen op de opvang. Wanneer er zich onverhoopt toch een incident voordoet, handelen we volgens de werkwijze incidenten.

In welke documenten wordt naar dit beleid verwezen?

Beleid Veiligheid & Gezondheid, Veilig slapen beknopt

Waar staat nog meer informatie?

- [Veilig Slapen | VeiligheidNL](#)
- [Werkwijze incidenten](#)
- [Hitte - werkwijze](#)

Bijlage: afspraken over buiten slapen

Buiten slapen is gezond en goed voor de luchtwegen. De blootstelling aan daglicht stimuleert de aanmaak van vitamine D, wat nodig is voor sterke botten en tanden. Met name kinderen die last hebben van luchtweginfecties, astmatische aandoeningen en allergieën kunnen hier baat bij hebben. Een ander groot voordeel is dat veel kinderen buiten rustiger, dieper en langer slapen. De buitenbedden zijn voorzien van horrengaas waardoor het kind beschermd ligt tegen insecten, katten, honden of andere kinderen. Bij buitenslapen volgen we de algemene richtlijnen rondom veilig slapen.

Voorwaarden

- Het buitenbed is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar.
- De ouder/verzorger heeft vooraf via het ouderportaal toestemming gegeven voor buitenslapen.
- Kinderen die ziek zijn of kinderen die nieuwe/incidenteel medicatie toegediend hebben gekregen, leggen we niet te slapen in een buitenbed.
- Na gebruik halen we het bed af en bewaren we het matras binnen. Zo voorkomen we schimmelvorming.

Met betrekking tot weersomstandigheden:

- Bij mist, onweer of harde wind (windkracht 4 en meer) mogen kinderen niet in het buitenbedje slapen. Het bed wordt uit de wind of binnen gezet.
- Als de gevoelstemperatuur heel koud en guur is, mogen kinderen niet buiten slapen.
- Als de werkwijze Hitte van kracht is, mogen kinderen niet in het buiten bed slapen.
- Als het regent kunnen kinderen wel in het buiten bed slapen, mits het niet in het bedje kan regenen.

Met betrekking tot kleding:

- Afhankelijk van de weersomstandigheden en de buitentemperatuur bepalen de pedagogisch medewerkers hoe de kinderen die buiten slapen worden aangekleed. Doorgaans slapen de kinderen met hun kleren of pyjama aan in een slaapzak.
- In de zomer dragen de kinderen een slaapzak zonder mouwen.
- In de winter dragen de kinderen een (thermo-) slaapzak met lange mouwen.
- Bij een temperatuur lager dan 5° C slapen kinderen met een mutsje en sokken aan.

Afspraken rondom onderhoud (defecten worden gemeld in Axxerion)

- Dagelijks/wekelijks: Check tijdens het droogmaken en schoonmaken of er schroeven of onderdelen loszitten; als dit het geval is gebruiken we het bed niet.
- Maandelijks: Controleer de werking van de beweegbare delen.

Aanschaf en plaatsing

- Een buitenbed inclusief bijbehorende matras bestel je via facilitaire zaken.
- Het buitenbed moet waterpas, op een vlakke ondergrond worden geplaatst.
- Plaats het buitenbed bij voorkeur in de luwte van het gebouw én niet in de volle zon.

- Let op dat bij plaatsing van het bed er geen doorgangen worden geblokkeerd; er is een tussenruimte van minimaal 80 cm nodig om kinderen goed en veilig in bed te leggen/uit het bed te halen.

Afspraken vóór gebruik (in overleg met Facilitair)

- Het bed staat (bij gebruik) met de voorzijde (open kant) naar de groepsruimte toe, zodat de pedagogisch medewerkers vanuit de groep zicht hebben op het bed.
- De wielen van verrijdbare bedden worden, voor gebruik, op de rem gezet.
- De risico's worden per bedje geïntroduceerd (let op: er kunnen extra afspraken nodig zijn i.v.m. de plaatsing van het buiten bed en de wijze van toezicht houden vanuit de groep).
- De buitenbedden zijn niet snel en direct bereikbaar voor buitenstaanders.