

Protocol veilig slapen

Inhoudsopgave:

Inleiding

1 Slapen van 0-2 jaar

2 Slapen en rusten van 2-4 jaar

2.1 Slapen

2.2 Rusten

3 Afspraken veilig slapen

3.1 Klimaat slaapkamer

3.2 Bedden

3.3 Opmaken bedden

3.4 Wat heeft het kind aan en mee in bed

3.5 Werkwijze sluiting bedden

3.6 Toezicht houden

4 Bijzondere situaties

4.1 Rugligging

4.2 Zijligging

4.3 Sieraden

4.4 Inbakeren

4.5 Accessoires voor in bed

4.6 Overige uitzonderingen

5 Buiten slapen (nog nader te bepalen na de start van KPO Kindcentrum De Stappen)

Bijlage

Zelfbeoordelingslijst

Inleiding

Slapen is goed voor de ontwikkeling van jonge kinderen, en daarom is het slaapmoment niet weg te denken uit het standaard dagritme in de kinderdagopvang. Belangrijk bij het slapen is dat dit zo veilig mogelijk gebeurt. Dit protocol geeft instructies en richtlijnen voor een veilige slaapsituatie voor de kinderen, om zo ongevallen en risico's op wiegendood zoveel mogelijk te beperken. Naast dit protocol veilig slapen staat in ons pedagogisch werkplan beschreven hoe in kindcentrum De Stappen het pedagogisch handelen rondom het slapen vorm is gegeven. Beide stukken kunnen dus niet los van elkaar gezien worden.

We maken in dit protocol onderscheid in slapen voor 0-2 jaar en slapen voor 2-4 jaar. Bij slapen voor 0-2 jarigen is het handelen vooral gericht op het voorkomen van wiegendood. Hierin is het van wezenlijk belang dat handelen volgens het beleid levensreddend kan zijn. Daarnaast voorkomen we met het handelen volgens dit beleid ook ongevallen, zoals bijvoorbeeld vallen uit bed. Bij slapen voor 2-4 jaar is het risico op wiegendood niet meer aanwezig. We richten ons op slapen en rusten en het voorkomen van ongevallen.

Medewerkers in de kinderdagopvang, ook invalkrachten en stagiaires kennen de inhoud van dit protocol en handelen volgens de afspraken. Als basis voor het veilig slapen van 0-2 jaar gebruiken we de kennis van het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ). Het NCJ heeft speciaal voor de kinderopvang een slaapbeleid ontwikkeld en richt zich op preventie en onderzoek. Het slaapbeleid van het NCJ is opgesteld op basis van de door NVK (Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde), AJN (Artsen Jeugdgezondheidszorg Nederland,) RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) en Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ) ondersteunde landelijke richtlijn Preventie Wiegendood.

Daarnaast geldt het Warenwetbesluit Bedden en Boxen. Hierin zijn de voorwaarden gesteld waaraan bedden in de kinderopvang moeten voldoen. De Nederlandse Voedsel en Waren Autoriteit (NVWA) is de keuringsinstantie in ons kindcentrum voor controle of wij aan dit besluit voldoen. Ook is er de Wet kinderopvang die voorwaarden stelt aan de aanwezigheid van een slaapkamer voor kinderen tot 1 ½ jaar en die voorwaarden stelt aan een veilige en gezonde (slaap)omgeving voor de kinderen. Ten behoeve van de leesbaarheid van dit protocol wordt gesproken van 'pedagogisch medewerker' voor zowel de mannelijke als de vrouwelijke vorm. Daar waar 'zij' staat dient 'hij/zij' gelezen te worden en daar waar gesproken wordt van 'ouders', dient 'ouder(s)/verzorger(s)' gelezen te worden.

1 Slapen van 0-2 jaar

De kinderen van 0-2 jaar slapen in een bedje in één van de vier slaapkamers in kindcentrum De Stappen. Voor 0 – 2-jarigen geldt een verhoogde kans op wiegendood. Wiegendood komt boven de leeftijd van 1 jaar nauwelijks voor. Wiegendood is een risico met grote gevolgen. Daarom volgen wij het slaapbeleid van het NCJ en passen wij maatregelen ter voorkoming van wiegendood toe voor kinderen van 0 – 2 jaar. Belangrijk hierin is onder andere de regelmaat en routine.

- Houd jonge en nieuwe baby's extra in het oog. Veranderingen in omstandigheden en routine bij baby's kan stress en slaapverstoring veroorzaken, wat een verhoogd risico met zich mee kan brengen op wiegendood. De situatie in de kinderdagopvang groep verschilt in vrijwel alle opzichten van die van thuis. Daarom is het wennen belangrijk. Ook het samen afspraken maken over de overgang van thuis naar de kinderdagopvanggroep is belangrijk. Bijvoorbeeld: Een kind wat thuis veel gedragen wordt door de ouders kan mogelijk moeilijker wennen binnen de dagopvang. Stem met de ouder de situatie goed af en maak samen afspraken over hoe de overgang zo soepel mogelijk kan verlopen. Voorkom oververmoeidheid van een baby. Houd het ritme van een baby goed in de gaten en leg een baby op tijd in bed.

- Omdat veranderingen in de routine duidelijk een risico verhogend effect hebben, is het aan te raden om een baby volgens een vaste routine naar bed te brengen. Indien het kind thuis bijvoorbeeld gewend is met een fopspeen te slapen dan zorg je dat het kind die ook in de kinderdagopvang meekrijgt.

- Het slaapbeleid bij De Stappen wordt met ouders besproken bij een rondleiding en bij de intake. Als kinderen thuis op de buik slapen of worden ingebakerd geven we extra toelichting waarom dit bij De Stappen niet wordt gedaan. Er worden afspraken gemaakt hoe de overgang van thuis naar de opvang zo goed mogelijk kan verlopen.

Er zijn specifieke veiligheidsmaatregelen die een preventieve werking hebben op het voorkomen van wiegendood:

- Maak het bed kort en met passend beddengoed op, zodat de voetjes vrijwel tegen het voeteneind komen. Gebruik alleen een lakentje of een dekentje. Sla het beddengoed niet dubbel; een kind kan daar makkelijker onder schuiven.

- Wij volgen het advies van de consumentenbond m.b.t. artikelen. Als een artikel wordt afgeraden, dan gebruiken wij het artikel dus niet. Als een artikel niet wordt benoemd, gebruiken wij het ook niet. Adviezen over gebruik van artikelen worden opgevolgd.

<https://www.consumentenbond.nl/veilig-slapen>

- Een baby leggen wij nooit op de buik in bed. Zie hoofdstuk 4.1

- Kinderen worden niet in zijligging neergelegd. Zie hoofdstuk 4.2

- Kinderen worden niet ingebakerd. Zie hoofdstuk 4.4

- Kinderen worden niet gefixeerd in bed.

- Zorg voor een goede temperatuur in de slaapkamer. De nek van een baby is een goede graadmeter om te voelen of de baby het te warm of te koud heeft. Een baby die zweet heeft het al gevaarlijk warm. Neem dan gelijk maatregelen zodat het kind het minder warm krijgt. Haal bijvoorbeeld het dekentje weg, pas de kleding of de slaapzak aan, aan de periode en de temperatuur van het jaar en van de slaapkamer.

- In elke slaapkamer waar 0-2 jarigen slapen is een evacuatiebedje aanwezig. Dit is een bedje op wielen wat gebruikt kan worden bij een evacuatie. Dit bedje past onder een dubbelslaper.

2 Slapen en rusten van 2-4 jaar

2.1 Slapen

Het kind gaat slapen in een bed in één van de vier slaapkamers. Hier heeft het de rust van een slaapkamer en is het voor het ritme duidelijk dat er geslapen gaat worden. Kinderen van 2 – 4 jaar worden in het onderste bed van de dubbelslaper gelegd.

2.2 Rusten

Kinderen van 2-4 jaar die wat ouder worden hebben niet altijd meer de behoefte om te slapen. Zij hebben soms nog wel behoefte aan een moment van rust. We kijken hierbij naar de behoefte van het kind. We stemmen dit af met de ouders van het kind. Bij De Stappen gaan niet alle kinderen standaard rusten. Het rusten kan in de groepsruimte waar ook andere kinderen aanwezig zijn die niet meer slapen en die dan bijvoorbeeld een rustige activiteit doen. Rusten kan op een rustige plek in de groep. Dit kan op bijvoorbeeld op een mat. We plaatsen die zo dat de vluchtweg vrij blijft. Een kind kan tijdens het rusten in slaap vallen, het kind kan dan op de mat blijven liggen.

3 Afspraken veilig slapen

3.1 Klimaat slaapkamer

Zorg dat het niet te warm is/wordt in de slaapkamers. De aanbevolen slaapkamertemperatuur ligt tussen de 15 en 18 °C. We gaan controleren of deze temperatuur haalbaar is en nemen eventueel maatregelen om de temperatuur tussen de aanbevolen temperatuur te houden. We hangen een thermometer in de slaapkamers op om dit te controleren. Tijdens warme zomerse dagen kan de temperatuur in de slaapkamers oplopen. Indien de temperatuur boven de 25 °C komt treedt het hitteprotocol in werking. Pas de kleding, slaapzak en het dekentje aan het jaargetijde en de temperatuur van de slaapruijnte aan.

3.2 Bedden

Voor de kinderopvang worden er eisen gesteld aan bedden (Warenwetbesluit Bedden en boxen). Alle bedden bij De Stappen voldoen aan deze veiligheidseisen.

Kinderen worden alleen in bed te slapen gelegd en dus niet in een kinderwagen, box, wipper of hangwieg. Dit zijn namelijk geen gecertificeerde slaapplekken voor de kinderopvang. Elk kind heeft een vaste slaapplek.

Baby ligt boven in de hoogslaper

- Veiligheid: De baby is het minst beweeglijk en daarom het beste met 1 hand tegen te houden als je het hekje van het bed sluit. De medewerker hoeft niet met de baby op de arm te bukken om de baby in bed te leggen.
- Ergonomisch: Het opmaken van het babybedje gaat veel gemakkelijker op hoogte.

Dreumes ligt onder in de hoogslaper

- Een dreumes is zeer beweeglijk. Daardoor is er groter risico dat het kind uit bed valt bij het sluiten van het bed.
- Ergonomisch: De dreumes kan zelf in en uit bed gaan.

Peuter ligt onder in de hoogslaper

- Ergonomisch: kan zelf in en uit bed gaan

3.3 Opmaken bedden

Met welke artikelen dekken we het bed op?

Artikelen die door de consumentenbond goed bevonden zijn. Het matras is passend voor het bed.

Dekentjes: we geven de voorkeur aan katoenen dekentjes, (die dan zonder lakentje gebruikt worden).

- *Matrasbeschermer*, die passend is om het matras te beschermen. De matrasbeschermer mag nooit onder het hoofd en de schouders van het kind liggen.
- Het *hoeslakentje* is van jerseystof en goed passend voor het matras zodat het matras niet krom trekt.
- We gebruiken een katoenen lakentje óf een dekentje.
- Beddengoed wordt niet gedeeld, elk kind heeft eigen beddengoed dat regelmatig wordt gewassen.

Welke artikelen gebruiken we niet voor het opdekken van het bed?

Artikelen die worden afgeraden door de consumentenbond.

**Dekbedje*: wij gebruiken geen dekbedjes bij kinderen tot 2 jaar.

- *Dekbedhoesje* met een dekentje er in
- Een *kussen*
- *Hoofd- en zijwandbeschermers*
- *Tuigjes*
- *Voorwerpen van zacht plastic* in of aan het bedje

3.4 Wat heeft het kind aan en mee in bed

Wat mag wel?

- Kinderen zijn luchtig gekleed, een romper in een slaapzak is voldoende voor een baby
- Kinderen vanaf 2 jaar mogen ook in een pyjama slapen.
- Wij gebruiken slaapzakjes met katoenen stiksels. De slaapzak is goed passend d.w.z. dat hals- en armopeningen niet zo ruim mogen zijn dat een baby in de zak kan verdwijnen en dat er in de zak voldoende ruimte is voor vrij bewegen van de benen. Een veilige slaapzak, met of zonder (afritsbare) mouwen, sluit met een rits naar de onderzijde toe (zodat de baby er niet zelf bij kan). Een slaapzak kan eventueel in combinatie met een dekentje worden gebruikt.
- Er mag één veilige knuffel mee in bed. Veilig wil zeggen: Geen grote knuffels of grote doeken die het gezicht of de mondkunnen bedekken. Geen knuffel met lange haren, lintjes of touwtjes (langer dan 10 cm). Geen knuffel waarvan de inhoud kan vrijkomen door gepeuter of bijten. Geen knuffel waar kleine dingetjes van afgepulkt kunnen worden (zoals; kraaltjes, oogjes, knoopjes). Geen knuffel met scherpe kantjes of randjes. De knuffel moet niet in kleinere onderdelen uit elkaar te halen zijn. De knuffel moet makkelijk en goed schoongemaakt kunnen worden.

Wat mag niet?

- mutsjes en sokken aan in bed.
- sieraden, speldjes en haarelastiekjes in.
- Koordjes: bijvoorbeeld geen capuchons, of kleding met koordjes eraan in bed.
- Fopspenen aan een koord dat langer is dan 10 cm.
- Slaapzakjes zonder armgaten.
- Slaapzakjes met nylon stiksels. De stiksels mogen niet van nylon zijn omdat deze bij losraken het vingertje kan afknellen.
- Gewatteerde katoenen slaapzakjes in combinatie met een dekentje, om te voorkomen dat een kind het te warm krijgt.
- Bijzondere aandacht voor kinderen met kralen in hun haar gevlochten. Controleer altijd voordat het kind naar bed gaat of deze nog stevig in het haar zitten. Wanneer de pedagogisch medewerker kralen in het haar te gevaarlijk vindt, worden de kralen verwijderd.

3.5 Werkwijze sluiting bedden

3.5.1 Bij twee of meer pedagogisch medewerkers op de groep

- Pedagogisch medewerker 1 legt kind(eren) op bed en sluit het hekje van elk bed.
- Aan de binnenkant van de deur hangt een poster met de oproep 'bedjes gecheckt?'
- Buiten de slaapkamer hangt op de deur een aftekenlijst. Pedagogisch medewerker 1 tekent de aftekenlijst ter bevestiging van de controle op het sluiten van het bed en noteert het tijdstip van controle.
- Pedagogisch medewerker 2 controleert direct daarna alle bedjes en tekent ook de aftekenlijst en vermeldt het tijdstip van controle.
- Bij het moment van naar bed brengen van kinderen en van checken of het bed gesloten is, kan tegelijk ook de 10 minutencheck van de al slapende kinderen worden uitgevoerd.

Wanneer er één pedagogisch medewerker in de groep is, voert zij zelf de 2^e check uit.

De aftekenlijst wordt wekelijks ingeleverd bij de directeur van het kindcentrum voor de check of bovenstaande werkwijze opgevolgd wordt. Na deze controle en eventuele acties kan de lijst vernietigd worden.

3.6 Toezicht houden

De volgende afspraken zijn er met betrekking tot het toezicht houden:

- Er is cameratoezicht in de slaapkamer waarop beeld en geluid te zien en te horen is.
- Kijk als je een kind naar bed brengt ook in de andere bedjes.
- Controleer elke 10 minuten in de slaapkamer (dus niet via het raampje). Maak gebruik van een kookwekker.
- Je kijkt in elk bed of het kind veilig slaapt (ademhaling, gezichtje vrij, buikligging, etc.).
- Als je kinderen naar bed brengt, benut je dat moment gelijk om te controleren.
- Zorg dat er altijd een pedagogisch medewerker in de buurt van de slaapkamer is als er kinderen slapen.

4. Bijzondere situaties

4.1 Rugligging

Uit onderzoek is gebleken dat het risico op wiegendood bij buikslapen 4 tot 5 keer zo hoog is. Het is dus veel veiliger de kinderen op hun rug te laten slapen. Voor de veiligheid van het kind en onze medewerkers laten we kinderen dus alleen op de rug slapen. Wanneer een kind tijdens de slaap naar de buik rolt, leg je het kind weer op de rug terug. Terugdraaien is bij een baby die gezond is, die in goede conditie is, motorisch goed ontwikkeld is en zich probleemloos kan omdraaien niet meer nodig.

Als een ouder aangeeft dat het kind thuis op de buik slaapt, dan maak je met de ouders een plan over het wennen van het kind aan slapen op de rug. Bij voorkeur start de ouder daar al mee voor het kind naar de opvang komt. Wij blijven als KPO Kinderopvang altijd verantwoordelijk, ook als een ouder een schriftelijke verklaring ondertekent. Om die reden is het niet mogelijk in te gaan op verzoeken van ouders om een verklaring te maken waarin zij de verantwoordelijkheid op zich willen nemen om af te wijken van het beleid.

Er zijn bepaalde (aangeboren) afwijkingen waarbij buikligging door een medisch specialist wordt geadviseerd. Als een ouder zegt dat een medisch specialist buikligging adviseert, dan zijn wij bereid hierover met de ouder in gesprek te gaan. De directeur van De Stappen overlegt hierover met de manager kinderopvang. We gaan de vraag en de situatie beoordelen en onderzoeken of het verzoek voor buikligging wel of niet kan en of er eventueel passende veiligheidsmaatregelen getroffen moeten worden. Indien het mogelijk is vindt uitvoering pas plaats als de ouder een verklaring van de medisch specialist waarin buikligging wordt geadviseerd kan overleggen. Als er een verklaring is én er mogelijkheden zijn om op het

verzoek van de ouders in te gaan, worden de afspraken met de ouders vastgelegd. De ouders ondertekenen de afspraken om te bevestigen dat deze afspraken met hen zijn gemaakt.

4.2 Zijligging

Zijligging geeft een groter risico op wiegendood. Kinderen kunnen makkelijk van de zij naar de buik doordraaien met alle gevolgen van dien. Zijligging wordt niet meer geadviseerd. Daarom laten we kinderen niet op de zij slapen bij De Stappen. Ook niet met behulp van een zijligkussen of ander hulpmiddel. Veelal worden dit soort attributen gebruikt om scheefhoofdigheid te voorkomen.

Als een ouder zegt dat een medisch specialist zijligging adviseert, dan zijn wij bereid hierover met de ouder in gesprek te gaan. De directeur van De Stappen overlegt hierover met de manager kinderopvang. We gaan de vraag en de situatie beoordelen en onderzoeken of het verzoek voor zijligging wel of niet kan en of er eventueel passende veiligheidsmaatregelen getroffen moeten worden. Indien het mogelijk is vindt uitvoering pas plaats als de ouder een verklaring van de medisch specialist waarin zijligging wordt geadviseerd kan overleggen. Als er een verklaring is én er zijn mogelijkheden om op het verzoek van de ouders in te gaan, worden de afspraken met de ouders vastgelegd. De ouders ondertekenen de afspraken om te bevestigen dat deze afspraken met hen zijn gemaakt.

4.3 Sieraden

Kinderen dragen soms sieraden zoals oorbellen, armbandjes, kettinkjes, haarspeldjes of kralen in het haar. Deze sieraden kunnen een gevaar opleveren voor het kind zelf maar ook voor andere kinderen in de groep. Deze sieraden kunnen gevaar opleveren:

- Omdat een kind er achter kan blijven hangen.
- Omdat het kind de sieraden zelf afdoet en hierdoor een gevaar ontstaat voor het kind en andere kinderen.
- In bed waar niet continue toezicht is.

Indien kinderen sieraden dragen, beoordeelt de pedagogisch medewerker of de sieraden gevaar opleveren. Het risico van dragen van sieraden wordt met de ouders besproken. Indien beoordeeld is dat de sieraden gevaar opleveren, dan worden de sieraden afgedaan. Bij voorkeur worden de sieraden dan thuisgelaten ter voorkoming van kwijtraken.

4.4 Inbakeren

Inbakeren brengt extra veiligheidsrisico's met zich mee. Daarom worden kinderen bij ons niet ingebakerd. Hierop is geen enkele uitzondering mogelijk, dus bijvoorbeeld ook niet als dit op advies van het consultatiebureau is. Mocht een ouder aangeven dat het kind thuis ingebakerd wordt, dan gaat de pedagogisch medewerker samen met de ouder een plan maken om het kind te laten wennen aan slapen zonder ingebakerd te zijn.

4.5 Accessoires voor in bed

Ouders komen soms met verzoeken om attributen in het bed van het kind te leggen. Bijvoorbeeld een kussen ter voorkoming van scheefhoofdigheid. Als dit soort verzoeken komen, wordt altijd de website van de consumentenbond geraadpleegd. Als daar het advies staat dit niet te gebruiken dan doen we dit nooit. Als het artikel niet vermeld staat, gebruiken wij het ook niet. Deze attributen verhogen het risico op een calamiteit voor het kind.

4.6 Overige uitzonderingen

Er kunnen zich altijd situaties voordoen waarin dit protocol niet voorziet en waarbij maatwerk nodig is voor een kind. Bijvoorbeeld wanneer op basis van medische gronden een bepaalde handwijze nodig is ten gunste van het kind. In dergelijke situaties overlegt de pedagogisch medewerker altijd met de directeur van het kindcentrum. De directeur heeft overleg met de manager kinderopvang. Samen komen zij tot een besluit. Indien er afspraken worden gemaakt

die afwijken van dit protocol worden deze afspraken schriftelijk vastgelegd en door de ouders en de directeur van De Stappen ondertekend. Er wordt duidelijk vermeld om welke situatie het gaat, om welk kind het gaat, welke dringende gronden er zijn om afwijkend te handelen en wat de afwijkende handelwijze concreet inhoudt. Hierin wordt ook een evaluatiemoment bepaald om de afspraken te evalueren en mogelijk bij te stellen.

5 Buitenslapen (nog nader te bepalen na de start van KPO Kindcentrum De Stappen)

Bijlage:

Zelfbeoordelingslijst

Onderwerp	Ja/nee
Weet je waarom we dit protocol hebben?	
Weet je waarom het belangrijk is dat we de afspraken naleven?	
Weet je wat het verschil is tussen rusten en slapen?	
Weet je welke maatregelen we nemen om wiegendood te voorkomen?	
Weet je wat je moet doen als je een kind naar bed brengt?	
Weet je wat je moet doen als een ouder komt met een verzoek tot inbakeren, zijligging of buikslapen?	
Weet je waarom een kind niet in de wandelwagen, in de box, wipper of in een Maxi-Cosi mag slapen?	
Weet je wanneer een baby niet meer mag slapen in het babybedje op de groep?	
Weet je de afspraken over de beddencheck?	
Weet je om de hoeveel tijd je de slaapkamer controleert als er kinderen liggen te slapen?	
Weet je wat je moet doen als een ouder vraagt om een uitzondering te maken op dit protocol maar er staat over deze uitzondering niets beschreven in het protocol.	
Weet je de ideale temperatuur in de slaapkamer?	
Weet je welke maatregelen je neemt als het (te) warm is in de slaapkamer?	